

【伝えたい、巧みな技と心意気】

アオコ AOKO の訪問記

渡辺治療院

渡辺敬二さん
足柄上郡開成町牛島2-6
0465-44-4059
営業/月～土(水曜日除く)
9:30～20:00 水9:30～12:00
第2・4日9:30～19:00
定休/第1・3・5日曜日

※営業日に関しては変更もありま
すので、お電話でお確かめください。

現代の多くの方が足腰の張りや背中の痛み、首や頭の凝りなど様々な症状で悩んでいますよね。開成町で治療院を営む渡辺さん。みなさんの身体の調子が来院されたときより少しでも良い状態になるように心がけて、マッサージとハリによる治療を行っています。

調子が悪くなる原因は、まさに人それぞれ。凝りひとつをとっても、ずいぶん違うようです。元気なときは気づかないのですが、ヒトの身体の成り立ちには細かなところまで全て連動しています。意外なことから、



「えっ、こんなところが痛くなるの？」や、大したことないと思っても、時間が過ぎると大変な痛みになっていたり、と、誰も一度や二度そんな経験をしているのではないのでしょうか。ストレスも大きな原因のひとつ。何がストレスかも千差万別ですが、現代社会では様々な要因で、肉体ばかりでなく精神的にも疲労してしまします。筋肉のほぐしはもちろんですが、血行をよくすることで気持ちもスッキリ！精神的な疲れも軽減され、辛さや不快感も軽減しますよね。



同じ姿勢をとり続けたり運動不足など、日常の習慣が積み重なることで、身体はどんどん悲鳴をあげていきます。

渡辺治療院のお得コウザ

初診の方は、どのコースの施術でも**500円引き**です！出張治療も行っていますので、来院できない場合も安心です。まずはお電話を！

ご当地いいもんめぐり Vol.7



～東海道四百年の「時」の歩みをたどる～
東海道小田原宿！江戸口見附から板橋見附まで



城下町としても人を集めた、神奈川県内最大規模の宿「小田原宿」。江戸時代、大久保氏十一万三千石の城下町を兼ねた宿場として、箱根の山越えや関所を控えた大いに栄えていました。その規模は神奈川県内の宿最大、本陣・脇本陣ともに四軒、旅館屋は九十五軒もあったそうです。それだけに国の史跡指定である小田原城をはじめ、当時の宿場である町並みを今に伝える板橋旧道など、貴重な景観に出会えます。



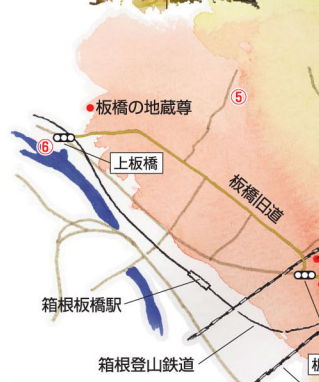
●小田原宿の参考マップ
「てくてく東海道宿場探訪マップ」
※宿場マップに関するお問い合わせ先
国土交通省横浜国道事務所調査課
TEL045-316-3537(直通)
http://www.ktr.mlit.go.jp/yokohama/tokaido/O6_map/index.htm



①蓮上院土壘 1590年(天正18)の豊臣秀吉による小田原攻めに対し北条氏が築いた総構(周囲約9kmの堀や土壘)の一部。低地にあるものはこれのみで、大変貴重な遺跡。一部、太平洋戦争終結直前に爆弾が着弾し、残念ながら大きく破損している。

⑤古希庵

明治の元老山縣有朋公爵が1907年(明治40)、古希を記念して営んだ別荘。



⑥小田原用水取入口

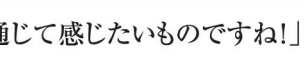
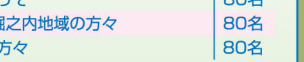
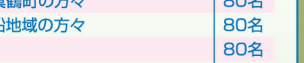
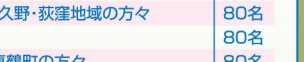
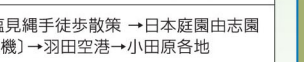
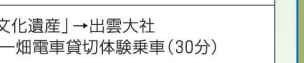
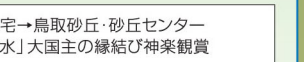
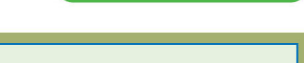
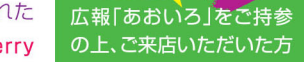
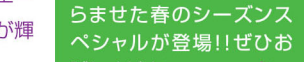
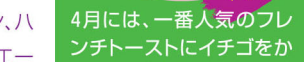
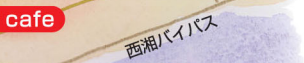
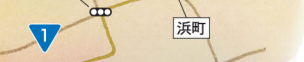
後北条氏時代に古水道がつくれ、城下での飲料水としていた。

②正恩寺 浄土真宗東本願寺派の寺院。鐘楼門は木造・入母屋造瓦葺、1750年(寛延3)に建造された梵鐘があったが、1943年(昭和18)に供出されたままとされている。



③御感の藤(ぎょかんのふじ)

江戸口見附一里塚



寄ってMITE?

●berry cafe

小田原市本町1-6-19 0465-20-3944
営業/9:00～18:00 定休/毎週水曜日
Twitter@berry cafe 1

昨年11月、二人のお洒落な女性がモダンなカフェをオープンしました。その名は甘く可愛い果実から取った**berry cafe**。小田原城は学橋のすぐ傍、コーヒークップの赤い看板が目飛び込んできます。

一杯ずつハンドドリップで淹れるコーヒーは、モカベースのブレンド。濃厚な色味のわりには、実に爽やかで飲みやすく、香りが立ちます。また料理で使う野菜は、地元産無農薬のため安心で新鮮。berryカレーやナポリタン、サラダなど食事メニューには、色も鮮やかフレッシュな野菜が登場し、見た目にも美味しさが伝わってきます。ランチメニューで一番人気・太麺のナポリタンは濃厚なトマトソースが絡み、なかなか洗練された味。ココナッツ風味のカレーはとてもスパイシー、しっかり煮込んだ具材の旨みと香りで刺激されます。でも、まずはこれを味わっていただきたい！とお勧めするのが、自慢のフレンチトースト。バナ

アイス、小倉と練乳ミルク、チョコレート&シナモン、ラム&チーズ、ベーコン&スクランブルエッグとパリエーションも豊富で、どれもボリューム満点！プレートが輝く一品は人気を集めるのがわかります。

陽差しも柔らかな春もやってきました！白を基調とした明るく爽やかな店内でJazzと緑に囲まれた「おいしい珈琲とフレンチトーストのお店」berry cafeで、ゆったりとしたひとときをすごしてみたいかがでしょう。

耳より情報



4月には、一番人気のフレンチトーストにイチゴをからませた春のシーズンスペシャルが登場!!ぜひお試しください。

4月末日まで

「おおいろう」をご持参の上、ご来店いただいた方には、ミニ・コーヒーゼリーをサービスします！

第52回・会員研修旅行

山陰の名園と伝統・文化にふれる旅

～出雲大社・石見銀山・足立美術館と皆生・松江しんじ湖温泉～



60年に一度！新しくなった出雲大社を参拝、世界遺産まち歩き、城下町散策、銘菓・和菓子老舗巡り、ローカル線乗車体験……などなど盛りだくさん!!

地元からの送迎バス付き

●大人お一人様 2泊3日 **68,000円**

(税込) 2名様以上1室

こども(3歳～12歳未満)3,000円(税込)引
一人部屋追加代金………14,000円(税込)

※旅行代金の一部(500円)を小学生の税の書道展協賛金として、税の啓発活動に活用させていただきます。

■添乗員/同行いたします。■最小催行人員/35名様(1班あたり) ■集合場所と時間/出発10日前後までにお知らせいたします。■食事/朝2回、昼3回、夕2回付 ■大人1名様より、お申し込みいただけます。■お一人様でご参加の場合は男女別の相部屋(2～3名様)となり、お部屋は禁煙です。■お一人様で一部屋のご希望の場合は、お申込時にお申し出ください。■コース及び見学時間等は交通事情により変更となる場合がございます。■掲載の写真はイメージです。

お問合せ/青色申告会 会員研修旅行係 TEL0465-24-2613

1日目	小田原各地→海老名SA→羽田空港→〔航空機〕→伊丹空港→石谷家住宅→鳥取砂丘・砂丘センター→白兔海岸→大山まきびるくの里→皆生温泉「皆生グランドホテル天来」大國主の縁結び神楽観賞
2日目	皆生温泉→足立美術館→道の駅「キララ多岐」→石見銀山・世界遺産「文化遺産」→出雲大社→雲州平田駅→松江しんじ湖温泉・松江しんじ湖温泉「ホテル一畑」→一畑電車貸切体験乗車(30分)
3日目	松江しんじ湖温泉→松江城→松江歴史館/銘茶・銘菓老舗巡り/お堀端塩見縄手徒歩散策→日本庭園由志園→水木しげるロード→美保神社→大漁市場なからう→米子空港→〔航空機〕→羽田空港→小田原各地

●コースの詳細は、24-2613研修旅行係まで！カラーパンフレットをお送り致します。
●会員以外の方もご参加いただけます。

お早めに!

出発日の21日前が最終締切日となります!

班	旅行日程	支部等	ご参考地域	人員
第1班	5月11日(日)～5月13日(火)	本部①	どこの地域の方でもどうぞ	80名
第2班	5月13日(火)～5月15日(木)	箱根	箱根の方々	80名
第3班	5月17日(土)～5月19日(月)	足柄	扇町・寿町・中町・穴部・久野・荻窪地域の方々	80名
第4班	5月18日(日)～5月20日(火)	山北	山北の方々	80名
第7班	5月24日(土)～5月26日(月)	中央・真鶴	東町・浜町・栄町地域・真鶴町の方々	80名
第10班	6月2日(月)～6月4日(水)	橋	中村原・前川・小竹・小船地域の方々	80名
第11班	6月4日(水)～6月6日(金)	湯河原	湯河原の方々	80名
第12班	6月7日(土)～6月9日(月)	川東②	豊川・成田・南鴨宮・下管我地域の方々	80名
第13班	6月8日(日)～6月10日(火)	城南	早川・大窪・南町・本町・根府川・米神地域の方々	80名
第14班	6月9日(月)～6月11日(水)	本部③	どこの地域の方でもどうぞ	80名
第15班	6月10日(火)～6月12日(木)	城北	栢山・蓮正寺・飯田岡・堀之内地域の方々	80名
第17班	6月15日(日)～6月17日(火)	南足柄②	南足柄・北足柄地域の方々	80名

【各班の該当地域外でも参加可能な場合がありますので、ご相談ください。】 満員御礼! 第5・第6・第8・第9・第16班

