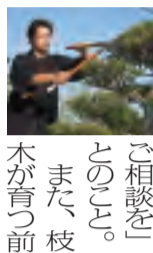


### 植栽・庭木カットの季節です

#### お庭の専門店「ベストガーデン」

西東京いこいの森公園 門店。ただいま、春の植栽の「ベストガーデン」を呼びかけている。写真Ⅱは、庭作りの専門から5月頃までが植栽のベストシーズン。庭木があると落ち着く行っている。電話かきましますし、立体的になるので広さも出せますよ」と同社の福嶋社長。

日当たりや水はけなど庭に合った木を植えることが大事だそうで、「アドバイスしますので、ぜひ



【ベストガーデン】  
おにわ 0120-028-903  
ベストガーデン 検索  
西東京市 谷戸町1-6-4  
年中無休 9~18時

### 花粉対策にも有効 大型コインランドリー

#### 「滝山団地そば」所沢街道・ビッグオーの2店



この季節、花粉対策に有効なのが「大型コインランドリー」だ。ワンストップで洗濯から乾燥までできるので、衣類などは外に干さずに済む。また、カーペットやカーテン、寝具などの大物も簡単に洗えるので、室内のクリーンアップにもお勧めしたい。

割安料金の一例	
【中型洗濯乾燥機】	1400円~1300円
【小型洗濯乾燥機】	1100円~900円
【中型乾燥機】	10分100円 ~11分100円

※その他もあり。詳細は店頭で。

教えてくれる。一方、デイリーヤマザキ隣の「滝山店」Ⅱ写真は広々して便利。両店は車で5分ほどの距離。6時~24時。無休。 ☎042-461-4411 (簡単な使用説明等も) 東久留米市南沢5の18の50

新しいコロナウイルスの対応は、何が正しいのかよく分からない。集団感染している例があるのを見ると、なるほど、中学校や公民館・市民ホール等の休校・休館は適切な判断だったようにも思える。一方で、私の住む自治体では小学校の卒業式への保護者参加を不可としており、小学6年生の子を持つ親としては「それはやりすぎでは...」と、言いたくもなる。意見はあるもので、対応する関係者はさぞ難しい判断を日々迫られていることだろう。まずはその

で、本題はここから。人命にかかわることだけにその対応の難しさをよく分かるのだが、「これは見過ごしてはいけないのではないか」と思ったことがあるので、書き留めておきたい。各市議会の傍聴に申し込めば、2月・3月は次年度の予算を決める大いではないが、非常時とはいえない。前例ができてしまっし、訴えとしては、自衛ではなく、人数制限(例えば5人までなど)などに向かうべきように思う。ネット中継している議員が確認できる。議事録で確認できる。といった主張はもちろん承知している。しかし、私が問題に思うのは、

蛇足ながら、多摩北部5市の中では、清瀬市議会の対応に好感を持った。ホームページでは「傍聴される方は入場時に消毒液で手洗いをお願いします。マスク着用を促します。マスク着用を促す場合もあります。体調が優れない方は傍聴をお控えください」とある。

**コラム**  
僕がガス会社を続けるワケ

**風呂給湯器 Rinnai**  
eco ジョーズ 20号オート RUF-E2007SAW (マルチリモコン込み) メーカー標準価格 349,800円  
大特価 **150,000**円

**ビルトインガスコンロ Rinnai LiSSc**  
RH-HS31W23L7RSTW メーカー標準価格 215,000円 標準工事費 23,000円  
大特価 **130,500**円

**ビルトインガスコンロ NORITZ**  
N3GQ2RV01 メーカー標準価格 71,800円 標準工事費 23,000円  
大特価 **57,850**円

**レンジフード Rinnai**  
LGR-3R-AP601SV メーカー標準価格 133,000円 標準工事費 28,000円  
大特価 **114,450**円

ご提供しています。地域最大級の展示スペースがある店舗は保谷こもれびホール前です。ふらりとお寄りください！ または、お電話一本いただけます。

今週末には桜の見頃を迎えそうな暖かい今年。これから梅雨前までは、リフォームの絶好のシーズンです。

### リフォームシーズンのキャッシュレス還元も！



リフォーム工事中はどうしても窓や玄関を開けることが多くなってしまうのですが、冷暖房のいらない春先は過ごしやす

キャッシュレスは5%還元中

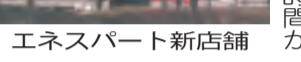
増改築を伴うような大規模リフォームは、特にこの時期がお勧めです。

この時期がお勧めです。さらに今年、キャッシュレス・ポイント還元の特典もあります。カードなどでお支払いいただければ、実質5%のお値



キャッシュレスは5%還元中

さらに今年、キャッシュレス・ポイント還元の特典もあります。カードなどでお支払いいただければ、実質5%のお値



あなたの街のガス機器取替専門店 **エネスパート**  
エネルギー × エキスパート  
☎042-421-8335

**ガス**  
・給湯器  
・コンロ  
・暖房機  
・オーブン

**水回り**  
・キッチン  
・バス  
・洗面台

**住宅リフォーム**

営業:9~20時 定休:日・祝日  
西東京市中町 1-4-1

☎042-476-4495  
heartful-ring.net

ココロ・野止・目黒  
マルファジ  
ハートフルリング

【緊急取材】  
「コロナの影響は？」  
Q、各業界に影響がある新型コロナウイルスですが、結婚相談所ではいかがですか？ (編集部) A、お見合いを延期される方もいますが、「大勢で、後回しにしていた婚活に取り組みことにしました」と話していました。また、無料相談にいらした男性は、「終息を待たなくてもいいかなるか分

【緊急取材】  
「コロナの影響は？」  
Q、各業界に影響がある新型コロナウイルスですが、結婚相談所ではいかがですか？ (編集部) A、お見合いを延期される方もいますが、「大勢で、後回しにしていた婚活に取り組みことにしました」と話していました。また、無料相談にいらした男性は、「終息を待たなくてもいいかなるか分

**紙上結婚相談**  
ハートフルリングの  
0~3歳児向けのプレ教室

音楽で子どもの能力を育てよう  
0~3歳児向けのプレ教室

音楽で子どもの能力を育てよう  
0~3歳児向けのプレ教室

音楽で子どもの能力を育てよう  
0~3歳児向けのプレ教室

音楽で子どもの能力を育てよう  
0~3歳児向けのプレ教室

音楽で子どもの能力を育てよう  
0~3歳児向けのプレ教室

### イベント情報

春の装い~甲斐田智子 バリのイカット & パティック展  
19日(木)~24日(火)、午 前11時~午後6時(24日は5時)、ギャラリー「スペース コウ」(西東京市柳沢6-1-11)。バリ島で仕入れた手織りの布のイカット、ろうけつ染めのパティックを使って仕上げたブラウス・スカート・パンツ・ワンピース・ジャケットのほか、カットクロス・ポタンやアタのカゴなどの小物も多数展示販売。同ギャラリー ☎090-4718-8558

【次回予告】同ギャラリーでは、31日(火)~4月5日(日)に、「Brillia ART AWARD 2019」大賞を受賞の若手テキスタイルアーティスト・寺村サチコさんの個展を予定。

編集部より/イベント情報について  
各市の公共施設が3月31日(火)まで休館となっています。前号などや、本紙ホームページで紹介しているイベントでも、中止・延期のものが多数あります。お出かけの際は、主催者に開催の有無をご確認ください。

編集部 ☎042-497-6561 (留守電の場合あり)

イベント情報

イベント情報

イベント情報

医療法人社団 東光会 24時間救急医療対応  
**西東京中央総合病院**

診療科目  
●内科 ●外科 ●整形外科 ●リハビリテーション科  
●消化器内科 ●消化器外科 ●循環器内科  
●心血管外科 ●脳神経外科 ●耳鼻咽喉科  
●眼科 ●泌尿器科 ●皮膚科 ●神経内科 ●腎臓内科 ●小児科

◆西東京市健康診査実施医療機関  
◆各種ドック・検診 (脳、肺、心臓・血管、耳・鼻・喉、眼)

〒188-0014 西東京市芝久保町 2-4-19  
☎042-464-1511  
西東京中央総合病院 検索



百四、ひきはじめの風邪を追い払うコツ

世界中が新型コロナウイルスの感染流行にパニック前の異常事態である。このコラムでは、東洋医学の面から、予防や治療のヒントを



土居 望 土居治療院院長 開業38年で、治療した患者はのべ20万人以上。著書に『東洋医学ノート』(法研)。

ウイルスである。ただ「新型コロナウイルス」としては解明されていないことが多い。東洋医学では、カゼは風邪(ふうじゃ)と呼ばれる邪気が、体内に入ると起こると考えられてきた。この目に見えない邪気とは、当然、ウイルスや細菌のことである。では、その邪気はどこから体に入るのかという点、東洋医学では、背にある風邪の門(風門のツボ)としている。

「健康で美しく」免疫力アップ!

リンパマッサージで血行促進、ダイエットetc.

田無駅前 リヴェール/国分寺駅前 ビューティセンス 特価キャンペーン



この春、免疫力を高め、健康に美しくなりたいなら、エステサロンを訪ねてみては? このエリア最大級のベッド数を持つ田無駅前「リヴェール」と、姉妹店・国分寺駅前の「ビューティセンス」では、「リンパ経絡マッサージ」が人気となっている。

「運動不足になりがちなのに、最新の機器でリンパを揉みほぐすこの施術が、スリム効果も期待通りで、薄着の季節に向けたダイエットにもぴったりだ。

「運動不足になりがちなのに、最新の機器でリンパを揉みほぐすこの施術が、スリム効果も期待通りで、薄着の季節に向けたダイエットにもぴったりだ。

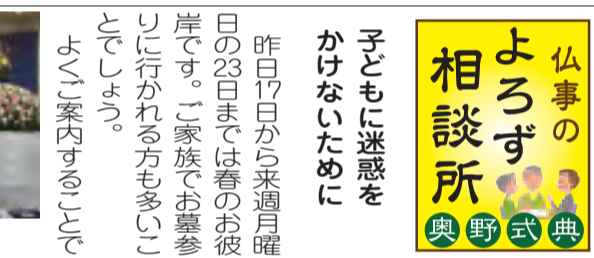
「運動不足になりがちなのに、最新の機器でリンパを揉みほぐすこの施術が、スリム効果も期待通りで、薄着の季節に向けたダイエットにもぴったりだ。

国分寺駅前 [ビューティセンス] 042-316-8235

田無駅前 [リヴェール] 042-462-6315



明るいサロン内



国分寺駅前の「ビューティセンス」は、ベテランの有資格者がそろった高級最大級のエステサロン。

「運動不足になりがちなのに、最新の機器でリンパを揉みほぐすこの施術が、スリム効果も期待通りで、薄着の季節に向けたダイエットにもぴったりだ。

「運動不足になりがちなのに、最新の機器でリンパを揉みほぐすこの施術が、スリム効果も期待通りで、薄着の季節に向けたダイエットにもぴったりだ。

「運動不足になりがちなのに、最新の機器でリンパを揉みほぐすこの施術が、スリム効果も期待通りで、薄着の季節に向けたダイエットにもぴったりだ。

「運動不足になりがちなのに、最新の機器でリンパを揉みほぐすこの施術が、スリム効果も期待通りで、薄着の季節に向けたダイエットにもぴったりだ。

【奥野式典】 0120-3594-76

【奥野式典】 0120-3594-76



伊藤 勇 保谷伊藤眼科院長 大学病院で最先端の眼科医療に携わってきた眼科専門医。地域の医院との連携を積極的に図っている。

この季節は花粉症に悩まされ、抗アレルギー薬点眼のために眼科に飛び込む方も多々あります。このアレルギー性結膜炎を悪化させる

「アレルギー性結膜炎」とは、眼周囲のかゆみを伴った目の炎症です。これは、アレルギー反応によるものです。

「アレルギー性結膜炎」とは、眼周囲のかゆみを伴った目の炎症です。これは、アレルギー反応によるものです。

「アレルギー性結膜炎」とは、眼周囲のかゆみを伴った目の炎症です。これは、アレルギー反応によるものです。

042-439-8123 保谷伊藤眼科

給湯器の修理・買い替え、お任せください! お釜を替えてポカポカお風呂

荻窪ロビンフット靴店 5%OFF クーポン券

どんな凝りもほぐします 60分 5,000円



積水ハウスクープの「サービス付き高齢者向け住宅」 限定キャンペーン

# グランドマスト、賃料3カ月無料

## 「自由」と「安心」が両立 これからのシニアの住まい

安心できる老後の住まいを探している人にビッグニュース。積水ハウスクープによる自立型サービス付き高齢者向け住宅「グランドマスト」が、5月31日までの契約開始者に限り、3カ月もの賃料が無料になるキャンペーンを行っている。詳細は左下表。近隣には「柳沢」と「ひばりが丘南」がある。まずは現地のご見学を。

### 特長① 38㎡台〜67㎡台の広めの間取り 積水ハウスクープらしい快適さ

積水ハウスクープが、婦での入居も可能だ。全国で30カ所以上を展開する「グランドマスト」シリーズ。住宅メーカー「ビスタツツ」が日中は系列ならではの快適な生活環境を、生活面をサポート。住み続けられる。入居者からは「冬は暖かく、夏は涼しい。高齢者には優しい住まいです」と満足の声も。

### 特長② 建物内の厨房でイチから作る 手作りの食事サービス

食事は栄養に配慮したメニューが用意されている。高齢者向け施設などでは給食を現場で温めて提供するところが多いが、グランドマストでは、



手作り夕食の一例

し、普段は居間で自炊、という選択もできる。

### 特長③ 文化的な周辺環境も魅力 気軽に入れる料金体系も注目だ

この近隣には西武柳沢駅徒歩7分の「柳沢」と「ひばりが丘南」が隣接する。いずれも築2年程度で新しく、最新の設備を「気軽に入居できる」と好評だ。



マンションの1室の様子。リビング、ダイニング、キッチンが広々とした印象。

### 現地見学 随時受け付け中!!

グランドマスト柳沢 担当者がご案内しますので、訪問前にお予約をお願いします。  
グランドマストひばりが丘南

#### こんな人にオススメ

- 一戸建てに住んでいるが、掃除や庭の手入れが大変
- 自分だけの食事を作るのが煩わしくなってきた
- 近くで買い物や食事ができる便利な暮らしをしたい
- 今さら遠くに引っ越したくない。しかし、老人ホームはまだ早いと思う

#### 賃料3カ月無料キャンペーン適用条件

- ◆2020年3月〜5月に契約開始
  - ◆1年以上、お住まい頂ける方
  - ◆入居後、月に1回程度のアンケート協力
- \*1年未満で退去された場合は適用外となります。  
\*共益費・生活支援サービス費は対象外(要実費)

予約・問い合わせは… 積和グランドマスト

# ☎0120-815-823

月曜〜土曜 9〜18時

グランドマスト 検索

【グランドマストひばりが丘南】物件概要 ■総戸数/38戸 ■規模/4階建 ■月額賃料/129,000円〜249,000円 ■生活支援サービス費(月額) 1人入居46,000円(税別)、2人入居69,000円(税別) 【グランドマスト柳沢】物件概要 ■総戸数/37戸 ■規模/3階建 ■月額賃料/114,000円〜224,000円 ■生活支援サービス費(月額) 1人入居45,000円(税別)、2人入居67,500円(税別) 【両物件共通】 ■建物用途/サービス付き高齢者向け住宅(ひばりが丘南=登録番号16010、柳沢=登録番号16012) ■契約形態/普通賃貸借契約 ■共益費(月額)/20,000円 ■敷金/「ひばりが丘南」=月額賃料の3カ月分、「柳沢」=同1カ月分 ■仲介手数料/月額賃料の1カ月分(税別) ■構造/重量鉄骨造 ■入居の要件/入居時満60歳以上・自身で身の回りのことができる、したい方 ■取引形態/仲介 ■設計・施工/積水ハウス株式会社 ■貸主/積和グランドマスト株式会社(国土交通大臣免許(1)第9129号) 渋谷区代々木2-1-1 新宿メインタワー ■仲介/株式会社イチイ 東京都知事免許(10)第39368号

グランドマストひばりが丘南	グランドマスト柳沢
西東京市谷戸町 2-1-41	西東京市保谷町 4-6-19
<b>月額費用</b> 19万9,600円〜 <small>(内賃料・共益費・生活支援サービス費)</small>	<b>月額費用</b> 18万3,500円〜 <small>(内賃料・共益費・生活支援サービス費)</small>

**自分史を作るなら**  
「タウン通信」にお任せください

お気軽に  
お問い合わせください  
info@town-t.com ☎042(497)6561

株式会社タウン通信

**保谷伊藤眼科**  
ITOGANKA.COM

☎042-439-8123

硝子体 緑内障 白内障 白内障 日帰り手術

西東京市北町 1-6-1 レッツビルディング 3F 無料駐車場あり

**暮らし便利帳**

便利屋オールマイティ  
どんな仕事もOK! 前野  
0120-892-056  
便利屋✓見積り無料0  
422(53)6909 渡辺

来週3月25日(水)は休刊します。次号は4月1日(水)の発行です。(タウン通信)

次号は4月1日号です

多摩・所沢エリアの方へ 松戸家100周年記念特別商品のご紹介!

# 樹木葬

継承者 不要 永代 供養型 管理費 不要 完全 個室型 将来の 墓じまいは 心配無用

1名様 298,000円 (税別)  
2名様 398,000円 (税別)

に自宅供養専用仏壇が 付いてきます。

お好きな時まで手元供養。仏壇内部に2名納骨。コンパクトなこの小ささが魅力です

累計 3500件 突破

マスコミも注目!  
日本経済新聞 週刊朝日 BS JAPAN  
サンデー毎日 FM 西東京 フジテレビ 週刊ダイヤモンド

【寸法】高:530mm 横:400mm 奥:345mm

0120-980-015

電話受付時間:10時~17時・火曜日定休 小平市美園町 1-4-6 小平駅から徒歩2分

詳しくは web で!

市役所前で公開された「くるぶー」



### 乗り合い「くるぶー」発車！ 東久留米市 交通弱者サポート

東久留米市が、交通弱者の移動をサポートする「くるぶー」の運行を16日にスタートした。事前登録をすれば、電話予約で自宅へ指定乗降場を乗降できる9人乗りワンボックスカーで、同時に利用者がいれば乗り合いとなる。1人1回500円、2人以上で利用なら1回300円。利用対象者は70歳以上、妊婦、3歳以下の幼児。市担当者は「タクシーとバスの中のような移動サービスです。ご利用ください」と呼びかけている。

## 休校中を充実させる学び

### 高校生3人が6識者にインタビュー

#### 「平和」などテーマに動画を公開 自由学園

13日現在で公開されてから3日で6人をインタビューしたのは、前述のほか、ユースタ。その動画を編集したのは、2年生の幸田さん、牧師の平良愛香さん、廣瀬薫さん、ジャーナリストの安田浩一さんの計6人。それぞれ約15分、これらをどう生きるかという視点から見解を述べている。



左から、川嶋さん、小林さん、更科副学園長。左下は幸田さん(ニネット通信で取材対応)

取材したのは、高等科3年生の小林多治生さんと2年生の川嶋一さん。同校の更科幸一副学園長から声をかけられ、わず

か、東久留米市にある自由学園の高校生3人が、大学教授の本由紀さん(社会学)、中野晃一さん(政治学)など識者の見解を撮影し、特設サイトで動画を公開している。「休校中の今だからこそ学べる」と、全国の児童・生徒たちに見てほしいと訴える。

取材を担当した川嶋さんは、印象的な言葉として安田さんが語った「差別は争いしか生まない。だから、平和な社会をつくるためには差別をしない」という言葉

# タウン通信

NO.415

☎042(497)6561 (不在の場合、留守電対応)

FAX 042(464) 1472

http://www.town-t.com

info@town-t.com

〒188-0011 西東京市 田無町 4-9-6

水曜日発行

病院？救急車？迷ったら

東京消防庁救急相談センター 24時間対応 年中無休

## #7119

東京消防庁ホームページ http://www.tfd.metro.tokyo.jp

東京消防(検索)

モバイルホームページ http://www.tfd.metro.tokyo.jp/mob/

小平消防署・東久留米消防署・西東京消防署

### 写真愛好家がアドバイス 桜の見どころは？

40年以上続く写真サークル「写団東久留米」のメンバーが、地元の名所を教え

「写団東久留米」メンバーのお話。座談会の様子。

### おおるりホール

家族葬に  
おおるり  
ホール

田中葬祭

☎042(461)1156・見学受付中

## 60分で縫える夢の洋裁教室!

型紙500型・ニット生地600種以上

日程:3/23(月)~25(水)・30(月)・31(火)

費用:1,000円+税(材料費込)

※入会金・月謝は各6,000円+税

田無店 ※日・祝休み

西東京市田無町2-12-10 グレイズ本町1F1号

ご予約は ☎042-451-0667

インターネットで 体験の詳細はこちら!

https://www.knit-sewing.com/special/qevent/

一部店舗でブログを始めました。

LINE 友だち追加はこちら! 最新の情報をお届け! はじめました! ID @iao6453n

## 如意輪寺墓苑

高級型 墓石付き完成墓地

■永代使用料 ■墓石 ■外柵 ■納骨室

■彫刻代 ■塔婆立 ■工事代

※区画は大きいものもあります。 ※石種・デザイン多数あります。

# 102万円

墓石代のお支払いは完成後をお願いしておりますので安心です。

お気軽にお電話ください 日本墓地紹介センター(株)

☎0120-514-194 事務所 直通 ☎042-439-6894

過去にの宗旨・宗派不問

はなバス「如意輪寺バス停」すぐ前

至田無駅 至保谷小 至東伏見

西東京市泉町2-15-7

## スワニー by フォンテーヌ

春のウィッグ 大感謝セール

3月18日(水)~24日(火) 10:00~19:00

会場 イオン東久留米店 2階 催事場

ウィッグ・トップピース® 10% OFF

掘り出し物市 3万円均一

お試しアンケート 本お買上げ

ウィッグを試しただけ、アンケートにお答えいただいた方へ

「オリジナルペットボトルカバー」プレゼント!

「オリジナルマルチポーチ」プレゼント!

ウィッグフレッシュ券 500円で美しく!

お持ちのウィッグが 500円で美しく!

期間中、通常価格3,000円~4,500円のウィッグのシャンプーセットを特別価格で販売します。

スワニー by フォンテーヌ イオン東久留米店 2階 化粧品売場内

TEL.(売場直通) 042-464-0309

スワニー ウィッグ 検索

## 安心と真心の施工 おかげさまで地元で34年

# 外壁塗装は実績と信頼の一福ホームサービスへ

当社施工例

住宅外壁塗装 塗装工事

塗装工事完成価格 20坪~40坪 338,000円~562,000円

①足場仮設 ②高圧洗浄 ③養生

④下地調整 (ひび割れコーキング処理)

⑤外壁塗装 (下塗り・中塗り・上塗り)

⑥木部塗装 (破風板・軒天)

⑦鉄部塗装 (霧除け・水切りトタン)

⑧引渡清掃 ◆完了時保証書発行◆

作業内容

協賛メーカー: 日本ペイント・関西ペイント エスケー化研・東日本塗料

他社との相見積もり歓迎! 見積もり無料!

確かな技術 塗装のプロによる 親切・丁寧な施工 をお約束します。

リフォームローンも取り扱っております ◆携帯からもかけられます いちふく はよいしごと

☎0120-129845

☎042(462)1018 FAX042(461)9799

西東京市芝久保町3の17の18

営業時間 9:00~20:00・年中無休

URL http://www.129845.com