

タウン通信

スマイル

NO.479

☎042(497)6561
(不在の場合、留守電対応)

☎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

大手コンビニエンスストア「ファミリーマート」が行うフードドライブをご存じだろうか？ 全国約1900店舗で実施され、この地域でも小平市や東久留米市で取り組まれている。小平市で連携するのはNPO法人「カモミール」。食品回収の日に同行した。

同行ルポ 「子ども食堂」のカモミールと食品回収 24時間フードドライブ ファミリーマートで広がる善意の輪



寄付された食品類を回収するNPO法人「カモミール」の田中貴子理事長(右)ら

ファミリーマートの組み。小平エリアでは今年7月から、公民館など体やNPOと連携して行われる「子ども食堂」の形で、参加店舗で不要な食品を回収するNPO法人「カモミール」と連携して、食品を預かり、それを「カモミール」と連携して求める人に届ける取り組み。現在、その回収は月に1回ペース。先週11日に同行した。

食品を預かるボックスの場所は、レジ前だったり、冷凍コーナーの横だったり。寄付された食品類を集められていく。詳細は同NPO(☎080-7963-6267)へ。

ある店では、賞味期限の提供で同NPOスタッフに手渡す場面も。店舗は、小平市での参加店は小平天神町四丁目店・小平大沼町二丁目店・小平回田町店・小平小川町店・小平上平たかの街道店・小平上水南町店・小平中宿通り店の8店。

と店により異なる。多い店では買物かご2つが満杯になるほどの食品類があった。目立つのは、ドリンク類や缶詰、インスタント食品類。驚くことに千疋屋のゼリーや、とらやのようかんなどもあった。

「小平市での回収量は多いほうだと聞いています。提供していただける地域の方々、そして参加店舗の皆さまに感謝の気持ちでいっぱいです」とカモミール理事長の田中貴子さん。

平櫛田中の回顧談 57年後の刊行 生誕150年に合わせ、学芸員が編集

小平市で最晩年を過ごした。同市名誉市民でもあった。1965年(94エピソード)などが、多彩な回顧談が、生誕150周年を記念して、学芸員が編集した。



『平櫛田中回顧談』を手にする藤井明学芸員。東京芸術大学で教えていた頃、平櫛田中を振り返ったインタビュー記事が、「確認したい」という思いで、平櫛田中の手元に原稿館学芸員の藤井明さん。開館中。同館でも同書を販売している。

平櫛が他界したため、おていたが、「独占していい」という決まりの悪さを感していた」という。話し言葉なので読みやすく、エピソードも満載で面白い。平櫛田中を知らなくても楽しめる一冊です。

「内容は貴重なもので、いつか出版したいと願っていました」

2420円、中央公論新社。なお、同館では27日まで、特別展「平櫛田中 生誕150年展」を開催中。同館でも同書を販売している。

3期生募集 今なら入会金3,000円が無料に!!

11レッスン500円 全10回で学べる着物教室

雪花きもの学院 東村山教室

- 開校曜日 日・月・火 ●教室開講日 12/4~開校予定
- 時間 ①11:30~ ②14:30~ ③18:30~
- 無料体験日程 11/20日(日)・11/27日(日)・11/29日(火)

①手ぶらでラクラク!ワンコイン(500円)で着付け教室
②着物・帯・小物無料で貸し出し ③しっかり学べる少人数制
④予定が変更になっても振替教室があるから安心

早期特典:入会金3,000円→無料
受講料:全10回:5,000円(1回500円ワンコイン)

東村山市栄町2-4-4 ヘルピービル2階 ☎049-236-3528(いつ和川越店)

11000円で本格エステ体験

シミ・シワ解消 ビューティシヨップさいき

今月末まで限定

なんと11000円で本とメイクまで付いた、約2時間の充実したフェイシャルコースで、プロ専用機器での超音波マイクが花小金井駅近くのロトリートメントや人気「ビューティシヨップさいき」(な)を体験してみませんか?

体験者からは「これが11000円なんてうそみたい!」「体験しなきゃ損!」「その場で美肌をうれい!」「その場で美肌をうれい!」と好評です。

綿密なカウンセリングから始まり、美容成分導入(ポレーション)など、4000円台で通えるリーズナブルな価格を実現しています。この機会をお見逃しなく。タウン通信を見たと気軽にお電話を。

042-464-2230
小平市花小金井6-31-6
定休:日曜・第3水曜午後
営業:10~20時
https://bs-saiki.com/

まだ間に合う! 年末に向けてスリムに美しく

お腹の脂肪を落としたい50代のあなたへ

耳つぼなら 体も心もスッキリ! お気に入りの服が着れたと評判です!

1つでも当てはまる方はお電話を!

- ✓ 医師に痩せなさいと言われた方
- ✓ 健康診断の数値が気になる方
- ✓ 去年の服がきつくて着れない方
- ✓ 色々試したが痩せられない方
- ✓ お腹や手足の冷えが気になる方
- ✓ 人生を変えてみたい方

医師も検証したダイエット。「我慢しない、無理もない!」健康重視で心が折れないダイエットをご提案。10代からシニアの方まで懇切・丁寧にサポート。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

店長 上田 容子
痩身カウンセラー・看護師・健康管理士上級指導員

やせる健康相談 無料

耳つぼダイエット体験料 3,080円

運動が苦手な方、仕事や育児で忙しい方、食べること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 コロナ対策のため完全予約制です
ライフセラピー 「タウン通信」を見たとお電話ください。

042-425-3720

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

「遠い耳」は相談を

花小金井駅近く 店舗にて

専門相談員によると、「難聴は放っておくと重症化し、手遅れになる場合もあるので注意が必要」とのこと。

当日は専門の相談員が対応するため事前予約制となります。ご希望の方はお電話ください。

●部分に該当項目があれば相談会への参加を強くお勧めします。

当日都合が悪い方も別な日で調整しますので、お気軽にご相談ください。

ライフテクト ヤザワ
042-468-1210
小平市花小金井1-25-1 (花小金井駅北口・徒歩1分)
水曜定休 9:30-18:00

11000円で本格エステ体験

シミ・シワ解消 ビューティシヨップさいき

今月末まで限定

なんと11000円で本とメイクまで付いた、約2時間の充実したフェイシャルコースで、プロ専用機器での超音波マイクが花小金井駅近くのロトリートメントや人気「ビューティシヨップさいき」(な)を体験してみませんか?

体験者からは「これが11000円なんてうそみたい!」「体験しなきゃ損!」「その場で美肌をうれい!」「その場で美肌をうれい!」と好評です。

綿密なカウンセリングから始まり、美容成分導入(ポレーション)など、4000円台で通えるリーズナブルな価格を実現しています。この機会をお見逃しなく。タウン通信を見たと気軽にお電話を。

042-464-2230
小平市花小金井6-31-6
定休:日曜・第3水曜午後
営業:10~20時
https://bs-saiki.com/

聞き返すことが多い

テレビの音大きいと言われた... 「えっ?」 (数人)会話が聞こえない...

●テレビの音大きいと言われた
●聞き返すことが増えた
●話し声が大きいと言われる
●玄関チャイムの音に気付かず荷物を受け取れなかった
●町内会の役員会議が聞こえない

花小金井駅近くの「L Tヤザワ」で、12月9日(金)に聞こえの相談会(無料)を実施。

当日は専門の相談員が対応するため事前予約制となります。ご希望の方はお電話ください。

●部分に該当項目があれば相談会への参加を強くお勧めします。

当日都合が悪い方も別な日で調整しますので、お気軽にご相談ください。

ライフテクト ヤザワ
042-468-1210
小平市花小金井1-25-1 (花小金井駅北口・徒歩1分)
水曜定休 9:30-18:00

「羽毛ふとん 大セールの中」羽毛ふとん買うならー 地元の専門店が狙い目 5つの理由



「電話1本で取りに伺います!」

寒くなり羽毛ふとんの購入を考えたい季節。通販などの利用も目立っていますが、創業60年超の老舗「寶貴プラザ丸保」店長は「納得できる買い物には地元専門店が狙い目」と話す。その理由は――

①配達無料 「送料値上げが増える中でも、近いですが、内容や価格の隣エリアの配達無料なのは地元のお店ならでは」

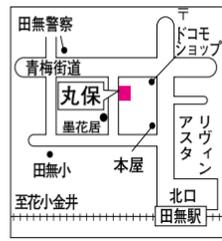
②ふとん無料処分「ふとん購入者にも取付過程で納得してのふとんを無料で処分」

③お買得品・掘出し物 あり 「羽毛も値上がりしていますが、専門店ならではの品揃えでリーズナブルな価格で見繕って伺い、好評です。」

④出張販売 「外出先へ出張販売」

⑤打直し、羽毛作り替え 「綿ふとんの打直し、仕立てだけでなく、羽毛ふとんのリフォームもできます。お気軽にご相談を。シングル・2万1780円(税込)」

こう聞くと専門店の魅力が見えてくる。同店は西東京市プレミアム広域センターの対面店。Pay Pay、楽天ペイ払い可。午前10時～午後7時。駐車場あり。火曜定休。☎042-4611678 西東京市田無町4の29の8



評をいただいています」

「打直し、羽毛作り替え」

「綿ふとんの打直し、仕立てだけでなく、羽毛ふとんのリフォームもできます。お気軽にご相談を。シングル・2万1780円(税込)」

相続のついでが本音で解説 遺言・相続 相談

時間が掛かる相続 相続に掛かる時間は、本当に千差万別です。相続人の仲が良く、全員がご近所にいる場合などは、驚くほどスムーズに進みます。

一方で、複数の相続人、遠方、複数の相続人、ご近所にはいる場合などは、驚くほどスムーズに進みます。

「遺言・相続」の相談は、遠方、複数の相続人、ご近所にはいる場合などは、驚くほどスムーズに進みます。



「遺言・相続」の相談は、遠方、複数の相続人、ご近所にはいる場合などは、驚くほどスムーズに進みます。

無料個別相談 日程・会場

東久留米市 (いずれも11月)

東部地域センター 18日(金)

市民プラザ(市役所) 21日(月)、25日(金)

南部地域センター 24日(木)

西部地域センター 26日(土)

※いずれも予約制 ※50分無料 ※秘密厳守

「遺言・相続」の相談は、遠方、複数の相続人、ご近所にはいる場合などは、驚くほどスムーズに進みます。

「遺言・相続」の相談は、遠方、複数の相続人、ご近所にはいる場合などは、驚くほどスムーズに進みます。

(行政書士たいけい事務所) ☎0120-966-954 東久留米市氷川台1-1-9 9:30～18:00 定休：土日祝

針 伝 心



土居望 土居治療院院長 開業40年で、治療した患者は約20万人以上。著書に『東洋医学ノート』(法研)、『あなたもツボ治療の達人になれる』(青泉堂)

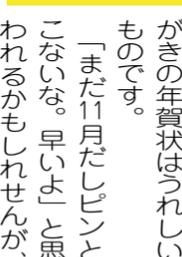
東洋医学では脈を診るだけで全身のツボ(経絡)と生命状態を知り得る。また、タオ指圧という流派では経絡が目で見えるのだと聞く。

こんな非科学的な話では、最強A(人工知能)局、藤井聡太、豊島将之戦、読んでいたと分かる。人は高度な思考をするものであって、複数の経路の研究より。ネズミの働き(理研)棋士の思考回路の研究より。ネズミの働き(理研)棋士の思考回路の研究より。ネズミの働き(理研)棋士の思考回路の研究より。

初心者は誰も信じない。ところが熟練した治療家ほど否定する人が少なく、歴史に残る大家たちがこれを肯定する。東洋医学では、なぜこのように迷信を信じ続けるのかわかる。

このことについて棋士は藤井優勢から藤井勝ちに変わった。つまり、藤井氏は22億局面先を読んでいたAよりも深く先を、人は高度な思考をするものであって、複数の経路の研究より。ネズミの働き(理研)棋士の思考回路の研究より。

パソコンのお助け隊



「Day Mar he」19日(土) 「公開録音アスタジオ」20日(日) 「第3次総合計画市民参加パネル展」21日(月) 「北海道直送」26日(土) 「マイナンバーカード/マイナポイント出張申請サポート」22日(火) 「19日(土)午後5時」26日(土) 「北海道直送」26日(土)

「Day Mar he」19日(土) 「公開録音アスタジオ」20日(日) 「第3次総合計画市民参加パネル展」21日(月) 「北海道直送」26日(土) 「マイナンバーカード/マイナポイント出張申請サポート」22日(火) 「19日(土)午後5時」26日(土) 「北海道直送」26日(土)

年賀状の準備は余裕ある今から！ パソコンのトラブル、設定、修理に飛び回っている「西東京パソコンレスキュー」です！

早いもので今年も残り1カ月半。そろそろ年賀状の準備ですね！ 最近ではEメールでの年賀状が多くなっていますが、やっぱり、は

「プロ推奨パソコン販売! DELL Inspiron 15 3000 シリーズ」

第11世代 Core i3 / Windows11 Home / メモリ8GB / SSD256GB / MS Office Personal / 15.6インチモニター

139,590円 初期設定導入サポート付き(税込)

【西東京パソコンレスキュー】 ~トラブル・ご相談なら~ ☎042-451-3760 西東京市田無町2-19-8-2F 営業時間：10時～19時(土日祝も受付)

イベント情報

疋田陰流 秋の演武会 20日(日)、午後0時15分～1時45分、東村山市民スポーツセンター。剣術に取り組む月影塾による演武。体験あり。園芹澤さん ☎080-4165-2962

ルネこだいらランチタイム・コンサート 23日(休)、正午～午後1時予定、小平市ルネこだいら。東京吹奏楽団メンバーが奏でる木管三重奏(オーボエ、クラリネット、ファゴット)。エルガー「愛の挨拶」ほか。500円。園同市文化振興財団 ☎042-345-5111

クラウドファンディング実践講座 26日(土)・12月3日(日)、午後1時30分～3時30分、小平市民活動支援センターあすびあ、およびZoom。連続講座。講師はREADYFOR(株)のスタッフなど。会場、Zoomとも先着10人。申し込みは19日まで。園同センター ☎042-348-2104

星美智子ソプラノコンサート 12月1日(日)、午後2時30分～、国分寺市cocobunjiプラザ。「クリスマスに愛を込めて」をテーマに、オペラの名曲など。2000円。主催はファーマイ。園世尾さん ☎042-308-0903

写団東久留米写真展 12月1日(日)～5日(月)、午前10時(1日は正午)～午後5時(5日は3時)、東久留米市スペース105。風景、花、野鳥など会員5人の作品30枚を展示。園高橋さん ☎090-3040-5195

日本文化の本質を学ぶ 12月3日(日)、午後2時～4時、西東京市柳沢公民館。「和(にぎ)とは何か?」をテーマに、富士学苑顧問の山口隆之さんが話す。主催はMeC 西東京。園末光さん ☎042-464-2558

木下大サーカス 立川で10組20人ご招待 12月24日～3月12日 猛獣ショーなど

創設120周年を迎えている「木下大サーカス」が、2年ぶりに立川で開演される。12月24日(土)から来年3月12日(日)まで、立川立飛特設会場(立川市泉町635の27)にて、「タウン通信」の「意見」ホワイトライオン世界猛獣ショー、空中ブランコなど。会期中、毎週木曜日など休演日あり。3500円(前売り3000円)、3歳～高校生2500円(同2000円)など。

上映会「医師 中村哲の仕事・働く」

パキスタンやアフガニスタンのために当地で働いてきた医師 中村哲さんの活動を追ったドキュメンタリー映画「医師 中村哲の仕事・働く」が、19日(土)午後7時から、12月8日(木)午前10時から、西

木下大サーカス 立川で10組20人ご招待 12月24日～3月12日 猛獣ショーなど

創設120周年を迎えている「木下大サーカス」が、2年ぶりに立川で開演される。12月24日(土)から来年3月12日(日)まで、立川立飛特設会場(立川市泉町635の27)にて、「タウン通信」の「意見」ホワイトライオン世界猛獣ショー、空中ブランコなど。会期中、毎週木曜日など休演日あり。3500円(前売り3000円)、3歳～高校生2500円(同2000円)など。

庭づくり・外構工事の前に「デザインを考える」

庭や雑草の手入れが大変 剪定の費用がかさむ ステキな庭がほしい 段差がきつい。平らにしたい

女性ガーデンデザイナーが、お客様のご要望、生活スタイルなどに合わせて理想の設計を図面でご提案します

ガーデン設計・施工 **グラスリンク** ☎0120-283-428

ポストイング 配布員 募集 時給1500円相当 ※エリアにより異なります 「散歩がてら少しだけ」という方も大歓迎です 詳しくはお気軽にお問い合わせください! (株)タウン通信 ☎042-497-6561 info@town-t.com ※留守時は連絡先をご伝言ください

庭づくり・外構工事の前に「デザインを考える」

庭や雑草の手入れが大変 剪定の費用がかさむ ステキな庭がほしい 段差がきつい。平らにしたい

女性ガーデンデザイナーが、お客様のご要望、生活スタイルなどに合わせて理想の設計を図面でご提案します

ガーデン設計・施工 **グラスリンク** ☎0120-283-428

庭づくり・外構工事の前に「デザインを考える」

庭や雑草の手入れが大変 剪定の費用がかさむ ステキな庭がほしい 段差がきつい。平らにしたい

女性ガーデンデザイナーが、お客様のご要望、生活スタイルなどに合わせて理想の設計を図面でご提案します

ガーデン設計・施工 **グラスリンク** ☎0120-283-428

大型コインランドリー

「滝山団地そば」所沢街道・ビッグエー奥の2店
 毎日の洗濯にも大掃除にも便利なのが、ワンス「ビッグエー」奥の南沢トップで乾燥までできる大型コインランドリー。「地域最安値」をモットーにする「スーパードライ」のインランドリー・しのみや、下表のようなリーズナブルな価格設定で利用しやすい。



「スーパードライ」のインランドリー・しのみや、下表のようなリーズナブルな価格設定で利用しやすい。

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。

動画

 動画が見られる方はこちら
 (約3分)

コラム 僕がガス会社を続けるワケ

朝晩が冷え込むようになり、今年も、暖房器具が活躍するシーズンに入ります。

ガスファンヒーターの問い合わせ急増です!

現在、ガスファンヒーターへの問い合わせが急増しています。手間いらずで便利なガスファンヒーターですが、新規購入のときだけは、ガス栓の設置などの作業が必要です。混み合っていること、お急ぎください!

さらに、石油ファンヒーターのように燃料を手作業で補給する必要はありません。真冬の寒いなかで石油を購入して補給するのは気の重い作業ですが、ガスファンヒーターなら、いつでもポタポタと暖まります。

このように、メリットの多いガスファンヒーターですが、よく聞かれる「安全性」があります。「ガスは怖い」という不安感があるようですが、最新機器は、ちよつと揺れただけでも自動消火するなど、安全対策が施されているので心配は無用です。安心して、お気軽にご相談ください。

Rinnai ガスファンヒーター RC-Y2402PE 希望標準価格 61,930円 **36,000円** (税込・取付・処分込)

Rinnai ガスファンヒーター RC-V4002PE 希望標準価格 67,320円 **38,000円** (税込・取付・処分込)

Rinnai ガスファンヒーター RC-US801PE 希望標準価格 106,700円 **57,000円** (税込・取付・処分込)

NORITZ 暖房風呂給湯器 GT-C2461SAW3H-1BL 希望小売価格 567,490円 **324,000円** (税込・処分込)

NORITZ 風呂給湯器 GT-C2462SAWX-2BL 希望小売価格 446,270円 **205,400円** (税込・処分込)



保合こもればホール本社・シヨールム

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

地元のお寺だから安心——大仙寺の永代供養墓・樹木葬

永代供養ならやっぱり「お寺が安心」。木葬の墓「ココロ」と「終活」や仏事でさまざまな新商品が生まれるなか、原点回帰で寺院を頼る人が増えている。小平市にある大仙寺では、最長35年まで個別に開山から400年以上の歴史を誇る。江戸末期の浮世絵師・歌川国芳の墓もある。墓地利用は宗派不問。実際、半数以上の埋葬者が檀徒以外という。「僧侶もいるので毎日供養してもらえ、お寺なら永続できる」と信頼できる。



開山から400年以上の歴史を誇る。江戸末期の浮世絵師・歌川国芳の墓もある。墓地利用は宗派不問。実際、半数以上の埋葬者が檀徒以外という。「僧侶もいるので毎日供養してもらえ、お寺なら永続できる」と信頼できる。

永代供養墓「やすらぎ」
 ●10万円~
 ●年会費等一切なし
 ●彼岸、お盆など手厚い法要

樹木葬型墓地「ココロ」
 ●10~35年で選択可能
 ●1区画3霊位以上納骨可
 ●30万円~

☎042-321-0755
 小平市上水南町2-11の20

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0120-8992-0556
 便利屋▽見積り無料0422(53)6909渡辺

次号は12月7日発行です
 本紙は第1・第3水曜発行です。次回は12月7日(水)発行です。

タウン抄

2つの計報
 少し前になるが、絵本の挿絵で著名な山脇百合子さんが亡くなった。この地域にお住まいで、2002年にインタビューしたことがある。親子ほどの年の差がある私にも丁寧な対応で、あれだけの著名人でありながら、掲載後にはお礼の電話までくださった。描かれた絵そのものように、愛らしく温かい方だった。私にとってその取材自体が大切な思い出になっていくのだ。このとき、編集過程も忘れられないものになった。経験の浅い私に、記事を書き直したのだから、自分史を配って、旧交を温めることもあった。奥様からお知らせいただいた(し)のし、しばらく絵だき焼香に上がる。遺本の表紙に「上写真」を眺めてから、「幸せ運んで40年」という見出しをすつと付けた。プロってすごいなと驚嘆させられた場面だった。あれから20年経ち、私も相応に経験を積んできた。現在では、この地域紙をベースに、各種の制作物も手掛けている。そんななかで自分史をう。読み飛ばされる宿命に作らしていただいた方ある。西東京市の古谷康之あるタブロイド紙でも、さんごいる。先日、古谷さんの計報を受け取った。えい、いかにきやんと伝えた。自分史を作ることになったのだが、1年を越せ(発行人 谷隆一)

オリジナル星座絵を再び

多摩六都科学館 プラネタリウム「全天88星座」
 多摩六都科学館のプラネタリウムで、19日(土)から来年1月29日(日)まで、1992年であることか全編解説の「全天88星座」が語る地球の地図が投影される。入館料は520円(4歳~高校生は210円)で、地域ゆかりのアーティスト・大小島真木さんがプラネタリウム鑑賞はプラス520円(同210円)。月曜休館(12月26日)で、2017年には開館、11月24日(木)および12月28日(水)から来年1月3日(火)まで休館。12月24日(土)・25日(日)は別プログラム。詳しくは同館(☎042-469-6100)へ。

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

運転免許の自主返納 を考えていますか?
自主返納で乗らなくなった車をどうしようか?

M-motors が **高価買取**

無料でご自宅まで出張査定にお伺いさせていただきます!
 必要な手続きも全て代行できるので安心です!!

乗らなくなった愛車高く買います!!
 最短3日でお振込します

名義変更・車両取引 手数料頂きません
 ディーラーで査定0円の車も 買取させて頂きます

M-motors TEL.0422-27-7050
 〒180-0021 東京都武蔵野市桜堤3-1-1 マインクビル1F

散骨のお手伝い
 お気軽にご相談ください
黄泉の国 旅立ち紹介 ☎070-8522-3578
 西東京市芝久保町2-14-11

