にこにこ新聞

2022.11月号 NO.52
【毎月発行】

配布地域
・和泉市 ・岸和田市 ・泉南市
・泉大津市 ・貝塚市 ・阪南市
・高石市 ・熊取町 ・田尻町
・忠岡町 ・泉佐野市 ・岬町

【発行所】株式会社 サンライズ舎
〒596-0821 大阪府岸和田市小松里町 2497
◎お問い合わせ◎
TEL.072-443-7700
（平日 10:00～17:00）
FAX.072-443-7701
nikosunpaper@gmail.com
WEBページ
FAX・メールは24時間受付

あなたのギモン、情報をにこにこ新聞記者が探る！
みんなで発掘!!
詳細、情報提供はこちらから
「にこにこ特報班がいく！」
ギモン大募集！

大切にしてほしいこと

「傾聴」

東大谷高等学校
校長 長尾 文孝

皆さんに大切にしていただきたいことがあります。それは「傾聴」といって、相手の話に耳を傾けて熱心に聴く事です。私たちは多くの人との関りの中で毎日を過ごしています。ですから良好な人間関係を望む方は多いのではないでしょうか。その時に自分を理解してもらおうと自分が話すことに一生懸命になってしまうことが多いようです。しかし、本当に大切なことはまず他者の言葉や思いを受け入れることではないでしょうか。そして「傾聴」の姿が整うと「あなたと共に歩みたい」という気持ちがきっと相手に伝わります。

三重苦で知られるヘレンケラーは晩年のインタビューで「聴く・見る・話す」のうち一つだけ叶うとしたらどれかという少し意地悪な質問に「聴く」と答えました。理由を問われた彼女は「心に光が入るのは耳からだからです」と答えたそうです。聴くことで心に光が届くことがあります。私たちも「傾聴」を大切にして日々を過ごしたいものです。

未来を担う子ども達へ 教育ジャーナル

夢を叶える教育

大阪暁光高等学校には、保育士、看護師、教員、カウンセラー等の対人援助職をはじめ、将来のそれぞれの夢を応援する普通科（教育探究コース・幼児教育コース・進学総合コース）と看護科があります。

とくに20歳で看護師になれる「5年一貫の看護科」は広く認知され、信頼が寄せられています。2年次から始まる病院実習は、看護技術を学ぶだけでなく患者さんと直接関わり「患者に誠実に寄り添う看護とは何か」を考える機会となります。全修了生の合格率は99%。地域の医療現場で多くの卒業生が活躍しています。

また、大阪で一番たくさん入学者を迎えている人気の幼児教育コースは、同一敷地内にあるこども園での実習や生徒5人に教員1人のピアノレッスンなど、教室で学んだことを子どもたちの前で実演する体験型の授業を展開します。大阪千代田短期大学との連携授業は幼児教育の専門家が担当。5年でこども園などの先生を目指すことができます。

泉州・泉南地域からはスクールバスがあり、満員電車を気にせず通学できると好評です。

オープンスクール日程

※事前予約制（先着順）

● 第２回秋のオープンスクール
11月20日(日) 看護科 10:00～／普通科 14:00～

● 入試説明会
12月10日(土) 午前 看護科 ／ 午後 普通科
12月17日(土) 午前 看護科・普通科
＊10日と17日の内容は同じです

個別相談＆見学会申込み受付中！
日程の都合がつかない方に、随時、個別相談・見学会を実施します。下記電話でご予約ください。
☎ 0721-26-7098（入試広報室）

「鳳・泉ヶ丘ルート」「泉大津・和泉ルート」「貝塚・岸和田ルート」
「泉佐野・熊取ルート」「下松・光明池ルート」のスクールバスが便利！

大阪暁光高等学校
南海高野線「千代田駅」より徒歩約８分
☎ 0721-53-5281 FAX 0721-52-5782

リンパケアでこり・むくみ解消
初回限定 全メニュー ※お試しメニュー除く 50%OFF
癒しサロン
●お試しフットエステ /800円～ ●ソフトリンパボディ /10,000円～
さらに『新聞見た』でセットメニュー 3,000円分無料！
完全予約制
マツビューティー＆トータルエステティック BONITO GATO（ボニートガト）
インスタグラム
高石市綾園7-8-40-202 ■営業時間 /10:00～19:00
ご予約はこちらまで TEL:090-9999-8707

入試説明会・個別相談会日程
11/12(土)・11/19(土)・11/27(日)
12/3(土)・12/10(土)・12/18(日)
入試説明会 WEBにて要事前申込
Ⓐ午前 10:00～12:00 Ⓑ午後 14:00～16:00
○教育方針について ○進路指導について
○2023年度入試について・５教科の出題ポイント
＊説明会は全ての日程・午前・午後で同じ内容です
個別相談会 10:00～17:00
あべのハルカス入試説明会・個別相談会
11/26(土) 14:00～16:00
■詳細はホームページにてご確認ください。
■３密を避けるため、受付人数を制限致します。
■定員になり次第、受付終了となります。
学校法人 大谷学園
東大谷高等学校
堺市南区三原台 2-2-2
東大谷 検索
公式インスタグラム→
お問い合わせ▶入試対策部 ☎072-289-8069

1区画限定 土地約61坪
※別途共有持分 約25坪の1/3有り
信太山駅徒歩約7分（和泉市伯太町３丁目）
売主物件 仲介手数料 無料!!
プラン例
●建物 100㎡
●第二種中高層専用
●売主
●車４台以上駐車可
※別途費用有
2,980万円（税込）
詳しくはホームページへ YSホーム 検索
0800-888-8358 電話受付 9:00～24:00
14年の実績! 解決実績4,000件以上!
株式会社YSホーム
和泉市のぞみ野３丁目4番16号
土日祝日営業（毎週水曜日定休）営/10：00～21:00

土・日診察します
初診・急患随時受付
和泉府中
日本眼科学会認定 眼科専門医
井手眼科
診療科目
眼科一般・白内障・緑内障
小児眼科・レーザー治療 その他
■社保・国保・生保 各種保険取扱い 労災指定病院
0725-40-5015

受付	月	火	水	木	金	土	日
9:40～13:00	●	●		●	●	●	▲
14:00～19:00	●	●		●	●	●	▲

休診日 水曜、祝日 ▲第1・3日曜のみ休診
和泉市府中町2-1-3（府中のぞみクリニック上）
南海和泉府中ビル2階 駐車場完備

開智 和歌山
Make it better
Junior High School
Senior High School
2022年度 大学入試実績
（2022年3月卒業生268名）
国公立大学 124名合格
※文部科学省所管外の大学校を含む
私立大学 関関同立 125名合格
産近甲龍 282名合格
▲入試説明会等 お申し込みはコチラ
30th Anniversary
世界へ羽ばたく翼を手にいれろ。
開智中学校・高等学校
堺市内から約1時間、和泉市内から約45分で通学可／JR阪和線「六十谷」駅徒歩8分
和歌山市直川113-2 TEL.073-461-8080

にこにこ新聞読者限定♪ 特別メニュー
期間 11/1～11/30迄
本券をご持参頂きご注文時にご提示下さい 14時まで
◎前菜…黒毛和牛すじ肉のどて焼きと生ハムとキノコのマリネ ジンジャー風味
◎お魚…今が旬 秋刀魚の香草パン粉焼き イタリアンソース
JOYBULLカレーに変更できます
・名物コーンポタージュ・鉄板ヘレステーキ・鉄板で焼くジョイブルピラフ
・鉄板焼野菜・新鮮サラダ・シャーベット・コーヒー又は紅茶
読者限定特別メニュー ￥2,900（お一人様）（税込￥3,190）
※クレジットカード不可 ※他券割引券との併用不可
ステーキハウス ジョイブル JOYBULL
TEL.0725 44-9788
【ごちそう村 最上階】
ランチ 11:30～14:00 ディナー 17:00～21:30
◎月曜定休 ◎営業時間をお確かめの上、ご来店下さい。
ＪＲ阪和線「和泉府中駅」より天王寺方向へ300m "ごちそう村"

私立中学校・高等学校 申込不要
合同イブニング相談会 2022
日時 11月11日(金) 15:30～20:00
12月 9日(金) 15:30～20:00
場所 南海浪切ホール（4階交流ホール）
対象者 私立中学校・高等学校の受験を検討している方
内容 ブースによる個別相談形式
参加校 大阪体育大学浪商中学校・高等学校
近畿大学泉州高等学校
賢明学院中学校・高等学校
清明学院高等学校
羽衣学園中学校・高等学校
東大谷高等学校
※来場される方はマスクの着用をお願いします。
※入場される際、検温と消毒にご協力ください。
学校法人 浪商学園 大阪体育大学浪商中学校・高等学校
入試説明会〈中学校〉
■11/19(土) 13:30～ ●要申込 入試説明会・プレテスト
■11/26(土) 13:30～ ●要申込 入試説明会・入試直前対策講座
入試説明会〈高等学校〉
■11/5(土) 13:00～ ●要申込 入試説明会・クラブ体験会
■12/3(土) 13:30～ ●要申込 入試説明会・ワンポイントアドバイス
泉南郡熊取町朝代台 1-1 TEL.072-453-7001（代表）

リンパケアでこり・むくみ解消
初回限定 全メニュー ※お試しメニュー除く 50%OFF
癒しサロン
●お試しフットエステ /800円～ ●ソフトリンパボディ /10,000円～
さらに『新聞見た』でセットメニュー 3,000円分無料!
完全予約制
マツビューティー＆トータルエステティック BONITO GATO（ボニートガト）
インスタグラム
高石市綾園7-8-40-202 ■営業時間 /10:00～19:00
ご予約はこちらまで TEL:090-9999-8707

はり・きゅう・テーピング・スポーツ障害・猫背
なか鍼灸整骨院
なか
0725-22-4154
LINE@ でもご予約OK！ご登録はこちら
毎月開催 健康セミナー ★3面をご覧下さい

施術時間	月	火	水	木	金	土	日/祝
8:30～12:30	○	○	○	○	○	○	休
13:00～15:30	★	★	★	★	★	ー	休
15:30～20:30	○	○	★	○	○	△	休

○施術 ★自費施術 △14:00～17:00 ＜日・祝休診＞
なか鍼灸整骨院 検索 詳しくはWEBサイトへ→
泉大津市旭町22-49（南海本線泉大津駅徒歩3分） Pあり

地域情報

◆第1回「泉南四季音楽祭」秋《奏と舞》

日時　11月27日（日）13時～16時
会場　泉南市立文化ホール（泉南市馬場）
☎072（482）7767
出演　大阪府立久米田高等学校ダンス部
大阪府立和泉高等学校ダンス部
ムーディーズ（昭和歌謡インスツルメンツ）
シモンドラムスクール（イージー・ドラムサウンド）
＊ワークショップ　11時～16時
ヨーヨー釣り、キャンディすくい他いろいろ。
入場無料（要入場整理券）受付先着順400名
＊整理券取り扱い
文化ホール2F事務所、
または下記QRコードから

◆岸和田戎神社十日戎福娘募集

○年齢　18歳～30歳未婚の女性
○令和5年1月9日（月・祝）～11日（水）のうち2日間（午前9時～午後10時）ご奉仕できる方
○募集人員　20名　岸和田市・貝塚市在住者
○募集期限　令和4年12月10日
○応募方法　履歴書に写真（スナップ可）を添えて神社まで持参または郵送で
【お問合せ】岸城神社社務所
☎072（422）0686
岸和田市岸城町11-30

◆南泉州リレーウォーク9

脇浜戎・沢の八品社から紀州街道七曲りを辿る
実施日　11月19日（土）＊参加費300円
集合　南海貝塚駅西口　9時30分
申込み　往復はがき（住所・氏名・年齢・電話番号・返信先記入）・FAX
貝塚市海塚1-1-1「まちの駅かいづか」内　貝塚観光ボランティアガイド協会（11月12日必着）
【問合せ】TEL・FAX 072（432）1244（10時～19時）

ラヂオきしわだ FM79.7MHz　Music Effect

毎週火曜日 20時～21時
今月のイチオシ
オススメの音楽とともにちょっと真面目に芸能な日常を語り合う1時間。シンガーや声優、ダンサーなどがアシスタントDJを務め、芸能を志す方々を応援する番組です。
ラヂオきしわだ　radiokishiwada.jp

■ 旬の新鮮野菜が店内に並びます

セブン・イレブン北助松駅前店・高石高師浜店では店長が直接仕入れてきた旬の新鮮野菜をお手頃価格で提供。定番野菜はもちろん、農家さんが実験的に作ったちょっと変わったお野菜も登場するかも…。ご期待ください。
【お問合せ先】　セブン・イレブン 北助松駅前店
☎072（263）2488

岸和田市は市制100周年を迎えました！

永野 耕平 市長

大正11年11月1日、岸和田市は市制を施行し、今年、百寿を迎えました。皆さまとともに、この記念の年をお祝いできることを嬉しく思っております。

さらなる「飛躍」に繋げるために、これまでを大切に、そして刻一刻と変化する社会、環境、価値観や市民ニーズを柔軟に受け入れ、挑戦することで、将来を見据えた新しいまちづくりの第一歩を踏み出す決意をしております。

皆さまには、これまで同様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

岸和田市市制施行100周年記念イベント
岸和田城 EXPO ～未来への想い TAKEAKARI ～ 開催

100年間積み重ねてきた伝統・歴史を広く多くの方に知ってもらうため、岸和田市内を巡りながら岸和田にまつわる「謎解きイベント」や岸和田の竹を使用し岸和田城を中心とした地域一帯を照らす「竹あかりイベント」が実施されます。

【実行委員会より】市民参加型で作る竹あかりモニュメントを岸和田城内に設置するとともに、クラウドファンディングで集まった資金を元に、竹あかりオブジェを作成し、岸和田城や新型コロナウイルスの影響を受けている岸和田商店街などに設置し、竹あかりの光によって今までの100年とこれからの100年を照らし、岸和田の発展に寄与したいと考えていますので、ご協力をお願いします。

謎解き開催期間：10月22日（土）～11月19日（土）
竹あかり開催期間：11月5日（土）～11月19日（土）　詳しくはこちら→
会場：岸和田城周辺ほか　主催：岸和田市市制施行100周年記念事業実行委員会

にこにこ新聞10月号 読者アンケート結果

Q. 今、興味のある事 又はマイブームは何ですか？

■お風呂屋さん巡りに行きたい。（和泉市・60代・女性）
■タイドラマ。（貝塚市・60代・女性）
■子どもとプログラミング。（和泉市・40代・男性）
■ローストビーフ作り。今年になって電子レンジを買い替えましたが、ローストビーフを作れる機能が付いており、シーズニング後にスタートボタンを押せば美味しく出来上がるので簡単です。（岸和田市・60代・男性）
■毎日千歩を目指しています。（岸和田市・50代・男性）
■マウンテンバイクで林道走行。（和泉市・50代・男性）
■最近ホームベーカリーで食パンを作っています。湯だね食パン、コーヒー味の食パン、生食パンなど買うより美味しいです。（和泉市・40代・女性）
■自分で腕時計の電池交換をしています。（泉大津市・40代・男性）

読者の声

他、多数のおハガキありがとうございました。
10月号読者ハガキより

●ドラッグストアで働いています。セミセルフのレジになり、年配のお客様に「こんなもん年寄りにできるか！」と大声で怒られることもあります。また「時代の流れに年寄りもついて行かなあかんな～。また教えてな」と、前向きな方もいらっしゃいます。自分も還暦に近づいてきて、後者のようなお年寄りを目指して日々過ごしたいと思います。（岸和田市・50代・女性）

●結婚が決まり家から出る日が近づいてきて毎日寂しくなっていますが、寂しいと思えるくらいに大事に育ててもらったんだなと気づきました。（貝塚市・30代・女性）

●要介護5の父と二人暮らしです。3年前までは元気で、米も作っていました。転倒がきっかけです。週4日デイサービス、週末はショートステイ。仕事も続けながらですが、デイやショートのおかげで何とかやれています。感謝の日々です。（高石市・50代・女性）

●くだらない報道番組や、いい加減なワイドショー番組を観るたびに、多くの日本人が真面目に生きていく上で、必要としている正確な情報の入手方法について、毎日悩んでいます。（岸和田市・50代・男性）

読者の声▶ WEBでも公開中♪

皮膚科・形成外科 大阪いけだクリニック　Dr.森川の美容お悩みコーナー

加齢によるたるみで凹凸。若々しく見せたい（54歳女性）

加齢に伴い変形を来たす原因は、弛緩（たるみ：張りの低下）と下垂（重力に負ける）と減量（組織量の低下）です。弛緩は表面からのレーザーなどで治せます。そして下垂にはリフトが要されます。そして下垂して膨らんだ部位の下がくぼみ、弛緩してしわになると同時に、減量するところがあります。顔立ち（骨格）にもよりますが、溝が決まって出来る部分があります。下眼瞼の眼窩縁の半円形の溝、所謂ゴルゴ線やほうれい線。そして頬骨の高い人は目尻や頬がこけます。ここを充填すれば印象が若返ります。

PRP療法が安全で最適です。身体組織を増殖保持させる成分を血液中から作り出して使う、再生医療の一種です。血液中から抽出した成長因子タンパクをくぼんだ部分に注射すると、見事に平らになります。両側一部位で1ccが目安で10万円＋消費税からですが、クマやコケが埋まって若返ります。

予約制　●池田先生 外来日：11月14日（月）
●愛知医科大学教授 柿﨑先生の眼瞼下垂外来日：11月5日（土）・12日（土）
◆診療時間　午前10:00～12:00（月・火・水・木・金）
午後17:00～19:00（月・火・水・金）
※予約制（月～金 13:30～17:00 土10:00～19:00）
◆休診日　日・祝
和泉市葛の葉町60-11 ☎0725-44-4481
大阪いけだクリニック 検索

天然クエ料理開始！

休暇村紀州加太では、11月から天然クエ料理が始まりました。

秋から冬が旬のクエは、脂が乗った旨味を持ち、かつ上品な味わい。骨の周り、身と皮の間には、とろとろにおいしく、コラーゲンが非常に多く含まれるゼラチン質が豊富にあり、お肌の乾燥が気になる時期に、クエを食べてお肌もつややかに。

天然ミニクエ会席（6,980円／税込）

日帰りでリーズナブルな「天然ミニクエ会席」は、天然クエの小鍋他、薄造りや釜飯など、天然クエがたっぷり味わえてお得。

紀淡海峡の絶景と温泉が楽しめる「休暇村紀州加太」で、この時期ならではのお料理コースをぜひご賞味ください。

【予約・お問合せ】
休暇村紀州加太　和歌山市深山483
☎073（459）0321

新・ホスピス日誌　純子先生が行く

44歳の彼女は実家に帰ってきた。働き盛りの旦那様が末期がんの妻の在宅療養を支えるのは難しい。実母は「一緒に過ごせる時間がもらえて嬉しい」と迎え入れた。母は昨年、夫（つまり彼女の父）をがんで亡くしたばかりだった。

約2年前、子宮肉腫と診断された。子宮や卵管を摘出し抗がん剤治療にも耐えたが、1年半で根治不能と判断された。脳、髄膜や肺に次々と転移し、1ヶ月前ついに意識障害、頭痛のため緊急入院となった。コロナ禍で面会も出来ない中、家族に会いたくて在宅療養を選んだ。

「自分で歩いてトイレに行きたいな。」「やりかけていたクロスステッチやりたい。」脳転移巣がたくさんあってすぐ脳が浮腫んでしまうが、ちゃんと会話出来る時間もあった。母との二人暮らしは気儘で楽しげで、量は食べられないが好きな食べ物を楽しんでいた。

急に発熱したり、夜中に腹痛を訴えたり、看護師は毎日訪問した。下痢便秘もあって下のお世話も大変。足が攣るからマッサージも。母とほぼ一心同体状態で、2週間が過ぎた。

「呼吸がおかしいです。」と、落ち着いた母の声。電話を受けた看護師はすぐ私を呼んだ。「家で、居られて良かった。」泣かない母が、痛々しかった。旦那様や息子さん達も見守る中で、呼吸が静かに止まった。

医療法人 葵会　にしだJクリニック
岸和田市西之内町39-44 ☎072（448）6644

読者プレゼント

応募締切 2022年11月13日 消印有効
お一人様1回のみ応募可。複数枚でのご応募は無効となります。

①ご希望のプレゼント名　②この号でよかった記事・広告
③にこにこ新聞をどこで入手しましたか？
④この1年で印象に残った出来事は？（個人的な事でもOK！）
⑤にこにこ新聞メルマガへの登録を希望されますか？
（メルマガ詳細は下段広告参照）
→右記質問の回答および ●住所 ●氏名 ●年齢 ●電話番号 ●メールアドレス（必須）を明記しハガキもしくはWEB（コード読取）にてご応募下さい。抽選で左記賞品プレゼント。

〒596-0821
岸和田市小松里町2497
「にこにこ新聞
プレゼント係」まで

※当選者の発表は厳正なる抽選の上、賞品の発送もしくはメール配信をもってかえさせていただきます。※個人情報は当社にて厳重に管理し、プレゼントの発送以外の目的では使用致しません。

夢七変化菓子 天狐之月　5名

夢七変化菓寮 しろきつね 泉大津店
〈10個入り2,322円（税込）〉
●『にこにこ新聞』まで直接、引き取りに来る事ができる方限定
●引き換え期限：2022年12月2日まで
包装に風呂敷と狐のお面付き

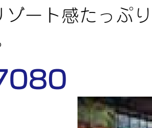
老舗和菓子店『菓匠あさだ』が手掛ける和菓子店。和泉市とタイアップして作った「夢七変化菓子　天狐之月」は、『いずみ小川いちご農園』のいちごソースを絡めて作ったりするなど、泉州の美味しい食材をできる限り使っています。ぜひ一度、芳醇な味わいのチーズ饅頭をご堪能ください。

TEL.0725-58-6226
泉大津市東豊中町3-1-15 うお健ビル1F
◎営業時間/12:00～20:00　◎月曜日定休

Lucy's Aina（ルーシーズ アイナ）　1000円分お食事券　10名

（平日のランチのみ）
※有効期限：2022年12月1日～12月26日迄
テイクアウトではご利用いただけません
Hawaiianをベースにリゾート感たっぷりの空間となっております。

低カロリーでヘルシーな「ポキボール」



TEL.072-437-7080
岸和田市地蔵浜町7-1
◎営業時間/9:00～16:30
（土曜11:00～16:30）
★ランチ11:00～14:00
◎水曜日、第2・第4・第5土曜日定休
@lucysaina

対象：1歳～2歳　先生と遊ぼう！折紙制作と、和太鼓遊び！
日程　無料　要予約　11/26（土）・11/30（水）　◆午前10:00～10:40
対象：3ヶ月～1歳　ベビーマッサージとママもアロマで癒しを！
日程　無料　要予約　11/25（金）・11/26（土）　◆午前11:00～11:40
対象：1歳半～2歳　さくらクラス 親子体験教室　無料　要予約
絵本の読み聞かせ・折紙制作、和太鼓で遊ぼう！
日程　11/22（火）・11/29（火）　◆午前10:00～10:50
いずれの日も育児相談をお受けします
本園看護師と保育経験豊かな先生にお気軽にお声がけください。
※ご来園の際はマスク着用のご協力をお願い致します。
個別見学 随時受付 要予約
学校法人 福原学園　認定こども園　上代幼稚園
6ヶ月から入園可能　月曜から土曜 7:00～19:00
和泉市上代町138-3 TEL.0725-41-2153
ブログはこちら↓

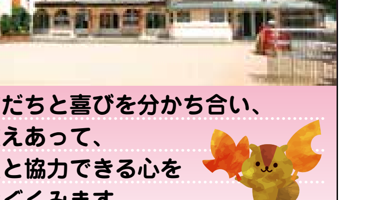
11月『医療講演会』オンライン開催
※講師、講演内容が変更になる場合がございます。
11/2（水）14:00～『がん検診を知ろう』がんシリーズ／『子宮頸がんとワクチン』がんシリーズ
11/7（月）14:00～『がんの相談窓口を知ろう』がんシリーズ／『家庭内での急変時の対応（BLS）について』
11/9（水）14:00～『胃がん診断治療』がんシリーズ
11/15（火）14:00～『胃を切ったら何が変わる？～胃がんの手術と術後障害について～』がんシリーズ／『手術後のリハビリについて』
11/18（金）14:00～『再生不良性貧血』難病シリーズ
11/21（月）14:00～『内視鏡検査について』／『心不全の新しい考え方』
※医療講演会に参加するには、ミーティングIDとパスワードが必要です。詳細はホームページをご確認ください。
和泉市立総合医療センター
<お問い合わせ> ☎0725-41-1331（代）地域連携センターまで

厳選した高級食材を使用、職人の技が冴えるおせち
特選おせち
予約受付中　申込期限 12/24（土）
早期ご予約特典　★12/10迄ご予約の方「焼鯛一匹」プレゼント
●引き渡し日 12/31　宅配又は店頭引き渡しとなります。
●店頭引き渡し 更に5%割引
数量限定 ※無くなり次第終了
▲三段おせち（気候・仕入れにより多少内容が異なる場合がございます）
◆三段おせち 30,000円（税別）（税込33,000円）
◆二段おせち 20,000円（税別）（税込22,000円）
二段おせち
三段おせち お品書き
【一の重】ロブスター、活あわび福良煮、子持ち鮎甘露煮、サワラ西京焼、ブリ幽庵焼、梅くらげ、本カラスミ、味付数の子、若鳥2色巻、かつおくるみ、まんじゅう、紅白レンコン、テリーヌ、合鴨ロース山椒焼
【二の重】紅白かまぼこ、田作り、柚子だて巻、ローストビーフ、浜焼ホタテ、銀鱈塩焼、ゴボウ巻、くわい、さつまいもレモン煮、タイの子、棒ダラ、バイ貝、まんじゅう、錦玉子、紅白はじかみ
【三の重】どんこ椎茸含め煮、有頭海老うま煮、栗きんとん、丹波黒豆、鮭昆布巻、一口昆布巻、味付イクラ、梅人参含め煮、たたきごぼう、市松巻、小川巻、真蛸旨煮、京餅てまり、いか松笹焼、花つつみ
※折の大きさ…7寸（約21.4cm）

大阪府 プレミアム食事券が使えます！！
今が第二の旬！！ 期間：11/3（木）～11/29（火） 1日10食限定 ※電話予約が便利
穴子好きのためのづくしコース
◆ランチ 2,000円（税別）（税込2,200円） ◆ディナー 3,500円（税別）（税込3,850円）
★他、一品料理など多数ございます。
★写真はディナーとなります。
※その日の仕入れにより内容が変わることがあります。
すしん坊 岸和田店 ★夜の通常営業始めました ☎072-420-5757
岸和田市土生町7-2-29 休 水曜日（祝日の場合は営業） 営 ランチ：11時～14時、ディナー：17時～21時（L.O.20時半）

筋肉の深部に届く黄金の手技を持つ「技人」仲院長の「下半身のストレッチ」セミナー
◎ 11月22日（火） 14:00～
参加無料　★参加希望の方はお問合せ下さい。
なか鍼灸整骨院 ☎0725（22）4154
泉大津市旭町【南海本線泉大津駅東徒歩3分】

地蔵浜みなとマルシェ フリーマーケット
■ 11月…13日（日）、27日（日）
・時間/9:00～15:00　・無料駐車場あり
※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合がございます。
〈お問合せ〉大阪府鰮巾着網漁業協同組合 ☎072-423-2518

園児募集
●入園対象者　1歳児～5歳児（3号、2号、1号認定）
●子育て支援　未就園児とその保護者を対象
Mama's カフェ　ほっと相談室　おはなし広場　ひよこ教室

友だちと喜びを分かち合い、支えあって、人と協力できる心をはぐくみます。
詳細はホームページでご確認下さい。
学校法人ザビエル学園　幼保連携型認定こども園　春木カトリック幼稚園
岸和田市吉井町1-6-15 ☎072-443-5225
■開園時間/7:30～19:00　■自園給食/週6回　■通園バス/あり　■駐車場/あり

からあげ 金と銀 熊取大久保南店
11/12（土）OPEN!
揚げたて！ カラッとじゅわる～
生姜・にんにく不使用　醤油ベースの秘伝のタレ
子供から、おじいちゃん、おばあちゃんまで愛される逸品！ やみつきの味！
絶品つけダレで ウマさ倍増！

からあげグランプリ 金賞受賞
揚げたてのご予約は 公式LINEもしくはお電話から！
熊取大久保南店 TEL.072-453-2238
泉南郡熊取町大久保南2-17-1 くましん整骨院の横 営 11:00～20:00
公式LINEアカウント　友達追加で『つけダレ』1個プレゼント！
こちらをスマホで読み取ってください→

ベルコ シティホール
岸和田グランドホール ANNEX　シティホール五軒屋
NEW OPEN!
家族葬　一般葬　社葬　ご法要
お葬儀の規模・価格 どんな事でもお気軽にご相談下さい

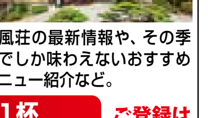
グランド会員募集中！ 会員様にはお得な会員価格でご提供いたします。
0120-43-4304　年中無休 24時間対応
岸和田市五軒屋町24-21

にこにこ新聞 カルチャー倶楽部
スマホ・パソコン教室 花日和　JR阪和線下松駅下車 徒歩約12分
パソコンで年賀状作りにチャレンジ！ ★住所録編
パソコン初心者の方でも簡単に年賀状を作ることができます♪分からない事があっても講師がそばにいるので気軽に聞けて安心です！
●体験レッスン2時間：1,100円
●教室内の機器利用料：無料
TEL:072-477-3238［講師/成願（じょうがん）］岸和田市上松町4-11-16
アーリーバード ギター&ウクレレスクール　南海忠岡駅下車
「楽しみながらギターを学ぶこと」がモットーの教室。初心者から経験者までレベルに合わせた個人レッスンで丁寧に指導します。
●レッスン代：月1回3,500円 月2回6,000円
●レッスン用ギター、ウクレレは貸出可
TEL:0725-22-2114［講師/奥野］ http://earlybirdguitar.net/
※詳細は各教室までお問合せください。
あなたのスクールも掲載してみませんか？
カルチャー倶楽部掲に関するお問合せはコチラまで→

にこにこ新聞 メールマガジン 会員募集中　メルマガ登録無料
好評掲載中♪
●今月の占いコーナー
●地元のお店紹介やクーポン
●『医療・健康』お話会開催情報
地元のことがよく分かる！
メルマガ限定 読者プレゼント有り！
人気NO.1!! 今月のパワースポット
WEBにて配信記事掲載中

スタッフ募集！ 詳細はこちらまで　★お気軽にお問合せ下さい★ TEL:072-440-3050
シティホールスタッフ オープニングスタッフ
＼未経験者・接客が好きな方歓迎／
葬儀施行担当者（業務委託）
●研修期間/2ヶ月～5ヶ月
●研修期間は、最低月25万円保障　現在30名勤務中
研修後 月30～50万円以上
来年春までに7会館OPEN予定
■ロビー係（受付・案内）
●時給/1,023円 ※別途手当有 ※交通費支給有
●時間/1日4～7時間　長期・毎日勤務できる方歓迎
●勤務地/ご希望のシティホール会館 ※ご希望の勤務地をご説明・紹介致します。
■会館料理手伝い
●時給/1,023円 ※交通費支給有　●時間/10:00～18:00の間で4～5時間勤務できる方
●勤務地/ご希望のシティホール会館 ※ご希望の勤務地をご説明・紹介致します。
岸和田市 五風荘
■配膳スタッフ 着物にて料理の配膳などを行います［時間/10:00～22:00の間 5時間程度（シフト制）］
■事務スタッフ 電話対応、パソコン入力、資料作成 他［時間/10:00～19:00の間で 5時間程度］
共通　●時給/1,023円 ※交通費支給有　●土日祝勤務できる方　土日祝のみの勤務も可

メルマガ会員募集中！ 最新情報をお届けします♪
PAN PARI

新しいスタイルの焼きたてパン "パンパリー"
五風荘

五風荘の最新情報や、その季節でしか味わえないおすすめメニュー紹介など。
五風荘 ドリンク1杯 サービスチケットプレゼント
※登録後、メールにて配信 ※お一人様1回限り
ご登録はコチラ
※個人情報は厳重に管理し、プレゼント特典以外での目的では使用致しません。
岸和田グランドホール 0120-16-3390 岸和田市小松里町2512 https://grandhall.co.jp/

スタッフ募集！（パート） にこにこ新聞 ●編集・広告制作スタッフ、営業補助 ●土日祝休み 詳細はお問合せ下さい 株式会社 サンライズ舎 TEL.072-443-7700（平日10:00～17:00）

「ストリートピアノ in 自泉会館」自泉会館のピアノで演奏してみませんか　日時：11月6・8・10・11・13・15・16・17・18・19日の18:00～20:00
「ストリートピアノのように誰でも演奏することができます。　会場：岸和田市立自泉会館ホール ＊参加費：無料（譲り合って演奏してください）
問合せ：岸和田文化事業協会 ☎072（437）3801

糖尿病の慢性合併症　～糖尿病神経障害～

市立岸和田市民病院　代謝・内分泌内科　花岡 郁子

糖尿病神経障害とは、糖尿病によって引き起こされる神経障害のことです。高血糖が続くと、末梢神経の代謝に異常をきたして不必要な物質が溜まってしまったり、神経に栄養を与える血管が傷ついて血流が低下したりすることで、結果として神経の働きも障害されてしまいます。複数の神経に同時に機能不全が起きる「多発神経障害」と、1本の神経のみに損傷が起きる「単神経障害」があります。日常臨床では多発神経障害の方が多くみられ、自覚症状のみの場合から、下肢の切断や全身性の感染症など、生命に関わるようなものまで含まれます。

糖尿病神経障害の症状

多発神経障害は、感覚神経障害・運動神経障害と自律神経障害が併存しているような病態です。

感覚神経障害の症状は、主に足の先からあらわれます。足の裏がジンジンし、砂利を踏んでいるような感覚や、足の裏に薄皮が1枚張っているような感覚が生じます。また自発痛（穿刺痛、電撃痛、灼熱痛）をともなった有痛性神経障害を認めることもあります。知覚鈍麻（刺激や温度を感じにくくなる）の症状には特に注意が必要です。外傷ややけどの発見が遅れ、足潰瘍や壊疽に移行する深刻な症例もあるからです。

運動神経障害の症状は、こむらがえりや下肢や臀部の筋萎縮・筋力低下などがあります。 自律神経障害の症状は、下痢、便秘、胃のもたれ、頻尿、失禁、尿のきれの異常、勃起障害、発汗異常、起立時のふらつき（起立性低血圧）、低血糖時に自覚症状がない（無自覚低血糖）、狭心症や心筋梗塞の時に胸痛を伴わない（無痛性心筋虚血）、致死的な不整脈などさまざまです。

単神経障害では、突然に単一神経麻痺が起こります。外眼筋麻痺（物が二重に見える等の動眼神経・滑車神経・外転神経の障害）および顔面神経麻痺が多く、糖尿病の罹病年数や血糖コントロールの良し悪しとは無関係に発症します。また、95%以上3カ月以内に自然に治まります。

当院では毎週木曜日に足壊疽予防のためのフットケア外来を行っています。これからも主治医とよく相談して、糖尿病神経障害の進行を予防していきましょう。

市立岸和田市民病院
岸和田市額原町1001番
☎072-445-1000

「病気になりやすい人、なりにくい人」

医療法人良秀会 藤井病院　名誉院長 雑賀 保至

国内では数少ない腎臓病の食事療法の指導で長年の実績を持つ雑賀先生。今回は全ての病気に共通する「病気になりやすい人」について語っていただきました。

あなたは20代の頃と比べて、体重が10Kg以上増えていますか？「増えている」という方は要注意です。

がんや脳卒中、心筋梗塞、糖尿病他、コロナやインフルエンザといった感染症も重症化するのは肥満の方です。

体重管理をして適切な体重を維持することで血圧も安定し、血液も正常値となり健康なカラダを維持することができます。殆どの病は生活習慣と密接に関係しており、食事の内容を見直すことは最優先。

・発酵食品を中心とした日本食を毎日摂っていますか？
・腹八分にしていますか？

「腸内環境を整えると病気に罹りにくい」のは「免疫力」を司っているのが「腸内細菌」だからなのです。

腸内環境を整え、腸を元気にすることで免疫力を上げ、病気になりにくいカラダになります。腸を元気にするには食事が大切。腸内には細菌が多く常在し、およそ1000種類、100兆個が生息していると言われています。大きく分けて「善玉菌」「悪玉菌」「日和見菌」の3グループがあり、健康維持、免疫増進には「善玉菌」を優位にする必要があります。腸内の悪玉菌を減らし、善玉菌を増やすには「食物繊維＋発酵食品を摂取する」ことをお勧めします。食物繊維は悪玉菌を減少させ、有害物質を減らす働きがあり、発酵食品には生きた善玉菌（麹菌、ビフィズス菌、乳酸菌）が豊富に含まれています。食物繊維はもずく、わかめなどの海藻類や蒟蒻、きのこや豆類など、発酵食品は納豆、味噌、糠漬けなど日本食を中心にした食事を推奨します。

今回、コロナ禍で多くの患者さんを診てきましたが、やはり「食事」の大切さを痛感しています。

食事は簡単に日常に取り入れることができる健康方法です。病気の予防や重症化を防ぐために「免疫力を高める正しい食事」を今一度考えて見てください。定期的に開催していた医療の勉強会「腎臓病の食事療法」では病気に関しての正しい知識、食事療法において、簡単に作れる献立も含めてお伝えしています。

再開の目途が立ちましたらご案内させていただきます。

コロナワクチン接種後の状況報告

厚生労働省発表（2022年10月7日）

1883人死亡

副反応報告
- ○男性　重篤　8454人
- ○女性　重篤　15490人
- ○性別不明　重篤　351人

合計　24295人

妊娠中の暴露
死亡　6人　重篤　104人

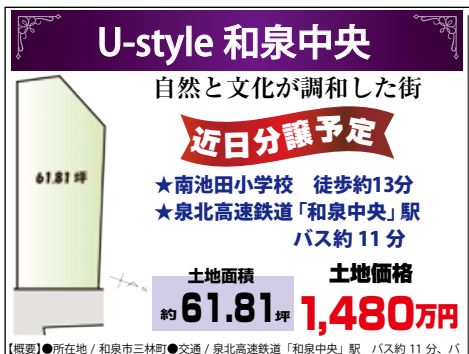
（医）良秀会　藤井病院
岸和田市西之内町3-1
☎072（436）2201

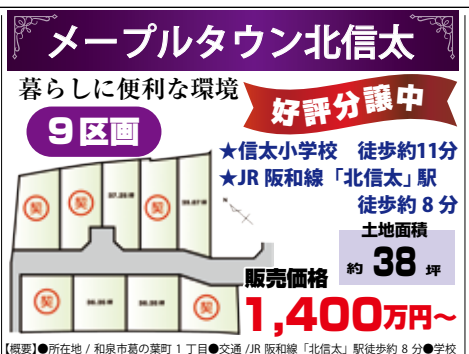
自分の宗教・実家の宗教を知っていますか？

大切な家族が亡くなった時に、自分の宗教がわからない、という話を聴くことがあります。大切な方がどこへ往くのか、どこへ旅立って往かれたのかわからない。ということではないでしょうか？行方不明ですよ。困りますよね。

今、多くの方が終活をされています。終活で一番大切なことは、遺された者に自分の往き先を告げておく。そして自分の宗教を事前に知り、学んでおくことが大切です。

浄土宗 生福寺（泉大津市池浦町）
住職　石原 成昭





事業主（売主）
販売＜設計・施工＞
明るい未来を住まいでかなえる 緑豊かな街づくり
ユウハウジング株式会社
お問合せ 0120-46-6702
～空き家相談 承ります～
和泉市府中町1丁目11-7
営業時間 /9：30～20：00
休 / 毎週水曜・第2、4火曜
LINE@ でなんでもお気軽にご相談ください
JR阪和線【和泉府中駅】徒歩1分　ユウハウジング　検索
■建築業許可 / 大阪府知事許可（般-31）122432号　■宅建業免許 / 大阪府知事(5)第046682号