一週間の暦

3月27日(金)	旧3月4日 赤口	月出 6:57 日出 5:26 月入20:34 日入17:55	月齢 2.7
3月28日(土)	旧3月5日 先勝	月出 7:22 日出 5:24 月入21:35 日入17:56	月齢 3.7
	1979年、アメリカ・スリーマイル島で世界初の原発事故が起きた		
3月29日(日)	旧3月6日 友引	月出 7:51 日出 5:22 月入22:37 日入17:58	月齢 4.7
	1952年、阿寒湖のマリモが国の特別天然記念物に指定された		
3月30日(月)	旧3月7日 先負	月出 8:24 日出 5:20 月入23:39 日入17:59	月齢 5.7
3月31日(火)	旧3月8日 仏滅	月出 9:04 日出 5:18 月入--:-- 日入18:00	月齢 6.7
4月1日(水)	旧3月9日 大安	月出 9:52 日出 5:17 月入 0:39 日入18:01	月齢 7.7 (上弦)
	エイプリルフール		
4月2日(木)	旧3月10日 赤口	月出10:49 日出 5:15 月入 1:35 日入18:02	月齢 8.7

くらしの新聞 Green Town グリーンタウン

週刊 まんまる新聞

発行所 くらしの新聞社
〒004-0055 札幌市厚別区厚別中央5条4丁目3-4(JR厚別駅前)
電話(代) 011-892-4110　FAX 011-892-4116
http://manmaru-sinbun.com
e-mail:info@manmaru-sinbun.com
次回発行／4月3日(金曜日)

適切なメンテナンスで快適な眠りを
打ち直しで布団も春の衣替え

衣替えの季節が近づいてきた。衣類などと合わせて、冬物の寝具も衣替えするタイミング。江別市の「岸本ふとん店」(大麻東町13－9)で、適切な寝具の手入れ方法を聞いた。

「春先になると、昔は綿布団の打ち直しをする家庭が多かった」と同店の岸本佳廣社長。一般的に綿布団は、綿が片寄ってきたり、弾力がなくなってきたところで「打ち直し」をすることで、新品同様に再生する。3～5年ごとに打ち直しをすれば、20年近く新品同様に使用することができる。

昔ながらの綿の布団と聞くと、「重たい」「硬い」などのイメージを持つかもしれないが、適度な弾力があり、身体をしっかり支えるため、腰痛を気にする人や子供にも適している。大量生産ができる羊毛やポリエステルの敷布団は安価だが、木綿100%の包まれるような寝心地は望めない。さらに打ち直しができないため、へたりがきたら基本的には使い捨てとなる。

最近の綿布団は、品質はそのままに綿の量を調整して日常使いに苦労しない程度まで軽量化されている。汗をしっかり吸収し、保温性にも優れている綿布団は、今も昔も眠りと寝具の重要性を知る布団屋が推奨する寝具のひとつ。体にやさしい植物天然素材なのも安心だ。ベッドのマットレスの上に敷くのもおすすめという。「こまめに日干しすれば(本州では毎日2時間日干しするのが一般的)、ぐっすりと眠り気持ちよい朝を迎えられますよ」と岸本社長。

同店の綿布団は3万円台から、羽毛掛布団は4万円台から取り揃えている。打ち直しは、自社工場での施工のため通常より安く、1万円前後から。羽毛布団のリフォームにも応じている。

問／岸本ふとん店☎011－386－8322。

昔ながらの綿布団のメリットを語る岸本社長

休校中の子どもたちの読書についての講習会開催
本と読書について 荒井宏明氏が講演

3月28日、大麻第二住区会館「こんなときこそ本を読ませてあげたい。でも、なにをすすめたらっ?」と考える大人たちをサポートする、本と読書についてのレクチャー「休校中の子どもたちの読書についての講習会」が3月28日(土)午後1時～2時、江別市大麻第二住区会館(大麻東町13－38)で開かれる。参加無料。当日直接会場へ。主催は大麻銀座商店街振興組合と一般社団法人北海道ブックシェアリング。共催は江別市商店街振興組合連合会。

荒井宏明代表理事

講師は、北海道ブックシェアリングの荒井宏明代表理事。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予期せぬ長期休暇となった子どもたちの読書をテーマに講話。「子どもが選ぶ本に文句を付けない」「自由に遊ばせる」といった大人が取るべき行動や「物語」だけでなく、防災や社会との接点、ドキュメントなどの「非物語」にも興味を持つ子どもたちが多いことなどを伝えるという。

問／北海道ブックシェアリング☎011－378－4195。

100円古本市、絵本、児童文学作品販売
大麻銀座商店街 ブックストリート

3月28日、10時～16時

本の魅力を再発見できるイベント「第50回大麻銀座商店街ブックストリート」が3月28日(土)午前10時～午後4時、江別市大麻銀座商店街(大麻東町13)で開かれる。主催は大麻銀座商店街振興組合、一般社団法人北海道ブックシェアリング、共催は大麻第二住区自治連合会。

「本」をテーマに商店街のにぎわいづくりや「顔の見える地域交流」を創出するイベント。全国でも類を見ない「毎月1回開催される本のお祭り」は2015年12月からスタートした。第50回は2月29日に予定されていたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期となっていた。

当日は、約2000冊の古書を1冊税込み100円で販売する「100円古本市」や、2019年に出版された絵本からさっぽろブックコーディネートが選んだ5作と児童文学5作、「本と食」に関するエッセイなどが販売される。

また、午後3時～4時には、「北海道ブックフェス公開ミーティング」も開催。本にまつわるイベントに興味がある人の参加を歓迎している。

問／北海道ブックシェアリング☎011－378－4195。

明治期に伝統工法で建てられた商家を巡る
北海道開拓の村 たてもの観察会

4月25日、10時～11時

北海道開拓の村のたてもの観察会①「明治の商家の造作様式」が4月25日(土)午前10時～11時、同村(厚別町小野幌50－1)で開かれる。大人(大学生以上)が対象で、定員は20人。料金は入場料金のみ(当日の料金は一般800円、大学生600円、65歳以上無料)。事前申し込みを。

毎回テーマを変えて、建造物の伝統工法建築に関する解説を踏まえながら、建造物の構造や仕組みを観察する。

今回は、明治期に伝統工法で建てられた商家の「旧三マス河本そば屋」「旧武井商店酒造部」「旧武岡商店」をめぐり、それぞれの店舗部分や住宅部分の構造を比較する。講師は、北海道古民家再生協会理事長の江崎幹夫氏。

申・問／同村☎011－898－2692。

旧三マス河本そば屋

豊平川上空ほか、400匹の鯉のぼりが泳ぐ
定山渓温泉で 渓流鯉のぼり

4月1日～5月6日

定山渓の春の風物詩「第34回定山渓温泉渓流鯉のぼり」が4月1日(水)～5月6日(水・休)に行われる。南区定山渓の温泉街を流れる豊平川上空などを約400匹の鯉のぼりが泳ぐ。

鯉のぼりは、道内の家庭で不要となったけれど、大切な思い出の詰まった物を使っている。温泉街中心部にある月見橋からがビューポイントだという。

問／定山渓観光協会☎011－598－2012。

温泉街の豊平川上空などを泳ぐ鯉のぼり

～まんまる新聞は無料です～
3月27日号発行配達部数
江別市域 49,983部　厚別区域 61,189部
(清田区平岡公園東、北広島市虹ヶ丘・西の里含む)
合　計 111,172部
配達モレがございましたら、お気軽にご一報下さい

昨年、大好評の富山ブラックが期間限定の大復活!
4/1(水)から 富山ブラック 800円+税
「富山ブラック」は富山県富山市のご当地ラーメン! 名前の通り、黒に近い濃い色の醤油スープが特徴。ご飯との相性もバツグンな魅力の1杯です!
3/28(土)・29(日)限定クーポン 「富山ブラック」税込700円 ※江別店のみ有効 ※1枚1グループOK ※他券・他サービス併用不可
4/10(金)までOK! ディナークーポン 18:00以降は、お会計から200円引き ※江別店のみ有効 ※他券・他サービス併用不可
らーめん専家ラピタ 羅妃焚 江別店
江別市幸町33 駐車場有 年中無休 通常営業時間 11:00～23:30(L.O.23:00) 国道12号線沿い
TEL.011-381-1129

完全個室の相談室完備
この街の 頼れる法律事務所を 目指します

弁護士 成田 騎信(札幌弁護士会所属)
離婚　遺産分割　交通事故　借金　生活上のトラブル全般など
＼お気軽にご相談ください／
初回相談料 1時間 5,500円
のっぽろ法律事務所 NOPPORO LAW OFFICE
☎011-807-7675
受付時間/平日9:00～20:00 ※土日、夜間のご相談にも対応いたしますのでご相談ください
北海道江別市野幌町37-7 レーベン野幌201 駐車場 近隣のコインパーキングをご利用ください

新品夏タイヤ ホイールセット 今がお買得! 大特価!
軽自動車専用 ワゴンR・ekワゴン・デイズなどに
ヨコハマ ES31 145/80R13 4本37,200円(税別)
海外夏タイヤ・ハンコック 155/65R14 4本37,000円(税別)
ミニバン専用 エクストレイル・ヴォクシー・ノア・ステップワゴンなどに
ヨコハマ RV02 215/65R16 4本77,200円(税別)
ヨコハマ RV02 215/60R17 4本82,400円(税別)
車検 軽自動車 ムーヴ、ワゴンRなど 64,670円～ 点検・整備保証付き
※現金でお支払いの場合です。 ※初年度登録13年未満の価格です。 ※表記の車種は参考車種です。 ○詳しくはお問い合せ下さい
不要車 処分します買い取ります
クレジットカード使えます! キャッシュレス決済で5%還元!!(2020年6月末まで)
江別工栄自動車 ☎0120-8003-02
江別市工栄町7番地5☎011-384-8003 ◆営業9:00～18:30／日曜日、祝日定休 クレジットカード使用可

見学・体験随時受付中
ウィルジョブ スマイル・ミー
あなたにぴったりの働き方があります。
障がいをお持ちの方の「働きたい」を応援します。

ウィルジョブ スマイル・ミーは障害者総合支援法に基づき障害福祉サービスを提供する就労継続支援Ｂ型(非雇用)の事業所です。
清掃等の外仕事や小物作り等の中仕事を中心にお一人ひとりの障がいや体調に合わせて作業ができます。まずは見学・体験から始めませんか?

就労継続支援Ｂ型事業所 ウィルジョブ スマイル・ミー 江別市大麻東町30-25
心配なこと、不安なこと、何でもご相談ください。
TEL.011-807-5326 〈月～金 9:00～17:00／担当:亀田谷〉
運営:株式会社 三樹(江別市上江別東町39-2)／事業者番号 0111001459

無理なく続けられるアルブル江別の就労支援

パソコン作業　工賃支給 日額1,000円 ※2020年4月～　昼食 1食250円
開放的で明るい室内。落ち着いた環境の中、自分のペース 自分だけにできることを 見つけてみませんか?
対象：障がいのある方・難病の方・精神や発達にお悩みの方
就労継続支援Ｂ型 事業所NO 0111001285　お気軽にお電話下さい / 担当者(はが)
アルブル江別 ☎011-378-4499
株式会社 フォレ 江別市2条5丁目9-2-3 えべつみらいビル2F　月～金 9:00～17:00

chinese 居酒屋 CHICHI 期間限定 特別企画
期間限定1 ランチ始めました 月～土11:00～15:00 汁なし担々麺、五目餡掛け焼きそば etc…
期間限定2 特製中華オードブル 全6品・4～5名様分 ¥3,000 40cmのビッグサイズ 当日注文も承ります。要電話予約
エビのチリソース煮・四川麻婆豆腐・鶏のカシューナッツ炒め・若鶏のザンギ油淋鶏ソースがけ・手作り中華春巻き・五目チャーハン
■営業▶[月～木]17:00～24:00 [金・土]17:00～25:00 ※ラストオーダーは閉店30分前
■ランチ営業▶[月～土]11:00～15:00
江別市野幌町62-17 岩崎ビル1階(JR野幌駅から徒歩5分) ☎011-802-5777

話題の検査
わずかな採血で「がんリスク」を判定
すい臓を含む男性6部位、女性9部位が対象
がんリスク
検査日 4/12(日) 5/17(日)
時　間 9時～12時
検査会場 Do-Clinic 札幌市中央区南1条西14丁目291-81 ウィステリア南1条ビル3F ●札幌市電「西15丁目」停留所より徒歩1分、提携Ⓟ有
この検査は、採血時点でのリスクを評価するものであり、がんであるか否かをはっきり判断(確定診断)するものではありません。
◆お申込み(ホームページより) メタロバランス 検索
こちらからもお申込みできます▶▶
◆お問い合せ ☎0463-74-6129 mb@metallo-balance.net
㈱レナテック 営業/月～金9:00～17:30(土・日・祝休み) 神奈川県伊勢原市高森4-19-15
昨秋から札幌市中央区南1条西14丁目の「Do-Clinic」でわずか6mlの採血で複数のがんリスクがわかる全く新しい検査がスタートし話題となっている。
この検査は、千葉県がんセンターと神奈川県立がんセンター、㈱レナテックが共同研究したメタロ・バランス検査と呼ばれるもの。5年生存率が低く、通常の検診では発見が難しいと言われている「すい臓がん」もリスク判定が可能だという。女性で9部位(大腸、胃、肺、肝臓、すい臓、乳、子宮頸、子宮体、卵巣)、男性で6部位(大腸、胃、肺、肝臓、すい臓、前立腺)が判定対象。
検査料は1万6500円(税込)。検査時間は待ち時間込みで15分程度。検査日は4月12日(日)、5月17日(日)の午前9時～正午で、ウェブからの事前予約が必要。なお、小樽市の三ツ山病院でも原則第2土曜日午前中に実施中とのこと。詳しくは㈱レナテックまで。
PR

arles bake de arles
新型コロナウイルス感染拡大の影響で、全国各地の北海道物産展が相次いで中止となり在庫を抱えております。
催事人気商品を特別価格にて販売中です。
会場 ベイクド・アルル 臨時店舗 江別市上江別464-9(店舗前駐車場8台) ※大変混雑する事が予想されますので、できるだけ公共交通機関をご利用くださいますようお願い申し上げます。
0120-83-4422 平日9:00～17:00
期間 開催中(期間未定、水曜日はお休み)
時間 10:00～17:00(なくなり次第終了)
ENEOS● 至新札幌 国道12号線 イオン江別店● 新栄通 ポストンベイク● 野幌駅 高砂駅 ライジング● 鉄東線 ここです ●マックスバリュ

各日200個なくなり次第終了 / 各日限定1,000個 / 各日100個なくなり次第終了
シルクミルク 378円(税込) ▼ 220円(税込)
こぼれとうきびパン 324円(税込) ▼ 220円(税込)
復活販売 サクもちシュー 130円(税込) ※1日限定1,000個の販売です。 ※お1人様10個までとさせていただきます
この他、ソフトクリーム・冷凍スイーツ・パンの販売を予定しております。
当社HP・フェイスブック・インスタグラム・札幌商工会議所「緊急在庫処分SOS」もご覧ください。 アルル 江別
新型コロナウイルスに罹患された皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早いご回復を祈念いたします。

湯処 厚別東通 ほのか
館内消毒強化中! 定期的な換気も徹底して行っています!
新型コロナウイルス感染拡大防止の取り組みといたしまして、3月末日まで夜10時までの営業(最終受付:夜9時30分)とさせていただきます。また、土日のロウリュイベントも休止しております。お客様には大変ご迷惑をおかけいたしますが何卒ご理解の程よろしくお願いいたします。
※尚、日々状況が変化しているため、必要に応じて今後も政府及び管轄行政庁等による方針・指導により対策の変更・追加をする場合がございます。
リニューアルした明るい浴場でリラックスバスタイムを。
食べて元気♪旨くて感激! おすすめ
スタミナ満点!レバニラ定食 800円(税込)※ご飯大盛100円増
ビタミンA・ビタミンB・亜鉛などが豊富なレバーは疲労回復や免疫力UPが期待できます!
3/31(火)まで 露天風呂(郷の湯) コラーゲンの湯 コラーゲンと15種の黄金オイルでお肌しっとりスベスベ♥
毎月16・26日は 回数券特売 お得 11枚綴り7,500円が7,000円
湯処 ほのか厚別東通 3.27 100円引 大浴料 1枚につき、5名様までご利用いただけます。 有効期限／2020年4月24日(金)まで ※本券は受付時のみご利用できます。※大人・子供共通。※1回のご利用につき、1枚ご使用になります。※土日祝のみ回数券との併用可。※現金への換金はいたしません。※他入浴割引サービス、各割引券、お食事セットプランとの併用はできません。※入浴料以外の費用はできません。※表記以外の厚別東通でのみ有効。 北広島市虹ケ丘1丁目8番地6☎011-374-2615
●ご入浴料(大人は岩盤浴料込み)
湯着(大人)・館内着(子供)またはタオルセット付
岩盤浴料込み(大人) 平日 750円 土・日・祝 850円
子　供(小学生) 300円 350円
乳幼児(小学生未満) 無料 無料
※岩盤浴は中学生以上でのご利用になります。
岩盤浴用タオル、バスタオル・フェイスタオル、追加湯着、ほのかセット(湯着+岩盤浴用タオル+フェイスタオル・バスタオル)など追加レンタルもぜひご利用ください。
北広島市虹ケ丘1丁目8番地6☎011-374-2615
湯処 ほのか厚別東通
北広島市虹ケ丘1丁目8番地6 TEL.011-374-2615
●営業時間／開9時～夜12時(夜11時30分受付終了) 年中無休
P有り 札幌白石高校 雪印種苗 国道274号線 至北広島 至36号線
無料送迎バス毎日運転中・駐車場173台

年中無休 毎日安い! 売切れ御免! 無くなり次第終了! よしたか特売情報
春ですよ♪ 行者ニンニク 1束 250円
よく寝たインカのめざめ 1kg 250円
紫玉ネギ 1玉 10円
おすすめフルーツ
メロゴールド グレープフルーツ×文旦の交配
ゴールデンクラウン さわやかグレープフルーツ
ルビーの王冠 とっても甘いグレープフルーツ
マーコットオレンジ 濃厚な甘さが人気
ミネオラオレンジ ジューシーでいい香り♪
トンプソン 皮ごと食べられる種なしブドウです
他にもいろいろ★ 各1個(種類によっては各1パック) 380円
サンふじ 5kg 1,280円
はっさく 10kg 1,580円
お天気が悪い日もご年配の方も妊婦さんも安心です。
注文金額2,000円～ 電話注文配達やってます!
肉・魚・日用品の買い物代行(別途代行料300円)もご相談ください。
㈱好和興業(よしたか) 大型駐車場完備・すべて税込 江別市大麻711-6
0120-139-868〈9:00～16:00〉
※仕入れの状況により商品が変わる場合があります。※万一売り切れの際はご容赦下さい。

感謝と情熱を笑顔に込めて… 夢工房トンデンファーム ガーデンセール
3月28日(土)・29日(日)午前9時30分～午後5時
夢工房トンデンファーム 江別市元野幌968-5 〈直売店〉☎011-383-8208
※広告の品が万一品切れの節はご容赦願います。 ※税込価格を表示しております。
夢工房トンデンファーム 検索
大型駐車場あります
大人気!! 袋入りウインナー 荒挽・ハーブ入り・チーズ入りの3種類 1,316円～の品 777円
石狩川ベーコンスライス(200g) 直下式炭火製法でじっくりとスモークされた深い味わいと香り 1パック 648円 2パック 1,000円
ショルダーベーコン(200g) 1パック 648円 2パック 1,000円
大好評 煮にぶた豚 100g 200円 味の決め手は特製の醤油ダレ。ラーメン、おつまみ、サラダにいかがですか?
ベーコン入りソーセージ 250g 648円の品 410円
さらに当日店頭に特価品もございます。お楽しみに!
炭焼きソーセージ バイト 250円
行列のできる 醤油らーめん 1杯 400円
こくうま! トンデンファーム特製 ビーフカレー 1皿 400円
自社直営・白老牧場生産 和牛販売
チキン丸焼き プレーン 1羽 1,300円 スパイシー 1羽 1,500円
モツ煮汁 1杯 250円
中華バイキング 100g 180円 新鮮素材を生かした中華惣菜のバイキングです。今日のおかずはどう1品いかがですか?
北海道江別豚(えべとん) 豚肉販売
アースドリーム 角山農場 トンデンファームから車で15分 江別市角山584-1 ☎011-391-2500
土曜・日曜・祝日営業中! 10:00～17:00 ※4月18日(土)より通常営業始まります。
屋内大型遊び場 ドリームハウス子供の国 入場料 小学生以上400円 幼児無料
天空トンネル・クライミング・ブランコなど 広々空間、大きな室内遊び場
レストランでは熱々の「窯出しピザ」が大好評!!
無料エリア レストラン、休憩所、売店
有料エリア 動物ふれあいエリア ■入場料:小学生以上400円、幼児無料
かわいい動物たちもまってるよ!! アルパカ・うさぎ・ミニ豚・ヤギ・羊・馬・猫・犬・モルモット・ハムスター
入学・進学内祝いギフトセット 大切なあの方へ、心のこもった贈り物
TO-35(4点) 3,510円(税込) 骨付ソーセージ ビルカウインナー たまねぎウインナー ベーコンスライス
TO-40(6点) 4,050円(税込) 荒挽フランク 荒挽ウインナー ビルカウインナー ベーコンスライス 生ハム マスタード
※送料は別途申し受けます ※発送までに2～3日お時間をいただく場合がございます

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載の催しが中止、延期される可能性があります。ご確認の上、お出かけ下さい(3月20日現在)。