

**Super Bowl Nabari**  
 スーパーボウル名張

**子ども** 小学生対象  
**ボウリング短期教室**

2/16日 13時~  
 2/23日 13時~

【参加費】  
**1,575円** (貸靴代込)

【参加特典】  
 ご本人含め4名様まで  
 2ゲーム貸靴代込 525円

3/31まで

「まっすぐ投げる」技術指導だけでなく、スポーツマンとしてのエチケットやマナーをスタッフが丁寧に指導いたします。

＜お申込・お問合せ＞  
 HOSスーパーボウル名張 / Tel.64-3333

**ボウリング 2ゲーム・靴代込 980円券**

・本券1枚で4名様までご利用いただけます。  
 ・他券との併用、予約時の使用はできません。

HOSスーパーボウル名張/平成26年3月31日まで有効

**ボウリング 3ゲーム・靴代込 1,260円券**

・本券1枚で4名様までご利用いただけます。  
 ・他券との併用、予約時の使用はできません。

HOSスーパーボウル名張/平成26年3月31日まで有効



「音楽に合わせて笑う、子どもたちのうれしそうな顔を見るのが楽しい」と話す福森さん（左）と笠井さん（右）。

キラキラ笑顔を増やしたい

**Twinkle**  
**福森 有紀さん**  
**笠井 こそえさん**

紙の人形劇など、2人が子どもたちに披露する多彩な読み聞かせや人形劇では、福森さんの進行に合



「子どもたちが音を聞いて、体を動かして楽しめるプログラム作りがこだわりです」。

ピアノの生演奏をBGMにさまざまな遊びを広げる、音遊びユニット「Twinkle」。

メンバーの福森有紀さんと笠井こそえさんは、幼稚園や保育園、小学校などで、多くの子どもたちに音に合わせて体を動かす楽しさを伝えている。

歌遊びや手遊びの他、絵本の読み聞かせやクラシック曲のピアノ演奏、紙の人形劇など、2人が子どもたちに披露する多彩な読み聞かせや人形劇では、福森さんの進行に合

「いろいろな場所で楽しさを」

元幼稚園教諭の福森さんと元ピアノ講師の笠井さんが出会ったのは5年前。共に小学生の娘を持つ2人は、伊賀市内の子育てサークルで意気投合。「自分たちの経験を生かして、できることで子育て支援をしたい」と、3年前に子育てサークル「Flowers（フラワーズ）」を立ち上げた。

「満開の花のような笑顔」 「子どもたちはキラキラと輝く可能性」との思いから、それぞれのグループを名付けたという2人。「子どもたちには、想像力を磨いて自分から表現する力を養ってほしい。地元から、いきいきとした笑顔を増やしたいですね」と声をそろえた。

問い合わせは、  
 ティンクル（笠井さんまたは福森さん）  
 TEL 070-5252-2096 まで。

わせ、場面に沿ったBGMや効果音を笠井さんがピアノで演奏する。子どもたちは、音と展開に目を輝かせ、体を動かして楽しむそうだ。

「いろいろな場所で、もっとたくさんの子どもたちに楽しさを伝えたい」と一念発起。サークルとは別に、2人でのユニット「ティンクル」として活動をスタートさせたという。

**かしこやのたけ**

【電話】 67-1313  
 【営業時間】 9:00~18:30 (火曜定休)  
 HP <http://www.sawadaikkyuan.jp/> 桔梗が丘公民館前

今年も販売中

一休庵の  
**いちご大福**

1個 136円(税込)

つぶあん、しろあんの2種類ございます。

# ロックンロールの楽しさ広めたい



ステージ衣装の藤巻さん(左)と細川さん(右)。「夏の野外ライブでは熱中症になりましたよ」「アスファルトの上やったもんなん」と苦笑いの経験も。

## 藤巻 崇さん 細川 貴之さん

### ONE☆STAR

革のジャンパーにリーゼントというロックンロールな2人は、小学校からの同級生、藤巻さんと細川貴之さん。仕事の傍ら、休日にはロックンロールバンド「ワン☆スター」のメンバーとして県下各地のライブハウスやイベントに出演し、1950年代から60年代の「古き良きロックンロール」を演奏する。

ボーカル&ギター担当「マツキー」こと藤巻さんのギター歴は小学3年からの28年。ロックバンド「ザ・ブルーハーツ」などをコピーしていた高校生の時、藤巻さんのバンド仲間が結婚し、同級生のロックンロールバンドのメンバーを見て感動し、大学で自身もバンドを組んだという。

サイドギター&コーラス担当「タツカー」こと細川さんは、8年前に藤巻さんのライブを見に行き、「こんな楽しい音楽があるんや!」とライブの常連に。ある時、藤巻さんのバンド仲間が結婚し、同級生のロックンロールの楽しさを知らせたい。それには演奏する方が楽しんでないといふと、細川さん。

その後1年を経過して結成した「ワン☆スター」は今年1月でちょうど6周年。「ロックンロールを普及して、地元でリーゼントの人を増やしたいです」と藤巻さん。「ロックンロールの楽しさを知らせたい。それには演奏する方が楽しんでないといふと」と細川さん。



ライブで演奏中のワン☆スター。十八番は「ジョニー・B・グッド」。

「リラックスして、自分に優しい時間を持つてほしい」と話す近藤明美さんは、ヨガインストラクター。名張市内での教室の他に、「食」や「自然」とヨガを組み合わせたワークシヨップを開いて、ヨガの魅力を多くの人に伝えている。

近藤さんがこれまでに開いたワークシヨップは、ヨガの後に「玄米菜食」のマクロビオティック食を楽しむものや、土に触れての芋掘りとヨガ体験をセットにしたものなど、自然や五感から「自分」を見つめることをテーマにしている。「もっと多くの人に、今の自分への意識を高めてもらえたら」とニコリ。

美容や健康に興味があったことから、8年前にヨガを習い始め、インストラクターの資格を取得。ワークシヨップは、ヨガを教える中で、体の中から作る食べ物大切さも



「好奇心旺盛なので、自分も楽しめそうなことを企画しています」と話す近藤さん。

感じてほしいと、マクロビ食とヨガの組み合わせで5年前に開いたことが最初だという。ワークシヨップを、「視野を広げる場」や「つながりの場」と話す近藤さん。「準備の大変さはあるけど、みんなの笑顔を見られた時が、やって良かったと思う瞬間」だという。

今後について、「自分や周りに優しい生活」を意識できる人が増えればと思います。名張は自然豊かな土地なので、もっと人間らしさを取り戻せるような、自然に触れることもしていきたい」と意気込みを話した。

# 自分、見つめる きっかけづくり

「絹糸の貼り絵」といわれるシルクスレッドアートに魅せられ、作品作りを続ける井上香さん。独特の柔らかさや温かさを感じる作品は、多くの人の目を惹きつけている。



百人一首を描いたあんどんの前で「作品が完成したときの喜びは大きい」と話す井上さん。

下絵に乗せた粘着テープの上には、絹糸の貼り絵の具のように、色を付けていくシルクスレッドアート。色鮮やかに微妙な色合いまで表現する画材は、小さな筆先で細かく刻んだ絹糸だ。

「絹糸の貼り絵」といわれるシルクスレッドアートに魅せられ、作品作りを続ける井上香さん。独特の柔らかさや温かさを感じる作品は、多くの人の目を惹きつけている。

「絹糸の貼り絵」といわれるシルクスレッドアートに魅せられ、作品作りを続ける井上香さん。独特の柔らかさや温かさを感じる作品は、多くの人の目を惹きつけている。

**株式会社 近畿不動産販売**  
www.kinkih.com 本社 0120-69-4733  
伊賀支社 0120-92-7779

仲介・売買・買取・リフォーム etc 不動産全般

リ・すまい  
**Re-Sumai**  
リフォーム全般 www.resumai.com 0120-63-2555

安心の定額制料金

〈一例〉  
パッキン交換 1カ所 2,000円  
網戸張替 1枚 1,800円

一度のご発注金額の合計が5,000円以下の場合、基本料金として3,000円が加算されます。但しご発注合計が5,000円を超える場合、基本料金は加算されません。(全て税抜金額)

昨年10月、名張市夏見のスーパーセンタースタックワール1階から、国道165号沿いに移転オープンした「鉄板番長カヲルくん」。有名グルメサイトで、三重県のお好み焼部門1位になった店だ。サイトには、味の評価はもちろん、「店主の人柄が良い」「世界一応援したい」との声が並んでいる。「もったいな

い評価です」と店長でオーナーの竹嶋満則さん。自分がおいしいと思うもの、食べる価値があり、納得のいくものを提供したいと、店を始めた。「お好み焼は、145〜155度の間で焼くのが一番なんです」とサイモセンサーで鉄板の温度を測るこだわりぶり。

移転を期に、たこ焼きの販売も始めた。「かつお節と昆布のだしを利かせたたこ焼きの素材に合わせ、一番おいしいと思う味を、いくつもの素材の中から選びました」と竹嶋さん。

「焼きたてが一番」と、基本的には作り置きはせず注文を受けてから作る。そのため、15〜20分ほど時間が必要だそう。急ぐ場合は、事前に電話を。「たこさんのお客様にこの味を味わってほしいです」と竹嶋さんは笑顔で語った。

行ってみよう  
このお店  
地域の  
紹介  
Vol.5

お待ちします！

ヨガインストラクター  
近藤 明美さん



ワークショップや教室では、ポーズと呼吸を意識して、体と心のバランスを整えるという「ハタヨガ」を行う。

**鉄板番長カヲルくん**

赤い看板が目印。

【TEL】64-2767  
【所在地】名張市夏見3147-2  
【定休日】不定休  
【営業時間】11:00~20:30  
【駐車場】あり

「たません」も100円で販売中！

うちの  
**V.I.P.**  
very interesting pet's

名張市 / カミューくん  
やんちゃ盛り！  
毎日元気いっぱいです。

名張市すずらん台 / ショコラちゃん  
スーパー前に捨てられていた子です。里親になりました。

名張市長瀬 / ダニエルくん  
通常、ネコは捕まらずで育てています。

**新春クイズ**  
午(うま)を探せ!

1月1日号のクイズの答えは  
**14頭**でした。

午が隠れていた場所は  
「nava WEB」特集ページで公開中!  
<http://www.nava.jp/>

**うちのV.I.P.写真募集!**

自慢のペット写真をお送りください!  
住所・氏名・ご連絡先・ペットの名前・性別・ひとこと(30文字以内)を添えて、郵送またはEメールで下記のとおり先までお送りください。  
※写真はご返却できませんので、あらかじめご了承ください。  
【あて先】〒518-0444 名張市箕曲中村18-2  
(株)アドバンスコープ メディア事業部  
「nava VIP」係  
Eメール:guide@asint.jp

※ご応募いただいた写真を含む個人情報等は、本紙への掲載のみに利用し、他の目的で使用することはありません。

ちえこのお試しアレ! Vol.5

FMなびナビゲーターの田口知恵子が、4歳の息子の子育てや日々の生活を通して「これいいな」と思ったものをオススメします。

★出産に難産はない★

40歳にしてやっと妊娠した私は、出産にただならぬ思い入れが。死ぬほど痛いという陣痛を味わってみたい! 上手に産んで赤ちゃんとの感動の対面をしたい! と息巻いておりました。ところが、実際は陣痛を待たずに帝王切開で出産。いつも引け目を感じている自分がありました。そんな中、助産師の林みち子先生のお話を聞く機会がありました。「自然分娩(ぶんべん)の素晴らしさについてのお話だろうな」と思っていたら、実は林先生ご自身が帝王切開で出産されたそう。「赤ちゃんは自分とお母さんの身を守るためにベストの産まれ方を選べます。どんなお産も安産なんですよ」と話してくれました。私は涙が止まらず、初めて報われた思いがしました。



産まれて3日の息子。お腹にいたなんて! 命は奇跡です。

自分を責める気持ちや偏見・思い込みは、自分で転換することはなかなか難しいですが、専門家の話を聞くことでスッと心を解放できることがあります。講演会などに行くときとどこかに出会えると思います。ぜひお試しアレ!

**料理教室** のご案内 **おいしく♪楽しく♪クッキング!**

バレンタインは、友チョコも本命チョコも手作り♪  
プレゼント用にかわいくラッピング♪

**2/11(火・祝)**  
10:00~13:00頃  
バレンタイン♪  
マカロン&トリュフケーキ教室  
\*マカロン \*トリュフケーキ

**2/14(金)**  
10:00~13:00頃  
バレンタイン♪  
ザッハトルテ教室  
\*ザッハトルテ

新鮮たまごを使って★  
和食でおもてなし料理教室  
10:00~13:00頃  
・紙巻蒸し・伊達巻入り 太巻き寿司  
・和風ポークピカタ〜ミニグラタン添え〜  
・抹茶クレープ〜和風クリーム添え〜  
★本和風だしのとろろ、たまご料理のコツをレッスンします!  
★1人1本巻き寿司を作ります。  
株式会社ミサミ 南さんのたまごのお話も伺えます。

■申込締切:2/2(日)まで  
■開催場所:名張近鉄ガス本社 2F 料理教室  
■定員:各18名※申込多数の場合は抽選  
■対象:高校生以上  
■金額:2,000円(税込)/人  
料理教室 開催情報 配信中

お申込はHPまたは  
電話・店頭にて  
(9時~17時)

大阪ガスグループ  
**名張近鉄ガス株式会社**  
名張市桔梗が丘1-1-5-1 Tel.0595(65)2311  
(担当/地域CS部 坂本・福岡)

名張近鉄ガス 検索  
<http://www.kintetsugas.co.jp>

# 生活

2月22日発行号では、「スギ花粉症について」「白内障について」をご紹介します。お楽しみに!

## 名張市の在宅医療について

**Q**：在宅医療って？

**A**：在宅医療とは、通院が困難な人や寝たきりの人の自宅に、医師や歯科医師などが訪問し、診察・診療をするというものです。また、医師だけではなく、看護師・薬剤師・医学療法士などが医師の指示で患者さんの自宅を訪問して療養上必要な指導をしたり、診療の補助をすることなども含めて在宅医療と呼んでいます。

さらに、在宅医療の患者さんや家族の求めに応じて、短期間や不定期に行う往診と、計画的に定期的に行う訪問診療の二つがあります。



**Q**：名張市の在宅医療の状況は？

**A**：ここ数年来、在宅医療を推進していこうという機運が高まり、地域全体で在宅患者さんを支えていこうという発想が出てきています。

医師同士の連携も当然ですが、その他の医療職、介護福祉関係者、行政の地域医療担当者など、いろんな職種の人を含めて、地域全体でそういう連携を取ってやっていこうと、2011年4月、名張市在宅医療支援センターが開設されました。センターのおかげで、患者さんは往診を希望する場合などに相談に乗ってもらえるというメリットがありますし、我々医師も、専門外の医師の診察が必要な場合、センターから医師を派遣してもらえます。

### ●名張市在宅医療支援センターの主な業務内容

- 在宅医療に関する相談・情報提供
- かかりつけ医がない場合の医療機関の紹介
- 講演会や研修会の開催

**Q**：2013年度に在宅医療で新しく始まったことって？

**A**：2013年10月から、名張市在宅医療の救急システムというのが名張市立病院で始まりました。

数年前から、伊賀地域では二次救急が3病院の輪番制になっています。そのためこれまで、名張市立病院を退院して在宅で療養している人でも、当番日でなければ名張市立病院での二次救急の受け入れはできませんでした。

しかし、限定されますが、定期的かつ計画的な訪問診療を受けている患者さんについては、24時間365日名張市立病院で二次救急を受け入れできるというシステムになりました。



**Q**：新しいシステムで、在宅医療を利用している人や名張市民にはどのような変化が？

**A**：一番大きいのは、やはり安心して在宅医療が受けられるということだと思います。名張市立病院を退院した人の場合は、やはり何かがあると、また名張市立病院で診てもらいたいという希望が強いと思います。このシステムができてからは、訪問診療を受けていけば、具合が悪くなれば24時間365日名張市立病院で診てもらえるようになり、大変大きなメリットであると思います。

### ●在宅医療救急システム

在宅患者の24時間365日の救急体制を整えるため、名張市立病院の救急輪番日でない場合でも、在宅主治医の判断で名張市立病院への救急受け入れを要請できる。

※在宅主治医が「在宅医療救急システム登録票」で名張市立病院に登録した在宅患者が対象

お答えいただいたのは……

おおふち医院  
院長 大淵 信幸先生



健康と生活を応援しています

見る 食べる

旅は心は感動とゆとりを与えます。

遊ぶ

**JTB** JTB 総合提携店  
株式会社 三重旅行サービス  
http://www.jtb-mts.com

<p><b>アピタ名張店</b> 名張市下比奈知字黒田3100-1 アピタ名張店 1階 TEL 68-5181</p>	<p><b>アピタ伊賀上野店</b> 伊賀市服部町尾崎 1788 アピタ伊賀上野店 1階 TEL 26-0211</p>
---	--

家のことならおまかせください!!

見積 相談無料

<p>新築 増築</p>	<p>リフォーム</p>
<p>介護 リフォーム</p>	<p>下水道 工事</p>

創業80年 新しい技術と古い歴史を誇る

株式会社 福山工務店

名張市豊後町251番地の4  
TEL 0595-63-2345 FAX 0595-64-0999  
URL http://www.fukuyamakoumuten.jp/

名賀医師会の協力のもと、健康についての Q&A をお届けします！  
病気は遠いようで近くにあるもの。ぜひ参考にしてください。

# 健康と

## 脳卒中について

**Q**：脳卒中ってどんな病気？

**A**：脳卒中というのは一つの病気ではなく、いろいろなタイプの脳血管障害をまとめたもののことです。寝たきりなどの要介護状態の原因として、最も多いものだと言われていて、主に中高年以降の人に、ある日突然、急激に起こります。

### ●脳卒中と呼ばれる脳血管障害

…脳梗塞、脳出血、くも膜下出血

**Q**：どのような症状？

**A**：今までに経験したことがないような頭痛が急に起こったり、突然意識をなくして倒れたりします。また、突然右半身あるいは左半身が麻痺(まひ)して動かなくなったり、言葉が話せなくなったりなど、周りの人がすぐに異常と分かるような症状が多いです。

ただ最近では、一人暮らしの人も多くなっているため、自宅で倒れている状態で発見されるケースも増えてきています。

### ●脳卒中の症状

激しい頭痛、意識をなくす、体の半身が麻痺する、うまく歩けなくなる、言葉が話せなくなる など

**Q**：異常を感じたときは？

**A**：一番大切なのは、すぐに助けを呼ぶということです。家族や近所の人にすぐ連絡をして、早急に救急車を要請する必要があります。

症状が軽く、話せて歩ける状態であれば、かかりつけ医に相談するのも良いと思います。

症状が出て数分から数時間で改善して、また再発するような場合もあります。それも脳梗塞の前兆と言われているので、そういう場合はできるだけ早く受診してください。



**Q**：どんな治療をするの？

**A**：まず、脳卒中が疑われる場合には、CT 検査あるいは MRI 検査をします。

脳梗塞の場合には、発症から 4 時間半以内であれば、詰まった血栓を溶かす血栓溶解療法を行います。これは、脳梗塞の後遺症をできるだけ軽くするものですが、出血の危険性があるので、発症から 4 時間半以内という制約があります。時間の制約があるので、できるだけ早く専門病院を受診してください。

脳出血の場合は、出血が大きい時、脳の表面に近い場所であれば血の塊を取り除く手術をします。

くも膜下出血の場合は、再出血予防の手術が必要となります。手術は、頭の骨を外して、動脈瘤(りゅう)を直接クリップで挟むような方法と、手足の血管から細いカテーテルという管を入れる方法があります。どちらを行うかは、医師の判断です。

脳というのは一度壊れると、なかなか回復しません。そのため、一度発症してしまうと、ある程度後遺症は覚悟しなければなりません。だからこそ、予防が必要になってきます。



### ●脳卒中の治療法

脳梗塞…発症から 4 時間半以内であれば血栓を溶かす溶解療法を検討。

脳出血…出血が大きい場合や脳の表面に近い場所であれば血の塊を取り除く。

くも膜下出血…●頭骨を開いて直接動脈瘤をはさむ  
●カテーテルを入れてコイルでつめる

**Q**：脳卒中に対して、日ごろから予防できることは？

**A**：脳卒中の原因は体質や加齢現象といった予防できないものもありますが、生活習慣病といわれていますので、生活習慣の改善が非常に大切になります。

特に、高血圧や糖尿病・高脂血症・喫煙・大量の飲酒などは危険因子といわれています。

名張市立病院では、脳ドック検診を行っています。これは、脳卒中を未然に防ごうという目的で、破裂する前の動脈瘤や脳腫瘍・脳梗塞などを見つけるのが目的です。脳ドックを受けられる場合には、もし異常が見つかった場合治療をどうするのか、そういうことも考えて、申し込みをしていただくと良いと思います。

お答えいただいたのは……

名張市立病院 副院長  
脳神経外科 井田 裕己先生



## 健康と生活を応援しています

INTER DECO HAUS

「定額制」注文住宅

▲ kukūri 1,880万円

エアコン・カーテン・照明つき

もっとわかりやすく、もっと身近に

※写真はイメージですので、実際と異なる場合があります。

Salon de Home

名張市希中央4番町95番地 ☎0120-265-154

1000万円からはじめる家づくり

ZERO CUBE + FUN

GOOD DESIGN AWARD 2010

サロンドホーム

検索



コミュニティFM「FMなばり(通称:なばステ)」に出演したゲストや、ラジオで紹介したお店などの情報をお届けします。

メッセージ・リクエストお待ちしてます!!



Eメール:nabari@fm835.jp FAX:62-0835

# 理解を共に深めたい

## 名張育成会常務理事

### 市川 知恵子さん



育成園の事業所の一つ「成美」の玄関ホールで。

「障がいへの理解を地域で共に深めたい」と話すのは、名張市育成会の常務理事を務める市川知恵子さん。美旗中村を中心に多数の事業所を構える同団体は知的障がいがある人の入所、通所施設や相

談窓口として、この地域で大きな役割を果たしている。その歴史をたどると、昭和33年、児童の年齢を過ぎた知的障がい者を支援する法律がまだ整っていない中、全国的に、全国の知的障がい者の保護者

の組織が、必要に迫られこの名張に創立したことから始まっている。市川さんは、大で福祉を学んだ後、勉強会で当時の名張育成園の園長の講話を聞いた。「障がい者福祉に熱い思いを持つこの

園長のもとで働きたい!」とその場で直談判し、職員となったそう。新任のあいさつをした時には「私の人生が変わりました」という言葉が出たほど、知的障がいがある利用者には輝いていてチャイミングに見え、その出会いは衝撃的だったそう。

「そこに制度があるから参入するのではなく、支援を必要とする人困っている人がいるから立ち上がる。それが私たちのミッションだと思っています。そのため

には組織としての体力が必要で、職員が誇りを持って仕事することが大切です。障がい者福祉をマイノリティにしない。「理解されないことがあるなら、それは啓発不足の自分たちの責任」と言い切る市川さん。その笑顔は信念と慈愛に満ちて輝いて見えた。

いろいろな花を組み合わせて、アレンジメントフラワーに。

木彫り作品と共に、たくさんの花が飾られている、「コーンスターチねんどの花・百合が丘教室」。外から眺めるとアレンジメントフラワーやブーケ、生花を加工して作るプリザーブドフラワーのように見えている。これらは、コーンスターチ粘土で作られた造花だ。作者は造形作家の武田裕子さん。夫の転勤先の東京でコーンスターチ

コーンスターチフラワーを作るには、まず本物の花を分解し、花びらやパーツを観察する。それから一枚一枚の花びらを制作し、一つの花に組み立てていく。うだ。粘土を花びらのように薄く延ばしていく過程で、コーンスターチ特有の透明感が生かされる。また、花だけでなく粘土で作った

から20年ほど作り続けているという。



2013年12月13日(金)「ほっと。すて〜しょ〜ん 83.5」にて放送。

人形に花のドレスを施したものや果実をモチーフにしたものなどアレンジの幅は広い。初心者にはイチゴの白い花から練習する。イチゴの花には全ての基礎が詰まっている。1〜2カ月で作れるようになつて、そこからレベルアップしていきます。まず」と武田さん。日常生活を華やかにするコーンスターチフラワーは、名張市神屋にある木彫工房「花峰」で体験できます。一度体験してみたい? 問い合わせはTEL 64・0444まで。

# コーンスターチ 粘土で華やかに

## 造形作家

### 武田 裕子さん

## 好きなおとぎ話・昔話は何?

『Evening Station 83.5』(月~金 16:00~18:50放送)の各ナビゲーターが1つのテーマからトークを展開する「○○な話」のコーナー。木曜日は地域の声をお届けします! 掲載したみなさんのインタビューは1月30日(木)に放送します☆

12月21日(土) フォクスアルテ 読み聞かせサイン会でお聞きしました!



▲名張市希中央 田島さん親子



▲名張市百合が丘 今中さん親子



▲名張市瀬古口 (左から) いづはくん・あさみさん・ゆうあくん



▲名張市桔梗が丘 植山さん親子

**\*すきすぎて\***

投稿者：えみさん (11月ベスト天使賞)

うちの子は食べるのが大好き、なんだけど……

はじめてしゃべった過去の出来事 ⇒ おいちゃん、おにぎり食べたね～

おかわり～！ おかわり～ 食べ物がある限り食べ続ける

はじめてのごっこ遊び ⇒ おにぎりつくったよ～

食べ物しか頭にないんかい！！

**うちの天使**

F M なばり で 大人 気 放 送 中 の 子 育 て 応 援 番 組 「うちの天使」から、ベスト天使賞に選ばれたエピソードをご紹介します。

**メッセージ募集中!**

2月のテーマ / 子どもの嫌いなもの

毎月5名様に30000円の給油プリカをプレゼント★

ラジオネーム・住所・氏名・電話番号とメッセージを書いて応募してね！

Eメール nabari@fm835.jp



少年少女スポーツチームを紹介

**かがやけ! スポっ子**

◆ FMなばり(83.5MHz)で放送中の『全力!少年少女』(第1・3週更新・木曜初回放送)に登場したスポーツチームを紹介。



目指すのは、まさに「筋金入りの武道家の証し」といわれる、金色の刺しゅうが入る黒帯。現在、小学生以上の29人が空手の稽古に汗を流しています。同好会として発足して今年で30年。名張道場の卒業生の中には、オーストラリアに修行に行き、世界チャンピオンの内弟子として頑張っている子もいるそうです。代表の神田さんは「少年たちには、空手を通して『礼節』『忍耐』『体力』を養ってほしい」と話してくれました。仲良く、元気いっぱいな子どもたち。一生懸命な練習風景から「強くなりたい」という思いが伝わってきました。

練習日 / 月曜・土曜 19:00～21:00  
練習場所 / 武道交流館いきいき  
連絡先 / 神田さん Tel 66-1381

**新極真会**

**西東海道場**

**名張道場**

**暮らしの情報**

**消防だより**

協力：名張市消防本部

◆消防団活動にご理解とご協力を  
お願いします

消防団は、本業を持ちながら「自分たちのまちは自分たちで守る」という郷土愛護とボランティア精神に基づき組織された市町村の消防機関の一つです。



消防団員は、消防本部と協力して火災発生時における消火活動、地震や風水害などの災害発生時における救出活動などに従事し、災害時以外には、火災予防の呼び掛け、応急手当の普及指導など地域防災力の向上のため重要な活動を行っています。

入団については、まず事務局の消防本部消防救急室(Tel 63-5990)までお問い合わせください。



**名張警察署・生活安全課**

◆自動車盗・オートバイ盗・自転車盗にご注意を

今年11月末現在の名張警察署管内における刑法犯認知件数は547件で、前年同期に比べ165件減少しています。

窃盗総数についても減少傾向にあります。オートバイ盗、自転車盗については前年同期に比べ増加しています。

被害防止のために、次のことに注意しましょう。

●監視の行き届いた明るい場所に止めましょう。

●備え付けの鍵に加え、ワイヤー錠やU字型錠なども活用して「ツーロック」を心掛けてみましょう。

名張警察署管内の犯罪発生状況 (H25年11月末現在)

	平成25年1～11月	前年同期比
刑法犯認知総数	547件	-165件
うち、窃盗総数	404件	-122件
主な罪種		
	平成25年1～11月	前年同期比
車上ねらい	30件	-11件
オートバイ盗	29件	+5件
自転車盗	107件	+14件

協力：名張警察署生活安全課

大切な愛車、ツーロックで守って！



**名張商工会議所**

◆消費税転嫁対策セミナー

トラブル防止に絶対知っておきたい！消費税に関する価格表示や、契約、販売時の注意点

＜事業者が気を付けたい重要ポイントを解説＞

平成26年4月からの消費税率引き上げに先立ち、消費税転嫁対策特別措置法が施行されました。そこで、本講座では、消費税転嫁対策特別措置法の内容を中心に「やってはいけない禁止行為」や「受けたときどうする対応法」などについて分かりやすく解説します。

【主な内容】

- ①平成25年10月施行「消費税転嫁対策特別措置法」の概要
- ②転嫁拒否等の行為について
- ③店頭等における価格表示の注意
- ④取引契約上の注意点について
- ⑤転嫁カルテル・表示カルテルについて
- ⑥質疑応答

日時 / 平成26年2月12日(水) 午後2時～4時

場所 / 名張産業振興センター

アスパシア4階 会議室F

定員 / 先着30人

参加費 / 無料

講師 / 楠井法律事務所

弁護士 西澤博氏

申し込み・問い合わせ / 名張商工会議所

中小企業相談所

Tel 63・0080

# アドバンスコープのお客さまならスマホ・タブレットが安くなる!

お客さまが当社サービス(ネット+電話)と  
auスマホまたはauタブレットをセットで使えば  
ご家庭の通信費を節約できます!

advanscope × au  
auスマートバリュー

お申込み無料!  
手続き簡単!

「当社インターネット+ケーブルプラス電話」をご利用  
※一部対象外のサービスがあります。

+

auスマートフォン  
auタブレット\*

auスマホ「LTEフラット」or「ISフラット」  
auタブレット「LTEフラット for Tab/Tab(i)」のいずれかに加入  
※4G LTEタブレットのことを指します。

☺ auスマホ・auタブレットを既にお持ちの方もこれから購入する方も対象!  
☺ ご家族のうち1人でもauスマホ・auタブレットを使っていれば対象!

上記条件を満たすと

auスマホまたはauタブレットのご利用料金から  
最大2年間  
1回線につき  
毎月 **1,480円** 割引! (税抜1,410円)

3年目以降もずっと  
毎月 **980円** 割引! (税抜934円)

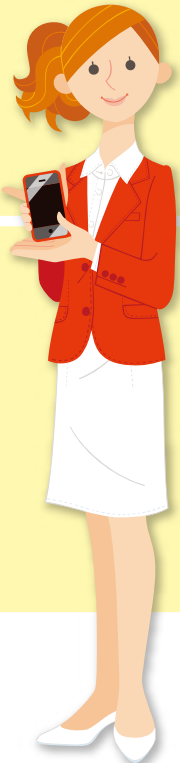
※LTEダブル定額 for Tab / Tab(i) 向けの場合については auホームページをご覧ください。 (永年980円+最大2年間500円割引)

さらに!!  
家族まとめて  
おトク!!

auスマートバリューはauスマホ・auタブレットのご家族が増えるほど、ますますおトク!!

最大2年間で 35,520円おトク	最大2年間で 71,040円おトク	最大2年間で 106,560円おトク	最大2年間で 142,080円おトク
-1,480円/月	-1,480円/月	-1,480円/月	-1,480円/月
1人がau	2人がau	3人がau	4人がau

家族4人なら 最大2年間で  
合計 **142,080円**  
もおトク! [1,480円/月×4人×24ヶ月]



※固定通信サービスとau携帯電話(タブレット含む)のご契約者が同一姓・同一住所の場合、お申し込みいただけます。固定通信サービスご契約者と別姓の方やau携帯電話(タブレット含む)が累計5回線以上の場合はご家族・同一住所であることの証明書が必要となります。※auスマートバリューのお申し込みはau携帯電話(タブレット含む)で10回線までとなります。※ISフラット(キャンペーン)をご利用のお客さまは、auスマートバリューと合わせた1,480円の割引額となります。※auスマートバリューのお申し込み翌月から割引適用となります。※適用条件を満たさなくなった場合、本割引は終了となります。※固定通信サービスをお客さま都合で取消された場合、それまでの割引額をau携帯電話(タブレット含む)側のご利用料金に合算し請求します。※ケーブルプラス電話auケータイセット割等各ケーブル会社及びKDDIが実施する他の施策とは併用できない場合があります。※別途、契約にかかる費用、ユニバーサルサービス料などががかかります。※表記の金額は一部を除き全て税込です。 [auへの申し込み必要] 詳しくはauホームページをご確認ください

高齢者の世帯やひとり暮らしの方でも  
家族みんなが安心の緊急通報サービス

福祉医療型緊急通報サービス

## つながりコール

with ケーブルプラス電話

月額  
利用料 **3,300円**

(税込 3,465円)

※この金額にはつながりコールとケーブルプラス電話の基本料金が含まれます。  
※通話料は別途かかります。



家族が離れていても

いつも誰かといえるような  
安心と安全をお届けします

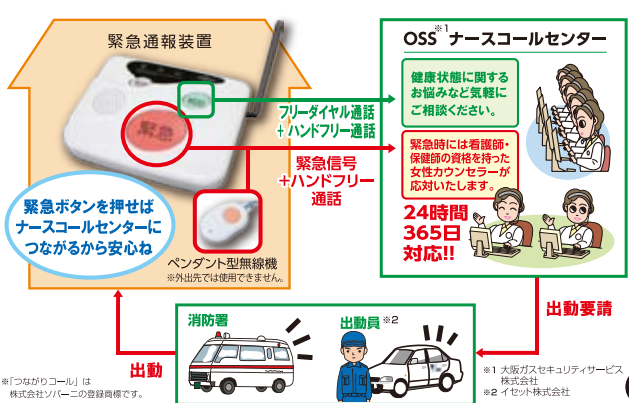
安心だね



ひとり暮らしや、昼間・夜間、家族が出掛けひとりになる高齢者の安全に。  
また離れて暮らす家族の安心に。  
ぜひ「つながりコール with ケーブルプラス電話」をお役立てください。

福祉医療型緊急通報サービス  
つながりコールって何?

緊急通報装置から、看護師・保健師による健康に関するお悩み相談と緊急時の対応(ご自宅への駆けつけ、救急車の手配など)を24時間365日行います。



この機会にNTTから  
ケーブルプラス電話に乗り換えて、  
電話代も安く抑えましょう!

### いま使っているNTTの電話はどうなるの??

- 簡単!** ケーブルプラス電話へは、いまお使いの電話機も電話番号もそのままご移行いただけますので、NTTとのご契約は不要になります。
- 安心!** ご移行手続き工事まで、アドバンスコープがサポートさせていただきます。
- お得!** NTT 固定電話の基本料金は月々最低でも※1,522円。つながりコールとケーブルプラス電話とのセットなら月々の利用料 3,465円に固定電話の基本料金も含まれています。  
※NTT 西日本住宅用ダイヤル回線の価格

24時間 365日 安心対応!

株式会社 アドバンスコープ TEL 64-7821