

西宮の夏の風物詩

今年の夏も“福あかり”

行灯の光でまちを彩る“まちあかり”や、たくさんのキャンドルで「福」の文字を灯す“福あかり”など、夏の思い出づくりにぴったり。

開催予定日 2017年7月20日(木)
※雨天決行(一部内容が変更される場合があります。)

開催時間 13:00~21:00(点灯:18:00頃~)

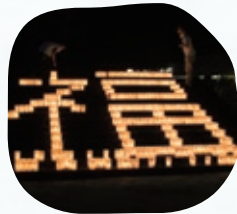
会場 阪神 西宮駅 1Fエビスタスクエア、
西宮神社境内およびその周辺

主催/阪神電気鉄道株式会社 後援/西宮観光協会 協力/西宮神社・西宮中央商店街振興組合
お問い合わせ: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)



みやたんを探せ
知って得する・回って得する
クイズラリー

当日各会場にて配布の「にしのみや探検カード」をもって、イベント会場内設置の「隠れみやたんボード」を探し(全5箇所)、そこに書かれてあるキーワードを組み合わせ「合言葉」を完成させてください。エビスタ西宮で使える商品券などが当たる抽選会に参加できます!



みんなでももそう「福あかり」



みんなでももそう「まちあかり」



緑日コーナー(有料)

13:00から、阪神西宮駅1Fエビスタスクエア特設会場にてオリジナル行灯づくりをお手伝いしてください。(参加無料)



みやたんも遊びに来よう!

(無)第2017069号

同日開催

西宮神社 えびす万燈籠 7月20日(木)

毎年開催される夏の一大イベント、みなさんご存知「えびす万燈籠」の魅力は今、改めて再確認!ぜひ家族で、お友だち同士で、足を運んでください。

詳しくは、[西宮神社 公式サイト](#) 検索



えびす万燈籠 18:00(点灯式)~21:00



松林での原笙会
奉納舞楽
19:30及び20:30



神門前に
広がる
ろうそくの
灯り

プロに聞く!

暮らしのまめ知識

回答者: アーク薬局 薬剤師 三島 永二郎

なかなか周りの人に聞けなかったり、恥ずかしかったりする小さな疑問を、プロがわかりやすく答えてくれます。

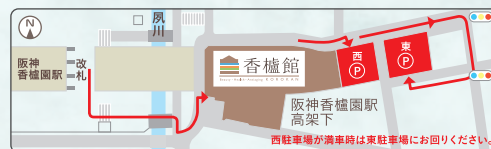
特定保健用食品(トクホ)って、体にいいの?

有効性、安全性などの科学的根拠を示して、消費者庁の許可を受けた食品のことで、一般的な健康食品では表示することのできない効能や効果などを表示することができるようになっていることが特徴です。医薬品と食品との中間に位置づけられ、その作用は緩やかです。脂肪の吸収を抑制する、お腹の調子を整える、カルシウムの吸収を高めるなど様々な効能のトクホが出ていますが、自分の症状に合ったトクホを継続して摂取することで健康維持に役立てましょう。



発行 阪急阪神ビルマネジメント株式会社 SC第二(沿線)営業部 〒530-0012 大阪市北区芝田1丁目1番4号 TEL:06-6372-7831
所在地 〒662-0975 兵庫県西宮市市庭町9-12

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:14台、東駐車場:14台

60分200円

8時~22時
●1店舗利用:2時間無料 2時間を超えた場合は、60分200円
●2店舗利用:4時間無料 4時間を超えた場合は、60分200円

22時~8時 60分100円

※1日2店舗までサービス対象

2017

July

vol.19

毎日元気・毎日キレイをはじめよう。

香櫨館
Beauty・Health・Antiaging K.O.R.O.K.A.N

香櫨館 PRESS

TOPICS

夏を健やかに美しく! プロが語る Health&Beauty

PICK UP
CLINIC
in KOROKAN

意外と知らない 紫外線による目の病気

〈眼科〉
ゆうこう眼科医院

最近、肌への紫外線による日焼け対策をされる方は増えてきていますが、目も紫外線の影響を受けやすいということを知らない方が多いと思います。極端な例では、晴れた雪原で角膜(黒目)が日焼けで炎症を起こす「雪目」があります。よくある病気では、白目が炎症で盛り上がりシミのように見える「瞼裂班」や、さらに黒目にまで侵入する翼状片、また水晶体の変性で若くして白内障が起こったり、目の奥の網膜のダメージで加齢黄斑変性になり視力障害を起こします。これからの季節は、サングラス(UVカットのメガネやコンタクトでも可)や、つばの広い帽子で紫外線対策をしましょう。

PROFILE

院長 榎本良亮(かしもとりょうすけ)

医学博士/日本眼科学会認定眼科専門医/ボツリヌス治療認定医(A型及びB型)/屈折矯正手術認定医
オルソケラトロジー認定医/前職:兵庫医科大学眼科 助教

(キリトリ)

ヴァーボ ベアルスイ 香櫨園

有効期間:7/5(水)~8/31(木)まで

1回 1,080円 (税込) (60min) マグマスパ
1回 1,080円 (税込) (60min) レッスン

※初めての方お一人様1回のみ(要予約 TEL.0798-35-6660) ※クーポンご提示のお客様に限る

名前

TEL

住所

夏を健やかに美しく! プロが語るHealth Beauty

A棟-1F

〈ホットヨガスタジオ〉

ヴィーボ ベアルスィ香櫨園

目指せ!夏バテしない健康ボディ

肌の露出が多くなっていく季節。食欲もなくなり、夏バテを起こす人も増えてきます。そうならないために、体力をつけなくては!! ヨガでしっかりと体を動かし、理想的な体を作りましょう。

TEL 0798-35-6660

HP <http://s-vivo.com/bears-i-kouroen/top/>

定休日 不定休

営業時間

平日 / AM10:00~PM10:00

土曜・日曜・祝日 / AM10:00~PM7:00

スタッフ
藤中由希



C棟-1F

〈レストラン〉

リストランテ アルベルゴ セcondo

食欲も復活する夏のイチ押しメニュー

セットメニュー: セッティマーナ 料金: 1,512円(税込)
夏にオススメするのは、さっぱりした冷たいものと暑いからこそ食べたいスタミナ系。両方楽しめる当店のセットメニューは、旬の野菜サラダ、冷製スープ、にんにくのきいたパスタ、冷たいデザートなど、多数ご用意しております。

TEL 0798-33-8393

HP <http://albergosecondo.jp/>

定休日 水曜

営業時間

ランチ / AM11:30~PM3:00 (LO PM2:00)

ディナー / PM5:30~PM10:00 (LO PM9:00)

シェフ
吉村 透



B棟-3F

〈眼科〉

ゆうこう眼科医院

老眼かどうかを知るためのチェック項目

老眼とは、40歳頃から始まる目の老化で、特に近くが見にくくなります。近眼の方でもメガネをかけた状態で、雑誌やスマホを遠ざけていって30センチ(親指と人差し指を広げた幅が約15センチでその2倍)でピントが合わなければ、遠近両用のメガネやコンタクトレンズの使用を考えましょう。

TEL 0798-23-1515

HP <http://www.yukoh-ganka.com/>

休診日 土曜午後・日曜・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM 3:30~6:30	○	○	○	○	○	×

院長
医学博士
櫻本 良亮



キッズ
スペースあり

B棟-3F

〈個別指導 学習塾〉

個別館 香櫨園校

効率よく暗記するための勉強法

テストに向けて一夜漬けで覚えてもテスト後には忘れていく。これでは実力とは言えません。それは短期記憶に頼っているからです。記憶を維持するには長期記憶にすることが大切で、その最高で唯一の方法が反復です。個別館では反復を自然と実践できる講座『リピーターマスター』(中学生対象/英・理・社)を開講しています。是非体験してみてください。

TEL 0798-35-7055

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

営業時間 PM1:00~PM10:00

定休日 木曜・日曜

教室責任者
葉田 功



B棟-2F

〈薬局〉

アーク薬局

若い人も増加傾向!骨粗しょう症を予防する

骨密度が低下して、骨折しやすくなる骨の病気を「骨粗しょう症」といいます。骨粗しょう症の予防にはカルシウムの摂取と適度な運動が重要です。カルシウム以外にもビタミンD・K、タンパク質など様々な栄養素を摂取するよう心がけましょう。

TEL 0798-33-1193

定休日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

営業時間 AM9:00~PM1:30
PM3:00~7:00

薬剤師募集!

詳細はお電話にて
お問い合わせください。

薬剤師
三島 永二郎



B棟-1F

〈歯科・歯科口腔外科・小児歯科〉

なかがわ歯科クリニック

ドライマウスを改善するセルフケア

ドライマウスに対して水を飲むことで、口の渇きは一時的に解消されますが解決にはなりません。唾液分泌を促すため、耳下腺、顎下腺、舌下腺(耳たぶの下、顎の下、オトガイの下)を5~10回軽く押しましょう。又うるおいを保つジェル等も市販されています。

TEL 0798-34-5207

HP <http://www.yoshio-nakagawa.com>

休診日 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:30~PM1:00	○	○	○	○	○	☆
PM2:30~7:00	○	○	×	○	○	○

予約制(初診は随時受け付けております)
☆PM2:30まで

院長
中川 善夫



B棟-1F

〈許可保育園〉

めばえの子保育園

発育に合わせた環境づくりの大切さ

ずり這いやハイハイが始まる時期に広いスペースやクッションで段差を作ると、足の関節を使いながらめいっぱい動きます。掴まり立ちになると、立った目線に玩具を置くようにすると熱中しているうちに足で体を支える機会が増えます。

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



B棟-2F

〈皮膚科・アレルギー科〉

はらだ皮膚科クリニック

痛くてかゆい!口唇ヘルペスってなに?

口唇ヘルペスとは、くちびるやその周囲にピリピリとした痛みを伴った小さな水ぶくれが生じる病気で、単純ヘルペスウイルスが原因で起こります。疲労や免疫低下により発症しやすいため、日頃から疲れにくい体作りに努める事が大切です。

TEL 0798-23-4112

HP <http://harada-hifuka.jp>

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○
PM 4:00~7:00	○	○	○	×	○	×

院長
医学博士
原田 晋



B棟-2F

〈小児科・循環器小児科〉

しみずこどもクリニック

油断は禁物!子どもの夏かぜ対策

夏かぜを起こすウイルスは高温・多湿を好み、腸で増殖するものが多いです。予防は手洗い・うがいです。感染しても十分な栄養と休養をとることで回復を早めます。またお母さんが子どもの急な高熱や腸の不調に早く気付いてあげることも重要です。

TEL 0798-35-1001

HP <http://www.shimizus.com>

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

※ 予約制にて予防接種・乳児健診・心臓検診を行います

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:30~12:00	○	○	○	○	○	○
PM 2:00~3:30	※	※	※	※	※	×
PM 4:00~7:00	○	○	○	×	○	×

院長
清水 俊男

