



元気に楽しく!健康な暮らしを応援する生活情報誌

La暮らし

6
June.2019
Vol.033
TAKE FREE
2019年6月1日発行

かざす

本/いわき市勿来町窪田十条3番1部
TEL (0246)65-1522

パート・アルバイト募集中

●発行部数 52,000部/福島民報、毎日新聞へ折込 ●本誌の設置にご協力いただけるショップ・施設等を随時募集しております。詳しくは編集室までお問合せください。

シニア世代の暮らしやすい空間づくり

家族で暮らした家も、夫婦2人や独居になると使い勝手が悪くなってきます。加えて、高齢になると段差やヒートショックなど家の中の危険も増えてきます。せっかくのリフォーム、実用はもちろんのこと、これからの人生を豊かに過ごせる空間づくりを意識してみませんか?趣味の部屋をつくりたい、大好きなお料理を楽しく作りたい、スパ気分を味わえるお風呂タイムを・・・日々の暮らしが楽しくなるリフォーム、そのアイデアをご紹介します!



「健康な心と体は食事から」が私の motto。食べたものが体をつくる、料理が心と体を整えると思っています。だから顔を見ながら、お話しをしながら、

「キッチン」です。料理家・遠藤ふさ江さんは、思い描いていたキッチンスペースを実現させました。



リビングキッチンから見える風景は、広がる面の水田、四季の移り変わりを感じながら、お料理作りが楽しい、味わえます。

「私にとって大切な順番は『衣食住』ではなく『食住衣』なのです」

「心」が解き放たれる至福の場所で大好きな家族のために、大好きなお料理を作る。それを「ご家族が味わい、心が和み、会話が弾む。窓の向こうに広がる四季の風景は家族を温かく包み込んでくれる。ふさ江さんは穏やかな幸せにあふれた暮らしを、家づくりから実現させました。

いる、ふさ江さん。夫婦2人でも、子どもたち家族が集まる時も、お客様がいらしても、どんなケースでも納得のおもてなしができる空間になりました。



今月の特集テーマ

- #### リフォーム
- index
- P1~3 シニア世代の暮らしやすい空間づくり
 - P4 献血バススケジュール
 - P5 健康カレンダー Healthy Actions
 - P6 読者プレゼント NEWS&TOPICS スタッフおすすめ
 - P7 ライフチャンネル

たった1分で準備完了!!

動く紙面を今すぐ体験

左のQRか、アプリストアからAR再生用無料アプリ **COCOAR2** をダウンロード!

アプリを起動して、「かざす」マークのあるワク内にカメラを向けると紙面が動き出します!!



【編集・発行】
La暮らし編集室
〒972-8321 福島県いわき市常磐湯本町日渡74番地の7
TEL.0120-803-177 FAX.0246-43-0710
lakurasu1@gmail.com

視える喜びと聴こえる感動をご提供する

メガネ補聴器の内山

ホームページアドレス <http://メガネ補聴器.com>

LINE@ Facebook

お得な情報を随時公開中!

訪問 機能訓練・はり・きゅう・もみほぐし

からだ元気治療院

いわき中央店

0246-51-8090

いわき市内郷窪町金谷9-1-101
【営業】9時~18時(日・祝・定休)

鍼灸師・あん摩マッサージ指圧師、随時募集中!

eilersen

快適な座り心地を追求し続けて120年
デンマーク屈指のクオリティソファ

デンマーク・アイラーセン社のソファは、1世紀以上にもわたって「快適な座り心地」を追求し続けて生み出された賜物。

創業は1895年。アンデルセンの故郷でもある、デンマークのオーデンセで、馬車を製造し始めたのが長い歴史の始まりです。現在のアイラーセン社は、昔ながらの職人技と最新のテクノロジーを組み合わせ、高品質で快適なソファ作りにもますます磨きをかけています。ソファの座り心地は、見えない部分こそが決め手。外見のフォルムは、あくまでシンプルなものばかり。飽きのこないデザインは、座ったときの頼もしい安心感とともに、使い込むほどに愛着が湧いてくることでしょう。

アイラーセン Librettoでお取扱しております

Libretto
with ACTUS

リブレット
福島県いわき市鹿島町米田字馬場1-2
0246-84-9125
営業時間 10:00~19:00/水曜日定休

オーダーセンター プックオフ カスタム 注文

レンジフード
【オイルスマッシャー】
Rinnai
☎0246-28-6663



油汚れでギトギト、お掃除が大変！そんなレンジフードのお悩みを解消してくれるのが、坂上所長のオススメです。フアンは汚れが付きにくく、内部の清掃も不要。旧来の換気扇からの取り替えも可能です。ラク家事を支える食器洗い乾燥機も、同社製なら既存のキッチンに取り付けができます。ぜひ、ご相談ください！

システムキッチン
【ステディア】
クリナップ
☎0246-58-4771




キッチン内側のカビ・ニオイ、気になりませんか？小出主任のおススメの「ステディア」なら解決！お手入れの手間を省くだけでなく耐久性に優れたステンレスを用い、清潔に長く使えます。フライパンが縦置きできるポケット、動線がスムーズな調理スペースなど、機能使い勝手・デザイン性がそろっています。

リフォーム
ジェイ・ケイ・ハウス
☎0120-46-4118



建築会社ならではのきめ細かさで、ご家族のライフスタイルや時代を考慮し、ご予算・ご希望・ご事情に寄り添いながら、ご自宅のリフォームをトータルでお引き受けします。せっかくリフォームするのなら、より暮らしやすくしたいものです。私たちにぜひご相談ください！

浴室
【バスルーム リフォーム】
Panasonic
☎0246-35-5115



パナソニック リビング ショールーム いわき

実は交通事故死より多い「ヒートショック死」。だからこそ暖かな浴室は必須です。リフォームは浴槽・天井の断熱、暖房換気乾燥機はもちろん、床暖房を標準装備。また浴室内の動作を助ける横すり、またぎやすい浴槽縁などの気配りもあります。安全と安心にあふれた浴室づくりをご提案します。五十嵐マネージャー。



◆実践のポイント

築立った子ども部屋の部屋、空いていませんか？荷物部屋になっていませんか？

手軽にできるリフォームとして、常磐共同ガスの蛭田征子二級建築士がアドバイスしてくれたのが、「子ども部屋の活用」です。

◆リフォームの実例

リフォームのきっかけは「古くなった設備が壊れた」という老朽化や、「高齢家族の使い勝手をよくしたい」などが多いですね。でも昨今は実用に加えて「心地よく暮らすリフォーム」が増えてきているといえます。

ジェイ・ケイ・ハウスによると、旧来住宅の細かい間仕切りを変える。趣味の部屋を作ったり、キッチンを今風にする、などの要望が多いそうです。

「段差の解消や断熱などはもちろんですが、通しの和室と客間を、自分たちが改修したり、新築当時は我慢したキッチンや浴室など水回りを理想化してみるなど、「自分たちのために使いたい家」を求めるお客さまが増えています。」

住宅の維持や、高齢期に備えた対策だけでなく、シニアライフ、快適に暮らすためのリフォーム、心が躍ります！

「夫婦の寝室はそのままで、子ども部屋を「趣味の部屋」にするのです。クロスや床を変えて飾り棚を付け、趣味の作品を飾ったり。物を広げていても、夫婦お互いのストレスになりませんよね。防音を施して、楽器やオーディオをのんびりするのを満喫できるのもいいですね。その人その人のニーズに合わせてリフォームができますよ。」

さらなるアイデアが…

「子ども部屋は隣り合っているのがほとんどです。そこで、壁の一部に建具を入れて、部屋同士をつなぐのです。人は出入りできないけれど、姿が見え、声が聞こえるように。」

それぞれの趣味を楽しみながらも、気配を感じられる距離感を保ち、時間を共有している感覚を持つ。このことは、お互いを見守り合う必要がでてくるシニア期になれば、なおさら必要なことですね。

◆満足に向けて

暮らしやすく、日々が楽しい家になるリフォーム、してみたいです！いろいろなアイデアや手法があることが分かりましたが、現在の家の状態や予算、家族の事情、将来への展望、自分の理想などが、さまざまな事柄を取り込みながら自分たちの思い描くリフォームができるか不安です。

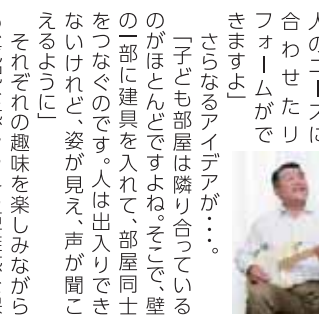
「1人で担当者とお会いすることが大切です。実情だけでなく、将来に向けての話をじっくり聞いてくれた上で、プランニングをしてくれる人がいいですね。メリットだけでなくデメリットを正直にアドバイスしてくれる方だと安心できますね。住む人が「やってよかった」

「夫婦の寝室はそのままで、子ども部屋を「趣味の部屋」にするのです。クロスや床を変えて飾り棚を付け、趣味の作品を飾ったり。物を広げていても、夫婦お互いのストレスになりませんよね。防音を施して、楽器やオーディオをのんびりするのを満喫できるのもいいですね。その人その人のニーズに合わせてリフォームができますよ。」

さらなるアイデアが…

「子ども部屋は隣り合っているのがほとんどです。そこで、壁の一部に建具を入れて、部屋同士をつなぐのです。人は出入りできないけれど、姿が見え、声が聞こえるように。」

それぞれの趣味を楽しみながらも、気配を感じられる距離感を保ち、時間を共有している感覚を持つ。このことは、お互いを見守り合う必要がでてくるシニア期になれば、なおさら必要なことですね。



ガスの衣類乾燥機 はやい 乾太くん

ガスならではのスピード乾燥&経済性

パワフル温風で短時間乾燥の乾太くん。1回の乾燥コストは5kgで63円、1ヶ月毎日使っても約1,950円と経済的に使えます。

洗濯物5kgのめやす	5kgで52分、10kgで63分
電気ヒートポンプ式全自動洗濯乾燥機	5kgで80分、10kgで102分
電気ヒーター式全自動洗濯乾燥機	5kgで162分
	5kgで281分

Rinnai キッチン | バスルーム | 給湯器 | リビング | トイレ・洗面・脱衣室 | プロ用品

リンナイ株式会社 東北支社いわき出張所
いわき市郷ヶ丘2丁目30-2
TEL.0246-28-6663

宅地分譲中

残り11区画 **ヴェルデガーデン泉**
渡辺町洞字関田内(泉玉露に隣接)

残り2区画 **ピラーージュ下神谷**
平下神谷字宿地内(栄進保育園向かい)

詳しくはお電話で
お問い合わせください！

ジェイ・ケイ・ハウス
常磐開発グループ 株式会社ジェイ・ケイ・リアルタイム
福島県いわき市常盤水野谷町電ノ尾171番地
よるこはれる よいらい笑
0120(46)4118

クリナップ

10th 感謝キャンペーン

クイズに答えてペア宿泊券や食品カタログギフトを当てよう！
詳しくはホームページへ

クリナップいわきショールーム
いわき市鹿島町御代字九反田51-5
【営業時間】10:00~17:00
【定休日】水曜日(夏期・年末年始休日等有り)
☎0246-58-4771

「そなえるリフォーム」で
これからの人生を **安心、健康、快適に。**
お一人おひとりの夢やこだわりにお応えします。
お気軽にご相談ください。



Panasonic
Homes & Living

パナソニック リビング ショールーム いわき
〒970-8022 いわき市平塩字風内91
開館時間：10~17時
休 日：日・木・水曜(但し、祝日は開館)
TEL.0246-35-5115

「La・暮らしを見た」で
記念品プレゼント
ご家族みなさまでご来館ください

介護用品はアルプにまかせて安心。

介護福祉用品の販売、レンタル
住宅リフォーム

いわき市内はもちろん双葉郡・北茨城まで配達もいたします

ALP (有) 矢吹薬局 介護部 **アルプ**

オフィス：いわき市佐糠町東一丁目10-9
TEL.0246-63-0816 FAX.0246-63-6745

●月~土曜日 / AM9:00~PM6:00
●店休日 / 毎週日曜日・祝日

ショップ：いわき市東田町二丁目20-1
TEL.0246-63-6841
FAX.0246-63-6910

●月~土曜日 / AM10:00~PM5:00
●店休日 / 毎週日曜日・祝日

介護福祉用品業務所 福祉用具事業所 登録番号 0770401073

キッチン [レミュー]
Takara standard
☎0246-22-6181



ビルトインコンロ [アバンセ]
Paloma
☎0246-22-2575



玄関ドア [リシェント]
LIXIL
☎0246-45-3811



給湯器 [リモコン]
NORITZ
☎024-934-5364



「作業効率の良さ、掃除のしやすさ、無駄なく機能の収納で家事をスムーズにします」と山口所長。レミューは美しさだけでなく、汚れにくさを備えた独自素材「ホーロー」を使用。3層構造で作業時の負担を軽減するなど、使いやすさを最大限に考えたシンクや、使い勝手に合わせて間仕切りが可能な収納など、長く使える機能が満載です。

パロマが大切にしていた「さらさらあんしん」すくらくを進化させました。手や衣服の侵入を感じ、自動で火力を弱める、業界初「エアセンサー」を搭載。かがみ込まずコンロ操作ができる「タッチスイッチ」で、動作も楽に。調理機能は前面パネルにまとめ、多彩な自動調理モードを手軽に操作できるなど、嬉しい機能が揃っています！

1日でもわが家の表情が美しく、玄関のお悩みをすっきり解消できます。リフォーム玄関ドア「リシェント」。その日にリフォームできる秘密、それはカバリエ工法。いまある枠の上から新しい枠を取り付けるから、壁や床を傷める心配はありません。傷らしながら思った以上にカンタンに。玄関リフォームしませんか？」と栗原主任。

「ガス給湯器で入浴中の事故を早く確認できるように、給湯リモコンに見守り機能を付けました」と三浦さん。台所リモコンは、浴室・浴槽の出入りだけでなく、入浴時間の異常などもお知らせしてくれます。大切な家族を守ってくれる安全・安心の機能が満載。アプリを使えば、スマホでの遠隔操作や、離れた家族を見守れます。

各メーカーには心地よい暮らしを実現する機器がたくさん！イチオシをご紹介します。

主な対象リフォームとポイント数

リフォーム工事	部位・名称	設定ポイント数
①開口部の断熱改修	内・外窓、ガラス	2千~2万ポイント×箇所数
	ドア	2万4千、2万8千ポイント×箇所数
②外壁、屋根・天井、床の断熱改修	外壁	5万、10万ポイント/㎡
	屋根・天井	1万6千、3万2千ポイント/㎡
	床	3万、6万ポイント/㎡
③エコ住宅設備設置	太陽熱利用システム、高断熱浴槽、高効率給湯器	2万4千ポイント/㎡
	節水型トイレ	1万6千ポイント/㎡
	節湯水栓	4千ポイント/㎡
	手すりの設置	5千ポイント/㎡
④バリアフリー改修	段差解消	6千ポイント/㎡
	廊下幅など拡張	2万8千ポイント/㎡
⑤耐震改修		15万ポイント/㎡
⑥家事負担軽減設備設置	ビルトイン食器洗機、掃除しやすトイレ、浴室乾燥機	1万8千ポイント/㎡
	掃除しやすいレンジフード	9千ポイント/㎡
	ビルトイン自動調理対応コンロ	1万2千ポイント/㎡
⑦リフォーム瑕疵保険への加入		7千ポイント/契約
⑧インスペクションの実施		7千ポイント/㎡
⑨若者・子育て世帯による既存住宅の購入を伴う100万円以上(税込込み)のリフォーム		10万ポイント/㎡

※リフォーム工事の内容は、①~⑥に該当しないものも含む
※発行ポイントは①~⑨のポイント数の合計(ただし、上限額まで)

◆補助金を活用しよう！
リフォームには多様な補助金制度があります。中でも注目なのは、4月から始まった「次世代住宅ポイント制度」。消費税増税10%で一定の性能を有する新築住宅の取得やリフォームをする方に対して、さまざまな商品等と交換可能なポイントが付与される制度なんです！主な対象リフォームとポイント数については、左の表をご参照ください。
このうちリフォームは①開口部の断熱改修②外壁・屋根・天井・床の断熱改修③エコ住宅設備の設置④バリアフリー改修⑤耐震改修⑥家事負担を軽減する設備の設置⑦リフォーム瑕疵保険への加入⑧インスペクション(建物の調査)の実施が対象となります。また⑨若者・子育て世帯が既存住宅を購入して行う一定規模以上のリフォームも対象になります。

これまで頑張ってきた自分や夫婦へのごほうびを、リフォームで実現してみませんか。なんどかワクワクできます。できることからできる範囲でも十分楽しい！リフォームの際に実践してみませんか？
対象となる工事は来年度の3月31日までに請負契約・着工されたリフォーム引き渡しは今年の10月1日以降。
詳しくは、リフォーム業者、または次世代住宅ポイント事務局にお問い合わせください。
☎0570(001)3399
(受付時間 午前9時~午後5時 ※土日・祝含む)



高品位ホーローで実現する 快適な暮らし。
Takara standard いわきショールーム



水まわりの増改築相談承ります
無料
台所・浴室・洗面所・トイレ・給湯機器

AM10:00~PM5:00
TEL: 0246-22-6181

NORITZ ecoジョーズ
驚きの自動洗浄&見守り機能 安心!
おそうじ浴槽でラクラク
リモコンのスイッチを押すだけで、浴槽内のすすみまでお湯と洗剤を届かせてしっかり洗ってくれる自動洗浄機能搭載。
おふろの見まもり機能
浴室の入浴者の有無や、入浴者が浴槽につかっている時間を確認できるから、長湯による「のぼせ」と「気づき遅れ」の心配が軽減。
株式会社ノーリツ 東北支店 郡山営業所 郡山市中町 1-22-9F

LIXIL Live to Good Living
夏の快適生活&防災対策
夏のクールリフォームキャンペーン
2019年8/20(火)まで
対象商品を使用したリフォーム工事で、素敵な景品が抽選で当たる!



期間 2019年5月13日(月)から8月20日(火)まで
応募締切 2019年8月31日(土)

パロマのガス機器を買って必ずもらえる Paloma
JCBギフト券 必ずもらえる
5,000円分
プレゼントキャンペーン実施中!
パロマのビルトインコンロ「FACEISシリーズ」「CREAシリーズ」またはエコジョーズ給湯器シリーズをご購入の方が対象となります。
0246-22-2575

わずか40分で、救える命があります。

献血バススケジュール

6/2(日)	9:30~11:30 13:00~16:30	イオンいわき店
12(水)	13:30~16:30	呉羽総合病院
26(水)	8:45~10:45 15:00~16:45	小名浜支所 かしま病院

※400mL献血のみ受付
※都合により日程が変更になることもあります。ご了承ください。
※65歳以上の献血については、献血される方の健康を考慮し、60歳~64歳の間に献血経験がある方に限ります。

400mL献血基準
○体重:男女とも50kg以上
○年齢:男性17~69歳/女性18~69歳

献血受付日 毎週火・木・土曜日(祝祭日含む)
献血受付時間 9:00~11:30/12:45~16:30
(全血献血は17:00まで)

福島県赤十字血液センター いわき出張所
0246-29-5624

どうして400mL献血が必要なの?

全国の医療機関からの血液の需要は、95%以上が400mL献血由来の血液製剤。その理由は、副作用発生の可能性が低く、安全性が向上するからなんです。一人ひとりの血液は、同じ血液型でも微妙に違っているため、複数の献血者の血液を合わせて輸血すると、副作用発生の可能性が高まります。病气などで大変な思いをしている患者さんの負担がさらに大きくなってしまいます。400mL献血なら少ない献血者からの輸血で済むので、副作用発生の可能性を低くすることができます。平成30年度の400mL献血者数の割合は、東北全体では95.4%、福島県では95.7%と医療機関の需要に応えることができている。引き続き400mL献血へのご協力をお願いいたします。



医療法人 清風会
吉成内科
YOSHINARI CLINIC

理事長・院長 吉成 毅
日本ヘリコバクター学会認定医

診療科目 / 内科・消化器科・呼吸器科

■診療時間
月・火・木・金
AM 8:30~12:00
PM 1:30~6:00
水・土
AM 8:30~12:00
午後休診
■休診日/日曜日・祝祭日

〒972-8322
いわき市常盤上湯長谷町堀ノ内72-5
TEL.42-2220 FAX.42-2250
<http://www5.plala.or.jp/yo-naika>

保険調剤・在宅医療を
バックアップ!

TARO PHARMACY

薬や在宅介護に関することは何でもご相談ください。
ケアプランの作成も承っております。

薬局タロファーマシー
いわき市平谷川瀬一丁目17-6
☎25-3600 FAX.25-3655

温泉はありません
大型の娯楽用品もありません
でも、
スタッフの接客マナーには
絶対の自信があります
一度見学に来てください。
市内全域配送します。
もちろん、無償です。

デイサービス おもだか
いわき市常盤水野町千代館181-6
☎0246-99-2525

イオンいわき店
献血キャンペーン

～あなたの献血で助かる命があります～
日時 6月2日(日) 9:30~16:30
場所 イオンいわき店1階 正面入口特設会場

まちの保健室
健康チェック(血圧測定・体脂肪測定等) ●健康相談
日時 6月8日(土) 10:00~14:00
場所 イオンいわき店1階 正面入口特設会場

AEON イオンいわき店
いわき市平谷三番68-1 TEL.0246-41-3000(代)

泉やまのべ眼科
院長 山野辺 聡
いわき市泉玉露5丁目17-15
TEL 0246-75-2022
<http://www.i-yamanobe-ganka.com>

診療時間 月・火・木・金/午前9:00~12:00
午後3:00~6:00
土/午前9:00~1:00 水/手術のみ
休診日 日曜・祝日

泉コンタクトレンズセンター

医療法人 博玲会
はたの眼科

院長 葉田野 孝

初診・再診
完全予約制

診療時間 月・水・金曜日 午前9時00分~正午
午後2時30分~午後6時
火・土曜日 午前9時00分~正午
●火曜日午後/手術のみ(診療なし)
●木曜日全日/手術のみ(診療なし)
休診日 日曜・祝日

いわき市常盤関船町1丁目7-27(関船上関バス停前)
☎42-2040

内科・胃腸科・循環器科・呼吸器科
長瀬内科胃腸科

院長 長瀬克彦 副院長 長瀬慶一郎 医師 長瀬紀子

診療時間 月・金曜日 午前8:00~12:00
午後1:30~5:30
土曜日 午前8:00~12:00
午後1:30~3:00
休診日 日曜・祝日

胃・大腸内視鏡検査、禁煙外来を行っています
〒970-0041 四倉町上仁井田字北純田6-1 (6号国道沿い) **☎32-3125**
<http://www.nagase-naika.net/>

山内クリニック
医療法人 医和生会 理事長 山内俊明
いわき市平谷川瀬一丁目16-5 TEL.25-8181
ホームページ <http://iwakikai.sakura.ne.jp/>

内科・循環器科 診療時間 午前8:30~12:00
午後2:30~5:15
訪問診療 休診日 日曜・祝日・木曜午後
土曜午後

医和生会 居宅介護支援事業所 ☎21-5596

通所サービス 複合サービス
・通所ハビリテーション 小規模多機能型さすばる
・やがせデイサービス 小規模多機能型さすばる
・きらくデイサービス 訪問サービス
・まこころデイサービス ロスモス訪問看護ステーション
(訪問リハビリ科)

総合窓口 地域連携室
☎21-5633

かざす
ゆったりとしたくつろぎの空間

眠りや寝具の相談

最新の寝具を体験

オーダーメイド 枕づくり

本部 小名浜店 鹿島S.C.エプリア店
いわき市小名浜下明神町39 ☎0246-92-2667
いわき市常盤関船町1丁目7-27 ☎0246-46-0557

村田耳鼻咽喉科
院長 佐藤 かおる
日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽喉科専門医

診療時間 (受付時間は診療開始の15分前から)
月・火・水・金曜日 9:00~12:30
14:00~17:00
木曜日 9:00~12:30
土曜日(月1回のみ) 9:00~12:00
※土曜日は月に1回9:00~12:00まで診療。
詳しくはお問合せ下さい。

休診日 土曜・日曜・祝祭日

いわき市平中平窪細田町3-2 **☎(22)0010**

大学・短大・専門学校 説明会開始!

2020年卒業予定者

2020年卒合同企業説明会 各地で開催中

お客様の笑顔のために。(株)マルトは、よりよいサービスをご提供することによって"お客様のしあわせ"を創造する企業を目指しています。

MARUTO
本 / いわき市勿来町窪田十条3番1部 / TEL (0246)65-1522

詳しくはマイナビで!

6月健康カレンダー

変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関、または消防テレホンガイドにお問い合わせ下さい。市ホームページでも公開していますので、ご覧ください。

▶消防テレホンガイド tel.23-0119

※症状によっては、専門外となる場合がありますので、不明な場合は、当番医療機関へお問い合わせください。



2019年5月20日現在

▶休日当番医

6/2	中央台たなか眼科	9:00~14:00	中央台高久	29-1722
	山口医院	9:00~17:00	平作町	24-1811
	石井医院	9:00~17:00	小名浜本町	54-5330
	なこそ病院	9:00~17:00	勿来町	65-7755
	常磐病院	9:00~17:00	常磐上湯長谷町	43-4175
9	須田医院	8:30~12:00	小島町	27-6060
	磐城中央クリニック	9:00~17:00	小名浜南富岡	53-3511
	こうじま慈愛病院	9:00~17:00	錦町	63-5141
16	いわき湯本病院	9:00~17:00	常磐湯本町	42-3188
	山口医院	9:00~17:00	平作町	24-1811
	石井脳神経外科眼科病院	9:00~17:00	小名浜林城	58-3121
23	榑田病院	9:00~17:00	榑田町	63-3202
	吉成内科	9:00~17:00	常磐上湯長谷町	42-2220
	須田医院	8:30~12:00	小島町	27-6060
	くさのクリニック	9:00~17:00	泉玉露	56-1060
30	呉羽総合病院	9:00~17:00	錦町	63-2181
	さかもと内科胃腸科クリニック	9:00~17:00	常磐関船町	72-2022
	須田医院	8:30~12:00	小島町	27-6060
30	坂本整形外科	9:00~17:00	平豊間	38-2830
	かしま病院	9:00~17:00	鹿島町下蔵持	58-8010
	なこそ病院	9:00~17:00	勿来町	65-7755
	加沢胃腸整形外科	9:00~17:00	常磐水野谷町	42-2198

▶日曜小児専門当番医 9:00~12:00

2	若松医院	平大町	22-3838
9	福田小児科医院	平下荒川	22-4272
16	むらまつ小児科	常磐関船町	72-0707
23	こどもクリニックすずき	泉町	56-6336
30	こない子供クリニック	小名浜岡小名	73-8815

●休日夜間急病診療所【内科・小児科】(総合保健福祉センター隣) tel.27-1208

[平日] 20:00~23:00 [土曜] 20:00~翌朝7:00
[日曜] 14:00~18:00 / 19:00~23:00
[祝日] 9:00~13:00 / 14:00~18:00 / 19:00~23:00

●県子ども救急電話相談 tel.024-521-3790
または #8000 (プッシュ回線・携帯電話)
毎日 19:00~翌朝8:00

●休日救急歯科診療所(総合保健福祉センター内) tel.27-8620
日曜・祝日 9:00~12:00 /
13:00~16:00 (受付終了時間 15:30)



Healthy Actions

健康・福祉などに関する企画やイベントのご案内

歯と口の健康まつり

【日時】 6月9日(日) 11:30~15:00

【会場】 いわき市総合保健福祉センター いわき市内郷高坂町四方木田191

【内容】 「歯と口の健康週間」表彰式、入賞作品展

歯医者さんのお仕事体験コーナー

衛生士さんコーナー(お仕事体験コーナー、お口のpHチェックなど)

技工士さんコーナー(研磨コーナー、人工歯バズル、技工物の展示など)

好間高校フラダンス部によるフラダンスショー

【参加方法】 参加費・申込は不要です。

直接会場へお越しください。

問合せ先▶ いわき市歯科医師会 地域保健委員会

Tel.0246-27-8630 <http://www.i-dent.jp/>



いわき市医療センター サポートサロン えん

毎月第3火曜日に、がん患者さんとそのご家族を対象としたミニ講演と茶話会を開催しています。がん専門相談員との相談も可能ですので、お気軽にお声かけください。

【日時】 6月18日(火) 13:30~15:00 ※毎月第3火曜日の開催です

【会場】 いわき市医療センター サポートサロン えん いわき市内郷御殿町久世原16

【対象】 がん患者さんとその家族 ※他病院に通院・入院中の方でもご参加いただけます

【内容】 ・ミニ講演会 ・茶話会

6月のミニ講演会のテーマ「がん術後のリンパ浮腫について」

【講師】 理学療法士

【参加方法】 参加費は無料です。予約や申込み等は必要ありません。

直接会場へお越しください。

問合せ先▶ いわき市医療センター がん相談支援センター(担当:會田・作山)

Tel.0246-26-3117(平日8:30~17:15)



市民公開講座 ~肝がん撲滅に向けて~

「肝臓を守るために大切なこと、話を聞くなら、今でしょ!」

【日時】 6月29日(土) 開場13:00/開演14:00

【会場】 いわき市文化センター 大ホール いわき市平字堂根町1-4

【内容】 《第1部:講演》座長:大平弘正氏(福島県立医科大学消化器内科)

中山晴夫氏(いわき市医療センター消化器内科)

肝がん白書:耳を澄ませばカラダの叫び/脂肪肝と肝がん/
内科治療の最新情報/外科治療の最前線

《第2部:肝疾患の医療費助成と就労支援》

《第3部:質問コーナー 肝臓Q&A》

【参加方法】 参加費・申込は不要です。直接会場へお越しください。

問合せ先▶ 福島労災病院総務課

Tel.0246-26-1111 Fax.0246-26-1322



スーパー・商業施設 清掃スタッフ大募集!!

入社祝い金 1万円支給!! (会社規定による)

その他の求人も QRコードでチェック! 会社採用ページで掲載中!

勤務地 神谷地区	勤務地 城東地区	勤務地 草野地区	勤務地 玉川地区
【勤務時間】 7:00~9:30	【勤務時間】 7:00~10:00 16:30~19:00	【勤務時間】 6:00~16:30 16:30~19:00	【勤務時間】 7:00~10:00
【月間稼働】 15日前後	【月間稼働】 15日前後	【月間稼働】 20日前後	【月間稼働】 20日前後
【休日】シフト制(月2~4日希望休可)	【休日】シフト制(月2~4日希望休可)	【休日】シフト制(月2~4日希望休可)	【休日】シフト制(月2~4日希望休可)

【時給】780円~800円 【時給】780円~800円 【時給】780円~800円 【時給】780円~800円

午前には店舗前・売場の床清掃(自動洗浄機・掃除機掛け・モップ拭きなど)やトイレ全面清掃、ゴミ回収、駐車場ゴミ拾い等を2名に分かれて作業します。日中は店舗やトイレの点検清掃やゴミ回収などを行います。初心者の方でも丁寧に指導いたします。

総合ビルメンテナンス業 ISO9001・ISO14001取得一
常光サービス株式会社
本社 / 〒971-8161 福島県いわき市小名浜南町11番地の1
TEL.0246-92-0555

0120-239341

電話連絡の上履歴書(写真貼付)を郵送下さい

担当/総務課

本社
みどり
常磐
本町通り
久に定
小名浜南町

正社員・パート募集

■ 専業社員

- 配達・集金・営業・読者管理※委細面談
- 資格・給与等、店舗により異なります

■ 男女配達員パート

- 就労時間・時給等、店舗により異なります

同時募集 集金員パート

※その他、詳細は面談にてお気軽にお問い合わせ下さい。

情報誌La・暮らしは毎月1日にいわき市内の毎日新聞・福島民報に折り込まれます。

四倉	四倉新聞販売センター	いわきNT	いわきニュータウン販売所
	四倉町西3丁目1の7		中央台鹿島3の11の10
	32-7438		31-0620
小川郷	いわき小川郷新聞販売センター	泉	小田桐新聞店
	小川町高萩家ノ前119		泉玉露2の12の6
	83-2559		56-5871
平	木部新聞店	小名浜	阿部新聞舗
	平字大町26の1		小名浜字大原境西97の11
	25-2884		92-4363
内郷	内郷新聞販売	植田	毎日民報植田販売センター
	内郷綴町町の内16-34		植田町南町1丁目5の14
	26-2635		63-3636
常磐	菅原新聞店	錦	毎日・民報 錦販売センター
	常磐湯本町字天王崎46の3		錦町ノ井34
	44-1761		63-8222
		勿来	いわき勿来阿部新聞店
			勿来町四沢前ノ内59の2
			64-8030

毎日新聞・福島民報・スポニチのご購読は私たちへご相談ください。

La 読者プレゼント

応募締切 2019年6月30日(日)

※当選発表は発送をもって代えさせていただきます。●プレゼントの発送は7月中旬ごろを予定しています。

✉ lakurasu1@gmail.com

〒972-8321 いわき市常盤湯本町日渡74番地の7
常盤共同ガス株 La・暮らし編集部
「読者プレゼント応募」係

無料のAR再生用アプリ「COCOAR2」で右の絵柄をスキャン、または特集記事内に隠れているキーワードを探してください!

①キーワード ②氏名 ③年齢
④住所 ⑤電話番号
⑥「La・暮らし」を手にした場所(街折込・マルト店など)ので希望の商品(品または品)
⑦話題の改善点 ⑧取り上げてほしいテーマ以上を明記の上、Eメールまたはハガキにてご応募ください。

※利用者の個人情報は、プレゼントの抽選・発送およびそれにかかわる業務にのみ利用し、抽選終了後に本人の承諾なく目的以外での利用または第三者への提供は致しません。

COCOAR2でスキャンして応募用キーワードをゲット!!

A スパリゾートハワイアンズ ペア入場券 5名様

B マルト商品券 2,000円分 5名様

NEWS&TOPICS



くらしとお金の？をFPがサポート

FP(ファイナンシャル・プランナー)とは、一人ひとりが「自分らしく」生きていくために、夢や目標の実現に向けて、さまざまなサポートを行うファイナンシャル・プランニングの専門家。ライフプランに基づく将来の収支の見直しを立て、【年金や保険】【資産運用】【税制】【住宅ローン】【贈与/相続】などの資産設計・資金計画を提案、アドバイスし、その実行をサポートしてくれます。家を建てる、子どもを大学に入れる、安心できる老後を過ごす…人生で叶えたい夢に向け、信頼できるFPに相談して準備を始める事が大切です。

日本FP協会福島支部では、「くらしとお金のセミナー&相談会」を6月22日(土)いわきゆつたり館で開催します。参加費無料(来場プレゼントあり)。詳しくは同ページ下の広告をご覧ください。

セミナーに関するお問合せ・申し込み
日本FP協会 東北ブロック事務所
0120-874-251



夢咲くお庭フェア2019・新展示場お披露目会開催

平上荒川の(株)山崎工業内に建設された「桜まちテラス」のオープンに合わせて、6月1日(土)・2日(日)の2日間にわたりお披露目会、各種イベントが開催されます。休日には、ご自宅のお庭で家族や仲間とDIYやバーベキューなどを楽しむ「庭活」をご提案。カーポートや各種エクステリア資材の展示スペースがお庭のリノベーションをご検討中の方には必見。また、当日申込OKの建築素材DIY体験や人工芝ドッグラン、お庭でBBQ体験、塗り壁体験(1日のみ)などご家族、ペット連れで楽しめる催しも行われます。

株式会社山崎工業
いわき市平上荒川字桜町60 0246-29-1255
http://www.yamazaki-kogyo.co.jp



平成最後を歩いて楽しむ いわき健康センター

いわき健康センターが実行委員会を主催して開いているウォーキングイベント「いわき歩き愛です」が4月30日、小浜町のいわき健康センターからいわきサンマリーナを往復する約7.7kmで開かれました。県内外から多くの参加者が集い、いわきの自然を体感しながら平成最後の日を思い出深く歩き、「平成のいい記念になった」と笑顔を見せていました。

「歩き愛です」は健康増進や地域貢献などを目的としたウォーキングイベント。専用歩数計があれば、ウォーキングイベント参加や協賛店での特典が受けられます。健康づくりを意識した温浴施設やスポーツジムの展開する同センターでは、5000歩以上の提示で入館料などを割引しているほか、春にウォーキングイベントを開いています。

いわき歩き愛です実行委員会(いわき健康センター内)
いわき市小浜町中ノ作45-1
0246-63-4126



La暮らしスタッフおすすめ

内郷で見つけた♪ ゆつたりできる和食カフェダイニング

今年の5月に内郷の御殿町にオープンしたこちらのお店は、優しい味付けで飽きることのない美味しい和食、夜には料理に合う日本酒やクラフトビールなどが堪能できます。

イチオシのランチメニューは「かご膳」(¥1,600税込)。色々なお料理を一つのお膳で食べることができます。「おすすめ定食」(¥1,000税込)も人気です。店内は木目を生かしたシックな雰囲気や居心地が良く、「今日はゆっくりおしゃべりがしたい」時などに訪れてみてはいかがでしょうか? 貸切OKなので、小規模二次会やパーティーにも対応♪

和食カフェダイニング キッチン ワン・ディッシュ
いわき市内郷御殿町4-110-1
営業時間/11:30~14:00
17:00~22:00
定休日/日曜日
☎0246-85-0987



La暮らし 読者6月限定!
ソフトドリンク 1杯無料

※1グループ1回まで
※La暮らしを見たお伝えください

くらしとお金のセミナー&相談会

FP(ファイナンシャル・プランナー)in「くらしセミ」カフェは元気がもてるパワースポット

開催日/6月22日(土) **参加無料**

場所/いわきゆつたり館(小研修室)

セミナー

①10:00~11:00
【新時代 令和! 子育て世代のライフプランニング】
講師:竹村つみ氏 CFP(ファイナンシャル・プランナー)

②13:30~14:30
【新時代 令和! これからの資産運用】
講師:水野和人氏 AFP(ファイナンシャル・プランナー)

相談会 定員:各回2組(1組50分)

①11:10~12:00 ②14:40~15:30

日本FP協会 東北ブロック事務所
☎0120-874-251 **事前申込**

当日問合せ先:090-1846-2183(福島支部専用)

緑ゆたかな 心のふるさと

泉田霊園

墓地経営許可 5霊保 第589号
〒972-8331
いわき市渡辺町泉田字長者平39-2

見学申込
☎0246(56)7222

泉田霊園

守屋工業地 泉北小 泉田 泉南 泉東 泉西 泉南 泉北

資格取得 女性限定

即戦力と実益の「着せるプロ」を目指す! 女性ならではの仕事「着装技術師」

2020年に向けてますます「きもの」が注目されています。仕事や実益に生かせる着せるプロ「着装技術師」を目指しませんか? 1回2時間、月4回の講座を6か月間受講。着付け経験のない初心者の方でも、基本から学んで、人に着せるコツとキレイでスピーディーな技術が身に付きます。内閣府移行認可、当協会発行の「きもの着装技術師3級」の資格取得を目指します。

成人式や七五三、卒業袴、婚礼着付けや撮影の現場、最近では日本を訪れた外国人への着付けなど、活躍の場は多数あります。

一般財団法人 民族衣裳文化普及協会
☎いわき支店
いわき市平字田町120 ラトフ6F
http://www.wagakoro.com
info@wagakoro.com

☎0120-029-315

完全予約制 子ども同伴可 グループOK

毎週土曜日に開催された「花の教室」の様子です。

ポタニカルフレーム
〜リザーブド・ドライ〜

開講期間:6月10日(月)~6月22日(土) ※日曜日も可
参加費:¥5,000(花材、花器、消費税別)
※お花はイメージです。花材の仕入れ状況によって使用する材料は異なりますので、予めご了承ください。

青山ガーデンフラワー
いわき市平野田自宇田中内南177-4
10:00~18:00
日曜日、祝日
あり

☎0246-34-8783

予約優先 子ども同伴可 更衣室あり 回数券あり

「楽になった! 来て良かった!」
「お喜びの声続出!!」
「節々がらな痛みが本気で解消!」

「La・暮らしを見た」で組み合わせ自由な
50分・5,400円コースが3,240円に!

整体・各種リラクゼーション
20分 2,160円(税込)

【利用条件】期間中おひとり様1回限りご利用可/予約時のお入店時提示/他クーポンとの併用不可/2019年6月30日まで

整体院 OASIS イオンモールいわき小名浜院

イオンモールいわき小名浜3F
10:00~21:00(最終20:30)
年中無休
あり

☎0246-68-8890

子ども同伴可 完全個室 シャワーあり

女性限定2000円企画

～初回限定～
全身アロマトリートメント[60分] 8,000円~6,000円
全身アロマトリートメント[90分] 11,000円~9,000円

【利用条件】本館10:00~18:00/予約時提示/他クーポンとの併用不可/2019年6月30日まで

スパ・エステサロン リ・アージュ

いわき市平字田町2-12
いわきプリンスホテル2F Spa Village
10:00~24:00 日毎週日曜日
あり
いわきプリンスホテル

☎0246-38-3724

予約優先 子ども同伴可 メイクルーム 2名様以上可

雨や曇りの日の「うっかり日焼けケア」

初めての方 限定価格

美肌・美白・アンチエイジングフェイシャル
ベーシックケア(70分)/¥3,780

【流れ】フェイシャルケア・デコルテケア
フット・ハンドマッサージ
※敏感肌の方にも安心な施術です。

【利用条件】他クーポンとの併用不可/2019年6月30日まで

ポーラ・コスメティックエステサロン RITZ

いわき市郷ヶ丘1丁目47-2
10:00~20:00
不定休
あり

☎0246-38-9775



今月のテーマ 歯の健康

みなさんはお口の悩み、ありませんか？子どもの頃は歯の定期検診がありましたが、大人になると自分自身の心掛けが大事になってきます。

6月は「歯の衛生週間」「虫歯予防デー」など、お口にまつわる行事がある月です。この時期にわたしたち大人のお口の健康を考えてみましょう。スズキ歯科の鈴木崇夫先生にお伺いしました。

加齢によるお口の問題とその仕組み

日本人の場合、成人の約8割が歯周病に罹患している、という報告もあります。しみる、詰まる、ぐらつくなどの歯の症状は、歯周病で歯を支える骨が溶けて歯茎が下がったことも原因となります。

日ごろ私たちができる改善法・心掛け

まず、ブラッシングの見直しです。ただ磨くのではなく、正しい磨き方で行うことが大切です。また、歯ブラシの大きさ、毛のかたさなどを適切に選ぶことも正しいブラッシングにつながります。

電動歯ブラシの使い方にも注意が必要です。電動の力に加え自分でも力を入れてしまい、強く磨いてしまつて、歯茎を傷つけてしまう例があります。

どんなに丁寧に磨いても、歯ブラシでは6割程度しか汚れが落ちないと言われています。歯ブラシに加えて、フロスや歯間ブラシを使うのが効果的です。



詰め物、被せ物と歯との境目には汚れが残りがちです。より丁寧なお手入れが必要となります。お一人おひとりお口の状況は違います。正しいブラッシングができていないか、ぜひ一度、歯科医院で確認してみてください。

一番大事なことは

何より一番大事なことは、歯を抜く状況にならないこと。入れ歯やブリッジ、インプラントなど、治療法はさまざまありますが、治療部

位が増えるほどお口の中が複雑になるので、部位に合わせた清掃器具を使う必要があります。自分の歯より優れた人工物は存在しないのです。

先生からひとこと

福島県は虫歯の罹患率が全国平均より高く、ワーストワンになった年もあります。お口の中の状態は、さまざまです。症状が出る前に一度、歯科医院で専門家に見てもらうことをおすすめします。特に男性は症状がひどくなるまで受診しない傾向が高いです。

「8020」80歳で20本以上の自分の歯でかめることを目標に、ぜひ、お口の健康に取り組んでください。

歳を重ねるとお口の悩みは増えてきますよね。でも、諦めない自分でできる対処法をして、いつまでも自分の歯で気持ちよく生活できたらいいですよね！

「歯と口の健康週間」(6月4日~10日)に合わせて「歯と口の健康まつり」(いわき市歯科医師会主催)が6月9日午前11時半から、いわき市総合保健福祉センターで開かれます。詳しくはページの記事をご覧ください。

スズキ歯科

いわき市平字四町目3-1-2 (0246)22-56990

鈴木崇夫 先生



お口の健康を通じて全身の健康を提議するために、日々精進しています。

暮らしの中の疑問や不安など、皆様からの質問をお待ちしています。[lakurasu1@gmail.com] までお送りください。

40代以上から始める一生モノの「漢方ダイエット」. Advertisement for a diet program with a testimonial and a graph showing weight loss over 10 days.

インプラントや注射による豊胸術. Advertisement for breast enhancement procedures, including a doctor's introduction and a price list.

いわき郡山青森盛岡仙台表参道 タウン形成外科クリニック. Advertisement for a plastic surgery clinic with contact information and a QR code.

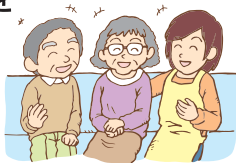
いわきに根ざして20年。こころの駅からのお知らせです!



今年もたくさんのバラが咲きました。バラの香りを楽しみに来ませんか?

新しい住まいで新しい友人たちと共有の時間をあなたは何をして過ごしますか?

こころの駅、有料老人ホーム、御宿らくや、御宿ぶどうやでは、お住いになっている皆様それぞれが、それぞれの時間をどう過ごすか見つけられた様です。プライベートを尊重しながら、ひとりぼっちではない生活空間を楽しんでいらっしゃいます。



あなたの目的はどのタイプ?!

<input checked="" type="checkbox"/> 在宅生活を続けたい! <input checked="" type="checkbox"/> けど、介護負担も大きくなってきた。	<input checked="" type="checkbox"/> 介護度が高く、自宅での生活が困難。 <input checked="" type="checkbox"/> しっかり介護を受けられて安心して暮らせる老人ホームに入りたい。	<input checked="" type="checkbox"/> 自宅での生活が難しくなってきた。 <input checked="" type="checkbox"/> 24時間見守りのある高齢者向け住宅で安心できる暮らしを送りたい。	<input checked="" type="checkbox"/> 一人暮らしが不安になってきた。 <input checked="" type="checkbox"/> でも、まだまだ自分の足で歩いたり、いろいろな活動をしたい。
定額で自宅への訪問介護施設での通いや宿泊が利用できる 小規模多機能型 居宅介護	介護サービス併設で安心! 介護度が高い方向け! グランコンフォートステージ こころの駅	介護サービス併設! 24時間見守り付き! サービス付き高齢者向け住宅 御宿らくや	アクティビティ&運動プログラム! 充実のデイサービスが併設! サービス付き高齢者向け住宅 御宿ぶどうや

第122回バラエティーショー

篠笛&ピアノ デュオコンサート



バラエティーショーは3年前に続き2回目の出演となります。篠笛の石井知香子は和太鼓チーム「一打の会」のメンバーであり、また近年は民謡、津軽三味線を修行中。ピアノの菊池真奈美はピアノ指導のかたわらチャペルでのオルガニストを務め、またオペラを勉強中。和と洋、ジャンルの異なる世界を融合させる試みのデュオ演奏です。どうぞお楽しみください。

6月20日(木) 開場 午後1:00 開演 午後1:30 場所 **こころの駅御宿ぶどうや**
どなたでも参加できます。詳しくはお電話にてお問い合わせください。

御本人と家族にあった介護施設を全て無料でご紹介!! いわき老人ホーム相談窓口

高齢化社会の真っ只中、いわき市にも様々な老人ホームや介護施設がオープンしました。そんな中で、利用する本人はもちろん、家族の生活スタイルに合った施設を探すことはとても手間のかかることです。また、専門知識もなく、入居してから「こんなはずではなかった」と後悔する相談も増えてきました。私たちは、失敗しないことはもちろん、ご利用者様やご家族の笑顔のために、様々な老人ホームや介護施設をご紹介したいと考えております。

よくあるご相談の一例

- 24時間の医療体制が整っている介護施設希望!
- どんな種類の老人ホームがあるのか知りたい!
- 入院中ですが退院後すぐに入れる施設はありますか?
- 短期間でも利用できる施設を希望!
- 家族も使いやすい施設を探しています!
- 少ない年金で入居できるところはありますか?

お気軽にご相談ください。
TEL:0246-54-5000

脳活カフェ 元気塾

生活習慣を身に付けて、仲間と元気で健康な毎日!

- ✓足腰が昔より弱くなったと感じる
- ✓物忘れをすることが多くなった
- ✓運動の習慣がなくて家に閉じこもりがちだ
- ✓介護の必要ない身体でいたい

脳を楽しく刺激して活性化を促し物忘れなどを予防していきます。認知機能の低下の予防や、認知機能の向上を目指しましょう。

参加費:500円 ※コピータイムを設けています。

特定非営利活動法人 いわき介護福祉促進会の代表理事 関内きえ子

- いわき市シルバーリハビリ体操1級指導士
- シニアソロジー(脳活性プログラム)教育トレーナー研修終了
- 整体師(カイロプラクティック・経絡整体)
- 足裏反射区療法 ●英国式リフレクソロジー

6月11日(火) 午前10:00~午前11:30

竹中敏子思い出サロン

参加費1,500円お菓子・お茶付き
歌謡曲からポップスまで竹中先生のピアノ演奏で、楽しく歌ってみませんか。

6月14日(金)・25日(火)
午後 1:00~
午後 3:00

シルバーリハビリ体操

市長認定指導士が、丁寧に指導します。

第1・第3火曜
午前10:00~
午前11:30

介護のことでなにかお困りのことがありましたら、ぜひご相談ください。 入居相談随時受付中!! TEL:0246-54-5000

こころの駅 優しさは、私達のプライドです。

- 訪問介護
- 小規模多機能型 居宅介護
- 居宅介護 支援
- デイサービス
- 住宅型有料老人ホーム
- サービス付き 高齢者向け住宅
- 整骨院
- 配食サービス



徒歩5分圏内 3施設

