MODERN TIMES

モダンタイムス　発行エリア／兵庫県内　企画・発行／モダンタイムス編集局　Tel.079-295-8805　オフィシャルサイト　http://modernet.jp　毎月20日発行

2019/12 issue

HEART＋2℃ PROJECT

+2℃

心の温度を２度あげよう

心がほっこり温かくなったり、
ときには熱い思いがこみ上げてきたり…。
日常に溢れている感動に気づけたら、
きっと毎日が特別な日になるはず！
一人でも多くの人の心に変化が起きて、
世界が笑顔でいっぱいになる日が
訪れますように。

MODERN TIMES Official Site

MODERN TIMES Facebook

HEART＋2℃ PROJECT Facebook

熱々チーズをとろーりかけて！ 見て美味しい、食べて美味しい新メニュー♪

ロッソオリジナルチーズソースをたっぷりかけて食べる「ぶっかけチーズシリーズ」が新登場♪チーズが大好きな人にオススメのメニュー！ 写真は「ぶっかけハンバーグ」サラダとスープ、ライスorパンがついたコースで2,680円（税別）。そして同じく新登場の海老の王様・スキャンピーが味わえるコースも♪写真左下は「スキャンピーのペペロンチーノ」コースで2,300円（税別）。ロッソの新メニューで美味しい時間を！

ロッソ ピコリーノ
☎079-294-6162

姫路市岡町5 OSSビル1F
駐車場あり
Lunch 11:30～15:00
Dinner 17:30～22:00
木曜定休

忘年会も女子会もご予約承り中！ 美味しいお肉で一年を締め括ろう♪

「焼肉じゃん」の良さは、何と言ってもお肉の質！ 店主が厳選して仕入れたお肉は、どれを食べても絶品で、「特選上ヘレ」などの高級品から「ミスジ」や「マルチョウ」といった稀少部位まで楽しめる。広い駐車場もあり、店内には大広間もあって大人数でも安心。また、半個室もあるので女子会にもぜひ♪事前に予約すれば好みや予算に応じてセットも用意してくれるので、ご予約はお早めに！ 今年の忘年会は「焼肉じゃん」で♪

焼肉じゃん
☎079-266-6611

姫路市西夢前台3-72
※姫路2号線夢前橋西詰を南に300m
不定休
11:30～22:00（LO 21:30）
※ランチ11:30～14:00
※ご予約がおすすめ！

温泉やサウナ、食事、お買い物も堪能できる「姫路市はやしだ交流センターゆたりん」

紅葉してゆく山々に囲まれた「ゆたりん」は、露天風呂や薬草湯、サウナ、足湯もあり、温泉を堪能できて美味しい食事も頂ける温泉施設。料理長おすすめのオムライスは、懐かしさのあるパター風味のケチャップライスにトロっとした卵がのった絶妙な美味しさ♪和食・洋食とメニューが多いのも嬉しい。併設されている直売所は地元産の採れたて野菜や花々が並ぶ。近場のお出かけにぴったりの「ゆたりん」へ家族みんなで行ってみよう。

はやしだ交流センター ゆたりん
☎079-261-3770

姫路市林田町佐見386　http://yutarin.net
入浴／10:00～21:30（受付終了21:00）
月曜休館（祝日の場合は翌日）
利用料金／大人650円、小学生310円
農産物直売所／9:30～16:30
※年末年始の休みはHPをご確認ください

展示家具セール＆冬物洋服入荷♪ 11/22～12/1は「家具と冬の洋服展」！

暮らしを彩る逸品が揃う「たにがわ」では、今年も11/22（金）～12/1（日）に「家具と冬の洋服展」を開催。機能性・デザインともにこだわった展示家具のセールのほか、ウールやカシミヤなどあったか素材が使われた新作の洋服やコート、ストール、バッグ、靴など冬物も入荷♪クリスマスやお正月など季節の雑貨もあり。この機会に「たにがわ」で"良いモノ"を見つけよう！ 家具の修理や再生などのご相談もお気軽に♪

手作り家具と暮らしの雑貨 たにがわ
☎079-266-5827

姫路市打越758-1
10:00～17:00
木曜定休
※「家具と冬の洋服展」期間中は18:00迄
※期間中の11/28（木）はお休み
HPは【家具 たにがわ】で検索

1階まるごと心地よく！ おどろくべき快適性！

地熱床暖房

寒い冬の朝も、ほんのり暖かい1階スペース。トイレや洗面脱衣室の床までポカポカの地熱床暖房のユニバーサルホームのお家！ 裸足が気持ちいい無垢フローリングで快適マイホームを計画しませんか？

イベント開催！ 時間/10:30～11:30 定員/各5名様 参加費/1,000円

- 11/21（木） ビジョンヨガ体験会
- 12/12（木） キッチンのお片付け教室
- '20/1/23（木） 母と子のタッチセラピー

参加者募集！

ユニバーサルホーム たつの店で開催！
お申込み tel.0791-62-3350

HPからの見学予約で 見学予約はこちらから
QUOカード 2,000円分プレゼント!!

※当ホームから見学予約の上、店舗にてアンケートにご記入いただいたお客様のみ対象となります。
※この特典は家づくりに真剣なお客様を対象とさせていただきます。
※ご家族様1組につき、新規の来場で1回限りの特典となります。
すでにいずれかのユニバーサルホームの店舗にご来場いただいている方は対象外となります。
※前日までに見学予約をいただいたお客様のみ対象となります。予めご了承ください。
※他の来場特典との併用はできません。

無垢床のあたたかみと
床暖房のぬくもりにつつまれた暮らし…

あなたを守りたい。 ユニバーサルホーム
本社・姫路店／姫路市南条434 tel.0120-410-809
たつの店／たつの市龍野町富永500-1 tel.0791-62-3350
※詳しくはお問い合わせください
http://www.universalhome.co.jp
ユニバーサルホーム 検索

素敵な雑貨でクリスマスを さらにセンスアップ♪

寝具やカーテンなど、快適な生活を提案する「トリコロールイリエ」では、クリスマスをより一層素敵に彩る雑貨たちが並ぶ。かわいいオブジェやライトアップ商品、人気のキリムで、お部屋の雰囲気を変えて見たり、カーテンなども合わせて、クリスマスをお部屋全体でコーディネイトしてみては？もちろん、お部屋の飾りだけでなく、寒い季節にオススメの膝かけやパジャマなどもあるので、プレゼント探しにもぜひ！

大人気のリサラーソンのラグマットなどのほか、冬物のアイテムも多数並んでいる。
公式のインスタグラムも、ぜひ見てみよう♪
【Instagram】tricolor_irie

トリコロールイリエ

☎079-253-2938
姫路市花田町上原田307-3（播但花田ICから約1分）
9:00～19:30　月曜定休　http://www.tricolor-irie.com

プレゼントも縁起物 アジアン雑貨で幸せを贈ろう♪

大切な人の幸せを願ったり、自ら開運したいときに、ぴったりなアイテムが見つかるアジアン雑貨のお店「チェカチェカ」。富と成功、幸運を運ぶサンタのエケコ人形はレア♪その他、可愛いランプや置物、お香、天然石、衣類や家具など、オーナーのこだわり溢れるその空間をパワースポットとして訪れるお客様も…。クリスマスは、プレゼントはもちろん、自分へのご褒美を買うのも楽しんでみては？

アジア雑貨＆家具 チェカチェカ

☎079-233-2360
姫路市飾磨区阿成鹿古404
11:00～19:30　無休　https://cheka2.com

今年もケーキとキッシュ登場！ 最高のクリスマスを♪

焼き菓子が人気の「カフェさらな」のクリスマスケーキは、定番の「生クリームデコレーション」（3,400円～）のほか、カカオバリー社のチョコを使った「ガトーショコラ」（3,500円～）、「苺のベイクドチーズケーキ」（3,200円～）の3種。どれもこだわり抜いたケーキばかり♪その他、クリスマスキッシュ（1ピース540円）も。予約は店頭、電話、ご予約フォームより。今年のクリスマスはこのケーキとキッシュで特別なディナーを♪

カフェさらな

☎079-234-0176
姫路市飾磨区構4-76　12:00～18:00　日・月曜定休　ご予約フォームは右コードから　※表示料金は全て税別
※ケーキ予約は12/19締切、お渡しは12/21・23～25の11:00～18:00（キッシュは23・24・25のみ）

ビーフシチュー 850円
タンシチュー 1,000円
グラタン（牡蠣・帆立・えび） 各350円
ロールキャベツ 490円
コロッケ各種 150円～
※全て税込

料理人歴54年の シェフが手がける ビーフシチュー

長年ホテルで腕をふるっていた料理人歴54年を誇る店主が作る本格洋食が人気の「京町クロケットファミリー」。そんなベテランのシェフが作るビーフシチューはホテルのレストランなら倍以上の値段がするほど絶品なのにリーズナブル♪お肉はホロっと溶けるほど柔らかく、味わい深い。また、牡蠣・帆立・えびの3種のバリエーションがあるグラタンは、どれも上品なコクのあるホワイトソースを使った人気のメニュー。クリスマスのディナーにぜひ♪

京町クロケットファミリー

☎080-8326-6205
姫路市京町2-70
10:00～17:00　水曜定休

今年のクリスマスケーキは バースディでご予約を♪

「バースディ」では、北海道産純生クリームと甘い苺が絶妙な一番人気の「純生クリーム」（5号3,800円）をはじめ、「純生チョコレート」（5号3,900円）、濃厚なベルギーチョコのコクが人気の「ISHIGAKI」（Sサイズ4,200円）、4号の「ミニクリスマス」、7号の「スペシャルクリスマス」など計8種のケーキが登場。12/16までに予約で、お渡し時に300円金券プレゼント♪HPからも注文可能。限定販売のため、ご予約はお早めに！

神戸洋菓子工房 BIRTHDAY

☎079-252-8401
姫路市花田町小川830-1　http://www.birthday-kobe.com
11:00～20:00　月曜定休（祝日の場合は翌日定休）

ウマイ! 年末年始！ 皆んなで楽しくお食事できるお店を紹介！

お食事

のどかな景色を眺めながらゆったりと贅沢なくつろぎ時間を。

豊かな自然を五感で楽しめる「リフレッシュパーク市川」。施設内にあるレストランでは新メニューが増え、ますます好評♪本格懐石や気軽に頂ける「リフレ御膳」(左写真/2,800円)のほか、見た目も名前もかわいい「ころころ丼シリーズ」は牛・豚・鶏の三種があり子どもにも人気。これからの季節は鍋料理、いろり料理も楽しめ宴会や法事の利用も可能。ぜひ、遊ぶ！食べる！泊まる！と三拍子揃う「リフレッシュパーク市川」へ行ってみよう。

鶏ころころ丼 700円

リフレッシュパーク市川

☎0790-27-0313

神崎郡市川町下牛尾2557-1　9:00～18:00　火曜定休
http://refresh-park-ichikawa.com

忘年会

5種盛りお刺身新登場！カニすき鍋、ホルモン鍋であったかミニ忘年会を！

ゴルフ帰りのお客様からの要望から生まれたメニュー「お刺身の盛合せ」(550円)が新登場！　貝づくしなど5種盛りが3種類。新鮮でヘルシーなお刺身は男女共に人気♪また、お寿司やお刺身の他にも、「カニすき鍋」(980円)や「ホルモン鍋」などの鍋メニューも寒い冬にぴったり♪豊富な地酒をグラスで楽しみながら、ミニ忘年会としても利用してみては？夜は、イルミネーションで明るく照らす外観を目印に祭り寿司に行こう！

廻る寿司 祭り 福崎店

☎0790-24-0888

神崎郡福崎町西田原1689　11:00～21:30　無休　http://matsurizushi.com
Facebookアカウントあり　※表示価格は全て税別

お食事

「旬菜会席」と「点心」で冬を味わう。年末年始も「三日潮」へ！

移りゆく四季を味覚で堪能できる「三日潮」では、ランチ・ディナーともに旬の食材を使った、身体が喜ぶやさしい味わいの料理が楽しめる。季節ごとにメニューが変わる、人気の「旬菜会席」では、旬の食材をふんだんに取り入れ、趣向を凝らした味わいを愉しめる。また、「点心」では牡蠣の柚子味噌小鍋が味わえ、旬を迎えた濃厚な牡蠣の旨味が堪らない一品。年末年始は「三日潮」で冬の味覚で身も心も満たされよう。

▲旬菜会席 2,000円(税別)
▶点心 1,800円(税別)

和ダイニング 三日潮(みかしお)

☎079-224-1113

姫路市総社本町190　駐車場有
11:30～15:00(LO 14:00)、17:00～21:00(LO 20:00)

忘年会

今年最後のママ友ランチは、ちょっと贅沢なご褒美時間に。

滝の流れるお庭を見ながら旬の味覚を贅沢に味わえる「SEIKO CLUB」。ママ友忘年会にオススメしたいランチメニューのフレンチコース「ベルサイユ」は、人気のサラダビュッフェが付き、メインには魚もお肉もあり、予約すればデザートもグレードアップと欲張り女子には嬉しいコース♪さらに12/6～12/25までは、デザートがXmasバージョンに。美味しい料理を頂きながら、思い出に残るひとときを。

ベルサイユ 3,000円(税別)

レストラン SEIKO CLUB

☎079-281-6800

姫路市下寺町43 姫路商工会議所B1F　駐車場有
LUNCH　11:30～15:00(LO 14:30)、DINNER 17:30～21:30(LO 20:30)

お食事

室津牡蠣 解禁！ 手ぶらで楽しめるカキ食べ放題BBQスタート。

たつの市御津町にある「道の駅みつ」では、毎年人気の室津牡蠣がついに解禁！　牡蠣コースや御膳、鍋料理をはじめ、牡蠣が食べ放題のBBQ(60分)など今だけの期間限定メニューが登場し、旬の味わいを存分に味わえる。人気の牡蠣づくし膳は、カキフライや土手鍋、つくだ煮など色々な味で牡蠣が堪能できる。穏やかな瀬戸内海を眺めながら旬の味覚に舌鼓、新鮮な鮮魚や野菜、お土産も購入できる「道の駅みつ」に行ってみよう。

▲牡蠣膳 1,800円
▶カキ食べ放題BBQ(60分) 大人3,600円、小人2,000円
▼カキづくし膳 2,300円

道の駅 みつ

☎079-322-8500

たつの市御津町室津896-23　9:00～19:00(変動あり)　水曜休館
http://www.totonaya.com　右コードからLINEの友達登録で特典満載!

忘年会

かに鍋やぼたん鍋を囲んであったか忘・新年会

姫路から播但有料道路で北へ60分。あさご芸術の森エリア内にある公共宿泊施設「播磨ふれあいの家」では、宴会にぴったりな「かに鍋」や「ぼたん鍋」が毎年大好評♪街の喧騒から離れ、美味しい料理とお酒をいただき、ゆったりと寛ぎながら盛り上がろう！ その他、但馬牛など旬の地元食材を使ったメニューも人気。宿泊も可能で、無料送迎もあるので大人数でも安心。楽しい仲間や家族と旅行を兼ねた忘・新年会を計画されている方は、早めのご予約を♪

播磨ふれあいの家

☎079-678-1481

朝来市多々良木1244-1(播磨町から無料送迎あり)　※夜のお食事は宿泊の方のみ
http://harimafureai.com　【播磨ふれあいの家】で検索!!

忘年会

今年も斗度季のてっちり鍋で忘年会！ ランチ忘年会には御膳メニューも！

忘年会のお店を探しているなら、「斗度季」で例年大好評の「泳ぎてっちりセット」(5,180円・平日)！　早くも予約が殺到している秘密は、贅沢すぎるセットに、飲み放題(90分)付きで6,680円というお得感。そして昨年同様、平日の月～木曜、6名様以上の予約限定で、お会計からさらにお一人様1,000円割引の特典がある。生け簀から揚げたての新鮮なふぐを一流の和食料理人が見事に調理する、湯引き・てっさ・てっちり鍋・唐揚げ・雑炊と、ふぐ三昧「泳ぎてっちりセット」のほか、かにすきセット、うどんすきセット、あんこう鍋セットもオススメ！ 忘年会など大人数での利用時には、10名様以上で無料のバス送迎も可能♪　2階には宴会場もあるので数十人の大人数でも安心。今年の忘年会は新鮮な海鮮料理を肴に、楽しく美味しい時間を過ごしてみては？

先取り御膳 2,600円(税別)

さざなみ御膳 2,800円(税別)

【忘年会平日お得プラン】　※飲み放題お一人様1,500円込みの料金、全て税別
●泳ぎてっちりセット 6,680円→5,500円　●かにすき・てりセット 6,200円→5,500円
●うどんすきセット 6,000円→5,000円　●あんこう鍋セット 5,800円→4,800円

海鮮市場 斗度季(とどき)

☎079-284-1548

姫路市野里249-1　※10名様以上のご予約で無料の送迎バスも利用可能
11:30～15:00(LO 14:30)、17:00～22:30(LO 22:00)　無休

バーコード対応の携帯電話をお持ちの方は、コード▦を読み取るだけで簡単に地図・WEBへアクセスできます

西暦 2020 年は「子年」

新年のお参り… 初詣

年が明けたら、神社や寺院などに参拝し
これから始まる一年間が良い年であるように
幸せを祈願しに行こう!!

太閤・豊臣秀吉ゆかりの神社

豊臣秀吉公を祀り、全国に点在する豊国神社の総本社。境内には北政所おね様を祀る貞照神社も鎮座し、出世開運・良縁成就の神様として崇敬される。また重要文化財「豊国祭礼図屏風」、「名物骨喰藤四郎」など多数の宝物を所蔵している。本年は令和改元を祝し、正月元日より五日まで、かつて伏見城の城門であり、国宝に指定されている『唐門』をくぐり、普段は中に入れない本殿の前まで進んで参拝することができる。また、この唐門をくぐると出世できると言われている。由緒ある豊国神社で出世開運を祈願しよう。

豊国神社
☎075-561-3802
京都府京都市東山区大和大路正面茶屋町530
アクセス／京阪七条駅下車、東へ徒歩8分
市バス博物館・三十三間堂前下車、徒歩5分
京都国立博物館北隣

京都御所の西側 足腰の守護神「護王神社」に参拝

京都御所の西側に鎮座する護王神社は、平安京の遷都に貢献された和気清麻呂公を祀る神社。奈良時代の末、清麻呂公が九州へ下る道中、足の怪我に悩まされていた折、突然現れたイノシシ達の守護と道案内のおかげで立ち歩くことができたという故事があり、以来護王神社は足腰の守護神として広く崇敬されている。そのご利益を求めて、足腰の難儀で悩む高齢者やスポーツ選手など、全国から多くの参拝者が訪れている。

護王神社
☎ 075-441-5458
京都府京都市上京区 烏丸通下長者町下ル桜鶴円町385
http://www.gooujinja.or.jp
地下鉄烏丸線丸太町駅より徒歩7分
市バス51系統烏丸下長者町停よりすぐ

御神体「三輪山」を仰ぐ聖地で新年のはじまりを

「大神」と書いて「おおみわ」と読むように、古くから神様の中の大神様として尊ばれ、国家の守護神として篤く祀られてきた。大神神社に本殿がないのは、三輪山が御神体だから。鳥居をくぐると空気が一変し、エリア一帯が神域であることが分かる。1月1日午前1:00から「ご神火まつり」とも称される勇壮な火の祭典、「繞道祭（にょうどうさい）」が行われる。新年を神聖な場所で迎えれば、良い1年の始まりになりそう。

大神神社（おおみわじんじゃ）
☎0744-42-6633
奈良県桜井市三輪1422
http://www.http://oomiwa.or.jp/

新年の運試しは、近江神宮の「開運福くじ」

近江神宮は、近江造の社殿が国の登録文化財に指定されている。祭神として祀られる天智天皇が日本で初めて漏刻（水時計）をつくったことにちなんだお守り「ときしめす守」は、開運へのチャンス獲得の守護符として人気。空くじなしの「開運福くじ」（1/1～3）は、豪華景品も用意されているので、新年の運試しにぜひ。また、漫画「ちはやふる」の舞台としても知られる近江神宮ならではの「ちはやふるおみくじ」も好評実施中。

近江神宮
☎077-522-3725
滋賀県大津市神宮町1-1
http://oumijingu.org
ときしめす守 1,000円
開運福くじ（1/1～3）、ちはやふるおみくじ 各1回300円

素晴らしい一年を願って… 厄除け祈願は、「落地八幡神社」へ

村人が一斉に同じ夢を見たという神秘的な「落地伝説」が残る「落地八幡神社」では、毎年1月18日と19日に、延べ六千人が訪れる「厄除祭」が開催される。10は「重要」、8と9は「厄」と読まれ、厄を払う重要な転機とされるこの日に、毎年行われている。当日は出店の他、無料の「厄除け甘酒」の振る舞いもあり、厄除け祈願に毎年たくさんの参拝者が訪れる。一年の無病息災を願って、足を運んでみては？

落地八幡神社（おろちはちまんじんじゃ）
☎0791-55-0571（三島）
兵庫県赤穂郡上郡町落地579-2
厄除け祭:1月18・19日　8:00～21:00
月例祈願祭:毎月第3日曜（1月除く）　9:00～12:00

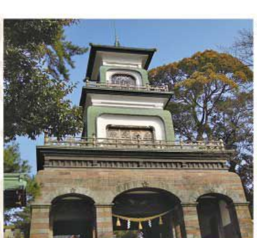
悪縁を切り、良縁を結ぶ「安井金比羅宮」で断ち物祈願

「断ち物の祈願所」として親しまれる「安井金比羅宮」は、京都市街唯一の金比羅宮。主祭神の崇徳天皇が、一切の欲を断ち切って参籠（おこもり）された事に由来する。高さ1.5m、幅3mの巨石「縁切り縁結び碑（いし）」は、中央の穴を表からくぐると悪縁が切れ、裏からくぐると良縁が結ばれるといわれる。また、男女や酒、病気などの悪縁を絶ち、良縁を結びたいと願う参拝者たちの願いが書かれたお札が、石が隠れるほど貼られている。

安井金比羅宮
☎075-561-5127
京都府京都市東山区東大路松原上ル下弁天町70
http://www.yasui-konpiragu.or.jp
※古くから道開きの神様として信仰される大物主神も祀られているので、開運も忘れずに祈願しよう

情緒豊かな城下町金沢へ…「尾山神社」で参詣を。

大河ドラマでも有名なおしどり夫婦、加賀百万石藩祖前田利家公とお松の方を祀る「尾山神社」。重要文化財「神門」は、和漢洋の三様式を混用した異色の門として知られ、最上階のギヤマンを照らす夜間のライトアップが幻想的。境内には、二代藩主前田利長公をはじめ、三代～十七代までの藩主、当主と正室を祀る「金谷神社」や、旧金谷御殿の庭園であり、古代舞楽の楽器を模した池泉廻遊式の名園「神苑」も見所。



国指定重要文化財「神門」

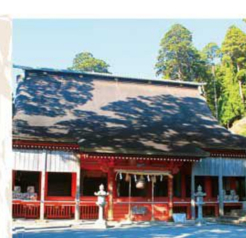
ギヤマン

神苑

加賀百万石金沢 **尾山神社**
☎076-231-7210
石川県金沢市尾山町11-1　※金沢城へ徒歩5分、兼六園へ徒歩10分
お祓い／9:30～15:30
http://www.oyama-jinja.or.jp
https://www.instagram.com/oyama_shikimutan

神聖なパワースポット「英彦山」で、開運パワーを。

神の住まう霊山として信仰を集め、日本三大修験道の山として栄華を極めた英彦山。「英彦山神宮」は神様のご神徳により、農業、鉱山、工場の安全の守護神、また勝運の神様として古来より崇敬されている。五穀豊穣、商売繁盛の守護神で、勝運のパワーがもらえる開運スポットとして、全国から参拝者が訪れる。俗界から遠く離れた清浄なる神々の聖域、身も心も清められるような荘厳な空間で、開運の祈願をしよう。



英彦山神宮
☎0947-85-0001
福岡県田川郡添田町英彦山1
※バス・スロープカーがありますので、ご利用下さい。
※詳細はHPをご覧下さい。
http://www.hikosanjingu.or.jp

おてがみ向上委員会

うちだ まき

手紙の小冊子「ふみぶみ」
11月創刊

- 手紙びと
- 筆記具コラム
- 気になる便箋
- 切手のこと　などを掲載しています。

COLUMN

こんにちは。おてがみ向上委員会のうちだまきです。手書きの文字が持つ力を伝えたくて、手紙であたたかい気持ちが連鎖することを願って、ワークショップやHPの運営、そうそう…このたび小冊子『ふみぶみ』も創刊しました。SNS全盛期の今、なぜこんなにも手紙にこだわるのか…自分でもときどき不思議に思うけれど。

スマホを持つことがほぼ当たり前になって、情報を得るにも買い物をするにも、そして人とつながるにも便利な時代になりました。父がある日持ち始めた携帯電話が肩掛けタイプだった頃、こんな日が来るなんて想像もしていなかった。。。

便せんを選ぶ。相手のことを考える。文字を綴る。切手をはる。ポストに投函する。あらためて手紙の手順を書いてみると、たしかに面倒だといわれるのもわかる(笑)　でも、その手間に宿るものがあると私は信じています。届くまでのじれったい時間を楽しむ余裕は持っていたいと思っています。そして手紙を送るのは、きっと大切な相手。もはや手紙は贈りものなのだと思うのです。

今年も年賀状シーズン。虚礼廃止の動きがあったり、年賀状じまいをする声もちらほら聞きますが、年に一度のご挨拶。お世話になった方には感謝の気持ちを、自分からの年賀状を心から喜んでくれる方へはぜひ近況報告を。元日に届けるためには12月25日までの投函がおすすめです。私もそろそろ準備しよ〜っと。

小冊子『ふみぶみ』はモダンベースにも設置させていただいています。入手困難な方は、発送手数料300円で郵送させていただくこともできます。おてがみ向上委員会までご連絡下さい。

おてがみ向上委員会

https://www.tegami-fubukuro.com
メール／otegami_koujou_iinkai@yahoo.co.jp

かりんとう万十　1個130円

如水餅　1個140円

姫路城ノ心柱 篤の神木　1個380円

銘菓詰め合わせ　1,890円〜(写真は2,250円)

年末年始のご挨拶に「宝橘」の手土産を♪

播磨の宝(こころ)を菓子で彩る「宝橘」。代名詞ともいえる商品「かりんとう万十」は、長寿の島「奄美・徳の島」産の黒糖を使用し、米油でサクッと揚げた人気商品。中の餡とのバランスも絶妙で、カリッ、サクッという食感と相まって、老若男女問わず愛され続けている。現在は、季節限定の「芋かりんとう万十」が登場。カリカリとした食感と、ほっこりするお芋の甘さが絶妙な一品。また、姫路ゆかりの黒田官兵衛(如水)の兜を模した出世銘菓「如水餅」も好評。モチモチとした独特の餅生地で大納言小豆と讃岐和三盆の黒蜜を包み込み、優しい甘さとクセになる食感が特徴。他にも姫路城にちなんだ「鷺の神木」は、兵庫県産小麦粉と新鮮な卵を使い、何層にも重ねしっとりと焼き上げたキューブ・バームクーヘンで、こちらも絶品。そんな菓子の粋を極めた逸品が揃う「宝橘」の城北店が今年2月15日、姫路市伊伝居にオープン。姫路城からほど近く、お城を見に来た方にも播磨の宝(こころ)を伝えている。広々とした駐車場もあるので、遠方から来た方も安心。観光の後のお土産に姫路にちなんだ菓子を♪そして、年末年始の帰省の際には、お近くの店舗へ。好みに合わせた詰め合わせなどにも対応してもらえるので、手土産や親族が集まった時の御茶請け、お世話になった方へのギフトなどに、ぜひ「宝橘」の銘菓を。

播磨のこころ菓 宝橘 城北店　☎079-287-8213
フリーダイヤル☎0120-376-557　姫路市伊伝居523　9:00〜19:00　元旦のみ定休
【白浜本店】☎079-246-0577　姫路市白浜町甲792-18　http://www.houkitsu.co.jp

2020 お正月準備

今年も残すところあとわずか。お正月を迎える準備は万端？
来年も笑顔が溢れるように縁起のいいもの、美味しいもの、集めました！

手作りのやさしい味わいが人気♪おせちのご予約受付中!

飾磨区妻鹿にある「やさい畑」は、手作りのお惣菜やお弁当が人気で遠方からも足を運ぶお客様も多い。中でもおもてなしのお弁当「縁(えにし)」は、特別な日を彩るお弁当として好評。そんな「やさい畑」のおせちは三重で29,800円。全て手作りのやさしい味わいで豪華な食材もたっぷり♪飽きのこない心休まる味わいは、新年の幕開けにぴったりな美味しさ。お渡しは31日の午前中、ご予約はお早めに! 2020年のおせちは「やさい畑」で♪

▲三重おせち 29,800円
(要予約・お渡しは12/31)
※早めのご予約をお願いします

◀「縁(えにし)」2,700円〜
(要予約・内容相談可)

お惣菜屋さん やさい畑
☎079-246-3722(FAX兼用)
姫路市飾磨区妻鹿東海町3
9:00〜18:00
水曜定休
http://www.keitainet.net/yasaibatake

一品一品こだわりの自信作! 福を招く斗度季の「海鮮おせち」

写真はイメージです

「斗度季」のおせちは、丹念に手間ひまをかけ、一品ずつ仕上げた、こだわりの逸品揃い。子どもから年配の方まで、みんなが喜んでもらえるようにと試行錯誤の上、創り上げた福を招く「海鮮おせち」。3重(松)は4〜5人前で27,000円、2重(竹)は3〜4人前で20,000円(各税込)。ご予約は12月24日まで、商品のお渡しは12月31日。11月中に予約すると10%OFFになるので、ご予約はお早めに♪斗度季の招福おせちで美味しく新年を迎えよう!

海鮮市場 斗度季(とどき)
☎079-284-1548
姫路市野里249-1
※10名様以上の予約で無料送迎バス利用可能
11:30〜15:00(LO 14:30)
17:00〜22:30(LO 22:00)　無休

みんなが集まる年末年始、「玉家」のお肉で笑顔の新年♪

年末年始、親族をはじめ人が家に集まるこのシーズン。すき焼きやモツ鍋など、鍋を囲む機会も多い。そんな鍋には、「玉家」のお肉を♪自社牧場直営店で牛を一頭扱うことで様々な部位を提供しており、どれも鮮度抜群で、さすが専門店!と頷きたくなる上質なお肉。お肉もホルモンも柔らかいので、子どもからお年寄りまで食べやすいのも魅力。その他、お世話になった方に贈る御歳暮用のお肉もあり。年末年始も「玉家」のお肉を!

牧場直営店 玉家
☎079-276-2988
揖保郡太子町佐用岡353-1
http://www.1129tamaya.com
10:00〜19:00
火曜定休

世界に1つだけのお正月飾りとお花で新年を彩ろう♪

季節の花や観葉植物・多肉植物、雑貨が並ぶ癒しの空間「さかもと生花園」では、1級フラワー装飾技能士の資格を持つスタッフが手がけるアレンジメントが好評。お正月用のお花の販売のほか、お正月をイメージしたアレンジメントもお願いできる。また、12月には「お正月用アレンジレッスン」を開催。全くの初心者でも、先生が丁寧に指導してくれるので安心。自分で作ったお正月用アレンジで、一年の始まりを華々しく彩ろう♪

●お正月飾りのレッスンの詳細は電話、Facebook、Instagramで、お気軽にお問い合わせを。

さかもと生花園
☎079-245-2239
姫路市白浜町乙394-3(白浜ショップモール)
www.facebook.com/Sakamotoseikaen
月〜土曜 9:00〜18:30、日・祝 9:00〜17:30
火曜定休

バーコード対応の携帯電話をお持ちの方は、コードを読み取るだけで簡単に地図・WEBへアクセスできます

今月のおでかけ情報

さぁ、今月はどこに出かけよう

▲西田眞人〈夜鶴〉
2017年　敬愛まちづくり財団蔵

特別展「全国一の宮展～西田眞人が描く一の宮の世界～」

▲西田眞人〈美和〉
2019年 敬愛まちづくり財団蔵

▶西田眞人〈精樹〉
2015年
敬愛まちづくり財団蔵

奈良県立万葉文化館では11/23から特別展「全国一の宮展～西田眞人が描く一の宮の世界～」を開催。一の宮とは、神社の格をあらわす分類の一つであり、大神神社など地域の中で最も社格の高いとされる神社のこと。この展覧会では、日本画家・西田眞人氏の描いた一の宮の風景を中心に、一の宮にまつわる美術品を紹介。西田眞人氏が描く、由緒と歴史ある一の宮の清浄な美のあり様を楽しみに行こう！

奈良県立万葉文化館　☎0744-54-1850

奈良県高市郡明日香村飛鳥10　http://www.manyo.jp
10:00～17:30（入館17:00迄）　月曜休館（祝翌平休）
【開期】令和元年11月23日（土・祝）～令和2年1月26日（日）
【料金】一般800円、大学・高校生500円、小・中学生300円

「踊り子」エドガー・ドガ　和泉市久保惣記念美術館蔵

特別展「絵画でランデヴー　―東西美術の出逢い―」
期間／令和元年11月2日（土）～12月22日（日）
展示解説／12月8日（日）、21日（土）11:00～
　学芸員による解説を展示室にて開催。聴講無料（入館料別途要）
ミュージアムコンサート／11月23・24・30日、12月1・7・8・14・15・21・22日
　13:30開場、14:00開演（全日共通）
※13:30に美術館前にて整理券を配付（14:00開演）
　先着120名　鑑賞無料（入館料別途要）

日本とヨーロッパの絵画に出逢う、濃密な時間を…

特別展「絵画でランデヴー ―東西美術の出逢い―」では、旅を通じて生まれる人や風景との出逢いが、作家や作品に与えた影響に光を当て、東京富士美術館と当館が所蔵する日本と西洋の絵画を紹介。宮本武蔵、葛飾北斎、伊藤若冲、コロー、モネ、ルノワールなど、日本人に親しみのある日本とヨーロッパの作家による人物と風景画を中心に陳列する。東西の美術館の所蔵品が和泉の地でともに展示される貴重な機会に、作品との出逢いを楽しもう！

和泉市久保惣記念美術館
☎0725-54-0001
大阪府和泉市内田町3-6-12
http://www.ikm-art.jp
10:00～17:00（入館は16:30まで）
特別展会期中の月曜休館（祝日の場合は翌平日休館）
入館料／一般1,000円、高・大生800円、中学生以下無料

香りの魅力いっぱいの博物館で自分だけの香水作り♪

貴重な紀元前の香油瓶や香炉、ロココ時代の香水瓶、アール・ヌーヴォー・デコ時代の香水瓶など約870点が見られる「大分香りの博物館」。館内では展示の他にミュージアムショップやハーブ園を眺めながら楽しめるカフェもあり、優雅なひとときを過ごすことができる。また、アロマ体験や世界に1つだけのオリジナル香水作りも楽しめ、女性だけでなく男性にもオススメ。旅の思い出に自分だけの香りを作ってみては？

体験料／調香体験30mℓ2,500円、50mℓ3,700円（各 瓶込、税込）
匂び袋作り2,200円、アロマ体験550円（各 税込）

大分香りの博物館
☎0977-27-7272
大分県別府市北石垣48-1
http://oita-kaori.jp　休館日／12月31日、1月1日
10:00～18:00（体験受付は17:00まで）
入館料／大人500円、大学・高校生300円
　中・小学生200円

1万発の花火があがるクリスマスファンタジア

今年も大分県別府市の冬の風物詩「べっぷクリスマスファンタジア」が開催される。今年は、12/21・22に開催となり、21日には子供たちとクリスマスソングを歌うハートフルなイベント、22日には寒い冬の夜を熱くするライブステージが開演。そして、なんといっても両日ともに見ものなのが夜空を幻想的に彩る冬花火。2日間合わせて約1万発以上の花火が澄んだ冬の夜空を飾る。今年は別府市で美しい花火を見ながら特別なクリスマスを♪

花火は両日とも20:00スタート!
大切な人とともに、夜空をキャンバスに花火が描く、幻想的な彩りでクリスマスを祝おう♪

べっぷクリスマスファンタジア2019
☎0977-24-2828
日程／2019年12月21日（土）・12月22日（日）
会場／的ヶ浜公園・スパビーチ

「ポプラ日生漁協しおじ店」BBQコーナーで旬の牡蠣を味わおう♪
BBQコーナーは1テーブル1,980円～

プリップリの身がたまらない！旬到来の日生かきを堪能しよう

「五味の市」の愛称で親しまれる日生の魚市場。今まさに旬まっさかりなのが、日生かき。牡蠣の成長に適した瀬戸内の海で、手間暇かけて育てられた日生かきは、大ぶりでしっかりとしたコクと甘みがある。毎月第一日曜日には「ぎょぎょっと祭り」と題した大感謝祭を開催し、獲れたてを大安売り！　向かいの「ポプラ日生漁協しおじ店」では、BBQコーナーで、購入した魚や牡蠣をその場で味わえる。旬の味わいをぜひ堪能しに行こう！

日生町漁業協同組合
☎0869-72-1181
岡山県備前市日生町日生801-4
http://www.hinase.net
五味の市／9:00～16:00
火曜定休（祝日の場合翌日）
ポプラ日生漁協しおじ店／5:00～17:00

牡蠣飯（限定20食）300円、焼きそば400円、牡蠣入り焼きそば600円
ガラエビ入り焼きそば500円、牡蠣入りアヒージョ（パン付）800円

前島フェリーで5分の船旅！旬の牡蠣を「牡蠣小屋」で♪

牛窓港からフェリーに乗って5分の前島港にある「まえじま牡蠣小屋」は、ちょっぴり旅気分も味わえる家族向けの牡蠣小屋。その日に水揚げされた新鮮な牡蠣を自分で選んで焼くのも楽しみのひとつ。初心者向けに焼き方や美味しい食べ方を教えてもらいながら、楽しいひとときを過ごしてみませんか？お腹いっぱいになったら、前島散策のお散歩コースもあり。ぜひ一度ご賞味あれ♪

一般社団法人 瀬戸内市緑の村公社
☎0869-34-4356
岡山県瀬戸内市牛窓町牛窓5662-4
【まえじま牡蠣小屋】
12月14日（土）～3月29日（日）、10:00～15:00
土・日・祝日のみ営業（平日は前日12:00迄に要予約）
料金／約1kg（牡蠣15～20個）1,400円（税込）

農村型リゾート「南和気荘」で心の原風景にひたる時間を♪

閉校になった校舎を利用した農村型リゾート「南和気荘」は、古き良き時代の面影を残しながら、研修や宿泊など幅広い用途に活用できる施設。どこか見覚えのある古い木造の建物。初めて訪れる場所なのに、何となく懐かしい。そんなノスタルジックな雰囲気が漂う空間。扉を開けば、木の温もりに満ちた空間が広がる。忘れかけていた思い出をよみがえらせ、心が充実するひとときを過ごそう♪

宿泊も可能で、様々な体験やアウトドアなどの遊びも楽しめる。
詳しくはHPをチェック♪

農村型リゾート 南和気荘
☎0868-64-0180
岡山県久米郡美咲町藤田上357
9:00～17:00　火曜定休
http://minamiwakesou.main.jp
※詳細は【南和気荘】で検索!!
チェックイン14:00、チェックアウト10:00

近畿百景第1位選出の絶景！五老スカイタワーで初日の出！

海抜301mの五老ヶ岳の絶景を北近畿屈指の展望タワー・五老スカイタワー展望室（有料）から、360度の大パノラマで愉しめる。併設のGORO SKY CAFE nanakoでは、人気の海上自衛隊監修「まいづる海自カレー」を提供中。海上自衛隊の護衛艦の航行も見ることができる。元旦は暖かい飲み物や食事を早朝から臨時営業で提供。元旦は五老スカイタワーで初日の出を拝もう！（初日の出の時間：7時5分頃）

【GORO SKY CAFE nanako】で人気の「まいづる海自カレー」
平日、土日祝10:00～18:00、12月～3月は17:00まで ※LOは各30分前

五老スカイタワー
☎0773-66-2582（五老スカイタワー管理事務所）
京都府舞鶴市字上安237　https://goro-sky.jp/
4月～11月／平日9:00～19:00、土日祝9:00～21:00
12月～3月／平日・土日祝 9:00～17:00
※入館は閉館の30分前まで　年中無休
入館料／大人（高校生以上）200円、小人（小・中学生）100円

湯巡り

毎年大好評の「カニ食べ放題プラン」、今年も開催！

【カニ食べ放題プラン】
日帰り／お一人様 5,680円(税別)
飲み放題(90分)は+2,000円

ペンション&コテージ
リゾートイン湯郷

☎0868-72-4019
岡山県美作市中山886-1
http://www.resortinnyunogo.jp
※カニ食べ放題プランは、12:00～15:00、17:00～21:00の内90分間の食べ放題日帰りプラン
※市内近郊8名様から無料近郊送迎大型バスあり。お気軽にお申し込みを。

湯郷温泉の高台にある「リゾートイン湯郷」では、3月末まで大好評の「カニ食べ放題」が愉しめる。ズワイガニの足食べ放題90分にカニ味噌甲羅焼きや天ぷら盛り合わせ、カニグラタンなど豪華な料理が付いた温泉入浴付き日帰りプランで、リピート率No.1の大人気プラン。ギュッと身が締まったカニは噛めば噛むほどに豊かな風味が溢れ出し、冬の味覚の王様にふさわしい美味しさ! なんと平日なら+3,000円で宿泊も可能で、運転代行サービスを頼むよりお得♪前日までの要予約、人気プランなので予約はお早めに。

▲ささゆりプレミアムプラン 極み

貸切露天風呂「ひめゆり」

30周年を迎える源泉かけ流しの天然温泉を堪能

ささゆり お一人様20,000円～
やまゆり お一人様16,000円～
【ささゆりプレミアムプラン「極み」】
お一人様49,800円～
【やまゆりプレミアムプラン「舞」】
お一人様39,800円～
※全て2名1室平日利用時(税別)

ささゆり外観

渡瀬温泉 けやきの杜
わたらせ温泉

☎0735-42-1185
和歌山県田辺市本宮町渡瀬45-1
https://www.watarase-onsen.jp
※その他、多彩なプランあり
詳しくはHPをチェック
※世界遺産「熊野古道」への無料送迎あり

熊野古道の聖地、熊野本宮大社からほど近く、豊かな自然に抱かれた「わたらせ温泉」は、熊野本宮温泉郷のひとつで、美人の湯と言われる重曹泉。敷地内には「ホテルささゆり」、「ホテルやまゆり」、「ホテルひめゆり」と3つの宿泊施設があり、どのホテルでも豊富な湯量と効能豊かな天然温泉を源泉かけ流しで楽しめる。現在、「ささゆり」と「やまゆり」では創業30周年を記念した特別プランもあり、それぞれ特別な料理と名物あまご酒を味わえるプレミアムプラン。この機会だけの味わいと美人の湯で至福のひとときを過ごそう!

【欲張り御膳プラン】
1泊2食付 お一人様10,000円～
※2名1室利用時

広島市国民宿舎
湯来ロッジ

☎0829-85-0111
広島県広島市佐伯区湯来町大字多田2563-1
https://www.yuki-lodge.jp
※その他、初心者にも安心のトレッキングプランなど多彩なプランあり
詳しくはHPをご確認ください
HPは【湯来ロッジ】で検索

ゆるりと刻が流れる湯来温泉で癒しの時間を満喫

1500年前に発見されたと伝えられる「湯来温泉」。その豊かな泉質を源泉掛け流しで楽しめるのが、"広島の奥座敷"として愛される国民宿舎「湯来ロッジ」。見事な景観と共にお湯を愉しめる露天風呂のほか、天然木を配した癒し空間が人気の大浴場でも源泉掛け流し。また、旬の食材を盛り込んだお料理も好評。地元近くで獲れた、ヘルシーで栄養価も高い自然の恵みを味わえる。その他、毎月第2・第4日曜日には、湯来伝統の神楽の上演もあり。歴史ある湯で芯から癒されよう。

北海道二股温泉から採取した純度の高い温泉石灰華をお風呂に循環させた温泉(人工温泉)で心身とも癒されよう!

総合交流ターミナル施設
ユメール

☎0969-26-4011
熊本県天草市五和町二江547
10:00～21:00(最終入館20:30)
火曜定休(祝日の場合は翌日)
入浴料／高校生以上500円、70歳以上400円、中学生300円、3歳～小学生未満200円、3歳未満無料
家族風呂(1浴室)
入浴料+1時間1,000円

イルカウォッチングの後は、ここでゆったり寛ごう

熊本県は天草市にある天草市総合交流ターミナル施設「ユメール」は、イルカウォッチングで有名な通詞島にあり、イルカウォッチングを楽しんだ後は、ここでゆったりと温泉を楽しもう。浴場からは、自然豊かな景観を楽しめるほか、運動施設などもあるので家族でものんびり過ごせる。また、店内には展望レストランもあり、名物の「コラーゲン(ウツボ)ちゃんぽん」や一番人気の天草名物ガネアゲのほか、定食メニューなどが味わえる。最高のロケーションと温泉、絶品の料理で極上の癒し体験を♪

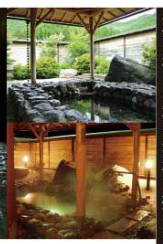
左写真:夷谷温泉
中央写真上:海門温泉
中央写真下:真玉温泉　山翠荘
右写真:花いろ温泉

豊後高田市観光協会

☎0978-25-6219
(豊後高田市役所商工観光課)
大分県豊後高田市是永町39-3
https://www.showanomachi.com
※くにさき六郷温泉 各施設の詳細は豊後高田市観光公式サイトをご確認ください

紅葉色づく豊後高田市で、くにさき六郷温泉の湯巡り

「昭和の町」として有名な豊後高田市には、6ヶ所の温泉があり、「くにさき六郷温泉」と称されて人気を博している。炭酸水素塩泉・硫酸塩泉・塩化物泉の3種類からなる塩類泉という泉質の全てを市内で楽しむことができ、これは"おんせん県"と知られる大分県でも非常に珍しく、3種の湯はそれぞれに効能が違い、もちろん6ヶ所全てで湯の加減も違う。シーズンを迎え、色づく紅葉とともに豊後高田市で湯巡りを愉しんでみては?



観光を楽しんだあとは、効能豊かな泉質の名湯で、ゆったりと癒されよう♪

洞川温泉センター

☎0747-64-0800
奈良県吉野郡天川村大字洞川13-1
11:00～20:00(受付は30分前まで)
水曜定休(祝日の場合は翌日)
料金／大人700円
小人200円(3歳以上小学生以下)
※団体(10名以上)は10%割引

「洞川温泉センター」は、世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」を望む洞川温泉街の入口にあり、地元だけでなく旅の観光客からも人気の温泉。名産の吉野杉をふんだんに使った建物で温泉情緒と木の温もりを感じられ、内湯の浴槽は檜でできていて木の香りに包まれながら、ゆったりとくつろぐことができる。泉質はやわらかでぬるめの弱アルカリ単純温泉。近くには豊かな自然と多くの観光スポットがある最高の立地なので、おでかけの際のちょっとした休憩に、ここで旅の疲れを癒していこう。

旅の途中に檜の浴槽で、癒しのひとときを過ごそう

良質な美肌の湯でほっこり♪
大浴場のほか、露天風呂や家族風呂もあり。

松原温泉

☎0947-42-1168
福岡県田川市伊田5030-1
10:30～23:00
第3水曜定休
入浴料／大人550円・小人330円
岩盤温熱浴+大浴場セット／800円
家族風呂／上記入浴料+550円(要予約)

天然温泉と岩盤温熱浴で湯上りはツルツル美肌♪

炭鉱節にも唄われた香春岳を望む高台に建つ松原温泉。ほんのりと硫黄のにおいがする良質な美肌の湯が好評で、ヌメリのある良質なアルカリ鉱泉。全ての浴槽に源泉を使用しており、中でも、掛け流しの露天風呂が好評。お風呂の他にも、女性専用の岩盤温熱浴もあり、発汗作用抜群なので美容・痩身を望むならぜひ♪また、休憩所もあるので湯上りにはここで休憩も可能。良質な美肌の湯と岩盤温熱浴を堪能して、美肌美人を目指そう!

お食事処では様々な単品メニューあり
【宿泊の方限定】朝食500円
ミニ会席1,500円、会席2,000円

伊川温泉
こうの湯温泉

☎0948-28-4126
福岡県飯塚市伊川82-33
9:00～23:00　年中無休
入浴料／大人700円、小人350円
家族風呂／上記入浴料+1家族300円
素泊まり／1名3,700円、2名5,200円、3名6,200円～(各6畳)

天然ラドンの名泉で、美肌に磨きをかけよう♪

八木山の麓に湧く、飯塚で人気の温泉「こうの湯温泉」。福岡県下で最高のラドン含有量を誇る自家源泉の湯は、効能豊かで名泉と呼び声高い。美しい庭園を眺めながらゆったりと浸かれる半露天大浴場のほか、家族風呂などもある。宿泊も可能で、リーズナブルなので家族連れなど幅広く人気。また、ラドン水は10ℓ100円で販売しており、飲料としても好評。その他、岩盤浴やサウナも好評で、湯上りにはビールや単品料理を楽しめる食事処もあり。温泉を楽しむならぜひ♪

バーコード対応の携帯電話をお持ちの方は、コードを読み取るだけで簡単に地図・WEBへアクセスできます

末に向けての「断捨離」のコツ

る 断捨離 2019→2020

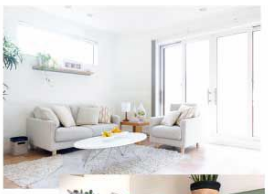
末なので、意識は大掃除や断捨離！ 一年の節目であり、令和初の年越しがやってくる。
たい気持ちでいっぱいの年末…。モノと向き合うことは、自分と向き合うこと。
パターンに気がつくことができたら、もっと楽に生きられるかもしれない。
心や体、様々な角度から整えていくと、本当に大切なことが見えてきそうですね。

+2℃

ワンポイントアドバイス

- 基本、部屋が散らかっていても死なないから大丈夫。
- 一気に片付けるのではなく、気になる1ヶ所から始めてみる。そこの「キレイ、スッキリ」が長持ちすると、また1ヶ所、また1ヶ所と増やしていく。

旦、ストレスに感じる時は、片付けない。
いつのまにかプラス思考になっていたり、良いことような気分に。
うものと、全く使ってないものを整理してみる。
ときは、業者さんとの打ち合わせに前に引き出しのると、本当に必要なスペースが見つけやすく、業者せに役立つ。



もようがえ

大掃除の時が模様替えのチャンス。
お部屋のイメージチェンジで運気もアップ！

株式会社 トリコロール イリエ
☎079-253-2938
姫路市花田町上原田307-3
（播但花田ICから約1分）
9:00～19:30　月曜定休
http://www.tricolor-irie.com
【Instagram】tricolor_irie

- オーダー枕や、マット、カバーなど寝具も豊富な品揃え。
- カーテンの試着・出張サービス承り中。
- 取り付け工事無料

赤い三角屋根が目印の「トリコロールイリエ」では、寝具・カーテン・生活雑貨などの商品がずらりと並ぶ。大掃除や断捨離をした後にお部屋の印象を変えたいなら、カーテンを替えてみては？ここには窓装飾プランナーも在籍しており、柄や質感も様々なカーテンを吊り見本で展示。お部屋をスッキリさせたら、理想のインテリアを実現しよう♪また、ますます朝晩が冷え込みが厳しくなるシーズン。お布団は大丈夫？寒さは我慢できると思い込んでいても、大切なのは睡眠の質。自分にぴったりの寝具でぐっすり眠れば疲れもとれてスッキリ！ どうしても捨てにくい思い出の詰まった布団は仕立て直しもお願いできる。汚れた羽毛を除去後、新しい羽毛をたして新品のようなお布団にリフォーム！ 専門店ならではの、様々なアドバイスや提案をしてくれるので、お布団・カーテンのことは気軽に相談に行こう！

体の断捨離

リラクゼーションサロン
Kim（キン）
☎080-2540-6092
姫路市御立西6-1-1 2F
12:00～17:00
不定休
※ご予約優先
http://www.relaxation-himeji-kim.jp

ガサガサ・カチカチかかと長年の悩みにお別れを。

毎日頑張っている「足裏」。気になっている方も多いかかとのケアをプロの施術でお試しあれ。ウオノメやタコ、ガサガサで硬くなった古い角質を取り除き、柔らかいかかとへ変身。また、第二の心臓と言われ、たくさんのツボがある足裏まわりの施術「リフレクソロジー」のついたコースで疲れた足もスッキリ。足裏だけでなく、気になるパーツから全身ケアまで施術ができるので、気になる方はお問い合わせを。

体の整理整頓

小顔美容整骨＋全身美容整骨（90分）8,000円（初回）

美容整骨サロン
RELINE（リライン）
☎079-269-8804
姫路市青山西2-25-13
ベルク青山103
http://reline88.com
月曜、祝日定休
10:00～19:00（最終受付17:30）

元に戻そう！骨の位置 整えよう！ココロとカラダ

「リライン」では、美容のための骨格調整として全身100箇所以上を調整し、骨を本来あるべき場所へと戻すことでリセットしてくれる。骨の位置がずれていることで内臓の位置も下がり、下腹がぽっこり出てしまうなどの悩みも美容整骨で解消！ 血流やリンパの流れ、呼吸にも良い影響を及ぼすため、自律神経を整える働きも期待できる。まずは、リセットする習慣から身につけよう！

リサイクル

キッズ・パーク
☎079-446-3848
高砂市春日野町4-37
（高砂西インター北側）
10:00～18:00
日曜定休
http://kids-park.jimdo.com

キッズ・マタニティ用品 何でも揃うキッズ・パーク

衣類・育児用品・玩具・絵本・DVDなど、キッズ・マタニティ用品のリサイクルショップ「キッズ・パーク」。子ども服はベビーから160まで。スノーウエア・スノー用品、クリスマス用品など季節のものも揃っている。クリスマスプレゼントに喜ばれる玩具もいっぱい。今では製造していない希少な商品を見つけるのもリサイクルショップならではの楽しみ。買取・委託随時受付。

悩み解消

カラフルパンダ
☎090-9704-7434
姫路市勝原区
（自宅サロンのため予約時に詳細住所をお伝えします）
10:00～17:00　不定休
※女性専用・完全予約制
https://ameblo.jp/kopanda0826/

モヤモヤからの解放。新しい自分探しに♪

女性専用リラクゼーションサロン「カラフルパンダ」では、色で今の自分がわかるココロ色診断をしてくれる。色のキーワードを使って解説し、自分の行動パターンや、価値観を知ることで次のステップアップに。今の自分を知ることで、ボンヤリした悩みから解放され、前向きなアドバイスも強みになり次への一歩にも。まずは今の自分をみつけに行ってみよう。

家計見直し

お金と向き合うことは自分と向き合うこと。
家計や保険を片付けるお手伝いをします。

(有)三宅保険事務所

☎ 0120-383-672

姫路市飾磨区鎌倉町5-1
9:00～17:00
土・日曜、祝日定休
miyake-hoken.com

50歳から用意する老後資金セミナー

日時／ご希望日、相談にて90分
場所／三宅FP事務所内
定員／2名様以上
費用／お一人様500円

三宅FP事務所、代表のファイナンシャルプランナー・三宅敬(みやけ たかし)さん。本誌モダンタイムスの要望に応え「50歳から用意する老後資金セミナー」を開催する運びとなりました。この機会にぜひお申し込みください。

金融庁が公表した、公的年金以外に2,000万円の老後資金が必要…という老後資金問題。言葉だけを聞いて不安になるのではなく、ライフスタイルによって異なることを念頭に置いて、今からできる老後の資金計画を具体的に考えていこう。お友達、姉妹、家族など、2名以上集まれば「50歳から用意する老後資金セミナー」を開催! お一人でのご相談も受け付け可能。お金のプロ・ファイナンシャルプランナーに相談しながら、悩みを解決♪ご希望内容での開催が可能。お電話またはメールにてお申し込みを!
お金のプロ・ファイナンシャルプランナーに相談し、家計の片付けをはじめよう。

ご予約・お問合せは電話orメールにて受付

※地域貢献としてセミナーをしています。保険勧誘などはありませんのでご安心ください。

おかたづけ

ダスキン 今宿支店

☎079-292-0964

姫路市北今宿2-6-9
日曜、祝日定休
平日／8:30～19:00
土曜／9:00～12:00
http://www.m-duskin.com

お片づけはプロにお任せ!
年始の掃除の予約もぜひ!

・浴室クリーニング 19,800円～
・レンジフードクリーニング 19,800円～
・エアコンクリーニング 14,300円～
※お掃除のサービスなど、年内は混み合っており、大変ご迷惑をおかけいたします。

断捨離したいけど家事まで手が回らない…そんな方には、ダスキンの人気の家事代行サービス「メリーメイド」! お得なコースやサービスもあるので、一度ご相談を♪お掃除のプロの手を借りてお片づけをスムーズに。また、キッチン・浴室などの水回りやエアコンのクリーニングなど、年始の予約も承り中。年末に間に合わなくても、年始から新たなスタートを切るためにもぜひ!

愛車とお別れ

車工房株式会社

☎079-322-8833

たつの市御津町岩見152
不定休
http://kurumakoubou.co.jp

愛車との別れは真心で対応してくれる「車工房」で

事業内容
・車の販売、車両の修理、メンテナンス、整備、板金塗装、ボディーコーティング
・レンタカー事業
・中古車、車周辺部品の買取や販売
・古物商
全各号に附帯関連する一切の事業など

免許返納のシステムが認知され、終活のひとつに加わり始めた車生活の終止符。免許返納と同時に不用になる愛車との別れは手続きや査定など面倒であったり、不安な事も多いはず。そんな時は親身に相談できる「車工房」におまかせ。愛車との別れだけでなく、修理や保険など車に関わることでお悩みなら、気になる事をそのままにせず、何でも相談してみよう!

早め早めが成功のカギ! 年末

大切なモノコト見つけ

断 入ってくる不要なものを断つ
捨 不要なものを捨てる
離 モノの執着から離れる

そろそろ年末
自分を見直した
そして、習慣や
モノに限らず、

断捨離について、編集部で話してみました。
気になる意見をピックアップ!

営業 M ・捨てない！活かす！
・「あそこにある！」と言う意識
・コレクターには断捨離という考えが無い！

営業 H ・お気いっきり捨てたいのに、捨てる場所に困る。
・空間が好きなので、物を棚にしまう。しまいきれないものは捨てる。
・要らない！と思った物はその時に捨てる(物に対してより気持ちの断捨離)

編集 K ・隙間の活用を考えながら、引っ越すつもりで片付ける！
・断捨離のシーズンは春と秋、大掃除もその時に。

編集 G ・すぐ捨てる
・たまにいるものも捨ててしまう
・人間関係も断捨離、LINE断捨離、電話帳の断捨離

編集 M ・服を捨てても捨てても無くならない…悩み
・食器棚の整理…欠けた食器を捨て、お気に入りの食器と交換。(年に一度は)
・「お気に入り」が見える収納を心がける

編集 U まさに断捨離中！ 悩んでいるのが嫁入りダンス。邪魔で捨てたいけど、なかなか捨てる勇気がなく、どうしたもんかと…

アドバイザー
渡邊 日沙子さん

- 片付けることが負担
- 「キレイ」が続くと、
が舞い込んでくるよ
- 必要なもの、よく使
- リフォームをすると
中身を仕分けてみ
さんとの打ち合わせ

宝石買取

宝石買取専門店
JRC 姫路店

☎079-285-2252

姫路市本町68-170
(大手前第1ビル1F)
10:00～19:00　木曜定休
https://www.fk-jrc.com/
【JRC 姫路】で検索!

宝石を愛する鑑定士に
見てもらうことから始めよう!

大切にしていた宝石は信頼できる鑑定士がいるJRCへ。姫路城のお膝元で15年、地域に根付く宝石買取専門店。大切にしてきた宝石を正しい価値で見定めるのはもとより、お気持ちに寄り添い高額査定を心がけるお店。その他、バッグ、時計などのブランド品も買取可能。手放す時に立ち会ってくれるプロはJRCがおすすめ!
※査定のみでも大歓迎♪遺品整理も承ります。有料駐車場1時間無料

兵庫県公安委員会 古物商許可証番号第631600900004号

宝石リメイク

カザリ工房

☎079-294-5058

姫路市船丘町293
ホワイトシャトー小林1F
10:00～18:00
木曜定休
http://www.kazarikoubou.com
※サイズ直しのみの方も気軽にご来店ください

大切なジュエリーを
あなたの一番近くに!

手離すのはもったいないけれど、身につけていないジュエリー。大切なジュエリーを身につけるためにできることは、サイズ直しだけでいいかもしれないし、新たなデザインでオンリーワンジュエリーに蘇らせるのもいいかも! 姫路で約40年の実績を持つ職人のオーナーが心を込めて蘇らせるリメイクのお店「カザリ工房」へ行ってみては? ※デザインの相談だけでも気軽にご来店ください

バーコード対応の携帯電話をお持ちの方は、コードを読み取るだけで簡単に当誌・WEBへアクセスできます

漢方臨床指導士
須見 幸子（すみ さちこ）

冬の肌トラブルを漢方・美容中医学でケア
「冷 え」

「寒さから身を守る」 ～シナモン

漢方学での冬は立冬（11/7頃）からはじまります。日は日増しに短くなり、冷たい空気を感じます。冬の生活養生ポイントは…

①必ず早く寝て、朝は日が差すのを待ってから起きる
②意思はつつみかくすように気持ちを抑え表に出さずそっと暮らす
③寒さを避けて温かくし、皮膚を出したり汗をかいたり発散するような行為を避けるそう、冬は蓄える季節なんです。

冬のおススメ食養生は…冷えにはシナモン茶・杜仲茶・ニラ・エビ・羊肉がおすすめです。シナモン（桂皮）は大熱といって非常に身体を温め、冷えからくる痛みの症状も軽減します。とくに胃腸を温め、消化機能を高めてくれます。シミや肌くすみにはオススメの食材です！

モダンタイムス限定特別メニュー！
漢方体質診断付き♪
冬の養生フェイシャルエステ
気になる方はぜひご予約を！

MENU
漢方体質診断付き
冬の養生フェイシャルエステ
60分　3,900円（税込）
※モダンタイムス読者限定の特別メニューです

漢方学をベースに植物療法をもちいたトリートメントコース。季節の養生にあわせてブレンドした精油が冬の肌トラブルをケアします。また、気血水や五臓（肝心脾肺腎）診断で個々に合わせた肌養生をアドバイスさせて頂きます。

とくながグループ直営サロン Sette carino（セッテカリーノ）
☎0791-61-9027
たつの市龍野町富永713-6 太陽ビル2F
無料駐車場あり　http://settecarino.jp/
10:00～18:30　水曜定休、不定休あり

SINCE 2010 AKITA DENTAL CLINIC

パートスタッフ募集
【受付・歯科助手】午前診、午後診
パート時給 950円～
【歯科衛生士】午前診、午後診
パート時給 1,400円～
※お問合せ・お申込みは下記☎へお気軽にどうぞ。

PickUP!

インプラント、定期検診は「あきた歯科」♪

一般歯科から歯科口腔外科・矯正・歯周病治療、ホワイトニング、インプラントまで幅広く対応する「あきた歯科」。口腔外科専門のドクターも在籍し、経験豊富な優しい女医さんもいるので、お子さんや女性も安心♪保育士免許をもったスタッフもいてバリアフリー完備なので、子どもからお年寄りまで、体の不自由な方も安心して来院できる。駐車場も広々でゆったり停められるのも嬉しい。むし歯や歯周病などで歯を失ってしまった場合、入れ歯・ブリッジ・インプラントという選択肢がある。中でもインプラント治療は、「ファインシア、POI、AQBなど様々なシステムを導入し、さらに強化。健康な歯を削る必要がないので、残った歯を守ることができ、仕上がりもキレイに。料金は一本30万円、二本50万円（セラミック被せ・手術料金・税込）。手術と聞いて怖いと思う方も笑気ガス、静脈内鎮静法で安心してて施術を受けることができる。その他、歯並びや噛み合わせにお悩みの方は最新の「矯正治療」を。ワイヤーも白色で目立ちにくく、思春期の子どもさんも矯正ワイヤーを気にせず、自然に笑顔♪また、ここは予防歯科としての診察にも力を入れており、症状が出る前に、定期的に処置やチェックに取り組むことで、口腔内の健康な状態を維持し、「悪くなるのを防ぐ」施術をしてくれる。「あきた歯科」へ、秋の定期検診に行ってみよう！

あきた歯科　☎0791-46-0177
赤穂市加里屋駅前町57-5　http://www.akitashika.jp
月～水・金曜 9:00～12:30/14:00～19:00、土曜 9:00～13:00/14:30～18:00　木・日曜、祝日休診

笠形山にある山間の日帰り温泉
大自然に囲まれた露天風呂でゆったりと…

■ **22周年記念スピードくじ！**
11/23（土）、24（日） 冬のぽかぽか、あったかグッズが当たる！（空クジなし）
※当日券、回数券、クーポンでご入湯の方限定。

■ **長野県 産地直送 ふじりんごの販売！**
11/30（土）、12/1（日） 時間 / 10:00～16:00

■ **露天風呂 かがり火！ 12月中（毎週土・日）**

■ **かさがたオーガニックファーマーズ もちつき大会！**
12/15（日） 時間 / 10:00～12:00（雨天決行）

天然かさがた温泉 せせらぎの湯
神崎郡市川町上牛尾2073-12　http://seseraginoyu.com
TEL.0790-27-1919　※LINE@はじめました！　お得な情報がスマホに届きます♪
※各イベント、営業時間の詳細は、ホームページでご確認ください。
せせらぎの湯　検索
中国自動車道「福崎インター」より、車で約20分
播但有料道路「市川南ランプ」より、車で約10分

国家資格者が用いる最新の治療技術を元に開発された
美容のための骨格調整技術です

肩甲骨を正しい位置へ猫背脱出の近道！！

全身100箇所以上を調整します。

姫路市青山にある美容整骨サロン「リライン」では、美容の観点から骨格調整により、健康へと導く施術を提供しています。むくみ、肩こり、頭痛、腰痛、猫背、O脚、X脚以外にも自律神経の不調なども、全身美容整骨を繰り返すことで、気がつけば改善しています。体型は美しく変化し、歩き方も変わり、何より笑顔が増えたと喜ばれています。リラクゼーション効果も期待でき、自律神経が整うことで普段の生活も快適！

脚の関節を施術することで、体重がうまくのせられるようになります。

手技の300倍の効果があるアクチベーターを取り入れています

美しくなることで健康に導きます

梨状筋を元に戻すことでヒップアップ！！

全身美容整骨に小顔調整と骨盤調整が含まれています。

自律神経測定器導入！

自律神経の不調が気になる方は、全身美容整骨の施術により、自律神経のバランスを確認しながら、医療との連携によるアドバイスを受ける二次コースも可能！より、健康を意識し、体質改善や未病のうちにリスク管理ができます。体調不良に悩んでいる方は、気軽にご相談を！

初回体験コース・小顔+全身美容整骨（カウンセリング付）8,000円/90分
※HPもご覧下さい！ 様々な悩みに対応しています。

RELINE リライン　美容整骨サロン RELINE（リライン）
☎079-269-8804（完全予約制・女性専用）
姫路市青山西2-25-13 ベルク青山103　http://reline88.com
10:00～19:00（最終受付17:30）　月曜、祝日定休

暮らしのInformation

お取り寄せ商品で、いつもの生活をもっと快適に!
あなたの暮らしをワンランクアップさせる情報

"りんご一筋"60年! 信頼の美味しさ、青森りんご専門店

アップルショップ大中　☎0120-050-197

真っ赤に熟れた青森産「サンふじ」は、なんと高糖度12度以上!　グルメ大賞も受賞したという自慢の味は一度口にすると誰かに贈りたくなる甘いしあわせ。鮮度・品質を保ちながら貯蔵できるりんご専用CA冷蔵庫の活用で、美味しいりんごを一年中お届けできる。中間業者をはさまない直接発送なので短い日数で新鮮なりんごをお届け。贈答用にもピッタリ♪ただいまご予約受付中、ぜひご予約を!

青森県青森市新城字平岡75-38
http://www.rakuten.ne.jp/gold/oonaka/
青森県産サンふじ5kg　家庭用(右)3,480円
青森県産サンふじ5kg　贈答用(左)4,900円
※消費税込、常温便送料込の価格となっております。

人気No.1の「ナイアガラ」。その上品な味わいをぜひ!

五ヶ瀬ワイナリー　☎0982-73-5477

九州のほぼ中央に位置し、九州山地に抱かれた美しい夕日の里・五ヶ瀬町にある「五ヶ瀬ワイナリー」。標高600mの寒暖差が、葡萄に糖度と酸味の絶妙なバランスを生み出し、採れたて葡萄で作るワインは、どれも絶品。オススメは、人気No.1を誇る上品な甘口の白ワイン「ナイアガラ」。大地の香りを詰め込んだ五ヶ瀬産葡萄100%のワインで、大人のひとときを愉しもう。

▲葡萄の芳醇な甘みとフルーティな香りが人気の「ナイアガラ」

宮崎県西臼杵郡五ヶ瀬町大字桑野内4847-1
年中無休　9:00～17:00
【オンラインストア】http://gokase-winery.shop-pro.jp
【公式facebook】https://www.facebook.com/gokase.winery
ナイアガラ 1,782円(税込)

毎日食べるものだから安心&安全な美味しいお米を!

お米の稲庭　☎090-9426-9809

良質米産地の新潟県、そしてコシヒカリ誕生の地である長岡市。そんな恵まれた米処で、自然にも人にも優しい低農薬にこだわったコシヒカリを専門に扱う「お米の稲庭」。午前中に注文すれば当日発送も可能というスピーディーな対応も嬉しい。精白・無洗米に加え、健康を気遣いたいけど玄米は苦手だという方には、七分・五分もオススメ♪毎日食べるからこそ、安心のお米を。

▲冷めても美味しいのでおにぎりやお弁当にもぴったり♪

新潟県長岡市中西1328
FAX: 050-3488-9288
Mail: inaniwa_y@yahoo.ne.jp
新潟コシヒカリ低農薬玄米10kg 4,700円
※税込、送料・精米料無料♪

アンツィアーナの商品で美と健康の心地よい暮らしを♪

株式会社アンツィアーナ　☎03-6276-9933

アンツィアーナでは、乾燥するこれからの季節に「ヴァセリーナアロマティカ」をオススメ。花粉症対策にも使えるワセリンなのでぜひお試しを♪また、ALAサプリメントの「アミノ5レブリン」も人気。体内で生産され、代謝を整える働きを持つALAは、美と健康を支えるのに重要な役割を持つアミノ酸の一種。美と健康のケアにぜひ。その他、もしもの時の備えに「プラスモイストシリーズ」と固定用品のセットも!

▲エイジングケアの強い味方として注目を集めている「アミノ5レブリン」

東京都杉並区荻窪3-47-18
http://anziana.shop-pro.jp/
ヴァセリーナアロマティカ 30g 2,500円(税込・送料込)
アミノ5レブリン 90粒入り 9,000円(税込・送料込)
キズのケアセット 4,000円(税込・送料込)

安全運転をエスコートする「ピカまも～る」「しそうビジネスサポート」では無料施工を開催!

先着10名様無料!

※ ヘッドライトの状態により、クリアなヘッドライトに戻らない場合もあります。 ※ 混雑時はお待たせしてしまう事もあります。

光量UPで視界も広がり夜間運転も快適になります!

"ピカまも～る"を使ってヘッドライトコーティングしてみませんか!

愛車のヘッドライトがなんだか白く汚れている、夜間走行時のライトが暗い、そんなお悩みありませんか? 「ピカまも～る」が、わずか5分の施工で解決いたします! 磨くのに時間がかかったり、ヘッドライト交換を勧められたが費用が高かったりで諦めていた方に、ぜひお試し頂きたいイベントを開催致します。気になる方は一度お問い合わせ下さい。

2019年 12月12日 木曜日

第5回 しそうビジネスサポート!

昨年に続き3回目の参加となる宍粟市でのイベントでは、なんと先着10台限定で無料施工を実施予定。ぜひこの機会にお試し下さい。

場所:山崎文化会館「しそうビジネスサポート」宍粟市山崎町鹿沢88-1
時間:10:00～16:00
施工に関するお問い合わせ:車工房株式会社 ☎079-322-8833

2017年

イベントではお客様の目の前で、「ピカまも～る」施工をご覧いただけます。

2018年

わずか数分で見違えるような仕上がりに! サンTVの取材も受けました。

〈施工例1〉

わずか15分で新車のような輝きに!

〈施工例2〉

一見キレイに見えるヘッドライトでも一度の拭き取りでこんなに汚れが!

CAR SHOP KURUMA KOUBOU
車工房 株式会社
TEL.079-322-8833
たつの市御津町岩見152　不定休　FAX.079-322-8834
http://kurumakoubou.co.jp　詳しくはQRコードから➡

バーコード対応の携帯電話をお持ちの方は、コードを読み取るだけで簡単に地図・WEBへアクセスできます

Himeji Victorina 2019-20

V.LEAGUE DIVISION1 WOMEN

応援の声をパワーに変えて頑張ります！

ホームゲームチケットが
大変ご好評をいただいており、
厚くお礼申し上げます。
その他兵庫県内の試合会場でも
皆さまの熱い応援を
お待ちしています。
詳しくはチケットINFOをご覧ください。

チケットINFO

V.LEAGUE TICKET Vリーグ公式チケット販売サイト

Vリーグチケット

http://vleague-ticket.jp/
info@victorina-vc.jp

Vチケならシステム手数料0円

Vチケならシステム手数料が無料！会員登録ももちろん無料です！

※他のオンラインプレイガイドと同様に発券・決済方法によって別途手数料が発生する場合があります。
※右記リンク先よりご購入ください。詳しい購入方法　はリンク先サイトにてご確認ください。

INFORMATION

ヴィクトリーナ姫路 年内試合日程

12/7 SAT
VS KUROBEアクアフェアリーズ
2試合目 15:00～
加古川市立総合体育館

12/8 SUN
VS JTマーヴェラス
1試合目 12:00～
加古川市立総合体育館

★HOME GAME★ 12/28 SAT
VS NECレッドロケッツ
1試合目 13:00～
ウインク体育館（姫路市立中央体育館）
テレビ放送 ボラ！ザンテレビ

★HOME GAME★ 12/29 SUN
VS 岡山シーガルズ
1試合目 13:05～
ウインク体育館（姫路市立中央体育館）
テレビ放送 ボラ！ザンテレビ

最新情報
ヴィクトリーナ姫路
オフィシャルウェブサイト victorina-vc.jp

お問い合わせ　株式会社 姫路ヴィクトリーナ
兵庫県姫路市下寺町43番地 姫路商工会議所新館4階　Tel：079-278-2023
HP：victorina-vc.jp　E-MAIL：info@victorina-vc.jp

HEART＋2℃ PROJECT
モダンタイムスは、
ヴィクトリーナ姫路を応援しています！

HEART＋2°C PROJECT EVENT INFORMATION

2019年11月/12月スケジュール

会場／姫路市岡町5 OSSビル1F　お問い合わせ・ご予約／モダンタイムス ☎079-295-8805

11/20 WED
11:00～17:00

イベント当日来られない方は
写メがあればお描きできます

ご予約優先！

kana.

にきゃら

似顔絵キャラクター「にきゃら」
- お似せにきゃら／1,500円（1点約20分）
- 魚等細かいオプション／+500円

ラミネートをしてお渡しします！

11/30 SAT
12/21 SAT
10:00～16:00

ご予約でも
突然の来店でもOKです！

カラーセラピー 美希

カラーセラピー マゼンタ

- カラーセラピー　20分/2,000円
- 天使のオラクルカード　20分/2,000円

カラーセラピーは心理学を使って自分を
見つめ直すツール。オラクルカードは対
人関係やお仕事、天使の優しい言葉で道
筋が見えるツールです。
両方同時にしても面白いですよ。

12/5 THU
10:00～17:00

ご予約優先ですが突然のご来店
でもOKです！

数秘&カラー®
上級プレゼンターLala（らら）

数秘&カラー®

- 【午前】プチセッション20分/1,500円
  お誕生日からみる数秘と1年のテーマをみます。
- 【午後】フルセッション90分/5,000円
  お誕生日とお名前から細かく数秘、テーマ、強みなどをみます。

数秘&カラー®は「ポジティブな数秘術」と「カラーセラピー」を融合した「気付き型幸せ創造メソッド」です。
美しいカラーカードとシートを使うのも魅力。

12/6 FRI
11:00～16:00

次のご予約が空いていれば
15分ごとの延長可。
数日前のご予約もOKです！

リラクゼーションサロン Kim

リラクゼーション マッサージ

- 15分／1,000円（税別）
- 30分／2,000円（税別）
- 60分／4,000円（税別）

ボディケア、ハンドケア、ヘッド、顔こりほぐし、
リフレクソロジーの5箇所から組み合わせ自由。
気になる箇所を選んで施術可能。

12/13 FRI
10:00～17:00

予約なしでも大丈夫です！
気軽にお越しください。

心 詞（みこと）

タロット占い& 姓名判断

- タロット占い 20分／1,000円
- 姓名判断　20分／1,000円
- タロット占い&姓名判断 30分／1,500円

タロットカードは、自分で引いたカードが答えをくれます。
現在、過去、未来はカードから
自分自身へのメッセージを受け取りに来てください。
姓名判断と組み合わせると、さらに自分再発見できそう！

12/16 MON
12/26 THU
10:00～16:00
※11/21㊍、11/28㊍は予約完売

人気のセラピー早い者勝ち！

手相セラピスト mikatea

手相セラピー

- 30分／1,500円（予約優先）

① 10:00 -10:30　⑥ 13:30 -14:00
② 10:30 -11:00　⑦ 14:00 -14:30
③ 11:00 -11:30　⑧ 14:30 -15:00
④ 11:30 -12:00　⑨ 15:00 -15:30
⑤ 13:00 -13:30　⑩ 15:30 -16:00

MODERN TIMES DE mikatea time

今年もお世話になりました

つい最近、明けましておめでとうを言った気がするのに、もう年末の雰囲気がただよってきました。あまりの時間の早さに驚きを隠せない編集長&mikateaです。
今年も残すところあとわずか、ということで今年を振り返っちゃう？と話したのですが、編集長もmikateaも「仕事しかしてない(笑)」ということでせっかくですので仕事ってなんだろ…働くってなんだろ…みたいなテーマで話してみました！ 編集長が思う仕事観。
過去失敗も多いけど、それだけに良い事も悪い事もやったことは返ってくるとを実感します。とのことです。
mikateaの思う仕事観、いつもシンプルで申し訳ないです。
ひとに優しく。
mikateaの仕事は人相手、究極の接客業です。なので隠していても人に対しての考え方や癖は否応なしに出ます。だから、たとえ今日限りに出会うことがないだろうコンビニの店員さんにさえ、きちんと笑顔、挨拶、するようにしています。ふとしたところに出るのが生き方です。
二人で話して共感した事は、先出しすることの大切さ。先に尽くすのが大事なんですよね。損得勘定ではなく尊徳を重んじて。
尊徳、すてきな言葉ですね。
編集長の言葉のチョイスにはいつも感動させられます。
今年はモダンスペースでのイベントをはじめ、mikatea timeというコーナーも持たせていただき、さらに、ゆうびん発信局の発足などみなさまに支えていただき実現したことがたくさんありました。
心から感謝、申し上げます。
みなさまは今年、どんな一年でしたか？ぜひぜひ振り返ってみてモダンタイムスまでご意見お寄せくださいね。

「mikateaの明るい悩み相談室」

ご応募はこちらまで！

モダンタイムス12月号
「mikateaの
明るい悩み相談室」係

言葉をもらおう！

宛先、お名前を記載の上、必ず封書でお送りください。
mikateaのみが開封いたします。

抽選で1名様にmikateaからお返事が届きます!!
さらに3名様には、モダンタイムスコラボのポストカードで「言葉」のプレゼント!!

〒670-0026
姫路市岡町5 OSSビル5F
モダンタイムス12月号
「mikateaの 明るい悩み相談室」係

※応募者相談の秘密は守り、個人情報は、お返事の目的以外には使用いたしません。当係に届くお便りは適切に管理し、本人の同意なしに第三者へ開示はいたしません。

NEWS
ゆうびん発信局
おてがみ向上委員会
うちだ まき
2019.11.23
手紙の小冊子「ふみぶみ」創刊

編集部コラム COLUMN Vol.06

自分の道で今を精一杯生きる

今年あったことを振り返ってみると、前半に起きた出来事は、まるで去年の出来事のように思える。今、こうして今年の後半にさしかかり、思うことは…。やっぱり何かに夢中になっていたい！という自分なりの答え。もちろん、安心や安定は、私も欲しい。でも、その思いをかき消すくらい、やりたいことに夢中で向き合えるって感動がある。正しいかどうかは分からないけれど、これまでだって人が持っているものは持っていなかったのだから、突然不安に思うことはない。人は誰もが自分の道を歩んでいて、一緒に歩いているようでも隣の道を歩いていると気づかされる。しかし、それを孤独とは言わない。気づいて初めて自分の道を意識できるのだから。いばらの道を選ぶ習性を思い出し、受け入れることにした。でも、年をとってきたので、ちょっとトゲ少なめ希望！ たまには図書館で時間を過ごしてみたい、などという願望は、今は捨てよう。あこがれの図書館に行けなくても、本屋さんには死ぬほど通っているし、仕事で多くの情報に触れることもできる。「もしかして、コレ面白いかも！」って感じながら、ワクワクすることもできる。これからもモダンタイムスが感動を運んできてくれるはず！ 今を精一杯生きるのが一番！

モダンタイムスのWebマガジン

愛からはじまるハートのまち

2019 市川町の鶴imo つるいも

さつま芋で元気をつくるプロジェクト

モダンタイムス編集部が食べ歩きしてきました！

商品を買ってアンケートに答えるといも味の**鶴imo**あめがもらえるよ!

鶴imoを使ったコラボ商品の詳しい情報はこちら…
今が旬の鶴imoグルメを沢山用意してお待ちしております。
この時期だけの甘い幸せを是非ご堪能下さい。
https://turuimo.jimdofree.com

12月下旬まで！
※イモがなくなり次第終了となります。

1 つるい元気カフェ

ここに行けば鶴imoの購入もできます！遠方からも大人気で問い合わせ続出

2 藤本製菓

芋あんサイコー！今まで食べた大福の常識をくつがえす美味しさ♪

3 珈琲専菓 sora

エスプレッソのシロップとお芋のいい香り

テイクアウト共に大人気♪エスプレッソのシロップをかけて食べる贅沢の極み！

4 ひまりん観光案内所

「鶴imo大福」や「鶴imoシフォンケーキ」が販売されています

8 リフレッシュパーク市川

映えます！大きさにビックリの「鶴imoかき揚げうどん」!お蕎麦もあり

7 にゅうにゅう工房

テイクアウト限定！お土産に買って帰ってお家で濃厚な鶴imoアイス味わいました

6 勢賀の郷

曜日と時間に注意して滑り込むべし！雰囲気と一緒に味わえる炭火焼き鶴imo

9 HARUN

しっとりシフォンケーキの中に鶴imoの食感と風味がたまらない

さつま芋を使った「元気プロジェクト」だって！

5 市川の里 千代

オーナーも「これ、さすがに美味しい」と手渡してくれたサービス盛り！激ウマ！

ベリカードって何？

ラジオなど放送局に受信したことを伝える受信報告書を送り、その内容が放送局に確認されると受信確認証としてベリカードが送られます。ノベルティやお礼の意味合いもあり、各局のオリジナルポストカードを収集するコレクターも多い。Verification Cardの略でVerification＝「検証」。裏付けによって確かめること。裏付けによって確かめられた状態のこと。

MODERN ベリカードとは？

読者の皆様と繋がるアイテムとして MODERN ベリカード始動！

播磨地域のどこかでMODERN　TIMESを入手して、読んでくださっている読者の皆様、ご愛読ありがとうございます。本誌の入手先や感想など記載事項を記入し、お葉書で愛読報告書を送っていただくと、愛読確認証としてベリカードでご返送いたします。毎月変わるオリジナルデザインのベリカード（ポストカード）を集めてみませんか？

愛読報告書を送って

"MODERN ベリカード"をもらおう!!

『愛読確認証』

応募要項

① 本誌の入手場所（方法）② 本誌の入手年月日
③ 郵便番号・住所 ④ 氏名 ⑤ 年齢 ⑥ 職業
⑦ 関心があるページ ⑧ 行ってみたいお店
⑨ 特集してほしいテーマ ⑩ ご意見、感想など
お待ちしております。

※応募はおハガキでお一人様「月に1回」のご応募まで有効。

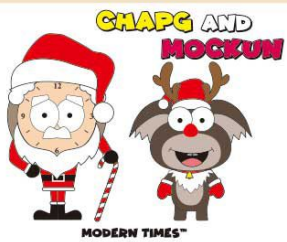
10月1日より通常ハガキは63円になりますのでご注意ください。
応募者の方に提供頂きました個人情報は、読者の統計情報や傾向把握に利用し、ベリカード送付の目的以外では使用いたしません。
尚、本誌読者コーナーで感想などを掲載する際、特定の個人を識別できる内容には致しません。

〒670-0026
姫路市岡町5
OSSビル5F
「モダンタイムス 12月号
モダンベリカード」係

12/15 必着

① 本誌の入手場所（方法）
② 本誌の入手年月日
③ 郵便番号・住所
④ 氏　名
⑤ 年　齢
⑥ 職　業
⑦ 関心があるページ
⑧ 行ってみたいお店
⑨ 特集してほしいテーマ
⑩ ご意見、感想

キャラクター紹介！



MOCKUN モックン

コアラとクマのハイブリッド

感情豊かで楽しいことが大好き！
自由奔放で探究心が旺盛。
スイーツが大好き！
興奮すると言葉が出なくなる。

CHAPG チャプジー

モックンの執事

ふだんは温厚だけど、いざとなると杖をふり上げ、怒りをあらわにすることもある。モックンの代弁者でもあり、モックンの為になることをする。

キャラクターのことを詳しく知りたい方は、
モダンタイムスのWebマガジンへ ➡

姫路市/40代女性

早いもので、今年もあと二ヶ月を切りました。少し前までまだ半袖で頑張ってましたが、さすがに朝が冷えてきたので慌てて長袖を出しました。毎年毎年一年が早くて困ります。笑　サービス業なので毎年12/31まで仕事なので、今年もラストまで突っ走りまぁす！

編集長より

本当に季節が変わりゆくのは早いですね。12月に入るともっと慌ただしくなりそうです。12月31日まで仕事をするサービス業のオーナー様を思うと頭が下がります。いつも誰かがサービスを提供してくれているから、当たり前に買い物や食事ができているのだと思います。

相生市/70代女性

初めて目にとまりました。楽しみにまた冊子をみようと思います。ありがとうございます。「編集部コラム」、「編集部通信」に書いてある内容に近いことは誰しも経験しているのでは…。今は亡き愛犬たちの話を家族とよくします。命の重さについて今まで考えたことはなかったが、全て見送ることができました。楽しい日々に感謝です。

編集長より

愛犬を見送られたんですね。最近は、知人ともこのような話をよくします。愛犬と過ごした時間のことや、見送った後の寂しさも話すことで少し癒されるような気がします。楽しい日々に感謝…その言葉の重さも感じます。何気ない日常の中に幸せがあるように思えます。

読者とお話しコーナー

プレゼントの応募ハガキやメールのメッセージをご紹介いたします！
※少し前のお便りも掲載しています

姫路市/30代女性

行動範囲内に配布場所が無いので手に取るのは久々なのですが、コラム欄がとても味わい深いことに気づきました。編集部通信のバイク事故の件は、自分が母親になったこともあり、とても感動しました。自分が我が子の危機に気づくことができるようにしたいなと思いました。

編集長より

コラムや編集部通信に関心を持っていただき、本当にありがとうございます。親になってはじめて気がつくことも多いですよね。自分が心配性だということに気がついたり、子どもには、気づかされることだらけです。年齢ごとに子を思ったり、親を思ったり、人生って忙しいです。

姫路市/30代女性

数年前から度々、モダンタイムスを拝読させていただき、主に女子会のお店探しをしてみたり、健康情報を参考にしています！

ですが今回、11月号の1ページ目を開いてみて驚愕だったのが、わたしの出身地が1面全て使って大々的に取り上げられていたことです！
数年前から地元を離れて暮らしていますが、地元のみんなも頑張っているんだなぁと、とても嬉しい気持ちになりました！「心の温度を2度あげよう」大好きな言葉ですが、まさにこのことだなと思いました。
田舎出身ということで、「不便なイメージしかない」「何も仕事がなさそう」と言われ、そんなことないよ と主張しても全く信じてもらえなかった悲しい過去があるのですが(笑)、そのトラウマを少し克服したように思います！
こうやって、モダンタイムスさんがいろんな地域をきめ細かく取材して広めてくださることで、いろんな人のたくさん気づきにつながるのだなと思いました。

ICHIKAWA-cho he AI wo komete…

早速わたしは、ひまりん観光案内所に行って鶴imo大福をゲットしてきました。鶴居地域にある実家にもプレゼントしてきました。とても甘くておいしかったです！
他の商品もゲットする予定です☆
いつも素敵な記事をありがとうございます。
これからもモダンタイムスさんを応援しています！

編集長より

嬉しいメッセージを編集部スタッフが発見！ 締め切り前ギリギリに間に合いました。今月も「鶴imo」食べ歩きして掲載させていただいています。本当にどれも美味しい商品やメニューに仕上がっていて感動！ 故郷は離れてみると懐かしいものですね。これからも地域の役に立てるよう頑張りたいと思います。

編集部通信

～ 言士（コトノフ） ～

私の勝手な思いつきで、言葉を大切にし、言葉をこよなく愛する、そんな人を「言士（コトノフ）」と呼ぶことにした。決してももちゃんのモノノフのパクリではない！　いや、やっぱり若干パクったのは認める。しかし、どちらも武士（モノノフ）の魂を敬うことに起をなしている。言葉の力や文字に込める想いは、それに通じるものがあるからだ。ちなみに、最近の私は「坂」にハマっている。「坂」と言っても勾配のある道の「坂」ではない。「のぎちゃん」と「けやきちゃん」のことだ。私を始め、この坂について熱く語る男たちとの会話は実に充実している。そんなわけで何度も言うが、決してモノノフのパクリではない。なんと言っても、この2つの坂が歌う曲は歌詞がいい！　絶賛ハマり中、のぎちゃんの「夜明けまで強がらなくてもいい」という曲の歌詞に「今日こそは、自分らしく生きる」という一節がある。誰もが思い悩むことでもあるが、自分「らしく」ばかり考えているうちに馬鹿「らしく」なる。同じような言葉で、「なすがまま、あるがまま」などと言うが、そんなことを続けているうちに「わがまま」になっていることも多い。まるで言葉の先には、類似した反対語も存在しているように思えてくる。そして、まさにそのことを歌っているのが、けやきちゃんの「アンビバレント」という曲だ。このアンビバレントという言葉は「アンビバレンス」の形容詞にあたる。その意味は「相反する」という意味なのだ。そしてその曲中に「あっちを立てる気もないし、こっちを立てる気だってまるでない。人間関係、面倒で及び腰」という歌詞がある。人は「いい人」であろうとするが、結局そういうことを続けていると、いつの間にか「都合のいい人」になっているものだ。人間関係は本当に面倒この上ない。さらに、この曲にはこんな歌詞が出てくる。「ちゃんとしてなくちゃ愛せない、ちゃんとしすぎてても愛せない」。オイオイ！どないせえちゅうねん！と言いたくなるのだが、なんとなくこの感情は理解できたりもする。この他にも紹介したい歌詞はいくつもあるのだが、それらは本当に奥深い言葉で構成されている。まさに「言士」と言えるだろう。そんな理由もあって、「坂」は今、不動のマイブームなのだ。多くの歌詞で取り上げられている人間関係や、自分自身の感情コントロールはいくつになってもつきまとう。「奉仕・尊敬・博愛・責任」という言葉はどんどん死語になり、このまま、○○ハラスメントが増え続けそうな世の中。この矛盾に満ちた生きにくい世の中を生き抜くため、私はのんびりゆっくり息抜くとしよう。

プレゼント Present

ハガキでご応募いただいた方には、当落に関わらずペリカードをプレゼントいたします♪

欲しいプレゼントの番号を書いて、ハガキ・FAX・メールで送ってね！

3名様

1名様

❶ QUOカード（1,000円分）

買い物の際、支払い時に何かと小銭が面倒だったりする。そんな近年、小銭が不要で便利なシステムが増えてきた。一番身近で手軽なのは、コンビニエンスストアなどでも利用が可能な、QUOカード。一枚あれば、お財布フリーでササッと買い物もスムーズに。プレゼントにも、何かと重宝する一枚！

❷ 龍の置物

来年の幸運を願って、龍の置物を1名様にプレゼント！　龍は、風水発祥の中国ではすべての運気やエネルギーを司る霊獣として、また日本では古くから龍神様として崇拝されてきた生き物。おうちのパワースポットづくりに一役買いそう！　令和二年も運気UPして、もっともっとハッピーに過ごそう♪

応募要項

①欲しいプレゼントの番号 ②郵便番号・住所③氏名・年齢・職業 ④電話番号 ⑤本誌の入手場所 ⑥関心があるページ ⑦行ってみたいお店 ⑧特集してほしいテーマ ⑨その他、ご意見・ご感想などお待ちしております。

ハガキ以外の応募方法

※ＦＡＸ　079-295-8815
※パソコン http://modernet.jp
※携帯電話 http://modernet.jp/p/

※応募は、PC・携帯・FAX・ハガキ各種「1回のご応募」まで有効。

〒670-0026
姫路市岡町5
OSSビル5F
「モダンタイムス 12月号 プレゼント」係

12/15 必着

①欲しいプレゼントの番号
②郵便番号・住所
③氏名・年齢・職業
④電話番号
⑤本誌の入手場所
⑥関心があるページ
⑦行ってみたいお店
⑧特集してほしいテーマ
⑨その他、ご意見・ご感想など

厳正な抽選のうえ、当選者の発表は発送をもってかえさせて頂きます。
応募者の方に提供頂きました個人情報は、読者の統計情報として傾向把握に利用し、当選賞品の送付目的以外では使用致しません。
尚、本誌読者コーナーで感想などを掲載する際、特定の個人を識別できる内容には致しません。

Modern times Information

新しい車で新しい年を迎えよう♪ 新車購入なら「SOLD OUT」へ！

新しい時代・令和が始まって、初めて迎える一年の節目。年末年始に新しい車に乗り換えて、気分一新して新年を迎えよう！　イオンタウン相生の向かいにある頼れる車屋さん「SOLD OUT」では、通勤用、買い物などの街乗り用、様々なニーズからオススメの車を提案。もちろんこだわりたい方には、希望の車種を伝えればオークションにも対応。また、下取りも頑張ってくれるので乗り換え希望の方もぜひ♪店頭にはチョイ乗りに最適な軽四各種取り揃え。まずはご相談からどうぞ！

SOLD OUT（ソールドアウト）
☎0791-56-6787
相生市那波西本町17-43
（DCMダイキ 相生店向かい）
10:00～19:00　水曜定休
※車検のご相談もぜひ♪

レトロな空間で くつろぎのひとときを♪

宝殿駅から南へすぐの「チゴイネルワイゼン」では、12時までのモーニングが好評。ドリンク代＋100円、＋250円、＋300円が選べ、バター・ジャム・アーモンド・ホットドッグ・クロワッサン・サンドウィッチの6種から選べるパンにサラダ・目玉焼き・果物が付いた「モーニングS」が人気♪ランチタイムには和風と洋風、どちらの味も楽しめるボリューム満点のランチ（880円）やかつめしランチ（730円）もあり。その他、オムレツクロワッサンセット（上写真、880円）もオススメ♪

コーヒー倶楽部
チゴイネルワイゼン
☎079-432-4336
高砂市米田町米田110-1
7:30～18:00　不定休
※スペシャルモーニングのみ13:30まで

心と身体にやさしいベジカフェ! まずはモーニングデビューから♪

日曜日のみオープンのベジカフェ「トリック&トリート」では、新鮮野菜をふんだんに取り入れたモーニングサービスが人気♪トーストセット（450円）、ホットケーキセット（450円）、ホットドッグセット（600円）、アーモンドバタートーストセット（600円）は9時から12時までで、無くなり次第終了。以降は、カフェ&バーとして21時までオープンしているのでぜひお立ち寄りを！ ※12/15（日）はイベントメニューのみ
※1階では、ルルベちゃん羊毛フェルトの教室あり

ベジカフェ トリック&トリート
☎079-284-5447
姫路市城東町竹之門33
ヘアーステーションWitch（ウィッチ）2階
9:00～21:00
https://4d6uk.crayonsite.info

新メニュー「眠れるヘッドスパ」で 別世界へ

・眠れるヘッドマッサージ　40分4,400円→3,850円
・デコルテからニの腕まで　60分6,600円→5,500円
・デコルテ、二の腕、背中ほぐし　75分8,350円→7,150円
・目専用のEMS（低周波）は眼精疲労からくる、首や肩のコリを軽減してくれる眼筋トレーニングはお試し10分1,100円～
※いずれもリラクゼーションメニューとの組み合わせがおすすめ。

無意識に奥歯を噛み締めていませんか？それは頭痛や肩こりの原因の一つ。「ドゥーシェヘアー」では、そんなつらい症状を改善する新メニュー「眠れるヘッドスパ」がスタート。心地良い音、香、個室空間で受けられるヘッドマッサージは、緊張を緩めて、とてもリラックスでき、疲労をリセット！　目の奥の筋肉を微弱電流でほぐしてくれるオプションを受けると、目を開けたときのクリア感はまるで別世界！ なにかと忙しい年末年始、ここで心身ともにリフレッシュしよう♪

Dusche hair&relaxation
☎079-299-5018（ご予約優先）
姫路市御立西6-1-1
9:00～18:00　duschehair.com
【LINE@】@dusche-hair
※LINE・HPからイメージ動画をチェック♪

フェイシャル & ヘッド

本格派は再生美容の ハーバルピーリングの体験を！

LINE@登録で下記メニューがお得！

ヘアエステ 予防コース
45分 通常9,900円（税込）→3,980円（税込）
薄毛、抜け毛の予防、育毛ヘアエステ
首、肩、眼精疲労の解消にも！
※ヘアチェック（15分）※施術時間には含まれません。スクライパー（5分）、EMS&LED機器マッサージ（ヘッド・肩・首）、セルバイタルローションEP導入、炭酸ヘッドマッサージ、トリートメント、※メイクジーナ、仕上げ

ハーバルピーリングコース
60分 通常11,000円（税込）→5,500円（税込）
シミ・シワの改善、ハリ、弾力アップ、ニキビ、ニキビ跡、毛穴の開きが気になる方！
クレンジング、ハーバルピーリング、洗浄（中和）、鎮静パック（強酸性電解水使用）※赤みが出ている場合は2回。SFシートパック（細胞成長因子&フラーレン）、ヘッドマッサージ、専用化粧品仕上げ

Slow esthetic × 再生美容
プライベート エステサロン
Ruban d'or
リュバンドール
☎080-4824-7244（完全予約制）
OPEN/10:00 - CLOSE/18:00
（最終受付はコースにより異なる）
定休日 / 日曜日、祝日（不定休有り）
※不定休はHPにてお知らせ
姫路市飾磨区今在家4-23（西飾磨駅徒歩1分）
※駐車場有り
スタッフ、スクール生募集中！
http://rubandor-if.com/

年に一度の大募集

スウィートベイビーキッズギャラリー

SWEET BABY KIDS GALLERY

毎年大人気のスウィートベイビーキッズギャラリー。2020年も300名様募集いたします！
ギャラリーモデル300名様を50名様ずつ6回に分けて、モダンタイムスのギャラリーコーナーに掲載させていただきます。
その中から「モダンタイムス表紙モデル6組様」を決定いたします。表紙モデルに選ばれた方には、改めて別日程にて表紙用撮影をお願いいたします。（無料）
表紙カットデータもプレゼント！年に一度の大募集です。この機会をお見逃しなく！！

募集対象　0〜5歳までのベイビー・キッズ

募集人数　先着300名様
【初参加の方】200名様
【参加経験のある方】100名様

参加費用　500円（展示写真プレゼント♪）

受付　フォトセラピータイムグラフ
2019年11月25日（月）10:00〜電話受付スタート!!（定員になり次第締切）
TEL.079-231-5567（お電話が大変混み合います。ご了承ください。）

ご注意点
- 撮影は2020年1〜6月中の平日です。ご参加は平日にお越しいただける方に限らせていただきます。
- ご来店やLINE、メールでの受付はしておりませんので、必ずお電話にてお申込みください。
- 1回のお電話で1家族様分のみ受付させていただきます。お友達やご親戚分は別途お申込みください。

「MODERN TIMES」の表紙モデルを目指そう！

2019年表紙モデルさん

先着50組様限定!!

Family Photo

参加費：15,000円
撮影・A4キャンバス・全データ付
撮影期間：2020.1/5-2/29
受付開始：12/2(月)10時〜
お申込みはお電話にてお早めに!!

1年のはじまりは、やっぱり家族から。
特別なイベントじゃなくても「家族」で大切な写真を撮ろう。

フォトセラピータイムグラフ
photo therapy timegraph
お申し込み・お問合せ　姫路市飾磨区加茂349−1　OPEN9:00-18:00 水曜定休
TEL.079-231-5567
http://www.timegraph.jp
Instagram
最新情報はこちらから

PHOTO THERAPY 10 TIMEGRAPH
Thank You!! 10周年
タイムグラフは来年2020年で10周年を迎えます。
これもひとえに皆様のご愛顧の賜物だと感謝しております。
10周年の感謝の気持ちを込めて、2020年も皆様に喜んでいただけるよう只今準備中です!! 詳細は随時SNSにてお知らせしていきます！

太子町立文化会館 あすかホール　揖保郡太子町鵤1310-1　お問合せ TEL.079-277-2300　※障がい者割引取扱いは、あすかホールのみです

大切なワンちゃんへ素敵な絵本の贈り物を…

わんこと一緒に読む絵本…。

2019 12/31 まで
完成本イメージ

完成本に貴方のお名前or愛犬の写真を掲載する権利つき！
（猫、小動物でも可）

クラファンチャレンジ中!

申込方法は2通りあります
QRコードから　左のQRコードを読み取り、プロジェクトにご賛同の上、リターンを選んで頂き、手順に沿って必要事項をご入力下さい。
お問合せ電話　☎079・230・0851　プーティーカフェ/島原

cafe PUUTEE SINCE 2008 project

カフェのマスターとママが作った…

完成本は2020年4月中旬お渡し予定。お名前は2,000円、ペットのお写真は5,000円のリターンからになります。 企画/制作：(有)愛工房 〒671-1107姫路市広畑区西蒲田350-1