



えがお

秋号

江東区限定

令和5年10月・11月号

彩りあふれる豊かな生活を



**健康・体力の維持
向上は、リハビリで!**

理学療法士など専門職
によるリハビリはいかが
ですか? お気軽にお問
い合わせください。

介護老人保健施設 葵の園・江東区
江東区北砂2-18-1 ☎03-3640-2525

えがおの人 経済産業大臣指定伝統工芸品 東京無地染 株式会社近藤染工
代表取締役 伝統工芸士 近藤良治さん

発行 一般社団法人地域コミュニティ振興協会
株式会社メモリアルスタイル



近藤 良治さん 74歳

CONTENTS

特集 近藤良治さん 74歳
楽しんで活動しています
城東スクエアダンスクラブ
東陽えんぴつ歩み会
さざんかクラブ 清澄グリーンクラブ

追善供養
健康な体づくりのための生活リズムの作り方
えがお文壇 川柳 俳句 短歌
売ろうかなと思った時が売り時
トイレが近い!
えがおで防活
深川消防署からのお知らせ
葬儀社さんにここが聞きたい!
带状疱疹って、どんな病気?
不動産の売却で損をしないための6つの対策
キッチン・お風呂場・トイレの換気扇クリーニング
人生100年時代~かしこい高齢者施設の選び方
発信広場
深川警察署からのお知らせ

伝統工芸、「無地染」を次の世代につなげたい。

近藤良治さん

昭和23年12月13日、墨田区江東橋で生まれる。良治さん3歳の昭和26年、父が清澄に東京無地染の近藤染工を創業。移住した。以来清澄で暮らし、白河小、深川6中、永代橋のたもとにあつた中央商業学校に進む。良治さんは男4人、女4人8人兄弟の長男。時は、着物全盛の時代。父は夜中の1時、2時まで仕事をし、朝は5時頃から働いていたという。良治さんも小学校の頃から、仕上がった反物を自転車でお客様に届けていた。

大学卒業後家業に

大学卒業後、近藤染工に入社。まだ着物が売れていた時代。「食いつぶげれないだろっ」とそんな思いだったと笑う。3年くらいは営業等で外回りをし、28歳の時に工場に入る。もちろんそれまでも父や職人の仕事の事は見ていたが、実際に職人としての日々がスタートした。

色を作るのに、100年

経済産業大臣指定伝統工芸品に登録されている東京無地染は、江戸時代より伝わる色見本を手がかりに、問屋さんと呉服屋さんの依頼に添って、微妙な色の違いを調整しながら染め上げていきます。基本的に三原色で構成されている染めであり

**無地染を
伝え続けたい**

「町内会の会長は3期目までと決まっているので、今期で終わる」と話す良治さんに、「少しはゆっくりできますね。何かやりたいことはありますか?」と同つと、「無地染の技法を絶やさないために、もっといろいろなことを考えて、広めていきたい。」との答え。

依頼されるだけでなく、こちらから動く

時代の流れと共に、着物文化が衰退。それに伴って染色の依頼が少なくなってきたこと、このまま委託を待つだけではいけない」と考えた良治さん。自分で作って販売することを考える。



近藤染工ホームページより。制作に励む良治さん。
<http://kondosenkou.com>



平成5年4月、湯本にて。

ながら、地紋や生地素材によってその質感や印象はさまざま。この色を作るのに10年かかると言われ、良治さんも始めた頃は、やり直しの連続。やっと染め上がった、とお届けした品がはねられて戻ってきたことも多々。「自分にはむいていない」と悩む日々が続いていたそう。

な日々を送る良治さんだが、仕事だけでなく、50歳の頃から清澄2丁目町内会の手伝いも続け、現在、会長として3期目を務めている。また、8月に6年振りに行われた深川富岡八幡宮例大祭では清澄2丁目の総代も務めた。

日本が世界に誇る伝統工芸、「無地染」を次の世代につなげたい。そんな強い思いが伝ってきました。

主催：第4回安心シニアライフ実行委員会 共催：浄土真宗本願寺派 築地本願寺 後援：中央区・中央区社会福祉協議会

築地本願寺にて開催【参加費無料】

第4回 安心シニアライフ エンディングフェア

「終活」を知って学んで考えて。これからはもっと自分らしく元気に暮らすための一歩を。




2023年10月7日(土)～10月8日(日)

9:30～16:00 会場：築地本願寺 どなたでもご来場いただけます

【終活セミナー】終活の専門家が多数講演(事前予約不要)
【終活ブース】税理士事務所・葬儀会社・銀行などが無料相談会やサービスをご案内します

浄土真宗本願寺派 築地本願寺 〒104-8435 東京都中央区築地3-15-1 Tel.0120-792-048

特設ホームページのご案内▼

※「浄土真宗にとっての追善供養」のお話を3ページに掲載しています。ご一読ください。

楽しんで活動しています。

城東スクエアダンスクラブ

スクエアダンスとは、カントリー&ウエスタン等の音楽にあわせ男女の4カップル8人が一組となり、手を取り合い、主に英語のコールに従い踊るダンスのこと。コールする人を「コーラー」と呼びます。

アメリカ発祥のダンスで、現在全国で約470のクラブがあり、東京都では約40クラブ約1000人の愛好家がいるそうです。



今年で56周年を迎え、会員は34名とのことです。

取材させていただいた日は、お盆の真つただ中ということもあり、少人数となつたため、1組しかできず、他の方は待機。1曲終ると



4カップル8人が一組で踊ります。

東陽えんぴつ歩み会

鉛筆画とは、その名の通り、鉛筆で描く絵のこと。そう聞くと、デッサンのことを思い浮かべる方もいるでしょうが、鉛筆による描写・陰影のみで絵画として完成させるので、デッサンとは異なります。

特に特別な道具や素材は使わず、紙と鉛筆さえあれば描くことができるので、油

画や水彩画よりも気軽に楽しむことができます。

国産鉛筆は10Hから10Bまで、HBとFを含む2種類ありますが、東陽



えんぴつ歩み会では、5〜6種類のさまざまな濃さのものをうまく使い、濃淡を表現し、線の数や太さをうまく調節して表現する方法がそうです。

こうしたさまざまなタイプの鉛筆を使って、実線はもちろん影について



それぞれ、好きな写真を見ながら忠実に描いていきます。

も細部に描きこみ、忠実に描くことで、鉛筆画の多くは、写実的で白黒写真のような作品が出来上がります。

一つの作品を完成させるには、鉛筆を重ねて重ねて制作するので、長い時には数か月、用することもあ

にメンバーを入れ替え、コーラーも変わるそうです。

スクエアダンスは、スクエアセットで始まり、スクエアセットで必ず終わると言われていて、「ダンスの最後にパズルがピタッとはまったように、スクエアセットが決まった時の達成感が最高」と参加者の方々。

入会希望の方は、毎年の春に企画する「ビギナー講習会」に参加し、ベ

活動は総合区民センターで、毎週土曜日、18時から21時。入会金なし。会費は半年で6000円です。

お問い合わせは山本 (3699)7190



会長の神山 謙司さん

初心者の方も大歓迎、とのこと。

活動は江東区文化センターで、月1回第2火曜日、13時から16時。3時間3000円です。(入会金1000円)

お問い合わせは福山 (080)1164)9782



講師の福山 歩由美さん。(鉛筆画家・一場会会員・アトリエF主宰)

現会長の甲斐志権さんは2代目。会長歴6年以上で、清澄三丁目南町会長も兼務されています。そのため、町会と清澄グリーンクラブと一緒に活動することが多いそうです。

主な活動としては清澄公園で毎朝行われるラジオ体操への参加(自由参加)や年に3回行う誕生日会。また、敬老の日等のイベント。誕生日会やイベ



会長の甲斐志権さん。

また、甲斐さんを中心に役員の方や婦人部の方で、月1回の古紙回収も行っています。清澄三丁目南町会の方々に呼びかけて古紙を集め、得た収益の一部で、町内会の各世帯に、商品券を贈られているそうです。

クラブの年会費は1200円です。

江東さざんかクラブへのお問合せは、江東区役所長寿応援課長寿応援係内 (3647)4541

深川北部支部に所属する清澄グリーンクラブは、清澄3丁目の中で、清洲橋通りを挟んで清澄公園側の3丁目帯にお住いの約30世帯、53名の方が登録されています。

会長の甲斐志権さんに、活動についてお話を伺いました。

清澄グリーンクラブが発足したのは平成27年11月。深川北部支部の中では、34番目のクラブです。でも、その前身は、2番目に発足した「清三南栄和クラブ」。一時休会となつていたそうですが、高齢の方が多くなり「地域でもっとつながりを」と考え、名称を清澄グリーンクラブに変えて発足しました。



敬老の日のつどい。清澄庭園内 涼亭にて。

江東さざんかクラブ 江東区老人クラブ連合会

大好きなこのまちで、仲間とともに元気で充実した毎日を。

江東さざんかクラブ 会員募集!

江東さざんかクラブには、127のクラブ、合計14,000人の方が加入し、生きがいづくり、健康づくり、ボランティア活動、社会活動等、様々な活動を行っています。

入会するには...

クラブ入会の対象者は、おおむね60歳以上でその地域にお住いの方です。入会のご希望は、地域の単位クラブもしくは、下記の「江東さざんかクラブ事務局」までお問い合わせください。

江東さざんかクラブ事務局
江東区役所 長寿応援課長寿応援係内 ☎3647-4541

美容室HaNa・花

地元女性に長年愛されているサロン!
おかげさまで開店から17年。
確かな技術とヘアケアを心がけています。

(税込価格)
カット.....2,000円 (2,200円)
白髪染め(リタッチ).....2,600円~(2,860円~)
白髪染め(リタッチ)+カット4,000円~(4,400円~)
(※ヘナとマニキュアは別)
システィンパーマ... 3,900円~(4,290円~)

60才からのシルバー割引あります。 ☎03-3643-5021

東京都江東区富岡1丁目125 TYビル富岡2F
受付:月~金10:00~16:00 土9:30~16:00(パーマ・カラー受付15:00迄)
休日:日曜・祝日

※新型コロナウイルス感染症予防対策を徹底しております。 ※予約優先

成田山 深川不動尊 富岡 八幡宮
清澄通り 深川公園
門前仲町駅 永代通り



追善供養

お盆の頃に、お墓参りをされた方も多いのではありませんか。ご先祖様の成仏を願い、仏事を行う「追善供養」。実は浄土真宗では行わないと言われていています。

浄土真宗における「追善供養」という考え方を、浄土真宗本願寺派 築地本願寺 教化育成部 部長 佐々木 了慎さんに伺いました。

追善供養とは
追善供養とは、故人がきちんと成仏できるよう、残された人が良い行い(功德)を積むことを指す言葉です。残された人が故人の冥福を祈って仏壇を拝んだり、お墓参りをしたり、法要を行うことなどです。

具体的には、亡くなってから49日目に行う四十九日法要、命日をめどに行う年忌法要。お墓参りや仏壇に線香やお花、お仏飯を供える等。こうした日々の行いも供養のひとつとされます。

浄土真宗では
仏教でも宗派によって考え方はさまざまです。親鸞聖人が開かれた浄土真宗では、亡くなる和阿弥陀如来の救いのはたらきで、この身のまま浄土に生まれて仏になると説かれます。



故人は、すでに救われている身であるので、遺族は故人のために功德を積む必要はありません。追善の供養という考えそのものが無い、と断ってよいでしょう。

でも、浄土真宗でも四十九日法要などの法要やお墓参り等は行います。

それは、浄土真宗での法要は追善の供養としての意味合いではなく、先立たれた方をご縁として、お浄土に導いてくださる阿弥陀如来のお徳を讃え、報恩感謝の思いでお勧めするもの。仏様の教えに出会わせていただくためのものなのです。

私たちは、日々の生活の中で苦しみや悲しみに出会うことがあります。また、亡くなったらどうなるのか、不安や心配になることもありますが、阿弥陀如来の教えを聴いて、「南無阿弥陀仏」のお念仏を唱える中で、迷いを転じてさとりの世界へと導かれると思うと、安心して、今を生懸命に生きることができるようではないでしょうか。

お寺をもっと身近に

東京都だけでも3000近いお寺があるのをご存じですか。道を歩いているとお寺さんに気づくことが多々ありますが、なかなか入りづらいかもしれませんね。でも、江戸の時代からお寺は地域のコミュニティの中心で、心配事や困ったことがあると住職に相談したり、話を聞いてもらったり。お寺と住民が密接につながっていました。



築地本願寺では、「開かれたお寺」を目指し、「予約不要・相談無料の僧侶相談をはじめ、終活相談、講座等を行っている。また気軽に立ち寄りいただけるよう、境内には、カフェやレストラン、ショップを設置しています。」



境内に作られたインフォメーションセンターとカフェ

10月7日・8日には、「安心シアライフ 第4回エンディングフェア」を開催。終活に関する様々な情報やサービスの案内を行う予定で、ごなかま場いただけです。



お話し

浄土真宗本願寺派 築地本願寺 教化育成部 部長 佐々木 了慎さん

江東 暮らしチャンネル

健康な体づくりのための生活リズムの作り方

まだまだ猛暑が続く東京。規則正しい生活を送り、健康にとって大切と言われている。

生活リズムを整えるために、多くの高齢の方が生活する介護施設では、どのような日常を送っているのでしょうか。

介護付有料老人ホームローズ・ガーデン介護課課長 正看護師 星野雅子さんに伺いました。

①決まった時間に起床・着替え・洗顔

老人ホームに入居した場合は、施設ごとに多少の差はありますが、食事や入浴、レクリエーションなど、1日の過ごし方の流れは基本的に同じです。

当施設での起床・就寝までの流れを紹介しましょう。

朝は決まった時間に「起きましよう」とお声がけして起床していただきます。

カーテンを開けて太陽の光を浴び、パジャマから洋服に着替えます。実はこの行為がとても大切なのです。

でも、生活にメリハリをつけるために、身だしなみを整えましょう。

着替えをすることで、昼夜の区別がつき、生活にメリハリを与えることができます。着替えの際は、できないところだけ手伝い、なるべく自分で着替えていただいています。

②食事の後は、ゆっくりに休んで

食後は口腔ケアをして、30分から1時間は、横にならずに座った状態で安静にします。□の中に何も残っていない状態にしましょう。食後すぐに横になると、食べたものが胃から逆流してしまつてしまいます。

当施設ではホールや自室でテレビを見たり、他の利用者の方とお話をしたりして、過ごしていただいています。

また、10時頃には、お茶の時間をもうけています。

高齢になると体内の水分量が少なくなる体の感覚が鈍くなります。のどの渇きも感じにくくなるので、水分が必要でも、本人が気づかないこともあります。

のどの渇きを感じる前に、時間を決めて水分補給をしましょう。

③昼食後は時間を決めて身体を動かします

昼食後は、時間を決めて身体を動かしましょう。当施設では、午後2時ころからレクリエーションを楽しんでいただいています。

カラオケ、脳トレ、体操等で身体を動かしたり、外出ができるときには、ゆっくりに近づくを散歩しています。

外に出ることで、季節の移ろいを感じることもいい刺激になりますし、程よい疲れは良い眠りにつながります。



レクリエーションタイムでの一コマ。

午後3時頃に、おやつとして、和菓子や洋菓子を。その後は少し休憩タイムとして、自由に過ごしていただいています。

お昼寝をされる方もいらっしゃると思いますが、あまり長く眠ってしまうと、夜眠れないこともあります。15分から20分。長くても1時間以内にはしましょう。

⑤一日の流れを大切に

夕食後は口腔ケアをして、パジャマに着替えます。日々の生活リズムを大切に過ごすことで、睡眠障害や食欲減退等防げることもあります。認知症の予防にもつながります。生活リズムを保つよう心がけて、元気に快適に過ごしましょう。



アドバイス

シルバーウェーブケア株式会社 介護付有料老人ホームローズ・ガーデン介護課課長 正看護師 星野雅子さん

介護付有料老人ホーム ローズ・ガーデン深川
ご見学随時受付中!! お気軽にお問合せ下さい。 ローズ・ガーデン

小規模ホームにて親身で寄り添うお世話終身介護
介護保険給付基準を上回るご入居者1.5名に対して常勤換算1名の職員体制

プライベートを大切に自立した生活をサポート

お客様に親身で寄り添いながらお世話したい。

| | |
|----------------|----------|
| スタンダードプラン本館の場合 | |
| 入居一時金 | 月額利用料 |
| 720万円~ | 253,556円 |
| 月額軽減プラン本館の場合 | |
| 入居一時金 | 月額利用料 |
| 960万円~ | 213,556円 |

■お問い合わせ・資料のご請求はお気軽にフリーダイヤルからどうぞ。■
入居相談室 ☎ 0120-882-236
シルバーウェーブケア株式会社
〒135-0023 東京都江東区平野1丁目2番20号 TEL 03-3643-2133 FAX 03-3643-2135
ホームページ https://www.rose-g.net

つなぐ。答えへ。未来へ。

東急リバブル

リバブル シニアの住みかえサロン - 人生100年時代の住まいの相談窓口 -

ご自宅の売却からお住み替え先のご紹介、介護・資金のことまで東急リバブルにお任せください

店舗は西友東陽町店向かい側です

シニア専門のスタッフがご対応いたします

お気軽にお電話ください
通話無料
0120-305-109

東陽町センター (サンライズ東陽ビル3F)
江東区役所 西友
NTT
4番出口
ファミリーマート
東陽町駅前
東陽町駅
東陽町駅西口
東陽町駅東口

江東区南砂2丁目6-3 サンライズ東陽ビル3階
営業時間 / 10:00 ~ 18:00 定休日 / 毎週火曜日・水曜日 東京メトロ東西線「東陽町」駅 4番出口徒歩5分

えがお川柳

自由吟が苦手な方には句日記がおすす（以前もお書きしましたね）。その日に心動かしたことをとりあえず一句詠んでみましょう。完成した句でなく、川柳の種、そんな感じでOKです。その種は、いつの日か会心の一句「へ」と変貌を遂げるかもしれませんよ。発想のきつかけを残しましょう。



新垣紀子

洗う または自由 選者 新垣紀子

笑顔なき握手の後は手洗か
服選び洗濯マーク見て決める
ポケットの裸万札洗濯機
今日もまたジャンケン負けて洗い物
玄関を洗い流して盆迎え
手間かけて洗って干した胸の内
石鹸で洗い落とせぬ心の垢
洗い張り子供の遊びの邪魔になり
パーティーの余韻がさめる洗い物
この四年一生分の手を洗い
太宰の書津軽に心洗われる
洗えども臭い千里の加齢臭
汚れか顔と顔をゴシゴシミ気づく
家じゅうの洗濯干してパパ出勤
お恥は洗い流して忘れた
懐かしい洗濯板と祖母の手と
政治家を洗ってみても泡立たず
洗ってもあらう落ちない赤い恥
マイナンバー問題点を洗いだせ
もうやめた好きなパチンコ足洗う
県警が身許を洗う桃の詐欺
洗っても消えない過去が二つ三つ
粉粉のティッシュも回る洗濯機
入念にたた入念に猫の顔
洗いすぎ薄い生地から見える妻
夫婦でも洗濯物はシングルで
甲子園洗ってあげたいユニホーム
洗ひ晒ひ白状してと夫に問う
悪事捨て足を洗いな手軽だよ
稲妻が過去を洗って去っていく
土砂降り洗ってくれた窓ガラス
忙しさ山と詰めてた食洗機
夏まつり洗いさらしの浴衣着て
墓洗う娘の姿の美しく
骨董品のせつたかの時代妻洗う

自由吟
土用波値上げの波もちと怖い
歌声に心癒されハッピーな日
気温地図日本列島真赤赤
顔合せはじめましてと孫家族
花火師の思いこもるか天染める
六人の写真を飾り供養膳
百才だがそれと同じデザイナーズ

あつぱれ
あづま男子74
石井登美子
うすいかつじ
エミリー
艶競
大木安沙
キャリー
ケイ
小林誠
浜よう子
なべさん
壽子
ラ・ラ
アコたん
大津とも子
コバ

えがお歌壇

祈りとは生きようと人間の、心の中から生まれてくるものであることが皆様の歌から思われました。歌は思いを読み手に伝えるために文脈が通っていることも大切で。そんなことも心の隅におき歌っていつてくださいます。

祈り または自由

山本 登志枝 選

みどり濃き秩父路を来て札所寺に母に祈りの鐘ひとつ撞く
こと更に平和を祈る八月は敗残兵の物語読む
ちははの齢越えたるこの身なり真青な空へ感謝の祈り
フクロウはケースの中で聞きてをり祈りも愚痴も首をかきあげて
道の真中に太き腹出し絶えた蟬朝を見たかと祈る心地に
今朝もまた御鈴鳴らして手を合はす夫逝きしよりコーヒー添えて
若人の声なき反戦無言館 思い悲しく恋文のあり
アルプスの応援団の女生徒の固き拳になりゆく祈り
朝な朝な安寧願い手を合はすほほえむばかりの遺影の父に
望まない悲惨な戦争犠牲者に祈り捧げん命のかぎり
初産産ただひたすらに祈りたり産声聞こえ安堵と感謝
タナロットの波静かなり夕映えに浮き立つ寺院に祈りは深く
祈りは我が魂の消えぬ望み胸の中にて熱く燃える
苦難ありて空に大樹に祈りたり後はみみず話しかけよう
ただ一人たつた一人のキミのこと見つめて祈る戦禍の中で
嘘つきには罰を与えよ欺きには死を代償にと神に祈らむ
朝まだき老木の幹に鳴く蟬の繋ぐ命の長きを祈る

自由吟
師と仲間谷戸の細道歩きりて知り得たる花一人静や

えがお俳壇

今月も多くの投句をいただきました。掲載句数が限られているため載らない句が多くありました。注意点として

- ① 季語は一句に一つ。
- ② 報告文にしないこと。

天の川 または自由

選者 大垣鹿乃子

都会っ子旅の話は天の川
笹舟で渡ってみたい天の川
テント張る少年の眼や天の川
城跡の大石小石天の川 さくらんぼ
天の川我にまたたく星一つ
煌めきは天の川にも小川にも
砂に寝て心吸われる天の川
八十路なほのぞみ果てなし天の川

自由吟
夏深し終末時計は一分半
小麦色の肩すこし褪せ今朝の秋
朝焼けを浴びて漁師の顔となり
広島を語る真青の夏の空
コロナ禍の里に沙汰して夏枯るる
軽快に石段登る半ズボン
昼顔や道路に白線引く工事
梶の葉に戦なき世の祈願かな
ふしくれの十指をかざし盆踊
老妻の手にふと触れて秋の夜半



えがおの知恵袋
売ろうかなと
思った時が売り時

「不用品が家に溜まって処分」に困っている...「捨てるのも大変だし、もし売れるものがあれば買い取ってほしい」というように考えている方や悩んでいる方は多いのではないのでしょうか？
全国400店舗を展開している買取専門店 大吉 砂町銀座店 店長 篠原 智さんに、お話しを伺いました。

金相場は今も高値...
常に変動を続ける金相場。売却にベストなタイミングを見定めるためには、値動きに注目する必要がありますが、なかなか難しいですね。以前にもお知らせしていますが、金は若干下がっていますが、以前にもお知らせしていますが、金は若干下がっていますが、以前にもお知らせしていますが、金は若干下がっています。現在も高値で取引されています。これがいつまで続くのか、なんとも予測できませんが、過去に、こんなことがありました。

今から40年以上さかのぼる1980年。1月に金の価格はその年の史上最高値である1g6994.5円を記録しました。その理由としては、ソ連のアフガンスタン侵攻が大きく影響していると思われています。でもその後の4か月間で3000円以上の下落を見せて5月には3645円を記録することになりました。その原因として挙げられるのは緊張緩和です。アメリカとソ連による緊張状態が緩和されたことでドルに対する信頼度は高まり、金価格が下落したのです。

また史上最高値のピークの半減を迎えたことからみても、しばらくの間は価格の下落が続くだろうと人々はある程度予想していました。でも、予想を超えて、この下落トレンドは20年以上も続きました。

きたと言っても、まだまだ高値で取引されています。さらに世界情勢が落ち着きドルに対する信頼感が戻ると一気に下がることも予想されます。いつがいいだろうと思われている方は、まずはご来店いただき、ご相談ください。

テレホンカードも高値買取!
使わなくなったテレホンカード。当店で、使用していないテレホンカードなら、500円のものから3900円、1000円のものから7900円と高値で買い取りしています。(買取価格をアップしました。また、テレホンカードの中には、高値の査定がつくものもあります。

金券・商品券 株主優待券も買取します
その他、「使った予定がない株主優待券・私鉄株主優待券」など各種株主優待券の高値買取も承っております。ご利用にならない優待券や余った株主優待券をお持ちの方は、ご持参ください。

品物をつなぐのが仕事
捨てるよかどうしようか、売れるだろうか、と悩んでいるものがありましたら、捨てる前に一度、ご来店ください。

当店で、「捨てるものはない」と考え、どのような品物もその場で丁寧に査定させていただきます。

当店の仕事は、ある方にとって不要となったものを必要とする方へ届ける。品物をつなぐことだと考えています。

ぜひお気軽にご相談ください。



アドバイス
大吉 店長 篠原 智さん
買取専門店 砂町銀座店

心と共に海へ還す 安心とやすらぎの
海洋散骨

株式会社 メモリアルスタイル
門前仲町店 富岡八幡宮前
供養のサロン 想いの時
〒135-0047 江東区富岡1-24-4 ハイツ深川12F
(東京メトロ東西線 門前仲町駅2番出口より徒歩3分)
ご相談・お問い合わせは **0120-113070**

東京都公安委員会 第307721408212号
買取専門店 大吉
砂町銀座店
〒136-0073 東京都江東区北砂5-14-3 S-ANNEX1階
●営業時間/10:00~19:00 ●年中無休(臨時休業を除く)
0120-06-2274

古物営業法に基づき、ご来店の際は
身分証明書
(運転免許証・保険証)
をご持参ください。

全国400店舗展開

砂町銀座信号より徒歩1分

トイレが近い！



外出中、トイレの場所が気になったり、また気になって外出が面倒になったり…。でも、尿に関する悩みはなかなか人に話せないものです。

清澄女性泌尿器科クリニック院長 平本有希子先生にお話を伺いました。

頻尿の原因

突然、我慢が難しいほどの強い尿意が現れ（尿意切迫感）、トイレの回数が増える（頻尿）。強い尿意が突然起こり、トイレに間に合わずに尿漏れしてしまいそうになる状態の事を、過活動膀胱と言います。

過活動膀胱は、強い尿意があるかどうかを基準に診断します。日本国内では、40歳以上を対象とした調査で、約12%が過活動膀胱の症状が見られ、加齢に伴い頻度が上昇し、70歳以上では約20%、80代以上では35%の方に症状がみられると言われています。

健康

こう書くと、「年のせい」と思ってしまうですね。でも、過活動膀胱の原因は、「加齢」などが原因で発症するタイプと、脳血管障害や認知症、パーキンソン病、脊髄腫瘍、多発性硬化症、頸椎症、脊柱管狭窄症、糖尿病性末梢神経障害などの神経に原因があるタイプに分かれます。

稀ではありますが、腎臓病や糖尿病などの病気が隠れている場合もあります。必要に応じて尿検査や残尿検査、エコー検査などの検査を行い、他の疾患がないと確認した後に、過活動膀胱と診断します。

生活指導等の行動療法、薬物治療があります。必要以上の水分を摂取している方もいらっしゃると思います。排尿日誌を数日つけていただき、水分量が多い方には、カフェインや水分の摂取量を控えていただきます。

高齢者の方の場合は、着脱しやすい服にしたりトイレ環境を整えたりするなど工夫も有効です。

膀胱訓練
トイレに行く間隔を徐々に長くして、膀胱の容量を増やす訓練法です。まずは排尿計画を立てて、5分などの短時間での排尿我慢から始め、徐々に排尿間隔を長くしていきます。

骨盤底筋訓練(体操)
腹筋に力を入れない、膣や肛門を締める訓練法です。
・スターフォーマー(磁気椅子)

子 ※自費診療

スターフォーマーに座っていたら、骨盤底筋を強化して頻尿や尿失禁を改善します。

薬物療法

膀胱の過剰な収縮を抑え、尿意切迫感を改善させる効果のある薬がありますので、一定期間、服用していただきます。

行動療法や内服治療を一定期間以上行っても改善しない場合には、膀胱内の壁に注射をする治療法もあります。(ボツリヌス毒素膀胱壁内治療という保険適応の治療法となります。)

頻尿や多尿の原因はさまざまですが、生活習慣を見直すなどして改善する場合もあります。病気が原因の場合もあり、しっかりと診断と治療が大切です。

女性の方の多くは、尿に関する相談はしにくいと思われるので、医師はもちろん看護師等のスタッフ全員が女性。患者様のご心配事やお困りごとを伺い、適切な対応をしています。

トイレを気にせず積極的な楽しい生活を送ることを目指して、お手伝いをさせていただきます。



アドバイス

清澄女性泌尿器科クリニック院長 平本有希子先生



えがおde防活

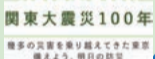
～備蓄する防災～
9月は防災月間

注意

<関東大震災から100年>

本年(9月1日)は、関東大震災から100年です。昨年5月に東京都が公表した「首都直下地震等による東京の被害想定」は、住民が初期消火を実施することで、火災による被害を大幅に軽減できると示されました。

皆さんも防火防災訓練ポータルサイトで消火器の使い方等を学習しましょう。



防火防災訓練ポータルサイト

知っていますか?

防火防災訓練ポータルサイトとは、消火器の使い方などを分かりやすくまとめたサイトです!! ぜひ、ご利用ください。



↑防火防災訓練ポータルサイト

10月8日(日) 13:00~15:00

深川ギャザリア: 江東区木場1-5-10

防災デリの
ご案内

起震車体験等
※天候等により中止、もしくは内容が変更になる場合があります。



深川消防署 地域防災担当 TEL (3642) 0119

ちよつど防災週間(2023年8月30日~9月5日)で、とある防災イベントで講師を務めました。その時に参加者の方との会話で、「無人島にひとつだけ持っていくことができたら、何を一つ持っていくか」という話をしました。

さて、皆さんは何を持って行きますか? 無人島とはどういうところか。そうです、ガスがない、水なし、電気なしの大災害発生時のインフラがない状態と同じですね。

二人の答えは「眼鏡」でした。二人とも裸眼の視力は0.1を切る状態で、眼鏡がなければ何も見えません。夜は視界もゼロ。目の前に美味しそうなリンゴの木があっても、小川にきれいな水が流れていても全く見えません。これでは生き延びられません。眼鏡があれば行動できる、が二人の結論でした。

皆さん今までにいろいろ備蓄品をしようという心の備えはありますか?

この原稿を書いている時は

皆さんはこれまでに備蓄を考えた、進めてみましたか? 備蓄をしようという心の備えはありますか?

皆さん今までにいろいろ備蓄品を購入していることでしょうか?

二人の答えは「眼鏡」でした。二人とも裸眼の視力は0.1を切る状態で、眼鏡がなければ何も見えません。夜は視界もゼロ。目の前に美味しそうなリンゴの木があっても、小川にきれいな水が流れていても全く見えません。これでは生き延びられません。眼鏡があれば行動できる、が二人の結論でした。

備蓄品の購入に関するお問い合わせは
みずぐち
☎090(2175)0911



アドバイス

防災備蓄
コンサルティング
水口健さん

女性医師による丁寧な診察を致します

豊富な経験を積んできた女性院長が皆様の悩みを解決致します。些細な事でもお気軽にご相談ください。

女性泌尿器科 婦人科 漢方内科

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|----|
| 9:30~13:00 | ● | ● | — | ● | ● | ● | — |
| 14:30~18:00 | ● | ● | — | ● | ● | — | — |

※休診: 水・土曜午後・日祝

当院では、女性の泌尿器科・婦人科を診療しております。おひとりで悩まず、どんな些細な事でもご相談ください。患者様1人1人に寄り添った治療を致します。

清澄女性泌尿器科クリニック
Kiyosumi female urology clinic
〒135-0021 東京都江東区白河1-6-2 清澄白河メディカルブリッジ2階
TEL.03-5620-0225 清澄白河駅B1出口より徒歩1分



お子様も大好き! おいしい栄養スープ

年間18万食販売の大ヒット!



おじいちゃんおばあちゃんもいっしょにねっ。

栄養機能5年保存食
ライフスープ

7食入1,620円(税込・送料別)
まずはお電話 0270-27-4367



えっ!
カップ1杯のスープに11種類のビタミン!!

葬儀社さんに
「ごじが聞きたい！」



終活

ご自宅へ安置する人手が必要になります。病院が提携している葬儀社を紹介してくれる場合もありますが、ご遺族様が自由に選ぶ

Q お迎えに来てくれますか？
最近では、病院や施設で亡くられる方も多くなり、お迎えに来てくれますか？ というお問い合わせが多くあります。病院等で亡くなった場合、故人を移送する車の手配や

Q 預かってもらえますか？
従来はご自宅へ戻ることが一般的でしたが、最近住宅事情により、ご自宅に戻らないケースが多くなっています。ごじという時に慌てないためにも、ご安置場所をどこにするか決めておかれることをお勧めします。

Q 預かってもらえますか？
ご安置場所については、ご自宅か、ご自宅以外、専門安置所・葬儀会館・寺院などです。

Q 葬儀社の選び方は？
現在、葬儀社の選択肢が非常に多く、どの葬儀社が故人と自分たち遺族にピッタリなのか分からず、困っている方もいらっしゃるのでは無いでしょうか。

Q 葬儀社の選び方は？
その後のご安置のことや葬儀の段取りのこともありますが、あらかじめ葬儀を依頼する葬儀社を決めておき、最初からお任せするとスムーズです。

費用もサービス内容にも納得した葬儀社を選ぶためには、事前に複数の葬儀社へご相談いただき、信頼できる1社を決めておきましょう。

ホームページで、低価格でご案内している会社もありますが、その会社は葬儀社ではなく、受注後のご家族の対応から葬儀の施行は、全て提携している地元葬儀社が行っている場合もあります。施行する葬儀社が安心できる会社であればいいのですが、ご遺族様は葬儀社を選ぶことはできません。また、葬儀内容によっては、提示価格より費用が掛かってしまう場合もあります。価格に惑わされないように、その点も確認しておきたいですね。

死亡届の書き方や提出方法、通夜や葬儀の祭壇で飾る写真のご相談も頂き、当社では、ご遺族様のお気持ちに添ったアドバイスをさせていただきます。

顔の见えない相手では、安心して気軽に相談できないういこともあることではないでしょうか。

当社は、江東の地で10年以上、地元の方々の信頼をいただき活動しています。分からないことは何でもご相談ください。真心のこもったお手伝いをさせていただきます。



アドバイス
全葬連葬儀事前相談員
セレモニーホール鈴木
鈴木 英明さん

带状疱疹って、
どんな病気？



健康

Q どんな症状？
高齢者用
带状疱疹ワクチンの接種

最近テレビ「コマーシャルをよく目にするようになったのが、高齢者向け、带状疱疹ワクチンのお知らせ。
ちよつと気になりませんか？
地域密着型医院として多くの方を診察している豊洲医院院長 稲田香里先生にお話を伺いました。

带状疱疹は、多くの人が子どものときに感染する、水ぼうそうのウイルスが原因で起こります。
水ぼうそうが治った後も、ウイルスは体内神経節に潜伏して、過労やストレスなどで免疫機能が低下すると、ウイルスが再び活性化して、带状疱疹を発生します。

通常、皮膚症状に先行して痛みが生じます。その後、体の左右どちらかの神経に沿って、痛みを伴った赤い発疹と水ぶくれが多数集まって帯状に生じます。症状の多くは上半身に現れ、顔面、特に目の周りにも現れることがあります。皮膚症状が現れると、ピリピリと刺すような痛みとなり、夜も眠れないほど激しい場合があります。

带状疱疹は皮膚の病気と思われがちですが、神経の病気でもあるのです。皮膚症状が治まった後も残る疼痛のつらさは、家族や周りの人から理解されにくく、皮膚症状が改善しても、患者の痛みは続いていることもあります。

治療は？
带状疱疹の治療には症状が軽い場合や中程度の場合には、内服薬(飲み薬)の抗ウイルス薬で治療します。

抗ウイルス薬は、水痘・带状疱疹ウイルスが活性化して活動を増えている段階でウイルスのDNA遺伝情報をもっているものの合成を妨げること、ウイルスが増えるのを抑える働きをします。带状疱疹の皮膚症状は、抗ウイルス薬の投与によって通常2週間くらいで軽減し、4週間ほどで消失すると言われています。ただ、皮膚症状が重い場合や高齢であるほど、痛みが続く可能性が高くなります。

また、带状疱疹に対して塗り薬が使われることもあります。

带状疱疹による痛みに対しては、痛み止めでの治療が行われます。



アドバイス
豊洲医院
院長
稲田 香里先生

江東区では、予防接種の带状疱疹ワクチン助成が始まっているので、まずは予防接種を早めに検討しましょう。
50歳以上で江東区に住民登録があり、今までに度も带状疱疹ワクチン(生ワクチン・不活化ワクチン)接種の助成を受けたことのない方は、対象になります。

①江東区実施医療機関備え付けの「予防票送付依頼書」に必要事項を記入して、郵送します。
②区で助成対象者であること確認し、後日予防票が郵送されます。
※接種期間は、令和5年4月28日から令和6年3月31日まで。
不活化ワクチン
10000円×2回
生ワクチン
4000円×1回
※差額は自己負担で、価格は施設により異なります。詳細はお問い合わせください。

带状疱疹による発疹は、ピリピリ、チクチクするような激しい痛みを伴い、入院治療を必要とされる方も多くいます。発症率は50代で急上昇し、ピークが60代から70代となつています。

毎日を元気に楽しく過ごすために、予防できる病気は予防しましょう。

带状疱疹ワクチン

带状疱疹ワクチン

带状疱疹ワクチン

带状疱疹ワクチン

豊洲医院
とよすいん
豊洲に開院して60年余
地域密着型の医院です

診療科 内科(一般内科、循環器、呼吸器)、皮膚科、アレルギー、予防接種、各種健康診断
診療時間
月・木/9:30~13:00 15:30~19:00
火・金/9:30~14:00 水/16:00~19:00
土/9:30~12:00
※診療時間に変更がある場合も
ございますのでご確認ください 休診日/日・祝
03(3531)3617
〒135-0061 東京都江東区豊洲4-7-1
(ピバホーム向かい、都営バス 豊洲四丁目バス停目の前)

江東区創業100有余年の信頼と実績
故人様との最後の時間を『大切に』葬儀社
セレモニーホール鈴木
安心の区民葬儀取扱指定店
ご安置室完備

毎日、葬儀事前相談を受け付けております
事前相談のお客様には、
『お葬式スムーズノート』
プレゼント!
エンディングノート
としてもご利用いただけます。

03-3644-8630
〒136-0073
東京都江東区北砂1-14-7
https://ceremonysuzuki.com/
セレモニーホール鈴木 検索

不動産の売却で 損をしないための 6つの対策

自宅などの不動産を「売る」ことは、一生のうち何度もあることではないと思いがちです。だから「後悔したくない！」ですよ。

砂町・大島と地域密着で売却に特化して展開している、すなまち不動産株式会社の石井 修さんに、損をしないためのアドバイスをいただきました。

①計画的に売却しましょう

必要に迫られて売却しようとして、相場の7割程度の価格でやむなく不動産会社に買取りを依頼する事例が見受けられます。

それは、売主様の現金化した期間が迫り、他に選択肢が無くなってしまったため。

計画しておけばその通りに進むのか、と言われることは限りませんが、値下げのタイミングや価格を想定しておくことで、漠然とした不安が消えて、予想外の展開でも対応できる可能性が高くなります。

②困り込みを防ぎましょう

不動産会社が報酬を多く受け取るために、依頼を受けた物件情報を市場に公開しない、または虚偽を述べて、他の不動産会社の内覧を妨害することを「困り込み」と言います。

で、不動産会社は売主様買主様両方から報酬を受け取れることになり、売主様にとっては、本来売っていたであろうタイミングを、逃す可能性があります。

困り込みをしていないか直接確認してみたり、レインズ(不動産会社間の物件情報共有システム)に登録されているか確認してみよう。

③一括査定サイトに注意

不動産会社に同時に査定依頼できるサービスがあります。不動産会社は、事前に一括査定システムに登録する必要がありますが、ここで、契約に結び付けるために高い査定額を表示するケースも。査定をしてもらう際は高額な落とし穴にはまらないよう注意しましょう。

④広告チラシの本当と嘘

『○○マンション限定で探しのお客様がいます』こんな広告を見たことはありませんか。これはほとんどの場合、半分は本当で半分は嘘。甘い言葉の誘惑に惑わされないよう。

⑤会社ではなく、担当者を選びましょう

多くの不動産会社では、申込から引き渡しまで担当制を設けています。大手の不動産会社であっても、担当者により結果や満足度は変わってきます。

⑥相場観を養いましょう

ご自身の不動産がどのくらいの価格で取引されているのか知っておきましょう。

相場を知らないとい不動産会社に頼りきりになり、一切を任せます。よくなるに安いです、安い価格で買い取られる心配もあります。

弊社では、「知識がないばかりに損をしてしまった」というお客様が出ないよう、絶対知っておくべき6つの「絶対知っておくべき6つの防衛策」という資料を作成し、お渡ししています。

弊社のモットーは「売る人も買う人もハッピーに」。詳細を知りたい、読んでみたい、という方はお気軽にお問い合わせください。



アドバイス
すなまち不動産株式会社
宅地建物取引士
石井 修さん

注意
不動産会社へ査定依頼する前に
絶対知っておくべき
6つの防衛策
知らないで不動産売却で損をする!!

秘

希望の方は、
☎(03-6810)5235まで
ご連絡ください。

キッチン・お風呂場・トイレの換気扇クリーニング

1年中、ほとんど毎日使用しているキッチンやお風呂場の換気扇。高いところにあるし、ついのお掃除も手を抜きがち...

江東区・墨田区等を中心にエアコンやキッチンの換気扇クリーニングを行っているキー・コーポレーション 代表木所満広さんにお話を伺いました。

キッチンの換気扇 半年に1回は掃除を

レンジフード(換気扇)のファンは油やほこりが付きやすく、汚れていると油を含んだ蒸気を効率よく換気できずモーターに負担をかけてしまうため、故障の原因や電気代を高くしてしまうことになります。

また、レンジフードの中のドラムも油がたまりやすく、においの原因やファンが回らなくなる恐れがあります。

揚げ物をした後魚を焼く頻度が多かったりすると、汚れの度合いが高くなるため、こまめな掃除が必要です。とはいえ、料理をするたびに、掃除はできません。頑固な汚れになる前に、少なくとも、半年に1回は掃除するよこに心がけましょう。

家庭でできる掃除
フィルターとファンを取り外し、洗剤等につけおきし、ブラシでお掃除しましょう。

等ですべて汚れを落とします。次に水洗いをして、水分がなくなるまで乾燥させてから取りつけます。

※金属製のフィルターは油煙を吸い込むため、油が付着しベトベトになりがち。油汚れは落とすのに手間がかかるので、掃除が大変です。市販されているレンジフードフィルターをつけると、金属製フィルターの汚れが軽減されて、手入れがぐっと楽になります。

レンジフードのサイズに合わせてカットするタイプやかぶせるもの、金属フィルターを外して専用のフィルター枠ごと取り付けるもの等市販されています。

1 お客さまのお宅で換気扇のフィルター、ファン部を取り外します。

2 事業所にて、フィルター、ファンを特殊な液に2時間以上漬け、その後、高圧洗浄します。

3 再度お客さまのお宅にお届けし、レンジまわりのお掃除をおこない、フィルター、ファンを取り付けます。

長年溜まった汚れをまずは徹底的に落としましょう。一度きれいにしておけば、後はご自宅での簡単な手入れで済みます。故障や電気代の高騰につながる汚れ。ほおっておかず、まずはお気軽にご相談ください。

また、冬場もエアコンを使用されるご家庭では、エアコン内部の送風口やフィン、カビや雑菌が繁殖しやすい部分です。掃除をせずに放置していると健康を脅かす可能性があります。エアコンクリーニングをお勧めします。



トイレ・お風呂場の換気扇
トイレやお風呂の換気扇は、高い場所にあるので、掃除が大変ですが、こちらもできれば半年に1回はフィルターとファンを取り出して、キッチンの換気扇と同様につけおき、ブラシでお掃除しましょう。

アドバイス
キー・コーポレーション
代表
木所 満広さん

キッチン換気扇のお掃除はお早めに!

油や汚れをほおっておくと故障の原因にもなり、電気代も高くなります。

特価サービス価格
キッチン換気扇+ドラムセットで **¥9,500** (税込)

地域密着型で20年以上の実績!
江東・墨田・江戸川中心に

キー・コーポレーション
東京都墨田区本所3丁目3番地10号
年中無休 午前9時~午後9時
Tel:03-3623-2836
http://www.aircon-cleaning.jp/

3名限定!!
注意
不動産会社へ査定依頼する前に
絶対知っておくべき
6つの防衛策
知らないで不動産売却で損をする!!

秘

不動産売却の対策資料のご案内
砂町・大島エリアの不動産売却専門店
すなまち不動産株式会社
「売る人も買う人もハッピーに」

- ・不動産売却で後悔したくない
- ・不動産会社にだまされたくない
- ・営業されずに不動産知識をつけたい

上記に該当する方は是非資料をお求めください!

TEL:03-6810-5235

砂町・大島エリアの不動産売却専門店
すなまち不動産株式会社

〒136-0074 東京都江東区東砂4-15-13 岩崎ビル1階
営業時間: 10:00~18:00 定休日: 火・水・GW・夏季・年末年始

人生100年時代~かっこい高齢者施設の選び方

今すぐでなくともいずれば、お世話になりた「い」なるかも「い」ない老人ホーム。



まずは予備知識として、老人ホームの選び方について知っておきましょう。介護施設相談員・社会福祉士 高齢者住宅アドバイザー 小川敦さんに伺いました。

小川敦さんは、10月21日に行われる「すまいる終活相談セミナー」かっこい高齢者施設の選び方」の講師をされます。

公的施設と民間施設があります

老人ホーム・介護施設には、特別養護老人ホーム、介護老人保健施設等の公的施設と、介護付き有料老人ホームや住宅型有料老人ホーム、グループホーム、サービス付き高齢者向け住宅等の民間施設があります。それぞれ、入居できる方の条件が違ったり、費用が異なります。

公的施設は、入居時金がない場合が多く、比較的安価に利用できますが、入居や退去条件が厳しく、一部の施設では入居待ちになる場合もあります。



一方で、民間施設は、場合によって費用が高額になることもあり、施設ごとに多彩なサービスや特色を持っています。**「どこまで探そう?」** 施設の種類の分かったら、気になる施設の情報収集をしましょう。今は、ポータルサイトに『老人ホーム』介護施設』と入力して検索すれば、紹介サイトや相談会社等の情報が数多く表示されます。その中から所在地や費用で絞り込んでみましょう。また、当社のような相談会社にご相談いただいたり、ケアマネジャー、地域包括支援センターなどに相談しながら情報を集めるのもいいでしょう。**「良い施設を見つけるための3つのポイント」** 情報から得た印象と実際の施設の様子が異なることもあるので、必ず施設を見学しましょう。見学する際に注意していただきたいポイントが3つあります。

その1 入居者が機嫌よく過ごしているか。スタッフの気持ちよく働いているか。入居者もスタッフも、全体として機嫌よく過ごしているか。その施設は居心地のいい、よい施設だと思えます。食事タイムやレクリエーションを行う時間帯に見学すれば、施設の雰囲気が見て取れると思います。

その2 安全確保

アドバイス

社会福祉士・高齢者住宅アドバイザー 小川 敦さん



※満席となっている場合もございますので、必ずご確認ください。

この発信広場へ掲載希望の場合

プラチナ世代にとって有益な情報は無料で掲載可能です。掲載記事を参考に①タイトル・コメント ②日時 ③場所 ④費用 ⑤連絡先 ⑥担当者など必要事項を簡潔に書いて、えがお編集部 発信広場係り

T135・0024 東京都江東区清澄2-8-5「までお気軽にお寄せください。FAXの場合は(3643)0133までお送りください。※スペースの関係等で掲載の確約はできません。

「遺言・相続すまいる相談会」無料

遺言・相続・終活・成年後見についての無料相談会を開催します。日頃の不安や悩みをこの機会に相談してみませんか? 行政書士・相続診断士が親切丁寧に答えられます。是非お越し下さい! 9月16日(土) 江東区文化センター第4研修室 13時30分~16時30分 ※要予約 問い合わせ「土業による無料相談の会」上野 080(5983)6076

「人生100年時代~かっこい高齢者施設の選び方」無料

高齢者施設のかっこい住まい方・使い方など、施設入居に関するアドバイスを頂きます。終活セミナーでは専門家を講師に迎え、皆様の疑問にお答えします! セミナー終了後は行政書士による遺言相続の個別相談会も開催しますので、是非お越し下さい。講師 社会福祉士・高齢者住宅アドバイザー 小川敦氏 10月21日(土) 亀戸文化センター第1研修室 10時~11時 定員30名 行政書士による遺言相続相談会11時

ご注意 **特殊詐欺被害を防ぐために!**

銀行員や区役所職員はあなたをATMに行かせません

電話に出ないで! 自動通話録音装置をつけましょう ※警察官が自宅につけて来てくれます(無料) 申請のための電話は、役所からは来ない!

おかしいと思ったらすぐに電話を切ろう!

ATMでは電話をしないで! 警察や銀行員が電話でATMの操作方法を教えることはありません

警視庁深川警察署 防犯係 03-3641-0110 内線2612

江東区限定版プラチナ世代交流フリーペーパー えがお 秋(10月・11月)号(第41号) 2023年9月15日発行(隔月15日発行) 発行 一般社団法人地域コミュニティ振興協会 〒135-0024 東京都江東区清澄2-8-5 株式会社メモリアルスタイル 〒135-0047 東京都江東区富岡1-24-4 2F 発行人 肘井哲也 https://kotoegao.com/ Info@hitomachic.com TEL:03-3643-1526 FAX:03-3643-0133

30分 ※要予約(6組30分単位) 問い合わせ「土業による無料相談の会」上野 080(5983)6076

初心者のお坐禅教室 一般の人たちのための坐禅(大坐禅を広めることを目的としています) 宗派に属することなく、職場や、家庭を持ちながら、どなたでも無理なく学べる坐禅です。自分を見つめ、悩みや不安を乗り越え、真実の幸福が得られる坐禅を実践していきます。

①坐禅のしかたの説明 実修 ②禅についての質疑応答。椅子坐禅もできます。ズボン着用 講師 村瀬大翼 11月12日(日)13時30分~16時30分 門前仲町福祉会館2階(江東区福住1-3の8) 無料 問い合わせ 大道字舎 05808020267



「人生100年時代~かっこい高齢者施設の選び方」

老後は長くなっていく~入居後の生活を豊かに!

10月21日(土) 10:00~11:00 亀戸文化センター5階第1研修室 定員:30名 ※要予約・先着順 講師:小川敦氏 カロル医療企画(株)代表取締役 社会福祉士・高齢者住宅アドバイザー 医療・介護業界歴20年。病院・クリニックや介護老人保健施設での相談業務、介護施設運営会社の本部業務に永年従事し、その後、この社会が誰にとっても暮らしやすいものになることを目指して会社設立。

個別相談会 11時30分~ (6組30分単位:要予約)

お問い合わせ セミナー参加者に遺言書作成サポートクーポンを差し上げます。 「土業による無料相談の会」上野 電話 080-5983-6076 https://smile-sodan.com/

認定補聴器技能者がいつもいるお店

いつでも、いつまでも、まごころケアを

まごころ補聴器

しっかりとした技術であなたの「聞こえる暮らし」をサポートします。

お試しレンタル 測定・ご説明・ご相談込み 2週間 2,000円(税込)

(予約制)お電話・FAX・おはがきで。 0120-3317-32 FAX 03-5627-3317 東京都江東区亀戸2-45-4 営業時間9:30~17:30 定休日 木曜日、日曜日、祝日 https://www.kikoeru.jp/