

タウン通信

NO.442

☎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

座骨神経痛
(脊柱管狭窄含む)
手足の痛みシビレにはり一番
たにはら 鍼灸院
☎042(467)7522
予約制 9:00~3:00 火曜休み
西東京市田無町3-3-7-605号
海老沢第1ビル(東京信用金庫隣)

「歌う公務員」がCDアルバム

一流プロの協力得て Big 市川さん コロナ禍で「生きる希望伝えたい」



Big 市川の名で音楽活動を続ける市川裕之さん。地域では「歌う公務員」として親しまれている。

地域の魅力を伝える曲を数々作り、歌ってきた小平市職員市川裕之さんが、4月25日に、全7曲を収録した音楽アルバム「Φ(ファイ)」を発売した。テレビドラマ「北の国から」の演奏などで知られるギタリストらが制作に協力。コロナ禍で沈みがちな雰囲気なか、「前を向いていこう!」と希望が込められた作品になっている。

市川さんは、本業の傍のテーマ曲「サンバDEきた。地域のイベントで、同市のマスコットキャラクター「ゆるべい」を作るなど、ヤクター「ゆるべい」音楽で地域を盛り上げて、「歌う公務員」として親しまれている。

本業と区別するため「歌う公務員」として「ゆるべい」というわけでもないが、音楽活動のときは「Big 市川」と名乗っており、FM西東京やFMひがしくさでもパーソナリティを務めてきた。

そんな市川さんがCDアルバムを作るのは、プロを目指していた20代の頃以来の2年ぶりとのこと。市職員になってからはアルバム制作などは無縁のものと思っていたが、

縁のものと割り切っていたが、昨年のコロナ禍で

大きな心境の変化があったという。

「コミュニケーションも取れず、不安感が増す中で、自分も含めて、苦しむ人が周りにたくさんいました。そんななかで思ったのは、こういうときこそ『言葉の力』が大事だということ。それから、この間のさまざまなき感情を書き留めておきたい思いもありました」と市川さんは話す。

今回のアルバムのタイトルは「Φ(ファイ)」。数学の空集合を意味する記号で、「答えがないなか」ところまで曲を磨いてくることができた。一つ一つの音が丁寧に伝わるような仕上がりになっています」と市川さんは感謝を口にしている。

多様な7曲を収録



「これまでやるのか!と驚くほど、細かいところまで曲を磨いてくることができた。一つ一つの音が丁寧に伝わるような仕上がりになっています」と市川さんは感謝を口にしている。

で、どう未来を見つめていくか」という思いを込め、命名したとのこと。7曲が収録されており、全て市川さん作詞作曲のオリジナル。まっすぐなラブソングあり、クッと笑えるコミックソングありと、バラエティ豊かなアルバムに仕上がっている。もちろん、「黄霧」や「時におどけた特筆すべきなのは、制作をサポートした面々。プロデュースは、さまざまさんのコンサートを何千回と支え、「北の国から」の演奏で知られる坂元昭二さん。さらに、デビュー前の星野源さんを支えたパーカッション・山本恭久さんが協力している。

そのほか、同じく同市職員の根岸玄さんがベイスを担当。ほかにも地域ゆかりのアーティストが関わっている。「皆さん「コロナ」で大変な思いをされていると思いますが、『みんな未来を作っていこうぜ』という勢いのある曲がそろっています。ぜひお聞きいただければ」と市川さん。

アルバム「Φ」は2000円。島村楽器立川店・イオンモールむさし村山・非常事態宣言解除後から、新宿Pepe店(同、特設サイト) (https://onetwolabel.thebase.in/)など販売。なお、収益が生じた場合は、しかるべき所に寄付するとのこと。

市川さんがパーソナリティを務めるラジオ番組「TWO-WHONGHT」がFMひがし(85.4MHz)で第4金曜午後8時から放送中。※曲も一部紹介するインタビュー動画を本紙ウェブに掲載中。

春のイベントなど軒並み中止に

緊急事態宣言の発令を受け、地域のイベント関連が軒並み中止になっている。春の特別企画展「47都道府県の石」を開催していた多摩六都科学館は宣言解除まで臨時休館する上写真。



臨時休館の案内版が出された多摩六都科学館

各市の公共施設も、休館や業務を絞るなどし、利用を大幅に制限している。

前号紹介の「アースデイ西東京(春のミニフェス)」も、井戸を地域コミュニティに活用する「金曜パンの日」(23日開催)も下写真は実施した

が、その後の屋内イベントは全て中止に。屋外の西原自然



パン販売などで交流を深める「金曜パンの日」では多世代が集まった

公園での企画においても、散策などを思い思いに楽しんでもらう形に絞り、イベント自体は中止となった。今後、動

画配信でのスタンパリーの結果発表などを予定しているという。

「メディアにも取り上げられ、関心の高まりを感じているところなので、本日に残念ながら、ネット活用などつなかりを深めていきたい」と主催者代表の川地素香さんは話している。

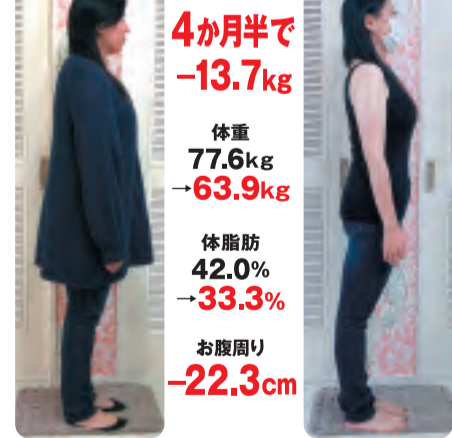
おおりりホール

家族葬に
おおりりホール
田中葬祭
042(461)1156・見学受付中

薄着の季節 やっぱり気になる腹まわり 1か月マイナス3~5kg目標!

最近体重が増えて痩せたいけれど痩せられない方へ

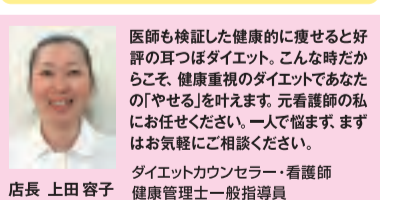
耳つぼなら あのかの体型を取り戻したい方にもお勧めです



4か月半で
-13.7kg
体重 77.6kg → 63.9kg
体脂肪 42.0% → 33.3%
お腹周り -22.3cm

人生で初めて痩せられました♪
ダイエットサプリメントを試しても今までずっと変わらなかった21号体型。痩せたい! 変わりたい! と強く思い通い始めました。今では目標にしていた人生一番の理想スタイル9号へ。耳つぼダイエットにしてよかったです。 M.Y様 33歳 女性

- 1つでも当てはまる方は今すぐお電話を!
- ✓おなか周りが気になる
 - ✓健康診断の数字が気になる
 - ✓階段の昇り降りがつらい
 - ✓年齢とともに痩せづらくなった
 - ✓食欲が旺盛でむしように食べたい
 - ✓パンツがきつくてサイズアップしている
 - ✓コロナ太りを解消したい



医師も検証した健康的に痩せると好評の耳つぼダイエット。こんな時だからこそ、健康重視のダイエットであなたの「やせる」を叶えます。元看護師の私にお任せください。一人でも悩まず、まずはお気軽にご相談ください。
ダイエットカウンセラー・看護師 健康管理士一般指導員
店長 上田 容子

自粛太りでお悩みの方・若々しく元気に過ごしたい方・食べる事が大好きな方でも大丈夫! 今すぐお電話を!
上田鍼灸整骨院・漢方上田薬店併設
ライフセラピー
0120-935-473
東京都西東京市ひばりが丘北4-1-29-2F 受付 平日9時~12時/14時~19時 休 水・日・祝日

安心と真心の施工 おかげさまで地元で35年

外壁塗装は実績と信頼の一福ホームサービスへ



住宅外壁塗装
塗装工事
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! 一見積もり無料!

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。
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

テレカ300円で買取中

「不用品・生前整理・遺品整理」なんでもご相談を！
東久留米・買取店わかば

- 【買取品一例】
- ◎古銭・外国銭
 - ◎香水・化粧品
 - ◎株主優待券
 - ◎電化製品
 - ◎スマートフォン
 - ◎ラジコン
 - ◎楽器

「買取店わかば」は、ただ今、50度数のテレホンカード（未使用品）を1枚300円で買い取っている。

需要がないカードだけに「現金化するラストチャンスかも」と同店店長。



店内は「コロナ」対策万全

【買取店わかば】
☎0120-613-623
東久留米市上の原1-3-45
アクロスプラザ東久留米
higashikurume@wakaba-shop.jp
年中無休 10～19時

コラム 僕がガス会社を続けるワケ

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」に



「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「このもの」にちなみ、今回は、私が日頃思っていることを書いていただきます。

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

「コロナ」の今こそ考えたい地震対策

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

無料で耐震診断

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

補強工事の助成金の対象となるしつかりした調査で、万一、改善点が見つかった場合は、助成金申請なども考慮しながら、適切なアドバイスもしてくれる。

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 391,600円
工事費 46,200円
170,500円 (税込)

ビルトインガスコンロ Rinnai
LisSe
PHS31W23L7RSTW
メーカー標準価格 236,500円
工事費 25,300円
143,550円 (税込)

ビルトインガスコンロ MORITZ
N3GT2RVQ1
メーカー標準価格 78,980円
工事費 25,300円
63,635円 (税込)

レンジフード Rinnai
LGR-3R-AP601SV
メーカー標準価格 146,300円
工事費 30,800円
125,895円 (税込)



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
・オープン

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
エネスパート 検索

イベント情報

黒須勇の滝のある風景画展
25日(火)~30日(日)、午前9時~午後9時、成美教育文化会館(東久留米市東本町8-14)。画歴50年の黒須勇さんが滝をテーマに描いたアクリル画30点を展示。無料。黒須さん ☎080-4900-1192

緑のカーテン講習会&苗配布
16日(日)、小平市リサイクルセンター。講習会は午後1時~、園芸家の柳宗久さんが緑のカーテンの作り方をレクチャー。要申込、先着51人。苗配布は3時~、同市環境家計簿に参加している人対象。要申込100人。同市環境政策課 ☎042-346-9818

「カズオ・イングリ」を考える
22日(土)、午後1時30分~、西東京市保谷駅前公民館。文学研究家の小林力さんが、ノーベル文学賞作家、カズオ・イングリの世界を探る。200円。主催は「西東京 風の会」。小林さん ☎070-5577-7131

ジャノタンゴ
24日(月)、午後4時~、国分寺市いずみホール。ジャノタンゴのライブ。2000円。要予約。黒尾さん ☎042-308-0903

ルネ「ランチタイム・コンサート」
28日(金)、正午~、小平市ルネこだいら。出演はクラリネットとピアノによる「ザ・スーパーデュオ」。クラリネットの名曲、ジャズ・スタンダードナンバーなど。500円。同市文化振興財団 ☎042-345-5111

南沢シュタイナー子ども園「春のオープンデー」
29日(土)、午前11時40分~、南沢シュタイナー子ども園(東久留米市南沢3-16-63)。人形劇、ワークショップ「あそびのコーナー」、リサイクル服、ライアー演奏など。要予約。同園 ☎042-470-0843

編集部注:新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントは中止・縮小の可能性があります。お出かけの際は事前に主催者にご確認ください。

コロナ後に備えて 今読む本
おいしいダイバーシティ

フードダイバーシティ(株) 横山真也 全国書店・ネット書店で
共同創業者

四六判、184ページ、1870円

ウェブ書評サイト「好書好日」にて
著者インタビューが掲載されました。
https://book.asahi.com/article/14323458

大前研一さん推薦
これはポスト・コロナ時代の
新開国論である。

取扱書店など詳しくは...
ころから株式会社
☎03-5939-7950

積水ハウスのグループの高齢者向け賃貸住宅

積水ハウスのグループの高齢者向け賃貸住宅

近隣に2カ所・首都圏に32カ所

グランドマストひばりが丘南
西東京市谷戸町 2-1-41
月額費用 19万9600円~

グランドマスト柳沢
西東京市保谷町 4-6-19
月額費用 17万8500円~

生活相談サービス
日中はリビングアテンダーが常駐。生活上のちょっとしたお困りごとをサポートします。

安全確認
居室に緊急呼出ボタンを設置。水道使用状況のチェックで、プライバシーを守りながら安全確認もしています。

手作りのお食事
建物内の食堂で手作りした温かい食事を朝・晩お楽しみいただけます(有料・選択制)。

見学会開催中
ひばりが丘南 5/11(火)・24(月)
柳沢 5/21(金)・22(土)
①10:30 ②13:00 ③15:00
「コロナ」感染予防のため予約制です。お気軽にお電話ください。※無料

個別見学実施中
お電話でお申し込みください。
※ご来訪時は、マスクの着用・手指消毒のご協力をお願いします。

積和グランドマスト株式会社 ☎0120-815-823
9~18時 / 土・日・祝日 定休
グランドマスト 検索



あれあれ、それぞれ

おーい、母さんあれ持

これはサザエさんでよ



松原 清二 医師
在宅療養支援診療所 まつばら
ホームクリニック 院長

フネお母さんとの会話で
す。まさしく心伝心で
す。先日診察の場面での
ようなことがありまし
た。

ただ、私の心の中で一
抹の不安があり、お願い
しました。
ちよつと飲んでもうう
といた黄色い薬見せて
もらおうかな？

「はい、分かりまし
た。
と言つて見せてくれた
薬は、以前がの骨転移
に對して使用していた黄色
の包装に入った薬でし
た。そこで、私が指示した
薬は別の黄色の包装に入
った薬であることをお伝
えし、現物も一緒に確認

【まつばらホームクリニック】
042-439-1250
西東京市東町4-14-18-2F
(訪問中のため不在が多い)



老後を安心して暮らす

自由と快適さが
両立する暮らし
カルムコート武蔵野



広々としたモデルルーム

コロナ禍で注目の「安
心できる老後の住まい」。
この地域での実績を重
視するなら、所沢街道沿
いにある「カルムコート
武蔵野」が1押しだ。

ホテルのような雰囲気
には、大人気の眺望抜群
で、居室も47〜66平方
メートルの大浴場も。また、体操
と夫婦でもゆつたりの広
など健康ケアも行き届い
さ。食事はレストランの
ていど各写真。

バス停が目の前で、
り立てを味わえる。9階
イオンモール東久留米も

【介護付き有料老人ホーム
カルムコート武蔵野】
042-469-8251
東久留米市南沢5-18-38



生花祭壇の一例

仏事の
よろず
相談所
奥野式典

コロナ禍で弔問
できないときに

一日葬などの小さな
葬儀が増えています。
そんななか、「弔問でき
ないのだけど、どうした
らいいの？」という相
談を頂くことが増えてま
した。

「コロナ腰痛、肩こりは「たしろ」へ
読者は初診料
2千円が無料
ひばりヶ丘駅7分、駐車場完備



完全予約制で、感染予防
も念入りだ
「たしろはりきゅう・整体院」
042-410-0463
西東京市住吉町4-8-19

完全予約制で安心
同院は完全予約制。
鍼灸は専用の施術着があ
るので女性も安心を。

「不調は我慢せずに、
早期のケアが大切です。
高年齢の体に詳しく、痛
みを起こさない過ごし方
なども教えてくれる。」
と呼びかけるのは、こ
の道25年超という「たし
ろはりきゅう・整体院」
の院長。
「ごに行っても痛み
が取れないという方は、
ぜひご相談ください」と
田代院長。

【たしろはりきゅう・整体院】
042-410-0463
西東京市住吉町4-8-19
完全予約制 駐車1台
9〜18時 日祝定休

以前であれば、後日に
ご自宅を訪ねることもで
きました。が、コロナ禍で
は訪問自体がタブーで
す。とはいえ、最後のお
別れに何かをしたいとい
うのは当然の感情です。

奥野式典が「ちばんお
勧めしているのは、生花
(供花)を贈るのです。
お花は、基本的に祭壇
の周りに飾られます。お
花が増えることで、祭壇
の見栄えがより良くな
り、ご葬儀会場の雰囲気
が和らぎます。

弔問できない場合に利
用されるものとしては弔
電がありますが、個人の
期日厳守のものです。
「お花を贈る場合
ですが、可能ななら、施行
する葬儀社に直接頼む
うにしてください。とい
うのも、お花は祭壇の色
合いと合っていることが
理想だからです。また、
電があります。個人の
方にはあ
まりお勧
めしませ
ん。特に10
の不安事などのご相談に
応じています。お気軽に
ご連絡ください。」

【奥野式典】
0120-3594-76
相談：東久留米市滝山4-1-40
本社：三鷹市野崎2-20-12

弔電や香典は？
結果になりかねません。
さて、お花を贈る場合
ですが、可能ななら、施行
する葬儀社に直接頼む
うにしてください。とい
うのも、お花は祭壇の色
合いと合っていることが
理想だからです。また、
電があります。個人の
方にはあ
まりお勧
めしませ
ん。特に10
の不安事などのご相談に
応じています。お気軽に
ご連絡ください。」

弔問できない場合に利
用されるものとしては弔
電がありますが、個人の
期日厳守のものです。
「お花を贈る場合
ですが、可能ななら、施行
する葬儀社に直接頼む
うにしてください。とい
うのも、お花は祭壇の色
合いと合っていることが
理想だからです。また、
電があります。個人の
方にはあ
まりお勧
めしませ
ん。特に10
の不安事などのご相談に
応じています。お気軽に
ご連絡ください。」

町の特選情報

認知症予防に補聴器
「聞こえをサポート専門店」きりん堂
042-451-8288
西東京市田無町4の16の5

5月のエアコン清掃2台でお得
おそうじスッキリ おそうじ専門店
掃除のプロ「おそうじスッキリ」で
は、今月「エアコン」清掃が1台9千
文(税込)2台1万8千(税込)1台9千
6百(税込)のおそうじ
機能付きは1万5千(
税込)を使わない季節に
掃除するのがお得だ。

注意すべき点
では、どのように原稿
をおろそかにすると、表現
が、文章というのとは基本
的に、「二重」から「読
み返す」「表現を磨く」と
いう作業が伴う。これを
おろそかにすると、表現
が、文章というのとは基本
的に、「二重」から「読
み返す」「表現を磨く」と
いう作業が伴う。これを
おろそかにすると、表現

自分史の書き方⑩
表現と校正
1月から「技術編」として、4回にわたり取材
や書き方について触れてきた。その最終段階とし
て、今回は表現と校正について語ろう。

本稿に入る前に、まず、
の未熟さにとまらせず、
連載が2カ月ほど滞った
ことをお詫びしたい。
「忘れてしまった」と
文章のうまい人は一度
いう方もいるかもしれな
でピンと決まった文章
を書ける」と思ってい
る人が少なくないが、実
際はプロほど読み返す。
作業での最終段階とな
る、表現、そして校正に
ついて考えてみたい。
「推敲」の故事を持ち
出すまでもないだろう
一人書き上げるため、
が、文章というのとは基本
的に、「二重」から「読
み返す」「表現を磨く」と
いう作業が伴う。これを
おろそかにすると、表現

遺言・相続
無料個別相談
西東京市 (いずれも5月)
コール田無 23日(日)
保谷こもれびホール 28日(金)
東久留米市 (いずれも5月)
東部地域センター 13日(木)、24日(日)
市民プラザ (市役所1F) 18日(火)、23日(日)
西部地域センター 19日(水)、25日(火)
南部地域センター 20日(木)、30日(日)
スペース105 (市役所前) 21日(金)
行政書士 たいけい事務所
0120-966-954
http://taikei-office.com

暮らし便利帳
便利屋オールマイティ
0120-892-056
便利屋✓見積り無料0
422(53)6909 渡辺

でも、事実でないことを
断定するのは避けたい。
「子どもが10人いた」と
「子どもが約10人(例え
ば9人)いた」は決して
同じことではない。
校正のポイント
最後に、間違えやすい
ポイントを指摘しておこ
う。
▼固有名称(特に人の
名前は、思い込みで間違
ったまま書き残す恐れが
ある)
▼見出しやキャプショ
ン(本文は読み返しても
見出しの文字を見過ぎず
ケースは多い)
▼目次(目次を入れる
場合、ページ数がずれて
いるケースが散見する)
▼どんなに優れた文章を
書いても、誤字があるだ
けでその信ぴょう性は一
気に下がる。神経質にな
り過ぎてはいけませんが、
できる限り正確に書き残
すようにしよう。
(文/本紙代表・谷隆一)



たった1回の採血(6ml)で部位別に「がんリスク」を判別

検査会場と日程 すい臓を含む男性6部位・女性9部位対象!

田無病院

西東京市緑町3-6-1 ※駐車場あり
西武池袋線ひばりヶ丘駅 徒歩12分
※病院への直接のお申込み・ご質問はできませんのでご注意ください。

毎週月、水、土曜日
9時~12時 ※検査時間は5分程度

お申込みはこちら 完全予約制

メタロバランス 検索

gankensa.jp

多くのがんリスクを1度に判別できて

検査費用 (保険適用外) **16,500**円

お問合せ 株式会社レナテック

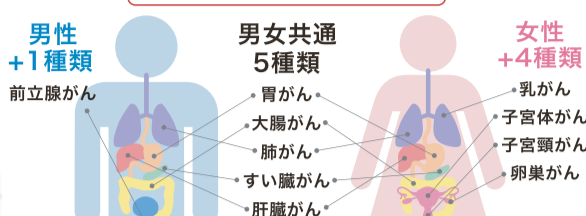
0120-785-602

または0463-74-6129

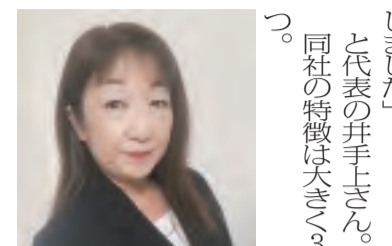
Eメール mbinfo@gankensa.jp

営業時間/月~金 9:00~17:30(土・日・祝休み)

リスクをお知らせできるがんの種類



僅かな採血で、女性9部位、男性6部位のがんリスクを部位別に判別するメタロバランス(MB)検査は、神奈川県立がんセンター千葉県がんセンター、(株)レナテック3者の共同研究を経て2019年に実用化し、全国で既に2万人以上の方に受検していただいております。



井手上代表
③思い出コーナー
思い出コーナーなど、故人を偲ぶ工夫

新登場葬儀社「SAKURA」

見積もり以内の施行思い出コーナー
「SAKURA(さくら)は、現場経験10年以上の井手上恵さんが今年創業した新しい葬儀社。東村山市を拠点に、西東京・東久留米・小平など各市でも施行している。「多死社会で葬儀がシ

「必ず見積もり以内見積もりには「予備費」を設け、提示金額内で収まる工夫をしている。「追加料金は不快なもの。後味の悪い葬儀にしたくない」と井手上さん。なお、予備費を使わなかった場合は、内訳を明瞭にして返金している

「必ず提示金額内」と対応可能。事前相談・見積もりは無料で実施。特になお、葬儀(ご)でもを凝らしている

リニエールのため昨日、秋から休園していた「西武園ゆうえんち」(所沢)「心あたたまる幸福感」をコンセプトで再リニューアルする

19日、リニエールオープン 西武園ゆうえんち
リニエールのため昨日、秋から休園していた「西武園ゆうえんち」(所沢)「心あたたまる幸福感」をコンセプトで再リニューアルする

ひばり中村眼科
042-439-3617
受付時間/午前9:00~12:00 午後14:30~17:30
火曜日は手術のみ 休診:日曜/土曜午後

「庭づくり」の前に「デザインを考える」
毎日眺め、活用する「お庭」には、その家に合ったデザインが必要だ。

お庭のお手入れもお任せください!
草むしりも、枝切りも! 見積もり無料
別荘地の草刈りも承っております
施行例:岐阜県可児市、長野県松本市etc

夏は目の前 とにかく! やせたいあなたへ!

耳つぼダイエットで無理せず1ヶ月-3~5kg



お客様の声 [37歳 女性]
6カ月でなんと-22kgを達成!
ウエストもなんと-19cm!
80キロからダイエット開始! 半年で22キロのダイエットに成功! ダイエット中は体調も良く、むしろ力がみなぎってくる感じでした。短期間に健康的にしかもこれだけ確実に痩せるダイエットは他にありません。耳つぼダイエットをやって本当に良かったです!

耳つぼダイエットはドクターも検証したダイエット法なので安心です!
当店の耳つぼダイエットはお医者様も検証したダイエット法です。あなたもダイエットに成功し、さらに健康にキレイになっていく楽しさを実感してください。

カウンセリング無料

今すぐ「タウン通信」を見たとお電話ください
大樹はりきゅう整骨院併設 **ヘルシーライフ田無**
042-452-7133
9~13時 / 15~19時 ※土曜は18時まで 定休日 木・日・祝

5月の運勢

★のオキテ

一白水星	交渉事はモタつき気味。一意専心、集中力を切らさないで。二黒土星 包容力でリーダーシップを発揮。ユーモアのセンスも光らせて。三碧木星 アクシデント多発で、泣き面に蜂。大きいことは言わないで。四緑木星 巣ごもり出費はかさむが、楽しみもあり。趣味に没頭もよい。五黄土星 チャンス到来。選択肢は複数ある、焦らずじっくり吟味して。六白金星 活躍の場をリモートに広げて地方を
------	---

在宅療養支援診療所

地域の皆様に安心した医療を提供いたします
042-439-1250
http://m-hc.jp
土・日曜 7:30~ / 火曜 9:00~
FM 西東京で放送中
84.2MHz
当院は機能強化型在宅療養支援診療所に認められています。

「庭づくり」の前に「デザインを考える」という事
毎日眺め、活用する「お庭」には、その家に合ったデザインが必要だ。
グラスリンクでは、経験豊富な女性デザイナーが、施主様のご要望を丁寧にお聞きしたうえで、理想的な設計を図面でご提案させていただきます。
お気軽にご相談ください。

ガーデン設計・施工 **グラスリンク**
0120-283-428
女性ガーデンデザイナーが植樹1本から提案します
ご予算に合わせて提案します
グラスリンク 検索 店舗

＜SAKURA＞
0120-17-7676
080-7297-7676
東村山市栄町1-24-1-601
24時間・365日対応
sakura.no.sogi@gmail.com
sakura-sogi.net

リニエールのため昨日、秋から休園していた「西武園ゆうえんち」(所沢)「心あたたまる幸福感」をコンセプトで再リニューアルする

19日、リニエールオープン 西武園ゆうえんち
リニエールのため昨日、秋から休園していた「西武園ゆうえんち」(所沢)「心あたたまる幸福感」をコンセプトで再リニューアルする

市長選挙異議申し立て
都選管へ 西東京
2月に行われた西東京市長選挙で配布された法定ビラに問題があったとして、「西東京市長選挙・異議申し立ての会」が東京都選挙管理委員会に選挙の効力に対する異議申し立てを行った。

七赤金星 沈黙は金
巣ごもりは幸いかも。ガーディングで気力アップ。
八白土星 決断は来月に回して、従来の仕事を丁寧に。遠方から吉報。

九紫火星 日頃の努力が開花。婚活も好調だから、古い関係は清算して。(九星研究家 野村徳子)

お庭のお手入れもお任せください!
草むしりも、枝切りも! 見積もり無料
別荘地の草刈りも承っております
施行例:岐阜県可児市、長野県松本市etc