

平成31年 西宮神社 **十日えびす** えびす宮總本社 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(水) 宵えびす ◆ 1月10日(木) 本えびす
- ◆ 1月11日(金) 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(火) 9:30頃～ 「招福大まぐろ奉納式」
場 所：西宮神社 本殿
 - ◆ 1月9日(水) 14:00～ 「有馬温泉 献湯式」
場 所：西宮神社 拝殿
 - ◆ 1月9日(水) 16:00～ 「宵宮祭」
場 所：西宮神社 本殿
 - ◆ 1月10日(木) 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(木) 6:00～ 「開門神事 福男選び」
場 所：西宮神社表大門(参門)から本殿前まで

詳しくは、
西宮神社 公式サイト 検索 
<http://nishinomiya-ebisu.com>

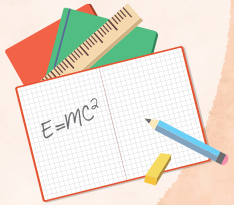
プロに聞く! **暮らしのまめ知識**

回答者：個別館 香櫨園校

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。

効率的なノートの取り方を教えて

板書をノートに一語一句違わず書き写そうと集中し…、ん？ノートが真っ赤…。その先生は基本の使用色が黄色だったのです。これは私が高校時代の実話です。授業の特徴をつかむことも大切です。さて本題です。ノートを書くこと自体が目的になっている人がいますが、大事なのは内容を理解することです。そのためには授業で書いて終わりにせず、後で分かったことや注意点を書き加えていくとよいと思います。そのとき最初からぎゅうぎゅうに詰めて書いていると、その余裕がありません。そこで、最初は白い所が多いと思うくらい余白を作っておき、独自に書き加えることで完成に近づけるのです。すると何度もノートを見るので復習になるというメリットもあります。個別館では授業のときに講師が直接ノートに説明を書きこむレクチャーノートを利用しています。これもノートの取り方の参考になるかもしれません。

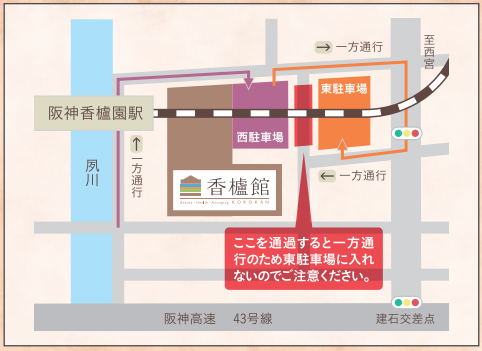


(アクセス)

- | | | | |
|------------------------------|--|------------------------------|--|
| <p>方大
面
から
阪</p> | <ul style="list-style-type: none"> ① 阪神高速神戸線 武庫川出口 ② 43号線を直進 ③ 建石交差点を右折 | <p>方神
面
から
戸</p> | <ul style="list-style-type: none"> ① 阪神高速神戸線 西宮出口 ② 43号線一つ目信号をUターン ③ 建石交差点を右折 |
|------------------------------|--|------------------------------|--|

香櫨館 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	<ul style="list-style-type: none"> ●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



香櫨館PRESS



TOPICS

冬こそ“ほっと”温まる!
プロが語る
Health&Beauty

PICK UP SHOP
in KOROKAN

カラダを引き締めて
着ぶくれしない冬に

〈ホットヨガスタジオ〉
ヴィーボ ベアルスィ香櫨園

寒くなると代謝が落ち、体内に水分をためてしまい、むくみの原因になります。しっかり体を温めて汗を出す事が大事になります。そこで、私どもヴィーボ ベアルスィ香櫨園のマグマヨガがおすすめです。他のホットヨガとは違い富士山の溶岩石を使った遠赤外線での芯から温まります。そして、ヨガのポーズの中ではねじりのポーズを取っていただくと、特に代謝が上がり、体を温めます。当店は、数多くのレッスンプログラムをご用意して、皆様のニーズに合ったレッスンを提供させていただいております。ぜひお試しください。

ヴィーボ ベアルスィ香櫨園

有効期間:2018/12/5(水)~2018/12/28(金)まで

入会金 + 登録料 + 初月度会費 = 無料

※6ヶ月継続必要、4ヶ月目より種別変更可能 ※クーポンをフロントにてご提示ください

名前 TEL

住所

冬こそ“ほっと”温まる! プロが語るHealth Beauty

KOROKAN NEWS

来春

内科・糖尿病内科
クリニック

B棟-3F に開院予定!

A棟-1F

〈ホットヨガスタジオ〉

ヴィーボ ベアルスィ香櫨園

冬のむくみをスッキリ! 簡単セルフケア

冬のむくみをスッキリさせるには、寝る前のストレッチがおすすめ。両手足を上げて振る運動の他に、かかとの上げ下げを20回行うとふくらはぎのポンプ作用で血流が戻り効果的です。あとは当店のマグマヨガを受けてもらうのが一番です。

TEL 0798-35-6660

HP <http://s-vivo.com/bearsi-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 辻田



C棟-1F

〈イタリアンレストラン〉

カクチャー ケインカント

寒い冬のほっこりメニュー!

Zuppa avvolta nella torta (パイスープ) 680円(税抜き)
ズッパ アッヴォルタ ネッラ トルタ

パイに包まれたスープの中身はキノコ・香味野菜・魚貝・お肉そしてフォアグラetc ベースのスープはクリーム・コンソメ・トマトの3種類。心もほっこのり絶品メニューです。

TEL 0798-34-2234

HP <http://ca-cucina.com>

定休日 水曜

営業時間

ランチ/AM9:00~(L.O PM2:30)

カフェ/PM2:00~5:00

ディナー/PM5:30~(L.O PM9:30)

シェフ
安周 拓也



C棟-1F

〈音楽教室〉

音楽スタジオ♪チャオ♪

「カンツォーネ教室」の楽しみ方

イタリアの情熱的な愛を余すところなく表現するカンツォーネ。歌う曲は『オーソーレミーオ』や『帰れソレントへ』などのナポリターナやサンレモ音楽祭入賞曲。響く大きな声で歌うことでレッスン後は身も心もほっこり! 発声から丁寧にお教えます♪

入会金 3,000円(教材費込み) 月会費 6,000円
木曜日 9:20~10:50 / 月3回

TEL 0798-34-2234

HP <http://ca-cucina.com>
カクチャーケインカントのホームページに音楽スタジオチャオの案内がございます。

定休日 なし 営業時間 AM9:00~PM9:00

教室代表
角地 正範



B棟-3F

〈個別指導 学習塾〉

個別館 香櫨園校

失敗しない塾選びで大切なこと

利便性・安全性、実績、指導方法(集団・個別など)、費用、コース…塾選びの視点は様々です。まず目的を明確にすることが大切です。「定期考査の得点を上げたい」「〇〇大学合格」など、それに対して明確な方針が示されることが大切です。相性も大切です。A君にとって良い塾が、Bさんにとって良い塾とは限りません。そこで体験授業を受け、その感想も踏まえて選ぶとよいでしょう。

TEL 0798-35-7055

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

定休日 木曜・日曜

営業時間 PM1:00~PM10:00

教室責任者
章田 功



B棟-2F

〈薬局〉

アーク薬局

スッキリ! お通じのお悩みを改善しましょ

便秘解消のためには、生活習慣を規則正しくすることが大切です。排便のリズムは人それぞれで2~3日に1回でもお腹に痛みや張りがなく定期的にお通じがあれば問題ないケースがほとんどです。食物繊維や乳酸菌を摂取し適度な運動をすることで改善していきましょう。

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
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

日々健康でいるために

先日、私は患者さんの歯石除去中、突然背中中の痛みを感じました。それは動けなく息も出来ない程でした。原因は、無理な体制を長時間維持し、更にそこから動いたことだと思われま。人間の体はつながっています。良い姿勢、習慣が健康に繋がると改めて認識した出来事でした。

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

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

動物とのふれあいから学ぶこと

生き物とのふれあいは、自分とのちがいを知る一つのきっかけになります。自分よりも小さな生き物に触れ、始めは力の加減が分からず関わる事もありますが、いずれ触れ合いを知り、命あるものへの愛育を培っていくことだと思います。

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

寒い時期に発症する蕁麻疹について

冬に起こりやすい蕁麻疹として、冷水に触れたり冷気に当たった際に局所または全身に蕁麻疹が生じる寒冷蕁麻疹という病気があります。寒冷蕁麻疹の治療としては、抗ヒスタミン薬の予防的服用と体を冷やさないライフスタイルを保つ事が大切です。

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

AM9:30~12:30

PM4:00~7:00

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

高熱が出た時のすぐに対応法

対処法としては小まめな水分補給(電解質を含んだ飲料)と着替え・全身の清拭・効果的なクーリング(両脇、太ももの内側のつけ根、首の両側)を行う事です。また親が傍に付いてあげることでお子さんには見守られている安心感が伝わります。

TEL 0798-35-1001

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

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

診療時間

AM9:30~12:00

PM2:00~3:30

PM4:00~7:00

院長
清水 俊男



Korokan Sta.
Hanshin Railway
阪神電車
香櫨園駅

KOROKAN!!

Health & Beauty & Anti-Aging

