六本松を中心とした
地域情報誌
毎月1日に発行
＜編集・発行＞
㈱ジャパン・スマイルか
TEL：761－8800
FAX：752－2620

いるか

11 November

カフェで野菜も販売しています！

～今月のご紹介～

2024年5月オープン
輝国公園そば
グリーム マルシェ アンド カフェ
gleam marche&cafe



店長の早田さん(佐賀県武雄市のご出身)

～ 地域のみなさまから愛されるお店を目指しています～

この店のオーナーは、私の父です。元シェフだけあって野菜や果物の目利きは誰にも負けず、毎朝5時には鳥栖の青果市場へ買い付けに走る元気者です。

オープン当初は子どもがまだ小さく、抱っこ紐をしながら準備に奔走したのも今では良い思い出です。今では子どもがお客様から「大きくなったねー！」と声をかけていただくこともあり、温かな地域の方々に囲まれている喜びを感じています。

閑静な住宅街にある当店だからこそ、地域の皆様がいつでもホッと一息つけるような、おいしいランチやデザートをご提供したい―。そんな思いを込めて、ランチもカフェも父の監修のもとで提供しています。かつては多忙でなかなか味わうことのできなかった父の味ですが、今ではこうして皆様に楽しんでいただけることをとても嬉しく思っています。

◎店名の由来を教えてください
gleamは「明るい」という意味があります。住宅街に「明るく、皆が集まる場所にしたい」との思いを込めています。

◎この場所にオープンしたきっかけは・・・
私自身この近所に住んでいますが、六本松から歩いてくる道沿いには、ゆっくりと食事ができるお店が少なかったんです。そんな中、理想的な広さの場所と出会い、「お店と一緒に新鮮な野菜も売りたい」との父の希望も叶えられることからこの場所に決めました。

◎ランチメニューについて教えてください
バリエーション豊かなランチを用意してお待ちしております。
〈ランチメニュー〉
パスタ/カレー/焼きカレー/アヒージョ/赤エビ/サラダボール
〈選べるセット〉
Aセット：メイン(レギュラー)+ミニサラダ
Bセット：メイン(ハーフ)+グリームサラダ(もりもりサラダ)

【料金】(ランチ)Aセット/Bセット　1,100円～2,200円
(パフェ)　シャインマスカット　1,738円　など
※ランチ予約は受けておりません

場　所　福岡市中央区輝国2-24-32
営業時間　(マルシェ)　10:00～17:00
(カフェ)　11:00～15:00
定休日　年末年始
TEL　092-600-0728

↑Instagramはこちら



☆ ★ 11月の催し ★ ☆

日時	催事内容	料金	お問い合わせ	TEL
11/1(日)	**六本松健康ウォーク VOL.5** 青陵の街・六本松(九大跡地)を歩いて5つのスタンプを集めよう！ スタンプを5つ集めると、景品引換抽選に参加できます☆ 受付時間：9:30～11:30 景品引換終了：12:00 受付会場＆スタートポイント： MJR六本松前(六本松駅1番出口そば) 申込：不要 どなたでも参加できます♫	無料	六本松健康ウォーク事務局	070－5498－7705 ※平日13～18時
11/23(月・祝)	**FUKUOKA 児童館フェスティバル 2026** －児童会館あいくるの魅力を感じてみよう－ たくさんの遊びのコーナーやこどもたちのステージ発表などを通して、児童会館あいくるの魅力を感じることができるイベントです♫ 会場：新天町商店街メルヘン広場 時間：12:30～16:00 対象：小中高生/幼児と保護者 申込：不要	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

イベント情報

【ほんのにわ】

梅光園緑道に、1日だけのみんなのお庭が生まれます。
本が読める、本が買える、本でいっぱいのみんなのお庭。
たくさんの本屋や古本屋、絵本屋さんが集まります。
きもちのいい秋のピクニックに、ぜひお越しください。

日　程：令和8年11月28日(土)
※雨天時は11月29日(日)へ延期

時　間：11時～16時

開催場所：梅光園緑道

Instagramはこちら→

@HON.NO.NIWA



売マンション
大濠藤和コーポ　7階
◆所　在　地・・・・・・・・中央区赤坂３丁目
◆間　取　り・・・・・・・２ＬＤＫ（66.60㎡）
◆価　　格・・・・・・・・・・２,９９８万円
◆交　　通・・・・地下鉄六本松駅徒歩 10 分



令和８年７月
リノベーション
完了！



事務所使用可！
ペット飼育可！

売マンション
エステートマンション赤坂けやき通り　2階
◆所　在　地・・・・・・・・中央区赤坂３丁目
◆間　取　り・・・・・・・３ＬＤＫ（68.53㎡）
◆価　　格・・・・・・・・・・３,７９０万円
◆交　　通・・・・地下鉄六本松駅徒歩 12 分







令和８年５月
リノベーション完了！

売マンション
サーパス桜坂　2階
◆所　在　地・・・・・・・・中央区桜坂３丁目
◆間　取　り・・・・・・・３ＬＤＫ（80.20㎡）
◆価　　格・・・・・・・・・・６,８９９万円
◆交　　通・・・・・地下鉄桜坂駅徒歩 4 分





令和８年11月
リノベーション
完了予定！

売マンション(賃貸中)
エンクレスト博多駅南 STREET　13階
◆所　在　地・・・・・博多区博多駅南２丁目
◆間　取　り・・・・・・１ＬＤＫ（34.94㎡）
◆価　　格・・・・・・・・・・２,６５０万円
◆交　　通・・・・・・JR 博多駅徒歩 15 分





月額 85,000 円
で賃貸中！

投資用

上記物件のお問い合わせは　広告有効期限　令和８年１１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（１１）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、インターネットに掲載中の情報をご確認頂けます★☆

賃貸物件・売買物件募集中！！

六本松 いきいきコラム

コラム No.8

足がつる場所によって伸ばし方が違う!?

８月号では、熱中症と足のつりの関係についてお話ししましたが、寒くなるこれからの時期は冷えることでさらに足がつりやすくなります!!

足がつる場所もふくらはぎだけではなく、すねや足の裏、足の指がつった経験はないですか？特に日中によく歩いた日などは「すね」がつりやすくなります。つった時は伸ばした方がいいといわれますが、つった場所によって伸ばし方が違います。

どの場所でも、**無理に引っ張らず、痛みが和らぐ範囲でゆっくり伸ばす**のがポイントです。何度も足がつる場合は、病気や薬が関係していることもあるため、医療機関に相談しましょう。



理学療法士・鍼灸師の視点から、体の仕組みと東洋医学の考えをもとに、分かりやすい健康情報とセルフケアをお届けします。日常に取り入れやすい内容で、皆さまの健康づくりをサポートしていきます。

鍼灸 ＨＡＮＥ
理学療法士・鍼灸師　羽田野　裕稀
TEL:０９０－４１８１－７９３７

コラム No.132

照れ屋のゴミ拾いおじさん



私は天気が良ければ自転車通勤しています。途中で毎日のように出会う枯れ葉掃除のおじさんがいますが、全く周りを見ていない。歩く人に向かってホウキを掃き、人の進路の邪魔をする。いつも不快な気持ちになります。

一方で、私の知り合いのおじさんは違います。褒められることが大の苦手。毎日自宅の周囲でゴミ拾いをしていますが、人がいない時間帯に出現します。理由は、道行く人に感謝されたくないから。「いつもありがとう！」とか言われたら「やめて！」と言いたくなるそうです。当院に診察に来ても、血糖がよくなっても理由を言わない。「そんなこと言ったら褒められてしまう」と。極度の照れ屋なんでしょうね。新聞記者だった人で、こんなヒゲのおじさんが書いたとは思えない繊細な文章で読む者の心をわしづかみ。

私もこうやって文章を書いていますが、わざわざイラスト載せてアピールするし、良いことしたらまたアピール。次に生まれ変わったらこのゴミ拾いおじさんみたいになりたい・・と思うけど無理かなぁ・・・。

【今月の運動教室：参加費１，０００円】
１１月のテーマ　≪頭と体を同時に使う！認知症予防エクササイズ≫
日程　①１１月１１日（水）１５時～１６時
②１１月２２日（日）１５時～１６時
【今月のチェアヨガ教室：参加費２，０００円】
１１月のテーマ　≪歩幅アップ≫
日程　①１１月　８日（日）１４時～１５時〈骨盤〉
②１１月１８日（水）１４時～１５時〈足〉
②１１月２５日（水）１４時～１５時〈肩甲骨〉



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