

六本松を中心とした
地域情報誌
毎月末日ぐらいに発行
＜編集・発行＞
(株)ジャパン・スマイルか
TEL:761-8800
FAX:752-2620

いるか



伯母から受け継いだ優しいうどん!

今月ご紹介するのは、裁判所そばの六本松4丁目うどん屋「恵味うどん(えみうどん)」2019年4月オープン。店主一ノ宮聡さん46歳。福岡市中央区薬院のご出身。

私の出身は薬院3丁目。そちらで伯母が喫茶店を営業していて、昭和44年から喫茶店の店舗のままうどん屋をしていました。10年前に伯母が亡くなり、私は2代目です。薬院の店は立退きとなり、この六本松へ移転してきました。高校卒業後、20歳まで四国でうどん修行をしました。うどん麺は自家製です。①湯がきたてのうどん、②手打ちのうどん、③人にやさしくおもてなしをする。これが私のこだわりです。



店主の一ノ宮さん

◎店名の由来を教えてください

喫茶店から始めた伯母の名前が「恵美」でした。伯母を忘れぬよう、また伯母のいない今も「伯母の味」を味わって頂けたらとの気持ちを込めています。

◎六本松にお店をオープンしたのは・・・

20歳の頃からロカビリーバンド活動をしていました。その音楽仲間がこの店舗を紹介してくれました。

◎店内にたくさん飾ってある楽器は・・・

音楽が好きで店内はこだわりの楽器を飾って、洋楽を流しています。薬院にいた頃も今もうどん店ですが、音楽に触れてたくて、店でライブも行いました。人生の節目では音楽で出会った人たちに助けってもらってきました。うどんも音楽も、長く楽しく続けたいと考えています。

テイクアウトも用意しています!

是非ご来店下さい!

【料金】 ※いずれも税込金額
テイクアウトもできます

- ☆かけうどん 500円 ☆わかめうどん 600円
- ☆たぬきうどん 600円 ☆ごぼう天うどん 650円
- ☆とりおろしうどん 850円
- ☆からあげ定食 900円
- ☆玉子丼 500円 ☆たぬき丼 500円 他

【恵味うどん(えみうどん)】

場所:福岡市中央区六本松4丁目3-2

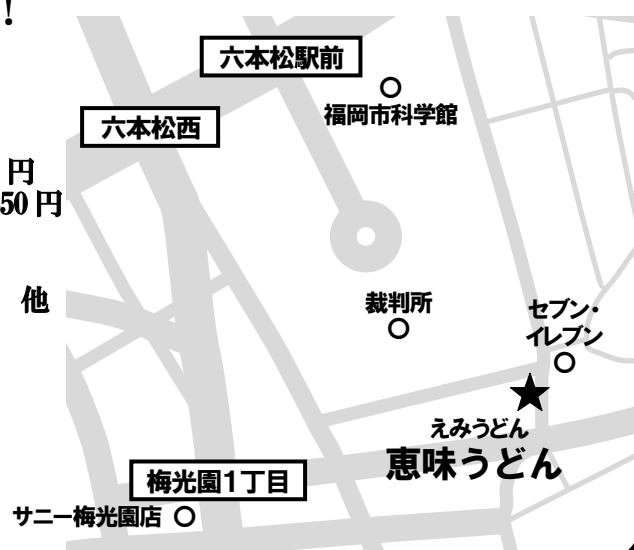
インエイト102号室

営業時間:11:00~15:00

※緊急事態宣言期間中

定休日:毎週月曜日

TEL:092-753-8018



自宅で楽しめる♪六本松テイクアウト情報 10

いずれも税込金額です

炭焼きダイニング

Bouquet(ブーケ)

☆赤崎牛ステーキ丼 1,000円

☆牛タンシチュー(ハケット付) 1,200円

営業時間 12:00~15:00
16:00~19:00(テイクアウトのみ)

定休日 毎週月曜日・第2日曜日

連絡先 092-761-0033



Xin Chao(シンチャオ)六本松店

☆ワンコイン弁当 500円

からあげ弁当 他

☆生春巻き(1本) 300円

☆鶏7ォー 800円 など

営業時間 11:00~14:00、18:00~20:00

定休日 毎週木曜日

連絡先 080-3229-2479

焼とり家族

☆地鶏もも焼 1,000円 のみ

営業時間 17:00~20:00

定休日 毎週日曜日

連絡先 092-713-7130



とりあん 六本松店

☆からあげ弁当 500円

☆南蛮弁当 500円

☆油淋鶏弁当 500円

☆からあげセット 1,000円 など

営業時間 11:30~20:00

定休日 不定休

連絡先 092-726-6505

おれんじきつと

☆とり唐揚げ甘辛ソース 540円

☆たご唐揚げ 540円

☆里芋ココロ揚げ 540円

☆スモークチキンと野菜サラダ 648円 など

営業時間 16:00~20:00

定休日 不定休

連絡先 092-406-7447

#テイクアウト六本松 #がんばろう六本松

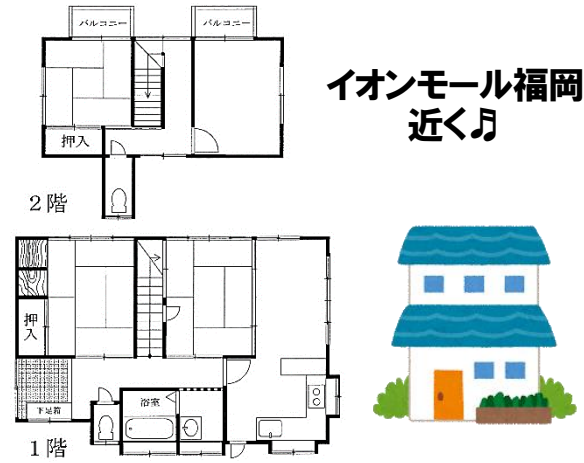
六本松商店連合会のホームページでもテイクアウト実施店を紹介しています!

事前に電話で注文してご利用ください!



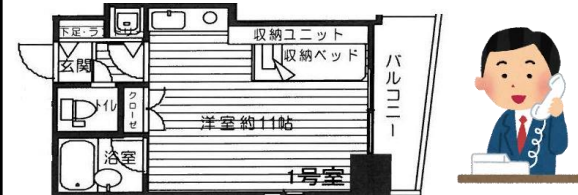
売家 志免町南里一丁目

- ◆所在地・・・志免町南里1丁目
- ◆間取り・・・4LDK(89.42㎡)
- ◆価格・・・1,650万円
- ◆交通・・・西鉄バス新屋敷駅徒歩4分



貸事務所 ジャパン・パル 7階

- ◆所在地・・・中央区六本松4丁目
- ◆面積・・・24.45㎡(約7.40坪)
- ◆賃料・・・税込60,500円
- ◆共益費・・・税込3,300円
- ◆交通・・・地下鉄六本松駅徒歩2分

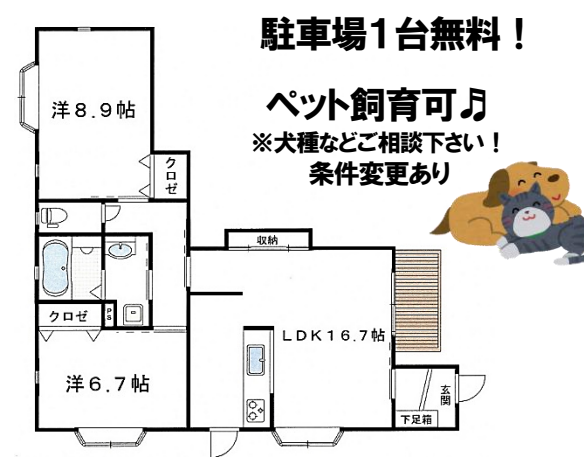


敷地内立体駐車場確保できます！
※月額税込 16,500円、車両サイズ制限あり

J:com インターネット Wi-fi 120M 無料☆

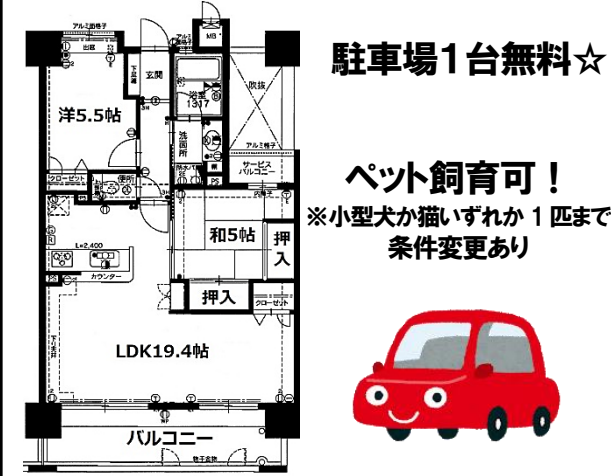
テラスハウス 輝国2丁目住宅 1階

- ◆所在地・・・中央区輝国2丁目
- ◆間取り・・・2LDK(74㎡)
- ◆賃料・・・115,000円
- ◆交通・・・地下鉄六本松駅徒歩10分



分譲賃貸マンション アフローズ諸岡 8階

- ◆所在地・・・博多区諸岡3丁目
- ◆間取り・・・2LDK(66.46㎡)
- ◆賃料・・・100,000円
- ◆交通・・・西鉄バス諸岡駅徒歩1分



上記物件のお問い合わせは 広告有効期限 R3/2月末 媒介

(公社)福岡県宅地建物取引業協会 福岡県知事免許(10)第8407号
地域密着型不動産業ジャパンでスマイル！

株式会社 ジャパン・スマイルか

福岡市中央区六本松4丁目9-4 TEL (092) 761-8800

Eメール iruka-japan@par.odn.ne.jp ホームページ http://www.iruka-japan.com



☆ ★ 2月の催し ☆ ★

日時	催事内容	料金	お問い合わせ	TEL
2/23 (火・祝) まで	鉄腕アトム ロボットと暮らす未来展 現実よりさらにロボット技術が発達した「鉄腕アトム」の世界を通して、更なる未来を考える展覧会です 時間：9:30~17:30 ※最終入場 17:00	大人 800円 高校生以下 400円 ※税込	福岡市科学館 ※マスク着用でお出かけ下さい ※状況により中止や変更になる可能性があります。開催状況は福岡市科学館のホームページをご確認ください。 [福岡市科学館ホームページ] https://www.fukuokacity-kagakukan.jp/	731-2525
2/6 (土)	あいくる花育活動 グリーンタッチ 屋上でお花や植物、土に触れよう！ 時間：13:30~15:30	無料	福岡市立中央児童会館 あいくる ※マスク着用でお出かけ下さい ※状況により中止や変更になる可能性があります。開催状況はあいくるのホームページをご確認ください。 [中央児童会館あいくるホームページ] http://www.jidoukaikan-aikuru.or.jp/	741-3551
2/11 (木・祝)	みんなであそぼう <モルック> 時間：①13:30~13:55 ②14:05~14:30 対象：小中高生 申込：不要(当日12時より整理券配布) 定員：各回20名			

健康コラム 63

こんな時こそ室内運動

運動は糖尿病・高血圧・脂質異常症・骨粗鬆症・認知症・ガンなど、
いろいろな疾患の予防や治療に有効です。でも、できなくなる状況(=口
実とも言う)もいろいろあるもの。天気が悪い。寒い。忙しい。帰宅が
遅い。コロナが怖い・・・など。そんな時には室内運動がオススメです。
最近では運動しながら攻略するゲーム機もあるそうですが、今日はお金
がかからずできる運動を紹介します。



- ① ゆっくりスクワット。10回×3セット。
- ② カカト落とし10回×3セット。 どちらも血糖値低下作用があります。
- ③ ウォーキング代わりに、椅子に座って(背中を背もたれにつけずに)その場で足踏み運動。
大きく腕を振りながら5分間。
その後、体をねじりながら、左肘と右膝、右肘と左膝をくっつけながらの足踏みを5分間。

呼吸を止めず、声に出して数を数えるのがコツです。通常のウォーキングと比べて息が上がるのが実感できます。慣れてきたら5分、10分と時間を延ばしていきましょう。先日の当院での運動教室でこの運動をやってみたら、参加者さんより私が一番息切れしてました(笑)。

【今月のサルコペニア対策運動教室】

専門リハビリトレーナーさんを招いて運動教室を行っています。
日程・・・①2月10日(水)15時~16時
②2月20日(土)15時~16時
各日程10人程度。予約制。一人一回1000円(税込)。
お問い合わせは080-6446-5932 まで。

糖尿病ケアクリニック六本松
院長 大久保 賢
(日本糖尿病学会認定専門医)
TEL:092-733-8761



賃貸物件・売物件募集 中 !!