地域産業と暮らしをつなぐ
情報新聞 陽だまり
Community Newspaper HIDAMARI
北広島市｜札幌市清田区｜札幌市厚別区｜南空知地区
TAKE FREE AND FREE DELIVERY
発行元 ナリオデザインスタジオ
〒061-1113 北海道北広島市共栄町1丁目1-18すずきBld.2F
TEL：011-372-6547 FAX:011-375-0424
情報新聞陽だまり 検索

車のことならお気軽に！
新車・中古車販売・車検整備修理・板金・買取り
㈱レッド オートショップエコ
☎ 011(376)7002
北広島市北の里 341-8
www.ecocar-web.com

ついに決戦!! ボールパーク

アジアNo.1を目指す!! 夢の大施設

上図は、昨年6月に球団が発表したボールパークのイメージパース。

天然芝が敷かれるスタジアムの屋根は開閉式となり、その周囲を取り囲むように、オープンカフェやキャンプ場、バーベキューテラス、子供たちが水遊びを楽しめるカナールのほか、草野球場も備わる。

パースは無論、特定の候補地を前提としたものではないが、ボールパークはこれらに加え、商業施設や宿泊施設も囲い入れる構想であり、そのボリュームに見合う広大な駐車場も必要不可欠だ。

北広島 VS 真駒内 絶対面積と住民反対運動

ボールパーク建設に必要な用地を、予め球団側は最低20ヘクタールとしてきたが、北広島市の候補地である「きたひろしま総合運動公園予定地」は37ヘクタールという十分な「器」を備える。対して真駒内は、全体としては実に85ヘクタールもの広さを誇るが、その大部分は約5万本の天然木や貴重な野生動物が暮らす道立自然公園であるため、ボールパーク用地として提供されるのは、真駒内セキスイハイムスタジアムを取り壊した跡地を中心とした5ヘクタール程度と見込まれている。

これを受け球団側は先月、本拠地を真駒内に決定した場合の、真駒内専用構想を発表。守るべき自然環境をしっかり残しつつ、地域住民の憩いの場としても利用されるようなコンパクト設計を提唱したが、自らが当初描いていた構想とは、まったくかけ離れたものだ。

真駒内はこの案をもとに住民への意識調査を行ったが、近隣住人からなる誘致反対派の声が半数を占め、推進派と真っ向から対立し、新たな火種となっている。

こうした反対の真意はどこにあるのか。

真駒内 歴史と自然とインフラの課題点

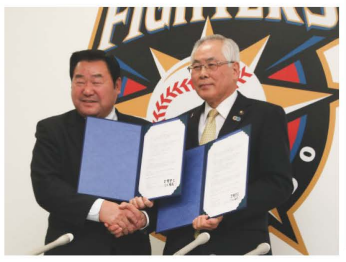
昭和47年の冬季札幌五輪の舞台である真駒内は、かつては近代的で静かな「高級住宅街」と称され、豊かな自然環境との調和に優れた地区だが、札幌中心部との交通アクセスが思いの外悪いことから働き盛り世代の定着に難があり、高齢化が進んでいると云われている。長年の社会貢献を終え、せっかく静かな街で人生をゆっくり楽しみたいと考える人たちにとっては、ボールパークで人や車が込み合い、騒々しくなるのは避けたいところなのだろう。加えて真駒内は地下鉄の終点であり、渋滞を回避出来る道がない。勿論、道立公園の自然破壊、生態系への悪影響も大きな懸念要素だ。北広島市も高齢化は進んでいるが、住宅密度でいえば、真駒内の比にはならない。

未来をつくる市長

これまで何度も球団側と堅実的な協議を進めてきた北広島市。その舵取りを行う上野正三市長の手腕に、6万人の市民の注目が集まるが、取り分け心配されているインフラの課題点について市長が、とても興味深い発言をしている。

現在交渉中のJR新駅について、万一それが叶わなかった場合は、現在の北広島駅からボールパークを直接つなぐ「大型ゴンドラ」の建設も視野に入れるというものだ。

これが実現可能か否かは別として、発想の豊かさと、どこまでもポジティヴな姿勢に感銘を受けた。



▶今年北広島市は球団とパートナー協定を締結。万一があってもタダでは起きないという、強い姿勢がうかがえる。

新築 鉄筋マンション遂に完成！
北海道日本ハムファイターズ
北広島市へのボールパーク誘致を応援します!!
ギガ大家の新築物件!
3月3日(土) 10:00～16:00 無料
完成見学会

物件所在地 ／ 北広島市中央1丁目1-1
●交通機関／JR 千歳線「北広島」駅より徒歩 14 分 (1,080m)●種別／賃貸マンション●構造／鉄筋コンクリート造●階層／地上 4 階建て●間取詳細／ 9・1・8K●駐車場／有※駐車料金 8,000 円●入居予定日／ 3 月上旬●月額費用／家賃 45,000 円、管理費 5,000 円、24 時間管理費 1,000 円※合計 51,000 円(駐車場を除く)●初期費用／敷金なし、礼金なし、水回り消毒料 20,000 円、ストーブ整備料 20,000 円●条件等／ペット不可、要保険加入（2 年ごと）：18,000 円●備考／デザイナーズ物件、24 時間緊急通報システム、最上階複層ガラス、全室洋室

木造アパートもご案内いたします!!
●所在地／北広島市広葉町3丁目9-7●JR北広島駅 徒歩18分●地積／274.23㎡
●延床面積／296.46㎡●構造／木造２階建●間取／1LDK4戸、1K4戸●駐車場／6台
「賃貸希望者内覧」も実施しております！ この機会に是非ともご来場ください♪

不動産投資専門 PERFECT PARTNER パーフェクトパートナー株式会社
札幌市中央区北2条東8丁目86-15札幌ITヴィレッジ TEL011-218-3666 / FAX011-218-3667
TEL. まずはお気軽にお問い合わせ下さい!!
担当／クマガイ：090・5958・6773
オカダ：080・8629・3813
JR北広島駅に到着しましたら、スタッフがお迎えにあがります。
現地駐車場もありますので、ご利用ください。ほっともっと横

作り手の思いを感じるお菓子
やっぱりお菓子が好き！

心揺れる…

お菓子のあまい誘惑

丁寧な手仕事が嬉しいお菓子の味で心和む時間をどうぞ。

御菓子処　みつや

羊ケ丘通に面した御菓子処みつやでは、先代から続くかわらぬ和菓子の味と、洋菓子の修行を経験した二代目が生み出したロールケーキやマドレーヌなど多彩なお菓子が、ショーケースに並びます。

季節限定３月中旬までの発売

▶桜餅１個１３０円、イチゴ大福１個１７０円、他、期間限定うぐいす餅１個１３０円も。今だけの味をどうぞ！

昔ながらの炊き方を守る小豆、朝早くからついた餅で作る団子など、製法はもちろん材料にも拘り、変わらぬ味を届けます。

季節限定、全てもち米で作られた生地に自慢の餡と葉の塩味が絶妙の桜餅や、大粒のいちごを白餡で包み、求肥で柔らかく仕上げたいちご大福が３月中旬まで販売予定。

口に入れると「やっぱり美味しい」と、ほっとするひと時が嬉しい御菓子処みつやを味わって。

御菓子処 みつや / 札幌市清田区美しが丘４条７丁目1-15
9:00 ～ 18:30/ 水曜定休日

懐かしくて美味しいみつやのロールケーキはフワフワ生地にクリームがギュッ！が嬉しい！/ 抹茶、ジャムは 180 円、ハスカップ、コーヒー、ゴマ、梅林は 200 円。

左 / コーヒーロール、右 / 梅林ロール

▲羊ケ丘通りに面した立地。今は二代目と共に三代目も一緒に商売を盛り上げています。

（草餅と豆大福共に 130 円）

▲定番の大福、羊羹、どら焼きなどもやっぱりみつやが良いと遠方から求める人も多いとか！

大人から子どもまで愛されるお菓子を届けたい

お菓子の　安寿真

お菓子の安寿真では、先代の味を残しつつ、新作のお菓子で、新たなお菓子で、新たな看板メニューを作ろうと実行中です。

新作はしっとりとした生地に四角い形のアズバウム、春らしいイチゴとティラミスのフレジェなど。

また、札幌の大学生らとコラボして、北広島を代表するお土産作りに協力して仕上げた、どら焼き×マカロン、その名もドラロンも好評です。

地元のお土産となるような代表作を作る熱意を持ちながら、根底では皆に愛されるお菓子をと奮闘中の同店ではロールケーキやプリン、その場でクリームを注入するクッキーシュー等の定番の人気商品と新作の誕生で、今年も目が離せませんね♪

▶定番のエルフィンは安寿真代表作（１３０円）。新作ドラロンはチーズクリームと粒餡が絶妙にマッチ（１５０円）。

お菓子の安寿真
本店▶北広島市朝日町１丁目4-7
☎011(372)0123
大曲店▶北広島市大曲末広２丁目1-2
☎011(376)4355
営業時間▶9：00 ～ 20：00/ 年中無休

※季節限定ロールケーキは３月末までチョコロール（１本 1000 円）、３月上旬から桜ロールを販売予定♪

▲当日予約でも対応できます！誕生日やお祝いの席にお勧め！チョコクリームもあります。

▲鮮やかな赤い店舗が目印♪赤毛米の米粉で仕上げたまいピーロール等地域独特の商品も展開中。

新ネーム公募中止の報告とお詫び

情報新聞陽だまり編集部では昨年７月号の紙面で、読者の皆様へフリーペーパーの新名称を募集して参りましたが、これまでの約７か月間にわたり、たくさんのご応募を頂きました。本当にありがとうございます。

しかしながら、実は『**陽だまりの名前を変えないで欲しい**』というご意見が、新ネームのご応募数を大きく上回る結果となってしまいました。

私共と致しましては、昨年１月より運営母体を新しくさせて頂いたこともあり、尚いっそう親しみを持って頂けるネーミングを読者の皆様にお決め頂こうと、読者公募に踏み切った経緯がありましたので、社内協議をさせて頂いた結果、最も多かった読者様のご要望に沿う形で、ネーミングの変更を取りやめることと致しましたので、ご報告とお詫びを申し上げます。

尚、「グッドネーム賞（10名様）」は当初の予定通り、ネーム案をご応募頂いた方の中から選考し、「採用作品賞（1名様）」は、『名前を変えないで欲しい』旨のご意見を頂いた方の中から抽せんをさせて頂き、当選者様への商品発送、ならびに４月号紙面での発表をさせて頂きますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

《編集部一同》

汗をかいても風邪知らず！機能性肌着 重ね着術！

重ね着間違えていませんか？

寒い日が続きますが、風邪など引いていませんか？雪かき作業や、屋内と外との寒暖の差で、かいた汗が冷えて風邪を引くこともあります。暖かいインナーの着方で、汗をかいても冷えにくくできるようです。

冬に大活躍の汗や水蒸気を熱に変えて発熱できる機能性肌着は一番先に着なくてはその効果は発揮しません。重ね着で間違えている方も多いようですが、まずは機能性肌着を、その上に女性ならカップ付タンクトップなど、男性ならぴったりしたハイネックシャツなどで機能性肌着を、より肌に密着させ効果アップを図ります。

ボトムスの場合も同じで、機能性タイツやスパッツの上にはぴったりしたズボンがお勧めです。

今では、裏起毛素材もあるので、長時間の外作業、比較的暖かい時などの状況に合わせて肌着も選び、素材の長所を存分に活用しましょう。

この方法、昔ながらの綿製の肌着は保水する素材で、体温を奪われやすく、向いていませんので、機能性の肌着で試して下さい。

これから春に向かい暖かい日も増えますが、通勤時の電車の中が暑い時や、スポーツの時など、汗の予感がある時には、是非この方法お試しください。

「あなたらしさ」が美しく輝く未来、シンデレラストーリーを
SKIN CARE & ESTHETIC
E'CLANIR エクラニール
コミュニティサロン 開催参加者大募集中!!
北広島市コミュニティビジネス補助対象事業指定

“好きなことを仕事にしたい” ”起業したい”
1日だけ、週1 回からできる自分のお店を持ちませんか？
●本格的な開業前のトライアルに。●趣味と仕事を兼ねて。
●北広島の支店として。●予約の入ったときだけの稼働に。
子育てしながらもOK！女性の独立を応援します♪
エステティシャン・整体師、占い師、ネイリスト、耳つぼ、ハンドメイド、保険代理店など、お気軽にご相談ください。
エクラニール　北広島市大曲幸町２丁目2-1
TEL: 011-887-7300　http://www.eclanir.jp

新社会人応援セール

黒水牛 10.5 ㎜認印 1本 840円～
黒水牛 15.5 ㎜ 銀行印 1本 4,860円～
合カギ

500円より
デザイン・印刷 はんこ広場
大曲店 大曲幸町１・大曲中央2　交差点そば
〒061-1275北広島市大曲南ヶ丘１丁目1-1
TEL 011-802-5995
FAX 011-802-5994

営業時間
日・祝日 定休日
土曜 AM 10時～PM 5時
平日 AM 10時～PM 7時

大好評 質屋の出張鑑定買取
不要品の処分売却、まずは当店にご相談ください！
当店依頼案件 TOP 3

問合せ急上昇中!!
お宅一軒丸ごと
遺品整理、財産整理
鑑定査定のプロ・質屋の店長が直接お宅へ訪問させていただきます。その場で現金買取ＯＫ！当店からの売却の強要は一切いたしません。
心の絆、安心の証
当事業所は 遺品整理士 の有資格者がいます。
金券ショップ・リサイクル併用・全国質屋組合加盟の正規買取店
トップ質店 恵庭店　0120-978-551
恵庭市住吉町２丁目15-15
営業時間／ 9:00 ～ 19:00 不定休　http://www.topshichi.com
北海道公安委員会第 1010600365 号
北海道公安委員会千歳（質）第２号

THE DOCTORS VOICE

胃がん予防には早めのピロリ菌除菌！

医療法人社団広仁会 高台内科クリニック
院長 高橋正和

先月号で、胃がんの主な原因の一つが、胃に住みつくピロリ菌であるということ、そしてそのピロリ菌感染によっておこる慢性胃炎が、胃がん発生に関与しているということを説明させていただきました。では、これらの現象はどのような経過で起こるのでしょうか？

まず、ピロリ菌の感染に関してですが、ほとんどの場合が5歳以下の幼少時に、気づかないうちに起こり（その多くは、母親などの親族からの感染）、ずっと胃の中に住みつづけます。小学生になると免疫力が高まり、中学生以降では胃酸の分泌も大人と同程度になるため、ピロリ菌に感染することは殆どありません。

幼少時にピロリ菌に感染し、長い年月が経過すると胃炎が進行します。そのため我々専門医は、胃炎が進行する前のなるべく早い時期でのピロリ菌除菌を勧めています。もちろん胃炎の進行に個人差はありますが、30歳代であれば比較的胃炎の程度は軽く、除菌によって改善する程度の方が多いです。

しかし、胃がんを無くすためにはそれでは不十分であるため、北海道大学のがん予防内科講座が主導で、5年ほど前から「中学生・高校生でのピロリ菌検査／除菌事業」が一部の自治体で開始となりました。これは、ピロリ菌感染していても慢性胃炎になる前に除菌治療をすれば、胃がんのリスクはピロリ菌未感染の人とほぼ同じになるという研究データに基づいています。高校生になってしまうと地元を離れる学生も少なくないことから、なるべく全員に機会が与えられるためには中学生での実施が望ましいということ、また、除菌治療には薬の内服が必要なのでまだ体格の小さな中学1年生は避け、中学2年生以降での実施を同講座は推奨しています。

私も同講座の先生方とともに、胃がん撲滅のためのピロリ菌検査・除菌を提唱してきた医師として、北広島市で働くようになってから、同市での除菌を目指して医師会および市の健康推進課に協力を求め、何度も協議を繰り返した結果、ついに北広島市でも平成30年度から「中学生へのピロリ菌対策事業」が開始されることとなりました。対象は中学3年生（今後移行していく可能性あり）で、もちろんきちんとした説明書類を配布し、本人および保護者の同意が得られた学生のみが検査の対象となります。

10代でのピロリ菌除菌は、本人たちの胃がん防止だけでなく、その世代が結婚・出産をした際の、次の世代への感染を無くすという2世代に渡る胃がん撲滅につながります。ぜひ、少しでも早いタイミングでのピロリ菌検査・除菌を心がけましょう！

やっぱり楽しい オリンピック パラリンピック 五輪

7競技102種目

今回の平昌五輪から新種目となったのはスノーボードビッグエアなど6種目。五輪で素晴らしい演技を始めて見た方も多かったのではないでしょうか？

しかし、新種目として人気になったものとは正反対に、公開競技として実施されたものの「幻の五輪競技」で終わった種目もあるようです。

1回のみ実施では、1932年大会の犬ぞりレースと、1992年大会のスピードスキー。人類最速のスキーヤーを目指して滑る速さを競う個人競技で、時速200キロものスピードで競われた、とても危険な種目だったようです。1988・1992年の2大会で実施されたのは、スキーバレエ。スキーでフィギュアスケートのような演技をしたようで、ストックを支えに宙返りなどをするダイナミックなものだったようですが、これらの種目どれも正式採用にならず、まさに幻といえそうです。

▲スキーバレエの様子。採点が難しそうです。

もしや新種目になるのでは？と注目されているのがエレクトロニック・スポーツ（eスポーツ）。いわゆるコンピュータゲーム。ゲームをスポーツとして捉え、五輪競技に加えるべきかを検討中とのことですが、疑問視する声もあるよう。しかし世界では五輪を見据えて既に、専門の学校まであるようですが、どうなることか気になります。

道民も盛上る！

Eスポーツの応援はまさにスポーツ観戦！

小さな時から懸命な姿を見てきた、高梨沙羅選手や高木美帆選手の活躍も嬉しい結果をもたらしましたが、カーリングチームLS北見の、ゲーム中に交わされる北海道弁にも注目された大会でした。

ゲーム中の彼女たちが「そだねー」と馴染み深い言葉と共に戦う姿に、誇らしい気持ちまで抱いてしまうのは、特に郷土愛が深いといわれている道民気質からかもしれませんが、3月8日からはパラリンピックが始まります。こちらも道内ゆかりの選手が多数出場します。まだまだ、胸が熱くなる瞬間がありそうです。

さて、2026年札幌でも五輪招致をと囁かれていますが、北広島でのボールパークが実現していたら、何かしらの競技の開催もあるかもしれません。まだまだ、先の事ですが、もしかすると実際に応援する日が来るかも？しれませんね。

すぐに捨てずに有効活用！

柑橘類の皮で爽やか効果♪

電子レンジの汚れや庫内のこもった臭い。気になりますよね。食べ物を加熱するので、洗剤を使うにも躊躇われます。

そこで、グレープフルーツなどの柑橘類の皮を利用し、掃除プラス嫌な臭いを撃退。皮に含まれるリモネンと呼ばれる精油成分により爽やかな香りが広がります。

お掃除方法ですが、油汚れなどは蒸気で汚れを浮かせると、取れやすくなりますから、汚れてもいいタオル等にべちゃべちゃ位に水を含ませ、一緒に柑橘類の皮をチン！（時間は様子を見ながら1分位から）。火傷に注意して、汚れをふき取ります。頑固な汚れにはメラミンスポンジを使用。（水だけで汚れを落とす白いスポンジ）相当頑固な汚れには水タオルより、水に重曹を溶かした耐熱容器を2～3分ほど加熱、そのまま20分程度放置後、メラミンスポンジでふき取ると良いよう。

また、魚を焼く前に水を張ったグリルに柑橘類の皮をちょっとちぎって入れて焼くと後始末が楽ですし、グリルに入れた皮を焼くだけでも部屋の臭い消し効果があるようです。家事や火傷に注意し挑戦してみて下さい。

北広島市開催 ひきこもり 悩みを抱える本人とご家族、まわりの方 学習会と若者の暮らしと心の相談会のお知らせ

家族・支援者のための ひきこもり学習会

北広島市では、3月17日に「家族・支援者のためのひきこもり学習会」と「若者の暮らしと心の相談会」を開催します。

時折ニュースなどでも扱われる「ひきこもり」。最初は、親御さんがわが子を心配して相談に訪れることが多いようです。ひきこもりが長期化する前に、早めの相談をお勧めしますと担当の方は話します。

この学習会では「ひきこもりを脱した方からの体験発表」や「関わり方のポイント」などを聞くことができます。また終了後、北広島市にお住まいでご希望の方には保健師や相談員による個別相談があるため、悩みを抱えるご家族の方は参加してみてはいかがでしょう。

若者の暮らしと心の相談会

北広島市にお住いの10代から30代の方、その家族、職場の方を対象に、人とのコミュニケーションなどに悩みをお持ちの方のための相談会です。

具体的には、「人との関わりに不安を感じる」「コミュニケーションがうまくいかない」「仕事が続かない」「周りの人は誰もわかってくれない」「そして、「どこに相談して良いかわからない」。そんな悩みを安心に変える相談会です。

最近はテレビでも特集が組まれるようになった発達障がいや、その他さまざまなことが原因で悩みに繋がることがあるようです。不安な気持ちをお持ちの方は、参加してみてはいかがでしょうか。

日程▶3月17日土曜日
会場▶北広島芸術文化ホール 活動室1・2
北広島市中央6丁目2-1
問い合わせ▶北広島市役所福祉課 /011(372)3311 （内線2152）

家族・支援者のためのひきこもり学習会
※事前申し込み ※参加費無料
講師・北海道ひきこもり成年相談センター
・NPO 法人レターポストフレンド
時間▶13:30 ～ 15:30
対象者▶ひきこもり当事者（概ね 60 歳未満）の家族や支援者。
参加申込方法▶3 月 13 日迄に市役所福祉課へ
電話かメールにて /011(372)3311 内線 2152
fukushi@city.kitahiroshima.lg.jp
主催▶北広島市自立支援協議会 / 共催▶北広島市

若者の暮らしと心の相談会
※予約不要 ※参加費無料
受付時間▶16:00 ～ 18:00 まで。
相談無料、予約不要。直接会場へお越し下さい。

産科 婦人科 不妊治療 婦人科 婦人科の健康相談も承ります
母体保護法指定医 不妊・不育・体外受精センター
医療法人社団 青葉産婦人科クリニック
院長 / 高田久士　副院長 / 高岡康男
☎(011)893-3207(代) 夜間 893-3210 FAX 893-3870
厚別区青葉町6丁目1－9
地下鉄新さっぽろ駅出口1番より徒歩10分
新さっぽろ駅よりバス「青葉町中央」下車
/JRバス【新13】【新循環71】中央バス【白29】
●分娩（家族立会い可）（特定不妊治療助成事業指定医療機関）
●子宮がん検診
診療受付時間
●平日 8：30～12：00 13：30～17：00
●土曜 8：30～12：30
夜間診療受付
●（月・木）18：00～19：00
入院設備有り
●一般病棟/15床
●個室/4室 ※全室TV・冷蔵庫付き 冷暖房完備
ホームページ www.aoba-ladies.com
Eメール cbi34230@pop02.odn.ne.jp

充分な説明による安心の医療
より苦痛の少ない検査、より精度の高い診断を
内視鏡専門サイト を開設しています！
http://takadai-naishikyo.jp
医療法人社団 広仁会
高台内科クリニック
胃・大腸内視鏡専門医｜ピロリ菌感染症認定医
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00 - 12:00 ● ● ● ● ● ●
13:30 - 19:00 ● ● ● ● ●
17:00まで。
【休診日】 日・祝 ※木・土は午前中のみ診療
ハークヒルズ 中央通 セイコーマート やすだ動物病院
〒061-1145 北海道北広島市泉町1丁目2-6 ☎ 011(372)1001 FAX: 011(373)3392
高台内科クリニック 検索 http://takadai-clinic.jp

昔ながらの対面販売のお肉屋さんで美味しいお肉をget！

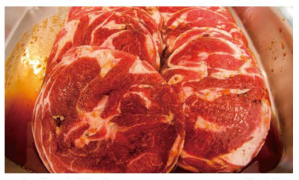
肉やりょうちく

▶新店舗は道道江別恵庭線沿。石屋製菓さん工場の向かい側です。

昨年末、菱畜フーズ工場移転を機に、対面販売を復活させ好評営業中の肉やりょうちく。豚・鶏の精肉は道内産を、輸入品や加工品なども吟味し「安心」「安全」な商品を提供しています。

同店人気の、味付ジンギスカンはオーストラリア産ラム肉と美味しいタレを絡めての販売。一番人気のしお鶏ももは、焼いても揚げも美味しいと評判。ホルモン、カルビなど焼肉に欠かせない商品も充実販売中。

毎月29日「肉の日」の割引サービスや、お誕生日月の方の来店でしお鶏もも200ｸﾞﾗﾑのプレゼントなど、嬉しいサービスも実施中。昔ながらの販売スタイルも好評のお肉やさんを訪ねてみませんか？


▲寒地焼肉まつりでもお馴染み、味付ジンギスカンはg/130円。愛情も一杯です♪

▶しお鶏もも g／80円。誕生月の方本人来店、証明書の持参でプレゼント実施中です！

肉やりょうちく / 北広島市新富町東１丁目6-1
10:30 ～ 19:30/ 水曜日定休。

副産物（内臓）も道産、国内産を揃えてます。水餃子、鶏だんごなどの加工品もお得に販売中です！

読者プレゼント（詳しくは本頁をCHECK）

昭和玩具懐古録

其の四十二　ダリヤ　おふろセット

「サロンドプロ」でお馴染みのトイレタリーメーカー「㈱ダリヤ」が、昭和46年に発売した女児用の商品。丸い容器内には、入浴時に使うスポンジ、シャンプー、石鹸などが収められていたほか、容器の蓋は湯おけに、底は腰掛けに使えるという、子ども用の商品にしては、なかなかの凝り様でした。一般住宅の浴室普及率が低かった当時、女の子たちは、このおふろセットを持って銭湯へ行くのが憧れだったと聞きます。やがてダリヤはこの商品の外観をフルーツ型に変更し、「りんごちゃんおふろセット」に改名。加えて発売された「おはようセット」や「お子様化粧品マリーちゃん」など、どれも、玩具メーカーには真似出来ない、人気商品となりました。

手づくり雑貨はいかが？

北広発！ かわいい ハンドメイド雑貨 販売中！ in 肉やりょうちく店内

▲デコパージュのスリッポン（500円、左）や羊毛フェルト小物も！

北広島在住の三好英美さん、鈴木綾子さんらからなるハンドメイド雑貨トリオが、肉やりょうちくの一角に専用のコーナーを常設し、展示販売しています。

雑貨を手掛けるのは、委託販売などで活躍中の、ベテラン作家たち。ヘア・アクセサリー、バッグ、キーホルダーなど、それぞれの個性を生かし制作された雑貨は、商品バリエーションが豊かなところも魅力。

スイーツやおにぎりなどがレース糸で編まれた、可愛らしくて楽しいキーホルダーや、和裁の腕を生かし、全て手縫いで仕上げたティッシュケースなどの布製品、デコパージュや羊毛フェルト小物などが５００円前後から販売されています。どの作品も手にすると優しい気持ちになるのはもちろん、日常で使えるのが嬉しいところ。

お買い物がてら可愛い雑貨も手にしてみませんか？

販売▼肉やりょうちく内 北広島市新富町東１丁目６の１／水曜定休

▲1. 食べ物シリーズのキーホルダー（500円）、2. 全て手縫いのランチョンマット（400円）などが。

今月のPICK UP! CHINEMA イオンシネマ江別

- 3/1（木） ブラックパンサー
- 3/3（土） プリンシパル ～恋する私はヒロインですか？～
- 3/3（土） ドラえもん のび太の宝島
- 3/9（金） 映画しまじろう　まほうのしまのだいぼうけん
- 3/10（土） 去年の冬、きみと別れ ／ 坂道のアポロン ／ 北の桜守
- 3/16（金） リメンバーミー
- 3/17（土） ちはやふる－結び－
- 3/21（水） ボスベイビー ／ 曇天に笑う　★祝日公開
- 3/30（金） ペンタゴン・ペーパーズ / 最高機密文書
- 3/31（土） honey

毎週月曜日はハッピーマンデー♪ 誰でも映画料金 **1,100**円 ※3Dなど一部対象外となる作品があります。

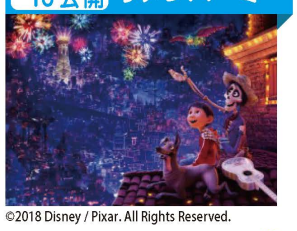
3/3公開 ドラえもん のび太の宝島

© 藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2018

3/10公開 北の桜守

© 2018「北の桜守」製作委員会

3/16公開 リメンバーミー


©2018 Disney / Pixar. All Rights Reserved.

AC AEON CINEMA
http://cinema.aeoncinema.com/wm/ebetsu/

江別市幸町35 イオン江別店4F内
☎011(381)3866

映画観賞ペアチケット　読者プレゼント（詳しくは本頁をCHECK）

読者プレゼント 応募要項

応募締切 3/31

お店へプレゼントを受取りに行ける方が対象です。

《ハガキのご応募》
①お名前 ②住所 ③電話番号 ④年代（例：「40代」）⑤今月号の陽だまりのご感想 ⑥ご希望のプレゼントを明記のうえ、〒061-1113 北広島市共栄町1丁目1-18 すずき Bld.2F「陽だまり読者プレゼント係」

《携帯からのご応募》
QRコードからどうぞ！

《PCからのご応募》
http://madca.co.jp/hidamari/?page_id=2275 に、アクセスして下さい。

A ……▶ 10名様
特製 肉やりょうちく 味付ジンギスカン 300gを

B ……▶ 3組6名様
AC AEON CINEMA 映画鑑賞招待券 イオン江別店 4F
プレゼント有効期間内、上映作品の中からお好きな映画をご覧下さい。

夢工房トンデンファーム
ガーデンセール
厳寒ご情熱を炎展に込めて…!
3月24(土)25(日)
午前9時30分～午後5時
江別市元野幌968-5
〈直売店〉☎011-383-8208
※広告の品が万一品切れの節はご容赦願います。
※税込価格を表示しております。
大型駐車場あります
夢工房トンデンファーム　検索

大人気!!
袋入りウインナー 荒挽・ハーブ入り・チーズ入りの3種類 1,316円～の品 777円
石狩川ベーコンスライス 直下式炭火製法でじっくりとスモークされた深い味わいと香り 200g 1パック648円 2パック1,000円
ショルダーベーコン 200g 1パック648円 2パック1,000円
大好評 煮ぶた豚 100g 200円 味の決め手は特製の醤油ダレ。ラーメン、おつまみ、サラダにいかがですか？
ベーコン入りソーセージ 250g 648円の品 410円
さらに当日店頭発表の特価品もあります。お楽しみに！
江別アースドリームポーク 豚肉販売
こくうまビーフカレー 1皿400円
炭焼きソーセージ 1本250円
牛スジおでん 1本100円
自社直営・白老牧場生産 トンデンファーム和牛販売
行列のできる醤油らーめん 1杯400円
モツ煮汁 1杯250円
チキン丸焼き
プレーン 1羽1,300円
スパイシー 1羽1,500円
実演販売
フライドチキン 350g 500円
炭火焼スモークチキン 半身 800円
炭火焼き鶏 180g 500円
石狩川ベーコンコロッケ 1個120円 5個500円
1日遊べる楽しい農場!
アースドリーム 角山農場
江別市角山584-1
☎011-391-2500
営業時間／10:00－17:00
土日・祝日のみの営業です!
トンデンファームから車で15分
可愛い動物達とふれあおう!
動物ふれあいエリア 入場料／300円 無料
美味しいレストランもあります
全天候型室内遊び場
ドリームランド子供の国 入場料／300円 無料
雪で遊ぼう!!
雪上ゲナボート 1人／600円

水道のトラブル
排水のトラブル
暖房のトラブル
水もれ｜排水づまり｜ボイラー修理／取替工事｜水洗トイレ工事
セントラルヒーティング｜ロードヒーティング｜各種水廻り増改
北広島市・札幌市指定工事業者
お問合せは
有限会社 拝野設備メンテナンス
〒061-1125 北広島市稲穂町東6丁目4-8
☎011(373)6963
FAX：011(373)6106

外壁と屋根の無料点検・見積り
出張サービス中
一棟ごとに細かい点検、計測をしてお見積を制作致します。
詳しくは当店へお気軽にお問合せください。
【施工事例】北広島市Ｔ様邸
施工前
施工後
外壁+屋根セットで3大特典付き!!
特典1 高圧洗浄無料サービス！
外壁・屋根塗装の、どちらにも必要な高圧洗浄を無料サービスします。
特典2 灯油タンク塗装サービス！
灯油タンク塗装（通常価格7,000円）を無料でサービスします。
※灯油タンクのない住宅の場合、他の箇所の塗装と交換ができます。
特典3 基礎塗装サービス！
住宅基礎まわりの塗装を無料でサービスします。
※基礎の高さは50cmまでです。それ以上は別途お見積り致します。
さらに3/1から5月末までのご予約で
お買い物に利用できるJCB商品券10,000円分プレゼント！
N·P·S NORTH PAINTING SERVICE
外壁塗装　屋根塗装
内装リフォーム　屋上防水工事
北広島市役所新庁舎モニタービジョンCM放送中♪
ノースペインティングサービス
北海道知事許可（般ー23）石第20870号
北広島市朝日町３丁目3-15　☎011-376-7881
ノースペインティング　検索

一枚の写真から

振り返る郷土の歴史

第五十三回

昭和四十三年 北海道開道百年記念パレード

▲音楽隊の背後に見える市電は「西４丁目線」。札幌駅を始発にススキノへ向かう路線でしたが、この写真が撮影された３年後に廃線となりました。

今回の写真は、いまから50年前の夏に行われた「北海道開道百年記念行事」の一幕です。

場所は札幌駅前通りの大通西３丁目と４丁目の間で、観衆に囲まれながら演奏パレードをしている人たちは「お巡りさん」。この日のために全国から12隊455人が選抜され、警察音楽隊としては初めて、制服ではなく「演奏服」を新調して臨んだ晴れ舞台だったのですが、写真を見る限り、あいにくの雨模様だったようですね。写真中央の奥にうっすらと見える建物が札幌駅。右側、「タケダ」の看板は現在もこの場所にある武田薬品工業さん。左手前には「やまとタクシー」さんが走っていますね。

そして、公園を埋め尽くす人々の向こう、木々の陰に見え隠れしている建物は、懐かしの「北海道拓殖銀行本店（現、大通ビッセ）」です。

この百年記念の年、円山陸上競技場で行われた記念式典には、なんと天皇皇后両陛下がご臨席されたのを始めとし、６月から２か月間にわたって開催された「北海道博覧会」や、旭山記念公園の開園、野幌森林公園を道立自然公園に指定し、高さ百メートルの「百年記念塔」と「北海道開拓記念館（現、北海道博物館）」を建設するなど、道民にとっては明るい話題が続きました。国内全体の出来事としては、日本人初の南極点到達や、週刊少年ジャンプの創刊、年末には三億円強奪事件なんかもありましたね。

季節の行事にも！ダイエットにも！ 日本のパワーフード

餅はすでに縄文時代には、日本に伝わっていたといいます。稲作もこの頃に日本に伝来したと言われていて、歴史的にはそれと同時に日本に伝わってきたものだと考えられているそう。この頃のお米は現代の白米とは違い赤米というもので、白米より餅づくりに適していたことから、広く普及したそうです。

平安時代には、祭事には欠かせない食べ物となり、正月、節分、節句といった様々な季節の節目で既に食べられ、現代に続く食文化になっています。

つきたてのお餅は美味しいですが、保存が大変でした。現在の個包装の切り餅などは無菌状態でパックされているので、開封しない限りまず腐ることはないそうです。

また、餅って太るよね。と思われた方、実はそうでもなく、市販の切り餅１個（50グラム）120キロカロリーに対してご飯一膳（140グラム）は240キロカロリーとご飯がなんと２倍。更に、餅の粘りを作っている、アミロペクチンというネバネバ成分が消化に時間がかかるため、お餅は腹持ちが良い食べ物といえます。野菜ベースの汁と共にお餅を食べる、また玄米から作られた玄米餅に置換えるとダイエット効果も高まりそう。※もちろん食べ過ぎ注意です。

そんな素敵なお餅で、「何もしたくない時」にお勧めの手抜きご飯。電子レンジに海苔を置き、その上に餅をセット。決して目を離さずレンジで加熱。餅が「ぷく」っとなったら温め終了。皿に移してお醤油をかけると即席磯辺焼きの出来上り。海苔の大きさは餅より大きくお願いします。

ご当地アイドル まいピー色々活躍中！

昨年12月から北広島市でマンホールカードの配布を開始しています。マンホールの鋳鉄蓋には、ご当地ならではの絵などが描かれていることはご存知でしょうか？そのデザインをカードにして自治体が配布しているのがマンホールカードです。

馴染みのない土地でもマンホールの蓋で名産や特徴がわかる優れもの。

北広島のマンホールには楓柄や妖精柄などがありますが、カードに採用されたのは、ご当地アイドルまいピー柄。ＪＲ北広島駅構内のエルフィンパーク市民サービスコーナーで無料配布されています。もちろん札幌市でも配布していて、場所は下水道科学館。図柄は時計台と鮭のデザインで、これも美しいカードです。

実際のまいピーマンホールは、北広島駅東口にあります。足下のまいピーに会える、雪解けが待ち遠しいですね。

▶まいピーと共に楓もデザインされた可愛い図柄。

陽だまり Recipe　もやしと揚げのサッと煮

気候的にも春が恋しいですが今年の冬は本当に野菜が高く、手軽に野菜が買えない状態。キャベツなどは本当に高く、付け合わせにも困るほど。そこでもやしです。安価な上に栄養満点！もやしレシピを増やしましょう。

【材　料】

もやし	1袋
小揚げ	1枚
しめじ	1/2個
水菜など	適宜

【調味料】

めんつゆ	大さじ2
砂糖	小さじ1
みりん	大さじ1
酒	大さじ1
塩	少々

めんつゆ or 醤油

今回、めんつゆで作りましたが、お醤油でもOKです。お醤油の場合、味が濃くなりますので砂糖を多めなど加減して調節してください。お好みでゴマや鰹節をプラスして！

【作り方】

1. もやしを洗い水を切ります。小揚げは横に４分割したら縦方向に細切りに、しめじは小房に分ける。酒以外の調味料を合わせておく。
2. 鍋にごま油（分量外）をあたため１の材料を入れ油を回し酒を入れ蓋をする。
3. 火が入ったら調味料を入れ蓋をして５分程放置。最後に水菜などをトッピングします。

※お好みで七味などをかけて下さい。

もやし活用！

茹でたもやしをキャベツ代わりに付け合わせにして、好みのドレッシングで色々味わいましょう。キャベツが高騰しているからだけではなく、食物繊維やビタミンC、カリウムなどの栄養もたくさん含みます。活用しましょう！

ドライバーズ談話　道産子のために生まれた光るナンバープレート！

今回は「字光式ナンバープレート」のお話し。俗に「光るナンバープレート」とか「電光ナンバー」なんて呼ばれ、バブル期に高級車オーナーや若者の間で人気が高まりました。ナンバーが光る姿はなかなかの美しさで、車が一段とグレードアップして見えたものです。しかし一方では、『怖い人のクルマ』とか『ヤンキーのクルマ』のイメージも広まり、『字光式は悪趣味』とか『ダサい』とか、しまいには『昭和レトロ』とまで言われ、光るナンバープレートを見かける機会もめっきり減ってしまいましたね。でも筆者は好きなんですよ。暗闇に緑色の文字が浮き出る姿、普通にカッコいいと思いますし、ナンバーの視認性を高めることはクルマ社会にとって大切だと思うんですよね。

ちなみにこの字光式ナンバープレート。実は北海道が発祥って、知ってました？

冬場にナンバープレートが雪に覆われて見えなくなってしまうことから、電球の熱で雪を融かして文字を見えるようにと、釧路の**北洋無線㈱**さんが開発し、昭和45年に北海道で導入されたのが始まりなんだそうです。

そして約半世紀が経ちました。確かに字光式ナンバープレートはかつての人気ほどではないものの、決して廃れてはいません。その証拠が、平成14年に登場した軽自動車用の字光式ナンバープレート！ご存じのとおり軽自動車のナンバーは、黄色い下地に黒い数字ですね。黒を光らせるのは無理なので、下地の黄色を光らせるのかな？と考えがちですが、それではウィンカーと誤認される可能性があります。そこで考えられたのが、やっぱり黒を光らせる方法。ただし、「バックライト」という斬新な手法でした。開発したのは残念ながら北海道ではなく(笑)、東京に本社をおく旭化成テクノプラス㈱さんとのことですが、間接的な照明ってのも美しいですね♪

さらに字光式ナンバープレートは進化し続けています。元々ナンバーを光らせていたのは5W程の丸い電球で、一般的な車のテールランプに使われていた電球と同じでしたが、近年の自動車が、より明るく、それでいて消費電力が少ないＬＥＤ電球への部品転換が進んだことにより、字光式ナンバープレートもＬＥＤバージョンが登場したのです。これにより、従来まで見られた「光のムラ」が払拭され、光源も、より明るく鋭いものになりました。

…でもちょっと待てよ。字光式ナンバープレートは電球熱で雪を融かすのが目的だったはず。熱を発しないＬＥＤじゃダメじゃん(爆)

パソコン、スマホからかんたんアクセス♪
地域産業と暮らしをつなぐ 情報新聞 陽だまりWEB

ロータス 楽ノリレンタカー RAKUNORI RENTACAR
LOTAS RENT A CAR & LOTAS CAR SHARING
「ちょっと短時間」に便利なご提案！

帰省時の街乗りに気軽に使えるリーズナブルカー♪ 6時間コース（税別）2,400円
バイクや農機具の陸送、冷蔵庫や洗濯機もお任せ♪ 6時間コース（税別）3,600円
引っ越しや大きな家具のお買い物にはこの1台で！ 6時間コース（税別）6,000円
車椅子ごとラクラク乗り降り出来る福祉車両も完備！ 6時間コース（非課税）8,000円
家族や仲間をみんな乗せて、楽しいドライブへGo♪ 6時間コース（税別）8,000円
ネットで簡単予約 ▼専用サイト▼

ロータス スマイル車検 ロータスクラブ PRODUCE BY LOTAS
はやい、安い、安心車検の全国チェーン
★代車無料 ★リフトアップで正確 ★事前お見積り
各種割引特典サービス
予約割引 / 継続割引 / 初回車検割引 / 持込み引取り割引 / 代車不要割引
詳しくは当社へお気軽にお問合せください。
北海道の活性化を常に考え、地域性を重視しお客様が快適に日々の生活を充実できるお手伝いをさせていただくのが我が社のモットーです。

株式会社クラーク自動車 ☎011-372-3232
クラーク自動車 検索
●営業時間／9:00 - 18:00 ●定休日／日曜・祝祭日
http://clark-jidousya.jp/
〒061-1101 北広島市中の沢171番地（道都大学近く）
各メーカー新・中古車販売｜車検｜一般整備｜板金塗装｜リース・レンタカー｜自動車保険｜火災保険｜生命保険｜

長パ 陽だまり スタッフ募集！

私たちと一緒にフリーペーパーを作り上げていきませんか？

自家用車を業務に使用出来る方。20～60歳位までの、明るく好奇心と協調性のある方
10:00-16:00実働5H×週4日
土日祝日、お盆、年末年始休暇
[試用期間3カ月]時給／850円
[4カ月以降]時給／900円
交通費・自家用車使用手当・雇用保険・特別奨励金当社規定支給
事前連絡のうえ、写真付き履歴書を弊社までご郵送ください。追って面接日時をご連絡致します。

エントリー受付：☎ 011-372-3800
受付時間／平日10:00～16:00

ナリオデザインスタヂオ
〒061-1113 北広島市共栄町1丁目1-18すずきビル2F

パ 水道メーター検針スタッフ募集

長沼町・南幌町の水道メーター検針業務です。

要普通免許、自家用車を業務に使用できる方、未経験者可！健康で体力に自信のある方！
9:00～16:00　※試用期間は8:00～16:00
期間▶毎月 14日～28日（10日間程度のお仕事）
月▶**60,000～80,000**円 ※実施件数による
※試用期間1～2か月は50,000円程度。
（詳細は面接にて）
ユニフォーム貸与、長期勤務出来る方！

応募▶電話連絡の上、写真付き履歴書をご持参下さい。
☎ 080(4103)1224（金谷）
080(4103)1216（小林）
受付時間▶平日 9:00～17:00/ 担当▶金谷・小林

フジ地中情報株式会社
〒003-0822 札幌市白石区菊水元町2条3丁目4-18
水道メーター検針スタッフ募集

一枠 16,000円から♪

W:62mm H:69mm

求人広告枠

ご用命はこちら

ナリオデザインスタヂオ ☎ 011(372)6547

求人情報コーナー わくわくWORK

長パ 調理員、調理補助スタッフ大募集！

週2～3日勤務 OK！空いてる時間有効活用♪

老人ホームでの 1▶調理員、2▶調理補助

1.2 共通▶調理好きな方大歓迎。資格不問、未経験の方、シルバー世代歓迎！
1▶5:00～19:00（実働8.0h）
2▶13:30～19:30（実働5.5h）
※1.2共に週2～3日勤務でも可。
1▶時/**950**円～、2▶時/**850**円～
※試用期間3カ月（当社規定あり）
各種保険完備、交通費規定支給、制服貸与、扶養範囲内控除勤務、自家用車通勤可！

勤務先▶南幌みどり苑営業所 / 南幌町元町2丁目4－14
応募先▶札幌事務所 / 株式会社 北海道グリーンハウス
※面接は現地で行います。
まずはお電話お待ちしております！
☎011(232)2430〈担当：いわた・よしだ〉

株式会社 北海道グリーンハウス
札幌市中央区北3条西2丁目8 さっけんビル2F

契 DMポスティングスタッフ募集！

大手企業発行のDMやカタログなどをポストに配布するだけのお仕事です。配布物はご自宅にお届けいたしますので、出社の必要もありません。また、配布手段は徒歩でも自転車でも車でも結構です。

年齢・経験不問、主婦の方も多数活躍中！長く続けていただける方歓迎！
あなたの自由な時間でOK！午前・午後・家事の合間や空き時間を利用して働けます。
完全歩合制（委細面談）
配布エリア▶清田区・厚別区・北広島市内
・各エリアで多数採用予定！
・都合に合わせて選択可能！
電話連絡の上、写真付き履歴書を郵送下さい。

☎011(867)1101 受付時間 9:00～17:00

有限会社 MR札幌（ミスターさっぽろ）
〒003-0030 札幌市白石区流通センター4丁目4-58

パ デイケア正・准看護師・デイケア介護員同時募集！

1▶正・准看護師 ［内容］利用者様のバイタルチェック（健康管理）、移動時の介助・見守り等。
2▶介護員 ［内容］食事・入浴・レクリエーション等介護業務全般。
資格▶初任者研修修了者以上、未経験の方歓迎！無資格の方も応相談で歓迎！

1▶時給 / 正看護師：**1,300**円・准看護師：**1,200**円
2▶時給/**860**円～**1,000**円
1▶9:00～17:00、2▶9:00～14:00

◆資格取得のサポート体制も充実♪
◆アットホームな職場です！

【1.2共通項目】
※週3日以上※勤務日・時間帯は応相談
制服有！送迎バス有・車通勤可（大型駐車場有）、ブランクある方、復職者歓迎、事前の施設見学 OK、扶養控除内勤務可♪
【勤務先】えみの里 順天（入所90名、通所30名）

介護療養型老人保健施設
えみの里 順天
〒061-1270 北広島市大曲695番地

事前連絡の上、写真付き履歴書を郵送下さい。
追ってご連絡致します。〈担当：佐藤〉
☎011(377)8000

委 ダスキン商品の定期交換訪問スタッフ

ダスキン商品ご利用のお客様へ定期的にお届けするお仕事。
お掃除の知識も得られ、楽しくお仕事できます♪

こんな方におススメです♪
子育てや家事・趣味の時間も確保したい方。
Wワークや時間に制限のある方に！

未経験者歓迎！特別な技術や知識は必要ありません！
初めての方でも丁寧にサポートします♪
主婦の方が活躍中♪
1日3時間程度、月2～5日程度のお仕事。
（30件～100件程度を回ります）
月収 / 約 **10,000～30,000**円
※担当地区により違いがあります。
※受け持ち件数や地区については、お気軽にお問合せ下さい。
出社の必要はありません。ご自宅から直接お客様宅へ訪問します。

募集地区▶北広島青葉町、北進町、東共栄、美沢、稲穂東、稲穂西、朝日町

まずはお問合せ下さい！お電話お待ちしています！
受付時間▶9:00～17:00
011(373)8080〈担当：関口〉

DUSKIN ダスキン道協 北広島支店
北広島市北の里36-4（道道江別恵庭線沿）

パ 清掃スタッフ募集！

パートスタッフ募集！

勤務地は、JR北広島駅隣り！
通勤便利！
朝の時間を
有効活用できます♪

未経験者歓迎！
女性が活躍しています♪
1▶7:00～12:00（実働4時間45分）
2▶8:00～11:30（実働3時間30分）
上記のお好きな時間帯をお選び下さい。
勤務日▶週4日程度（シフトによる）
時給 /**850**円
交通費規定支給、制服貸与、有給休暇有！
勤務地▶北広島市中央6丁目2－2（北広島駅隣り）
・委細面談
・電話連絡の上、履歴書を持参ください。
☎ 011(241)4440〈担当：近藤〉

株式会社 星和サービス
札幌市中央区南4条西3丁目北星ビル2F

正長 現場代理人・建設作業員・クレーンOP・営業の4職種同時募集！

未経験者歓迎します！ 急募

1▶現場代理人、2▶建設作業員、3▶クレーンオペレーター、4▶営業職

1.2.3▶要普免、重機・玉掛等の資格あれば尚可、年齢不問、経験者尚可、未経験者可！
4▶要普免、年齢不問、経験者優遇、未経験の方も歓迎！土木・建築施工管理技士あれば尚可！
1.2.3▶8:00～17:00（実働8h）、4▶8:30～17:30
※休日 / 日祝、第2土曜、GW、お盆、年末年始
【全職種共通】
月給 /250,000円～ ※経験や能力を考慮！優遇します。※時間外別途支給
・各社保完備、退職金制度有、昇給年1回、業績によりボーナスあります！
※勤務先は札幌圏内及び道内です。

011(376)7805 受付 / 9時～17時〈担当：大槻〉
・まずはお電話下さい。面接日時をお知らせします。
※写真付き履歴書・職務経歴書をご用意ください。

丸建基礎工事株式会社 北広島市北の里345-9

★安定した仕事です！
★技術が磨ける仕事です！
★やりがいがあります!!

期 2018年度スタッフ募集!! 4月初旬～11月下旬までのゴルフ場でのお仕事です！

職　種	勤務時間 / 日数	給　与	備　考
1. フロントスタッフ	a▶6:30～19:00（交替制勤務）実働8時間、残業有 / 週5日（シフト制） b▶6:30～19:00、実働6時間～ / 週4～5日	時給▶**900**円～	
2. キャディ プレーするお客様のサポート業務。	6:30～14:00、11:30～19:00 ラウンド制（1ラウンド/4時間半程度※変動有） / 週1日休み（シフト制）	月給▶**10**万円～**30**万円程度	
3. ポーター兼スタート 玄関前・乗用カートへのキャディバッグ積み降ろし他業務。	6:30～19:00 実働8時間 / 週3～5日	時給▶**830**円～	※マイカー通勤可能な方
4. レストランスタッフ Ⓐホール Ⓑコース内売店 Ⓒ洗い場 Ⓓ調理	a▶6:30～19:00（交替制勤務）実働8時間、残業有 / 週5日（シフト制） b▶6:30～19:00、実働6時間～ / 週4～5日	時給▶Ⓐ**900**円～、Ⓑ・Ⓒ**830**円～、Ⓓ**1,200**円～	※調理スタッフはマイカー通勤可能な方
5. 送迎バス運転手 従業員送迎用バスの運転、草刈等。	5:00～19:00/4週6休 ※実働7時間、交替制、残業有	時給▶**940**円～	※マイカー通勤可能な方
6. ショップスタッフ クラブハウス内ショップでの接客・販売業務。	6:30～17:00 ※実働8時間、残業有 / 週3日	時給▶**830**円～	
7. 清掃スタッフ クラブハウス内の清掃他	6:30～19:00（交替制勤務） ※実働8時間、残業有 / 週5日（シフト制）	時給▶**830**円～	

【共通項目】各社保完備（法定による）、有給休暇付与、制服貸与、昼食補助、車通勤可（交通費規定支給）
◆送迎バスあります！（北広島市・恵庭・厚別・もみじ台・江別方面）◆社員食堂あります！
◆時間・休日はお気軽にご相談下さい。◆従業員プレー料金割引有！

☎ 011(377)3111 ・事前連絡の上写真付き履歴書をご持参またはご郵送下さい。
※メールでのご応募の際は、履歴書を添付して下さい。

札幌リージェントゴルフ倶楽部
〒061-1265 北広島市島松641番地1

Eメールによるお問合せ、エントリーもお待ちしております♪
Eメールアドレス▶s.watanabe@s-regentgc.jp

4月初旬～11月下旬までの勤務です！ 未経験者歓迎！まずはお電話を!!

2018年度スタッフ募集！

① キャディ（期間社員・アルバイト）
仕事▶キャディ業務
給与▶月給/**13～30**万円
通勤▶北広島(一部)・恵庭・千歳送迎有

② ホールスタッフ（期間社員・アルバイト）
仕事▶レストランホールスタッフ
給与▶時給/**950**円～
通勤▶恵庭市のみ送迎有

③ フロント（期間社員）
仕事▶受付・精算業務
給与▶時給/**1000**円～
通勤▶自家用車

④ 運転手（期間社員）
仕事▶運転手・カート整備
給与▶時給/**950**円～
通勤▶自家用車

⑤ 清　掃（期間社員・アルバイト）
仕事▶ハウス内清掃作業
給与▶時給/**840**円～
通勤▶恵庭市のみ送迎有

⑥ コース管理（期間社員）
仕事▶コース整備
給与▶時給/**1000**円～
通勤▶自家用車

⑦ 洗い場（アルバイト）
仕事▶食器洗浄
給与▶時給/**840**円～
通勤▶恵庭市のみ送迎有

【共通項目】
期間▶4月初旬～11月下旬
給与▶当社規定により優遇
時間▶・平日/7：30～
・土日祝/6：30～
※早番・遅番交代制（職種によって異なります）
待遇▶各種社会保険完備、制服貸与、自動車通勤可（交通費支給）
休日▶週1回交代制

自家用車通勤可
各種社会保険完備

電話連絡の上、写真付履歴書をご郵送ください。
〒061-1266 北広島市三島113番地1
担当：佐藤・松尾 ☎011(377)3131

クラーク カントリークラブ Clark Country Club

陽だまりメイト（ポスティングスタッフ）の募集（若干名）

時間もペースもあなた次第

重点募集エリア
北広島市大曲柏葉・希望が丘・新富町・稲穂東
清田区平岡・北野・里塚緑ヶ丘の各地区。

上記以外にも、ご希望のエリアをお気軽にご相談ください。

月1日程度の登録バイトも同時募集！
ポスティングスタッフの欠員が出た時などにポスティングをお手伝いして頂きます。弊社スタッフが現場まで同行し、一緒に作業しますから安心！
※時給▶850円
まずはお気軽にお問い合わせください。

ナリオデザインスタヂオ
〒061-1113 北広島市共栄町1丁目1-18すずきビル2F

毎月1回、情報新聞陽だまりを受け持ちエリアのお宅へポスティングして頂くお仕事です。
ご自身の無理のないペースで、気軽にお小遣い稼ぎが頂けます。

■条 件　20～70歳位までの健康な方で、責任をもって長期従事頂ける方。ポスティング、新聞配達等の経験者大歓迎。未経験の方もOK♪自家用車をお持ちで、ご自宅から遠隔のエリアをご担当頂ける方も大歓迎！
■時 間　毎月第一火曜日～金曜日（月によって変動あり。各日の時間帯は8:00-16:00）までの任意の時間帯で活動願います。
■給 与　［一戸建て］7円/1部
［集合住宅］5円/1部
■手 当　来社引取手数料・複数地手当等
■応 募　事前連絡のうえ、一度弊社まで来社ください。履歴書は不要です。

エントリー受付：☎ 011-372-3800
受付時間／平日10:00～16:00

期パ いも・野菜づくりと調査補助スタッフ

４月～１２月のうちの８カ月間の期間勤務です！

お仕事内容
- ◆温室内で種いもづくり
- ◆新品種のための野菜づくり
- ◆種子検査のための野菜づくり
- ※これらの調査補助も行います

マイカー通勤可能な方！

9:00 ～ 16:00（実働６時間）
勤務日▶月間 15 日のシフト制です。
休日▶土日祝日、有給休暇有。

時給▶**840**円

労災保険、雇用保険完備！交通費支給、有給休暇有♪

まずは、お電話にてご応募ください！
☎011(375)3611
〈担当：長濱（ながはま）〉

農研機構　種苗管理センター
〒061-1102　北広島市西の里 1089

パ 厨房補助スタッフ募集！

新部署立ち上げのための調理補助スタッフ募集！
高齢者施設にて簡単な調理作業、食器洗浄、清掃などの厨房業務、及び付随する業務です。※最大で 20 名分。
簡単な調理の為、未経験の方も歓迎です♪

未経験者歓迎、扶養内勤務可！

6:30 ～ 18:30 の間で実働 3h ～応相談。
週３～５日程度（応相談）

時給▶**910**円

各種保険完備（勤務日数等により異なります）、交通費規定支給、車通勤可（要相談）

綺麗な施設！大型ショッピングモール近く♪
勤務先▶くらしさ北広島 / 北広島市大曲南ヶ丘１丁目１２

応募▶電話連絡の上、写真付履歴書をご郵送ください。
お問い合わせなど、まずはお電話下さい！
☎ 080-3231-6764〈担当：大谷〉

株式会社 らしっく
〒001-0025 札幌市北区北 25 条西 5 丁目 2-3-705

契パ 輪厚児童センター職員　正 介護職員

1▶契約職員 2▶パート

資格が無くても OK!
資格取得のための費用全額負担♪

児童センター ★ 4月１日から働ける方歓迎！★

児童センターを利用する児童等に対する指導及び行事の企画・実施

保育士または幼稚園・小・中学校等の教諭免許保持の方。

1.2 共▶9:00 ～ 18:00（実働５～６h、シフト制、土日勤務あり）
※休日▶週休２日（火曜日休館、その他シフト制）、有給休暇有！

1▶月給 /**130,000**円～、2▶時給 /**950**円
※共に３年契約、更新あり。

1▶社保完備、賞与有、交通費支給（上限 15000 円）、マイカー通勤可♪ 2▶交通費支給（上限 10000 円）

勤務先▶輪厚児童センター / 北広島市輪厚中央 1 丁目10-2
※応募受付と面接はケアハウスきたひろしまで行います。

介護職員 ★ ケアハウスきたひろしまでの勤務です★

軽費老人ホーム（特定施設入居者生活介護事業所）入居者の生活支援や介護業務

無資格、未経験の方も OK! 資格のない方は法人負担で資格取得（初任者研修・実務者研修）が可能です！経験のある方も大歓迎！

1▶7:00 ～ 16:00、2▶9:30 ～ 18:30
3▶17:00 ～翌 10:00 ※休日▶週休２日（シフト制）
※日勤のみ、夜勤のみの勤務も可能です。

月給▶**195,000**円～ **250,000**円＋交通費
※5 回の夜勤を含みます。

社保完備、夏休み・有給休暇有！交通費支給、マイカー通勤可（無料駐車場有）

興味のある方は、ますお気軽にご連絡ください！
お問い合わせ ご応募 ・事前連絡の上写真付履歴書をご持参下さい。
☎ 011(377)1020〈担当：高橋〉

社会福祉法人慈光園 ケアハウスきたひろしま 〒061-1264 北広島市輪厚 512 番地 4
ホームページ▶http://www.fuku-jikouen.or.jp/

LINE 情報新聞 陽だまり LINE@ 好評配信中！ お店情報 セール情報 クーポン

陽だまり紙面では紹介できない陽だまりスタッフによる気になる出来事の検証なども配信中です！

QR コードから　ID 検索から

こちらを読込んでお友達を追加★

＠ｒｂｔ6500ｑ 検索

情報新聞陽だまりの ID
＠ｒｂｔ6500ｑ
を検索してお友達を追加★

我が家のアイドル

札幌市清田区
ミルキーちゃん《コーギー》
（♀）６歳

こたつが大好きで、知らないうちにもぐりこんだり、こたつ布団にくるまって寝たりしている我が家のアイドルです！

我が家のアイドル

北広島市輪厚
ロビンちゃん《ボーダーコリー》
（♀）３歳

人がだいすきなおてんば娘です！
甘えん坊の食いしん坊ですがお菓子があればとってもお利口さんです！笑♪

お宅の可愛いペットをご応募ください

あなたの毎日がもっと楽しくなるお手伝い♪

掲載無料♪ ワンちゃん、猫ちゃんに限らず、いろんな動物やお魚、昆虫なんかも大歓迎♪
あなたが大切にされている「ご家族」を、是非とも陽だまりにご紹介ください!!

［応募方法］
下記アドレスへ空メール送信！
post@madca.co.jp
自動でメールが返信されますので、そこに記載されているリンクから【エントリーフォーム】へアクセスしてください！

スペシャル発酵ランチ付き 発酵食のお料理教室開催

INFO

生甘酒の作り方や、生甘酒を使ったレシピ紹介などの他、スペシャル発酵ランチ付きで開催いたします。
スペシャルゲスト筒渕信子先生が、発酵食の魅力をお話して下さるので、とってもお得なお料理教室になります。

日時▶３月 18 日（日）11 時～ 13 時
参加費▶4,500 円（持ち帰り生甘酒、レシピ、特別ランチ付き）
場所▶うさカフェしあわせうさぎ / 北広島市大曲南ヶ丘４丁目 13-9
お申込み▶0118879636

自分史を作りませんか？ 振り返りの自分史作り

INFO

自分史を作ってみませんか？作成方法と手順、実際に書き始めてみる！是非ご参加ください。※時間内に完成させるものではありません。
日時▶３月 10 日 /14:00 ～ 16:30/ 要予約
場所▶清田区民センター２階、第５集会室

・・・・・・・・・・・・・・・・・・

日時▶３月 24 日 /13:00 ～ 15:30/ 要予約
場所▶恵庭市民プラザ・アイル
申し込み・お問い合わせ　泉　正人さん（自分史活用アドバイザー）
090-2873-4018・011-590-1090
いずれも定員▶10 名　参加料▶1,000 円

「7ヵ国語で話そう」 親子で参加できる講演会

INFO

ヒッポファミリークラブでは、「７ヵ国語で話そう」親子で参加できる講演会を開催します。
英語はもちろん、世界に通じることばと心を育てる
活動を紹介します。

● ３月９日（金）午前 10 時 30 分～ 12 時
● ３月 10 日（土）午後２時 30 分～４時
会場：アークシティホテル
※参加無料 /　託児無料・要申込み
申込み：0120-557-761（ヒッポファミリークラブ）

グリーンリーフドラム教室 春のミニコンサート♪

INFO

小学生から大人まで、名曲に合わせてドラム演奏をします。是非ご来場ください。

♪♬♩♪♬♩♪♬♩♪♬♩

日時▶３月 10 日（土）/ 開演 11 時
会場▶広葉交流センター「いこーよ」
入場料▶無料
※直接会場にお越しください。スリッパをご持参ください。
問い合わせ▶父母会 / 近江谷 さん
080 (6067) 6436

掲載無料!! インフォメーションコーナー

INFO

各種サークルや展示会などの開催で、基本的に営利を目的としない催し物については無料掲載をさせて頂きます。掲載のお申込み・お問合せにつきましては、下記編集部までお気軽にご連絡ください。

☎ 011-372-6547
受付時間／平日 11:00-16:00

大正から昭和後期の ひな人形の展示

INFO

北海道開拓の村内７建造物に、大正から昭和後期の「ひな人形」17 組と掛図 1 組を公開展示しています。ひな人形の姿や装飾などを見比べながら「ひなめぐり」をお楽しみください。
期間▶３月 18 日迄。9:00~16:30
※期間中の月曜日は休館日です。
料金▶入村料金のみ。大人 800 円、高校・大学生 600 円、中学生以下 65 歳以上の方は無料。（高校生に限り毎週土曜は無料）
お問合せ▶北海道開拓の村 / 札幌市厚別区小野幌 50-1/
３月末までの土・日・祝 馬そりの運行あり。

住宅用地、新築住宅！完成見学会まで♪
お家の悩みは イゼッチハウス北海道 に相談を！

また、新築住宅をご希望の方、モデルハウス巡りの他にも、家を建てた方の住宅を実際に見て、話を聞く「完成見学会」もお勧めですよ。
『家を建てたいのだけれども土地が見つからない』、『両親がマンションに移住した後の家を売りたいんだけど』など、住宅を新築するのも処分するのも何かと大変です。
そんな方には朗報！光熱費ゼロ生活を目指すイゼッチハウス北海道では、北広島市近郊の住宅用地を探しています。お家の売却をお考えの方、空き家を抱えてお悩みの方、または新築住宅をお考え中の方は同社まで連絡してみてはいかがでしょう。
モデルハウスではわからなかったことや、住んでみて実感した様々なこと、疑問などを施工主の方に直接聞くチャンスです。寒冷地北海道での光熱費ゼロなんてホント？などのことも、聞いてみたいですよね。
３月24日札幌市東区北30条で、また４月14日恵庭市島松寿町にて、実施予定です。参加ご希望の方はイゼッチハウス北海道迄ご連絡ください！

参加のお問合せ・イゼッチハウス北海道㈱北広島営業所／☎011（372）1118

イゼッチハウス北海道㈱ 北広島モデルハウス
北広島市共栄町４丁目 12-6

脅威の除菌消臭力
次亜塩素酸ソーダの約80倍
次亜塩素酸精製水 フレッシュウォーター
除菌 消臭 水
除菌と消臭のダブル効果だから、お部屋や台所、トイレ、おむつ、ペット、まな板と調理器具、排水口の除菌消臭、手洗い後やマスクの消毒、お口の消臭と殺菌にも、安心安全にお使いいただけます。
大腸菌 サルモネラ菌 インフルエンザ 黒コウジカビ ノロウィルス

皆様のご要望にお応えし、お取次ぎを再開いたしました。
A SET 詰替用1ℓボトル（100ppm）……1,400円 ボトルスプレー（300ml×2本）……1,600円 通常合計価格……3,000円 → 特別セット価格……2,200円
B SET 詰替用4ℓボトル（100ppm）……4,200円 ボトルスプレー（300ml×2本）……1,600円 通常合計価格……5,800円 → 特別セット価格……4,200円
※消費税は別途申し受けます。

［発売元］ 北海道フルカワ商事株式会社 ☎011-372-1320
［ご注文承り先］ ナリオデザインスタヂオ ☎011-372-3800 平日 10:00-16:00

土日祝日見学会 開催中

『フルゼッチの家』で光熱費ゼロ生活

省エネルギー設計と太陽光発電による
フルゼッチの家
をご提案いたします！

BELS ZEH
全棟 BELS 第三者認証取得

北広島モデルハウス
土日祝日 OPEN

ゼッチの家を家族で体感しよう！
体験宿泊実施中♪
※ご成約のお客様に限ります。

所在地 北広島市共栄町4丁目12-6（江別恵庭線沿い）

未来を選ぼう、生活を選ぼう、いい家選ぼう
イゼッチハウス北海道株式会社

【本社】札幌市東区北43条東19丁目2-2 大洋ビル 2F
【北広島営業所】北広島市共栄町４丁目 12-6（江別恵庭線沿い）

モデルハウスのご見学はお電話でご予約ください
011-372-1118

イゼッチハウス 検索
https://zeh.jp
テレビCM放送中！

多目的型屋内施設
ノースジャンボスタジアム
44m×23mの巨大空間!!

★空調・照明・音響設備完備!!
★全面人工芝フィールド!!

施設利用料
4,000円／1時間
※季節により別途暖房費500円が加算されます。

営業時間／9:00-22:00 ※季節により変動
ご利用はご予約が必要です。右記へお電話を頂くか、専用アプリ（無料）からお気軽にどうぞ♪

☎ 011-375-1889
ノースジャンボ 検索

専用アプリ ダウンロード

道内初!!
ホームランを打つと素敵な景品がもらえる!!
硬式球が打てるバッティングセンター

新登場 打ち放題!!
1打席 2,500円
前日までのご予約が必要です

ノースジャンボバッティングスタジアム
〒061-1111 北広島市北の里160
☎ 011-375-1889
【平 日】10:00- 22:00
【土日祝】9:00- 22:00
※営業時間は季節により変動します。詳しくはお問合せください。

硬式球（2打席）1ゲーム200円/20球
軟式球（4打席）1ゲーム200円/25球
右打ち3打席・両打ち3打席

300ヤード ノーネットの解放感!!
※季節により別途暖房費が加算されます。

★1F/2F 席あわせて 100 打席完備。
★貸しクラブ・平日コーヒー無料！
★ジュニア 2 時間 500 円打ち放題！
★ポイントカードで景品を進呈!!

ノースジャンボゴルフ倶楽部
〒061-1111 北広島市北の里151 【平日・土日祝】
☎ 011-372-7222 9:00- 22:00
※営業時間は季節により変動します。詳しくはお問合せください。

美容液いらず！
シミの元に働く秘密

1 シミケアのための特別なビタミン！
シミケアと言えばビタミンC。ただ、ビタミンCは壊れやすく効果を発揮しにくい弱点が。
そこで、ビタミンCを保護する特別処方にし、従来の3倍以上の高濃度で配合！ジェルを塗るとぐんぐん浸透し、シミの元に働いてくれるのです。

2 紫外線まで徹底ケア！
シミの大敵である紫外線の炎症ダメージ。着目したのが和漢の王、甘草の根です。炎症(※2)を抑える効能で知られる甘草エキスが肌を整え、ビタミンCがシミの元に働くW処方で徹底ケア！

グリチルリチン酸2K（甘草）

3 話題の美容成分がギュッ！
世界有数のビタミンC量を誇り、奇跡の果実と呼ばれる「カムカム」。このエキスや美容素材として話題の「アスタキサンチン」「コエンザイムQ10」などを惜しみなく配合！

▲美容に話題の「カムカム」

初回限り！ 今すぐ試してみませんか？
オールインワン『薬用VCシミ対策ジェル』(55g)
通常価格 1本 4,317円(税込)
初回限定 1,080円(税込) 送料無料
※ご一世帯1度限り4本まで！
※初回限定価格は予告なく終了する場合がございます。
※リニューアル以前の『VCジェル』を過去にご購入頂いた方は、初回限定価格の対象外です。

1本で5つの機能
美白化粧水 美白美容液 保湿液 乳液 クリーム

30日間いつでも ご満足頂けない場合、全額返金致します
○全額返金ご希望の場合は、商品到着後30日以内に、お電話にてご連絡ください。(使い切ってしまった商品については、保証の対象外です。)

ご注文は今すぐ！
通話料無料 携帯電話・PHSからもOK! 年中無休/午前9時～午後9時
キャンペーン番号 755
0120-43-2824
Vitamin Cosmetics ビタミン コスメティクス
〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神1-1-1 アクロス福岡 4F
株式会社Xena(ジーナ)

■お支払いは、郵便振込・コンビニ振込、または代金引換にて。■ご注文の商品は5日前後でポストにお届けします。代金引換の場合は、ゆうパックでのお届けとなります（一部地域を除く）。■2回目以降のご注文は、ご購入金額が5,000円（税別）以上で送料無料。5,000円（税別）未満の場合は、送料648円（税込）、ポストへお届けの場合は送料380円（税込）をご負担願います。■お客様の個人情報は、商品の発送や、弊社ご案内以外の目的には使用致しておりません。

「50歳から、とにかく頬と手が気になって…」

なんと！60歳
※撮影当時の年齢です

神奈川県在住 澤井 明美(さわい あけみ)さん
※肌の加工は一切していません

シミケア*が1本で？
60歳でこの肌、信じられますか？
*メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐお手入れのこと

御年60歳!? 10年悩み続けた主婦

澤井さん（以下澤）：「あまりお話できることはないんですが…。」
―そう控えめに語る澤井さん。御年60歳！外に出る機会が多いため人一倍日に焼けてきたという。
澤：50に入った頃、鏡を見て「あれ？」って違和感が…。急に年齢を感じたんです。テニスとか登山とか、思い当たることが多くて。

57歳当時の澤井さん

▲3年前駒ケ岳に登った時の1枚

もうシミケアは色々使いました。思い切って高いのも試したけど、すぐに効果はでないし、続けられなくて…。しかも、段々目立ってる気がして、諦めてたんです。
―と語るが、信じられない透明感！
澤：実は最近、同年代の友達が「これ良いよ！」って教えてくれたシミケアがあって。今さらシミケアは難しいと思ったけど、その友達の肌があまりにキレイで試したくなって…。

最初に驚いたのは、浸透(※)感！オールインワンって浸透しないイメージだったのに、すっと入ってベタベタしないんですよ。しかもぷるぷる感が凄いんです。

手も頬も、ちゃんとシミケアできてる！

澤：それと手。庭いじりが趣味で手のシミケアも気にしてたけど、ふと「私の手こんなツヤツヤだった？」って。残ったジェルを塗ってたお陰だってビックリしました。
しかも、先日お嫁さんに「印象が違う！なんか明るい」と言われて。今も外でテニスするから「え～？」って思ったんです。でも、確かに頬も目元も気にならなくて「1つでここまで」って嬉しくて。感動しました！
―私も使って数ヵ月経つが、今ではこのジェルの虜に！シミケアにお悩みなら、ぜひ試してみて欲しい。

▲60歳とは思えない美しい手

※個人の感想を頂いています。 ビタミン：ビタミンC（美白有効成分）、ビタミンE（整肌成分）、ビタミンA（保湿成分） ※1 角質層まで ※2 日焼け後のほてりを防ぐ ※3 2015年4月から2017年6月までの『VCジェル』『薬用VCシミ対策ジェル』を合計した販売実績（Xena調べ） シミ対策：メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ

nalio designstudio
www@nalio.jp

情報新聞 陽だまり 制作・運営 | CI・商業広告制作 | WEB 制作
ナリオデザインスタヂオ
北海道北広島市共栄町 1 丁目 1-18 すずきビル 2F
TEL／011(372)6547 E.mail／www@nalio.jp