

地域の安全  
パトロール

早く「ただいま!」を言いたくなるリフォーム。  
快適なお風呂生活を実現します!

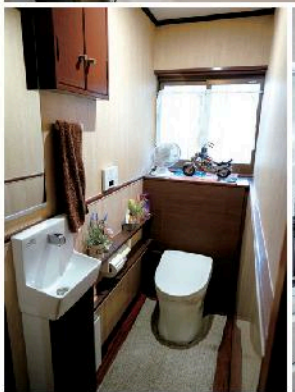
「**四**」 條畷にお住まいの水  
さん。昔からお付き合  
いのある川本産業さんに「浴  
槽が深く怖くて入りにくい  
と伝えたところ…」

洗面室とバスルームの段差  
を元からある浴槽に合わせて  
床を底上げして入りやすい高  
さに調節。床と壁がタイル張  
りで寒く滑りやすいので床に  
はクッション性のマットを  
貼り付け。壁をパネル素材に



床と浴槽との高さを調節してもらって入浴時の怖さも  
なくなり、ゆっくりお風呂の時間を楽めようになりま  
した。昔からお付き合いのある川本さんは皆さん明る  
く誠実。安心してお任せできました。近所のお友達に  
もリフォームするなら川本さんにと話してみますよ。

床の底上げで浴槽との高低差を最  
小限にし入浴時の負担を軽減。



川本憲一さん(四條畷出身)  
【書初め書くなら】「笑!」

**Coupon** 大東タイム見たで  
ご来店時に  
ティッシュ三箱  
プレゼント  
2023年2月末まで有効

- LPガスの販売・集団供給
- ガス配管工事の設計・施工・請負
- 住宅設備機器の販売・設計請負
- 損害保険代理業・生命保険の募集業務

キッチンやトイレ等の水回り、お部屋のリフォームなど多くの施工実績がある川本産業だから安心しておまかせできますよ!

▶ DATA  
**川本産業株式会社LPガス部**  
**072-878-1290**  
【本社】四條畷市楠公1-1-20  
9:00-18:00 日祝 冬季休業 1/1~1/4



小さなお困りごとでも  
ご相談ください

- 蛇口から水が漏れる
- ガスコンロが点火しにくい
- トイレの詰まり
- ウォシュレットの故障
- ガスコンロや給湯器の取り替え
- 追い炊き機能の故障



## ニューサカーキャンペーン!

**A 格安引越し**  
荷造りや梱包、重いものも元気なスタッフがスイスイお手伝い。  
**一人暮らしの方におススメ!**

**B 不用品買取強化中!**  
ブランド物、ジュエリー、おもちゃ、ゲーム機、製造5年以内の家電

**C お片付け**  
引越し前後の不用品、粗大ごみ処分、ゴミ屋敷清掃、家具の移動、掃除(終活、遺品整理等)

**A・B・Cおまとめ 3点セットが大変お得です!**  
めだかの無人販売 絶賛営業中!!

リユース&リサイクルのスマイルプロジェクト  
**Smile Project**  
全サービス お見積り 無料!  
オーナー大橋 正招さん【書初め書くなら】思いやり

090-1135-5303  
大東市御領1-10-33 冬期休業 1/1~1/3  
24時間365日いつでも対応 mizuki1752@gmail.com

新品からアンティークまでわくわくする雑貨がいっぱい!

**カーネーション**  
食器・インテリア小物&アンティーク雑貨  
リサイクル家具など、バラエティ豊かなラインナップ  
手作り雑貨・カバンのオーダーも承り中

洋服のお直しも受付中!  
ボタン付け一つからでもOK

お好きな布で入園・入学準備の手提げバッグ、おけいこバッグ、上ばき入れ作ります!

大東市大野1-3-10 マンションヨコタ2号館122号室  
090-3725-2754 10:00-18:30 不定休

あとは、経営改善のアドバイスをお約束いたします。

二人三脚で強い企業を創りましょう！

消費税 インボイス

確定申告

消費税  
インボイス

開業  
サポート

クラウド  
会計



金園 英也 (かなその ひでや)

東大阪市在住。高津高校、関西学院大学、大阪産業大学大学院出身。  
【書初め書くなら】心機一転

得意先 → 御社 →

3,000万円	1,500万円
+ 300万円	+ 150万円
3,300万円	1,650万円

① 300 - 150 = 150

② 300

Check!

お気軽にご相談ください！

確定申告の準備は万端ですか？

SAVE TAX

医療費控除・ふるさと納税・iDeCo・各種控除・NISAなどを活用した所得税申告はもちろん、贈与税申告も申告期限を迎えます！

開業サポートはおまかせください！

新規開業・会社設立は、手続きが多く非常に大変。申請、届出、資金調達、助成金、補助金など、知らないと損してしまう事ばかりです。軌道に乗ってから税理士を探すのではなく、むしろそれまでの時期が非常に重要ですので、ぜひご相談ください！



クラウド会計の導入で申告も楽チン！



手書きで帳簿を作成されている方、パソコンが苦手という方、経理を効率化したいという方。そんな方々の強力な味方として、便利な会計ソフトをご提案します！

令和5年を迎え、また一歩新たなスタートを踏み出した「あど税理士事務所」。クライアントの増加と共にスタッフも増員し、3年前の開業当初には想像できなかったほど事務所がパワーアップしたと語る代表の金園税理士。不惑の40歳を迎え、これまで自身が歩んできた道のりを信じながら、仕事はもちろん三児のパパ&少年ソフト

ボールコートとしてプライベートも両立させ突き進むそうです！  
今年の10月1日から「消費税インボイス制度」も始まり、ますます複雑になってしまいう税制：アフターコロナ・ウィズコロナの中、中小企業支援に日々奮闘されるあど税理士事務所さんに、確定申告・経理効率化・経営改善について、ぜひ相談ください！

もう悩まない

中小企業のパートナー！  
あど税理士事務所が経営をサポート！

ホームページをご覧ください！

大東おけいこフェス2023

協賛中



あど税理士事務所

072-800-5002

大東市赤井1-15-21 住道グランドビル501  
9:00-18:00 土日祝(ご希望により応相談)  
https://ado-tax.com/ 冬期休業 12/29-1/4



スタッフ募集中!



総勢6名のメンバーでクライアントをサポートします！



大東・四條畷  
50代の  
あなたへ

# 京橋、キタやミナミには負けません！ 最新機器と手技、四條畷でマイナス10キロ！

ダイエットは女性の永遠のテーマ。身体のことからこそ、結果が出せる！  
時間をかけて都心に通わなくても四條畷であなたが思う理想の体型が手に入ります。これまで何度もダイエットにチャレンジして挫折した方必見ですよ！

「ダイエットしたいけど運動は苦手」  
「健康的に痩せたい！」  
「中途半端なダイエットでリバウンドを繰り返す」

「わざわざ、京橋、梅田や難波に出かけるのが大変…」  
「昔みたいにダイエットをしてもすぐに痩せない…」

## 50代でも大丈夫！運動が苦手でも大丈夫！ はなまるの完全ダイエットは結果がついてくる！



食事を見直す！  
価値のある栄養指導

EMSで筋力強化！  
太りにくい体質に！

ハンドで溶けた脂肪を  
しっかり流す！

キャビテーションで脂肪  
を溶かす！

…\*カウンセリングから施術まで 女性スタッフ が担当します\*…

**Coupon** 「大東タイム見た」と必ずお伝えください。  
**たっぷり90分施術！**  
初回体験 **11,000円→3,300円**  
別途カウンセリングの時間があります。お時間に余裕を持ってご来院ください。  
**2023年2月末まで有効**

50代・154cmの  
女性 **5ヶ月で!**  
**-18kg!**



	BEFORE	AFTER
体重	66.2kg	48.2kg
太もも	61cm	58cm
ウエスト	81cm	71.2cm
ヒップ	104cm	86.5cm

さらに詳しくはこちらをご覧ください。

▶ DATA  
はなまる鍼灸整骨院・整体院  
☎ 072-876-0620  
📍 四條畷市楠公1-9-15 (スーパーラッキー・ダイソー前)  
🕒 表参照  
予約制 土日祝も19:30まで診察延長！  
開院!! 日曜・祝日も

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00-12:00	○	○	○	○	○	○	○
14:00-19:30	○	○	○	○	○	○	○

年末年始休業 12/31午後～1/3午後2時迄

ホームページ  
QRコード

★はなまる  
栄通り商店街  
楠公通り商店街

井澤 大介 院長 【書初め書くなら】  
国家資格:柔道整復師・鍼灸師  
内面美容医学財団公認:フラスティングカウンセラー  
プロフェッショナルインストラクター  
後列左より梅原純子さん、浦名令子さん、前列左より西良祐さん、井澤院長、山本真吾さん

アルコールドリンク ALL500円  
カラオケ&チャージ **無料!!**  
バターゴルフ楽しめます。女性お一人様大歓迎 貸し切りイベント・貸しスペース相談可

全18席  
Instagram  
LINE  
住道駅徒歩5分の隠れ家的BAR  
井上 輝輝 人科 ★CHOTTO 酒バー  
ポップタウン 住道駅北  
住道駅

Chotto CAFE&BAR  
☎ 080-3117-6489  
📍 大東市氷野1-8-2-103  
🕒 18:00 OPEN! (休) 日・月 年末年始も通常営業!!

## 展示会開催

- 会場:ポップタウン住道1Fプラザフェスタ
- 10:00-18:00

2023年  
2月  
28日  
火曜日



左上 北本 文代さん  
【書初め書くなら】「今を生きる」

## 使いこなし会

毎月第1金曜日開催。  
参加無料、非会員OK!  
LINEにてお問い合わせください。



### ▶DATA

買い求め・お問い合わせは  
タッパーウェアブランド  
南大阪スタジオ

☎ 090-9611-0234 (北本 文代)

📍 大東市御供田

🕒 9:00-18:00 ㊟ 不定休

📞 お問い合わせ▶



エアフライヤー 17,600円  
温度設定範囲:40℃~200℃



コンパクトサイズだから収納もスッキリ。バスケット、すくは丸洗い可能で清潔



使いこなし会ではエアフライヤーを使って「食パンdeメロンパン」「キーマカレー de カレーパン」を作りました

大東タイム持参で  
2/28のイベントに本誌持参で  
➔粗品プレゼント  
2/28のみ有効

新登場!  
朝から晩までこの一台で完結  
万能調理器エアフライヤー

新年早々、寝正月で体重が増えてしまっている方いませんか?「今年こそダイエットするぞ!」と思っっている方も多いはず。タッパーのノンフライ調理器「エアフライヤー」なら食材に含まれる脂を利用して唐揚げや豚カツ、ポテトフライ等も油を使わずカラッと仕上がりますよ。もちろん揚げ物だけではなく、マフィン、カップケーキ、ドライフルーツなどの調理もできちゃいます。

お料理が苦手な方でも美味しくヘルシーに、簡単・時短・ワンタッチで完成してしまう「エアフライヤー」でヘルシー生活始めませんか?

## カンタン・ペンリ! こんなところに

# ELPA

エルパ  
VOL.14

オートディスペンサー

ちょっと気の利いた  
発明続けています。

**新**年あけましておめでとうございます。新型コロナウイルス、インフルエンザの感染対策においては油断を許さない状況が続いていますね。まだコロナ流行前、ELPAの連載第1回目でご紹介したオートディスペンサーがアップデートを重ね好評です。当社では開発した商品に対し、丁寧にアンケート調査をしています。お客様の「こうだったらいいな」というお声のおかげで、ちょっとした、かゆいところに手が届く発明が生まれています。小さな進化を積みあげるELPAの商品を是非お試しください。

大東おけいこ 協賛中  
フェス2023

開発担当 **東野 彩香**  
【書初め書くなら】  
花鳥風月

#上から注ぎやすくなった!

#大容量500ml  
#もう溢れない!

#LEDが点灯し、  
しっかり除菌できる  
15秒間をお知らせ

#工具不要!  
ワンタッチで楽々  
電池交換

開発担当 **阪口 直也**  
【書初め書くなら】一運托生

パッシュ不要。手をかざすだけ



液体タイプ専用

泡タイプ専用

消毒液タイプ専用

人と地球に優しい機能で  
**特許**を取得しました。

参考価格  
オートディスペンサー  
液体タイプ 2,940円(税込)  
泡タイプ 3,540円(税込)  
消毒液タイプ 3,540円(税込)

キッチンの  
食器洗い洗剤を  
入れている人も  
多いんですよ!

朝日電器株式会社

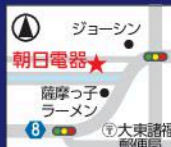
☎ 072-871-1166

📍 大東市新田旭町4-10

お買い求めは お近くのホームセンターまたは家電量販店で



朝日電器は電気用配線器具、照明器具、家事用品など、身近で便利なオリジナルブランド商品「ELPA」を開発製造する企業。毎回オススメ商品を紹介し、開発担当者に話を聞きます!次回は4月号です。お楽しみに!



# ていますか？



## 医療法人恵和会 恵和会総合クリニック

# The Doctors

FILE #31

明けましておめでとございます。令和5年も宜しくお祈り致します。

新型コロナウイルスが拡大し、早3年の月日が流れました。この3年間は自粛生活が続く通院を控えるようになったため、厚労省も受診を勧める情報を出すなど、異例ともいえる状態になりました。

その背景には、病院控えによる「がん」患者の増加があると思われま。

今回は、近年増加傾向にある「5大がん」についてご紹介したいと思います。

### 5大がんってなに？

現在、日本で「がん」にかかるのは二人に一人という時代に突入しました。

2020年にがんて亡くなった人は37万8385人で、死亡総数の27.6%を占めています。

国立がん研究センターのがん統計によりますと、2019年の累積罹患リス

クと2020年の累積死亡リスクで見ると、次の図のようになっています。

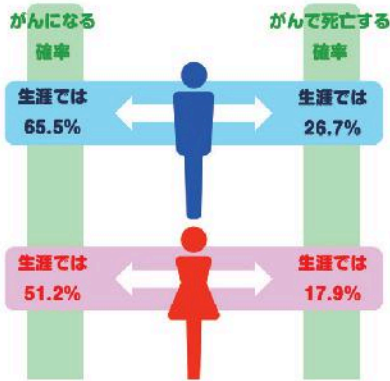
男女別にみると男性の方が、「がん」になる確率が高くなっており、死亡する確率も男性が高くなっています。

がんが原因で亡くなられる方の数は1981年以降の統計で、39年間連続でトップになっています。

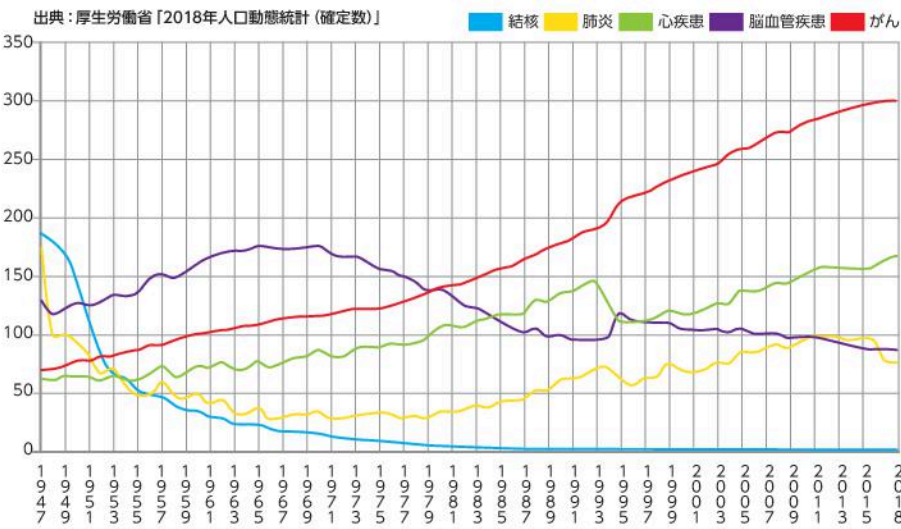
その中で、もっとも罹患率の高い5つのがんを5大がんといいます。

### がんの種類について

では、がんの種類は何種類あるのでしょうか？



出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」より作成



主な部位別がん死亡数(2020年) 男性

	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位
部位	肺	胃	大腸	膵臓	肝臓	前立腺	胆のう	食道
人数	53,247	27,771	27,718	18,880	16,271	12,759	9,357	8,978

主な部位別がん死亡数(2020年) 女性

	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位
部位	大腸	肺	膵臓	胃	乳がん	肝臓	胆のう	子宮
人数	24,070	22,338	18,797	14,548	14,650	8,568	8,416	6,808

出典：厚生労働省「2020年人口動態統計(確定数)」

- がんは大きく分類すると29種類に分けられます。その中でも厚労省が検診を勧めるのが、肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がんの5種類となります。
- ① 肺がん：男女合わせて死亡率のトップ
  - ② 胃がん：依然として死因の上位
  - ③ 大腸がん：男女合わせて罹患率のトップ

- ④ 乳がん：若い世代でも発症が多い
- ⑤ 子宮頸がん：近年増加傾向が見受けられる

### 部位別人数 (死亡数・罹患数)

2020年の部位別がん死亡数を死因順位別に見ると、男性のトップは肺がん、女性は大腸がんでした。しかし2019年の罹患数で見ると、がん罹患数は男女

# 5大がん検診、きちんと受け

ご予約・ご相談は

医療法人恵和会 恵和会総合クリニック

☎072-889-1122

📍大東市末広町7-7 🌐 <https://www.keiwakai.org/> (右のQRコードより読み取れます)

とともに膵臓がんが増加していますが、肝臓がんは男女ともに減少傾向にあります。

また、女性では乳がんが増加傾向にあります。

近年では検査技術や医療技術の向上により、早期発見と治療により順位の変動もみられます。

がんは治療開始が早ければ早いほど、完治できる可能性が高くなるため、いかに早く発見できるかが、今後の生活

主な部位別罹患数(2019年) 男性

1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位
前立腺	大腸	胃	肺	肝臓	膵臓	食道	悪性リンパ腫
94,748	87,872	85,325	84,325	25,339	22,285	21,719	19,311

主な部位別罹患数(2019年) 女性

1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位
乳がん	大腸	肺がん	胃	子宮	膵臓	悪性リンパ腫	甲状腺
97,142	67,753	42,221	38,994	28,759	21,579	17,325	13,892

出典：厚生労働省「2020年人口動態統計(確定数) 子宮がんの罹患数内には、子宮頸部と子宮体部が含まれる

にとって重要となってきます。  
**がん検診? がん健診? どっち?**

「けんしん」と同じ読み方でも、「検診」と「健診」では意味が異なります。

「**検診**」…ある特定の病気にかかっているかどうかを調べるために診察・検査を行うこと。

「**健診**」…健康診断の意味で、健康かどうか・病気の危険因子の有無を確かめること。

となっています。

がんの場合「**検診**」という字を使うのは、特定の病気を早期に発見して、早期に治療する検査を目的としています。

## がんの検診の種類

がん検診には、市町村が住民検診を行う「**対策型検診**」と、人間ドックなどの「**任意型検診**」があります。

**対策型検診**…市民検診や職域・医療保険者等の保健事業が実施する検診。低負担での実施が可能。

**任意型検診**…人間ドックなど、自分の目的や好みに合わせて検診を選択できるという利点があります。

このうち対策型がん検診には5種類あります。

がん検診の種類	検診方法	対象年齢	検診間隔
胃がん検診	問診、胃X線検査 または胃内視鏡検査	50歳以上 ※胃部X線検査は 40歳以上に実施可	2年に1回 ※胃部X線検査 は毎年実施可
大腸がん検診	問診、便潜血検査	40歳以上	毎年
肺がん検診	問診、胸部X線検査		
乳がん検診	問診及び乳房X線検査 (マンモグラフィ)	20歳以上	2年に1回
子宮頸がん検診	問診、内診、子宮頸部 細胞診		
がん検査の種類	検査方法		
膵臓がん検査	一般的な健診ドックの検査項目としては、血液		
肝臓がん検査	検査、腫瘍マーカー、腹部エコー、腹部CT、MRIな		
前立腺がん検査	どです。		

対策型検診は昭和57年度から、市区町村が主体となり実施されています。

自己負担額については、実施主体である各市区町村や健康保険組合により異なるため、窓口にお問い合わせてください。

任意型検診の中には、5大がん検診の他に医療機関が独自の検診プランを用意しているため、自分の要望に合わせて幅広い検診も利用できます。

その他、罹患数の上位に膵臓がん、肝臓がん、前立腺がんがあります。この3つのがんは初期症状がないため、気づいた時には手遅れの場合があります。初期症状がみられ

ない部位については、通常の血液検査だけでなくエコーやCTなどの画像検査を併せることにより、正確で確実な検査をすることができます。

例えば、レントゲン検査では影のようなものが見つかるケースが多いですが、その影が何かを知るためにはCTを活用することにより、より鮮明で具体的な観察が可能となります。この例からしても、1つだけの検査で安心するのではなく、複数の検査を組み合わせることにより、早期発見と早期治療に取り組むことができます。

この他にも協会けんぽの生活習慣病予防健診や、各健康保険組合が実施している健康診断やドックもありますので、該当する方はそちらもおすすめします。

自宅に帰ると、自治体などから検診の案内封筒が届いていても、「忙しいから」や「職場から遠い」などの理由で行かない方も多いと思います。

これからの人生が大きく変わることもありますので、自分の身体の声を傾けてみる機会にしてみたいかがでしようか。

# 笑顔で「ただいま」を目指して



わかくさ竜間リハビリテーション病院の奥にある「介護老人保健施設竜間之郷」は、在宅復帰を目指す要介護者が“安心して在宅生活を過ごせるよう準備と支援を行う施設”です。定員は入所 100 名、通所 25 名。利用者さんの希望やご自宅の住環境を考慮した、安心できるアットホームな環境で在宅復帰を支援しています。

# 介護老人保険施設 竜間之郷 たつまのさと

大東市大字龍間 1595-7  
☎ 072-869-0076



## 人生をサポート！

わかこうかい

## 医療法人 若弘会

実績豊富な  
専門職チーム



竜間棟

竜間之郷

### 入所療養室(100床)



### 浴室



就労支援等の  
取り組みも

### 通所リハビリテーション



### デイケア部屋



## 医療が必要な方でも住み慣れた「家」で過ごせるサポート

ご自宅での療養生活をサポートする訪問看護ステーションは、小児から特定疾患、認知症のケア、悪性腫瘍等の緩和ケアまで対応しております。訪問看護に精通した経験豊富な看護師が在籍し、24時間 365 日看護師に連絡できる体制があり安心して在宅療養していただけます。終末期の看取り（在宅ターミナルケア）やリハビリテーションまで幅広い訪問看護を実施しています。

在宅で医療を受けられる利用者さんとそのご家族のご希望を聞かせていただき丁寧に対応させていただきます。

フットワーク軽く  
駆けつけます



## わかくさ大東 訪問看護 ステーション

大東市谷川 2-7-10  
☎ 072-873-6508

- 入浴 介助
- 医療 処置
- 認知症
- 終末期
- リハビリ

# わかかさ竜間 リハビリ テーション病院

大東市大字龍間 1580  
☎ 072-869-0116



**365日マンツーマン  
のリハビリ** ※回復期リハビリテーション病棟



## リハビリテーションで早期社会復帰



送迎バス JR住道駅・近鉄生駒駅  
シャトルバス JR野崎駅・若草第一病院

阪奈道路を上がってすぐ、緑の美しい生駒山中腹に位置する「わかかさ竜間リハビリテーション病院」。脳卒中や骨折など急性期の治療に引き続き、患者さんの社会復帰・在宅復帰のサポートを受けられる病院です。多職種の専門職チームが、一人ひとりの病状や障害に応じた最適なリハビリテーション・医療・ケアを行います。

### 3つの専門病棟 があります

#### 回復期リハビリテーション 病棟 (168床)

リハビリテーションを集中的に行う回復期リハビリテーション病棟

#### 療養病棟 (254床)

人工呼吸器や気管切開等、引き続き医療処置が必要な方のための医療療養病棟

#### 障害者病棟 (78床)

重度の障害の方のための障害者病棟の3つの病棟があります。

**合計 500床**

## あなたらしい 大東市の社会



### リハビリテーション 専門職

理学療法士 80名  
作業療法士 26名  
言語聴覚士 25名  
計 131名 ※2022.4.1現在

## 最新・オーダーメイドなリハビリテーション

一人ひとり症状は違い、退院後の生活もそれぞれです。多職種からなる専門職チームで、患者さん個別のリハビリテーションプランを立て、リハビリテーションを行います。また当院では、新しいリハビリテーション機器も導入しています。

※リハビリテーションは、病状等に応じて医師により必要と判断された方が、対象となります。



#### 理学療法室

起き上がる・座る・立つ・歩くといった基本的な動作を回復させるために、運動、温熱や電気刺激、動作訓練などを行います。



#### 作業療法室

日常生活での動作（排泄・入浴・着替え・整容・食事）や、家事・仕事・趣味等の応用的な動作の獲得を目指し、色々な作業や訓練を行います。



#### 言語聴覚療法室

「話す」「聞く」「考える」「覚える」といったコミュニケーションや、社会生活に関わる機能能力の向上を目的とした治療・訓練を行います。

## 「食」のリハビリテーション(摂食機能療法)



### 口から食べる喜びを 守りたい!

口から食べる力をとり戻すために、多職種で協力して、口力、飲み込み力、栄養面などの回復を目指します。

◀嚥下リハビリチーム 歯科医師、歯科衛生士、言語聴覚士、管理栄養士、看護師、事務職



# 花いろ通信

第7号

食事が選べる / メンズデイ・レディスデイあり / 入浴時間が選べる / 多彩な機能訓練 / 看護師常勤

## 選べるデイサービス

**明** けましておめでとございます。デイサービス花いろです。

今回は利用者様と一緒に買い物をするレクリエーション(不定期開催)についてお話をさせて頂きたいと思います。花いろにはご自身で歩ける方、手押し車で歩く方、車いすに乗る方と様々な方がおられます。買い物をしながら「これはどう?」「こっちがいいんじゃない?」など利用者様同士の会話があると私たちスタッフもほっこり。



てきたやつやでよ!」「これは〇〇さんが選んだやつやな」などの言葉が飛び交う楽しい時間となりました。花いろでは現在ご自身で買物に行けない状態であっても色んなことを思い出しながら、「以前」を少し振り返って頂けるような取り組みを心がけています。見学・体験は随時受け付け中! 一度是非お問い合わせください。あなたの「やってみたい」を私たちと一緒にやりましょう!

デイサービス **花いろ**  
☎072-814-5448

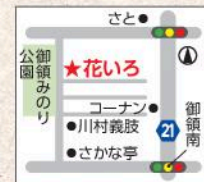
大東市御領1-7-30  
8:00-17:00 (休) 土日 ※冬期休業 12/30~1/3

スタッフ募集! 詳しくはお電話にてお問い合わせください。

YouTube



Instagram



レクリエーション  
お買い物編

お題: 書初めで何を書く?  
【後列】代表・柿塚利克さん 北条小・中、大東高校出身▶初日の出 寺地さん▶健康 正子さん▶富士山  
【前列】井上さん▶新年 黒滝さん▶三十路



どうせやるなら  
キレイにならなきゃ!



yoga salon lien ☎080-7151-6562  
大東市北楠の里町24-23 ウェルネス三界2F 年末年始休業 12/30~1/3

## 家族で過ごすお見送りの仕方。手作りでオンリーワンの「自宅葬」

もっと身近に 安心と納得の3プラン

近未来葬 音楽葬など	家族葬プラン 39.6万円・59.4万円・79.2万円 全て税込
火葬式一日葬	

直葬・火葬式・一日葬・近未来葬などご提案できます。  
▶障がい者の方々と共に福祉のお葬式  
お一人お一人の為に送りします。  
エンディングノートの書き方や終活などのお手伝いします。

無料受付中

資料請求 お見積りご相談

## エンディングライフサポート

☎ 0120-80-5787 年中無休24時間365日ご対応  
〒545-0052 大阪市阿倍野区阿倍野筋5-13-10-1002  
http://www.endinglifesupport.com

# 前田鍼灸接骨院の オンラインワンの プログラム③



発達障がい・自閉症などの  
症状が改善・成長へ！  
リセプター療法

## 前田鍼灸接骨院

072-873-7171  
大東市曙町2-8



大東おけいこフェス2023



診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00-12:00	○	○	○	○	○	※1	※2
15:00-19:00	○	○	×	○	○	×	×

※1 土曜 午前8:30-12:30 ※2 日曜・祝日 午前8:30-12:00  
日曜は月2回日曜・祝日診療のお知らせをご覧ください。  
年末年始休業 12/30-1/4

### 当

院の特徴は古くから伝わる東洋医学と最新の脳科学を取り入れた『新脳針』+3つのプログラム！

そのプログラムの一つ『リセプター療法』は子供から大人まで、スポーツ現場で指導するコーチやトレーナー、ニンブの発想を取り入れ、感覚統合療法の概念と運動リハビリの要素を組み合わせた画期的な運動療法です。身体に障がいがあったとしても、人の細胞や組織には刺激を受け入れる受容器(リセプター)があり、感覚や運動など外からの刺激は最初の情報としてリセプターで受け入れ、脳で記憶し、体幹・手足に情報が配信され動きやすい身体へと



前田為康 院長  
【書初め書くなら】明鏡止水

### 新脳針(しんのうしん)

頭皮に針を打ち微弱電流を流すことで脳神経を活性化します。

※3つのプログラム=リセプター療法・動作改善法・指頭感覚法

学習させる性質があるのです。当院では新脳針+3つのプログラムで脳性麻痺(CP)・脳室周囲白質軟化症(PVL)をはじめ各種遺伝子疾患、発達障がい・自閉症など、さまざまな症状を改善・成長へと導きます！



## 歯科医良好!!

#37

### ダイエットのはなし



秋葉 俊輔 院長  
【書初め書くなら】  
今年の本気出す

### 肥満

満は万病のもと。歯科分野においても例外ではありません。代表的なものと肥満のひきおこす糖尿病は、歯周病を悪化させます。肥満でおこる睡眠時無呼吸症候群は、歯科での気道確保用のマウスピースの適用になります。そもそも肥満で皮膚の厚い人は、お口を引っ張って奥歯の治療をするのも一苦労。結果思うように治療ができないことも多々あるのです。ひどい場合には体重で診療台が下がってきて理想的な治療姿勢がとれないことも。直接的間接的に、歯科でも肥満の影響は避けられないのです。

さて、偉そうに書きましたが、かく言う私も、去年の人間ドックで、いくつかの生活習慣病を、ドクターから笑顔でぼろくそに指摘されました。よくもそこまで悪し様に言えるものだと思心しました。

自分でもヤバイのはわかっていたので。開業後、近くにできたうどん屋で鶏天カレーうどんとライスを食べ続けた結果、学生時代68キロだった体重は86キロと、見るも無惨な有様になっていたのでした。

二日ほど考えないようにしていました。一応医療をかけたものの端くれです。このままではまずいと思い、ダイエットに踏み切りました。

最初の1か月で3キロほど簡単に痩せたのですが、そこでピタッと体重が動かなくなりました。若い頃とは違い、代謝が落ちてきているのです。意を決して、完全に糖質をカットする減量に切り替えることにしました。

生理学の話になりますが、脂肪は糖質と一緒に燃やされます。糖質がないと脂肪は非常にエネルギー効率が悪い燃焼になるのです。これを逆手にとって必要なエネルギーを燃費の悪いやり方で脂肪から取り出す、これが低糖質ダイエットです。

1日に許される糖質は50グラム以下、これは味噌や

なぎの入ったかまぼこすらダメなレベル。ひたすらブロッコリーやゆで卵、ささみなどを食べました。困ったのは昼食、近くの次郎系のラーメン屋でありえない注文をしました。「ラーメン野菜バカ増し油抜き麺抜きで」。ラーメン屋に喧嘩を売るような注文なので殴られるかと思いましたが、笑顔で作っていただけました。もはやラーメンですらありませんが、これがなければ乗り切れなかったといっても過言ではありません。

努力の甲斐あって、5か月で72キロまで落としました。痩せてイケメンになるかと思いきや、太ったぎりぎりのおっさんが、ただのぎりぎりのおっさんになっただけでした。患者さんには、病気かと思ったりといわれる始末。何か根本的に解決しきれいていないなあ、と思ったダイエット成功の顛末でした。



野崎駅前歯科クリニック

## 野崎駅前歯科クリニック

ADDRESS 大東市北条1丁目1-25

野崎駅前ビル2F

TEL 072-863-2118

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30-13:00	○	○	○	-	○	○
15:00-19:00	○	○	○	-	○	○

【最終受付】午前▶12:20 午後▶18:20 冬期休業12/29-1/3



社岡 恒美さん

ファイテンのおばちゃんがいっく!

vol. 44

がり↓たくさん販売させていた  
ただきました😊 効果の秘密  
はピンの形状と独自のメタッ  
クス加工! 価格もお手頃!  
それならと、お土産や  
プレゼントにとお一人  
でたくさん買われる  
方もいらっしやいま  
す。まだお試しいただ  
いていない方は是非、  
野崎や住道のファイ  
テンショップで実感  
してみてください😊

2023もファイテンシ  
ョップ大東店は地域の  
皆様がより若々しく元気に暮  
らせるように健康提案をして  
まいります。本年もどうぞよ  
ろしくお願い申し上げます。  
発売されてから1年以上が  
たってもクチコミで売れ続け  
ているのが「ファイテン デイ  
リーケア ヘアブラシ」です。  
3〜4回とかすだけでその部  
分がサラサラ・ツヤツヤにな  
ります! 昨  
ります! 昨  
年出店した  
スポーツの  
イベント会  
場でもお客  
様が毎回デ  
モンストレ  
ーションで  
驚かれ↓ク  
チコミで広

体験とクチコミでめっちゃ売れてます! ファイテン ヘアブラシ



門田 誠さん  
【書初め書くら!】  
「ラボー! ファイテン!!」



出張にもマイヘアブラシ&マイド  
ライヤーを持参しております! ^\_^



「ヘアブラシが良かったので!」と、  
ヘアケアグッズをファイテンに  
変えられる方が増えてきました!  
シャンプー・トリートメントやヘ  
アカラー・ドライヤー・ヘッドス  
パ等の健康家電までございます。

ファイテン デイリーケア ヘアブラシ  
1本 1,760円(税込)

「軽くて使いやすい!」「くせ毛もまとまりやすい!」  
「髪の毛が増えた!」等の喜びの声も多数!



まるで魔法の  
ブラシ! 動画  
でチェック↓



ファイテンショップ 大東店  
大東市南津の辺町23-33  
0120-510-169  
10:00-19:00 火  
【オペラパーク住道店】  
大東市赤井1-4-1 オペラパーク3F



お手伝い

2023年2月4日±  
GRAND OPEN

「寄り添い、つながる」体験型モデルハウス



オープニングイベント開催  
アンケートご記入で  
豪華商品が当たる!

新年明けましておめでとうございます。富田建設株式会社は2023年で創業110周年を迎えます。この節目の年に、トミタの家づくり舎・体験型モデルハウスをお披露目できる運びとなりました。家族みんなをつなぐ存在感のある土間。光や風を取り込み自然の移ろいを感じながら、まちとつながる吹抜・中庭。

また、この家は家族の成長、環境によって変化する暮らしを受け止め、一緒に変化する家なんです。この家の隠された機能や快適に暮らせる高性能の秘密をその目で確かめてみませんか?

360°カメラで覗いてみよう! →



2/6月~  
体験型見学会  
受付中

何が体験できるか  
お楽しみ!

この家の持つ「高性能で快適」な機能を体験できます。お気軽にご参加ください。

予約はコチラ →



ホームページ



Instagram



寄り添い、つながる家

私たちがご案内します!



書初めに何を  
書く?

前別  
後別

- 代表取締役 富田 泰富
- 和敬清寂(わけせいじゃく)
- 本田 更 ▶切磋琢磨
- 小原 令 ▶一生懸命 NEW
- 岩淵 豊 ▶暴飲暴食
- 伊藤 春洙 ▶大盛敬禁
- 北田 彩 ▶一期一会 NEW

大東おけいこフェス2023 協賛中

トミタの家づくり舎

https://tomita-iedukuri.com/

072-889-1483

大東市大野1-5-31(モデルハウス)

9:00-18:00

富田建設株式会社

072-872-1348

大東市大野1-4-4 月~金9:00-18:00



大東タイム見たで  
工事ご成約で  
3,000円ギフト券  
プレゼント  
2023年2月末まで有効



簡単WEB予約  
QRコード  
ホームページ  
QRコード  
Instagram  
QRコード

vol.19

大阪府知事許可認定店  
だから安心です

コバケンの  
あなたの  
人生に  
おじゃまします!



大東おけいこフェス2023 協賛中

お家のメンテナンス  
価格満足度  
**No.1**  
大東市・大東町エリア

小林 雅美 さん  
南郷小・諸福中出身  
【書初め書くなら】終始一誠意

# 明けましておめでとうございます! 2023年も大東市密着店として頑張ります!

2 022年も大東市の皆様  
にたくさんの工事依頼を  
頂き、感謝でいっぱい  
の小林建築株式会社代表取締役  
の小林です!

## 様々な工事

波板の交換から水回りの工  
事、住宅塗装はもろろん、屋  
根の葺き替え、増築、オール  
電化、さらにフルリフォーム  
まで。たくさんの工事依頼を  
頂きました。その中にはユニ  
ークな工事依頼もたくさん  
あり、家の悩みは百人百色  
色々あるのだなあと改めて思  
いつつも楽しく工事をさせて  
頂いております(笑)

## ワンストップ

あるお家で、木の抜根から  
ポストの取り付け、駐車場の  
拡張工事をさせて頂いた時  
「全部同じ人がやるんですね  
」とびっくりされました。私  
たちからすると一人の社員が全  
て工事するのは普通の事なの  
で驚かれることが面白いです。

## レポート・ご紹介

皆様最初の工事は多岐にわ  
たるのですが、一度携わらせ  
ていただくとレポートで他の  
工事注文をして頂くだけで  
なく、ご親族様もご紹介頂く  
お客様が多く、社員一同大変  
感謝しております。

## 地域密着

「大東市に特化し、地域密着

何でも丁寧「適正価格」を  
モットーに今年も全力で大東  
市の皆様のお役に立てるよう  
に頑張ります!

こんな小さい事でも大丈夫  
ですか?とよく聞かれますが  
大きい小さいは関係ありません!  
ぜひあなたのお家のお悩  
み事をお聞かせください。

そして今年には当社のショ  
ールームをオープン予定!場  
所は地元の方だとすぐわか  
る場所。昔はパン屋や、本屋  
リサイクルショップなどが入  
っていた国道沿いの建物です  
分かった方はコバケンまで  
(笑)。

今年も小林建築株式会社こ  
とコバケンをどうぞよろしく  
お願い申し上げます。

各種リフォーム 防水工事 エクステリア 外壁塗装

**小林建築株式会社** お手伝い

☎ **072-813-5421**

📍 (本社)大東市新田本町2-33

🕒 9:00-19:00 年末年始休業 12/28-1/5

🏠 不定休 緊急工事の場合は要相談

大阪府知事許可(般-3)第157398号



スタジオ オンライン

ヨガで静かなココロ。  
ヨガで穏やかなキモチ。

予約不要

1/3必 **チャリティ** やまヨガ+初詣 参加無料  
9:00 四條畷神社石段下の鳥居前集合→飯盛山山頂→野崎観音GOAL!

子連れOK!  
産後ママヨガクラス必11:45 参加無料  
子育てスマイルサポート券使えます!

大東おけいこフェス2023 協賛中

大東タイム見たで  
入会金 3,000円  
→**無料!!**  
2023年2月末まで有効

ヨガスタジオ **ARYA**  
☎ **090-3942-3966**  
📍 大東市大東町(氷野小すぐ)  
🕒 レッスン時間はQRでチェック

住道 ヨガアリーナ インストラクター 森 美鈴 【書初め書くなら】花

まずは **クーポンあり** 1回 2,000円 オンライン 水曜 21:30~22:00  
スタジオ体験! 3回 5,000円 **無料クラス**

大東タイム見たで  
入会金 3,000円  
→**無料!!**  
2023年2月末まで有効