

SCRUM POSTING

すくぽく

暮らしに
ぽかぽか

vol.24

発行エリア／海安市・紀美野町・紀三井寺周辺に
新聞折込、海安市中心部にポストイング
新聞折込は毎月15日折込
ポストイングは毎月15日～3日間以内
発行部数／45,000部
※地域によっては新聞折込とポストイングが重なる場合があります。
※ポストイングの配布日によってはイベントが終了している場合があります。ご了承ください。

<http://www.2kai-scrum.net>
発行所／ツーカーネットスクラム編集部
〒642-0017 和歌山県海安市南赤坂5-3
TEL.073-484-5233 FAX.073-484-5266
info@2kai-scrum.net

ツイッター始めました! @2kai_net_scrum

4月15日号

次回5月中旬発行

スクラムは
5月1日発行見やすく
楽しい
スクラム
サイト

ツーカーネットスクラム

50年以上の実績に裏打ちされた知識と
経験を基に広告・印刷のコンシェルジュとして、
お客様のご要望にお応えします。



和歌山県海安市南赤坂5-3
TEL.073-483-5211



海南 協和 検索

くわろあそぶ作る! 黒江・船尾がたましい!

古くから家庭用品の産地として栄えている町、黒江・船尾地区。その丹精込めてものを作る心意気は、現代にも確かに息づいています。



切れ味が鈍くならないよう研ぎ
の作業はまめにしています。心静
かに塗師刀に向き合っている梅田さん。



沖見さんから譲り受けた塗師刀

梅田木漆工芸舎

古代朱の塗りの技法を継承 工房で木工ワークショップも

元々奈良で家具や木の器を作っていた梅田俊一郎さん(45)は2018年より紀州漆の塗師、沖見龍次さんに師事し、古代朱を扱う技法を学んでいます。美しい仕上げに必要な杓へラや刷毛などの様々な手道具を、塗師刀を使い自分で作ることも大切な技のひとつで、職人の魂を宿したその刀を師から譲り受けてから約2年。江戸中期頃から使われていた塗師の工房を拠点に定め、地域のひととの交流の場としても活用していきたいと考えています。

落ち着いた赤色が美しい古代朱は、顔料の調合や塗りの技術の習得に10年以上は要する難しい技法ですが、元々ものづくりが好きで探究心も旺盛な梅田さんは、その美に心を奪われており、現在は沖見先生と共に神社仏閣の漆の修復作業に携わっています。

いつも探し求め憧れている景観は、故郷である北海道の多種多様な木が混在する自然林。木を生かすことを大切に考え「ワークショップは小刀やかんな、彫刻刀など手道具を使ってみたい人を楽しんでほしい、ゆくゆくは漆を使ったワークショップも行っていきたい」と話しています。

海安市黒江565 E-mail:umedashunichiro@gmail.com
営業/イベント時のみ 詳細や今後の予定はInstagramにて



梅田木漆工芸舎



ワークショップスペースの床材には肌当たりが柔らかく埃がでにくい杉の木を選びました



スプーン作り ワークショップ

4月29・30日
14時～
作業は2時間くらい
税込3800円
定員4人

申し込みはメール、
インスタ、FBの
ダイレクトメールで

そうげん堂

旅先のような非日常的な空間
色彩豊かでおいしいランチを

季節感あふれるランチは、アジアや西洋
各国の味わいで肉と野菜が楽しめる好
評アイルランドでの滞在経験があるオ
ーナー夫妻が演出する素敵な時間を…



GW期間中
休まず営業
します
海安市
船尾166
☎070-1795-0855
営業/10:00～17:00
定休/日・月・火曜



(株)イモト内 水着専門店ひかる

1点もので体型に合う水着
技術力で幅広いサイズに対応

スポーツ用品全般の
縫製が専門の、全国
でも貴重な工房。確
かなカッティングと生
地選びで体型をカバ
ーし泳ぎに行きたく
なるような可愛い水
着に仕上がります。



海安市船尾342 ☎073-482-2278
※ご来店時にお電話いただくと幸いです

イラストレーター・絵本作家 すけのあずさ

故郷の素朴な暮らしへの讃歌
言い伝えを秘めた夕日の物語です

主人公ふうちゃんが、和歌山市雑賀崎
に暮らす祖父母と過
ごす静かなひと時。
暮らしの風習と海の
美しさを未来へ伝え
てくれる、一冊です。



デビュー作「うみのハナ」



【原画展】
4/28～5/5日(10～16時)まで、OLD FACTORY
BOOKS(海安市船尾166 旧田島うし工場内)にて
☎090-5891-9092



自然の恵みを食卓へ…

紀伊水道で採れる「しらす」は色白で美しく絶品!
その新鮮なしらすを昔ながらの手法で
丹念に加工・販売をしております。

釜あげしらす
ちりめんの製造販売

タ 水産

マルタ 9:00～18:00 水曜・第3日曜休み
海安市下津町塩津 505-1
TEL.073-492-2819

夢をかなえるお手伝い★ きのくに信用金庫

■海 南 支 店: 海安市日方210-1 ☎073(482)5333
■内 海 支 店: 海安市名高508-7 ☎073(482)0820
■黒江駅前支店: 海安市岡田588-2 ☎073(482)3741

カラーストレート 髪毛矯正とヘアカラーが 同時にできる ¥13,200 (税込)	デジタルパーマ ふんわりゆる巻 (形状記憶) ¥9,350 (税込)
ヘアカラー+カット ¥5,500 (税込)	やわらかストレート ¥10,450 (税込)
パーマ+カット ¥8,580 (税込)	パーマ+ヘアカラー ¥12,100 (税込)

美容室 あとん [海 南 店] ☎073-483-7572 [有効期限 2022.4.30]
[船 尾 店] ☎073-489-6666

おうちで Party!! GWの行楽にぜひ!!

お家で食べる本格料理を自宅でも



オードブル (熊野エスティー入り)
(3～4人分)… ¥5,400
(5～6人分)… ¥7,560
オードブル
(3～4人分)… ¥3,240
(5～6人分)… ¥5,400
サラダオードブル ¥2,700

Saloon's Bar & Cafe
DAISY
SINCE 2003

※表示価格はすべて税込。 ※ご予算、人数に応じてご注文もお受けできます。
※混みあっている場合、お渡し時間ご希望に添えませんのでご了承ください。
和歌山県海安市岡田591-2 Tel.073-483-2180
前日までのご予約をお願いします お渡し時間11:00～14:00/18:00～20:00



漢方相談室

一人ひとりにあった漢方療法で体質改善を…

慢性皮膚病

アトピー アレルギー

乾 癬 じんましん

皮膚病の治し方は
人それぞれ違うんです

毎日楽しく過ごすには、まずは健康。気になる
お悩みは一人で悩まないで私たちに相談くだ
さい。あなたの悩みに寄り添い、一人ひとりに
あった漢方療法で体質改善をしていきます。

子宝相談

不妊治療について考え続けてきた、
私達の研究の成果が少しでも多くの不妊症に
悩む方の助けになればと思います。

こんな症状にお悩みの方

- ♥生理不順 ♥無月経 ♥卵巣嚢腫
- ♥高プロラクチン血症 ♥排卵障害
- ♥多のう胞性卵巣
- ♥高齢不妊
- ♥習慣性流産
- ♥男性不妊 など



当店にご相談ください

不妊症研究会認定薬剤師 / 漢方療法推進会議講師

漢方 江本薬局

和歌山市毛見 295-9 TEL.073-447-1725
日曜・祝日・第1月曜休み 営業時間/9時～18時

予約制です。お電話お願い致します。

<http://emotoyakyoku.com>



春爛漫!! 新しいことして遊びましょ♪

新しいことを「やりたい!」「知りたい!」が詰まってる!!あなたに合った新しいことはどれかな?



絶景を望みながら心地よくトレーニング スタッフが付き添うので楽しく安心です

SPORTS-AMENITY FLEX

元気に長生きしたいと願う利用者さまから、「通い始めてから体力や筋肉がついた」「代謝が良くなった」などのお声を聞くと「仕事のやりがいを感じます」と話す谷口亮さん(40)は、この道18年のベテラントレーナー。和歌浦湾を望む最高の立地条件を生かした地域密着型の総合スポーツクラブとして、フレックスは皆さんの憩いの場でもありたいといひます。

只今、『春の入会キャンペーン』を実施中!!初めての方には1日無料体験がおすすめです。ジムの筋トレマシン、有酸素マシン、スタジオではエアロビクス、ヨガ、格闘技など多数のプログラムが用意されています。トレーナーが親切に指導してくれるので、初めての人も安心。「体幹や筋肉、リズム感は何歳から始めてもつもの。世代、性別を問わずクラブを楽しんで!」と、谷口さんは笑顔で話します。

フレックスでは光触媒コーティング・光触媒空気清浄機を導入、皆様に快適にお使い頂ける空間を提供しています。

和歌山市和歌浦東4丁目4
☎073-447-3123
営業/9:30~22:00
(日・祝9:30~19:00) 定休/月曜日



春の入会キャンペーン

期間中入会金 0円+ ビジター券3枚プレゼント

スクラム読者様限定
5/31まで延長!

4面に
クーポン券
あり

1日無料体験実施中(16才以上)
※初めて施設をご利用される方に限ります。

4/30
まで



フローリングフロアは、足や膝を痛めない特殊クッションを採用。空調の整った快適な空間で各種プログラムを楽しんでいただけます。



運動機器トップメーカーの優れたマシンを豊富に導入しています。初心者から上級者まで幅広くお使いいただけます。



プールで気持ちよくリラックス。広々とした温水プールでオールシーズン快適。



プールサイドでリゾート感満載のジャグジーは筋肉を優しくほぐし、肌を美しくシェイプアップ!

NOAH'S DIVE WAKAYAMA

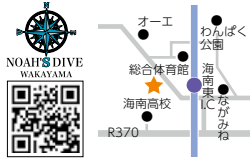
初めてでも大丈夫!
楽しく安全に潜りましょう!



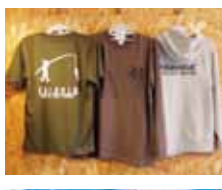
只今、1周年記念キャンペーン実施中

海南市大野中677-1 ☎073-407-1573
営業/10:00~19:00 定休/無休

和歌山の海を知り尽くした生粋の和歌山人ダーバー、谷口さんが、皆様に合ったダイビングを提案してくれます。夏シーズンに向けて、ライセンスを取り、海中散歩を楽しみませんか。



遊漁船 KAISHIN 海神



町で着れる可愛い釣り服&
釣れる!鯛ラバ仕掛けの店

ソルトウォーターボーイズとのコラボ商品が大人気!鯛ラバ釣り第一人者の神田船長が企画したグロー入りの仕掛けが好評です!



海南ジュニア体操クラブ

やるぜ、体操! 仲間と一緒に大きくなろうぜ!!



友達と競い合ったり励まし合ったりして大きくなっていく成長期。「海南ジュニア体操クラブ」は学年・学校問わず、体操を通じてたくさんの友達と出会える心も体も成長できるクラブです。



受験対策・油絵・陶芸
フラワーアレンジメント

<https://7oto.jimdofree.com/>

マイペースこそ上達の鍵

昨年の春、ちょうど1年前にご入会いただいた生徒さんは、毎月2回のペースでコツコツ練習を続けられ、今では石膏像のデッサンに挑戦されています。アトリエ7つの音は、皆さんの生活リズムや、目的に合わせて練習日・時間を決めていただく教室です。見学ご希望の方は、お気軽にお電話下さい。

○デッサン体験(1回90分) 1,500円(税込)

アトリエ
7つの音

海南市馬場町1-2(担当:山崎)
☎073-482-3114
13:00~19:00 月曜日定休



野上八幡宮 宝物展が4月29日(金)から5月8日(日)まで開催されます 午前9時から午後4時まで

紀美野町小畑に鎮座する野上八幡宮は欽明天皇の御代に創建された古社。広い境内にある本殿、拝殿をはじめ五棟、そして刀剣一振りの合計六件が国の重要文化財に指定されています。

連休中に開催される恒例の宝物展、普段は宝蔵に眠っている古文書、祭具等を展示しています。

本年は当宮所蔵の「高札」を展示します。明治初期に当地域内外に掲げられた歴史の証拠です。

この機会にぜひご覧ください。



【お問い合わせ】
野上八幡宮 紀美野町小畑625
☎073-489-2162

大切なお家の耐震診断
耐震改修に関する補助金制度など詳しくは当社まで
(株)星田建設
和歌山県海南市多田408番地
TEL(073) 482-8281(代)
<http://www.hoshida-home.com>

地元で生まれ育ち音響に愛されて
50年の安心・実績
屋根・外壁のリフォームは 当社へ!
SAKAGUCHI TOSOU 有限会社 阪口塗装
海南市重根 258-5
<http://www.sakaguchitosou.com/> ☎0120-533-218

新生活応援! スプリングキャンペーン
一人ひとりに合ったスタイルをご提案いたします。
4月から入学や就職など、生活が変化される方は多いと思います。このタイミングでちょっとイメージしてみたり、思い切ってカラーを変えてみたりしてはいかがですか? フェリーチェでは一人ひとりに合ったスタイルやケアを提案させていただきます。ぜひ来店ください。

クーポンでお得!
4面上部にクーポンがあります

- カット + カラー ¥9,130 → ¥7,700
- カット + パーマ ¥9,900 → ¥8,250
- カット + ストレート ¥14,300 → ¥12,100
- トリートメント各種 20%off
- ヘッドスパ各種 30%off

※消費税込価格です。

felice フェリーチェ
- hair create -
TEL.073-497-8655
■営業時間 9:00~19:00 予約優先制
パーマ・カラー/17:30 縮毛矯正/16:30
■定休日 毎週月曜日・第3日曜日
https://www.tairan.info/salon_info#felice 海南市幅川78-3(オーケワ幅川店斜め向かい)

新型コロナウイルス感染症予防の為、店内はマスク着用・除菌・換気などを徹底しています。お客様とスタッフの安心・安全のためにご協力をお願いします。

魅力発見 ウォーク 海南
語り部と歩く

語り部さんによる史跡の解説を聞きながら春の風情を感じてみよう! 和歌山の食材を使ったお弁当やおもてなしブースも!

A 黒江の町並みと温山荘園を楽しむコース 約7km
日時: 令和4年5月29日(日) 申込締切: 令和4年5月13日(金)
参加料金: 2,000円(昼食代・入園料込み) ■定員: 15名
JR海南駅(集合) → 柿本神社 → 永正寺 → 中言神社 → 浄国寺 → めりもの館(昼食) → うるわし館 → 温山荘園 → JR海南駅(解散)

B 座禅体験とお菓子のルーツを知るコース 約9km
日時: 令和4年6月19日(日) 申込締切: 令和4年6月3日(金)
参加料金: 2,500円(昼食代・体験料込み) ■定員: 15名
JR海南駅(集合) → 藤白神社 → 地藏峰寺 → 福勝寺(昼食・座禅体験) → 柿本神社 → (送迎バス利用) → JR海南駅(解散)

【お申込方法】 FAX又はハガキにて所定の事項を記載のうえ応募ください。詳細は下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ】 (一社) 海南市観光協会 TEL・FAX.073-484-3233

快眠 ふとん屋 ヤマグチ 春の布団お手入れ相談 

羽毛ふとんのリフォーム
こんなお悩みありませんか？

ふくらまない えり元の汗じみ
スカスカ片寄り 羽毛の飛び出し

でも、するのはいらない！

ご安心下さい
羽毛ふとんは**リフォーム**できます！
解体→洗浄→充填&仕上げまで
丁寧に仕上げてお届けします。

SL→SLサイズ **21,790円**～

一年中、やっぱりパシーマは人気です！
pasima 春に最適！

キルトケット(S) **8,250円** 羽毛合掛ふとんSL
パットシーツ(S) **9,900円** フラッシュホワイต์タックダウン90%
0.7kg入 **23%OFF 29,800円** 要
ベビーからダブルサイズまで

お布団のクリーニングもおまかせ下さい

パシーマの店
寝装・寝具 ヤマグチ
(有限会社 山口ふとん店) 火・よう日定休
海南駅前通り2丁目 P 当店北隣 65 66
お問合せ ☎(073) 482-0285



和歌山県民文化会館「ほんもののヴァイオリン体験」・「THE狂言」

和歌山県が贈る『ほんもののヴァイオリン体験』

大阪交響楽団ヴァイオリニスト吉岡克典さんと伊藤瑛紀さんによる“ほんもののヴァイオリン体験”が出来ます。初めての方でも大丈夫！お気軽にご参加ください。

【日時】2022年5月15日(日) ①午前11時～ ②午後2時～

【場所】和歌山県民文化会館 大ホール

【入場料】1,500円 【定員】先着40名(5歳～大人)

令和4年度 学校鑑賞事業『狂言鑑賞公演』茂山狂言会

1度は生で見ておきたい日本の代表すべき伝統芸能、狂言！
笑いを届ける親しみやすい茂山狂言会をお見逃しなく！

【日時】2022年6月10日(金)午後1時30分開演(開場12時30分)

【場所】和歌山県民文化会館 大ホール

【入場料】一般1,500円/高校生・大学生800円/小・中学生500円 ※1階後方自由席 ※未就学児入場不可

【チケット販売開始】4月20日(水)午前10時～

【お問い合わせ】和歌山県民文化会館 ☎073-436-1331



有田市民会館 紀文ホール 春はコンサートが盛りだくさん！

『第4回 近畿大学吹奏楽部 紀文コンサート』

【日時】2022年5月15日(日) 午後2時開演(開場30分前)

【場所】有田市民会館 紀文ホール(有田市箕島46)

【入場料】全席指定 一般800円(当日1,000円)・高校生以下500円(当日800円)

【プログラム】〈第1部:クラシックステージ〉フィンランディア、マーチ「ブルー・スプリング」、「ノートルダムの鐘」よりほか
〈第2部:ポップスステージ〉「近吹スペシャルステージ」、サウンド・オブ・ミュージック・セレクションほか
『金子三勇士 ピアノ&トールリサイタル』

ピアノの貴公子がおくるクラシックの名曲ア・ラ・カルト。

【日時】2022年6月12日(日) 午後2時開演(開場30分前)

【場所】有田市民会館 紀文ホール(有田市箕島46)

【入場料】全席指定 一般1,500円(当日2,000円)・高校生800円(当日1,000円)・小中学生500円(当日800円)

※未就学児の入場はご遠慮願います。



【お問い合わせ】有田市民会館 ☎0737-82-2626

吉宗に仕えた土木の侍 井澤弥惣兵衛

海南市の偉人、井澤弥惣兵衛さんの物語。

【日時】2022年6月19日(日) 午後2時 開演(開場 午後1時)

【会場】和歌山城ホール 大ホール

【料金】全席指定 S席6,500円・A席6,000円
B席5,500円・C席3,000円

【内容】〈第1部〉お芝居『吉宗に仕えた土木の侍 井澤弥惣兵衛』〈第2部〉歌舞楽“和”

【出演】劇団紀州・瞳ひろし・宮本静・半田浩二・喜楽座他多数

【お問い合わせ】すわん江戸村 ☎073-482-5758



ツバメ(つばめ科)

文・写真/有本 智(海南市わんぱく公園長)

夏の渡り鳥の代表選手です。和歌山県では3月上～中旬に初見されることが多いです。人家の軒先に営巣することが多く、昔はツバメが営巣すると「吉兆」であるとされ、大切にされていました。最近、リホームにより、ツバメが巣材として使う泥が定着しづらい壁材が使用されるようになったり、水田は畑地が少なくなり彼らの餌である身近な昆虫の個体数が減っていることなどに起因して、個体数を減らしているのは、とても残念でさみしいことです。



撮影場所/孟子不動谷

暮らしインフォメーション (広報かいなんより)

健康情報

■休日在宅当番医

受付午前9時～午後4時 ※一部変更の場合あり

○17(日) 恵友病院(海南市) ☎483・1033

○24(日) 西岡医院(下津町) ☎494・0238

○29(祝・金) さくらクリニック(海南市) ☎484・5001

○5月1日(日) くらはしクリニック(海南市) ☎483・4013

○5月3日(祝・火) 西岡医院(下津町) ☎494・0238

☆夜間のお問い合わせ☆

和歌山県救急医療情報センター ☎426・1199

■献血にご協力ください

○17(日) スーパーセンターオークワ海南店

午前10時～12時/午後1時～4時30分

子育て情報

教育委員会生涯学習課 ☎492・3349

■子育てひろば

今月は製作遊びです。(ゆらゆらこいのぼり)

午前10時～11時30分 参加無料

○15(金) 内海公民館

○19(火) 大野公民館

○21(木) 日方公民館

○26(火) 北野上公民館

○27(水) 下津防災コミュニティセンター

■消火器の破裂事故にご注意ください

古い消火器置きっぱなしでないですか?容器に錆や変形があったり、老朽化したりしているものは重大な事故が発生するおそれがあります。

定期的に外観点検を行い、腐食等がある場合は交換することを推奨します。不要になった消火器は一般ゴミや粗大ゴミでは処分できませんので交換又は処分する場合は必ず買い求めの販売店や専門業者にご相談ください。

(※処分するのに費用がかかります)

□海南市消防本部予防課 ☎483-8711

舞台で完全燃焼 演劇街道きのくにプロジェクト 夏!和歌山・尼崎公演の参加者募集

詳細は→
こちらから

演劇に興味がある人・ない人、年齢・経験不問。集まった仲間と切磋琢磨しながら、あなたの好奇心や才能を開いてみませんか。参加費不要。

【公演情報】『みづがこんこん。あふれて、ベイサイド流る(仮)』

○8月6日(土)・7日(日) 武庫川KCスタジオ(尼崎市)

○8月27日(土)・28日(日) 和歌の浦アートキューブ(和歌山市)

【オーディション日時】○和歌山城ホール/4月30日(土)午後2時～6時

○武庫川KCスタジオ/5月1日(日)午後2時～6時

【応募方法】専用ホームより応募ください。4月24日(日)締切

(https://forms.gle/2VByEBsm6381cSSu5)

【お問い合わせ】embroideron@gmail.com ☎090-6065-0470(金沢)



“ケアチーム大河”9周年を迎えてますます元気です!



地域密着型通所介護 介護保険事業所番号 3071401040

海南市名高474番地

TEL.073-483-6066

http://taiga0402.jp/

海南市で自己意欲向上型デイサービスを推し進める「ケアチーム大河」。先頃4月2日で早くも9周年を迎え、ますます気合いのほどが窺える。「やる気こそ元気の源です」常日頃よりそう提唱する前田代表。精神的にも身体的にも元気になって生きがい(目的・目標)を持って過ごして頂きたいと心より願う。「スタッフ一同これからも頑張ります」元気な笑顔がはじける。お試し利用は随時受付中。

入浴介助スタッフ募集中

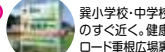


中学受験 高校受験 大学受験

開設コース	学 年	教科(選択制)
公立小学校準備コース	小1～6	算/国/英
智辯小学校準備コース	小1～6	算/国/理/英
県立中学校受験コース	小5・6	算/国/理/適性
私立中学校受験コース	小4～6	算/国/理
高校受験コース	公立中1～3	数/英/国/理/社
中高一貫コース	私立中1～3	数/英/理
大学受験コース	高1～3	数/英/化/生/物

無料体験学習を随時承ります。お電話で日時のご予約をお願いします。

「ゆちゃりややすい!!」「学校や今の塾とは違う!!」是非体験してください。



小中高一貫指導 個別学習塾
海南市重根 970-1 TEL073-499-7605

新学年・新規入塾生 受付中!!

◆「さらに先へ」や「じっくり学習」を可能とする個別指導
◆目標・学力・学習環境・性格などみんな違って当たり前。個別指導でひとりひとりの成長をサポートします。
◆講師が対面・対話式でひとりひとりを指導しています。
◆「わかって、できる」をモットーに1人でできるようになることを目標に指導しています。
◆学校別のテスト対策・試験日程に合わせた補習でしっかりフォローしています。
◆試験に出ない問題をいくつやっても点数は取れません。出る問題をしっかりと繰り返し解くから成績が上がります。
◆部活や習い事との両立が可能な曜日・時間帯選択制
◆「今日は体調がすぐれない」「部活で遅くなりそう」「急な用事で送迎できない」…こんな時も安心!授業の振替で授業回数を調整します。

安心・安全 無料シャトル便運行中

JR海南駅発着の無料シャトル便を運行しています。小学生から高校生までご利用いただけます。(乗車時間約8分)

OPEN-HOUSE 長期優良住宅 完成見学会

4/16 sat・17 sun
AM10:00～PM6:00

〈会場〉
海南市且来
詳しくはコチラ→

通気断熱WB工法の家は!?

①自然の力で、夏涼しく、冬暖かくなるように衣替えをします!

②家が呼吸してくれるので嫌なニオイも排出し、いつもクリーンな空気!

③電気を使わず自然の力で呼吸するのでとっても省エネ!

ご予約していただいた方には優先的に詳しくご説明させていただきます。(ご予約担当:橋爪 ☎090-9540-5594)

新型コロナウイルス感染防止対策をしております
ご来場者に安心して見学していただくため、室内換気やマスク・手袋の着用、室内の消毒などの取組を実施します。ご協力お願いいたします。

～木と住まいの健康工房～
総合建設業 株式会社 橋爪建設



お申込みはホームページ、橋爪建設 検索
もしくはお電話にてお願いいたします。
〒649-0141 海南市下津町小南 129-5
TEL(073)492-0373(代)

前回カラーをしたその日より25日以内にカラーをされると

ヘアカラー (ブロー付) 3,300円～より

500円引き!! 曜日関係なし

NEW MENU

- * ボリュームダウントリートメントストレート ¥4,400～
- * パーマ(カット・ブロー付) ¥2,750～
- * カット(ブロー付) ¥1,430～
- * トップゆるふわマジックパーマ ¥1,100～

早朝パーマ割引
平・日 9:00～10:00
日・祝 8:30～9:30

コロナ対策
しています
消毒手指の
消毒液
ご協力下さい

http://coco-misono.jp/
Tel. 073-483-5117

お得なクーポン！
お店へGO!!

すくぽCOUPON

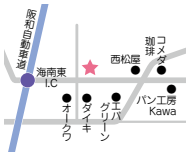
※有効期限、使用方法は各店により異なります。
クーポン使用の際は、内容を確認のうえお使いください。



キャンペーン クーポン

※このクーポンをお持ちの方に2面でご案内の特別価格にて施術させていただきます。 ※来店時に提出 ※クーポン1枚につき1名利用可
※他のサービス券との併用不可 ■有効期限 2022年5月14日(土)まで

ヨーロッパアンティストのモダンでスタイリッシュなサロン。居心地の良い空間でお客様一人ひとりに合ったスタイルをご提案いたします。



フェリーチェ 海南市幡川78-3 ☎073-497-8655(予約優先制) 営業/9:00~19:00 定休/月曜日、第3日曜日



入会金0円+ビジター券3枚プレゼント

※このクーポンをご持参の方に限り入会金0円+ビジター券3枚プレゼント
※クーポン1枚につき2名様利用可 ※他のサービス券との併用不可
■有効期限 2022年5月31日(火)まで

マリナーシティを一望できるスポーツクラブ。小規模店舗には真似できない圧倒的スケールで、ゆったりと利用できます。



FLEX SPORTS-AMENITY 和歌山市和歌浦東4丁目4 ☎073-447-3123 営業/9:30~22:00(日・祝9:30~19:00) 定休/月曜日

クイズに答えて賞品をゲット!!

すくぽQ

応募方法

クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、ハガキ・FAX・メールにて応募をお願いします。正解者の中から抽選で5名様にamazonギフト券2,000円分を差し上げます。

【メ切】令和4年5月1日(日)消印有効

■宛先:〒642-0017 海南市南赤坂5-3 ツーカーネットスクラム「すくぽQ係」まで
■FAX:073-484-5266 ■Eメール:info@2kai-scrum.net

問題

それぞれの色には同じ文字が入ります。
下の図を参考に、に当てはまる言葉を考えてください。

ナ

ア

カ

ミ

キ

ボ

【ヒント】そろそろ片付けるものといえば…

投稿広場

皆さんの投稿を募集いたします。
ご住所・ご氏名・年齢・電話番号を明記して
郵送・メールにて編集部までご応募下さい。
〒642-0017 海南市南赤坂5-3 ツーカーネットスクラム「投稿広場係」迄



Let's exercise!

おすすめエクササイズ!

健康で強い体を作る!

筋トレ ニートウチェスト

下腹の緩みを解消できる腹筋下部を鍛えるトレーニングです。床に座り、手は体より後方に置き、両脚は揃えて膝を軽く曲げます。お腹の下の方を意識しながら、膝を胸につけるようなイメージで脚をゆっくり引き上げます。その後、元の位置までゆっくり戻しましょう。テレビを観ながらでもOK!

免疫カアップ! ストレス解消!

運動不足で体がなまってきていませんか? そこで、スクラムおすすめの有酸素運動・筋トレ・ストレッチを紹介します。運動は免疫力を高めます。ストレスを解消したりできます。少しでも体を動かすことを習慣づけることが大事ですよ!

編集後記

この原稿を書いている時点ですが、今最高に桜がきれいですね。まさに桜花爛漫といった感じです。桜を見るといつも思い出すことわががあります。それは「明日ありと思う心の仇桜」です。意味は「儚い桜の花のよ

うに、人の世も明日はどうかかわからない」ということ。また、今日できることを明日に先延ばしにしていると、機会を逃してしまうという意味もあります。桜の花が散る前に、今年は目一杯桜を愛でようと思います。

スクラムキッチン

スクラム編集部おすすめのひと味違ったレシピをご紹介します!



【春キャベツとベーコンのパペロンチーノ】

甘くてやわらかい春キャベツを使ったパスタです。

材料 (2人分)

春キャベツ…3枚 / ベーコン…40g / にんにく…1片 / 赤唐辛子…1/2本 / スパゲッティ…200g (1.6mm) / オリーブオイル…大さじ1 / 塩・ブラックペッパー…各少々

作り方

- 春キャベツは一口大にちぎります。ベーコンは1cm幅に切り、にんにくはみじん切り、赤唐辛子は種を取り除いて輪切りにします。
- フライパンで、オリーブオイル、にんにく、赤唐辛子を熱します。香りがたったら春キャベツ、ベーコンを加えて軽く炒め、塩・ブラックペッパーで味を調えます。
- 塩を加えた熱湯で、スパゲッティを規定のゆで時間より1分短くゆで、湯をきります。②を加えて和えたら完成。



小梅
「犯人はあにやだにや」
和歌山市 もりたぬきさん



「満開の桜に
元気をもらいに…」
海南市 A moonさん

皆さんの投稿を募集いたします。
ご住所・ご氏名・年齢・電話番号を明記して
郵送・メールにて編集部までご応募下さい。
〒642-0017 海南市南赤坂5-3 ツーカーネットスクラム「投稿広場係」迄

Scrum Voice

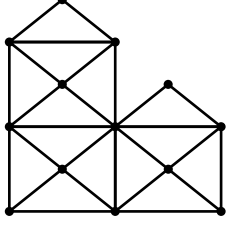
ちょっと見て! 読んで! そんな皆さんの声をお伝えするコラムです

今回のコラムニストは…

名前: かーくん 職業: 会社員 趣味: パズル
「昔から数学だけは得意でした。暗記する教科よりやっぱ解く方が面白い。興味をもって楽しめることが一番ですね。」

さて、問題です。右の図は一筆書きできるでしょうか?

一筆書きとは、ペンを紙から一度も離さず、同じ線をなぞらずに図形が描けるか?という問題。どうですか?なかなかできそうできないでしょう。じつはこの問題、何通りも線をなぞらなくても一筆書きができるかできないか、解く方法があります。それは「点から伸びる線の数が全て偶数」「奇数の点があっても2つだけ」、この条件を満たす図形なら一筆書きできるんです!というわけで、右の図形は一筆書きできませんね。あきらまず。



私のお気に入り♪

My Favorite Things

「森林浴」

4月がスタートして2週間。環境が変わってまだ落ち着かない方も多いと思います。そこで、少し疲れたというあなたにおすすめしたいのが「森林浴」です。森林浴にはリラックス効果やストレス解消、免疫力の活性化などが期待できます。散歩や運動、のんびりするだけでもいいでしょう。ポイントは深呼吸をするなど五感をフル活用して自然を感じる。心も身もリフレッシュして、自分らしい毎日を送りましょう。

古物・着物 買取

〇掛軸・茶道具・屏風・鉄瓶
〇古い着物・帯・布
〇古銭・時計・カメラ
〇壺・徳利・茶碗・ガラス瓶
〇ランプ・ブリキのおもちゃ類
〇膳・碗・小皿・大皿・鉢
〇タンス・火鉢・重箱

倉庫・蔵 いろいろ整理させていただきます

店では古いものいろいろあります

骨董品・古美術品

藤川古美術店

お店 海南市野上中286-4 (臨時休業の場合あり)

問合せ ☎090-3490-1697

すぐに入居可能な

新築建売住宅特集

内覧予約受付中

和歌山市内原V

11号地モデルハウス

価格 **2,180** (税込) 万円
借入金2,180万円の返済例
頭金0円 ポーナス10万円 **39,394**円



カーナビ検索 和歌山市内原760付近



●浜宮小学校まで徒歩4分(約320m)!
●明和中学校区!
●スーパー松源内原店約320m!
●ファミリーマート和歌山内原店約480m!
●住環境の良い住宅街です!



1F LDK15.7帖 洋室6帖 4.5帖
2F 洋室9帖 洋室5.1帖 洋室9帖

11号地モデルハウス

亀川中学校西 NT&NT II

2棟同時

- 亀川小学校約320m!
- 亀川中学校約400m!
- 1号地は屋上庭園付!
- 亀川郵便局約800m!
- JANAがみね約800m!

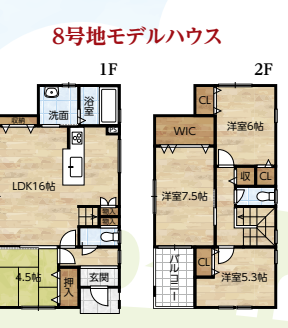


カーナビ検索 海南市且来773.785付近



8号地モデルハウス

価格 **2,180** (税込) 万円
借入金2,180万円の返済例
頭金0円 ポーナス10万円 **39,394**円

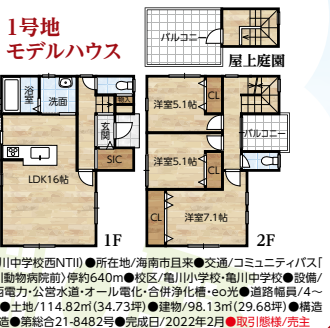


1F LDK16帖 洋室7.5帖 4.5帖
2F 洋室6帖 洋室5.3帖



1号地モデルハウス

価格 **1,980** (税込) 万円
借入金1,980万円の返済例
頭金0円 ポーナス10万円 **34,251**円



1F LDK16帖 洋室5.1帖 洋室5.1帖 洋室7.1帖
2F 洋室5.1帖 洋室5.1帖 洋室7.1帖

東証スタンダード市場上場

アズマハウス株式会社

※記載されているお支払い例は、2022年3月1日現在のもの、住宅ローン35年返済 変動金利0.445%(優遇金利適用)の一例です。 ※金利情勢の変化等により融資条件が変更される場合もあります。詳しくは、担当者までお問い合わせください。【広告有効期限2022年4月30日】

堀止支店

〒641-0041 和歌山市堀止南ノ丁5番1号
TEL(073)402-1908 FAX(073)402-1928
0120-401-908

- 宅建業許可番号/国土交通大臣(第)8219号
- 特定建設業許可番号/和歌山県知事(特)第15484号
- 住宅性能保証登録番号10011033号
- 公益社団法人和歌山県地建物取引業協会会員
- 公益社団法人近畿地区不動産公正取引協議会加盟

