

50年以上の実績に裏打ちされた知識と経験を基に広告・印刷のコンシェルジュとして、お客様のご要望にお応えします。

株式会社 協和
KYOWA
広告・印刷のコンシェルジュ
和歌山県海南市南赤坂5-3
TEL073-483-5211

海南 協和

New **ツーカーネットスクラム 遊** 176号

http://www.2kai-scrum.net

毎月1日発行 発行エリア/海南市・紀美野町・紀三井寺及び有田市・貴志川町(一部除く) 発行部数/45,000部

発行所/ツーカーネットスクラム編集部 〒642-0017 和歌山県海南市南赤坂5-3 TEL/073-484-5233 FAX/073-484-5266 info@2kai-scrum.net

次回10月1日発行
通常号9月15日発行

夏祭りレポート ふるさと愛全開!

8月13日と16日に行なわれた海南市のお祭りイベントを一部ご紹介。

両まつりとも絶好のコンディションの下、思いっきり元気に開催され、前年度を大きく上回る来場者を集めました。(各コーナー参照)
毎年恒例の同イベントは、お盆にふるさとに帰省した人、それを出迎える人、ふるさとを愛する人たちがそれぞれの思いを胸に、ひとときのふれあいを楽しみながら心を和ませてくれるものである。



▲披露された手づくり子どもみこし

ふるさと海南まつり 25th ANNIVERSARY

8.13 SUN
に開催されました。

来場者数...約45,000人
(昨年39,000人)

今年は高校生らが自ら手がけたステージなど、若さあふれた内容で会場が大いに盛り上がった。



元気いっぱいステージが
繰り広げられた!



2017 下津 ふるさとまつり

~下津再発見~



▲うれしい楽しいお菓子まき

8.16 WEDに開催されました。
来場者数...約4,000人(昨年3,000人)

子ども大人も楽しめる内容で、親子ともどもあちこちで笑顔が見られた。



子どもたちの
歓声がとびかった!



大盛り上がり! 痛車コーナー!



参加者が各々趣向をこらしたドレスアップ痛車が集合!!

漢方 子宝 相談室

一人ひとりにあった漢方療法で体質改善を...

漢方療法は、本来の自己治癒力を取り戻し、体を根本から改善するものです。不妊治療について考え続けてきた私達の研究の成果が、少しでも多くの不妊症に悩む方の助けになればと思います。

あきらめないで!一緒に頑張りましょう!

漢方薬剤師 江本正泰

不妊研究会認定薬剤師 / 漢方療法推進会講師

漢方 江本薬局
和歌山市毛見 295-9 TEL.073-447-1725
営業時間/AM9時~PM7時
日曜・祝日・第1月曜お休み

症状の方もご相談ください。

♡ご相談者さまからの喜びの声♡ (一例)
妊娠を希望していたのはもちろん、昔から悩まされてきた生理痛のことも相談したくてお店を訪れました。これまでにいろんな種類の痛み止めを飲んでみてもなかった生理痛。ところが相談後2ヶ月で痛みがすく楽になり、8ヶ月後には自然妊娠できました。「体を作る」ことの大切さを実感したので、子育てにも生かしたいと思っています。(岩出市・Eさん・28歳)

アトピー 乾癬 アレルギ

http://emotokyakuyoku.com

夏のダメージヘアに

ヘアエステ

(シャンプー・ブロー付) ¥4,000より(税別)

秋のおしゃれに

骨格スタイル分析

一人ひとりの筋肉や脂肪、関節の発達の違いや、生まれ持った骨格構造によるスタイルの違いを分析します。
(一生使える似合う物リスト付) ¥10,000(税別)

美容室&雑貨のお店 **プリム・ローズ**

【ご予約お問い合せ】 TEL.073-483-6188
海南市日方 1519-23 定休日/毎週水曜、第3水曜、第1日・月曜連休

フォーマルバッグフェア

日本製岩佐
フォーマルバッグ

お手頃価格
パーティーバッグも
多数取揃えております。

MICHEL KLEIN
5,145円~

紳士 婦人服 **あづま** 海南店(無休)
TEL.073-483-5535
サイズ/5号~25号
http://www.formal-aduma.com

felice フェリーチェ

hair create

★フェリーチェの薬剤はトップメーカーのクオリティ高いものを使用。お客様の髪質に合った薬剤を低コストでご提供します。
★照明をセーブしたリラックススペース2種類のシャンプー台を設置。お客様のご希望のシャンプースタイルで。
★小さなお子様と一緒に来店された場合でも安心、便利なキッズルームで快適なお時間を過ごしていただけます。

消費税抜き価格です。

日	月	火	水	木	金	土	日
9	1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30	

営業時間 9:00~19:00(祝のみ~20:00)
パーマ・カラー / 17:30(祝のみ~18:30)
縮毛矯正 / 16:30(祝のみ~17:30)
★定休日 毎週月曜日・第3日曜日 予約優先制

海南店 I.C. しまむら felice
オーケワ 旭川店
和歌山 海南市
海南市福川 78-3
(オーケワ旭川店向かい)

Tel.073-497-8655
http://www.tairan.info/felice/index/html

タロットカード占い

2017 9.1~30

1月生	眠気におそわれ、ついウトウトしがち。うっかりミスに気を付けながら徐々に調子を戻していこう。
2月生	今月は難題、課題を先のばしせずしっぴかり取り組もう。思わぬラッキーにつながるよ。
3月生	気候とともに調子もどんどん上向き気配です。アクティブに外出することがポイントだよ。
4月生	今月は「再び」がテーマ。再出発、再発見、リトライ、リニューアル、リベンジ…頑張ってくださいね。
5月生	自分の思いをさっさと言葉として表わそう。そうして行動すれば思いや願いが叶うよ。
6月生	あふれる情報に振り回されそう。必要か否かはしっかり見極めることが大事だよ。
7月生	親しく仲の良い人たちの交流が深まり楽しい時間が過ごせるよ。礼儀を忘れずにね。
8月生	食べ物の好みに変化が出そう。物事に対する考え方も影響するのでは冷静な判断を。
9月生	リーダーシップを発揮する機会が増えそう。苦しみと思っていたのが実は得意だったりして…
10月生	モヤモヤした気分が続くそう。スカッとしたいなら普段履きを履かない場所へ飛び込んでみては？
11月生	疲れがなかなか抜けずにダルさが残りそう。まず目の前のやるべき事から実行してね。
12月生	体幹を鍛える運動をやってみよう。重い荷物も腰から足を使って姿勢を正そう。

The 昭和商店街

昭和レトロをテーマに昭和の面影がある場所。その時代に作られた物を展示販売するマーケットが65年前の情緒ある幼稚園あとで開催される。

日時 9月15日(金) 午前10時30分~午後4時
16日(土) 午前9時~午後3時

場所 龜山神社内
もと松風幼稚園 (和歌山市和田)

出品店 昭和時代のもの、家具、食器、洋服、着物、キッチン用品、ガラス物、インテリア用品、時計、アクセサリー等

お問い合わせ先 海南サンデーマーケット 実行委員会(楠本) 09066647201

和歌山電鐵貴志川線の魅力探検 ⑭

大池遊園駅に停車中の3両編成の列車。先頭は元片上鉄道のガソリンカーを改造したクハ803で昭和三十年に貴志川線にやってきた。大池遊園駅のホームには屋根がなく、そして列車の交換設備がまだ存在していました。

803は802と共に前後にデッキを持つ車両。そして3両編成の一番後ろは貨車。昭和43年まで貴志川線で貨物扱いを行っており貨車を従えた列車も走っていました。今となっては何もかも貴重な昭和40年夏の写真です。

伊太郎神社 瀬川 奥 重貴 073-478-0006

7月テーマ「夢」受賞者発表

「将来は 夢を与える 人になる」

海南市 Sさん

採用者には 8月テーマ「ほほえみ」9月末まで募集中!
景品進呈! 9月テーマ「秋の花」10月末まで募集中!

買取り 古美術

店内では古いものいろいろあります

骨董品・古美術品 藤川古美術店

買取りも承ります 073-487-5735

お問い合わせは 携帯090-3490-1697

春夏秋冬

7月8月9月のこと、その真ん中で中秋といわれたのだ。現代の暦では9月10日頃が秋で、ちなみに今年10月4日が十五夜だぞうだ。

「中秋の名月、十年に一度は十五夜」と江戸の書物にあるほどだが、さて今年のお天気は?

ザ・和歌山人

和歌山弁クイズ

最近、地方の方言がTVや雑誌でも話題を呼んでいます。その中でも和歌山弁は大人気!!

このコーナーではクイズ形式で正しい和歌山弁を学べます。クイズに答えて賞品をゲット!!

明日からアナタも生粋の和歌山人になれること間違いなし!!

問題

和歌山弁で「クツにかまれる」の意味はどれでしょう?

①9月に生まれる
②靴擦れをすること
③クツという動物に噛まれること

(使用例) →歩きすぎてクツにかまれて痛いよ~

①~③の中から答えを1つ選び、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、ハガキ・FAXにて応募をお願いします。正解者の中から抽選で5名様に図書カード2,000円分を差し上げます。

締切/H29年9月15日(金) 消印有効

宛先 〒642-0017 海南市南赤坂5-3 ツーカーネットスクラム「和歌山弁クイズ係」迄

健康まつり

住民の健康率の向上や健康への関心を高めるために実施します。

親子で楽しめますので揃ってご来場ください。

日時 9月9日(土) 午前9時~正午

場所 海南市 市民センター (海南市沖野々)

健康相談
骨量測定・血管年齢と肥満度チェック・脳年齢の測定 他

消火車展示・応急救護措置(AED等)のお話
海南高校大成校舎軽音楽部の演奏
軽トラ市

お問い合わせ先 海南市市民センター 073-487-1839

海南市住民センター

平成29年度文化協会 夏季俳句大会

8月5日(土) 海南市民会館にて

「文化協会賞」

第一席 和歌山市 天倉 都
第二席 和歌山市 中嶋 利夫
第三席 和歌山市 中川めぐ美
第四席 海南市 前田 長徳
第五席 海南市 島井 保和
佳作 海南市 澤 禎宣

紀美野町町民 癒しのコンサート

日時 9月9日(土)

入場料(全席指定)
開場 午後5時30分
開演 午後6時
前売券 2,000円
当日券 2,500円

場所 紀美野町文化センター
券販売なし

出演 千島夫・川井聖子
河村一樹

※未就学児入場不可
●チケット絶対販売中
●紀美野町中央公民館
●紀美野町文化センター
お問い合わせ先 紀美野町中央公民館 073-489-5915

43年の安心・実績

屋根・外壁のリフォームは 当社へ

有限会社 阪口塗装 0120-53-3218

ソラコトびより

2017.9/10(日) open10:00~16:00

ハンドメイド小物・アクセサリー・うつわ・木工・かごアイアン・グリーン・はんこ・コーヒー・お菓子・etc

お問い合わせ先/青空社 090-2352-9926

正しい家づくり

自然の力で湿度は15%ダウン!!

通気断熱WB工法

株式会社 橋爪建設 073-492-0373

介護スタッフ 急募!!

かけもちOKです!

学生のアルバイト大歓迎! 未経験者も歓迎!

正職員・パート・アルバイト

経験者優遇。無資格の方は資格取得のお手伝いをいたします。

◎時間調整OK ◎勤務日調整OK ◎託児所利用可 ◎車通勤可

ホームページの採用情報ページからの応募・問い合わせも可能です。(http://www.sakuraclinic.org/)

募集 昼・夜パート

先付 3,500円+税

先付 鍋物 揚げ物 焼物 酢物 食事 味噌汁 水菓子

週2、3日(日曜日は休職)

時給 800円

夜8時~夜10時 500円

夜10時~夜12時 2215円

男女不問

学生さんもOK!!

090-3715-8027(担当:中井)

ケーキフェア

9/1(金)~15(金)の15日間

通常価格 300円~420円の 手作りケーキ

全て 250円+税

Chiffon Cakes HUMPTY DUMPTY

食べ放題 通常2,000円を 要予約 10%OFF

この広告ご持参の方
他のサービスとの併用不可
●枚で5名様迄1回有効
●モニタリングバイキングは別引対象外

17年9月30日まで

海南市船尾262-39 073-483-5551

社会福祉法人 さくら福祉会

詳細はお気軽にお問い合わせください。 073-484-5006 (採用担当まで)

至大塚 至わんぱく公園 至海南インテリジェントパーク 至海南IC 至しまむら 至至根 至至根 至至根

古民家求む!

積極的に買取致します

重点地域: 海南市・紀美野町・紀の川市・和歌山市

国土交通大臣(12)第1968号 和歌山県宅建協会会員

株式会社 エタカ

海南市木津292-9(海南東部運動場入口) 海南営業所

TEL.073-485-3222

エタカ 検索

おすすめ Book (8月現在)

★『天才棋士降臨・藤井聡太 炎の七番勝負と連勝記録の衝撃』

マイナビ出版 1,490円

本書はスター誕生の舞台となった炎の七番勝負と驚異の連勝記録について、藤井四段の自戦解説をメインとし、羽生善治三冠をはじめとする対局相手棋士のコメント、七番勝負の企画者でありすべての対局に立ち会った鈴木大介九段の感想で振り返るもの。藤井四段の棋士人生の輝かしい第一歩、その軌跡を本人と、関係した多くの棋士たちが綴った記念的一冊です。

協力: ブックス青天 073-482-0115

レンタル DVD 映画ランキング (8月現在)

1	「君の名は。」
2	「SING」
3	「LA・LA・LAND」
4	「キングコング」
5	「海賊とよばれた男」
6	「ドクターストレンジ」
7	「キセキ - あの日のソビト」
8	「Mr&Mrs スパイ」
9	「ニュートン・ナイト」
10	「アサシンクリード」

★今後のリリース予定★9/13「ガーディアン・オブ・ギャラクシー: リミックス」9/15「ムーンライト」「RE: LIFE」

★http://www.oe-net.jp/へ今すぐアクセス★

協力: TSUTAYA WAY 海南店 073-483-5631

この映画はヨカッタ スクラム お気に入り作品トピック

スター・ウォーズ 帝国の逆襲

大ヒット SF シリーズ「スター・ウォーズ」の第2作。帝国軍のデス・スターを破壊し、反乱軍が一矢を報いてから3年。帝国軍は猛反撃を開始し、反乱軍は極寒の惑星ホスに新たな秘密基地を築いて時をうかがっていた。しかし、帝国軍の攻撃によりホスの秘密基地からも撤退を余儀なくされ、反乱軍は窮地に立たされる。そんな中、ルーカはフォースの修行を積むため、ジェダイ・マスター、ヨーダの元を訪れる。一方、ホスから逃げ延びたハン・ソロとレイア姫はかつての仲間ランドの裏切りによってデス・スターに捕らえられてしまう。仲間を救ったルーカは救出に向かい、デス・スターと対峙するが……

1980年 アメリカ

SF アクション アニメ 恋愛 コメディ サスペンス 時代劇

お知らせ

★ホームページ作成 & 撮影・動画制作★

高い管理費を払っていませんか? スマートフォンに対応していますか? これからは動画でアピールしなくてはなりません。制作実績公開中『スタジオナビ』で検索。0120879353

★第16回介護教室★

映画鑑賞会「わたしの人生 我が命のタンゴ」

日時 9月10日(日) 午前10時~正午

参加費無料

デイサービスセンター ひだまり・ヘルパーステーションひだまり・グループホームひだまり (下津町方) 07349633000

★体験つき講座多言語で子育て!自分育て!★

9月10日(日) 午後2時~4時

岩出市総合保健福祉センター3階 (あいあいセンター) 参加費無料 託児有り

01202557761

情報交換コーナー

★大型型レジ(内原)★

開口3M 奥7M 賃12万 倉庫可 短期可 0734826052

★教えます! N教えます!★

少人数個別レッスン3歳からご年輩の方まで。使うためのパソコン教室です。あなたのペースで学べます。亀川交差点角 0734823114 (海南駅より徒歩5分)

★アトリエアツの音★

夜の姿が美しい 秋の尻尾が見えてきた ★鉛筆テッサン入門★ 基本をおさえて レベルアップ! 初めての方でも大丈夫です

0736617756

★解体工事(美和工業)★

低料金で丁寧仕上げ 基礎撤去 整地含みます 0736617756

★きつづくきんぐ★

正しい調理器具の使い方など料理の基礎を学びます。

日時 (1)9月9日(土) (2)10月7日(土)

午前9時30分~正午

場所 粉河ふるさとセンター料理室

対象 小学1~3年生 定員 各15人

参加費 1回1,000円

持ち物 エプロン・三角巾・ハンドタオル・飲み物

※2日間の連続講座になります。1回でもOK

※紀の川市外の参加OK

お問い合わせ先 紀の川市食育推進会議 (本庁4階農業林業 振興課内) 0736772511

快眠ふとん屋 ヤマグチ 寝具のお手入れ会

そろそろ布団どうしようという方にピッタリです。寝具の専門店ならではの羽毛ふとんと自分にとって合った敷ふとんを特別価格でご奉仕中!! しっかり品質をチェックしてお気に入りの布団を手付け下さいね。

お布団は日干しだけではダニや汚れはとれません。最適なメンテナンス方法を一緒に考えましょう。

①綿わたふとんの打直し

②羽毛布団のリフォーム

③羽毛がとび出している☆片寄って暖かくないなど☆取り出した羽毛を完全洗浄(側生地交換と足し羽毛します)

④専門水洗いクリーニング

リピーターが増えています

電話注文・ご相談承ります。何でもお問合せ下さい。

リフォームでふっくら復活 体圧分散 敷ふとん

SL12,800円+税~ 肩腰らくらくタイプ

Before After

プレミアムダウンウォッシュ 羽毛ふとん 安心リフォーム 19,800円+税~

洗うほど 気持ちいい! パシーマ 肌掛け(s) 7,020円 敷パッド(s) 8,640円

0734820285

大阪西川チェーン 寝装・寝具ヤマグチ 海南駅前通り2丁目 当店北隣り 0734820285

快眠ふとん屋 ヤマグチ

寝具のお手入れ会

0734820285

イベント情報や広告のお申し込み

に関するお問い合わせは、スクラム編集部までお願いします。

広告のお申し込み・お問い合わせは 073-484-5233

秋のつれもてフェア

9/9(土)~10/10(日)

10:00~17:00

TOTO和歌山ショールーム

★手作りぎざとん教室★

★野菜とパンの即売会★

★マジックショー★

★フリーマーケット★

★ピフォーアフター・写真当てクイズ★

和歌山県海西市多田408番地 TEL(073)482-8281(代) http://www.hoshida-home.com

ガクの料理

さっぱり生ハムマリネ

材料(4人分)

レタス...1/4玉・きゅうり...1本・トマト...1個・玉ねぎ...半玉・生ハム...1パック (A)お酢...60cc・サラダ油...80cc・砂糖...3g・塩...2g レモン汁...15cc・ブラックペッパー...適量

作り方

①ボールに(A)を入れてよく混ぜる。

②あとは野菜を一口大に切り、マリネ液であえるだけ。

③超カンタン♪夏にピッタリメニュー。キンキンに冷やそう!!

★このマリネ液でパプリカとキュウリを小さく切ったものをあえて、鶏もも肉のソテーの上にトッピングしたらメインディッシュにもなり、この季節でもさっぱり食べれるよ。

和食 松茸と鱧のコース

新鮮な素材を活かした 季節を織り込んだ会席を是非ご賞味くださいませ。

5,400円(税込)

料理内容は天候等により変更になる場合がございます。

プリンスイン海南2階 TEL.073-482-8031

○営業時間/午前十一時~午後三時 午後五時~午後十時

○定休日/月曜日・第四火曜日

季節を盛り合わせた八寸

刺身 (白身・赤身・エビ等)

鱧鍋

鱧のフライ

松茸と鱧の土瓶蒸し

薫り豊かな松茸御飯

秋のつれもてフェア

セミナーやイベントで暮らしのヒントを見つけよう

「TOTORIモデルクラブ」には、独自の基準をクリアした施工会社500社以上が加盟。確かな技術と実績、地域密着のきめ細かなサービスで、快適な新しい暮らしへの「リモデル」を提案しています。

同和歌山店会では 9月9日(土)・10日(日)に、TOTO和歌山ショールームでイベントが満載の「秋のつれもてフェア」を開催。

注目は、「30代からの9日限定」講座の「9/9(土)午後11時~12時10分 午後2時~3時10分。先着10名。幸せな最後を迎えるために今すべきことを、辻瑞恵さんがレクチャーしてくれます。

過去のイベントの様子

主催:TOTORIモデルクラブ和歌山店会

西中孝樹さんによる、「手作りぎざとん教室」も楽しみですね。

10日限定/午後10時30分~午後11時30分。午後2時30分~3時30分。先着10名。

そのほか、フリーマーケットや野菜・パンの即売会、マジックショーなども予定。

さらに、夏野菜ピザを作りながら、大阪ガスのSiセンサーコンロを体験できるのも魅力。スタンブラリー参加で

■TOTO リモデルクラブ和歌山店会

かじもと	0120(23)2428
夢工房 竹中水道設備	0737(63)1601
富田工務店	073(445)0707
日本総合ホームセンター	073(445)5477
ハナノ	0120(20)0109
星田建設	073(482)8281
モリワキ住設	073(492)2407

〒905-0801 和歌山県和歌山市多田408番地 TOTO和歌山ショールーム

09/9(土) 10:00~17:00

パイコー オロチョン

秘伝のタレに漬け込んだ豚ロースの唐揚げ

4つの味から選べます

940円(税別)

毎月第2・4月曜日 11日(祝日の場合は翌火曜日) 11日(祝日の場合は翌火曜日)

ちゃんぽんをご注文された方にちゃんぽんがプレゼント!!

和歌山県和歌山市毛見65-5 TEL.073-444-9246

OPEN/11:00~15:00(オーダーストップ14:45) 17:00~0:00(オーダーストップ23:30)

年中無休

ホームページはこちら! http://chanpon-sarashina.net

桐蔭・向陽なら GES 中3受験生実戦対策

日曜講座 桐蔭・向陽 EXE エグゼ

英語 数学 国語 1月までの全10回講座

※この講座のみの受講も可能

GES ターミナル校・パームシティ校・岩出校・海南駅前校

桐蔭・向陽 EXE 説明会 (保護者対象) 完全予約制

9/9(土) 10:00~11:30 海南駅前校

14:00~15:30 ターミナル校

9/10(日) 10:00~11:30 ターミナル校

14:00~15:30 パームシティ校・岩出校

桐蔭・向陽 EXE 9/3 開催

体験講座 3回

お問合せ・お申込みは AM10~PM8(日祝除く)

073(475)2212

9月のオススメ

ヘアカラー+カット	¥5,000	パーマ+カット	¥7,600	やわらかストレート	¥9,500
カラーストレート	¥12,000	デジタルパーマ	¥8,500	パーマ+ヘアカラー	¥11,000
		根元やわらかストレート		根元やわらかストレート	¥12,000
		※毛先デジタルパーマ			

美容室 あとん [海南店] TEL.483-7572 [あんどくらぶ] TEL.489-6666

チケットお持ちのお客様に限り2017年9月14日まで有効



★終了後に田村まきみ先生のアート体験があります。(有料)

9月3日(日)午後1時〜 木工工作(潮干狩り) 200円(要予約)

わんぱく公園 イベント情報 9月



第2回 イベントレポート 大盛況 御礼!! 鯉 in 海南 まつり

7月29日に開催されました 主催/鯉の街・菓子街海南プロジェクト実行委員会

地元の特産である鯉をもっと知ってもらいたい、食べてもらいたいという思いで開催された同イベント。会場には初回を上回る来場者が集まった。今回もハモカソバパーガーや鯉のたこ焼き風、ハモの天ぷら、寿司などオリジナル料理が軒を並べ、長蛇の列が出来る店も...



今後も地元特産の鯉を各店でお楽しみください。

WEBサイトでも承ります スクラムでカンタン求人広告を...



☆箇条書き原稿でOK ☆もちろんデータ入稿もOK ○電話・FAX・WEBサイト(メール)で承ります。 ○スクラム紙面への掲載は発行日より10日前迄なら間に合います。

掲載された方でご希望の場合、WEBサイト(HP)でも発信させていただきます。 2kai-scrum.net

私の所属する阪井消防団では新しく消防団員を募っております。我こそは!という熱いハートを強い意志で包んだ元気な人のご参加をお待ちしております。

September(9月)です。大学の推薦入試も近づき、当校でも再度、進路相談をする時期です。その時、生徒さんが将来就きたい職業は大切なポイントとなります。

「水の中ウォーキング」泳げないからプールは無理だとか考えていませんか? 膝や腰などの関節が痛いからと運動を諦めていませんか? そんな方にお勧めしたいのが水中ウォーキングです。

「水の中ウォーキング」泳げないからプールは無理だとか考えていませんか? 膝や腰などの関節が痛いからと運動を諦めていませんか? そんな方にお勧めしたいのが水中ウォーキングです。

ワンポイントコーナー Vol.162 健康な身体作り Vol.139

正しい手洗いのススメ 食品衛生協会推奨 学校や各種団体への呼びかけも実施中。興味のある方はお気軽にお問い合わせを。

秋に向けて新製品続々! 楽しみながら体力維持 ヨガ・体操・エアロ用もお作りいたします

水着専門店 ひかる 海南市船尾342 073-482-2778

Tセミナー JR海南駅前校 2学期生受付中 小学部:小1~6 中学部:中1~3 高校部:高1~3

お供え物 ケーキの店 ヒロ・マルイチ お世話になったあの方に感謝の気持ちを送りたい

美容室 プロデュース 縮毛矯正(S-C-B2) 通常価格より ¥1,000引

ヘアカラーデー 毎週木曜日は 通常3,000円~を ¥2,500~

フォークリフト講習 海口市にて講習開催 講習4日間 普通免許所持の方