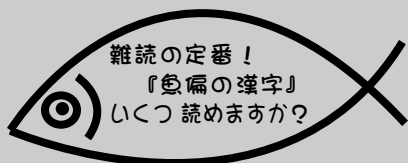


いまだきウォッチャー

♪知っておきたいことば



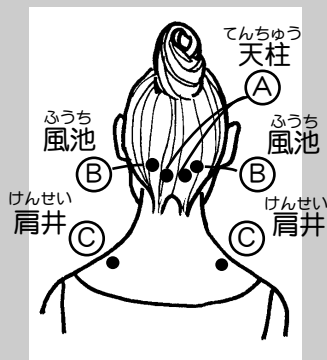
- ①鯖 ②鱗 ③鮒 ④鮑
⑤鮓 ⑥鯈 ⑦鯉 ⑧鯰
⑨鱒 ⑩鱧 ⑪鯉 ⑫鰻
⑬鰐 ⑭鯢 ⑮鱸 ⑯鯨
⑰鰈 ⑱鮎 ⑲鯿 ⑳鯉
(答は裏面です。)

♪ミニミニ健康術

「肩と首のこりのツボ」

指の腹を皮膚につけて、気持ちよく感じる程度にゆっくり押します。

- (A) (天柱) 後頭部の骨と頸椎の
つながるところのすぐ外側。
(B) (風池) (A)のツボの親指一本分外側。
(C) (肩井) 首の根元と肩先のちょうど
中間。



軽い肩こりなら、首や肩をグルグル回す運動や、蒸しタオルなどで肩を温める(15～20分)と効果的。マッサージでは足の第4指・第5指を中心に丁寧にのみほぐしましょう。

発行所

◆ASAニュータウン永山◆

多摩市永山2-19-1

TEL042-374-3411/FAX042-371-1531

◆ASA多摩センター◆

多摩市落合1-20-10

TEL042-372-5211/FAX042-373-3154

発行部数 12000部

おしゃべり ドットコム

2003年4月25日(金) vol.60

『街のたより』第16回

おしゃべりビーズアクセサリ『アトリエ☆るる』

多摩市唐木田1-12-5-401・TEL&FAX042-389-3680



手作りのアクセサリで自分流のおしゃべりを楽しめたらすてきですね。

2001年秋に開講した『アトリエ☆るる』のビーズ講習会…エレガントな作品づくりが口コミで広がり、今では30名を超える生徒さんたちが、艶やかに光る小さな宝石たちに日々新しい生命を吹きこんで

います。毎月数点用意される作品キットには、センスよくコーディネートされた数種類のビーズと誰が見てもわかりやすいオリジナルレシピがセットされ、生徒さんを想う先生のやさしさがあふれています。『パリのエスプリ…おしゃべりなミニポシェット』『春を呼ぶブローチ…アンティークスタイルの優雅なカメオ』など、おしゃべりにネーミングされた作品はどれも春の装いにぴったり…。来たる5月15日より『アトリエ☆るる』のみなさんによる第1回の作品展が開かれます。春風に誘われてアートな一日をご一緒しませんか？



『アトリエ☆るる』グループ作品展

- ◆場 所 たまヴァンサンかん
(多摩センター駅徒歩3分・三越となり)
- ◆日 程 5月15日(木)～5月19日(月)
10:00～17:00 (最終日は13:00まで)
- ◆入場無料



愛犬は、貝取神社付近で保護した犬です。当時小学5年の次男が『犬はボチ』と言って名付けました。女の子なのになど思いましたが飼い主さんが見つかるまでの仮の名だからイイかなと…。あれから6年が経ち、今ではすっかり我が家の一員となり、甘えん坊でうさぎの“ぐんぐん”よいいほっています。最初のおかあさん、ボチは元気で暮らしています。

落合 Sさんより

ぼくは人気もの

