



くつろぎの 伊豆散歩

少し気の早い花々と
魅惑の湯けむりに誘われて、
いざ、情緒あふれる伊豆の地へ。
熱海から東伊豆、河津、
南伊豆まで足を伸ばして
ひと足早い春を
探しに出かけませんか。
心踊る至福の春散歩へと
ご案内します。

「ミスモ」の人気連載を書籍化。上・下巻ついに完結!

写真でたどる、現代の

東海道 五十三次を往く

上巻 | 日本橋～袋井宿 下巻 | 見付宿～三条大橋

現代の東海道を、迫力ある写真と丁寧な解説で臨場感たっぷりにお届け!

上・下巻共 A4変形判 148頁

オールカラー

各1,650円(税込)



全国の主要書店、Amazon、
通販サイトにて好評発売中!

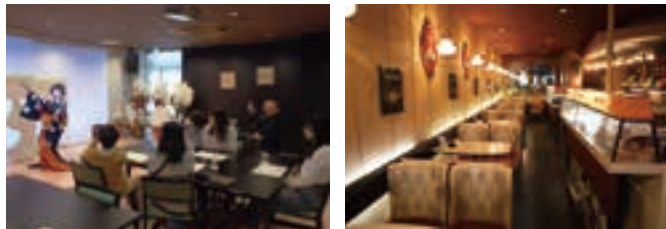
お求めはこちらからも

下巻は
1/31(水)
発売!





樹齢100年を超える古木を含め、60品種469本の梅の木が植わる熱海梅園。例年1~3月にかけて開催される「梅まつり」は、今年で80回目を迎える。



熱海芸妓の唄や踊りの鑑賞のほか、お座敷遊びも体験できる熱海芸妓茶屋(左)。熱海にはレトロ喫茶の名店も数多い。各店の看板メニューを制覇する強者も(右)。

ノスタルジックな雰囲気が残る平和通り商店街。老舗和菓子店から土産物屋まで、個性的な店が立ち並び、温泉まんじゅうやかまぼこなど、気ままに食べ歩きを楽しんで。

熱海

情緒あふれる温泉街 春の調べを満喫

全国よりひと足早く、春を迎える湯の町、熱海。熱海梅園では、日本でも早咲きといわれる梅の花が、2月には最盛期を迎える。
駅に隣接する平和通り商店街では、名物の誘惑に目移りしながら、ついついあれやこれやと食べ歩き。昨秋にオープンしたばかりの熱海芸妓茶屋で、磨き抜かれた唄や踊りを堪能したら、糸川遊歩道であたみ桜を見上げての「花散歩」と洒落込もう。
散歩の途中で小腹が空いたら、文豪も訪れたレトロ喫茶へ。看板メニューのハンバーガーを頬ばれば、たちまち昭和へタイムスリップ。町の喧騒から離れて海辺の親水公園に立ち寄り、春の海を眺めるのもまた一興だ。



糸川遊歩道の桜並木。「あたみ桜糸川桜まつり」では大道芸やバンド演奏なども行われる。



地中海北部のリゾート地のイメージで整備された親水公園。



第80回 熱海梅園
1/6 土 ~ 3/3 日

梅まつり

【時間】8:30~16:00
【入園料】一般300円 中学生以下無料
【アクセス】電車:JR来宮駅下車→徒歩約10分

期間中毎日
大道芸パフォーマンス
【場所】中央広場・見晴台
10:00~15:00 随時

期間中の日曜・祝祭日
甘酒無料サービス
【場所】中央広場
10:00~
※先着200名 無くなり次第終了

期間中の日曜・祝祭日
梅茶無料サービス
【場所】中央広場
13:00~
※先着200名 無くなり次第終了

熱海芸妓茶屋
2023年10月オープン

熱海芸妓の唄と踊りを鑑賞
芸妓と一緒に座敷遊び体験

昼席 約1時間(予約制)
ランチセット・お抹茶セット
夜席 約2時間(予約制)
各種プランあり
お問い合わせください

最新情報は
Instagramで
発信中!

湯めまちをどり華の舞

【会場】熱海芸妓見番歌舞練場
【開演】土・日曜日 11:00~(1回公演30分) 予約可
【鑑賞料】大人2,500円(ペットボトル茶付き) Tel.0557-81-3575
【アクセス】JR熱海駅より紅葉ヶ丘方面行きバスにて約10分→清水町下車

第14回 あたみ桜
糸川桜まつり
1/6 土 ~ 2/4 日 【場所】糸川遊歩道
ライトアップ 16:30~23:00 【アクセス】JR熱海駅より徒歩約20分

一般社団法人 熱海市観光協会 Tel.0557-85-2222

東伊豆

雛のつるし飾りと 極上の「稲取キンメ」



伊豆の豊かな海が生んだ高級金目鯛、稲取キンメの刺し身(写真奥)。洗練された味わいで、刺身のほか、煮付けや握り、しゃぶしゃぶとさまざまな調理法で楽しめる。一本釣りし、その日のうちに水揚げされるため鮮度は抜群。



カフェ兼レンタルスペース「ダイロクキッチン」。お惣菜カフェなどを営業(営業日は要確認)。



「雛のつるし飾りまつり」期間中に済広寺(上)と清光院で用意する御朱印(下)はさくらの香り付き。



空間を埋め尽くす豪華な雛のつるし飾り。女の子の健やかな成長を祈り、江戸時代から脈々と受け継がれてきた(写真は文化公園雛の館)。



稲取漁港直売所こらっしえ。稲取キンメをはじめとした朝どれ鮮魚や農家直送の農産物が並ぶ。

1月下旬から3月末まで、東伊豆の町は一気に華やぐ。町内にある展示会場に多くの雛のつるし飾りが展示され、万華鏡の中に迷い込んだような幻想的な世界観が広がるのだ。そして、この時期のもう一つの楽しみが、御朱印めぐり。雛のつるし飾りまつりの開催に合わせて、町内4つの寺で、さくらの香り付きの御朱印を用意する。

金目鯛の水揚げが盛んな稲取では、ブランド金目鯛である稲取キンメも堪能したい。日帰り漁ならではの新鮮さと、極上の脂のりに舌鼓を打つ。潮風香る港を歩き、直売所でお土産を購入したら、地域の消防団の建物をリノベーションしたコミュニティカフェで一休み。心も胃袋も満たされたぜいたくな1日を振り返ろう。

第27回 伊豆稲取 雛のつるし飾りまつり

1/20(土)~3/31(日) 伊豆急行線 伊豆稲取駅周辺

メイン会場	協賛会場
文化公園 雛の館【入場料:500円】 雛のつるし飾りのメイン会場です。つるし飾り6,409個と17段の雛壇は圧巻。日本三大つるし飾りの酒田の傘福や柳川のさげもんも展示されます。 9:00~17:00(最終受付16:30)	収穫体験農園ふたつぼり・八幡神社【入場無料】 きんめ処なぶらと【入場料:100円】

素盞鳴神社 雛段飾り

2/17(土)~3/10(日) 10:00~15:00(雨天中止)

1617年の創立とされる素盞鳴(すさのお)神社。稲取と海を見守るお雛様として、神社の118段の階段に雛人形とつるし飾りを展示します。雛人形を飾る段数は日本一。社観の雛段飾りです。
※施設運営管理費として300円のご協力をお願いします。

ムーンロード

月の出とともに、海面にあらわれる月光の道、ムーンロード。月の輝く夜、ムーンロードにお祈りすると願い事が叶うと言われています。

日本百名月

東伊豆町観光協会 Tel. 0557-95-0700

河津

踊り子の里に咲き誇る 桜とカーネーション



かわづカーネーション見本園では、市場には出回らない品種も含め、約287品種・1万4000株ものカーネーションを栽培。桜まつり開催中は無休で開園する。フラワーアレンジメントの販売も。



河津川沿いの桜並木。桜まつり期間中には多くの露店が立ち並び、ロマンチックな夜桜ライトアップも。

踊り子温泉会館の露天風呂。満開の河津桜を眺めながら湯に浸かるのは、この季節ならではのぜいたく(上)。日本三大寝釈迦像にも数えられる涅槃像(下)。



大正時代から100年近く噴き上げ続けている峰温泉大噴湯公園の噴泉(上)。川津来宮神社では、国指定天然記念物の大楠にエネルギーをいただく(下)。

川端康成『伊豆の踊子』の舞台として知られる河津。温暖な気候で、早咲き桜の代名詞、河津桜が2月上旬には花開く。河津川沿いを歩けば、約850本もの桜が、心まで春色に染める。河津は隣の東伊豆と並んでカーネーションの二大産地でもあり、2月のかわづカーネーション見本園では、珍しい品種も多数お目見えする。

川津来宮神社では、樹齢1000年を超える大楠とご対面。樹高約24m、幹周14mの巨木は、パワースポットとしても名高い。涅槃堂では、一本の桜から彫り出された涅槃の釈迦像を拝める。

さらに峰温泉大噴湯公園まで足を伸ばし、大噴湯を眺めたら、踊り子温泉会館へ。心ゆくまで湯に浸かり、1日の疲れをゆつくり洗い流したい。

要予約



お花見弁当予約受付中

- ❖ 料金：お一人 **6,000円**
 - ❖ 期間：2/1(木)～2/29(木)
 - ❖ 時間：11:00～14:00
- お弁当、踊り子温泉会館入浴料、フェイスタオル、お座敷貸切席利用料、駐車場代を含む



詳細・ご予約

第34回

河津桜まつり

夜桜ライトアップ 18:00～21:00



ユタツでお花見

- ❖ 料金：中学生以上 **200円**
- ❖ 時間：10:00～15:00

2/24(土)、25(日)、3/2(土)、3(日)

❖ 場所：河津ブルーベリーの里



街ガチャ in 河津町

河津桜観光交流館
ほか町内にて
販売中!

河津桜パーク&トレイン フリーきっぷ発売!

伊豆急行線の伊豆高原駅前駐車場利用者に、お得な割引きっぷを発売。



詳細・ご予約

河津町観光協会 Tel.0558-32-0290

2/1木～2/29木

河津桜開花情報テレフォンサービス Tel.0558-34-1560(1月～2月)





青野川沿い約2kmに渡り、約800本の河津桜が咲き誇る。土手に咲く菜の花とのコラボレーションは圧巻で、散策の足取りも軽く。

伊豆半島の最南端、南伊豆の春散歩は、菜の花畑から始めたい。青空の下、見渡す限り広がる黄色い絨毯に、思わず深呼吸したくなる。2月上旬には、青野川沿いに咲く河津桜と菜の花のコラボレーションが見頃。春の訪れを体感するには十分すぎる花々の競演に、心が浮き立つだろう。

川を上った先の「道の駅 下賀茂温泉湯の花」では、地元の新鮮野菜や海産物、お弁当などが豊富に揃う。さらに上流に足を伸ばし、熱帯植物園へ。ハイビスカスやブーゲンビリアなど色鮮やかな花々に囲まれ、南国気分を満喫したら、日帰り温泉でほっと一息。美肌の湯としても知られる「銀の湯」で、身も心も透き通っていくようだ。

南伊豆 のどかに春めく 菜の花と桜の競演



青野川沿いには、愛嬌のある6体のお地藏様と白坂延命地藏が点在。家内安全、商売繁盛などご利益はさまざま。ぜひ福地藏巡りを。



銀の湯会館(下賀茂温泉)ではサウナや露天寝湯などでくつろぎ、時を忘れそう(左)。温泉熱を利用した温室内で約2,000種類の熱帯植物が植栽されている下賀茂熱帯植物園(右)。

3万平方メートルの広さを誇る日野(ひんの)の菜の花畑。元々は地元ボランティアや子どもたちが、休耕地を耕し、種まきをしたものという。開花時期は毎年2月上旬から3月中旬。晴れた日は空の青と畑の黄色のコントラストが壮観。



第26回 みなみの桜と菜の花まつり

2/1(木) ▶ 3/10(日) ライトアップ: 18:00 ~ 21:00 ※期間中毎日

<p>EVENT</p> <ul style="list-style-type: none"> 2/1(木) 2/1(木)~3/10(日) 2/1(木)~3/10(日) 2/3(土)~3/10(日) 2/18(日)・25(日) 2/5(月)~29(木) 2月の土・日・祝日 	<ul style="list-style-type: none"> オープニング神事 みなみの夜桜と竹灯り 夜桜のライトアップ 菜の花ドア&菜の花迷路 伊勢海老みそ汁サービス お花見人力車 ガラガラポン抽選会
--	--

南伊豆町観光協会 | Tel.0558-62-0141 | 営業時間 9:00~17:00

伊豆の里山に佇む美術館で 春の香り漂う絵画を堪能



安井曾太郎 《桜と鉢形城址》 1945(昭和20)年頃
安井が描く疎開先の風景は、春の香りや風の肌触りまで感じられるよう。



上原美術館
☎0558-28-1228
静岡県下田市宇土金341
9時30分～16時30分(入館は16時まで)
展覧会会期中は無休
入館料 大人1,000円/学生500円/高校生以下無料
伊豆急下田駅から東海バス堂ヶ島行きで
「相玉」バス停下車、徒歩15分/河津駅からタクシーで20分
<https://uehara-museum.or.jp/>

受付で「ミスモを見た」と伝えと、絵はがきをプレゼント。
【2024年4月14日(日)まで】



須田国太郎 《枝垂桜》 1953(昭和28)年
須田が描く桜には幽玄な雰囲気が漂う。



《十一面観世音菩薩像》
平安時代(10世紀) 重要美術品
千年以上前から伝わるこの小さな古像は、上原コレクションの白眉の一つ。

※いずれも上原美術館蔵

伊豆にお花見に出かけた際にぜひ立ち寄ってほしいのが、下田の里山にひっそりと佇む「上原美術館」だ。河津から南へ車で約20分の場所にあり、知人の邸宅のような心地よい空間が広がる。同館の収蔵品の中核をなすのは、大正製薬名誉会長・上原昭二氏が集めた近代絵画と、上原氏の両親が蒐集した仏教美術だ。

西洋と日本の近代絵画を展示する近代館で4月14日(日)まで、上原コレクション名品選「春の訪れ」展を開催している。安井曾太郎が戦中、埼玉県寄居町に疎開したときに描いた《桜と鉢形城址》は、穏やかな田園風景に広がる「春の香り」が鼻をくすぐるかのよう。須田国太郎の《枝垂桜》は、愛媛県西条市の古田にある桜を描いた作品で、桜の幽玄な雰囲気は須田が好んだ能の世界を連想させる。そのほか、モネやピサロの風景画も鑑賞できる。

近代館の隣にある仏教館では、同期間に「時の結晶 仏教美術―上原コレクションの40年」を開催。1983(昭和58)年の開館以来、蒐集を続けた仏教美術の数々を紹介する。最初のコレクションとなった《十一面観世音菩薩像》は、今から千年以上前の古像。しっかりとした鼻筋と目尻の上がった目はどこか異国的で、若々しく強い意志を感じさせる。ほかに古写経や平安・鎌倉時代の仏像、近年収蔵した中世の絵画なども展示している。

自然だけでなく絵画にも「春」を感じられる伊豆のスポット。花めぐりと合わせて足を延ばしてみたいかがだろう。

「美肌の湯」を体の内外から堪能

湯量豊富な自家源泉を所有し、「美肌の湯」と言われるpH8.4の弱アルカリ性単純泉を引く伊東小涌園。伊東温泉でも珍しい「飲泉処」を備え、温泉の湯を飲むこともできる。ボトルに詰めて化粧水代わりに使うのもおすすめだ。



伊東
伊東小涌園
 ☎0557-37-4131
 静岡県伊東市広野2-2-5
 ☕チェックイン14時～、チェックアウト10時
 ⑧無休



ホームページ

Menu

- 料理長おすすめ会席(1泊2食付) 伊東小涌園名物「金目鯛の姿煮」をはじめ、四季を感じる料理を提供。2名1室で15,400円～

旅

気の向くままにふらり、
思いがけない楽しみに出会う
そんな旅に出かけませんか



トレーナー気分でイルカと触れ合える

イルカと遊べるプログラムが多数あり、イルカとの距離が近いのが魅力。ドルフィンフィードィングに参加すると、イルカにエサをあげたり、握手やジャンプなどの合図を出したりでき、トレーナー気分を味わえる。貸し切り体験プランも。



下田
下田海中水族館
 ☎0558-22-3567
 静岡県下田市3-22-31
 ☕9時30分～16時30分(季節により変更あり)
 ⑧不定休
 ⑨あり



ホームページ

Menu

- 入場料金
大人 2,400円
小人(4歳～小学生) 1,200円

絶景風呂と美味、体験講座で豊かな旅を



絶景を望む男女別屋上天空露天風呂「薫風」が自慢。昨年、ダイニング「季の杜」がリニューアルし、カルチャーサロン「mizi-cul(ミジカル)」もオープン。「季の杜」では和モダンな空間で旬の味覚を堪能できる。「mizi-cul」では「美と健康」「伊豆の食」「ものづくり」「癒し」の4つのカテゴリーで講座を展開。自分を磨き、伊豆の自然を満喫する豊かな旅を。



伊豆
熱川プリンスホテル
 ☎0120-120-707(予約専用)
 静岡県賀茂郡東伊豆町奈良本1248-3



ホームページ

Menu

- [プレミアムQoomo] 30,400円～
- 伊勢海老・鮑・金目鯛・和牛!伊豆の豪華食材を堪能!コース 25,450円～
- ※すべて2名1室利用、大人1名料金。入湯税別



小田原駅発のバスツアーで早咲き桜を満喫

「河津桜まつり」「みなみの桜と菜の花まつり」の開催に合わせ、小田原駅発の日帰りバスツアーを販売中。「河津桜まつりツアー」では中伊豆ワイナリーT.Sや小室山リッジウォーク「MISORA」も訪問。ツアーの詳細・申し込みは東海バスHPから。



伊豆
東海自動車
 バス営業部旅行営業課
 ☎0557-38-6660



ホームページ

Menu

- 河津桜まつりツアー
- みなみの桜と菜の花まつりツアー
- いずれも13,300円(食事付き)。出発日はHPで

砂糖不使用で低GI値の本格的ドイツパン



ドイツパンの店「ケルン」のライ麦パンは砂糖不使用で、鉄分や食物繊維、ビタミンB1・B2が豊富。必須アミノ酸の一つ、リジンが小麦に比べて2倍も多く含まれる。食後の血糖値の上昇度を示すGI値が白いパンより約1/2低いのもうれしい。GI値が30の古代小麦アインコーンを使ったパンもおすすめ。商品購入時に食と健康についての冊子を配布中。



Menu

- ローゲンブロート(ライ麦100%)
1本 864円、1/2本 432円
- ロッゲンミッシュブロート(ライ麦80%)
1本 864円、1/2本 432円
- アインコーンブレッド各種
1個 529円

ケルン

☎044-951-0533
川崎市麻生区万福寺1-16-4
☎9時~19時 ㊟木・日曜、祝日(営業の場合もあるので要確認)



名店街

選りすぐりの名店やアートの楽しみ、新しい学び…
いつもの暮らしをより豊かにする
上質なひとときを



横浜美術大学2024年春の公開講座

初心者から経験者まで幅広い方が受講できる多彩なプログラムをそろえる魅力的な公開講座。自然豊かで静かな環境のもと、経験豊富な講師陣が丁寧に指導してくれる。講座内容の詳細や申し込みは2月からHPで公開。

Information

- ペンで描く動物画(午前・午後クラス)/デッサン講座/自由に描く水彩画/大理石彫刻の技法を学ぶ/臨床美術/美術史 ほか

横浜美術大学
地域連携センター
☎045-963-4105
横浜市青葉区鴨志田町1204
㊟あり



ホームページ



おすすめの公開講座の申し込み受け付け中

「TAMAGAWA カラダ改革クリニック」は運動習慣のきっかけ作りにぴったり。月ごとにテーマに沿ったミニ講座や、日頃あまり運動していない人でも無理なく始められるエクササイズを紹介している。2/10(土)10時30分~11時30分は「寒さに負けないカラダづくり(徹底的に血行促進)」、3/16(土)10時30分~12時は「免疫を上げよう(腸活・YOGA・身体年齢測定)」がテーマ。いずれもアスポ認定リフレッシュトレーナーの石塚志乃氏が講師を務める。受講料各3,300円。また、「コントラクトブリッジ体験講座」も3/16(土)・23(土)13時~15時に開催。世界中に愛好者がいると言われるトランプゲームの一種で、推理力、判断力を必要とする。初めてブリッジをプレイする人も歓迎。講師は日本コントラクトブリッジ連盟登録指導員の阿部久美子氏。受講料各1,100円。申し込み、詳細はHPで確認を。



エクササイズで運動習慣のきっかけをつかむ。



「TAMAGAWA カラダ改革クリニック」で無理なく運動をスタート。



未経験者歓迎の「コントラクトブリッジ体験講座」。

Information

- TAMAGAWA カラダ改革クリニック「寒さに負けないカラダづくり(徹底的に血行促進)」
2/10(土) 10時30分~11時30分 3,300円
「免疫を上げよう(腸活・YOGA・身体年齢測定)」
3/16(土) 10時30分~12時 3,300円
- コントラクトブリッジ体験講座
3/16(土)・23(土) 13時~15時 各1,100円

玉川大学
継続学習センター
☎042-739-8895
町田市玉川学園6-1-1
受付時間/9時~17時
㊟日曜、祝日



ホームページ

Mi-S-MO
ミスモ

第3回

平均寿命全国1位 健康長寿の街 麻生区

65歳からの 終活フェア

予約不要
入場無料

開催予定

(仮称)

in 新百合ヶ丘

体験
コーナー

人生100年時代、
わくわくするセカンドライフと
いざというときのための準備、
その両面を叶えるイベントを開催!

各種
セミナー

相談
ブース

お役立ち情報が
いっぱいのイベント!

老人ホームの選び方
終活カウンセラー
エンディングノートの書き方
を予定

2024.

3/28 木 10:00 ~ 15:30

※予定

ホテルモリノ新百合ヶ丘「桧の間」

川崎市麻生区上麻生1-1-1 ホテルモリノ新百合ヶ丘7F
小田急線「新百合ヶ丘」駅 南口から徒歩1分

※イベントの内容等は変更になる場合があります



詳細はHPにて2月中旬公開予定

お問い合わせ先

主催：株式会社インクルーブ ミスモリッシュ編集部
川崎市麻生区王禅寺西 3-12-10 佐熊ビル 3F

TEL.044-959-3750

<http://www.mismonet.com/>



インプラントの新たな選択肢All-on-4

歯の色や歯茎とのバランスまで納得の歯並びを

歯並びは顔の第一印象を大きく左右します。インプラント治療は自然な外見にできるのもメリットのひとつですが、不具合が出るたびに1本ずつ施術を繰り返した結果、仕上がりのばらつきが気になってしまうという悩みを聞くこともあります。多くの歯の治療が必要な場合は「All-on-4(オールオンフォー)」も検討してみたいはかがでしょう。片あご全体を一度に施術するため、インプラント手術中に歯全体の色や並び、歯根や歯茎、骨とのバランスなどを見て、一人ひとりに合わせた本歯をお作りします。ブリッジや部分入れ歯のように外から見える金具も使いません。あごの骨が丈夫でない方や既往歴の有無などにより施術できない場合もありますが、ご相談しながらご自身に合った治療法を見つけましょう。



※写真はイメージ

All-on-4による治療について

「All-on-4」は少ないインプラントで片あご全体の人工歯を支える治療法です。多くの歯の治療が必要な場合、従来の方法に比べ治療日数や費用の軽減が期待できます。事前に片あごすべての歯を抜歯する必要がありますが、最少4本の施術の場合、抜歯からインプラント埋入、仮歯の装着まで1日で行うことも可能です。手術前後のカウンセリングや検診、手術後の食事制限を伴う場合がございますが、まずはお気軽にご相談ください。

- インプラント治療およびAll-on-4治療の実績
新百合山手ファースト歯科(いずれも2023年1月~12月)
年間120症例 (All-on-4の11症例を含む)
プライム歯科梶が谷
年間59症例
- インプラント治療およびAll-on-4治療の料金
インプラント治療 35万~385万円程度
All-on-4治療 236.5万~346.5万円程度
※いずれも自費診療。治療内容により料金は異なる
※インプラント治療はサイナスリフト・骨移植施術の場合も含めた目安

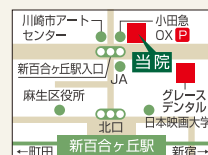


新百合山手ファースト歯科
SHINYURI YAMATE FIRST DENTAL CLINIC
3つの医院がございます。ご相談は近隣の医院をご利用ください。

《24時間予約可能》CT室・マイクロスコープ(顕微鏡)あり
TEL 044-966-9961
川崎市麻生区万福寺3-1-1 ハレアカラ1F
土・日・祝も診療
診療時間 月・水・金……10:00~13:30、15:00~19:00
火・木・土・日……9:30~13:30、15:00~18:00

送迎サービス 年配の方、付き添いが必要な方に
TEL 050-5211-8276 (事前予約)
予約受付:平日10:00~15:00
※予約状況によりご利用いただけない場合があります
新百合山手ファースト歯科 検索
24時間予約可能(ネット予約できます)
※受付にオンライン資格確認カードリーダーを設置しています

LINE友だち登録で
ご予約可能です



提携駐車場あり
(Odakyu OX
万福寺店駐車場)
ホームページで
ご確認ください

一番の財産は **健康** だ

第12回

なにはともあれ「健康」

自分の健康に自信はあるだろうか。
美味しいものを味わうにも、旅を楽しむにも、
まずは元気な体がないと始まらない。
健康に関する気になる情報を
キーワードとともにピックアップ。
日々の生活に取り入れ、健康な体を手に入れよう。

今号のキーワード

笑い

笑う門には福来る

「笑い」は心と体の栄養剤

人は笑うことでストレスを発散できたり、
身体の免疫力を高められたりする。
今号では「笑い」と健康とのつながりに
ついてご紹介。
今日から「一日一笑」を始めよう。

生活に笑いを取り入れてみよう 立川志らびーさんおすすめ「笑える落語」五選

- 『真田小僧』
頭のいい子どもが、父親を手玉に取って小遣い
をかすめとる滑稽噺。
- 『お見立て』
舞台は吉原。嫌いな客に会いたくない花魁が、
若い衆に嘘をつくように頼んだことから話はど
んどん大ごとに。
- 『親子酒』
親子で禁酒の約束をしたが、父親は我慢できず
に酒を飲み、ベロベロに酔っ払ってしまう。
- 『ちりとてちん』
普段から嫌味ばかり言う友達をだまして「腐っ
た豆腐」を食べさせようとする噺。
- 『金明竹』
落語界の爆笑王である与太郎が店番を任された
ところ、来る客みんなにトンチンカンなことを
言ってしまう店は騒ぎに。

日頃からよく笑っている人は、元氣そ
うに見える。笑うことで免疫力が高まる
という実証もされ始めており、笑いと健
康の関係は密接だ。
人間の体には、がん細胞や体内に侵入
するウイルスなどを退治してくれるナ
チュラルキラー(NK)細胞と呼ばれるリ
ンパ球の一種が備わっている。
諸説あるが、体内にある50億個ほどの
NK細胞の働きが活発だと、がんや感染
症にかかりにくくなると言われている。
笑うと免疫のコントロール機能をつかさ
どる間脳に興奮が伝わり、情報伝達物
質の神経ペプチドが活発に作られる。神
経ペプチドが血液やリンパ液を通じて体
中に流れ出すことで、NK細胞が活性化
し免疫力が高まるというわけだ。笑うこ
とのほか、腸内環境を整えることもNK

細胞を活発にするので、食生活にも気を
つけよう。

また、笑うことで口角が上がるなど顔
の筋肉を動かすことになり、表情も豊か
になる。おなかから笑うことで腹式呼吸
をするので、体に酸素を多く取り込め血
行も良くなる。笑いは健康予防や健康維
持にひと役買っているのだ。

メンタルにも良い効果が 期待できる「笑い」の力

「在宅で過ごす期間が長かったせいか、
久しぶりにお会いした利用者さんの表情
が乏しくなった気がしました。完全に過
ごすためには、なるべく外出して人とコ
ミュニケーションをとり、笑うことが大
切です」

こう話すのは、川崎市麻生区にある「麻

生老人福祉センター」健康増進事業担当
の原さん。気持ちをリフレッシュするた
めにも、笑うことは大切とのこと。同区
は2020年の市区町村別生命表で、平
均寿命が男女とも日本一になった。

「健康体操や趣味の講座などに通う皆
さんは、仲間との交流が楽しみで通って
いる方もいます。会話を楽しんだり、笑っ
たりすることは健康予防にもつながって
いると思います」

同センターでは年に数回、麻生区近隣

に在住の落語家・立川志らびーさんによ
る落語会を開催。利用者にも好評で、会
場は笑いに包まれるという。

一日一笑を心がけて 健康維持に努めよう

笑いには免疫力を高めたり、リフレッ

シユできる以外に、次のような効果もあ
ることがわかってきている。

1 脳の働きが活性化

新しいことを学習するときに働く器官
である脳の海馬が、笑うことで活性化さ
れ記憶力がアップする。脳内にアルファ
波が増えてリラックスするほか、脳の働
きが活発になる。

2 自律神経のバランスが整う

体を緊張モードにする交感神経とリ
ラックスモードにする副交感神経が、笑
うことにより頻りに切り替わり、自律神
経のバランスが整えられる。

3 筋力アップ

大笑いをするすると顔の表情筋や横隔膜
や腹筋などをよく動かすことができるの
で、多少ではあるが筋力が鍛えられる。
薬を飲まずに健康が維持できるのなら

ばありがたい話だが、実際に日常生活に
どう取り入れたらいいのか。テレビでお
笑い番組を見て笑うもよし、友達同士で
談笑するもよし。近所の人に笑顔で挨拶
するだけでもいいので、まずは「一日一
笑」を心がけることから始めてみよう。



「筋トレ」で健康寿命もUP!

そろそろ春の行楽も気になる季節。なのに体が重い、腰や肩が痛いという方はいませんか? その悩み、筋力アップで解決するかもしれません。腹筋と背筋を鍛えて身体を整えれば、肩こりや腰痛の解消ばかりか、代謝もよくなり冷えやむくみも軽減できるかも。筋肉をつけて春の行楽もウキウキ気分。自分の体重(自重)を使った筋トレは器具も不要なのでリッシュ世代も自宅で無理なく続けられます。いくつになっても筋肉は付きます。筋トレで健康寿命を延ばして、楽しい春の季節を迎えましょう。



新津 勇人先生
お話を伺ったのは...
パーソナルトレーナー、
加圧トレーナー

PROFILE

たまプラーザ駅徒歩5分にある加圧パーソナルジム「リクレボ」のトレーナー。担当する生徒には40~60代が多い。なかには膝の痛みを改善して剣道昇段を果たした50代女性も。
<https://reqrpo.com/>

簡単! 自重トレーニングで筋力UP!

タンパク質を取るとともに「筋トレ」を行うことで、効率良く筋肉を付けよう。リッシュ世代に向けておすすめの「筋トレ」をパーソナルトレーナーに伺った。

背中・腹部をスッキリと! 無理なく「続ける」ことが大切

Point 1 すべて10回×2~3セット、毎日やる必要はなく、週2、3回がベスト。
※痛みを感じたら無理をしないこと

Point 2 トレーニングしている部位(部分)を意識して行うことが大切。

Point 3 朝や運動後30分~1時間にタンパク質を取るのをおすすめ。

背中・腹部をスッキリと

1 背中 <肩甲骨>

床にうつ伏せになり、前に伸ばした肘を骨盤に向かって真っすぐに引く。

ポイント

顎をあげない。引いたら動作を一瞬止める。つま先は地面に付けたまま行う。



2 腹筋 <下腹部>

床に仰向けになり、おしりの下に手をいれ、足を持ち上げる。

ポイント

顎は引いたまま、腰を反らないように気を付ける。膝を曲げると負荷は軽くなる。



龍 新百合ヶ丘 SHIN-YURIGAOKA RYU CLINIC 龍クリニック

■内科・循環器内科 龍 祥之助

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:00~12:00	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○

※月曜日午後の診療時間が変更になりました

休診日 水・日曜、祝日、土曜午後

電話・LINE・インターネットでのご予約ができます

TEL044-955-7231 自動予約受付番号 050-5533-3852

ホームページ 川崎市麻生区古沢7

Web予約受付 LINE予約受付

岡崎医院

内科・循環器内科・糖尿病内科

高血圧などの生活習慣病、心臓病、動脈硬化でお悩みの方はお気軽にご相談ください

内科・循環器科 岡崎 大武
眞壁(旧岡崎) 怜子

糖尿病内科 花井 豪(東京女子医科大学)

院長 岡崎 大武

◆診療 9:00~12:30 受付は終了の30分前まで
15:00~18:00

◆休診日 日・祝

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	岡崎大武	岡崎大武	岡崎大武	眞壁怜子	岡崎大武	岡崎大武
12:30~15:00	眞壁怜子		眞壁怜子			
15:00~18:00	岡崎大武	岡崎大武	岡崎大武	眞壁怜子	岡崎大武	岡崎大武
				花井豪		(土曜日午後のみ 17:00 終了)

WEB予約は当院HPからご予約可能です

☎044-966-8881(代表) ☎044-966-8880(自動音声予約)

川崎市麻生区王禅寺東 2-13-1 王禅寺消防署近く/駐車場あり

直接来院受付可 <http://okazakiin.com/> 医院案内・診察予約はHP

あさお 井澤クリニック

心療内科 精神科 神経科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	休診	○	○	○	○	○
15:00~19:00	○	○	○	○	○	9:30~14:00

休診日: 日・祝日、木曜、月曜午前

初診の方はお電話で予約をお願いします

TEL 044-981-3636

柿生駅北口前 川崎市麻生区上麻生5-40-1-202

浴源泉

よみがえる やさしい力

天山湯治郷 神奈川県足柄下郡箱根町湯本茶屋208

近隣自治体の総合医療体制

川崎市麻生区	川崎市多摩区	東京都稲城市
麻生休日急患診療所 tel 044-966-2133 受付時間 9:00~11:30 13:00~16:00 診療科目 内科・小児科 ※夜間は多摩休日夜間急患診療所利用	多摩休日夜間急患診療所 tel 044-933-1120 受付時間 日・祝日 9:00~11:30 9:00~11:30 13:00~16:00 18:30~22:30 24時間診療 夜間小児科 18:30~翌朝5:30 診療科目 内科・小児科	市内の医療機関にて当番制で診療。詳細はホームページを参照 www.city.inagi.tokyo.jp/iza/kyuujiitsu/

近隣自治体の歯科医療体制

川崎市 歯科医師会の歯科診療	横浜市青葉区 歯科診療	町田市 歯科医師会の歯科診療
詳細はホームページを参照 http://www.kawashi.or.jp/works/holiday/	横浜市歯科保健医療センター tel 045-201-7737 診療時間 10:00~16:00 <夜間診療> 診療時間 19:00~23:00	町田市歯科医師会休日応急歯科診療所 tel 042-725-2225 診療時間 9:00~12:00 13:00~17:00

どの医療機関も出かける前に必ず電話で確認を取り、また保険証は忘れずに持参を。

休日急患診療インフォメーション

アンナこんな記 ⑱ 世界一幸せな少年の話

荻野アンナ

13歳で人生に直面してしまった少年がいる。2021年12月、井上絃君はしつこい腹痛と便秘に悩まされていた。近所の小児科ではお腹の風邪と言われたが、薬は効かず、少し大きめの病院へお母さんに連れられて行った。即、入院で撮られたCTには12センチの腫瘍が写っていた。小児がんに実績のある病院へ搬送され、まさかそのまま1年3カ月の入院生活を送ることになるとは、神ならぬ身の知る由もない。

小児がんであることは、迷った末に本人に告げた。なんで僕が、と泣いたのはその1日だけだった。「治す」と確言した医師を信じて前を向いた。治療は、絃君のお母さんによると「オールスター」体制だった。まずは抗がん剤を5クールで5カ月。髪は抜けたが、大量の吐き気止めを飲んで気持ち悪さは乗り越えた。

その後は「大量化学療法」でさら

にがんを叩き、骨髄のダメージには「自家造血幹細胞移植」で対応した。22年7月、免疫力が戻ってきたところで開腹手術をした。腫瘍は数センチに縮んでいた。傷が落ち着くなり、放射線の照射が17回で8月となった。

腫瘍マーカーは正常値に戻り、本来なら退院のはずだが、医師の勧めで「免疫療法」を受けることになった。免疫を上げるための薬を6カ月間投与。最近確立された療法を早速試せるのは運が良かったが、退院を指折り数えて待っていた絃君はさすがに落ち込んだ。おまけに副作用がきつく、投与のたびにインフルエンザに似た症状が出る。

絃君の支えは音楽だった。3歳でマイケル・ジャクソンを歌って踊った彼は、入院中の病室でもイヤホンで曲を聴き、小声で歌っていた。一時帰宅の折には歌う姿をYouTubeに上げていた。そんな動画のひとつを、絃君のお母さんは歌手の優里さんのプロデューサーの元に送った。絃君が敬愛する優里さんに「いいね」を押してもらえたら、それだけでも彼の力になると思ったのだ。

絃君の声は優里さんに届いた。9月20日、本人が見舞いに来てくれるとは、嬉しすぎる驚きだった。一緒に歌ったのは、絃君にとって夢のような時間だった。

「一緒に曲を作ろうよ」

優里さんのひと言を受けて、絃君は心境を綴り、これを元にして優里さんのチームが歌詞を整えてくれた。優里さんの曲が付いて、レコーディングをしたのは10月15日。11月10日にリリース、と事は運んだ。

「絃に生命力が戻った感じがしました」とお母さん。

「最高の免疫療法でしたね」と私。絃君のお母さんとは仕事で知り合っ

なり虜になった。タイトルは「幸せについて、僕が考えたこと」。誰でも「今しか生かれない」。だから「今を抱きしめればいい」。

（それに気付けたことで僕は世界一幸せになれたよ）

クリスタルのように透明な歌声が、圧倒的な説得力で聴く者の胸に刺さる。

去年の2月末、待ちに待った「寛解」という言葉を医師からもらって、絃君は退院した。そして5月、絃君は14歳になった。月1回の病院を別にすれば、当たり前前の少年の日常が戻ってきた。現在は作曲にも挑戦したいと、「ギターとパソコンの作曲ソフトと格闘している」そうだ。

闘病はマイナスだけではなかった、と今の母は考えている。

「本当に感謝ですね」

世界一幸せな少年の母の言葉だ。

おぎの あんな
1956年、神奈川県生まれ。小説家、慶應義塾大学文学部教授。『青い水』で芥川賞(91年)、『ホラ吹きアンリの冒険』で読売文学賞(2002年)、『蟹と彼と私』で伊藤整文学賞(08年)を受賞。『ラプレーで元気になる』、『殴る女』、『カシス川』ほか著書多数。最新刊は、『老婦人マリアンヌ 鈴木 朝日新聞出版』。



水の都の炎の奇蹟

終

よりリアルな表現を追い求めたモザイク・ガラス

箱根ガラスの森美術館 学芸部 日吉彩乃

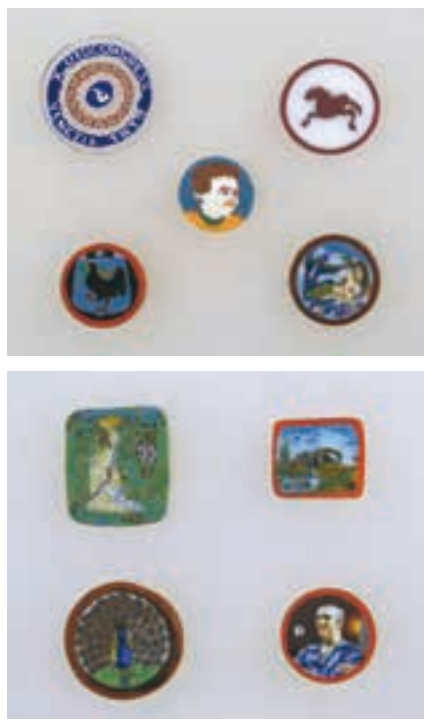
四方を外輪山に抱かれた箱根は、豊かな自然を満喫できる登山も人気レジャーの1つである。なかでも神奈川と静岡にまたがる秀峰、金時山(標高1212m)は、頂上から雄大な富士山を眺めることができ、多くの登山客が訪れる。金時山の名は、「金太郎伝説」に登場する金太郎こと坂田金時(公時)が由来だという。童謡の歌詞にある「足柄山の山奥で」の足柄山は、金時山から足柄峠の山域の呼称で、金太郎はこの辺りで生まれ育ったと伝わり、近隣にはゆかりの場所も多く残る。

金太郎といえば、断面が金太郎の顔の組み飾(通称・金太郎飾)もよく知られている。組み飾は江戸時代中期に始まったとされ、明治時代末にその組み飾の技術を昇華させ金太郎飾が作られた。切っても、切っても金太郎の有名な口上とともに売り歩き全国へと広まった。

さて、ヴェネチアン・ガラスには組み飾を彷彿とさせる、色ガラスを組み合わせて模様を作るモザイク・ガラス技法がある。モザイク・ガラス技法の歴史は古く紀元前15世紀ごろまで遡り、紀元前1世紀ごろには幾何学や花、神々の肖像などの高度な図柄が作られていた。制作に時間と労力がかかるため、吹きガラス技法が登場すると次第にその製法は失われてしまった。19世紀、ヴェネチアのガラス職人ヴィンツェンツォ・モレッティ(1835~1901)が、古代ローマ遺跡で発掘された資料から古代の技法の復元に成功、ヴェネチアの新しい技法として再び制作されるようになった。花模様だけのモザイク・ガラス「ミルフィオリ・ガラス」は、今ではヴェネチアン・ガラスを代表する技法の1つになっている。職人たちの探究は技法の復元にとどまらず、よりリアルな表現を追い求めた。

動物や風景、人物像のモザイク・ガラスの作品は、まるで絵画や写真と言っても過言ではないほど、精緻に表現されている。このような美しい断面は色や配置を微妙に調整し、直径1mm前後のガラス棒を組み上げるだけで1カ月から半年ほどかかる場合もあるという。さらにそれを加熱し1つの塊にしてから引き伸ばして切断する。材料の準備から完成に至るまで、どの作業も慎重に進めなければならず、想像しただけで心が折れそうに、表現に完璧さを求めるあまりに体を壊す職人もいたという話も聞かされる。

しかしながら組み飾同様、モザイク・ガラスの職人たちがわずかな発想力で小さな世界に込めた豊かな発想力は私たちを愉しませ、またそこに垣間見える職人技の神髄は私たちに大きな感動をもたらしてくれる。



「モザイク・ガラス」 20世紀

箱根ガラスの森美術館
箱根、仙石原にある日本初のヴェネチアン・ガラス専門の美術館。15世紀から18世紀にかけてヨーロッパ貴族を熱狂させたヴェネチアン・ガラスや斬新な現代ガラス彫刻作品を展示。ヴェネチアをイメージした庭園やカフェも併設。
<https://www.hakone-garasanomori.jp/>

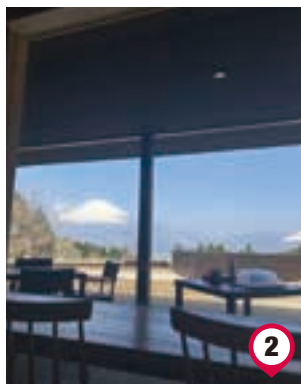
箱根周辺の 富士山が見えるおすすめスポット

気温が低く、空気の澄んだ季節はより美しく見える富士山。
時刻によってもさまざまな表情を楽しめる。箱根周辺のおすすめ眺望スポットを紹介。



1

大観山展望台



2

乙女峠・FUJIMI CAFE



3

箱根ロープウェイ・大涌谷



4

芦ノ湖・元箱根



5

十国峠

プレミアムな箱根旅を提案する
ポータルサイト「ミスモ箱根net」へ



ミスモ箱根netでも
富士山を特集



6

三島スカイウォーク

役立つ情報いろいろ **RICHE Square**

グルメ

伝統の熟成カレーを堪能



大正9年築の旧宴会場を復元した「レストラン・カスケード」。中でもビーフカレーは不動の人気。黄金色のコンソメスープをぜいたくに使い、ココナツミルクとピクルスの漬け汁が隠し味。

富士屋ホテル

☎0460-82-2211(代表)

神奈川県足柄下郡箱根町宮ノ下359 ☎11時30分～15時(L.O.14時) / 17時30分～21時30分(L.O.20時)
https://www.fujiyahotel.jp/

イベント

立川志らびー独演会



落語家・立川志らく門下の二つ目、志らびーの独演会「落語アリマスin新百合ヶ丘」を2/18(日)15時～16時30分、麻生市民交流館やまゆりで開催。1,500円、中学生以下無料。

立川志らびー

☎080-2047-2285(予約受付11時～21時)

会場/川崎市麻生区上麻生1-11-5(麻生市民交流館やまゆり)
https://tatekawa-shrap.studio.site/

レジャー

豊洲市場場外に新オープン



「豊洲 千客万来」が2/1(木)にオープン。食事や買い物だけでなく、箱根・湯河原温泉から運搬された湯を使用した湯処(露天風呂・サウナ)、岩盤浴、エステなどが楽しめる温浴棟も。

豊洲 千客万来

☎03-3533-1515

東京都江東区豊洲6-5-1
https://toyosu-senkyakubanrai.jp/

スクール

再就職を目指す女性向け講座



英語やIT、簿記、貿易実務などを歴史ある女子大学で学ぶ1年間のプログラム。通学およびオンラインでの受講。再就職支援あり。1/31(水)10時からオンライン説明会を開催。予約・詳細はHPで。

日本女子大学 リカレント教育課程

東京都文京区目白台2-8-1
https://www5.jwu.ac.jp/gp/recurrent/
e-mail: recurrent@fc.jwu.ac.jp

レジャー

山のホテルの庭園で花々を



人気の「つつじ・しゃくなげフェア」が4月下旬から開催。富士山や芦ノ湖を背景に咲き誇る、3,000株のつつじと300株のしゃくなげは圧巻。庭園見学科1,000円。新緑の季節のお出かけ先に。

小田急 山のホテル

☎0460-83-6321(9時30分～20時)

神奈川県足柄下郡箱根町元箱根80
https://www.hakone-hoteldeyama.jp/tsutsuji_shakunage/

サービス

昼食付き見学会を開催



閑静な住宅街にある京王グループの自立者向けのシニアマンション(介護付き)。健康的な生活を支えるサービスを提供。緑豊かな中庭や大浴場も魅力。昼食付き見学会(予約制)を随時受け付け。

アリストージュ経営

☎0120-611-612

東京都世田谷区経堂3-20-22
受付時間/10時～18時
https://www.aristage.jp/

アート

約70点の美人画が一堂に



石井滴水(後の月) 明治40(1907)年頃 培広庵コレクション

「ときめき美人—培広庵コレクション名品展」。京都の上村松園、東京の楠木清方や伊東深水、竹久夢二らの作品から、女性が時季ごとの風情を楽しむ姿を描いた美人画を紹介。2/18(日)まで。

佐野美術館

☎055-975-7278

静岡県三島市中田町1-43 ☎10時～17時(最終入館16時30分) ☎木曜(祝日の場合は開館)
https://sanobi.or.jp/

ショップ

冬におすすめのアイテムも



町田で30年以上続く婦人衣料品店。中高年向けのおしゃれな普段着やバッグ類が人気。冬におすすめの温かい肌着やロングパンツ、かかとかツルツルになるという「かかとサポーター」も。

おしゃれのたんぽぽ

☎042-720-1678

町田市森野1-19-5 ☎10時～15時 ☎日曜

泊まる 食べる 買う 見る 遊ぶ



スマホで見つかる、
ワタシだけの箱根旅



ミスモ箱根net

mismo-hakone.jp



次号予告



3月号は 2/23(金・祝) 新聞折込予定



4月号は 3/23(土) 新聞折込予定

年間儀式

- 歳旦祭(元旦)
- どんど焼き
- 節分祭
- 初午祭
- 人形和め浄火祭
- みたま祭
- 夏越の大祓
- 例大祭
- 七五三祝い
- 年越しの大祓



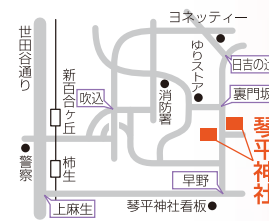
節分祭

武生 琴平神社

災厄消除を願う節分祭(神事)、
豆まきを行います。
※年男・年女の方は豆まきご参加のお申込を承っております

◆2月3日(土)

15時30分～16時30分



川崎市麻生区王禅寺東5-46-15
電話: 044(988)0045

駐車場100台

https://www.kotohirajinja.com

グルメ

上質なコーヒーと菓子を



自家焙煎のコーヒー豆と箱根山の井戸水を使い、丁寧にハンドドリップでいれた上質なコーヒーを味わえる。併設の工房で焼き上げる「焼モンブラン」など、和洋菓子とともに堪能したい。

菜の花 ムーンカフェ

☎0465-23-1567

小田原市栄町1-1-7 小田原地下街HaRuNe小田原内 ☎10時～19時(L.O.18時30分)
http://www.nanohana.co.jp/

イベント

第54回 小田原梅まつり



2月上旬～下旬に「小田原梅まつり」を開催。富士を望み約35,000本の梅が咲き誇る曾我梅林、天守閣・銅門などに約250本の梅が咲く小田原城址公園を会場に行われる。

小田原市観光協会
曾我別所梅まつり観光協会
☎0465-20-4192

http://soganosato.com/

サービス

不動産売買は東急リバブルへ



開設41年、地元で数多くの不動産売買をバックアップしてきた同センター。業界大手ならではの信頼と実績を生かし、地域に精通した17名の営業スタッフが地域の方々に全力でサポート。

東急リバブル 新百合ヶ丘センター

☎0120-341-109

川崎市麻生区上麻生1-5-1 りそな新百合ヶ丘ビル3F
☎10時～18時 ☎火・水曜
https://www.livable.co.jp/branch/shinyurigaoka

ショップ

売れ筋パン8種類のセット



箱根ベーカリーの通販サイトでは、売れ筋商品8種類を詰め合わせた「お試しセット」(3,500円)を送料無料で販売中。夕張メロン果汁を使ったメロンパンや酒種風味のあんぱんなどを味わえる。

箱根ベーカリー

☎0465-46-6500

https://hakonebakery.com/

サービス

箱根遊船の新船が登場



箱根・芦ノ湖を遊覧する新船「箱根遊船SORAKAZE」が2/23(祝)の「富士山の日」から運航開始。屋外デッキにはブランコ風ベンチや富士山型のベンチ、天然芝を敷き詰めた広場も。

箱根遊船

☎0460-83-6351

https://www.hakone-yuransen.jp/sorakaze/

レジャー

ふらっと、あつぎ温泉郷



小田急線本厚木駅からアクセスもよく、緑豊かな山里にありマイナスイオンたっぷり。高アルカリ泉の美肌の湯に癒されて。2/4(日)には「下北線路街」にてキャンペーンイベントを実施。

厚木市観光協会

☎046-240-1220

https://www.atsugi-kankou.jp/

スクール

観光の力を考える



2/25(日)、駒沢女子大学が「持続可能な観光とツーリストシップ」をテーマにシンポジウムを開催。講師はリポーターの竹内海南江氏ほか。参加費無料、定員500名(事前オンライン予約制)。

駒沢女子大学 人間総合学群 観光文化学類

☎042-350-7111(運営事務局)

稲城市坂浜238

https://www.komajo.ac.jp/uni/

グルメ

ホテルでランチビュッフェを



宿泊客以外も利用できるランチビュッフェ。山海丼やローストビーフサンドなど和洋中の料理約60種を味わえる。アルコールを含むドリンクも飲み放題。ホテル内はキャッシュレス決済のみ。

箱根ホテル小涌園

☎0460-82-4111

神奈川県足柄下郡箱根町二ノ平1297

☎ランチ11時～14時30分(予約不要)

https://www.hakone-hotelkowakien.jp/

地元の出版社で職住接近を実現しませんか？

正社員・パート募集

2001年の創立以来、新百合ヶ丘・たまプラーザの周辺エリアや箱根・小田原エリアでハイグレードな情報誌を発行してきました。まもなく23周年を迎える会社と一緒に頑張ってみませんか。

①企画営業

ミスモ、ミスモリッシュ、ミスモ箱根、ミスモネットなど弊社媒体・印刷物などの広告の営業、企画の立案など、さまざまなお店や企業のPRをお手伝いする仕事です。第2新卒も歓迎!

②編集

ミスモなどのフリーペーパーや書籍、ミスモネットなどの編集を行います。企画立案から記事執筆やクライアントとのやりとりなど、編集・制作の一連の流れに携わります。

応募

電話かメールで連絡後、履歴書(写真貼付)、職務経歴書、自己PR をご郵送ください。書類選考の上、面接日をご連絡致します。応募書類は返却いたしませんので、ご了承ください。



読者プレゼント

A 新百合ヶ丘エルミロード 専門店ギフトカード(1万円分)

約90の専門店が集う商業施設

子どもから大人まで楽しめるファッションや雑貨、レストランなど多彩なジャンルの専門店が集う「新百合ヶ丘エルミロード」。専門店で購入できるギフトカードをプレゼント。



新百合ヶ丘エルミロード
☎044-965-3111
<https://www.odakyu-sc.com/l-mylord/>

B 食事券 (本日のランチコースB 7,700円相当)

伊豆の恵みと旬でもてなすフレンチを

太平洋と伊豆諸島の景色が楽しめる最上階のレストラン「WAVE」では、駿河湾や相模湾の魚介など伊豆半島の厳選食材を味わえるフレンチのコースが人気。食後はガーデンテラスの足湯でくつろげる。



伊豆ホテル リゾート&スパ
☎0557-22-5151
<https://www.izu-hotel.com/>

【応募方法】

アンケートの回答・希望賞品・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記して、下記までご応募ください。

【アンケート】

- ① 本号で面白かった記事や関心を持った広告を3つあげてください。
- ② 今後取り上げてほしいテーマがありましたら教えてください。
- ③ ミスモリッシュのような紙媒体の魅力や良さをお書きください。
- ④ 本号に対するご意見、ご感想を教えてください。

【宛先】

● ハガキ
〒215-0017 川崎市麻生区王禅寺西3-12-10
佐熊ビル3F

「ミスモリッシュ2月号プレゼント」係

● 二次元コードからのご応募はこちら →

【締切】 2024年2月26日(月) (消印有効)

当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
※ミスモリッシュの読者プレゼントにご応募いただいた個人情報はプレゼントの発送および個人を特定しない統計的資料作成に利用するほか、賞品を協賛企業等から直送する場合、必要な情報を協賛企業等に開示することになりますのでご了承ください。
※プレゼントの応募は希望商品1点につき1通とさせていただきます。お一人で2点以上応募の場合は、それぞれ別々に応募してください。

第7回 **Mis-Mo** 主催 未就学児と保護者のための

私立小学校合同フェア 2024 in 新百合ヶ丘

参加無料
予約制

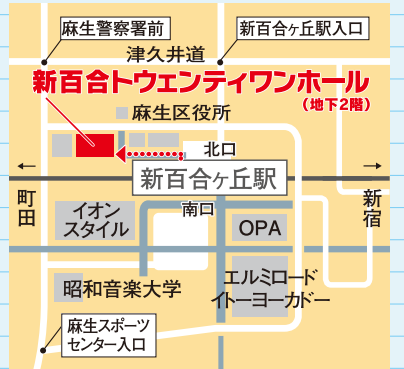
予約受付中



<http://www.mismonet.com/feature/yoyaku/>

開催日時 **2024 3/17 日** 10:30~15:30 (入場締切15:00) ※予定

開催場所 **新百合トウェンティワンホール「多目的ホール」**
川崎市麻生区万福寺1-2-2
新百合トウェンティワンビル地下2階



会場は「新百合ヶ丘」駅北口からすぐ

私立小学校の魅力がわかる!!

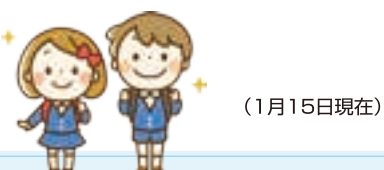
- 個別相談ブース
- 資料設置 ほか
- 公立との違いは?
- 各校の独自のカリキュラムがわかる!
- 来年度の説明会等の情報をいち早くキャッチ!
- 制服は?放課後は?お弁当は?
- どんな試験をするの?
- 自宅から通いやすいかチェック!

相談ブース参加校(先生に直接相談できます) ※50音順

- LCA国際小学校
- カリタス小学校
- 国本小学校
- 相模女子大学小学部
- 昭和女子大学附属昭和小学校
- 成城学園初等学校
- 聖セシリア小学校
- 聖ドミニコ学園小学校
- 洗足学園小学校
- 玉川学園小学部
- 帝京大学小学校
- 桐蔭学園小学校
- 桐光学園小学校
- 日本大学藤沢小学校
- 森村学園初等部
- 和光鶴川小学校

資料コーナー参加校

左記の学校 + 東京都市大学附属小学校



お問い合わせ先

主催：株式会社インクループ ミスモ編集部 TEL. 044-959-3750
川崎市麻生区王禅寺西3-12-10 佐熊ビル3F E-mail mismo.sch@mismonet.com

<http://www.mismonet.com/> ミスモ 私立小 検索

※イベント内容は変更になる場合があります。詳細は上記ホームページでご確認の上、ご来場ください。