

たすき

2006. 9. 1 (TUE)
第3号

行楽の秋到来で遠出する機会も多くなると思います。事故などに注意して行動をしてくださいね(^o^)
また、秋はスポーツをするのに最適な季節「特集」でも取り上げているように健康促進の為今一度、
体を動かしてみたいはかがですか？(スタッフより)

＜ 特 集 ＞ スポーツの秋！！みんなで運動しよう！

最近では、家電製品の普及に伴い自宅にこもりがちで、年々運動する機会が少なくなっている様に思います。
鳥取近郊には、さまざまな運動施設があり、そのごく一部ではありますが今回のたすきで紹介したいと思います。
自分自身の健康の為に体を動かしてみたいはかがですか？

●道新文化センター昭和教室

イオン釧路昭和ショッピングセンター2F
お問い合わせ先 55-7246

昭和教室では、教養・文学・語学等さまざまな講座が行われていますが中でも健康面を気にするのであれば舞踊（ジャズダンス・社交ダンス等）体操などの体を動かす講座は、是非ともお勧め！

興味のある方は、上記までお問い合わせください。



◆こどものためのリズム体操（写真右上）

楽しいリズムに合わせてみんなで体を動かします。親子のコミュニケーションをとるには、最高！
是非参加してみたいはかがでしょうか？

◆ヒップ・ホップ（写真右中）

激しいダンスにもかかわらず生徒さんたちの呼吸はぴったり！見ている人々が思わずカッコいいとほれほれしてしまうこのダンス。参加してみませんか？



●サンアビリティーズ釧路

釧路市鳥取南6丁目

お問い合わせ先 51-9865

サンアビティーズは障害者優先施設で、スポーツの持つさまざまな効果を利用して機能回復を促進し、障害の軽減や克服、そして社会生活への復帰を目指しています。「お電話頂ければ見学も可能です」とのこと。また啓発事業として、赤い羽根チャリティソフトバレー大会等を開催しています。



車椅子バスケットチーム「FREEZZ」全道優勝

Run・Run らんきんぐ

今回のランキングは、『宝くじ1等当選したら何に使いますか？』です。

- 1位 旅行 24人
- 2位 家を立てる 12人
- 3位 ローンの返済 11人
- その他 墓を立てる・貯金・寄付など

こんな回答もありましたよ！
宝くじが当たったお金でさらに宝くじを購入すると言うお話を聞きました。夢のまた夢を買うのも良いかもしれませんね



皆さんが身近で気になっている出来事や物事等を当店の読者様100人にアンケートし集計した結果をランキング掲載いたしております。
突然、訪問致しますがご協力のほどお願いいたします。

気になるこの人

現役パークゴルファー 河本 忠さん 99歳

現在北園にお住まいの河本さん取材しようと思い、いつもプレーしている10号公園を待ち合わせ場所にした。取材予定時間には、すでに1ラウンドを終えていたが息が切れることなく、快く私の取材に応じてくれました。明治41年7月16日 広島で誕生し10年間満州に渡り、軍人としてシベリアで3年間鉄道の工事に従事した。その後は別海町で農業を営み、現在は釧路で大好きなパークゴルフを健康維持もかねてプレーする日々。

長生きの秘訣は何ですか？という問いに「好き嫌い無しに何でも食べる」と笑顔で答えてくれたが、ストレスをためないで、すべてを受け入れることだよ。とやさしい目が語りかけているような気がした。趣味は旅行という河本さん。先頃奥様と沖縄旅行をしてきたそうです。みなさんも河本さんに負けないようにがんばりましょう！



気になるこの人！ご推薦の方は、当店スタッフまでお問い合わせください。
次回は、12/1発行を予定しております。

＜たすき製作スタッフより＞

釧路の夏も終わり、これからは秋・冬と寒い季節がやってきます。健康面には、十分注意して生活しましょう。

製作・編集 (株)吉田新聞店

釧路市鳥取大通8-1-5

(国道38号線沿い JAFさんの裏)

フリーダイヤル 0120-715-104

電話(0154)51-2773 FAX(0154)51-2885

tasuki@estate.ocn.ne.jp

◆家庭の味！！

鳥取北5丁目にある『速水食堂』

店主の速水さんにお聞きしたところ、お勤めは毎日時間をかけて製造している手打ち麺と家庭的な味が魅力の定食です。価格面も低料金の為タクシードライバーの方々にも好評のこのお店。是非1度立ち寄ってみてはいかがですか？おいしいよ！！

営業時間 11:00～20:00 定休日 日曜日



◆焼きたてパンは、いかが？

鳥取大通7丁目9番国道より1丁南側道路沿いに今年4月にオープンしたパン屋さん『パン工房『麦いろ』』こだわりのパン生地、それ自体にもしっかりとした味があり一度食べると忘れられない。数種類あるパンの中でも特におすすめは長時間発酵の食パン。一度どうぞ。

営業時間 8:00～18:00 定休日 日曜日



◆清水谷の水(北斗)

湿原展望台に向かう途中左手にある『清水谷の水』ここでは、明治時代から伝わるとてもおいしい水を駐車料金 200 円で汲み放題！！この水を使って炊くご飯は、絶品です。地方からも汲みに来る方がいるほどの人気の水、是非ともポリ容器持参で行ってみてください。



◆小学生に人気のアイスクリーム

鳥取小学校向かいに今年オープンしたアイスクリーム店『G-7』。店長の佐藤奈々子さんにお聞きしたところ昔バイトで働いていたソフトクリームの味にとっても感動し自分もそういったお店を開きたいと思ったのがオープンのきっかけ。特ににお勤めは、有名老舗店『日世』さんから仕入れているソフトクリーム。

是非とも立ち寄ってみてはいかがですか？

営業時間 14:00～18:00 定休日 月曜日



※店内には、エステ『アミンサロン Sure』もあります。

完全予約制 『G-7』を通して予約してください。

※次回、掲載も楽しみにしてくださいね

★きむら啓子さん★

お子様の為の記事を掲載いたします。

☆鳥取西児童センターの行事予定

9月度

9/1(金) トリゾー・ハフティング

9/15(金) 工作づくり

10月度

焼き焼きの日

11月度

プラネタリアム

※10・11月の行事は、予定です。

◎きむら啓子さんの民話一人劇場

◆日時9月22日(金) PM3:00から

鳥取西児童センターにてキャリア30余年のプロ朗読女優『きむら啓子』さんをお招きして民話一人劇場を開催します。おもしろ・ふしぎ謎の民話を是非とも聞いてみてください。

お問い合わせ先：鳥取西児童センター 0154-51-9495



◆ラジオ体操頑張りました (*^_^*)

釧路市内の至る所で毎朝 6:30 から元気に早起きしてがんばった子供たちです。昔から見ると参加人数も減りましたね。

今年は、はたして皆勤賞だったのかな？



ふれあい掲示板

ワンコイン 500 円で掲載いたします。
(募集希望の方は、当店までご相談下さい)

- ◆ サークルメンバーの募集
- ◆ イベントの募集
- ◆ ボランティア活動の参加呼びかけなど



ハンフラワー・メキシカンフラワーサークル募集！

樹脂粘土で四季折々の花を造ります。初心者歓迎！
毎週～火・土曜日 時間 10:00～12:00 月額 3,500 円
連絡先 (0154)51-4930(須田まで)

韓国料理講座サークル生徒募集！

韓国料理(お好み・お米・お味噌)ご家庭で作りませんか？
日時 9月より週1回 場所昭和中中央3丁目1回 2,000 円
連絡先 (0154)51-8640(齊藤まで)

太極拳サークル会員募集！

健康的に体を動かしませんか？ 初心者歓迎！！
木曜日(月3回) 夜19:15～20:45
連絡先 (0154)51-1655(和田まで)

出張整体します！

整体マッサージ出張でいたします！
年中無休 1時間 3,500 円
連絡先 (0154)54-2931(小笠原まで)

乱蝶舞 釧路支部メンバー募集！

一緒によさこいに参加しませんか？
年齢・性別・経験は問いません。楽しいチームです！
連絡先 070-5602-3890(森本 勝利)

パッチワーク&トールペイント教室生徒募集！

夜の教室も始めます！水曜日(月3回)PM 6:30～8:30
場所昭和中4丁目7-4 連絡先52-3887(コットンハウス)
URL <http://www.16.plala.or.jp/cotton-h/hyousi.htm>

当店エリア内道新購読者 約11,500世帯に配布されます。

対象エリアは、

(鳥取・昭利・新富士・鶴野・星が浦 1・2 丁目・山花・阿寒町)

掲載予定は3ヶ月に一度となっており、その都度お申込みされますようお願い致します。

尚、北海道新聞折り込み規定範囲内での掲載となりますのでご了承願います。