

♪『梅雨の体調管理』



梅雨の時期はなんとなく疲れやすいという方が多いのではないだろうか？これは梅雨には低気圧が発達しやすいため、人間の体が余分なエネルギー消費を抑えようと副交感神経を活性化させるため、身体を休めようという信号が発せられることで「だるさ」が発生し、動きが鈍くなってしまうというのがあります。

この対策としては、体温を常に高めにしておく、つまり梅雨の疲れやすさは温度調節が重要なのです。

寒いと感じた時には一枚上着を羽織る、布団に毛布を一枚重ねて寝るなどの工夫をし、入浴時にはゆっくと時間をかけてお湯に浸かると効果があります。

また梅雨は細菌の絶好の繁殖時期です。ですので、梅雨場は食中毒が非常に発生しやすいのです。

対策としては、しっかりと手洗い、除菌することが重要です。

『けんしゅ豆知識』より

わたとぼくは人気もの

『はなこ』(メス・フオ)⇒『ゆうた』(オス・フオ)⇒黒

「チワワ」の女の子と男の子で、半年違いで

家族にいました。『はなこ』は“好奇心

旺盛”、『ゆうた』は“臆病の甘ったれ”、

性格は違い

まあが、

大好きな

シタスと

見つけると

目を輝かせて台所に…。☆☆

キャベツとシタスは区別が付きにくいので、シタスは必ずスト

ックあるよう心がけています。🍎

いつまでも元気で、そばにいてもらいたい家族の一員です。



☆プレゼントコーナー☆

- ★ 1.『セレクトショップMinicrewお買い物券』500円券
8/31まで …… **10名様**
- ★ 2.『落合団地商店街お買物利用券』(500円券×2) …… **10名様**
- ★ 3.『大相撲 7月場所 番付表』 …… **20名様**
- ★ 4.『夏の優品展 一動物のかたち』 五島美術館 8/4まで …… **10組様**
- ★ 5.『極楽湯』7店舗共通(おひとり様1枚) 入館ご招待券 9/30まで …… **10名様**
- ★ 6.『科学技術館』 入館ご招待 8/31まで …… **10組様**
- ★ 7.『上野動物園・多摩動物公園・葛西臨海水族館・都立9庭園』
共通入場引換券(いずれか1ヶ所のみ有効) 9/30まで …… **10組様**
- ★ 8.『フィールド・アスレチック 横浜つくし野コース』 ご招待券 8/31まで …… **10組様**
- ★ 9.『こどもの国』 入園券(4枚1組) 9/30まで …… **10組様**
- ★ 10.『ヤクルト VS 中日』神宮球場 8/2(金) 18:00試合開始 …… **10組様**
- ★ 11.『ヤクルト VS 阪神』神宮球場 8/6(火)・8/7(水)・8/8(木)
18:00試合開始(共通チケット) …… **10組様**
- ★ 12.『FC東京 VS セレッソ大阪』味の素スタジアム
8/3(土) キックオフ19:00 …… **10組様**
- ★ 13.『横浜Fマリノス VS 清水エスパルス』日産スタジアム
8/3(土) キックオフ19:00 …… **10組様**
- ★ 14.『2019 全国高等学校野球大会 一本杉球場 ほか』 …… **10組様**

おしゃべりドットコム

<http://www.sawayaka-mail.com>

2019年6月25日(火) vol.448

『街のたより』第202回



マンツーマンの個別塾『鈴木塾』

多摩市馬引沢2-14-14 サンセットヒルズII

TEL042-400-1498

ホームページ <https://www.suzuki-juku.com>

アサウェブタマにも掲載あり。



個別指導・演習指導・家庭教師が選べ、ベテランプロが直接指導のマンツーマン。都内の最大手の個別塾でトップだった、指導歴35年以上のベテラン個別教師の指導が多摩市内で受けられます。一人ひとりにしっかりと向き合い、それぞれの生徒に合った指導に定評があります。やればできる! 成績があがる楽しさを感じながら、将来の可能性が広がる本当の学力を身に付けましょう。

◆「オンライン英語」開始のお知らせ

英語教育は入試制度改革で大きな転換期を迎えています。小学校では英語が必修化され、高校受験や大学入試で必須の民間試験でもスピーキングが必要になりました。また、大学入試でのリスニングでは、英文の放送が従来の2回から1回のみになります。英語のスピーキング、リスニング力を高めるためには、なるべく早い時期から対策を始めることが必要です。そこで、鈴木塾では「オンライン英語」を7月から開始いたします。

◆「オンライン英語」とは？

1時間単位の授業で、前半は個別指導、後半はオンラインを使ったネイティブの先生と英語のみの授業を行います。事前に個別で学習した内容をネイティブの先生相手に試すので、生徒さんは内容を理解した上でオンラインの授業が受けられます。

◆テキストは【英語が初めての生徒用】【中学校の教科書準拠】【英検5級～準1級】まで揃っています。

授業料は個別指導と同一なので、学習指導やロボットプログラミングを組み合わせることも可能です。ご希望があれば、未就学児や大人の方も受講できます。

◆7月は「オンライン英語」の無料体験月間です。

『おしゃべりドットコム』読者の方も、ぜひお気軽にご体験ください。体験後の勧誘はありません。ご予約はメールまたは電話でお願いします。

<個別指導・演習指導が選べ、組み合わせも自由です>

【教材自由なマンツーマンの個別指導】

《学習指導》

独自の解法も伝授。作文・論文指導も行います。

《ロボットプログラミング》

多摩市内で初めてソニーのロボットキット

「KOOV(クーブ)」を導入。

《思考カトレーニング》

問題解決に必要な論理思考力と空間認識力

を育成するデジタル教材「STEM101 Think」を導入。

《オンライン英語》

事前に学習した内容を理解した上で、ネイティブの先生と

オンラインを使った授業を行います。

【自分のペースで進められる演習指導(自学サポート)】

《eトレ(プリント学習)》

小学生から大学受験までの主要教科・英検にも対応。

定期テスト対策にも好評。

《ビットキャンパス(タブレット学習)》

スマートフォン・タブレット・パソコンで学習できます。

※塾専用問題集や学校の宿題もできます。



おしゃべりドットコム
『鈴木塾』クーポン

ご来場された
先着10名様に
『ロゴ入り特製ボールペン』
差し上げます。

チャットボード

《BOOKのお知らせ》

週刊朝日 MOOK

書き込み式【死後の手続き】

完全保存版

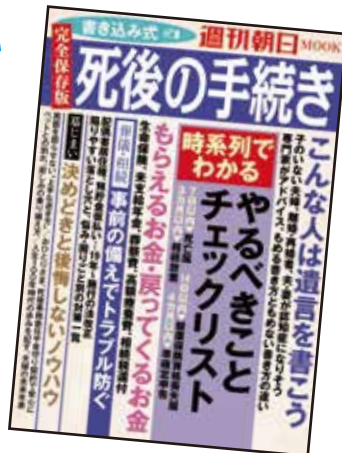
●遺言・相続・葬儀・お墓
知るべき要点を一冊に!

●時系列でわかる
やるべきこと
チェックリスト

●事前の備えで
トラブルを防ぐ

定価:1000円(税込)

※購入をご希望の方は応募用紙でお知らせください。



はがきに、点線で切ってお送り下さい。

プレゼント応募用紙

2019/6/25

第1希望	第2希望	第3希望
★NO.()	★NO.()	★NO.()
1枚希望 ☐	1枚希望 ☐	1枚希望 ☐

ご住所 多摩市

お名前

様

TEL

お客様 照会番号	区				
----------	---	--	--	--	--

(1 おわがりになる場合のみ お願いします)

当店へのメッセージ

《応募方法》

■応募用紙に記入し、FAX又はハガキで下記宛にお申し込み下さい。

■パソコン・スマートフォンからはWeb会員に登録いただき、Myページからご応募ください。

Myページへのアクセスはお得なクーポン満載!

地域サイト [アサウェブタマ.com](http://www.asawebtama.com) から

<http://www.asawebtama.com/>

★「アサウェブタマ」で検索!★

スマホからも
簡単アクセス!



*応募締切り ▶ハガキ:7月1日(月)必着

▶FAX&/パソコン・携帯電話:7月1日(月)正午まで

*応募多数の場合は抽選となります。

*チケット1組は2枚です。1枚のみをご希望の方は1枚

希望チェックボックスに ☐ をお願いします。

当選はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

お問合せ
お申込み先

☎206-0033

多摩市落合1-20-10

ASA多摩センター・永山

フリーダイヤル 0120-165-211

フリーFAX0800-800-3154

— 発行所 —

◆ASA多摩センター・永山 多摩市落合1-20-10

発行部数11150部

フリーダイヤル 0120-165-211/フリーFAX0800-800-3154