

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



あけましておめでとうございます
今年も宜しくお願いいたします



健康な体を保つには、「正しく食べること！」

～今月のご紹介～

城南線沿い「南薬院」バス停そば
2021年6月からオープンした、総菜とお弁当のお店

「お菜のきもち」

お店の外観



～お母さんが作る、家族のための手作りおかずです～

栄養士でもある店主の鍋山道子さんは福岡市東区のご出身。

感染症「コロナ」で生活が一変するまではオフィス向けのお弁当を作り販売していましたが、企業が働き方をリモート勤務へと変えたのでオフィスへのお弁当が不要となってしまいました。そこで、お惣菜作りとお弁当作りを続ける目的でこの場所にお店をオープンしました。昔から一日に30品目の食品を摂ると良いといわれています。私たちの作るお弁当では25品目は摂取できるようにしています。肉・魚・季節の野菜などバランスを考え、毎日飽きないように工夫したお弁当です。安心して食べて頂けるよう国内産の材料を使っています。お惣菜は種類も量もいろいろ準備してお待ちしています。

◎店名の由来を教えてください

↓「おさいのきもち」は野菜の気持ちになって、こんな料理に仕上げしてほしいな、こんな風に届けてほしいな、など野菜の気持ちを言葉にしたものです。

◎たくさんのおかずが並んでいますね

↓季節ごとに旬の野菜がたくさんあります。おいしい旬の物をみなさんに味わって頂きたい。高価なものでも手を変え品を変えて十分に味わって頂きたいと思っています。バランスの取れた食事で心と体の健康維持をして欲しいのです。

料金(平日は糖尿病ケアクリニック六本松でもお弁当を販売中!)

- ・塩こうじチキンカツ 1個 ¥140
- ・ひき肉とコーンのコロケ 1個 ¥120
- ・鶏もも肉から揚げ 1個 ¥130
- ・鶏むね肉から揚げ 1個 ¥70
- ・塩こうじアジフライ 1個 ¥130
- ・揚げ出し豆腐(S) ¥130 (L) ¥250
- ・豚肉と茄子の味噌炒め ¥420
- ・はんぺんの春巻き 1個 ¥160
- ・お弁当(日替わり) ¥550

場 所 福岡市中央区警固3丁目3-9

営業時間 11:00 ~ 19:00

定休日 日曜日・祝日

T E L 092-600-9406

インスタ
QR



☆ ★ 1月の催し ★ ☆

日時	催 事 内 容	料 金	お問い合わせ	T E L
1/21 (日)	科学おもちゃであそぼう 科学おもちゃで遊びながら、科学のしくみがわかるかも!? 体験時間: 14:00 ~ 16:00 (所要時間 20分程度) 対象: どなたでも 定員: 一度に3組(1組5名まで) 体験できます。席が空き次第、順次ご案内いたします。 ※事前申し込み不要。先着順。 場所: 福岡市科学館 5階工作室 2	無 料	福岡市科学館 [福岡市科学館ホームページ] https://www.fukuokacity-kagakukan.jp	 731-2525
1/4 (木)	お正月あそび 羽根つき、だるま落とし、福笑い、かるたなど、いろいろなお正月あそびをやってみよう 申し込み不要 受付時間: 13:00~15:00 対象: 小中高生・幼児と保護者	無 料	福岡市立中央児童会館 あいくる [中央児童会館あいくるホームページ] https://www.jidoukaikan-aikuru.or.jp/	 741-3551

中央区 特選イベント情報♪

【草ヶ江校区世代間交流】

《開催日時・場所》

2024年1月20日(土曜日)

10:00~ 開会式(講堂にて)

14:00~ 片付け

草ヶ江公民館
六本松2号公園

《交流の場》

- ① 外遊び(コマ回し・竹馬・羽根つき・けん玉)
 - ② 綿菓子 ③かるた ④フラ板工作 ⑤ダーツ遊び
- ※雨天の場合、外遊びなし

《主催》

草ヶ江校区社会福祉協議会

《目的》

子ども・親・祖父母世代・ボランティア・地域住民がダーツや音遊び、造形教室などを体験して交流を深めましょう

《詳細》

・スタンプラリーをしながらたくさん遊ぼう
・パンとジュースをプレゼント(先着200名)

《広報》

自治協ニュース・小学校世帯へチラシ配布

《参加対象》

どなたでも参加可能



売買物件・賃貸物件・管理物件募集中!

六本松に開業して41年!

六本松に限らず売りたい・貸したい時は是非ご相談ください!

相談・査定はもちろん無料です!

【売買】

☆使用していない物件を売却したい!

☆相続した物件を売却したい!

☆居住中の戸建てを売却してマンションを購入したい!



【賃貸】

☆使用していない物件を貸したい!

☆土地を駐車場として貸したい!



【管理】

☆自己管理している物件を管理して欲しい!

☆空き家や空き地の管理をして欲しい!



上記物件のお問い合わせは 広告有効期限 令和6年1月末 媒介

株式会社 ジャパン・スマイルか

(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

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

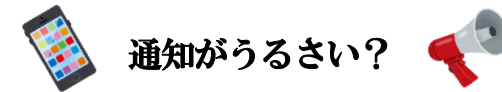


★★各物件のコードを読み取ると、“ふれんず(福岡県宅建協会HP)”に掲載中の情報をご確認頂けます★★

六本松 いきいきコラム

スマホ・パソコン

コラム No.3



通知がうるさい?

スマホ(携帯電話)から毎日のように不必要な通知がきたりしていませんか?迷惑メールや、使っていないアプリやクーポンのお知らせ、LINEを使っている企業のお知らせなど、用もないのに通知が来すぎて困っている生徒さんも多いです。

そこで今回は、不要なアプリからの通知をオフにする方法をひとつ紹介します!

設定⇒「通知」をタップ⇒不要な通知がくるアプリを選択⇒「通知を許可」をオフにする(完了)

※LINEなど普段から使うアプリはオフにすると不便なので、不要なアプリだけオフに!

こちらの方法はiphone(アイフォン)というスマホでの設定方法です。スマホの種類ごとに設定の仕方は違うので、もしうまくできなければ私のところにお気軽にご相談を!次回もお楽しみに!

【教室からのご案内】

本校ではスマホやパソコンの授業やお困りごと対応もやっています。「やり方がわからないことがあるのに、気軽に聞ける人がいない」そんな時は私どもにお任せを!まずはお気軽にご相談ください。

スキ!発見!!パソコンひろば 六本松教室

教室長 大塚 勝

ご相談はこちらから⇒TEL:092-737-1803

健康・医療

コラム No.98

認知症の方のケア、「ユマニチュード」

皆さん、明けましておめでとうございます。このコラム連載9回目の新年です。そしてもうすぐ100回到達!今年もよろしくお祈りします。

さて、今年もいろいろ企画します。新年第一弾は「ユマニチュード講座」です。ユマニチュードは、1970年代にフランスで開発されたケア技法ですが、まだ日本にはあまりなじみがありません。「人間らしさ」を意味するこのケア技法を実践することにより、認知症の方が「大切にされている」ということを実感でき、感情が穏やかになると言われています。家族に認知症の方がいるがどのように接したらいいかわからない、という意見もよく耳にします。そこで、福岡市に依頼して、当院でこの「ユマニチュード講座」を開催することとしました。ご興味のある方はぜひお越し下さい。

開催日時:令和6年1月31日(水)14時~(およそ1~1.5時間)

場所:当院待合室(先着10名程度)

費用:無料

予約:080-6446-5932まで(お電話は1月4日以降にお願いします)



【今月の運動教室】

1月のテーマ <<ロコモのセルフチェックと予防方法!>> 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...①1月10日(水)15:00~16:00

②1月28日(日)15:00~16:00

各日程10人程度。予約制。一人一回1,000円(税込)。

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
買
物
件
募
集
中
!!