♥読み聞かせボランティア〝てぶくろ〟のお話し会「絵本の読み聞かせと紙芝居」が2月22日(土)14時～15時、厚別図書館・1階お話室(厚別区役所併設)で開かれる。入場無料。当日直接会場へ。おはなしは当日のお楽しみ。問／同図書館☎894－1590。

◆新鮮野菜や素材にこだわったスイーツ、光塩学園調理製菓専門学校の生徒が作った食品などを販売する「WAKU WAKU MARKET vol.5」が2月27日(木)10時30分～19時、札幌駅前通地下歩行空間チ・カ・ホ(地下鉄さっぽろ駅、大通駅直結／憩いの空間)で開かれる。入場無料。問／㈱朝日サービス☎231－1254。


# 内臓脂肪が気になる方!

## お茶を毎日摂取して内臓脂肪低減効果を検証する 食の臨床試験に参加してみませんか?

ご家族での参加も可能です!!

※イラストはイメージです

**臨床試験の内容**
柑橘成分を配合したお茶、または柑橘成分の入っていないお茶を12週間継続して摂取することによる内臓脂肪低減作用の検証を目的としています。
※柑橘成分は色・味・香りを持たないため、柑橘成分が入ってるかどうかは見た目や味からはわかりません
※試験では握力や下肢筋力の測定、CT検査での内臓脂肪の測定を行い、その結果もお知らせします

**試験で使用する食品と摂取方法**
【試験食品】被験食品(柑橘成分配合茶粉末)又はプラセボ食品(柑橘成分を含まない茶粉末)のどちらか
【摂取方法】毎日1回2包を200mlの水またはお湯に溶かして飲む

**参加条件**
●年齢35歳以上74歳までの日本人の男女
●LDLコレステロール(悪玉コレステロール)がやや高めの方
※1年未満の健康診断の結果をお聞きします
●BMI(肥満の指標)が23以上30未満の方
※BMI＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

**参加できない方**
●脂質異常症、糖尿病により医師による治療、投薬、生活指導を受けている方●ペースメーカー、除細動器を使用されている方●握力測定及び下肢筋力測定に協力できない方●その他、生活習慣等により参加できない場合があります

説明会/事前健診、本試験検査全てにご参加いただいた方には試験協力費(最大22,000円分の商品券)をお渡しいたします

**説明会・事前健診** 要予約
日程：3月4日(水)・5日(木)・6日(金)・7日(土)
各日9時30分～
所要時間は約3時間半
時間：【受付】各回とも 9:00～9:15(開場8:50)
※当日は、必ず健康保険証をご持参ください
定員：各回35名前後(計150名)
※お申込みは「説明会」「事前健診」への参加と「2回のCT検査」を受けられる方、本試験のいずれかの日程で3回全てに参加できる方が対象となります
※同意された方は説明会の後に事前健診(採血、身長・体重測定、アンケート等)を行います
会場：北海道情報大学 札幌サテライト
札幌市中央区北3条西7丁目1 緑苑ビル4階(中村屋旅館と同じビル)

**本試験(検査日)**

| 日程 | 1回目 | 2回目 | 3回目 |
|---|---|---|---|
| A日程 | 4/23(木) | 6/4(木) | 7/16(木) |
| B日程 | 4/24(金) | 6/5(金) | 7/17(金) |
| C日程 | 4/25(土) | 6/6(土) | 7/18(土) |

※A、B、Cの日程からいずれかを選択していただきます。3回全てに参加していただくことが条件となります
会場：豊水総合メディカルクリニック 会場4階
札幌市中央区南7条西2丁目1番4

**CT検査**

| 日程 ※いずれも水曜・日曜・祝日を除く午前中 | |
|---|---|
| 1回目 | 4月11日(土)～5月1日(金) |
| 2回目 | 7月9日(木)～27日(月) |

会場：本学が指定する医療機関(中央区)となります

〈受付期間〉2月20日(木)～3月2日(月)まで
お申込み
電話受付 ☎011-385-4430(平日9時～17時)
FAX受付 WEBからFAX専用用紙をダウンロード
WEB受付 http://healthy.do-johodai.ac.jp
※2/20は10:00からWEB受付開始となります
現在の身長・体重、最近1年以内のLDLコレステロールの数値がわかるものを準備してお申し込みください

学校法人 電子開発学園
HIU 北海道情報大学 Hokkaido Information University
～食品の健康機能を科学的に評価する学術拠点～
健康情報科学研究センター
〒069-8585 北海道江別市西野幌59番2


# 注目テレビ

番組内容、放送日時などが変更になる場合があります

左から西川遥輝選手、中島卓也選手

◆FFFF(エフファイブ)「西川遥輝×中島卓也スペシャル対談」／HTB(北海道テレビ放送)2月22日(土)朝9時30分～9時50分＝HTB制作＝今シーズンキャプテンに就任した西川遥輝選手と、FA権を行使せず、新たに3年契約を結んだ選手会長の中島卓也選手。ファイターズが誇るイケメン2トップのスペシャル対談を送る。理想のリーダー像や、昨シーズン苦しんだ盗塁についてなど野球の話から、結婚観まで、互いにツッコミ合いながら繰り広げるトークは必見。後半では今シーズンのテーマを、それぞれフリップに書いてもらったが、そこには意外な言葉が並んでいた。

◆ダーウィンが来た!「さかなクンと解明!クロマグロ ウワサの真相」／NHK総合テレビ2月23日(日)19時30分～19時58分＝世界に8種生息するマグロのうち、最も冷たい海域まで広く回遊し、最も大きく成長する海の王様「クロマグロ」。日本人にとって人気も知名度もナンバーワンの魚だが、ウソかまことか怪しいウワサもたくさんあふれている。「止まると死んでしまう」「昔はネコもまたいで歩くと言われるほど人気がなかった」「最高時速160キロで泳ぐなど」。こうしたウワサは本当なのか？各地の市場や水族館でクロマグロの泳ぎの極意や体の構造を最新の撮影機器も使って徹底解明。絶滅危惧種・クロマグロの知られざる真実の姿を、さかなクンとウワサの真相を探る

さかなクンとウワサの真相を探る

◆ファミリーヒストリー「フジコ・ヘミング～母の執念 魂のピアニスト誕生」／NHK総合テレビ2月24日(月)19時30分～20時42分＝ピアニスト、フジコ・ヘミングさんは日本人の母とスウェーデン人の父との間に生まれた。ドイツで暮らしていた一家は、第二次世界大戦の前、日本にやってきた。しかしまもなく、両親は不仲になり、父は一人、日本を離れた。戦後、母はフジコさんをピアニストにしようと、女手ひとつで懸命に働く。しかし母は、フジコさんが成功を夢見ることなく亡くなった。フジコさんが弾くピアノの音色とともに壮絶な歳月が浮かび上がる。

フジコ・ヘミング

## TV映画ラインUP

**STV(5)**
金曜ロードSHOW! 21時
▼2月21日声・石橋陽彩「リメンバー！ミー(17・米)」

**HBC(1)**
ウィークエンドシネマ25時55分
▼2月21日深夜ジェシー！アイゼンバーグ グランド・イリュージョン(13・米)

**TVh(7)**
日曜イベントアワー 13時55分
▼2月23日ドウェイン・ジョンソン ファースター 怒りの銃弾(10・米)
NHK BSプレミアム
プレミアムシネマ(昼) 13時
▼2月21日トロイ ドナヒュー「遠い喇叭(らっぱ)(64・米)▼22日小泉今日子「グーグーだって猫である(08・日)※14時30分～▼24日リーアム・ニーソン「シンドラーのリスト(93・米)▼25日アンジェリーナ・ジョリー「アンジェリーナ(08・米)▼26日寺尾聰「阿弥陀堂だより(02・日)▼27日塚本晋也「野火(14・日)」
プレミアムシネマ(夜) 21時
▼2月24日大沢たかお「世界の中心で、愛をさけぶ(04・日)」
※番組内容、放送日時などが変更になる場合があります(2月14日現在)

所得税と消費税の特徴や税の仕組みについて
## 今、気になる!!私たちの暮らしと税金

2月29日、北海道立図書館
北海道金融広報アドバイザーの白川京子氏を迎える、講座「今、気になる!!私たちの暮らしと税金」が2月29日(土)午後2時～3時、北海道立図書館1階研修室(文京台東町4)で開かれる。参加無料。定員は先着20人。申し込みは2月26日(水)まで。
私たちの納めた税金はどのように役立っているのか―ほか、所得税と消費税の特徴、税の仕組みについて解説。修正申告などについても話してもらう。
申し込み・問い合せ／同図書館☎386－8522。

## 道内のイベント

「きこり丸太レース」(中川町)

**小樽多喜二祭～2020 没後87周年～**
2月22日(土)奥沢墓地、小樽市民センター・マリンホール。作家・小林多喜二をしのぶ催し。11時～11時45分は「多喜二」が眠る奥沢墓地(奥沢5丁目)で墓前祭。10時にJR小樽駅前を発つ送迎バス運行。集合場所にのぼり旗あり。往復500円／先着。14時からマリンホール(色内2丁目)で「記念のつどい」開催。参加費1200円。バイオリン演奏と、元文部科学省事務次官で現代教育行政研究会・前川喜平代表による記念講演。同実行委・大地(おおち)さん☎080－6099－1815。

**第7回中川町きこり祭(まつり)**
2月23日(日・祝)10時～15時、中川町保健センター前広場。昔の林業道具「とび」「がんた(木回し)」「ぱち」を使って丸太を引っ張る「きこり丸太レース」や、林業体験などで昔のきこりの仕事を体験できるお祭り。「イケメンKIKORIコンテストや雪遊び、地元工芸家などの木工品や樹皮細工の販売、飲食ブースも。同実行委員会事務局(中川町産業振興課)☎01656－7－2816。

**第9回鹿部たらこ祭り**
2月23日(日・祝)11時～14時、しかべ間歇泉公園。町の特産品・タラコを思う存分楽しむお祭り。新物のタラコや加工品、グルメ販売のほか、タラコをこよなく愛する"クチビル"を競う「たらこクチビル世界選手権」(当日参加OK)、音楽ライブなどが行われる。鹿部商工会青年部☎0137－7－3344。
日程などが変更になる場合もありますので、事前に確認の上お出かけ下さい。

新物のタラコ販売ほかグルメも(鹿部町)

**札幌徳洲会病院が医療講演会**
## 腰痛、乳がん、施設・住宅選び、白内障ほか

2月27日厚別区民C、28日青葉会館
札幌徳洲会病院の医療講演会が2月27日(木)、厚別区民センター2階会議室A(厚別区役所併設)で、28日(金)青葉会館第1会議室(青葉町3丁目2－26)で開かれる。いずれも午後2時～4時。参加無料。直接会場へ。
27日は▽理学療法士がどうしても伝えたい腰痛の基本」…講師はリハビリテーション科副主任・理学療法士の垣見尚宏氏。▽「乳がんについて～検診から手術・再建まで～」…講師は外科・乳腺外科医長の長尾知哉氏。28日は▽「高齢者の施設・住宅の選び方のポイントを教えます！」…講師は徳洲苑しろい住宅管理室長の増本千恵氏。▽「白内障・緑内障・黄斑変性症について」…講師は視能訓練士の吉安謙太氏。
問い合わせ／同病院地域広報室☎890－1675。

**新札幌豊和会病院が医療公開講座**
## 下肢静脈瘤 最新の治療法

2月28日、厚別区民C
ふくらはぎや太ももの血管が浮き出ていたり、細い血管が赤く浮き出ていたりするのを見たことがありますか？これらは血液の逆流により血が溜まり、血管が徐々に拡張して瘤(こぶ)のようになってしまう下肢静脈瘤(かしじょうみゃくりゅう)です。血液が逆流すると聞くととても怖い印象がありますが、自覚していないうちに下肢静脈瘤になっている方がとても多いといわれており、よく見られる病気でもあります(案内より)――新札幌豊和会病院の医療公開講座「下肢静脈瘤最新の治療法」が2月28日(金)午後3時～4時、厚別区民センター2階会議室A(厚別区役所併設)で開かれる。参加無料。当日直接会場へ。
講師は同病院の北川真吾病院長(医学博士)。
問い合わせ／同病院☎893－7000。

**野幌地区地域健康づくり推進員会が健康づくり教室**
## やさしい筋トレと体力測定

2月27日、江別市民体育館
江別市に住んでいる人を対象とした、えべつ市民健康づくりプラン21の「健康づくり教室～やさしい筋トレと体力測定～」が2月27日(木)午前10時～11時40分、江別市民体育館体育室(野幌町9、イオンタウン江別ショッピングセンター隣り)で開かれる。参加費は100円(傷害保険料を含む)。当日午前9時50分までに会場へ。主催は野幌地区地域健康づくり推進員会。
講師は江別市スポーツ振興財団指導員。簡単な体力測定(握力、長座体前屈、開眼片足立ち)で現在の体力を確認した後、家庭でもできる筋トレ・ストレッチを学ぶ。上靴、外靴を入れる袋、汗拭きタオル、飲み物を持参し、動きやすい服装で参加を。
問い合せ／江別市保健センター☎385－5252。

**道立消費生活センターと札幌弁護士会が住宅の無料相談**
## 特別相談「住宅トラブル110番」

2月29日、北海道立消費生活
北海道立消費生活センター相談員と札幌弁護士会の弁護士が住宅に関するトラブルの相談を受ける、特別相談「住宅トラブル110番～賃貸・リフォーム・修繕など～」が2月29日(土)午前10時～午後3時、同センター(北3西7、北海道庁別館西棟2階)で開かれる。電話相談の番号は☎2071－0274(当日のみの特設電話。通話料は相談者負担)。面談相談は2月28日(金)までに事前申し込みを。
サービス付き高齢者住宅を退去したが、敷金が返却されない、賃貸マンションの雨漏りで住める状態ではないにも関わらず、大家が修繕してくれないので契約解除したい。今までの家賃を返金してほしい…などの相談に応じるという。
面談予約・問合せ／同センター☎221－0110。


4/1新規オープン 園児募集
認可予定の小規模保育所 夢ふうせん
0～2歳児 ＊対象＊　病児保育 ＊併設＊
〈園児募集要項〉
●対象／0歳児・1歳児・2歳児　●定員／19名
●開園曜日／月～土曜日(日・祝・年末年始は休み)
●開園時間／7:00～20:00まで対応可
●保育料／お子様の年齢により決定
〈園の方針〉
●小規模で家庭的な環境の中、個々に応じた保育を展開します。
●安全・安心を心がけ、心身の伸びやかな成長を見守ります。
ここです
3/20(金祝)・21(土)・22(日) 見学会開催!〈各10:00～16:00〉
株式会社 エムリンクホールディングス
まずはお気軽にお電話ください!
小規模保育所 夢ふうせん ☎0120-090-667
〒067-0023 江別市東光町12-8内 http://www.e-mlink.co.jp/ 〈担当／尾﨑・竹端〉

壁掛け時計 各種取り揃えております。
金・プラチナ お売り下さい すぐ現金!!
どこよりも高率で安心のシステムです
※印鑑・身分証明をお持ち下さい。
詳しくは当店までお問い合わせ下さい。
腕時計の電池交換
通常腕時計 700円(税込)
特殊A 高級ブランド、G-SHOCK等 1,000円(税込)
特殊B 超高級ブランド、パーペチュアルカレンダー等 1,500円(税込)
電池交換ポイント、5ポイントで1個サービス!
※分解掃除、その他修理いたします。詳しくは店頭にてご確認ください。
ジュエリーリフォーム 一級技能士が1つずつていねいにお作り替えいたします。
PayPay スマホひとつでカンタンお支払い! PayPayが使えるようになりました。
電池交換・買取はお待たせすることがあります。大変申し訳ございませんが時間に余裕を持ってお越しください。
時計 宝飾 サンピアザ店 札幌地下街本店(ポールタウン) ☎011-231-0606
札幌市厚別区厚別中央2条5丁目サンピアザ2F ☎011-890-2562

介護職員 初任者研修 受講生募集 (旧ホームヘルパー2級)
研修日時 〈日曜コース〉2月23日(日)～5月10日(日) 期間中日曜の9:00～18:00(全12日)
〈平日コース〉4月1日(水)～5月27日(水) 期間中月・水曜(週1～2回)の9:00～18:00(全12日)
講習会場 江別市民会館 江別市高砂町6番地(JR高砂駅から徒歩10分) 無料駐車場有
受講料 42,000円(テキスト代込・税込) 定員 15名
事前に欠席の申し出があった場合、やむを得ない事由による欠席等の※補講は札幌会場または江別会場で行います。 補講は無料で行います。
◆当センター介護職員初任者研修講座は一般教育訓練給付制度の指定講座です。
◆介護職員初任者研修修了者を受講対象者とする介護福祉士実務者研修講座(受講料総額56,600円)は、江別会場・岩見沢会場・札幌会場にて、通次開講致します。
事前説明会を開催します ●参加自由●
〈日時〉3月23日(月)13:00～14:00 〈会場〉江別市民会館
下記までお気軽にご相談ください。案内書を無料送付いたします
アイスマイル研修センター ☎011-200-9012
㈱アイスマイル 札幌市中央区南10条西10丁目1-20さくらビル4階 【介護職員初任者研修事業者指定番号:石保社第1927号】【介護福祉士実務者研修事業者指定番号:福祉第3140号】【一般教育訓練講座指定番号:012611610033】
kensyu@ismile-s.com アイスマイル研修センター 検索



雨もり・すがもり・雪害等
屋根のトラブル解消!!
安心できる工事は、安心できる業者選びから!
「屋根・壁などのトラブルで悩んでいてもどこに頼んでよいのかわからない…」
気軽にお電話下さい!
「まんまる新聞」配達圏内、近郊 調査・見積り 無料!
屋根工事一式・建築板金・建築塗装
MEIWA
明和装業
南幌町南12線西13番地 TEL011-378-7555
TEL090-6995-9458
ホームページQRコード
meiwasougyo.com

プライベート英会話レッスン生徒募集
一般英会話 ビジネス英会話 受験英語 小中学生向け英語
弱点を克服し、目標に向かって進みましょう!
◆ご希望により、英文学(シェイクスピア等)、英文校正、英語論文執筆のお手伝いもします◆
〈講師〉ファティマ・コンドーカ(女性)
北海道大学大学院出身、英語講師は10年以上のキャリアがあります。
〈料金〉月2回(1時間レッスン) 8,000円～
日時はご希望に沿えるよう柔軟に対応いたします。
教室は札幌駅北口近くです。
〈連絡先〉090-6875-2369 または 011-728-7930
札幌市北区北14条西3丁目
http://fatema-english.com

「防ごう老後破産」無料相談会
講師 アクサ生命保険株 フィナンシャルプランアドバイザー 桑原 良平
内容 15分間のミニセミナーと、終了後アンケートにお答えいただきます
老後の不安・介護の不安・教育費の不安 住宅ローンの不安…
江別会場 予約不要 直接会場にお越しください
3/8(日) 10:00～19:00 ※30分間隔で開催します
江別蔦屋書店 知の棟2F 文化教室(江別市牧場町14-1)
厚別会場 要予約 事前にご予約ください
3/9(月)▶14(土) 10:00～13:00
新さっぽろデュオカルチャースクール(厚別区厚別中央2条5丁目6-3 デュオ-2 4F)
厚別会場のご予約はこちらから⇒
アクサ生命保険株 ☎011-207-0661 札幌FA社 携帯090-1304-1745(担当:原田) 札幌市中央区北二条東4丁目1-2 サッポロファクトリー三条館5F AXA-C-191226

美容室 ファイン fine
白髪染めにはヘナカラー ¥5,000
ひとりでやってるので予約をお願いします。
TEL.884-3902
清田区平岡公園東1-12-8
●受付時間／10:00～18:00
●定休／火曜・第3水曜

| | |
|---|---|
| カット | ¥4,000 |
| 中高生カット | ¥2,800 |
| 小学生以下カット | ¥1,800 |
| カラー | ¥5,000 |
| パーマ | ¥8,000 |
| 縮毛矯正 | ¥18,000 |

美容室ファイン 全メニュー クーポン券 10%off
至新札幌 ゲオ マクドナルド ここです 厚別中央通 至国道36号線

安心の点検をしましょう!!
保険の相談店 オフィスzen
損害保険トータルプランナー:山﨑 善仁(厚別区在住)
損害保険 生命保険
まずはご相談ください
☎011-876-9922
「まんまる新聞見た」とお話しください
三井住友海上・三井住友海上あいおい生命 代理店
札幌市豊平区平岸2条6丁目1-14三慶ビル1階 FAX011-876-9933
入っていますか? 地震保険 詳しくは、お気軽にお問合せ下さい

真宗大谷派(お東) 智徳寺
厚別区厚別中央3条4丁目8-20(厚別警察署向かい)
◎JR新札幌駅 徒歩3分◎
納骨堂 見学受付中
各種、納骨壇を設置しています
永代納骨制度あります
※門徒(檀家)登録が必要となります
まずは、お電話にてお問合せ下さい
【9:00～16:00】(土・日・祝日も対応)
(宗教法人智徳寺 平成26年1月30日 札保生許可第6号)
☎011-891-2405

感動のピカピカ再生工事専門店 買い替えは最後の手段です。
汚れ ひび割れ 水漏れ等
あきらめていた浴室やキッチンをコーティングやフィルム貼りで綺麗によみがえらせます!
信頼・安心の技術力 エール工法
バスタブやタイルなどを一切交換せずに、コーティングするだけで殺菌&リニューアル!浴室をピカピカにすることができ、毎日のお手入れもラクになりますよ!
相談無料
有限会社 作城工務店 ふろいち 札幌江別店
エール工法 ふろフェッショナル・リニューアル施工店 江別市大麻泉町33番地58
☎011-382-3351
ふろいち 検索 http://www.furoichi.com/

遺品整理・生前整理 福祉整理・単身引越
買い取り可能品は積極買い取り!
不用品適正処分致します
各地方自治体の一般廃棄物処理業者と連携して適正に処分。不法投棄・不法堆積は致しません。
その他便利屋業務もおまかせください!!
便利屋江別 なんでも屋
厚別区厚別南3-15-6
0120-332-393
https://benriya-ebetsu.com

廃車 事故車 買取
お車処理はお任せ下さい!!
◇適正処理◇
◇100%買取◇
自動車リサイクル法に適応した自動車解体業の専門業者なので安心してお任せ下さい。
※お車買取にはリサイクル券の添付が必要となります。
ホームページにはお得な情報もございます。ぜひご覧下さい。
㈱井上車輌
江別市角山215番地68
☎389-3733
〈日・祝休み〉
inoue-n@ssg.gr.jp
http://inouesyaryou.com
自動車解体業許可番号 20013000115号

生徒募集
無料体験レッスン有り
☆ピアノ・ギター・ドラム
☆発達に支援が必要なお子様のゆっくりコース
○月謝5,000円より
中古ピアノ 高価買取・販売
★査定無料★
音楽教室ニノ
大麻東町15-18
☎387-1536
不在時は090-1642-2089(松本)へ

買取・処分・お引越し
●ご家庭まで伺います
見積無料!
◆不用品を整理したい時
◆店舗・事務所の移転・閉店時
◆引越しをお考えの時
まずはお電話下さい
売れるものなら何でも買取!
かたづけ・処分も致します(有料)
もったいない倶楽部
㈲マルケー物流
厚別区厚別南5-9-17
☎802-3993


# みんなの暮らしの情報

## くらしのミニ情報

民謡始めませんか?
江別市内各所で昼、夜サークル活動中。三味線、尺八、太鼓サークルもございます。会員募集中。連絡／津澤まで☎386－6666。

**ミニ情報コーナーへのお申し込みは…**
【申込方法】①FAX②郵送③お持ち込み④メール(info@manmaru-sinbun.com)のいずれかでお申し込みください。
【受　付】月～金曜日の10時から17時まで。
【料　金】企業・個人事業等広告の場合は1枠5行6,000円(税別)、個人、サークルなどは1枠5行3,000円(税別)。
※掲載にあたっては当社の審査があります。
※求人、求縁、金融は掲載できません。

少部数でも地域限定でチラシ折込みができます!!
お問合せ [まんまる新聞]くらしの新聞社
☎892-4110・FAX892-4116