

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



フルーツたっぷり体に優しいカナディアンマフィン!

今月ご紹介するのは、谷公園の近くにあるカナディアンマフィン専門店「One Dot Muffin. (ワンドット マフィン)」。令和2年3月8日オープン。店主は小宮亜希子さん、北九州市門司区ご出身。



店内

大学時代、海外の留学先で毎日のように食べていたものの一つがマフィンでした。東京の会社に就職後、近所のマフィン屋さんへ通ううちに、心の奥底に眠っていた「マフィン愛」がよみがえり、「これを仕事にしたい!」とオーナーに弟子入りしました。カナディアンマフィンはフルーツやナッツをふんだんに使い、きび砂糖やはちみつなど自然の甘味を活かしているのが特徴。しっとりふわふわの生地で、おやつにも朝食にも召し上がっていただけます。

◎店名の由来を教えてください

ドット(・[黒点])は、小さくともあるだけで絵面を変えるもの。何気ない日常をほんの少し豊かに楽しくしてくれる、そんなマフィンを提供したいとの想いを込めました。

◎この場所にお店を出されたのは・・・

緑が多く、温かくて自由な六本松の街の雰囲気が気に入り、自宅からも遠くないこの場所にお店を出そうと決めました。

◎どのようなマフィンを出しているんですか・・・

メニューは、ブルーベリー、洋梨キャラメル、チョコレートなど全15種類あり、日替りで5~7種類を提供しています。保存料不使用なので、早めにお召し上がりいただくようお願いしています。

週に3日(火・金・土)の
営業です。

ご来店をお待ちしています。

【料金】 いずれも税込

- ・りんご 280円 ・ブルーベリー 340円
- ・トリプルチョコレート 310円
- ・洋梨キャラメル 340円
- ・いちごクリームチーズ(季節限定) 340円 など

【One Dot Muffin. (ワン ドット マフィン)】

場所: 福岡市中央区六本松4丁目6-35
オークヒルズ六本松1階

営業時間: 11:00~15:00 ※売切れ次第、閉店

営業日: 毎週火・金・土曜日

公式HP: <https://onedotmuffin.com/>



自宅で楽しめる♪六本松テイクアウト情報 12

いずれも税込金額です

一鉢

- ☆餃子(6個入) 390円
- <13:00~>
- ☆チャーハンのみ 700円
- ☆チャーハン弁当(餃子4個入) 700円

営業時間 11:30~15:00

18:00~22:30

定休日 火曜日

連絡先 092-725-8210

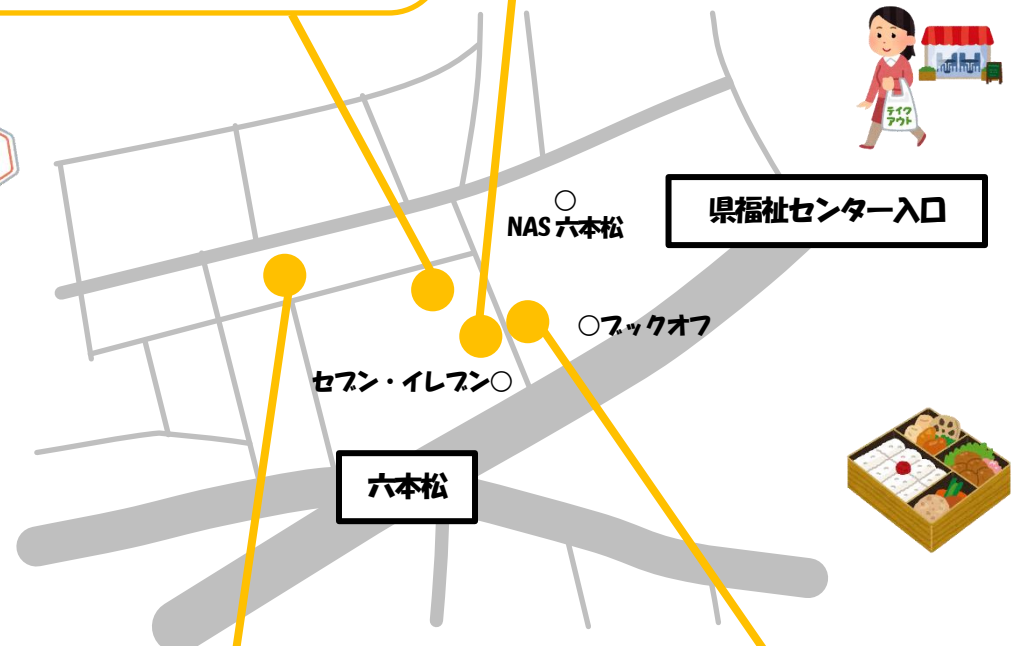
ロクマル

- ☆おでん
- ・卵 110円
- ・こんにゃく 130円
- ・大根 160円
- ・厚揚げ 180円 ほか

営業時間 18:00~23:00

定休日 毎週日曜日

連絡先 090-7447-0213



イムキッチン

- ☆ガパオヌードル 750円
- ☆グリーンカレー(鶏) 800円
- ☆鶏の甘酢ソース炒め 800円
- ☆ガパオライス 800円
- ☆ガパオオムライス 850円 など

営業時間 11:30~14:30、18:00~21:00

定休日 毎週日曜日、祝日

(月曜はランチのみ)

連絡先 080-4271-1600

健康弁当さわん

- ☆日替り弁当 600円
- ☆彩り弁当 800円 など
- ☆オードフル 1人前5,000円~

オードフル・特別弁当は2日前までに要予約

営業時間 11:30~

定休日 毎週土・日曜日、祝日

連絡先 092-732-5988



#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!

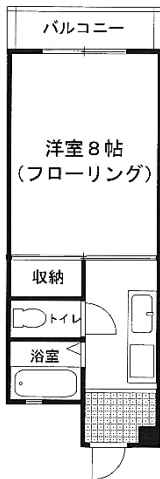
事前に電話で注文してご利用ください!



賃貸マンション

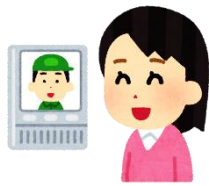
佐藤コーポ 4階

- ◆所在地.....中央区鳥飼1丁目
- ◆間取り.....1K(22.79㎡)
- ◆賃料.....30,000円
- ◆水町費.....2,500円
- ◆交通.....地下鉄西新駅徒歩9分



TV モニタフォンつき♪

セブンイレブンが隣接して便利☆



分譲賃貸マンション

朝日フラザ大濠II 1階

- ◆所在地.....中央区草香江1丁目
- ◆間取り.....1LDK(40.57㎡)
- ◆賃料.....65,000円
- ◆交通.....地下鉄六本松駅徒歩3分



TV モニタフォン・シャンプードレッサー
新設予定♪

徒歩5分圏内に
スーパーなどがあって便利☆

賃貸住宅

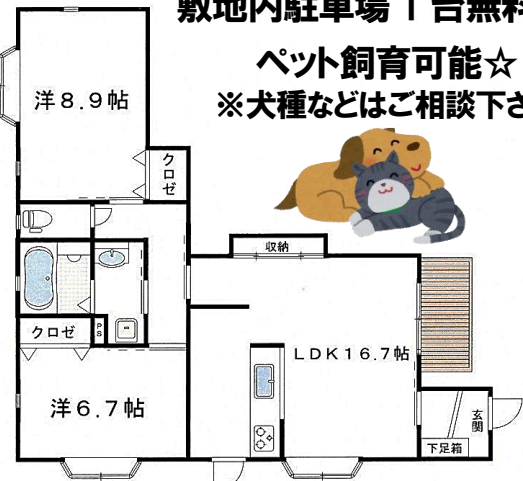
輝国2丁目住宅 1階

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

敷地内駐車場1台無料!

ペット飼育可能☆

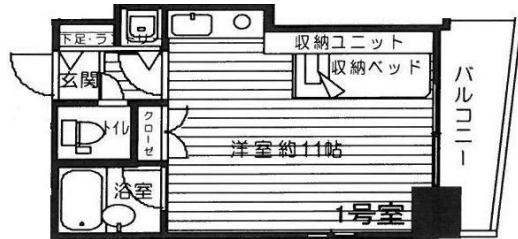
※犬種などはご相談下さい



貸事務所

ジャパン・パル 7階

- ◆所在地.....中央区六本松4丁目
- ◆間取り.....1R(24.45㎡)
- ◆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



J:COM インターネット・Wi-Fi
120M 無料♪

油山観光道路沿い☆



上記物件のお問い合わせは 広告有効期限 R3/4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



☆ ★ 4月の催し ☆ ★

日時	催事内容	料金	お問い合わせ	TEL
4/25 (日)	ピアノマン・タリル コンサート ファミリーで月ご夫婦で月ハートフルなひとときを。 時間: ①11時~②14時~③16時~ 開場は20分前、公演時間45分 場所: 福岡市科学館 6階サイエンスホール	小学生以上 1,000円 未就学児 500円 3歳以下 無料 ※当日券は +300円	福岡まんなか 子ども劇場 ※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。 [福岡まんなか子ども劇場ホームページ] http://www.7b.biglobe.ne.jp/~mannaka/	715-5040
4/3 (土)	グリーンタッチ 屋上でお花や植物、土にふれよう! 時間: 13:30~15:30 対象: 幼児とその保護者、小中高生	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のホームページ] http://www.jidoukaikan-aikuru.or.jp/	741-3551
4/10 (土)	みんなであそぼう 〈モルック〉 時間: ①13:30~ ②14:40~ 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 先着20名			

健康コラム 65

肥満じゃなくても...

最近、当院を受診する「細身の女性」が増えています。糖尿病を気にして来院されるのですが、一見糖尿病とは無縁そうな体型の方の中に(20代の若い人でも)、本当に糖尿病だったり、予備群だったりする人が隠れていて驚かされます。

糖尿病は体内インスリンの“量”が不足したり“働き”が悪くなったりして発症すると考えられていますが、この“働き”を悪くする原因の代表が肥満だと言われています。しかし、先日ある研究で、細身の女性の「筋肉不足」がインスリンの“働き”を悪化させ糖尿病を引き起こす可能性について発表されていました。時々経験する細身女性の糖尿病はそういう事なのかも、と妙に納得しました。こういう方は、食事制限よりむしろ栄養を摂って筋肉をつけるべきだという内容で、やはり大事なのは体脂肪と筋肉のバランスなんだと改めて痛感しました。

【クリニックの移転開業日は4月22日(木)に決定!】引き続き、工事進捗をご覧いただけます。

移転先: 福岡市中央区草香江2-1-1-2F ※六本松西交差点そば

〈内装状況確認サイト: https://vix-jp.com/blog/archives/809〉

QRコードを読み込むとサイトを確認できます→

〈パスワード: 8145〉

【今月のサルコペニア対策運動教室】☆4月のテーマ「膝痛」☆

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...①4月7日(水)15時~16時

②4月25日(日)15時~16時

各日程10人程度。予約制。一人一回1,000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 !!