

ツーカーネットスクラム

http://www.2kai-scrum.net

毎月1日発行 発行エリア／海南省・紀美野町・紀三井寺及び有田市・貴志川町(一部除く)※一部ポストン地域の場合有り 発行部数／45,000部
発行所／ツーカーネットスクラム編集部 〒642-0017 和歌山県海南市南赤坂5-3
TEL.073-484-5233 FAX.073-484-5266 info@2kai-scrum.net

SNSやってます!! X(@2kai_net_scrum)・Instagram(@2kai.netscrum)

421号
次回5月1日発行
スクラムすくぽは
毎月中旬発行予定



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。

株式会社 協和
KYOWA
和歌山県海南市南赤坂5-3
TEL073-483-5211

海南 協和



昨年3月。海南省岡田の漆器団地に、プロダクツデザインギャラリーが誕生。イタリアのミラノなど国内外の職人街でもよく目にするような、工場とショールームが合体したファクトリーギャラリーです。

工場の持ち主は、長年、海南でパッケージ製造業を営む若広紙器さん。ギャラリー開設の企画立案から運営に至るまでを手掛けているのは、ブランディングやデザインなどクリエイティブな分野で活躍する童心大人舎さんです。設立に至る経緯や、今後この空間でどのような展開を考えているのかを、童心大人舎代表の亀井孝政氏に伺ってみました。



《亀井 孝政 プロフィール》
童心大人舎 代表 / クリエイティブディレクター
1984年、フランスに拠点を置く有名サロンブランドの東京青山アトリエにヘアメイクアップアーティストとして参加。自らサロン経営をする傍らで、ファッション雑誌やファッションショーのヘアメイクデザインを手がけ80年代から現在に至るまで、ファッションシーンに多くのインパクトを残した。

また、グラフィックデザイナー、空間デザイナー、ファッションプロデューサーも兼任。欧米の名立たるブランドにおいても数々のデザインを手掛ける。現在はブランディングコーディネーターとしても活躍の場を広げ、その依頼案件は全国各地に及ぶ。和歌山県下の数々の特産物ブランディングに携わってきたことから、2024年から現在、有田・下津世界農業遺産推進協議会において世界農業遺産認定を目指している「有田・下津地域の石積み階段園みかんシステム」のロゴマーク審査員にも選出。地域活性に力を注ぐ。



(※1) 宮本 知佳さん 童心大人舎ディレクター / ヨガインストラクター。ヨガ・カルチャーの詳細はこちらのLINE QRコードからアクセス!



(※2) 湯沢 薫さん 美術家。海南省の名産品漆器とコラボレーションした自身初のレタリングアートによる作品「WAN-椀」を発表。只今、予約販売受付中。



“発想をカタチに”が私たちのコンセプト。今後ますます皆さんと一緒にたくさんの面白いモノ・コトを創っていかれたらと思っています。童心大人舎の活動にご興味のある方は、ぜひ一度お問合せを。

只今、ワンコインでヨガのお試しレッスン実施中!

リラックスヨガです。初めての方も お一人様 **500円** 1回限り

童心大人舎 (ドウシンダイジンシャ)
(ギャラリー) 海南省岡田300-14
(オフィス・アトリエ) 海南省名高452-4-3
☎073-483-7880 (代表) E-mail doshindajinsya@gmail.com

若広紙器 (ワカヒロシキ)
(オフィス・ファクトリー) 海南省岡田300-14
☎073-482-3857 (代表) E-mail wakahiroshiki@gmail.com



物 場所 人 づくり づくり づくり の調和で地域活性を

視点を変えるきっかけをくれたのは、コロナ禍

クリエイティブの世界にも大きな変化をもたらしたのは、2019年末からのコロナ禍だったと亀井氏は言う。「コロナ禍によって、世の中のあらゆる産業が事業の転換を余儀なくされました。特に食品・飲食業界への打撃は凄まじく、和歌山県下の農作物に対してのデザイン・ブランディング依頼が急増したのもこの頃からです」

以後、童心大人舎は、海南・有田地域を中心に南は田辺・白浜に至るまで、県下の様々な農作物のデザイン・ブランディングに携わりながら改めて地方ビジネスの面白さやプロダクツデザイン・パッケージデザインの未知なる可能性を肌で実感していったそうだ。そして「クリエイティブが経済にもたらす効果や影響力は測り知れないけれど、それを制作段階から感じてもらうのは難しい。クライアントやユーザーにもっとわかりやすく伝えるにはどうしたらいいか」を考え、まずは以前より取引があり数々の製品を共に製作してきた若広紙器さんにてギャラリー開設の運びとなった。また、ギャラリーの活用について亀井氏はこんなことを話している。

「地域を盛り上げていくには、『物づくり』『場所づくり』『人づくり』の調和が必要。海南省は古くから物づくりが盛ん。分業制が根付いていて専門職の職人さんも多いので、その技術を今の時代に活かすお手伝いが出来たら…」

童心大人舎には様々な分野で活躍するスペシャリストが多く所属している。そのため、既にギャラリーでは近隣の人々とコミュニケーションを、と月に2回、ヨガインストラクター:宮本知佳さんによるヨガ・カルチャー(※1)を開催していたり、職人さんを始めデザイナー、アーティスト、メーカー、その他、物づくりに関わる多種多様な人々がギャラリーに集い、地域の未来をともに創造する取り組みも始まっている。

先日、その第一弾としてヨーロッパを中心に国内外で活躍する都内在住の美術家:湯沢薫さんと海南省の名産品、漆器とのアートコラボレーションが実現した。限定生産のため一度は完売したが、ファンからの強い要望により再販が決定(※2)したところである。

生徒たちと一緒に目標を定め、頑張る子を育てています。

一所懸命

新年度授業開始!!
新小学1年生～新中学3年生対象
4月7日～ 詳しくはお電話にてお問合せ下さい。

アクティブラーニングの要素を取り入れることにより、自分の弱点を一つ一つ克服しながら、志望校合格を目指します。

井上塾 海南省重根東一丁目18-20 (セブンイレブン重根店となり)
TEL.073-487-2088

不用品・粗大ゴミ 代行サービス

【営業区】海南省・紀美野町(旧野上地区) 詳しくはホームページをご覧ください
http://www.komuku.com

〇一般廃棄物収集運搬許可(海南省)許可番号 第7号 〇一般廃棄物収集運搬許可(紀美野町)記住許可 第303046001号

明るい環境づくりをめざす **小椋リビングクリーン(株)** KOKURUKU 紀美野町下佐々70-2 ☎073-489-3041

地元で生まれ育ち音響に愛を注いで **塗装 防水**

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 海南省重根 258-5
http://www.sakaguchitosou.com/ ☎0120-533-218

秘伝のタレに漬け込んだフセになる竜田揚げをトッピングしました!!

鶏竜田揚げ

ちゃんぽん

期間限定 4/30 まで **¥1,265** (税込)

14日・28日 ちゃんぽんをご注文された方に **半額券プレゼント!!**

※半額券が使える対象は、豚ちゃんぽん・イカちゃんぽんです。

新型コロナウイルス 予防対策実施中
オロチオン ちゃんぽん

さくらしな デイリーランチ

和歌山県和歌山市毛見65-5 OPEN: 11:00~14:30 オードブル 17:30~22:00 オードブル
TEL.073-444-9246 ※まん延防止措置などの場合、営業時間が変わります。 ※当面の間、火曜日は定休日として頂きます。

ホームページ <http://chanponsarashina.net>

お客様に寄り添い、充実した日々になるようお手伝いいたします

漢方 相談室

一人ひとりにあった漢方療法で体質改善を...

メンタル相談 不安 疲れ
めまい・だるい・イライラ・起きられない
自立神経失調症・不眠症・うつ病など体調が優れない方には優しい漢方がオススメです。

不妊症研究会認定薬剤師 / 漢方療法推進会講師

漢方 江本薬局

和歌山県毛見 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。お電話をお願い致します。
<http://emotoyakkyoku.com>

慢性皮膚病
皮膚病の治し方は人それぞれ違います。

アトピー 乾癬 アレルギー じんましん

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
こんな症状にお悩みの方

♥ 生理不順 ♥ 無月経 ♥ 卵巣嚢腫
♥ 排卵障害 ♥ 高プロラクチン血症
♥ 多くの卵性卵巣 ♥ 高齢不妊
♥ 習慣性流産 ♥ 男性不妊 など

不妊に悩む多くの方が来店くださいます。

至和歌山
●古野家
●バチンコ
●ギンガ
●R42
●オーケウ
●山小児科
●毛見トンネル
●至和歌山

春の訪れを告げる可憐な花

心弾む花の季節がやってきました。桜やチューリップなど地元には花の名所がたくさん！咲き誇る春の花々を見に出掛けませんか。



過去の開花写真

“亀池のチューリップ”29品種2万株の競演

桜の美しさで有名な亀池公園に、絨毯を敷き詰めたように咲く美しいチューリップが今年も見頃を迎えています。

花壇では昨年11月23日、ENEOS和歌山石油精製㈱、グループ会社の富士エンジニアリング㈱、カイセキ産業㈱の社員ら約135人により、29品種2万球の植栽と清掃が行われました。ENEOS和歌山石油精製㈱は、町を明るくしようと2007年から社会貢献活動を始め、海南駅の鳩フン被害の清掃や、琴ノ浦温山荘公園の清掃、亀池公園での活動などを合わせると、18年間で35回に上ります。

亀池公園の整備は当初、海南市の協力により球根花壇を設置し、水仙やムスカリなど多種の球根を植栽。以後、チューリップ花壇に変更して毎年植栽しており、デザイン画を元に丁寧に球根を土中に並べる社員の黄緑色のジャンパー姿は、季節の風物詩にもなっています。寒暖差が激しかった今年の春も、2月中旬には順調に発芽が確認されました。4月末までの開花期間中何度でも愛らしいチューリップを楽しみに出かけてみませんか。



～ メッセージ ～

亀池の桜とチューリップ花壇のコラボレーションを楽しんでいただける季節がやってまいりました。今年のデザインテーマは「春の雨」です。亀池に雨のしずくが落ち、波紋が広がるようなデザインとなっております。亀池に来ていただいた方々の笑顔が、波紋のように広がることを社員一同楽しみにしております。ぜひ、亀池の桜とチューリップ花壇に足を運んでみてください。



球根植栽デザイン画の一部(KAZU YAMAMOTO STUDIO)

桜が香るおすすめスポット



県下有数の桜の名所

亀池公園

江戸時代に海南市出身の井澤弥惣兵衛により灌漑用池として造られた県下最大級のため池。吊橋で渡る中島には移築された紀州徳川家の別邸「双青閣」があります。公園内には約2000本の桜が咲き誇り絶景。

海南市阪井806

☎073-483-8461 入園無料



桜の大樹と鳥居のコラボ

春日神社

鳥居を彩る桜の大樹が見所。ヤマザクラ、ソメイヨシノ約100本に加え、しなやかな枝に花数の多い啓翁桜(ケイオウザクラ)も植えられたので今後の成長が楽しみです。境内には熊野古道の王子(旅人の休憩所)の一つ「松代王子」跡が残っています。

海南市大野中1056 ☎073-483-7547



歴史ある心やすらぐ老舗旅館

美里の湯 かじか荘

古くから旅の宿として親しまれており設備も充実。ロビーには、魅力あるクラシックカーやバイクの展示もしているのでドライブやツーリングスポットにもおすすめ。料理に舌鼓みを打つのもよし、湯につかって疲れを癒やすのも良しの憩いの場です。

紀美野町菅沢6 ☎073-498-0102



美しい桜並木と花吹雪は圧巻

雨山の郷

雨山トンネル付近、約500mに渡り植えられた桜は迫力満点。名物の「縮砂寿司」や「雨山焼きそば」なども出店予定。桜を眺めながらお食事をしたり、桜坂を歩きながらいろんな角度から桜を楽しんだり春のドライブにピッタリです。

紀美野町井堰124-1 ☎090-9275-7741

◎桜まつり…4/6(日)までの10時～16時

◎今年の桜は全国的に平年並みか、やや早い開花となり、3月末から4月上旬に満開を迎えるところが多いようです。

※流行性ウイルス感染拡大防止のため、お花見される際は、体調管理をしっかりとっていただき、基本的な感染防止対策を徹底していただきますようお願いいたします。

情報交換コーナー

貸します

RENTAL

★ 大型ガレージ(内原) ★

開口3M 奥7M 賃1.2万 倉庫可 短期可

☎073-482-6052

お知らせ

INFORMATION

★ 結婚相談 ★

只今会費無料 エスポワール和歌山
毛見 ☎090-3672-9050

情報交換コーナー掲載分のお取引は、双方の責任において行って下さい。スクラムでは関知しません。
掲載のお申し込みは、電話・FAX・ハガキにて。
スクラム編集部 ☎073-484-5233 FAX073-484-5266

編集後記

オータマジックシはカエルの子〜♪(中略)
やがて手が出る足が出る〜♪

春の陽気に誘われてあちこちで見かけるようになるこの音符のような形をした可愛らしい生き物…歌の順番と違って実は足が先に出て手が後で出ます。それと尻尾が抜け落ちると思っている人もいますが最後に胴体に吸収されます。さらには幼生期には鰓(エラ)で呼吸しますが、成長すると肺で呼吸することになります。興味深い生き物ですね。(^^)♪



地球の力を、社会の力に、そして人々の暮らしの力に。
エネルギー・資源・素材における創造と革新を通じて、
社会の発展と活力ある未来づくりに貢献します。



ENEOS 和歌山石油精製株式会社

〒642-0034 和歌山県海南市藤白758番地
TEL (073) 482-5211 FAX (073) 483-1660 <https://wpr-kainan.com/>

	ヘアカラー＋カット ¥6,300	パーマ＋カット ¥8,800	やわらかストレート ¥11,000
	リタッチカラー (セルフブロー) 3cmまで伸びた 所をカラー させて頂きます ¥3,800	パーマ＋ヘアカラー ¥12,500	カラーストレート 縮毛矯正と ヘアカラーが 同時に出来る ¥13,800
美容室 あどん チケットをお持ちのお客様に限り2025年4月14日まで有効(全て税込価格です) [海南店] TEL.483-7572 [あどんくらぶ] TEL.489-6666			

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>

正しい家づくり WEB 通気断熱WB工法

自然の力で湿度は15%ダウン!!

呼吸をする家
2つの通気層と形状記憶パネの力で、家自身が呼吸して自然な通気を生み出します。

詳しくは 橋爪建設 検索

株式会社 橋爪建設 TEL.492-0373

4月限定 毛染めキャンペーン

ハリ・コシ・ツヤツヤの髪に仕上げます!!

カラーゲンセットが 通常毛染めに + **300円** (税抜) で施術 出来ます!!

* カット(ブロー付) (一 般) ¥1,650 (中学生) ¥1,540 (小 人) ¥1,320	* 早朝割引 日: 日 9:00~10:00 日: 日 8:30~9:30
* 縮毛矯正(カット・ブロー付) ¥8,800~	* オリジナルパーマ 通常¥3,520→¥2,750
* ボリュームダウントリートメントストレート ¥4,400~	* トリートメントパーマ 通常¥4,620→¥3,850
* トップマシックスカール(カット・ブロー付) ¥2,750	* シスパーマ 通常¥5,500→¥4,730

みその美容 海南店 <http://coco-misono.jp/> 月曜定休
Tel. 073-483-5117

野上八幡宮 春祭・招魂祭開催 4月15日(火)春祭は午前10時から、 招魂祭は午後1時から

野山の草花が咲き乱れ、動物や虫たちが動き出し、農作業の開始時期にあたる春の始まりであるこの時期に五穀豊穡と産業振興、疫病退散を祈念し執り行う祭典が春祭です。招魂祭は西南の役から先の大東亜戦争に至るまで、戦争で亡くなった氏子出身の英霊625柱を祀る八幡宮境内の忠魂碑大前にて英霊を偲び、ご遺族の安泰を祈念し執り行う祭典です。◎招魂祭終了後餅撒きを行います。

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



いちごとワークショップを楽しんで 『第2回いちごだらけコレガーレ』

海が一望できる見晴らし最高のキャンプ場「コレガーレ」に、いちごのスイーツや軽食、山椒スパイスに果物などの露店販売やキッチンカーが大集合!!トライフル作りや竹工作体験などのワークショップ(事前予約OK)もあり、大人も子どもも楽しめます。

【日時】2025年4月6日(日) 午前11時～午後3時30分
入場料無料(※雨天・荒天中止)

【場所】Collegareコンテナサイト・カフェ(海南市下津町塩津520-5)
※第一駐車場はコレガーレ森林サイト
お花見フォトコンテスト開催中。詳細はinstagramをチェック!

【お問い合わせ】Collegare ☎090-5150-5954



大阪・和歌山のスパイスカレーの銘店が大集合!! 『CURRY NEW WAVES in WAKAYAMA vol.2』

昨年好評だったイベントの第2弾。1皿400円のご飯を1皿購入し、各お店でお好きなカレー(400円～)をかけて楽しむことが出来ます。春風が心地よい高原でカレーとコーヒーを堪能しよう。

【日時】2025年4月20日(日) 午前10時～午後3時 ※雨天中止
(3/16開催が雨天のため4/20に延期になりました)

【場所】紀美野町のかみふれあい公園
【出店予定】カトゥール(大阪市)・Ghar(大阪市)・アアベルカレー(大阪市)・ハマカレー(大阪)・GANESH N(大阪市)・GANESH M(大阪市)・Other Land(大阪)・THEE ELEPHANT CURRY(大阪)・Stand By me(かつらぎ町)・cafe 884(岩出市)・note(古座川町)・GANESH(紀美野町)・THE ROASTERS(和歌山市)・KAMIN COFFEE ROASTERS(岩出市)・hygge38(和歌山・橋本市)



【お問い合わせ】
GANESH ☎073-489-6318

親子で楽しんで!!『SAKURAスケート in 和歌山ビッグウエーブ』

昔、和歌山にはスケートリンクがありました。あの頃の楽しさを子供達に味わってもらい、大人には懐かしさを感じてください。樹脂製リンクですので、初めてスケートをするお子様でも安心。

【日時】2025年4月5日(土)・6日(日)
午前10時～午後8時(6日は午後5時まで)

【場所】和歌山ビッグウエーブ(和歌山市手平2丁目1-1)

【料金】中学生以上1,000円／15分・小学生以下700円／15分
◎スケートシューズ・ヘルメット・手袋・プロテクター(肘・膝)・スケートシューズラックは料金に含まれます。

【お問い合わせ】クリスタルWave ☎073-499-5525



超 大型補助金 2025年 新補助金!! 断熱・防音・防犯・結露 一挙に解消出来ます!!

今ある窓の内側に
内窓【インプラス】

1窓1時間
ほどで
施工完了!

引違い窓、Low-E複層ガラス(透明)
サイズW1,200mm×H1,110mmの場合

製品代+工事代	85,000円(税込)
補助金額(Sグレード)	44,000円
ご負担額	41,000円(税込)

断熱

防音

結露対策

防犯

今ある壁を壊さず
簡単に取り替える【リプラス】

1窓半日
ほどで
施工完了!

引違い窓、ブリッジ枠(複層ガラス仕様・アルゴンガス入り)
サイズW1,200mm×H1,110mmの場合

製品代+工事代	140,000円(税込)
補助金額(Aグレード)	58,000円
ご負担額	82,000円(税込)

楽々開閉

高断熱

結露軽減

省エネ

LIXIL FC マドリエ海南 海南トーヨー住器(株)【松尾建具】
☎0120-960-168 海南市名高450-2 TEL.073-482-7711
http://www.maido-kainan.net/

【快眠】ふとん屋 ヤマグチ 布団のお手入れ相談 ☎でんわ相談OK!

羽毛ふとんのリフォーム
プレミアムダウンウォッシュ仕上げで安心!

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

こんなお悩みありませんか?
羽毛ふとんはリフォームできます!
サイズ変更や合掛・肌掛ふとんに
仕立直すこともできます。

価格据え置き SLサイズ 24,200円～
●ご来店・ご訪問予約でスムーズに

一年中、パシーマは気持ち良く眠れます

pasima

ガーゼと脱脂綿の寝具

・硬め・軽め
・やわらかめ

キルトケットS 9,350円

羊毛入敷ふとんSL

パットシーツ11,000円

特価14,300円～

●お布団の水洗いクリーニング承り中!

パシーマの店

寝装・寝具 ヤマグチ

(有限会社 山口ふとん店) 火曜日定休

海南駅前通りJ2丁目 P 当店北隣6666

お問合せ ☎(073)482-0285

海南・海草 イベントピックアップ

海 南 市

■マイナンバーカードで、救急活動を円滑化
「マイナ救急」実証事業を実施します

マイナ救急とは、傷病者の方がお持ちの健康保険証の利用登録を行ったマイナンバーカード(マイナ保険証)を活用し、搬送する病院の選定などに役立つ情報(既往歴・受診歴・処方薬など)を救急隊員が把握することで救急活動をスムーズに行うための取り組みです。マイナ保険証を持つことが、もしもの備えになります。
□海南市消防本部警防課 ☎073-483-8713

紀 美 野 町

■南インド料理教室(先着10名様限定!!)

紀美野町地域おこし協力隊のプリティが、紀美野町国吉地区のシェアハウスにて、南インド料理7品のワークショップを開催します!
新鮮な野菜を使って分かりやすく楽しく料理をしたいと思いますので、料理に興味がある方は、ぜひご参加ください。
【日時】4月21日(月)午前10時～午後2時
【場所】Shared Residence Flag
(紀美野町田112)
【参加費】お一人様1,000円 ※エプロン持参
□お問い合わせ ☎070-9185-0621(プリティ)

“ゆっこりんのおはなし会ステージ” ～かがやくえがお やさしさあふれる ゆっこりんワールド2025～

和歌山出身の児童文学作家、たかだゆき子さんによるサイン会と読み聞かせをお楽しみください。子どもから大人まで参加できます。(参加費無料)

【日時】2025年4月26日(土) 受付／午後1時～
開演／午後1時30分～2時30分

【場所】海南nobinos2階 ノビノスホール(海南市日方1525-6)

【内容】おはなし会ステージ、サイン会(参加自由)、ゆっこりん絵本&グッズ販売など ※会場内にて当日のご購入、または事前購入された絵本をお持ちください。

【申込方法】4月20日(日)午後9時まで海南nobinosホームページにて受付。先着70名。

【お問い合わせ】海南nobinos ☎073-483-8739

たかだ ゆき子さん

和歌山県出身の児童文学作家・講演家
ゆっこりんのおはなし会代表／ニックネームは、ゆっこりん。
令和2年度和歌山市文化奨励賞受賞／TGC和歌山2024出演物語の執筆に加え、教育機関・福祉施設・行政機関などでの教育講演活動・人権啓発活動を通して、思いやり優しさを軸に、差別と偏見をなくし、共生社会を目指す活動を精力的に取り組んでいる。
出版絵本「はじめてのうみ」「やさしいきもち」「ゆうきとえがお」「おもいやり」のころ」自身の体験を活かし、心に寄り添う物語を書いている。
絵本を通して、皆様の心に思いやりと優しさを育む様々な活動を行っている。ゆっこりんのおはなし会は、児童文学作家 たかだゆき子を中心となり、ゆっこりんが執筆した物語や、ゆっこりんのおはなし会限定物語の読み聞かせ、ゆっこりんオリジナル手遊びなどに加え、ゆっこりんの絵本のキャラクターが登場するアニメーションを用いて、思いやり優しさを育み、楽しく学べるようなお話し会ステージや、季節のイベントなどを通して、人権啓発をおこなっているお話し会団体。

古物・着物買取

いたします

掛軸・茶道具・屏風・鉄瓶

古い着物・帯・布

古銭・時計・カメラ

壺・徳利・茶碗・ガラス瓶

ランプ・ブリキのおもちゃ類

膳・碗・小皿・大皿・鉢

タンス・火鉢・重箱

倉庫・減 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

体と心の不調を改善

あなたに合う漢方はどれ?

漢方のアレコレ

「芍薬甘草湯(しゃくやくかんそうとう)」

足のつり、こむらがえり(足のけいれん)の緩和に効果的です。芍薬と甘草が含まれ、筋肉の緊張やこむらえりを和らげる作用があります。これにより、筋肉のけいれんや痛みが軽減し、こむらがえりを予防するのに役立ちます。また、血流を改善し、体全体のリラックスを促進することで、夜間の突然のけいれんなども緩和します。たまに運動するとこむらがえりや腰痛をおこす方にもおすすめ。

南国の美しい踊りを
一緒に始めてみませんか

ゆったりと優雅な動きが特徴のフラダンス。
健康や美容、ダイエットにもオススメです。

*はじめてのハワイアンフラクラス

4月10日(木) 13:00～14:00

*J-POP(歌謡曲)で踊ってみようクラス

4月10日(木) 14:30～15:30

◎服装は動きやすいものなら何でもOK!
◎水分・タオルなどは各自ご持参ください。

お問合せ
お申込み

レッスン料
500円

即日入会の方は返金

入会金
通常5,000円が
4月末まで
0円

タヒチアンダンス
クラスもあります!

レンタルスタジオ Maramarama 海南

海南市幅川 94-2 ☎080-5692-2873
wakayamadance@gmail.com

