

2014

December

vol.11

毎日元気・毎日キレイをはじめよう。

香櫨館
Beauty・Health・Antiaging KOROKAN

香櫨館PRESS

プロに聞いてみました!
香櫨館Q&A

『元気 Beauty 倶楽部』

3分でスッキリ!個別館式 能カトレーニング
英語:『英単語』編

ONLY SHOP
in KOROKAN

今年のご目標 お肌もボディもマイナス5歳

『年齢をあきらめない』アグレイアは女性のアンチエイジングをサポート。溶岩浴で身体を美しく癒すと共に女性特有の悩みにも効果的。忙しい方には筋カトレーニングと有酸素運動を交互に行う30分だけのサーキットトレーニング、そしてヨガ・ピラティス等のスタジオエクササイズも充実! 脂肪燃焼・体幹強化で代謝UPに期待大。エステやエンダモロジー等、豊富なプログラムでマイナス5歳を手に入れましょう。



溶岩浴(60分) ビンテージ価格 3,780円

富士山の溶岩使用の新しいスパ。遠赤外線放射で身体を芯から温めることにより、多量の発汗を促し、新陳代謝やデトックスを促進! すべすべ肌に!



スタッフ: 沼田さん

〈マグマスバ&ヨガ・フィットネス〉アグレイア

TEL 0798-38-5715 HP <http://aglaia-yoga.jp/>

営業時間 平日 / AM10:00~PM10:00
土日祝 / AM10:00~PM 6:30

定休日 月曜・夏期休業日・年末年始

〈キトリ〉

〈マグマスバ&ヨガ・フィットネス〉アグレイア
溶岩浴(60分)3,780円 → 1,500円(税込)
12/26(金)~1/16(金) ※初めての方お一人様1回のみ
(要予約 TEL.0798-38-5715)

ダイニング&カフェ グルー 定休日水曜
本紙をご持参いただいた方で、レストランの食事と併用
10%OFFクーポン ※ディナー PM5:00~PM10:00 (LO.9:00)
12/26(金)~3/24(火) ※会計500円(税抜)未済使用不可
他券併用不可・割引上限3,000円まで

〈エステティック&フットエステ・美容鍼灸〉ハーモニー・レクラン鍼灸Plus's
フットエステ&フットリフレ 「オルビュールコース」90分
12/26(金)~1/31(土) ※お一人様1回のみ
¥11,000(税込) → ¥9,000(税込)

名前 TEL 住所

KOROKAN - TOPICS

一年の始まりは、縁起よく初詣に出かけよう!

年が明けたらやっぱり初詣に行きたいもの。西宮神社でもさまざまな行事を開催しています。

平成二十七年 西宮神社 十日えびすキャンペーン 観覧無料

多くの人でにぎわう、えべっさんの総本社西宮神社の「十日えびす」にちなんで、「十日えびすキャンペーン」を開催します。今年はハービスPLAZA ENTを会場に、和楽器によるミニコンサートやえびす舞の披露など、縁起のよいイベントがいっぱい! 観覧無料ですので、お気軽にご覧ください。

開催予定日 2015年1月7日(水) ※雨天決行
時間・会場 ①17:00~ ②18:30~
ハービスPLAZA ENT B2地下エントランス広場



※写真はイメージです。実際とは異なる場合があります。

- ◆ 新春邦楽ミニコンサート
- ◆ えびす舞の披露
- ◆ 西宮十日えびす詳細PR

【ご注意】
※これまで当キャンペーンで実施しておりました「タイガースマスコットキャラクター入り縁起物プレゼント」につきましては、今回は実施いたしません。あしからず、ご了承願います。

【お問い合わせ】(十日えびすキャンペーンについて)
準備事務局: (有)アシストエージェンシー TEL.06-6352-7003
※平日10:00~17:00(土・日・祝日および1/1~1/3を除く)
主催/阪神電気鉄道株式会社
協力/西宮神社・西宮酒造家十日会・近畿日本鉄道株式会社・他

平成二十七年 西宮神社 十日えびす えびす宮総本社 西宮神社/阪神西宮駅 下車徒歩5分

1月10日を中心に9日から11日までの3日間行われる「十日えびす」は阪神間における最大の祭典として広く全国に知られ、100万人に上る参拝者で賑わいます。

- ◆ 1月9日(金) 宵えびす
- ◆ 1月10日(土) 本えびす
- ◆ 1月11日(日) 残り福



十日えびすの名物の一つとなっている、招福大まぐろ。



毎年恒例の福男が決まる走り参り。

主な行事

- ◆ 1月8日(木) 9:30頃~ 「招福大まぐろ奉納式」 場所 西宮神社 本殿
- ◆ 1月9日(金) 14:00~ 「有馬温泉 献湯式」 場所 西宮神社 拜殿
- ◆ 1月9日(金) 16:00~ 「宵宮祭」 場所 西宮神社 本殿
- ◆ 1月10日(土) 朝4:00~ 「十日えびす大祭」 場所 西宮神社 本殿 (但し、参拝できません)
- ◆ 1月10日(土) 6:00~ 「開門神事 福男選び」 場所 西宮神社表大門 (赤門)から本殿まで

詳しくは、

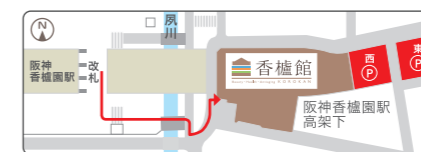
西宮神社 公式サイト 検索

<http://nishinomiya-ebisu.com>



発行 阪神電気鉄道株式会社 不動産事業本部 開発営業室 〒530-0012 大阪市北区芝田1丁目1番4号 TEL:06-6376-4457

香櫨館
Beauty・Health・Antiaging KOROKAN
阪神香櫨園駅 降りてすぐ
<http://korokan-h.jp/>



香櫨園 駐車サービスのご案内

西駐車場:13台、東駐車場:14台

8時~22時 2時間無料 2時間を超えた分は、60分200円
22時~8時 60分100円

※1日2施設までサービス対象=2施設利用で最大4時間無料

プロに聞いてみました! 香櫨館Q&A

Q どんな保育士さんたちがいらっしゃいますか?

A もちろん、子ども達が大好きなばかりです。笑顔が素敵な人、掃除上手な人、子育ての先輩など、素敵な力を持った保育士達が子ども達の成長を見守っております。

“昼間の大きな家庭”をコンセプトの一つとして、子どもたちの一步一步の成長を大切に感じております。



〈許可保育園〉
めばえの子保育園

TEL 0798-22-1666

開園時間 平日・土曜 / AM7:30~PM7:00

休園日 日曜・祝日・12/29~1/3

入園定員
30人
入園年齢
6ヶ月~2歳児

Q ズバリ!この時期のおすすめメニューは?

A 気の合う仲間とパーティ気分の女子会セット (PM5:00~)。ドリンク2杯・前菜・パスタ・お肉orお魚料理・デザートが付いて3,240円(税込)。3名様から予約を承っております。※当日の食材によって内容は変更になります。

※写真は3名様分です。



「女子会」「ファミリーセット」などパーティプランも、ご用意しております。



〈ダイニング&カフェ〉
グループ

TEL 0798-32-7065 定休日 水曜

席数 テラス 24席/店内 24席/カフェ 14席/(全席禁煙)
※お客様にゆったりとくつろいでいただけるよう、席数を変えました。

営業時間 ランチAM11:00~PM2:30 カフェAM11:00~PM9:00
ディナー PM5:00~PM10:00(LO.PM9:00)

話せば見えてくる香櫨館の身近な“人たち”。
そこから新たなコミュニケーションが始まる。

Q 子供の患者さんに対して大事にしていることは?

A 子供の頃から自分の口腔内について関心を持つことは将来に渡り、トラブル予防になります。ブラッシングにおいても、プラークを染め出すことで良否が判断できます。まず、現状を知ってもらうことが大事なことでしょう。

日々の生活の中で、最も大切な事は健康です。来年も皆様にとって健やかな一年であることを願っております。



〈歯科・歯科口腔外科・小児歯科〉
なかがわ歯科クリニック

TEL 0798-34-5207 HP <http://www.yoshio-nakagawa.com>

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
AM9:30~PM1:00	○	○	○	○	○	☆	水曜午後、土曜午後
PM2:30~7:00	○	○	×	○	○	×	日曜、祝日

予約制(初診は随時受け付けております) ☆PM2:30まで

Q 最近気になる話題やニュースはなんですか?

A 初のプロ野球選手が誕生したり、警察官とのいざこざが話題になったりと、最近何かと京都大学が賑やかです。そのため、私も久しぶりに京都を訪れたい気持ちを抱いています。

寒くなると肌が乾燥してきます。保湿剤を塗るなど、肌の乾燥予防に十分御留意ください。

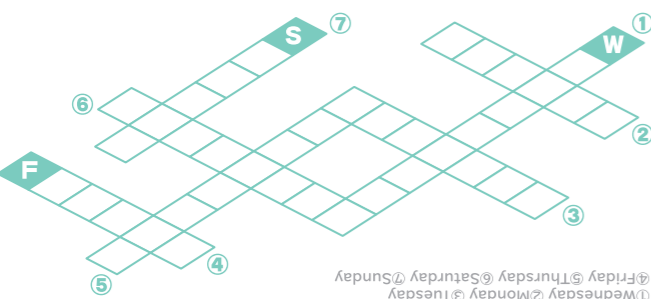


〈皮膚科・アレルギー科〉
はらだ皮膚科クリニック

TEL 0798-23-4112 HP <http://harada-hifuka.jp>

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
AM 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	木曜午後、土曜午後
PM 4:00~7:00	○	○	○	×	○	×	日曜、祝日

7つの曜日がすべて入るように、
下のマスに1文字ずつアルファベットを入れましょう。



脳トレ -本日の教科-
英語「英単語」



〈個別指導 学習塾〉
個別館 香櫨園校

TEL 0798-35-7055

HP <http://www.kobetsukan.jp/>

営業時間 PM1:00~PM10:00 定休日 木曜・日曜

元気Beauty倶楽部

あなたもキレイにすこやかに。
プロ目線によるヘルス&ビューティ情報を毎号お届け。

1 めざせ美人足裏!!

冬は寒さで血行の巡りが低下し、乾燥を併いカサカサ肌に…。足裏の踵はヒビが割れガサガサになっていませんか?それは肌の代謝がスムーズに行われず、肌本来の機能が失われ潤いを保てないまま、余分な角質が溜まっている状態です。そんな方には是非お勧め!!ハーモニーのフットエステでスベスベ踵に。角質ケア・爪のケア・漢方オイルリフレとセットになった「オルビュールコース」で血行促進。なったぞ美人足裏!!

エステシヤン
谷崎さん

これからの季節、
足裏のお手入れはキレイの近道!



〈エステティック&フットエステ、美容鍼灸〉
ハーモニー・レクラン鍼灸Plus's

TEL 0798-22-7303 HP <http://harmony-rf.com>

営業時間
平日・土日祝 / AM9:30~PM7:00

定休日 木曜

2 Drが、斜視・弱視について教えます!

人は生まれた頃はぼんやりとしか見えておらず、約3歳で視力が1.0に到達します。0~8歳までは視機能の発達に大切な時期で、この間に強い遠視、乱視、内斜視等のためピントの合った像が眼から脳に正しく伝達されないまま育つと矯正視力が1.0に到達しない弱視になります。当院では弱視に対して調節麻痺薬を用いて精密検査を行い、その結果に応じて眼鏡、アイパッチ、手術等斜視弱視治療を行っています。治療は0~8歳までのできる限り早い時期に開始する必要があります。

院長・医学博士
住岡 清司

お子様で普段物を見る時、まぶしがる、顔を横に向けたり首をかしげている、寄り目がある等に気付いたら眼科受診して下さい。



〈眼科〉
ゆうこう眼科医院

TEL 0798-23-1515 HP <http://www.yukoh-ganka.com/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	火曜午後・土曜午後
PM 3:00~6:00	☆	×	○	☆	○	×	日曜、祝日

☆…月曜・木曜午後はPM3:30~PM6:30

3 知って役立つ サプリメントの種類と効果

女性ホルモン(エストロゲン)と似た働きをする成分を含む『大豆イソフラボン』にはホルモンバランスの影響による症状緩和に加え、ポリフェノールも含まれているためアンチエイジング効果も期待できます。抗酸化成分のαリポ酸、コエンザイムQ10、ビタミンC・Eなどはアンチエイジングや免疫力アップにも有効です。サプリメントは自分に合ったものを選び、身体の中から健康維持・美容対策をしましょう。

サプリメントだけでなく
食べ物からもしっかり
栄養をとってください。



薬剤師
三島 永二郎



アーク薬局

TEL 0798-33-1193

営業時間
AM9:30~PM1:30 / PM3:00~7:00

定休日 木曜午後、土曜午後、日曜、祝日

薬剤師募集! 詳細はお電話にてお問い合わせください。

4 覚えておきたい 子どもの急病時

こどもの救急ホームページ<http://kodomo-qq.jp/>(日本小児科学会監修):6歳位までのお子さんを対象に、気になる症状にあわせた対処方法が表示されます。小児救急医療電話相談(8000):休日・夜間のこどもの急な病気やケガに際し、すぐに医療機関を受診した方がよいのか?様子を見ても大丈夫なのか?迷うときや症状に対する対処方法が分からないときなどにご利用ください。

普段から救急の
受診先を確認して
おきましょう!



院長
清水 俊男



〈小児科・循環器小児科〉
しみずこどもクリニック

TEL 0798-35-1001 HP <http://www.shimizus.com>

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
AM 9:30~12:00	○	○	○	○	○	○	木曜午後、土曜午後
PM 2:00~3:30	※	※	※	※	※	×	日曜、祝日
PM 4:00~7:00	○	○	○	×	○	×	※ 予約制にて予防接種・乳児健診・心臓検査を行います