11/23、小平でがんセミナー ステージ 4 の50歳女性企画

度は日進月歩の状況にあ するもの。がん医療や制 の人にがんのことをもっ んだ水戸部さんが「多く

と知ってほしい」と企画

開かれており、がん患者

や家族たちが交流する場

独でトンネルをさまよっ できず、仕事も辞め、孤 生。手術も放射線治療も

> う!」と、がんサロンを 者の状況を伝えていこ

ル

は (cancercafe

展開し、ラジオ番組出演

afe」が隔月ペースで

どもは小学5年生と2年

「それならば私ががん患

イン(Zoom)参加も可。 恵子さん。無料。オンラ がん専門相談員・清水理 センター中央病院の認定

申込は左記QRから。

こうした経験があり、

あるのだと思います」 がんへの無理解が根底に

なった。当時、2人の子 診断され、頭が真っ白に

ancerおしゃべりC 足した「がんサロン~C

自身が罹患し、情報不足 や周囲の理解不足に苦し

現在、

小平市では、

戸部さんの呼びかけで発

もしているステージ4と

たところ、リンパ節転移 が止まらなくなり受診し

> もらえないのだろうと悲 のに、どうして理解して でも私の立場になり得る は40代、50代に多い。誰

を考えてみよう!」 前10時から11

は午

う! アドバンス・ケア・

〜使える社会資源を知ろ

プランニング(人生会議

しくなりました。結局、

Ç

講師は国立がん研究

1時45分ま



健康に見えるが、抗がん剤治療を

企画者の水戸部ゆうこさん。一見、

長年継続している い。子育て中の若い人た ちが集まる会で、 たがん患者会との出会 ンラインで実施されてい

ているような日々を送っ 転機になったのは、 いくようになった。昨年 やセミナー講師を務める の方たちということ。

4月の誕生日には書籍 たのは、頼れるのは近く 「病気になって分かっ ビューを本紙 部さんへの口 ノインタ 樋

2022@gmail.com) 会場申込



入居は概ね65歳以上の要支援・要介護認定を受けている方

民館で、がん関連の情報を広く伝えるオープンセミナーが開かれる。「誰 もがなり得る時代。健康な方にも聞いてほしい」と参加者を募集中だ。

水戸部さんががんの診断中心になって活動する

を受けたのは6年前。咳

病を続ける水戸部ゆうこさん

(50) の企画で、

23日 田祝に小平市中央公

版で、誰でも参加できる。

ミナーはいわばその拡大

決されることとなった。

「2人に1人ががんに

れにとっても大切なこと

23日のセミナー「~だ

きでないという意見にぶ

交流している(会場は学 も運営し、子どもたちと だけの臨時「駄菓子屋 第2木曜日には2時間弱

職員の24時間常駐

い人員配置と介護

久留米」では、た Staリリーフ東

心

地

持つ介護福祉

王で

親に対する

入居申込を

法定よりも手厚

園東町2の4の11

とが楽しみになっていま

毎月

は地域の交流を深めるこ

気でできない」と訴えた

44歳で肺腺がんステージ4と診断され、2人の子どもを育てながら闘

NO.519

ත042(497)6561

(不在の場合、曾守電対応 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

入居金•敷金 0円

東久留米駅近 駐車場あり



介護付き有料老人 ム「D—Fe

る」と好評の大和 により、「安心でき 、ウスグループの も介護職員の70% が専門的な知見を ムな規模で、 30床のアットホー 目が届きやすい しか

受付中です。

ような親身で細やかな介護をお約束 します。お看取りまで対応致します。入 居費は月額28万4 8知症や寝たきり

▼お一人での生活が不安な方 ▼病院から退院が近いが、自宅での生活は不安

体験入居・ショートステイも行っています

介護付き有料老人ホーム D-Festaリリーフ東久留米

東久留米市新川町 2-2-23 大和ハウスグループ

大門中 スポー



申込先着400人。参加 込は16日まで(※定員時 円、個人21500円。申 費は1グループ5000 入 (https://cityrogaine にじメディア 上映イベント

展示・ト

るイベント「西東京シ

ィロゲイン2024

23日出に開かれる。

点で受付終了)。

詳細はウェ

だけ多くのチェックポイ

トを回って得点を集め

きたい! お披露目展 美教育文化会館 (東久留米市東本町8の 示会」を開く。

テーリングに似た催し

ロゲインはオリエン

の映像上映、トークセッション の場合 成果披露や、にじメディア製作 のようの 7月から行ってきたワークショップの クショップなどを行っている「にじメ ディア」が、28日休から30日出まで、成 .映像を用いた地域交流イベントやワー 誰もが生きやすい社会を目指して、 で「上映イベント~得意と好きで生 主

税理士・司法書士による

相続のお悩み・お困りごとはありませんか?

10時~17時(最終受付/16時) 11/8@ 11/9

タクトホームこもれび J:COM GRAFAREホール

お問い合わせ・ご予約 受付時間: 9時半~19時

主催:税理士法人アルゴ 税理士 川村 忠廣(東京税理士会

1**20-50-50-**79

を大切に

お葬式のトータルプロデュース 創業 100 余年の伝統をもつ 親切丁寧な専門店にご相談ください

- 田中葬祭の 7 つのあんしん 伝統 長い歴史と伝統に培われた「送る想い」
 - お客様満足度5つ☆98%以上
 - 一流の葬儀コーディネーター
 - ご遺族の心もなごやかに 田中葬祭オリジナルケア
 - 100 家庭 100 通り ® のオーダーメイドのオリジナル葬儀
 - 顔が見える「あんしんサポート会員制度」
 - エンディングライフ総合プログラム・終活支援

安心の 24時間いつでもご相談!

田中葬祭株式会社 2042-461-1156



会場:タクトホームこもれびGRAFAREホール(保谷こもれびホール)メインホール ◆ビューティーこくぶ×よよよちゃん

◆こもれび狂言会 野村万作・萬斎狂言の世界 国宝となる笑いの至芸。

2年ぶりに「こもれび狂言会」を開催!!

日時:11月15日(金) 18:00 開場 18:30 開演 料金:全指定席(税込) —般 4,000円/中学生以下 1,000円 ※未就学児入場不可

チケット取扱い:チケットびあ【Pコード 528-623】 ローソンチケット【Lコード 34457】

チケットのお申込み・公演についてのお問い合わせは、ホール窓口・電話予約 TEL:042-421-1919 (開館時間 9:00~22:00) ペインラインチケットサービス(QRコード)まで ※車いす席ご希望の方は会館窓口までお問い合わせください。



チケット取扱い:チケットびあ【Pコード 528-090】 ローソンチケット【Lコード 32330】 マクトホームこもれび GRAFAREホール (保谷こもれびホール)

日時:11月17日(日) 14:00 開場 14:30 開演

料金:全指定席(税込) 一般 4,500円/ホール友の会 4,000円 ※未就学児入場不可

in ともれびホール

日本を代表する歌まねのトップ歌手2人による ジョイントコンサート。

う』という前に、

ご相談を。

9日(土)

15日(金)

19日(火

(イベント情報)

愛情を表現すること」と語る作家による細密模様の 銅版画とペン画の個展。銅版画約10点、ペン画約

昔の写真を見てみよう! 10 日(日まで、フレスポひばりが丘(西東京市谷戸

町2-3-7)。地域の昔の写真をパネル展示。主催は西

16日出、午後1時30分~、西東京市田無総合福祉

センター。講師は著書多数の高森信子さん。テーマ

は「当事者と向き合って」。無料。主催は西東京市精

ヌなどを訓練して聴導犬に育てる活動をしている

15点。問同ギャラリー☎ 090-4718-8558

東京市写真発掘隊。 問同会 https:// www.facebook.com/groups/ hakkutsu

店舗前には大型駐車場あり

がない」と決めつけずに、

こんなもの売れるはず

もちろん、査定は無料。

[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

gashikurume@wakaba.shop.jp 年中無休 10~18時

スーパ-ビバホ-

無料個別相談 日程・会場

東部地域センター 20日(水)

南部地域センター 21日(木

スペース 105 (市役所向い)

西部地域センター

と同じ3種類の器機を

で通える。これまでのモ その後も4000円台~ そのまま会員になれば、

電話を。

明るいスタッフが迎え てくれる

[ビューティーショップさいき]

勤務の経験もある田代院長病院のリハビリテーション科

気軽にご を見た」と

9~18時

大手の有名エステサロ

1100円で体験乾燥する冬に向け ルコースを受けてみませ 2時間の本格フェイシャ フ 「燥する季節を前に、 エ イシ ヤ ビューティーショップさい の 用い モニ たコー タ I えで、 · 募 集

の「ビューティーショッ 顔になれる美顔専門店 ノさいき」では、通常は "きれいと癒やしで笑 う充実の内容に、 ④クレイマスク 分導入(ポレーション)、 ②超音波マイクロトリー ディープクレンジング、 トメント、③人気美容成

2時間の本格美顔 みて良かった。ラッキー 20代から80代まで通ている。 などの声が多数寄せられ ニターからは、

ラン・田代竜一院長がい

ひばりヶ丘駅徒歩約

料読ま11 高者で月 施無紙日

★ 有料 戸

Q Q

供

そこで紹介したいの

施術歴約3年のベテ

も会わない完全予約制。 ので女性も安心だ。誰に

初診料2200円だが

域貢献で実施しているも 安全に役立ちたい」と地

し"安全な暮らし"を提 「地震への不安をなく

以外でも対応する。

改築などで耐震性に不安

がありそうな場合はそれ

に左記までご相談を。

イシャルコースを、現在、 お試し3300円のフェ

いる。先着5人限定だ。

1100円で実施し

なお、モニターを経て

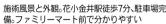
先着順なので、「タウン う、アットホームなお店。

通信を見た」と早めにお

|ようになりました」(60 なり夜もぐっすり眠れる 院」。「1回の施術で楽に 7分「たしろはりきゅう

費660

、「試して



人は多いのでは。特に、 坐骨神経痛」や「脊柱

灸は初めての人も心配無

専用の着替えもある

耐震診断を行っている。 「鈴木住研」が、無料で

「工務店として地域の

もしてくれる。

代女性)

などと評判の同

院では、カウンセリング

読者は初診無料にベテランによる鍼灸

たしろ鍼灸院

管狭窄

症

無料

で耐

震診

断

芳邦さん

三写真。

実際に

備。ファミリーマート前で分かりやすい 管狭窄症」は深刻だ。 関節の痛みに悩んでいる

他店で値の の 付 か ない 物も査定

タウン通信

イミテーションも ーブランド品や 東久留米上の原「わかば

[買取品一例]

◎メッキアクセサリ-

遺

言相

続

無料

柏

談

○株主優待券 ◎サプリメント

○貴金属 ◎ノーブランド時計

◎レコード

50分・予約制

行政書士・堀江誠さ

とブランド品や貴金属し うせ売れないから捨てよーでも買取可能です。『ど ド品やメッキ・イミテー お買取りできる可能性が ション素材のアクセサリ が、当店ではノーブラン ジがあるかもしれません か買ってくれないイメー あります。買取店という キーという気持ちで相談 してみては? いかけでも買取対象だ。 無料で出張買取も 香水は使

ない…。

持ち込めばいいか分から の情報があって、どこに

たくさんの買取専門店

り扱いがなかった物でも

しでも値が付けばラッ

期に開催されている「遺

地域の公共施設で不定

言·相続

無料相談」が、

今月も左表の日程で行わ

相談に乗ってくれるの

屋さん。気軽にご相談く

「行政書士は町の

取店わかば アクロスプ

東久留米店」から、

そんな人に向けて、「買

メッセージが届いた。

え、査定額に納得いかな ければ不成立もOK。 行っている。出張とはい 内なら無料で出張買取も 本紙配布エリア

買取りをさせていただい

他店では値

一当店では、幅広くお

特定行政書士で終活

で、まずは左記までお電 ださい」と堀江さん。 秘密厳守。予約制なの

〈行政書士法人 たいけい事務所〉

2 0120-966-954 東久留米市氷川台 1-1-9

9:30~18:00 定休: 土日祝

泉明美個展 花といきもの

7日休~11日(月)、午前11

時~午後6時(11日は5 時)、ギャラリー「スペース

コウ」(西東京市柳沢6-1-11)。「描くことは動物・花・

まわりの人たちに対する

聴導犬を知ろう 17日(日)、午後2時

決するケースも多いそう 無料。この5分で問題解 ンツーマンで、50分まで 法律 ん 日本聴導犬協会のスタッフが講演。実演も。主催は

に詳しい堀江誠さん。

小平市女性のつどい記念イベント

あり。ドリンク付き800円。500円でオ ンライン参加も可。各40人。 週岩嶋さん



湯浅誠さん講演会

☎ 080-1244-7368 =夜間のみ

28日休、午後2時~4時30分、西東京市コール田 無。テーマは「若者が積極的に参加できるまちづく り」。無料。主催は西東京市市民協働推進センター 「ゆめこらぼ」。週同センター☎042-497-6950

30 日出、午前9 時30 分~と午後1 時~ の二部制、セブンイレブン柳窪1丁目店 集合。かつての武蔵野の面影を色濃く残す東久留米 市柳窪一帯を歩く。国の登録有形文化財「村野家住 宅」(顧想園)など。600円。各回40人。15日までに要 申込。主催はNPO 法人東久留米の水と景観を守る会。 間武石さん☎042-472-0342

◆イベント情報募集 地域のイベント情報は、メール

西東京市=市民ま 「まつり」が開かり 9日出・10日间に

各市で「

「まつ

日祝定休

場有。「タ

ウン通信



鈴木代表。インタビュ 下記 QR コードから ー動画は

ますので、安心し すことが目的で 確かな数値を出し す。技術者として てご依頼くださ と同社代表で、

動画

動画が見られ ます (約5分30秒)

したい。その障壁とな る費用負担を減ら 断事務所。 都木造原組合加 事業者協 宅耐震:

[鈴木住研] ☎ 0120-431-241 西東京市住吉町 2-7-12 9~18 時 日祝定休 京市で創業60年以上の 戒感が高まるなか、西東 木造住宅を対象に200年以前の 善点が見つかった場合 しっかりした調査で、改 の助成金の対象にもなる 鈴木住研

慮しながら、アドバイスは、助成金申請なども考 された木造住宅だが、 は2000年以前に建築 基本的に対象とするの 増

んて」の驚きの声も届い

ここまでやってくれるな 頼んだ人からは「無料で

カーズ 小金井・小平にこだわる「ハッピー

正直で安心な査定

店」は、「徹底的に売

日本木造住宅耐震補強 耐震 西東京 検索

ご相談ダイヤル ☎070-9111-7095



と減額する「減額査定」 かなかったので…… は絶対にしません。 「後ろのワイパーが動 ※軽自動車は最低1万円。1500cc 未満、 不動車・故障車は減額させていただく

お気軽にご

がモットーです。 り手の利益を追求」

例えば、査定後に

も、動くなら2万円他店で0円査定で 払いで、1週間以内ありません。現金支 以上で買い取ります。 に名義変更もします。 ご相談く

クルマ高く売るなら!

東京都公安委員会許可 第308892004928 (小金井·小平店)

🛺 ルッピーカーズ***

ハッピーカーズ小金井・小平店 小平市喜平町1-13-28-H205



ファクスでお寄せください。(編集部) ケットで。ご当地グルメコ小平ファーマーズ・マー役所周辺、JA東京むさしい。市 ション、市内農産物・果実り」、市民プラザ等で。ク り」、市民プラザ等で。クまでの「まろにえ富士見通東久留米駅西口から市庁舎 数。環境フェスティバル同野外ステージなど、出店多 ンテスト、 小平市=産業まつり。市等の即売会、模擬店など。 ション、市内農産物・ 東久留米市=市民みんな 東久留米市=市民みんな 西東京いこいの森公 農産物の

~、西東京市コール田無。捨てイ

本気で痩せるなら「耳つぼ」 どうして[耳つぼダイエット]なら 痩せられるのか知りたくないですか? そのワケはWEBをご覧ください 男性も歓迎 特設ページにアクセスできます **直接聞きたい!** という方は、 下記の予約専用ダイヤルへ! ヘルシーライフ田無 050-1869-6443

西東京市南町2-3-24 大樹はりきゅう整骨院併設



ひばりヶ丘駅 南口徒歩2分

プレゼント

ム作り

特設サイト

ばりヶ丘駅南口徒歩2分 向けて、おしゃれなリー ス作りはいかが? クリスマスリース&蜜蝋バー クリスマスシーズンに 15~17日、ひばりヶ丘駅そば dillで

のプライ $\sum_{\substack{i\\i\\l}}$ ベートサロ 1 (ディル)」 3500円~、 蜜蝋バー リース作りと、天然素材 では、15日金から17日日 クショップを開く。 の蜜蝋バーム作りのワー の3日間、クリスマス ニツリー他)は材料費込 クリスマスリース(ミ サロン (**☆**50・1869 きる(ゆず38円/滴など)。 6441 は持ち帰れる。予約は同 油代は別。アロマ精油は 自分で選んでブレンドで ムは3091500円で精 もちろん手作りした品

ばり 歯ぎしりを癒やす

初回20%引き

強張りをほぐすフェイシャル

特設サイト

何となくだるい……。そ んな人に気にしてみてほ 凝っている、慢性的な頭 いのが、無意識に歯を 健康なのにいつも肩が 睡眠不足を感じる、 いう異変が出がちだ。 か体が強張っている」と 田無駅そばの「サロン は気付きにくく、「なぜ 特に睡眠中に出ている人 そこで紹介したいのが トバス、▼ホットスト りのリンパまでほぐして アで、頭部から頬、首周 という60分の充実したケ マッサージ、▼保湿・ ン、▼アロマ、▼

◇利用プラン お花の家族葬 45 万円

◇葬儀場/ 東久留米市のご自宅

家族葬実例

[葬儀代金]

・献花 20 本

・49万 5000円プラン

・追加ドライアイス

◇葬儀形式/・無宗教お別れ会・1日葬・家族葬

りる「歯 「食いしば 噛みしめる しり ミューズ」。自身も食い さん=写真=が、 セラピスト・宮原まどか しばりで苦しんだという くれる。初回は20%引き の7200円。予約制。 69.6445 予約受付:☎05·18

大掃除・生前整理 分別·梱包不要 まとめて任せられる の不用品回 収

特設サイト

0

W

が、

いと言って出すのです みんなでしばし野球観戦

いつも薬は飲みなさ「一時休戦」と切り出し、

飲まないんですよね」をしました。そして、そ

とご主人はご立腹、言わ

れた奥さんはちょっと気

薬毎日飲みなよ」と場が の後は「仕方ないなあ。

まずそうな雰囲気……が

和みました。

また、他の患者さんで

療

0

困っています。

が聞こえると、ご主人が

ことで、

ズン、ごみの処理で困る てくれるのは、 への依頼が楽で確実だ。 地域密着で迅速対応し は多いのでは? これからの大掃除シー 定量が出るなら業者 東久留米 S」。電化製品の運搬業 詰め放題などを状況に合 業に定評がある。従量制、 目線の料金設定も好評 も行う同社は、丁寧な作 市に事業所がある「EH からメールを。 だ。 だ。電話かQRのサイト 状況のまま任せて大丈夫 包など不要。雑然とした 69.6447 予約受付:☎050 依頼の際は分別や梱 薬の内服が1週間で4勝 察していますが、原因が 方がいます。1年ほど診 3敗(3日は飲まない)の

心不全の患者さんで、

診療の日常光景です。

先日メジャーリーグの

は

在宅酸素療法をして

大谷翔平選手

|5千円を1名、3千円を2名に C Bギフトカ ントします。 3000円分をプレゼ =QR=か、 応募は応募サイト はがきで。 係

選で1名様にJCB タウン通信から抽 円分を、2名 ド5000 ギフトカー 同じく はがきは住所、氏名、

[3]

日必着。 東京市田無町4の9の ウン通信・プレゼント とご意見を明記し、 188 0 1 1 \sim 。 当選者の発表 の発表 西

分かりません。いつも薬

ろで、「さあ、大谷がバッ

ターボックスに入るとこ

段は数メートル歩くだけ

で息も絶え絶えになって

しまい、それでも何とか

抱えている方ですが、普

うど大谷翔平選手がバッ

試合が流れていて、

ちょ

いるがんや呼吸器疾患を

ターボックスに入りまし

とアナウンサーの声

生き続けられないかと精

神的におつらい思いをさ

れているのですが、大谷

選手の試合の観戦中だけ

[まつばらホームクリニック]

☎ 042-439-1250

matsubarahomeclinic@gmail.com

西東京市東町 4-14-10-2.
 電話対応: 午前 9:00 ~午後 6:00
 □定休日 : 土日 (祝日は診療)
 □訪問地域: 西東京市、東久留米・
 □応応・緯馬の一部

るご主人も理由が分から をご本人に差し出してい

送をもって 商品 の発

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

認知症サポート医

は日頃からは信じられな

いくらい大きな声を出

ょ 相 3 事 ず 0 所 奥野 費用が掛かるのでしょう こ葬儀だとどのくらいの

から、会場は借りません と送りたいというお考え

· ちょうど」の

葬で、ご自宅でゆっくり

ストメイクにお使いにな

バレーボ

I

ル

^{ლ認し合ったうえで}れが時に唐突に、

前し

女性から、「あれ?

る

ャほ飛に

けられた。 則何だっけ?」と声も

を

掛名

りました。

内訳を紹介します実際のご葬儀の

すぎ」でも「やらなすぎ」 でもない「ちょうど」の J葬儀を行っています。 奥野式典では、「やり す。 10人 の内訳で れた家族 が参列さ

のケースです。 てを明らかにします。 か。今回は、隠さずに全 左表はそのときの料金 先日の施行 ご自宅でも十分ご葬儀は でした。小規模であれば、 礼品も、お食事の用意も 執り行えます。 ご親族のみなので、

返

はずです」との感謝のお

なった。

私自身はバレーボール

観戦経

は、見ている分には「

事者

しかし、第三者目

線で

きました。自宅での葬儀

た。もともとアニメの影

チャ」はそういうバ ど、「ニッポン・チャ び出してくる。な

ル文化の象徴

なのだー

の地域クラブに入っ 小4の娘がバレー

響があったところに夏の

オリンピックが一押しと

故人も満足している

ちのペースでお別れがで

施行後には、「自分た

言葉を頂きました。

まずはご相談を

ランをお選びになり、 均的な49万5000円プ 不要でした。祭壇等は平 裕ができた分を献花とラ

奥軽式典では、

過去の

|チャチャチャ」のイメー

験も乏しい。「ニッポン・ には知識がなく、

となると話は変わる

ホイホイ』行きます_

「じゃ、次は『アジ

ゲアゲ

と隣の保護者が真顔で

「 りゅ、り

ゅういちです

アドバイスしています。 事例の内訳も示しながら

だが、小学生の試合を見 ジくらいしかなかったの

迫ってくるの

どうが……

じゃ

あ、シ

ゆうちゃ

J予約のうえ、

お気軽に

し相談ください。

奥野式典葬儀担当·奥

1万1000円 7700円

・ラストメイク・施行管理費 6万6000円 合計 57 万 9700 円 (稅込)

葬儀社以外への支払い

て声を

が

۲

先方も異質なもの

ばし絶句してい ゆ、りゅうちゃん!?

る

感じたの

か、急にすー

でほしい。こ 見つめない がこちらを

Z

という感じ

戸惑う

葬儀社への支払い

[多磨葬祭場]・火葬料(非課税) 9万円

[奥野式典] 添郎)

奥野式典 検索 滝山団地 奥野式典

2 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 | で、子どもも保 (ウ)で、子どもも保 (ウ)で、子どもも保 (ウ)で、子が、まるで (ン)に行って驚いた。声援が かった (カ)が かった (カ 護者も一緒になっ

は本当に多数の方に生き 書きましたが、大谷選手)様子を伺っています。 前回生きがいについて 奥様から笑顔で ||ズがある。「流れはどっぱカルな決まったフレーに とか「エル・ユー・シー・ といったユーモラスな 張り上げている。 ケイ・ワイ! ち? コッチ、コッチ!」 びっくりしたのは、

ラッキー

行ったときのことが

が、先日、強烈なので

アスタ2階で以下催,

アスタの催

ーボール文化に同

うのは患者さんを支える る張り合いを与えている と思いました。医療とい

- 月の運勢

手段の一つにしか過ぎま

ちの張り合いには何が必 せんが、患者さんの気持 ケーションで見つけてい 要かと日頃のコミュニ かないといけませんね。 でいい出会いがありそう。 |し合いが問題解決のカギ。 をよく見て手堅く進んで。 ドツボにはまる? 方向 ドツボにはまる? 実力が光る。華やいだ席 三碧木星 二黒土星 、考えて。家族との話一白水星 一呼吸おい 勢い余って 気力充実、 トラブルの

者の言葉は素直に聞いて。 原因は当方にあり? 年長 を、本紙ウェブ

回燃回

-白水星

黒土星

野

大7

大14

まつばらホームクリニック

昭元

、私よりも確実に10歳は若な 挨拶して回っていると、とな 挨拶して回っていると、と もノリノリ。 楽し

【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。 昭2 | 昭11 | 昭20 | 昭29 | 昭38 | 昭47 | 昭56 | 平2 | 平11 **₹20 ₹29** 昭10 昭19 昭28 昭37 昭46 昭55 平元 ₹10 ¥19 昭9 昭18 昭27 昭36 昭45 昭54 昭63 **₹9 ₹18 ₹27** 大13 昭8 昭17 昭26 昭35 昭44 昭53 昭62 平8 平17 平26 令5 昭7 昭16 昭25 昭34 昭43 昭52 昭61 平7 平16 平25 **₹5 ₹14 ₹23**

五黄土星 | 大12 | 大11 昭6 昭15 昭24 昭33 昭42 昭51 昭60 平6 平15 平24 七赤金星 大10 昭5 昭14 昭23 昭32 昭41 昭50 昭59 八白土星 大9 昭4 昭13 昭22 昭31 昭40 昭49 昭58 平4 平13 平22 大8 昭3 昭12 昭21 昭30 昭39 昭48 昭57 平3 平12 平21 平30

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 **2042-439-1250**

http://m-hc.jp 土・日曜 7:30~/火曜 9:00~ FM 西東京で放送中 当院は機能強化型在宅療養支援診療所に認可されています。

160·2012) 細 はアスタ

詳筮 2 042

(大) イベント」= 「ママイクコ秋冬お買い得 介護の日イベント」 「ひきこもりを考える 地域連携イベント」 - ルニ~11月 13日(水) ||

と答えるべきだった。

、 発行人·谷

隆 —

にで、バ と居なくなった。以来、誰にで、バ と居なくなった。以来、誰に対っては郷ににがいる。 新に入っては郷ににがいる。 からも、谷さんともりゅいが来 いる。郷に入っては郷ににがらいた。 からも、谷さんともりゅいが来 いる。郷に入っては郷にして、バ と居なくなった。以来、誰して、バ と居なくなった。以来、誰して、バ と居なくなった。以来、誰して、バ と居なくなった。以来、誰して、バ と居なくなった。以来、誰して、バ と居なくなった。以来、誰して、バ 「あ、谷です」 「あ、谷です」 に「それは知ってるよ〜。」 下の名前に決まってる 下の名前に決まってる でじゃん〜」 と彼女。 「そうだよっ〜。この 「そうだよっ〜。この 「そうだよっ〜。この お気軽にご相談ください **6070-8522 3076** 西東京市芝公保町2-14-11

樹木葬 川柳コンテスト



思いつい.

(松戸家公式キャラクター) 仏事に詳しくツッコミが出来る埴輪 はにー

100

松戸家が主催 最優秀賞にAmazonギフト券3万円分











作品例

皆にみとられ おくりびと 終わっ 家族葬

供養の 新しい

川柳コンテスト 応募要項】 【「樹木葬」 2024年10月21日(月)~12月20日(金)

作品募集期間 入賞作品発表 2025年1月15日(水)

> 応募方法 当社WEBサイトから

入賞者にはメールでお知らせします。 入賞作品 ※入賞者以外にはご連絡しません。

入賞作品はWEBサイトで掲載します。 掲載できない場合は入賞の権利を無効 とさせていただく場合があります。

1人何作品でも応募可能です 応募制限

当社調べ)。 を実施中です。 木葬川柳コンテスト」 身近になった樹木葬 そこで当社では、

養・家族に関すること 樹木葬に関わる供 おり、 A m (は10名様を予定して

でです。 をお贈りします。 応募は12月2日金ま azonギフト券 5000円分の 来年1月15日 木葬をご案内していま

す。 ださい。 要項は左記をご参照く ご応募ください。応募 もご応募いただけま お花が溢れる近隣の樹 者まで、世代を超えて、 なお、 お子様からご高 松戸 一家では、

ださい。 約をお願いします。 お気軽にご見学く 見学にはご予

座骨神経痛

(脊柱管狭窄含む) **手足の痛みシビレにはり**

参加対象

実施しています。 応募締め切りは12月20日金で、 超える老舗「松戸家」では、 nギフト券3万円分をお贈りします。 どしどしご応募ください! 新しい供養のかたち「樹木葬なら松戸家」で知られる創業100年を 「樹木葬」をテーマにした川柳コンテストを 最優秀賞にはAmaz

をテーマに、自由な発 最優秀賞の方には、 ご応募ください! 一柳を創作 います。 当社ホームページで行 別に 入賞作品の 発表を

お一人様、 何作品で

| へ来川ボウル | 小平メモリアル | ガーデン

松戸家

本社

100 松戸家

ぶ時代になりました(※

nギフト券を贈呈しま 3万円分のAmazo

(1名)。また、優秀

過半数が樹木葬を選

新規にお墓を求める

方 登場して12年。今では、 霊園で初めて樹木葬が

都立小平霊園に都営

想で、

ぜひ川

☎0120-980-015

小平市美園町 1-4-6 (小平駅徒歩1分)

営業: 10 時~ 16 時 火曜定休 https://www.mazdoya.co.jp/

安心と真心の施工

壁塗装は実績と信頼の -ムサ-



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

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◆

確かな技術 塗装のプロによる 親切・丁寧な施工 ●リフォームローンも取り扱っております●

いちふ く はよいしごと



2042(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





◎広告部☆22・497・6561 \$04NN(53)6909 -枠3300円~で掲載できます。伝言板」は文字のみの広告です。 利屋・わたなべ

☆0120.892.056 便利屋オールマイティ どんな仕事もOKです!



東京都糖尿病医療連携推進事業

北多摩北部保健医療圏糖尿病ネットワーク

令和6年 **11月30**日(±) 14:00~16:00 日 時

J:COMコール田無 多目的ホール 所 〒188-0011 西東京市田無町三丁目7番2号

糖尿病の方とそのご家族、糖尿病予備軍の方など、 糖尿病について知識をつけたい方なら どなたでも!

参加費 洪洪

定員165名(申込不要)※満員の場合は入場をお断りする場合がございます

当日はYouTubeでもオンライン配信いたします!!

-般社団法人西東京市医師会チャンネル https://youtube.com/@user-tx6bh4xk8h?si=qRvubfvs2gD3u0kA



糖尿病ネットワーク委員会 委員長 はるクリニック 院長 岩崎晴美

「知っ得! これならできる

糖尿病運動療法のコツ!」

東京医科大学八王子医療センター 糖尿病・内分泌・代謝内科

天川 淑宏 先生

「糖尿病の合併症を防ぐ

食事療法について」

公益社団法人 東京都栄養士会 会長 西村 一弘 先生

[主 催] 北多摩北部保健医療圏糖尿病ネットワーク委員会 (小平市医師会·東村山市医師会·清瀬市医師会·東久留米市医師会·西東京市医師会)

[後 援] 小平市 東村山市 清瀬市 東久留米市 西東京市 [お問合せ] 一般社団法人西東京市医師会 電話(042)421-4328