

**Super Bowl Nabari**  
 スーパーボウル名張

**受講者募集!** 楽しく!健康に!仲間づくり!  
 何歳からでも始められる

**健康ボウリング教室**  
 受講料 全6回 7,350円  
 (65歳以上、または女性は6,300円)

初心者向け

第3期 3月4日から毎週火曜日  
 全6週で開催致します。

<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4月27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4月27日まで有効

迷いなく鉛筆を走らせ忍者を描くのは、伊賀市朝日ヶ丘町の赤木大雅(たいが)君(12)。将来の夢は「漫画家になること」と話す赤木君は、同市上野茅町の「永井マンガ塾」に昨年夏、入門したばかりの期待の新星だ。



塾長の永井さん(奥)から指導を受け描く赤木君。

## 目指すは人気漫画家

伊賀市  
**赤木大雅君**

「4歳のころから絵を描いてました。よく描いていたのは、お父さんが好きで、よくアニメを見せてくれた『ドラゴンボール』に出てるキャラクターの「セル」と、はにかむ赤木君。今でも、キャラクターなどを描くのが大好きで、休日などは、朝から夕方まで描き続けることもしばしばだという。

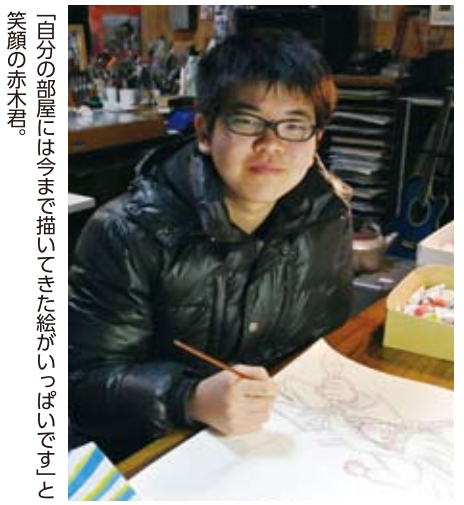
A4サイズの紙に忍者を描き上げるのに30分あまり。思い切りのよさに、指導する漫画家の永井芳司さんは「人物は描き慣れていて、小学生としてはレベルが高いほう。描くスピードが速いのでプロ向きだね」と期待を寄せた。

昨年8月に、父・修さんの勧めで、同塾の門を叩いた赤木君。「ここでいろいろ学ぶのが楽しい」と話すお父さん、入門以来、レッスンを休んだことはないとか。永井さんが「集中力がすごい」と感心するほど、レッスンの時間の2時間は一心不乱に鉛筆を走らせるそうだ。

今後は「コマ割り」や「ペン入れ」など、マンガを描くための必須作業を教わるという赤木君。「『マギ』の大高忍さんや『ドラゴンボール』の鳥山明さんのような漫画家が目標」と目を輝かせた。

マンガ塾への問い合わせは、永井さん(Tel.21・0855)まで。

曾爾高原温泉・お亀の湯  
**入浴券プレゼント**  
 詳しくは3ページをご覧ください



「自分の部屋には今まで描いてきた絵がいっぱいあります」と笑顔の赤木君。

赤木君が描いたイラストは、4月からの「伊賀上野NINJAフェスティバル」で展示される予定。



かしわのたけやん

【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

おかげさまで  
**創業九周年**  
 人気商品を感謝価格でご提供  
**九周年感謝期間**  
 3月1日(土)~3日(月)

さくら餅

60円(税込)  
 3月3日(月) 限定価格 通常1個105円(税込)

# ギター大好き 一児のパパ



「妻には、よく「ギタ夫と呼ばれます」という達さん。

## 名張市桔梗が丘西 窪 正憲さん

アコースティックギター一本で勝負。名張市桔梗が丘西の窪正憲さんは、仕事の傍ら、趣味で地元のバーやインターネットの動画サイト「YouTube」(ユ

ーチューブ)で、卓越したギター演奏を披露。多くの人を楽しませている。高校生で初めて持ったギターは友人らと組んだバンドでのエレキギターだが、4年後にバンドは解散。「音楽を続けたい」との思いが強かった窪さんは、一人で演奏できる方法を模索。そんな中、CM曲などを手掛ける、ソロギタリスト・押尾コータローを知り、「こんななんあるんや!」

と、表現方法にひかれていったそう。25歳の時にアコースティックギターに転向。コピー演奏に挑戦したものの、1曲弾けるまでに1年近くかかったという。嫌になることもあったが、今では押尾コータローの曲を数々弾きこなし、オリジナル曲も10曲に増えた。



最近ではギターを叩きながら弾く奏法をしているという窪さんの演奏は、YouTubeで「coolbo252」として発信中。

オリジナル曲をインターネット上に投稿し、一般投票の上位4組だけがプロのミュージシャンと同じステージに立てるイベントで、見事初出場を果たした。「ギリギリ4位でしたが、

地元の人がたくさん協力してくれたおかげです」いつも頭の中でギターのことがかり考えているという窪さん。今後も「もっとうまくなりたい」と、技術を磨くことに妥協はない。

3月3日は「桃の節句」。女の子の成長を祝って家々ではひな人形が飾られる中、つつじが丘のステンドグラス作家、平野三佐子さんが作るのは「ステンドグラスのおひなさま」。光をまとう華やかな姿は、見る人の目を惹きつけている。12年前に名張に転居し、夫の秀人さんと共にステンドグラスの教室と工房を開いている平野さん。おひなさまを作り始めたのは8年前。3月3日生まれの人々に依頼されたことがきっかけだという。



3月1日、伊賀市の「栄楽館」では手作り体験イベントも開かれる。

平野さんが作るのは、雌びなと雄びなの「内裏びな」が基本。着物の柄を感じさせる色目を組み合わせたり、かすりのような模様入りのガラスを使ったりと、「洋風」のステンドグラスで「和風」を表現するため工夫を凝らす。「毎年少しずつでも違いが出るように」。今年は、これまでとは一風変わった抽象的なおひなさまに挑戦した。ビー玉の頭に三角形のガラスの胴体。その中には色ガラスの破片を詰め、着物の柄や色合いを表現。想像力をかき立てるおひなさまに仕上げた。

# 光をまとう おひなさま

名張市つつじが丘 平野 三佐子さん



## 「初瀬街道まつり」

### 来月2日に伊賀市阿保で

青山の春の風物詩、「初瀬街道まつり」が3月2日(日)午前10時から、伊賀市阿保の青山支所前広場や「交流の館 たわらや」前などを会場に開かれる。



同まつりは、阿保地区住民自治協議会の主催で、今年で9回目。会場では、特産物や農産物の販売ブース、飲食物の屋台が並び、他、地元の青山太鼓保存会や奥鹿野獅子神楽保存会、青山中学校吹奏楽部などによるコンサートもある。また、今年も「初瀬街道ウォーキングツアー」を初開催。「たわらや」から近

鉄伊賀上津駅まで、街道案内人や語り部の解説のもと、同街道の名所旧跡をたどりながら、約6・5キロの街道を歩く。同ツアーの参加は先着30人。当日、阿保地区市民センター前で受付が行われる。ツアーは、午後4時ごろ農産物直売所「こうづの郷」で解散。参加費無料で小雨決行。

問い合わせは同市民センター(TEL 52・2000)まで。

**ink** 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 **0120-63-2555**  
www.resumai.com

**安心の定額制料金**

〈一例〉  
バック交換 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)

「行ってみよう  
このお店  
地域の紹介  
Vol.6」

昨年、全国189カ所の天然温泉が参加している温泉評価サイトで総合1位を獲得した「曾爾高原温泉・お亀の湯」。支配人の小林文男さんは「6年前から参加していますが、今回初めて1位になりました。多くの温泉ファンに評価されたおかげだと思えます」と喜びを話す。

源泉かけ流しの泉質は『ナトリウム・炭酸水素塩温泉』で「入浴すれば肌がツルツルになる美人の湯」

浴場からは雄大な兜岳や鎧岳を一望でき、幻想的な雪景色が楽しめることも。温泉施設内にある「お亀め庵」では、地ビールの「曾爾高原ビール」や同ビールを使用したソフトクリームが味わえる。源泉以外の用水は「平成の名水百選」に選定された曾爾高原湧水群から賄われている。

小林さんは「今年で10年目を迎えることができました。地域の人やお客様と共に、これからも、癒やしの空間を提供していきたい」と話した。

# 10年目の感謝を込めて

「心のこもった接客を心掛けています」とスタッフの皆さん。



**曾爾高原温泉・お亀の湯**

【TEL】0745-98-2615  
 【所在地】奈良県宇陀郡曾爾村太良路830  
 【営業時間】11:00~20:00(閉館21:00)  
 12月~翌3月は ~19:30(閉館20:30)  
 【駐車場】あり 【定休日】水曜日

※浴場改善、美化工事のため  
 3月1日(土)~15日(土)まで休館。  
 リニューアルオープンは3月16日。



露天風呂から望む兜岳と鎧岳

今年の作品手前には、夫・秀人さんのアイデアで着物の合わせのようデザインも。



## 自然の色と手触り知って

名張市つじが丘 加藤博志さん・司さん



「選ばれるのは定番のデザインが多い」という作品と、加藤さん夫妻。


「最近はいろんな化学繊維が回って忘れられているけど、羊毛は軽くて柔らかく、暖かい。そんな良さを

「思い出してほしい」と話すのは、紡ぎ・染め・編みまで全て手作りの羊毛作品の制作・販売をしている「染編かざみ」の加藤博志さん、司さん夫妻だ。代表作はヒツジの毛そのものの色で手紡ぎした毛糸で編む帽子。染めないことで柔らかく、色落ちがないという。色糸を使う場合も、自ら草木染めで作るこだわりぶり。

「極太で空気を多く含んだ手紡ぎの糸は、とても軽くてチクチクせず、静電気も少ないそう。手編みは物心つく前から、手紡ぎ歴は30年ほど」という司さん、「PRのほうは夫に任せてます」とニッコリ。

毛糸メーカーに勤務していた博志さんと、毛糸販売コーナーで製図と編み方を指導していた司さんとは職場結婚。博志さんが退職した16年前から、1台のワゴン車に作品と TENT や寝袋を乗せて、夫婦で全国各地のクラフト展やギャラリーに出向いている。年間40カ所ほどで、冬は特に忙しいそう。

「二人ひとりの来場者と話ができれば、使って良さを実手紡ぎの様子。」



### ちえこのお試しアレ! Vol.6

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。

#### ★ 母の乳!! ★

40歳にしてやっと授かったわが子。思い描いた理想どおりにいかず、出産は帝王切開に。さらにつらかったのは母乳の出が悪かったこと。今思い出しても泣けます。しかし、どうしても完全母乳で育てたかった私はあきらめきれず、ミルクの助けを借りながら、ほぼ一日中抱っこして出ないお乳を吸わせていました。哺乳瓶の消毒は面倒だし、自分自身も食事などに気をつけないといけないし、混合栄養は大変です。でも授乳中の幸福感は得がたいものでした。

卒乳は2歳。出ないお乳を吸ってくれたわが子への感謝と、頑張った自分への思いで卒乳を嫌がる息子と一緒に泣きました。最初こだわっていた完全母乳は無理でしたが、振り返ってみれば母乳育児はやはりいいものでした。子育てはなかなか理想通りにいかないものですが、結果ではなく過程が大事だと気付いた一件でした。ということで今回のオススメは「結果<過程の子育て」です。

ミルクも目を合わせて。



## .....プレゼント.....

曾爾高原温泉・お亀の湯  
温泉入浴券

ペア  
10組に

住所・氏名・年齢・連絡先を明記の上、ご応募ください。

2014年3月5日(水) 必着

〈ハガキ〉〒518-0444 名張市箕曲中村 18-2  
 ㈱アドバンスコープ メディア事業部  
 「nava プレゼント」係

〈Eメール〉 guide@asint.jp 〈FAX〉 64-5202

※当選の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。  
 ※個人情報保護法に基づき、お申し込みのみに使用させていただきます。

入浴券

# 生活

3月22日発行号では、「大腸がんについて」「頻尿について」をご紹介します。お楽しみに!

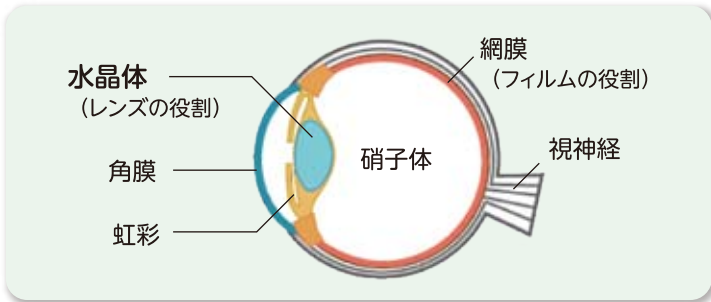
## 白内障について

**Q**：白内障って?

**A**：白内障というのは、眼球の中の水晶体に異常がおこる疾患です。眼球を一つのカメラに例えると、水晶体というのはレンズに当たる部分です。目の一番奥の所に網膜があり、これがフィルムに当たる部分です。レンズが濁ることでフィルムまで十分に光が届かない状態になり、そのため視力が落ちます。

原因で一番多いのが、年齢によるものです。年を重ねるごとに水晶体が濁ってきて、白内障になります。

見逃されがちですが、糖尿病や広く病気の治療に使われるステロイド剤でも濁ります。また、アトピー性皮膚炎や目のけがなどでも白内障は生じることがあります。



**Q**：どのような症状?

**A**：一番オーソドックスなものは、目がかすむということです。水晶体が濁ることで、すりガラスを通して見ているような感覚になります。また、水晶体で光が乱反射を起こして、強い光や炎天下、車の運転中の対向車のライトなどが非常にまぶしく感じられます。

その他にも、夜空の月など、遠くのものが見えたり二重や三重に見える場合や、今まで使っていたメガネが見にくくなった、老眼だったのに急に近くが見えるようになった、暗い所でさらに暗く見えるといった場合なども白内障の可能性ががあります。

### ●白内障の症状

目がかすむ、まぶしい(明るいところで見えにくい)、二重・三重に見える、近くが見えるようになる、暗いところでより暗い  
※他に症状がない(痛み、充血など)

**Q**：治療方法は?

**A**：まず、眼科を受診し、白内障かどうか診察してもらうのが一番だと思います。

治療方法については、薬物治療では点眼薬や内服薬があります。

ただし、薬物治療は白内障の進行を遅らせる効果しかありません。視力が落ちて、これを取り戻したいという場合には手術をしなくてはなりません。



**Q**：手術はどのようなもの?

**A**：水晶体が濁るので、これを人工の水晶体(人工眼内レンズ)に置き換えるという手術です。局所麻酔で眼球にメスを入れて水晶体を摘出し、置き換えるというのが基本になります。白内障の手術は、新しい見え方になると思ってもらえるのが一番分かりやすいでしょう。

手術に年齢的な制限はなく、体力があれば可能な場合がほとんどです。まずは、かかりつけの眼科の先生とよく相談してください。

**Q**：目がかすんだり、物が二重に見えたり、急に見えにくくなった場合などは、放置しておくとうなる?



**A**：白内障の疑いそのまま放置した場合、失明するようないことはまれです。人によって進行のスピードは違いますが、ゆっくりと視力は落ちていきます。

放置することで、網膜疾患など他の眼科の病気が見逃されることもあります。放置せずに一度は診察を受けることをおすすめします。

お答えいただいたのは……

福喜多眼科医院  
院長 福喜多 光志先生



健康と生活を応援しています

見る 食べる 遊ぶ

旅は心は感動とゆとりを与えます。

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

アピタ名張店  
名張市下比奈知字黒田3100-1  
アピタ名張店 1階  
TEL 68-5181

アピタ伊賀上野店  
伊賀市服部町尾崎 1788  
アピタ伊賀上野店 1階  
TEL 26-0211

家のことならおまかせください!!

見積 相談無料

新築増築 リフォーム 介護リフォーム 下水道工事

創業81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

## スギ花粉症について

Q：花粉症って？

A：花粉症は、植物の花粉が原因でくしゃみや鼻水といったアレルギー症状を起こす病気で、アレルギー性鼻炎の一つです。アレルギー性鼻炎というのは、大きく二つに分けられます。

一年中症状の出る「通年性」、これは原因がほこりやダニ、犬や猫といったペットなどで起こります。もう一つは「季節性」、これがいわゆる花粉症で、その花粉の飛ぶ時期だけ症状が出ます。日本では、約60種類の植物が花粉症を起こすといわれています。

Q：春によく聞く「スギ花粉症」の患者さんは多い？

A：スギ花粉症の人は、非常に増えてきています。日本では25%、約4人に1人がスギ花粉症だといわれています。2、3歳の小さな子どもや、あるいは60歳や70歳になってから初めて花粉症になるという人もいます。



Q：こういった症状が出る？

A：まず鼻は、くしゃみ、鼻水、鼻づまりというのが3大症状です。あとは目がかゆいとか涙目、赤く充血するといった症状がでます。他には、のどがイガイガするとか、せきが出たり、皮膚がかゆいとか熱っぽいなど、さまざまな症状が出ます。

Q：かぜと花粉症との区別は？

A：花粉症では、タラタラと流れ落ちる水のような鼻水が出て、かゆみとくしゃみを伴います。かぜの場合は、鼻水が黄色みを帯びてくることが多いです。花粉症の場合もひどくなると、「副鼻腔（びくう）炎（蓄膿症）」を併発することがあります。その場合は、鼻水の色が黄色くなってきますので、注意が必要です。

### ●かぜと花粉症の区別

	花粉症	かぜ
鼻	水性透明の鼻水 ムズムズかゆい	黄色味を帯びる 膿のようになる
目	かゆみ、涙目	—

Q：スギ花粉症の対処方法は？

A：まずは、花粉情報を注意して見てください。特に、雨上がりの晴れた日には、花粉がたくさん飛びます。また、1日のうちでも、昼過ぎや夕暮れ前後はたくさん飛びます。

花粉の飛散量によって、下記のようなことに気をつけて生活すると効果的です。

### ●花粉症の対処法

- ・飛散の多い時は外出を控え、外出時はマスク、眼鏡を使う。
- ・表面がけば立った毛織物などのコートの使用を避ける。
- ・帰宅時は衣服や髪をよく払ってから入室し、手洗い・洗顔・うがいをし、鼻をかむ。
- ・飛散の多い時は窓や戸を閉める。換気は窓を小さく開けて短時間にとどめる。
- ・飛散の多い時は布団や洗濯ものの外干しは避ける。
- ・掃除を励行し、特に窓際を念入りに掃除する。

Q：治療ってどんなの？



A：飲み薬が一般的です。いろいろ種類がありますので、どういう症状が辛いのかを聞いて、症状に合う薬を選びます。また、鼻にスプレーする点鼻薬もあります。

ただし、症状が強くなってから、薬を飲んだり点鼻薬を使っても効きにくいことがあります。そのため、「早めに」というのは大切なことです。

Q：今年のスギの花粉の量は？

A：昨年は、すごくたくさん花粉が飛んだ年です。たくさん花粉を飛ばすと木の勢いが弱るので、その次の年は少し減るといわれています。しかし、前の年の夏が暑いと、花粉はよく成長します。昨夏はととても暑かったので、昨シーズンより少ないかもしれませんが、決して少ない年ではないと思います。今年は、平年並みからやや多い年だという予想です。

### 健康と生活を応援しています

INTER DECO HAUS

「定額制」注文住宅

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

お答えいただいたのは……

田合医院  
院長 富田 まり子先生





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おります!!



Eメール:nabari@fm835.jp FAX:62-0835

# 主婦から作家へ

## 伊室直美さん

伊賀市東湯舟在住の伊室直美さんが、作家としての活動を始めたのは1年半ほど前。日本最大級の小説・コミック中心の投稿サイト「E☆エブリスタ」の読者でも作家として投

稿できることを知り、趣味の延長で投稿をはじめたのがきっかけだ。1作目から予想以上の反響で、じわじわと人気ランキングの上位に入るようになり、たくさんのファンができたそう。自分

では意外な展開だったが、昨年出版社から声が掛かり処女作『あなたに私にくれたもの』を出版。作家デビューを果たした。司法書士の「補助者」として勤務しながら6歳と3歳の2人の子ども



著書を手にて自宅にて。作家名は「橋いさる」。三交社から1月10日に発売された。インターネットで購入できる。

# 柔道っ子、あとに続け!

## 柔道講師チーム 名張いきいき



左から井上大輔さん、田中達さん、古久保恭さん、荊原広樹さん(監督)。2013年12月24日(火)「ほっと。すて〜しょ〜ん 83.5」で放送。

を育てる忙しい日々。「子どもを寝かしつけてから真夜中に執筆していただきます。楽しみに待っていてくれる読者さん、読んでくれる読者さん、読者が傷つかないように表現することにこだわっているそう。

「これからも書いていく自分と読んでくれる読者さんで楽しみを共有したいです。次回作にも期待がかかる。」

### 放送日

3月10日(月) 12:00~「ほっと。すて〜しょ〜ん 83.5」にて放送予定。



「先生たちが三重県で優勝することによって、子どもたちに柔道を好きになってほしい」と話すのは、武道交流館いきいきで行われている柔道教室「楽しく柔道」の講師チーム「名張いきいき」だ。同チームは昨年11月24日に津市の三重武道館で開催された「三重県社会人柔道大会」団体戦で、見事優勝を果たし、教室の子どもたちに雄姿を見

せた。社会人チームのほとんどは、企業に所属していたり、警察官だったり、仕事の中で柔道をしているチームばかり。その中で、メンバー全員が柔道から離れた仕事をしているチームは珍しく、さらには、大会で優勝するのは異例ともいえるほどだ。そんな強いチームの秘密は高校時代にさかのぼる。田中さん・荊原さん・井上さん・古久保さんは、インターハイ出場の常連だった名張高校柔道部を支えてきた。当時は一年中、朝から晩まで柔道の練習に明け暮れる日々を過ごしていたそう。

# 週に1回は必ずするあなたの習慣は?

鴻之台3号公園(かほちや公園)でお聞きしました!

「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2月27日(木)に放送します☆

名張市富貴ヶ丘 ▶ 岡田さん親子



▼名張市つつじが丘 (左から)リュウトくん、レクトくん



名張市瀬古口 ▶ びなごちゃん親子



▲名張市蔵持町 田中さん親子



DESOR dance studio  
(デンルダンススタジオ)

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』に登場したスポーツチームを紹介。  
今回は2月27日(木)、28日(金)に放送します。



昨年できたばかりのスタジオで、発表会に向けてダンスに力が入るメンバーたち。レベルごとに分かれたクラスで、年齢や性別を気にせず楽しく踊っています。

ダンススタジオとして発足して7年。「EXILE や安室奈美恵などの芸能人に憧れて」「母親に勧められて」「ダンスのイベントを見て」と、始めたきっかけはさまざま。しかし、どの子も「コンクールやオーディションに挑戦したい」「バク転などのアクロバットに挑戦したい」と目標をしっかり持って頑張っています。

「踊っているときにアイコンタクトを取るのが楽しい」。メンバーみんなが笑顔です。

練習日時/毎週月、水曜 17:30~20:30  
「入門」「初級」「中級」各クラスで1時間  
「選抜クラス」は毎週月曜20:30~22:00  
練習場所/名張スタジオ村(名張市西原町)  
連絡先/濱田さん Tel. 090-8528-8545

うちの天使

FM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!

3月のテーマ/子どもの好きなキャラクター

毎月5名様に3,000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



\*はじめてのアレ\*

投稿者:アレックスさん(12月ベスト天使賞)



暮らしの情報

消防だより

協力:名張市消防本部

春の火災予防運動



名張市消防本部 竹森康介さん  
みなさん こんにちは。名張市消防本部予防室の竹森です。さて、3月1日(土)~7日(金)の1週間、全国一斉に「春の火災予防運動」が実施されます。この季節は空気が乾燥し、草木が燃えやすくなっている上、強い風が吹くこともあり、山火事や枯れ草火災が発生しやすいので、屋外で火気を取り扱う際は、次の事に気を付けてください。

- ① 風が強い時や、枯れ草など燃えやすいものが近くにある場所では、火を使わない。
  - ② 野焼きなどをする時は、水や消火用具を準備し、周囲にも知らせ、一人では行わない。
  - ③ タバコは灰皿がある所で吸い、絶対に投げ捨てない。
  - ④ 火遊びはしない。
- この時期は、火災が起きればあつという間に広がる可能性があるので、十分に注意してください。
- 防火ポスター  
入賞作品を展示します  
市内の小学生を対象に募集した防火ポスターの入賞作品を、3月2日(日)にショッピングセンターリバーナで表彰し、4日(火)から消防本部1階エントランスホールで展示します。ぜひみなさん見に来てください。

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

平成25年中の名張警察署管内における刑法犯認知件数は592件で、前年同期に比べ167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」を心掛けましょう。

名張警察署管内の犯罪発生状況 (H25年12月末現在)

	平成25年中	前年同期比
刑法犯認知総数	592件	-167件
うち、窃盗総数	434件	-124件
主な罪種		
車上ねらい	31件	-12件
オートバイ盗	30件	+4件
自転車盗	112件	+11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

名張商工会議所青年部 3月オープン例会講演会開催のご案内

「知って得する相続・承継」大切な財産や家族を賢く守ろう!

名張商工会議所では、「桔梗が丘司法書士事務所」の村上眞吾講師をお招きし、不動産を中心とした「相続・事業承継」をテーマにした講演会を開催します。

「信託」という言葉をご存知でしょうか。投資信託? いえいえ違います。相続税も改正された今、承継や相続問題を賢く乗り越えていくための手法です。大切な財産や家族を賢く守るため、現在、そして将来に向かっの承継や相続対策を今から始めましょう。

どなたでも参加できます。

● 日時/平成26年3月10日(月) 午後5時半~7時

● 場所

名張産業振興センター アスパイア4階 会議室F

● 参加費/無料

● 講師/村上眞吾氏

(桔梗が丘司法書士事務所 代表 <講師プロフィール>)

1969年1月14日生まれ45歳。大学卒業後、父の工場を継ぎ8年ほど経営。不況により32歳の時に倒産。その後、フリーター生活を送っていたが、40歳手前に仕事を辞め、法律の勉強を開始。平成24年の司法書士試験に合格。平成25年に独立開業し、現在は多くの仕事、クライアントに囲まれている。

● 申し込み方法

3月7日(金)までに、電話でお申し込みください。

名張商工会議所 青年部事務局  
Tel. 63-0080

ソバーニおすすめショッピング!

# 専用クリーナーで ダニやハウスダストを強力に除去

医師が研究開発したふとん専用ダニクリーナー

## レイコップ



花粉シーズン  
特別キャンペーン価格

2月22日(土) ~  
3月8日(土)  
まで!



レイコップ RS  
28,900 円(税込)



レイコップ SMART  
18,900 円(税込)

※希望のカラーによっては納品にお時間を頂きます。

ソバーニ  
**Sobani**  
安心のサポート・信頼のネットワーク

問い合わせ  
申し込み **0120-99-5082**

ソバーニ  検索 <http://www.sobani.jp/>  
商品に関する詳しい情報はソバーニホームページに掲載しています。

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

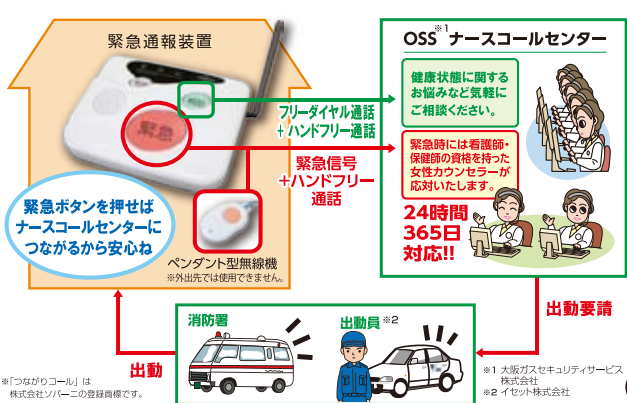
安心だね

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

