

スマイル
タウン通信

NO.502

☎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

柔術の世界チャンピオン

高本道場(小平市)主宰 高本 裕和 さん



岡田准一、玉木宏ら有 名人が参加し話題になっ た「ワールドマスター柔 術選手権(アメリカ開催)」の「マスター4 黒帯・ ライト級」で念願の優勝 を果たした。小平市、青 梅市で「高本道場」を主 宰しながらの47歳での快 挙。しかし満足すること はなく、「来年は階級を 上げ、できれば無差別級 も」と挑戦を続ける。

幼少時から柔道をやり たかったが、「太ったら たかかったが、太ったら 困る」と親に反対され、 そこで、徐々に活動の 場をブラジリアン柔術 へと。打撃のない柔術は へのダメージが少なく、 毎週のように各地を転 した。

そのようにして国内 外で実績を積み、柔術 の素晴らしさを広めた 「1」の思いも募って、 2017年に小平で「高 本道場」を開場。年少者 からシニアまで、生涯ス ポーツとして取り組める のが柔術の魅力の一つと 考えている。

「体を使ったチェス」 ともいわれるのですが、 どの技で仕留めるかをイ メージし、最初からス トリー立てて技を繰り 出していくのが柔術で す。その鍛錬は想像力を 養い、社会生活でも役立 つはずと思っています。

ちなみに、自身の必勝 ストーリーは、寝転ん



世界大会で表彰台の中央に立った

「メガジムという、ア メリカでは一般的なスタ イルです。私たちはここ を、「ちっちゃなメガジ ム」と呼んでいます」

いやいや、実績の面 での良い動きをいかに止 め、仕留めるかを考え抜 いた結果、自然とその必 勝パターンに行きつい た。年齢をハンデと感 じ、自分が複数の競技を経 験してきたこともあり、 道場では、柔術、柔道、 ボクシング、総合格闘技、 ヨガ、パーソナルトレー ニングなどさまざまに取 り組んでいる。同じ会費 であるが、

高本道場では、キッズ からシニアまで入会者 募集中。月会費はキッズ 6000円、レギュラー (男性)1万1000円な ど。現在、入会金無料キャ ンペーン中。住 所は小平市小 川町1の89の 12。詳細は同道場(☎080-20544600)へ。

田無音頭が全国講習曲に 踊りの所作まとめ、記録も

約10万人の会員がいる 公益社団法人日本フォークダンス連盟の全国講習 会で、今回、田無音頭が 題材となる。

西東京市を拠点に活動 12日(日)に静岡県熱海市で 講習される。1000人

規模で実施の見込み。 田無音頭は昭和36年頃 に、「東村山音頭」も生 み出した、土屋忠司作詞、 細川潤一作曲、三橋美智 也と下谷三三子が歌唱と いう豪華な顔ぶれで作ら れている。



「西東京けんやきの会」メンバー。前列右から2人目が上野八重さん

踊り方を調査し、記録に まとめたうえで、国立国 語院に伝えたい」と張り切 っている。

上野さんと同会は昨 年、「日本民謡の普及・ 振興に貢献」したとして、 団体・個人共に同連盟か ら表彰を受けており、全 国講習会に向けては、当 時の人々の思いがこもっ た唄と踊りを、多くの方

おおるりホール

家族葬に
お葬り
ホール

田中葬祭

☎042(461)1156・見学受付中

葬儀の1つの形
「一日葬」

一目で分かる

わかりやすい解説資料
無料でお送りします

365日年中無休 葬儀は24時間受付
☎0120-02-8888

ナモリアルアートの大野屋

令和5年 11月30日(木)

これからシルバーフェスタ 応援

参加費無料

開演 13:30 (受付開始13:00~)
終了 16:00 (予定)

【会場】
東久留米市立生涯学習センター
まろにえホール

※定員80名(先着順・事前予約制)
女優・心理カウンセラー
大場久美子氏

お申し込みは
公益財団法人
東京しごと財団(東京都シルバー人材センター連合)
Tel.03-5211-2571

【参加資格】
・都内在住の60歳以上
・シルバー人材センター未入会の方
・入会して働く意欲のある方

主催：公益財団法人 東京しごと財団 共催：東京都 公益社団法人 東久留米市シルバー人材センター 厚生労働省 高齢者活躍人材確保推進事業

公立昭和病院

第35回 市民公開講座

日時 11月11日(土)
開場：14:00~
講演：14:30~16:00

場所 ルネこだいら 中ホール
(西武新宿線 小平駅南口徒歩2分)
駐車場はございませんのでご来場の際は、電車・バスをご利用ください。

※発熱、倦怠感、咳などの症状がある方は、参加をご遠慮くださいますようお願いいたします。
※ご参加の方は、ホール内では必ず不織布マスクを着用していただきますようお願いいたします。

第1部 負担の少ない前立腺がん治療~ロボット手術という選択肢~
公立昭和病院 泌尿器科 医長 上原 翔

第2部 白内障の症状と治療
つちだ眼科クリニック 院長 土田 展生
副院長 鷲尾 紀章

1ヶ月-3~5kg! 運動いらずのダイエット 詳しくは⇒ ヘルシーライフ田無

今年の内に気になるお腹をスッキリさせたい方!
きちんと食べてしっかりダイエット! キレイに痩せておしゃれを楽しみませんか?

私達ヘルシーライフ田無ではあなたの痩せたい理由やお悩みなどを丁寧にお聞きし、痩せない理由を探ります。その上でなぜ太ってしまうのか、どうしたらリバウンドしないか、綺麗に痩せられるのか、いままでのダイエットがうまくいかなかった原因やダイエット成功へのポイントなど、分かりやすくご案内していきます。カウンセリング後は、おひとりおひとりにあった、ダイエットプログラムをご提案させていただきます。目標達成まで精一杯サポートいたします。

「お腹がすっきりしてきつかったスカートがはけた」、「階段の昇り降りが楽になった」、「健康診断の数値がよくなった」、「着たかった服が着れるようになって、おしゃれが楽しくなった!」などたくさんのお喜びの声をいただいています。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ぜひ実感してください。まずは無料相談で、お気軽にお問い合わせください。

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!
40代~70代の方も大幅減量中! 詳しくは無料相談で!

無料相談実施中 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 ※土曜日は18時まで 定休日 木・日・祝

公立昭和病院 地域医療連携室

☎042(461)0052(代) 内線2168
小平市花小金井8-1-1

■主催:公立昭和病院 ■共催:小平市医師会 ■後援:小平市

見極めたい 愛車の買取査定

車の買取への不信感が生まれている中、紹介したい業者がある。地域密着で正直な査定にこだわっている「ハッピーカーズ小金井・小平店」だ。

「徹底的に売り手の利益を存じでしようか?」これを買取額を合意した業者は、業界の慣習で「キズが見つかったら」と減額を画し、現金支払「た」などと減額していくや、その場での即決を求めないなどのスタンスを大事にしている。

- 安心の5つの仕組み**
- ・現金支払い
 - ・査定後は減額なし
 - ・素早く名義変更
 - ・無料の出張査定
 - ・即決不要



吉田代表が出張で査定してくれる

「減額査定という言葉を売らないはお客さまの自由。相見積りも歓迎なので、気軽に査定を依頼ください」とのこと。

「査定額を安くするのは、不信感を招くこのやり方を、当店では徹底して排除しています」

そう話すのは地元在住の吉田琢磨店長。写真。最初の見積り額を交

更することなく、依頼者の判断に委ねている。また、買取後は名義変更を1週間以内に行うのも特徴。実は、売りが決まるまで名義変更をしない業者は多いからだ。「一言でいえば、お客さま至上主義です。売ら

金買取価格最高値売却チャンス

1000円銀貨も買取強化中 東久留米上の原「わかば」

東久留米・上の原にある「買取店わかば」が、ロスアラザ東久留米店が、金の売却を呼びかけている。

「先月、金買取価格最高値を更新いたしました。それに合わせてか指輪などの持ち込みが多いです。『指輪が入らない』『サイズが合わない』『指



店舗前には大型駐車場あり



フロアにはソファも買取相場が見直されてい

また、1000円銀貨の買取相場が見直されていから気軽に電話を。ウソ通信を見た」と左記

【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 10～18時

無料個別相談 日程・会場

東久留米市 (いずれも11月)	3日(木)
市民プラザ(市役所)	16日(金)
東部地域センター	4日(土)
西部地域センター	7日(火)
	17日(金)
南部地域センター	13日(月)

- 【買取品一例】**
- ◎古銭・外国銭
 - ◎香水・化粧品
 - ◎株主優待券
 - ◎おもちゃ
 - ◎貴金属
 - ◎アクセサリ
 - ◎テレホンカード

クルマ高く売れるなら!

ハッピーカーズ
☎070-9111-7095
小平市喜平町 1-13-28-H205
koganei.happycars@gmail.com
ハッピーカーズ 検索

無料出張査定 申込はこちらから

仏事のよろず相談所

「ちゃん」の葬儀の実例

奥野式典では、「やりすぎ」でも「やらなすぎ」でもない「ちゃん」の葬儀を行っています。

◇利用プラン お花の家族葬 45万円
◇葬儀形式／無宗教お別れ会・1日葬・家族葬
◇葬儀場／東久留米市のご自宅

家族葬実例

葬儀社への支払い

- ・49万5000円プラン
- ・追加ドライアイス 1万1000円
- ・献花 20本 4400円
- ・ラストメイク・施行管理費 6万6000円

合計 57万6400円(税込)

葬儀社以外への支払い

- ・多磨葬祭場・火葬料(非課税) 9万円

一例として、先日の施行をご紹介しましょう。左表はそのときの料金内訳です。10人が参列された家族葬で、ご自宅でもゆくりと送りたいというお考えから、会場は借りませんでした。少

このベースでちゃんと別れができました。長く暮らした家での葬儀で、故人も満足しているはずですよとの感謝のお言葉を頂きました。

まずは「相談を

遺言・相続相談

最近の相続の注意点は、少前まではなかった相続の問題が、最近になって増えてきています。パソコンやスマートフォンを活用した資産の相続です。

具体的には、株や投資信託、金、その他の投資運用(仮想通貨等)など

「この証いよいよ注意ください。」

「この証いよいよ注意ください。」

「この証いよいよ注意ください。」

「この証いよいよ注意ください。」

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

まつばらホームクリニック

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
0120-8992-0056
便利屋▽見積り無料
0422(53)6909 渡辺

【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
奥野式典 検索

イベント情報

あみものへのあこがれ～小林すみ子・伊東千枝子・川井栄子グループ作品展～
2日(木)～6日(月)、午前11時～午後6時(6日は5時)、ギャラリー「スペースコウ」(西東京市柳沢6-1-11)。セーター・カーディガン・ニットアート作品・毛糸を使った小物など作家の個性を生かした作品を展示販売。同ギャラリー☎090-4718-8558

アメリカントールペイント展
10日(金)～12日(日)、午前10時30分～午後6時(12日は5時)、ギャラリー「スペースコウ」(西東京市柳沢6-1-11)。作家・重松優子さん主宰のアメリカントールペイントの教室展。重松さんや生徒たちによる、木製品やブリキ・布などに植物・鳥・動物などを描いた作品を展示。同ギャラリー☎090-4718-8558

小平中央公民館でサークルフェア
3日(金)～4日(土)、午前9時～午後5時(4日は3時30分)、小平市中央公民館。同市を拠点に活動するサークルや市民団体の展示紹介と体験会。同館☎042-341-0861

パレスチナ緊急トークイベント
5日(日)、午後2時～4時、成美教育文化会館(東久留米市東本町8-14)。講師は、パレスチナの撮影を続ける写真家の高橋美香さん。先着170人、予約制。1000円。主催はオリブの道。同川本さん☎080-4328-1025、khunchan0525@gmail.com

多摩北部5市美術家展
7日(木)～12日(日)、午前10時～午後6時(12日は5時)、成美教育文化会館(東久留米市東本町8-14)。北多摩5市に縁の美術家の作品32点を展示。東久留米市立第一小学校の児童の作品も。無料。同市企画調整課☎042-470-7702

小平消防署 ふれあいまつり
11日(土)、午前10時～午後2時30分、小平消防署。放水体験、はしご乗車体験(抽選)、キッズコーナーなど。同署☎042-341-0119

ドキュメンタリー「オレの記念日」
12日(日)、午後7時～、西東京市保谷こもれびホール。布川事件の冤罪で29年間を獄中で過ごした桜井昌司さん(8月に死去)のドキュメンタリー。1500円(事前予約1200円)。金聖雄監督の舞台挨拶あり。同フリーボード・カルチャー教室☎080-6597-2410

マッシモの会・ふれあいコンサート
12日(日)、午後1時30分～、東久留米市南部地域センター。声楽の基礎を学んだ面々が、日本歌曲やオペラアリアなどを歌う。全員のソプラノ歌手・橋本夏季さんがゲスト出演。800円、100人。同センター☎042-451-2021

ネイチャークラフト ワークショップ
18日(土)、午前11時～午後3時～、ガスマジューザム。5歳～小学生を対象に、草木などで冬のオブジェを作る。ケヤキ、リース、しめ縄から選択可能。各回先着3組(保護者同伴)。無料。同館☎042-342-1715

ウインズバストラール演奏会
23日(木)、午後2時～、東久留米市まろにえホール。吹奏楽団の定期演奏会。曲目は「マンボNO5」「ダンスニードレ」ほか。無料、500人。同西原さん☎042-424-4481

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
総合内科専門医・循環器内科医
・日本循環器学会専門医
・日本内科学会認定医
・認知症専門医
・認知症サポート医

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

在宅療養支援診療所

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長

「在宅療養支援診療所」は、在宅医療の発展に貢献しています。在宅医療の発展に貢献しています。

写真供養祭

日時 11/23(木・祝) 11:00~ 15名限定 要予約

会場 フューネラルリビング小平 (地図参照)
西武新宿線「小平駅」北口徒歩3分※駐車場あり

窓口 メモリアル相談センター小平
(フューネラルリビング小平となり)

受付 10/27(金)10:00~11/22(水)17:00
※事前に電話予約の上、窓口へ直接持参ください。

供養料 1箱1,000円
※箱のサイズは縦+横+高さの合計が約100cmが目安。
何に入れてもOK。アバルム、額縁に入ったままでも構いません。
※受付期間中や供養祭当日にメディアの取材撮影が入る可能性があります。

●申し込み お問い合わせ
☎0120-02-8888
無休 9時~17時 小平駅北口徒歩3分

11/23(木・祝) 写真供養祭

~フューネラルリビング小平にて~

これまで大切に残してきた写真、感謝の気持ち「写真供養祭」を開く。当日は「写真は思い出だから簡単に手放せない」なんて人も多いのでは。

「お葬式・お仏壇・お墓」でおなじみのメモリアルアートの大野屋では、11月23日(祝)午前11時から「フューネラルリビング小平」で「写真供養祭」を開催。当日は「写真は思い出だから簡単に手放せない」なんて人も多いのでは。

事前予約の上、メモリアル相談センター小平へお写真の持ち込みを。なお、供養祭の参加に関わらず、事前の写真持ち込みも受付中(要予約)。



不安の多い老後の一人暮らしの居る、地域で約30年暮らした。特に冬場は、ヒールの実績がある、所沢街道沿いの「カルムコート武蔵野」のリスクもあり、暖か「蔵野」レストランのよくな食堂で三食とも作り立てを味わえ、9階の眺望抜群の大浴場で体を温まらせてほしい。

そこで見学をお勧めし、望みを実現したい。

現在、昼食付きで個別見学ができる。見学日は心相談。「タウン通信」を見たお気軽にご予約を。

【介護付き有料老人ホームカルムコート武蔵野】
☎0120-605-472
☎042-469-8251
東久留米市南沢 5-18-38
カルムコート【検索】

冬を前に「安心の住まい」へ

広々とした居室と充実したスペース。カルムコート武蔵野。たいの、地域で約30年暮らした。特に冬場は、ヒールの実績がある、所沢街道沿いの「カルムコート武蔵野」のリスクもあり、暖か「蔵野」レストランのよくな食堂で三食とも作り立てを味わえ、9階の眺望抜群の大浴場で体を温まらせてほしい。

そこで見学をお勧めし、望みを実現したい。

現在、昼食付きで個別見学ができる。見学日は心相談。「タウン通信」を見たお気軽にご予約を。

主な特徴

- 約47~65㎡の広い居室
- 眺望抜群の大浴場
- 3食、厨房で手作り
- 介護が必要になったら専用居室に移動できる
- 日中は看護師常駐
- 看取りも可能

NORITZ タイルの浴室にも取付できます

暖房専用熱源機 GH-712W3H BL

浴室乾燥暖房機 ドライホットオートタイプ BDV-4105WKN (施工要)

セットの希望小売価格 287,980円
ヒートショック対策に!! 265,000円

Rinnai エコジョーズ暖房風呂給湯器 RUFH-E2407SAW2-3 (A) 希望小売価格 537,680円
304,000円

Rinnai エコジョーズ風呂給湯器 RUF-E2406SAW (A) 希望小売価格 469,920円
205,400円

コラム

僕がガス会社を続けるワケ

唐突ですが、WHO(世界保健機関)が冬季の室温については18度以上(子ども・高齢者はより高温を推奨しているのを)

ご存じでしょうか? 興味深いことに、室温の低い家に住んでいる方が、起床時の血圧が高くなる傾向があります。暖かい家には健康を守るのです。また、室温18度以上と以下の家の人を比べてみると、暖房機を上手に活用してハイパーでの稼働をしないこと、とあります。

また、古い機器を長く使うより最新の省エネタイプに替えたほうが光熱費は減らせます。西東京市では省エネ家電助成制度も継続しているの

ツヤ肌・美顔

見た目は年齢にアプローズ

「ビューティショップさいぎ」では、本格フェイシャルの初回お試しを、なんと1,000円の破格値で実施中。

「とにかく一度、エス分導入(ポレーション)、④クレイマスク」といって体験してみたい。その思いで実施する。トライアルは、超音波クマで付く。初回から効果を感じられるの。で、クリスマスやお正月などイベントに向けてもお薦めだ。体験者からは、「本当に気持ちも、もっと

【ビューティショップさいぎ】
☎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/

1100円で本格エステ体験

乾燥は天敵! ビューティショップさいぎ 早めのケアを!

空気が乾燥する冬本番を前に、今のうちにお肌のケアを!

花小金井駅近くの「ビューティショップさいぎ」では、本格フェイシャルの初回お試しを、なんと1,000円の破格値で実施中。

「とにかく一度、エス分導入(ポレーション)、④クレイマスク」といって体験してみたい。その思いで実施する。トライアルは、超音波クマで付く。初回から効果を感じられるの。で、クリスマスやお正月などイベントに向けてもお薦めだ。体験者からは、「本当に気持ちも、もっと

健康を守る 温かい住まいを

器の利用を控える人が増えるのではと心配しています。強調したいのが、大事なことは、適切

15台のビルトインガスコンロ展示中!

保谷こもれびホールそばの本社・ショールーム

健康を守る 温かい住まいを

器の利用を控える人が増えるのではと心配しています。強調したいのが、大事なことは、適切

15台のビルトインガスコンロ展示中!

保谷こもれびホールそばの本社・ショールーム

脊柱管狭窄症・坐骨神経痛に...

冷えてくると、肩、腰、どこの同院では、綿

「一回の治療で楽になりました」(50代女性)な

【たしほりきゅう院】
☎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

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

エネスパート

あなたの街のガス機器取替専門店

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

Rinnai 乾太くん

希望小売価格 206,690円
エネスパートパック価格 188,000円

この機会に暖房用にエアコン購入も有効ですね。脱衣所にも設置可能

また、古い機器を長く使うより最新の省エネタイプに替えたほうが光熱費は減らせます。西東京市では省エネ家電助成制度も継続しているの

次号は11月15日発行です

本紙は第1・第3水曜発行です。次回は11月15日(水)発行です。

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

町の特選情報

聞こえの悩みは「きりん堂」へ

補聴器専門店 市民まつりにも出店

「聞こえ」の不安は認定補聴器技能者が在籍の「きりん堂」へ。聴力測定、試聴無料。出張サービス、補聴器有料レンタルも。シチズン時計本社そば。なお、西東京市民まつりに出店。専用電池1パック500円販売、補聴器相談、愛犬グッズ販売も。

☎042-451-8288
西東京市田無町4の16の5
http://www.kirin-do.jp/
日祝定休、10~18時、P有

年末大掃除の予約開始

おそうじスッキリ おそうじ専門店

地元の掃除のプロ「おそうじスッキリ」が年末大掃除の予約を受付中。1番人気は換気扇1万3,200円、2番人気は浴室1万5,400円、3番人気は窓ガラスサッシ、キッチン、トイレなど。

☎042-439-6808
西東京市中町5丁目
担当: 荒井福一郎

11月の運勢

一白水星 人頼みは失敗のモト。自分のことは自分で始末をつけて。

二黒土星 うまい話や不意の思いつきはNG。深慮遠謀を肝に銘じて。

三碧木星 ひらめきを生かして生活改善を。家庭内のモヤモヤも改善傾向。

四緑木星 仕事は今イチながら、趣味の世界は充実。研究職の人は好調。

五黄土星 地味な努力が後々モノをいう。人とも情報とも、いい出会い。

六白金星 チャンス到来。仲間の協力がカギ。

七赤金星 トラブル多。高レベルより低レベルにシフト。実力発揮もならず。グチ

【生年表】 ※生まれ年から、該当する星をお探しください。なお、節分以前の生まれは前年になります。

一白水星	大7	大2	大11	大20	大29	大38	大47	大56	大65	大74	大83	大92
二黒土星	大元	大10	大19	大28	大37	大46	大55	大64	大73	大82	大91	大00
三碧木星	大14	大8	大18	大27	大36	大45	大54	大63	大72	大81	大90	大99
四緑木星	大13	大9	大17	大26	大35	大44	大53	大62	大71	大80	大89	大98
五黄土星	大12	大7	大16	大25	大34	大43	大52	大61	大70	大79	大88	大97
六白金星	大11	大6	大15	大24	大33	大42	大51	大60	大69	大78	大87	大96
七赤金星	大10	大5	大14	大23	大32	大41	大50	大59	大68	大77	大86	大95
八白土星	大9	大4	大13	大22	大31	大40	大49	大58	大67	大76	大85	大94
九紫火星	大8	大3	大12	大21	大30	大39	大48	大57	大66	大75	大84	大93

才キテ

を慎み、ベストを尽くせ。八白土星 思いを明快に打ちだし、実行のチャンス。婚活もいい流れ。

九紫火星 多忙な割に空回り。明鏡止水の心にな

箸漆器 袋物 益子焼 笠間焼 萬古焼 瀬戸焼 清水焼 小石原焼 小鹿田焼 美濃焼 備前焼 伊万里焼 佐賀の物産と全国 有田焼 信楽焼 織部 砥部焼 小代焼 萩焼 常滑焼急須 九谷焼 三川内焼 波佐見焼 やちむん

雨天も開催

大陶器市

全国の有名産地、窯元のやきものが一挙に勢揃い!!

全国陶器市開催中

新型コロナウイルス感染症予防対策

組合は下記事項をお約束し対策致します

1. テントの隅は営業中常時開放し風通しをよくし、換気に努めます。
2. 組合員はこまめに手洗いと手指の消毒、うがいを行いマスクを着用し接客します。
3. 会場入り口に「手指消毒剤」を用意いたします。

ご来場者様にもご協力をお願いいたします。

1. 混雑時はマスク着用をお勧めいたします。
2. せき、発熱など体調の悪い方はご来場をご遠慮ください。

詳しくは [全国大陶器市](#) 検索

社会福祉チャリティー 50万点を展示 大型テントで雨でも濡れずにお買物 各種クレジットカードOK 業務用も多数展示

カーナビ参考: 小金井公園 小金井市開野町1-13-1

●JR中央線利用の場合
 ・武蔵小金井駅下車、北口/バス乗場2,3番から西武バスに乗り「小金井公園西口」下車。
 ・東小金井駅下車、北口/バス乗場からCoCoバスに乗り「たてもの園入口」下車

●西武新宿線利用の場合
 ・花小金井駅下車、小金井街道に出て「南花小金井」バス停から西武バス武蔵小金井駅行に乗り「小金井公園西口」下車

●駐車場
 第一駐車場431台 第二駐車場126台
 普通乗用車1時間まで300円(以後20分毎に100円)
 ※休日は道路が混雑しますので公共交通機関のご利用をお願いします

11/11(土)~19(日) 毎日開催 会場 都立小金井公園 江戸東京たてもの園 前広場 特設会場

10:00~17:00 (最終日11/19(日)は14:00まで)

主催/佐賀県物産推進委員会 後援/小金井市、一般社団法人小金井市観光まちおこし協会
 共催/全国大陶器市振興組合、佐賀物産がんばろう会
 会場問合せ先/ ☎090-4777-6520 佐賀県西松浦郡有田町幸平1-1-2 ☎0956-59-6572

終活・遺言・相続 無料相談会

18日・22日 行政書士・栗川さん

終活・遺言・相続などに幅広く対応している行政書士・栗川善隆さんの「無料相談会」が好評だ。今月の開催は、18日(土)と22日(水)。会場は西東京市保谷こもれびホール。

「終活は早めに取り組んだほうが、できること、選択肢が広がります。各種のアドバイザー資格がある私に気軽に相談を」と栗川さん。開始時間は心相談。完全予約制。

行政書士の栗川善隆さん
 練馬区早稲田3-0-00
 ☎03-6915-8766
<https://office-kurikawa.com>

無料相談会予定
 11/18(土)
 11/22(水)
 両日とも13時~17時
 保谷こもれびホール(会議室)
 ※予約・開始時間は応相談

アスタの催し

アスタ・2階センターコートで以下催し開催。

「沖繩物産展」11月5日(日)まで開催中

「東北物産展」11月7日(火)~13日(月)

「まちづくりフェス」11月15日(水)~17日(金)

「九州物産展」11月21日(火)~28日(水)

詳細はアスタ ☎042-4602012へ。

座骨神経痛 (脊柱管狭窄含む) 手足の痛みシビシにはり一番

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)

西東京市が広報に本気! 民間からプロ招き、研修や実践

西東京市が情報発信力を強化している。先月16日には、市長、副市長、教育長も出席する、管理職約50人を対象にした広報の研修も行っている。

情報発信力の強化は池澤隆史市長の先導で取り組まれているもので、9月には、テレビ局などの経験が豊富な鈴木賀代子さんを広報専門職(現要)などと広報のポイントがレクチャーされ、情報発信のワークショップに一般職員向けの広報セミナーを2度行ったほか、「情報で市民とつながることが大事なので、広報スキルはどの部署でも身につける必要がある。適切に情報が伝われば協力したいという市民の意識も高まるはずで、市の力になると考えている」と鈴木さん。また、池澤市長は「西東京市は情報発信が弱いと言われていたが、今後は変わっていかなくてはならない」と話している。

情報発信力の強化は池澤隆史市長の先導で取り組まれているもので、9月には、テレビ局などの経験が豊富な鈴木賀代子さんを広報専門職(現要)などと広報のポイントがレクチャーされ、情報発信のワークショップに一般職員向けの広報セミナーを2度行ったほか、「情報で市民とつながることが大事なので、広報スキルはどの部署でも身につける必要がある。適切に情報が伝われば協力したいという市民の意識も高まるはずで、市の力になると考えている」と鈴木さん。また、池澤市長は「西東京市は情報発信が弱いと言われていたが、今後は変わっていかなくてはならない」と話している。

安心と真心の施工 おかげさまで地元で37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

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!

●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 はよいこと

☎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> 一福ホームサービス 検索

塗装工事完成価格 20坪~40坪 338,000円~562,000円

作業内容
 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◆

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。