ここから広がる　わたしの暮らし

Urban

Dear friends in our town

タウン情報誌 アーバン

December 2018

12/20号

横浜中央版　no.258

http://www.urban-plus.jp/

■朝日・読売新聞折込 100,000部
［横浜市神奈川区・中区・西区・南区・保土ヶ谷区・磯子区・戸塚区・旭区］
■ポスティング 40,000部［横浜市西区・中区の一部］
■横浜東・川崎版、田園・ニュータウン版、横浜南版　各140,000部
・企業名が見出しに表示されているものはその企業からのPR広告です。
・誌面に関するお問い合わせ／(株)アーバン企画　☎045-320-5161



45歳前後から始まる目の老化現象「老眼」

老眼を手術で治すという選択肢

手術担当の眼科専門医による無料説明会を開催しています。どのような手術か確認した上でご判断ください。

我慢せずに治療をする時代

「老眼」とは、目の中でレンズの役割をしている水晶体が、ピント合わせのために厚みを変化させる力が弱まり、近いところが見えにくくなる状態のことです。平均して45歳前後から始まり、加齢とともに進行します。

同院の老眼手術として、軽度から中等度までの老眼の方には『モノビジョンレーシック』という方法があります。〝レーシック〟とは、眼の表面にある角膜を切開しフラップと呼ばれる蓋のようなものを作った後に、レーザーで角膜を削り、角膜の形状を変えることによって矯正する屈折矯正手術です。片目を遠く、もう片目は近くが見やすいように視力を調整し、両目で見た時に遠くも近くも見えるように合わせることを〝モノビジョン〟といいます。

同院ではこの他にも様々な老眼治療法があり、患者さまのライフスタイルを伺った上で最適と思われる方法を提案してくれます。この機会に無料説明会に参加してみてはいかがでしょうか。

精密な施術を行う「プレミアム白内障手術」とは

目の中でレンズの働きをする水晶体は本来透明ですが、加齢やその他の条件により濁ってしまった状態を「白内障」といいます。

白内障手術は濁った水晶体を除去して、人工の眼内レンズを挿入することで視力を回復させる手術です。近年では技術の進歩により日帰り手術が一般的になりました。

同院の『プレミアム白内障手術』とは〝フェムトセカンドレーザー〟と〝眼内度数測定システム〟を使用したより精密さが増した手術方法です。



国内での導入台数はまだまだ少ない
同院のフェムトセカンドレーザー

従来、角膜の切開や水晶体を覆っている嚢という膜の切開などは、術者の感覚や経験に頼っていました。しかし、フェムトセカンドレーザーを使用することでコンピューター制御による精密な手術が行えるようになりました。角膜の傷口の閉鎖が良好で、眼内レンズの位置ずれなどの問題も起こりにくくなりました。さらに眼内レンズを挿入する際に眼内度数測定システムを使用し、度数をリアルタイムで測定します。手術中の状態変化に対応し、最適な眼内レンズ度数や固定位置を確認することで誤差を可能な限り少なくして手術の精度を向上させています。



みなとみらいアイクリニック
主任執刀医
荒井 宏幸 医師
・医療法人社団ライト理事長
・Queen's Eye Clinic 院長
・防衛医科大学校非常勤講師
・日本眼科学会認定眼科専門医

検査無料 適応検査を受けてみよう

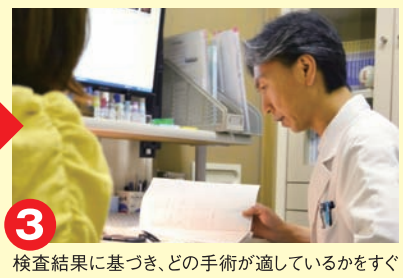
マンツーマンで詳細な眼の検査をした後、検査結果からその方に一番適した治療方法を提案します。(診察まで含め約2時間～2時間半)



1 高精度の機器を使用し、近視・遠視・乱視の度数、角膜や目全体の歪み(収差)などを多角的に測定していきます。



2 角膜の表面や後面を撮影。角膜の形状を色分けして表示する事によって、乱視の状態や角膜の異常の有無などが分かります。



3 検査結果に基づき、どの手術が適しているかをすぐに診断。手術方法についての詳しい説明の後、眼科専門医による診察があります。手術の適応以外に病気の有無などの確認も可能です。

みなとみらいアイクリニックでは無料説明会を開催いたします。詳細は▼をチェック!

文字を書くことが好きなあなたへ
くもん書写教室の先生になりませんか？

ペン習字　かきかた　筆ペン　毛筆

公文書写
全国で約3000名の女性指導者が活躍中
KUMON
公文書写 先生　検索

●自宅や貸会場で週1回からOK!
●無料研修制度で初めてでも安心
●趣味を仕事に、家庭と両立しやすい



文字を書くことが好き。教えることに興味がある方。美しい手書き文字が書ける喜びを『くもん書写』の先生になって伝えませんか？

■詳しくは教室開設説明会へ お気軽にご参加ください
25～60歳の女性の方のご参加をお待ちしております

地区	日　時	会場 / アクセス
横　浜	1/15 (火) 10:30~12:30 1/24 (木) 10:30~12:30 1/30 (水) 10:30~12:30	そごう横浜店 9F 市民フロア ミーティングルームB 【電車】各線「横浜駅」東口より ポルタ地下街中央通路を直進 そごう横浜店B2Fから9Fへ 徒歩5分 【お車】横浜駅東口地下駐車場をご利用ください ※有料

ご質問・お問合せ 0120-410-297
公文エルアイエル 東京事務局　東京都港区高輪4-10-18京急第1ビル12階

なんと5歳～86歳の生徒さんが在籍中!
「ソニアのボイトレ」始めませんか?

JPOP・ロック・R&B・アニソン・洋楽・演歌・音痴矯正等

無料体験レッスン受付中! 大船駅徒歩3分
ソニアボーカル教室



カラオケがうまくなりたい・ずっと歌が苦手だった・高い声が出ない・声量がない・音痴を治したい・歌うとノドが痛くなる…等々。

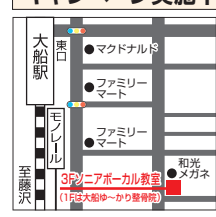
だったらソニアのボイトレでしょ!

あらゆる年齢、ジャンルに対応できるたしかな技術を持った講師陣が、生徒さんの気持ちに寄り添う温かいレッスンでご指導します。

ぜひ無料体験レッスンでソニアを体感してください。

入会金無料・初回月謝半額キャンペーン実施中!

月謝例 ※詳細はHPでご確認ください
【個人レッスン】月2回 10,000円(税別)
【ペアレッスン】月2回　6,000円(税別)



無料体験レッスンはネットか電話で受付中!
ソニアボーカル教室　検索
http://soniavocal.com
【電話受付】12時～20時(定休日：月・祝日)
☎0467-46-8835
鎌倉市大船1-16-16　一光ビル3階
※年末年始休業12/28～1/4

〈老眼治療・白内障手術〉〈レーシック〉無料説明会のご案内　要予約

実際に手術を担当する眼科専門医が説明いたします

老眼治療と白内障手術 無料説明会
▶1月12日(土)・2月16日(土)
レーシック 無料説明会
▶1月19日(土)

質問も出来ます



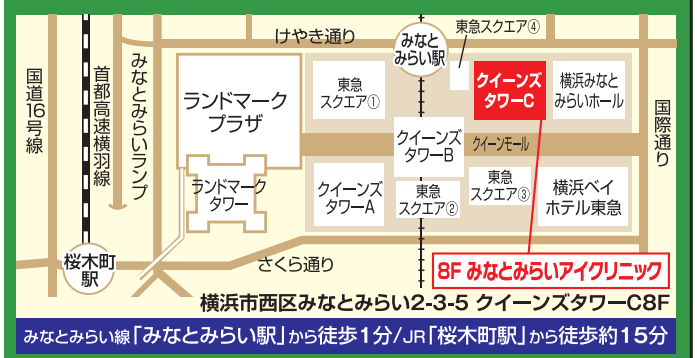
アーバン読者も参加された「老眼治療と白内障手術　無料説明会」に編集部Nも参加してきました。手術を担当する眼科専門医による図や映像を使った説明がとてもわかりやすく、目の仕組みから手術方法までしっかりと理解出来ました。また、質疑応答では皆さんの異なる悩みに丁寧に答えてくださいました。治療方法を理解するよい機会になると思います。

各日14:00～※1時間程度



●老眼治療/白内障手術(フェムトセカンドレーザー使用)
片眼800,000円　両眼1,600,000円
●レーシック(アイデザイン®アイレーシック®)
片眼230,000円　両眼450,000円
※上記は全て自由診療です

自由診療・完全予約制
MINATO MIRAI EYE CLINIC
医療法人社団ライト みなとみらいアイクリニック
適応検査・説明会のご予約はフリーダイヤルもしくはホームページへ
0120-17-4455
【受付】10時～18時(火・日・祝休診)
【年末年始休診】12/29(土)～1/3(木)



横浜市西区みなとみらい2-3-5 クイーンズタワーC8F
みなとみらい線「みなとみらい駅」から徒歩1分/JR「桜木町駅」から徒歩約15分
http://www.minatomiraieye.jp/　みなとみらいアイクリニック　検索



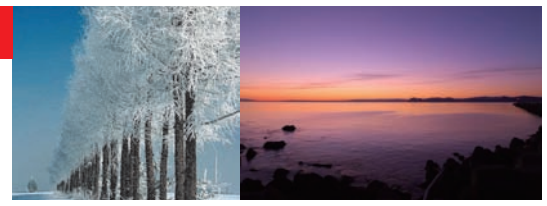
2019年1月11日（金）よりホテル内5店舗で開催

横浜ベイシェラトン ホテル＆タワーズ

2F/オールデイブッフェ「コンパス」・3F/バー「ベイ・ウエスト」
28F/フレンチ「ベイ・ビュー」・28F/スカイラウンジ「ベイ・ビュー」・28F/鉄板焼「さがみ」

冬の厳選美食“北海道フェア”2019

QRからもご予約できます





横浜ベイシェラトン ホテル&タワーズでは、「冬の厳選美食〝北海道フェア〟2019」と題し、厳選した海の幸、大地の恵みを受けた乳製品などをふんだんに使用したオリジナルメニュー、スイーツ、北海道の地ビールやカクテル、珍味などをご用意し、館内5つのレストラン&バーにおいて開催いたします。

今年もオールデイブッフェ「コンパス」シェフの南が北海道に赴き、生産者の皆様のこだわりや情熱を直接感じながら食材を厳選してまいりました。ずわい蟹の食べ放題、殻つき帆立貝、いくら丼など北海道食材がずらりと並びます。

最上階のフレンチ「ベイ・ビュー」では、近年人気のジビエ、蝦夷鹿のローストや北海道大沼黒牛のサーロインなど、北海道食材を取りいれたランチとディナーを、鉄板焼「さがみ」では前菜からメインまで蟹をふんだんに使用した、蟹づくし+北海道和牛のコースをご用意いたします。

また、グルメパスポートのお客様には北海道フェアのご利用で豪華ギフトが当たるキャンペーンも開催いたします。

2F オールデイブッフェ「コンパス」4月7日（日）迄



【時間】ランチブッフェ／11:30～15:30
ディナーブッフェ／17:30～21:30（土日祝17:00～）
※ブッフェは110分制となります。

料金		大人	シニア※65歳以上	小学生	4歳以上の未就学児
ランチブッフェ	平日	3,685円	3,410円	1,815円	990円
	土日祝	5,720円		2,860円	1,430円
ディナーブッフェ	平日	5,280円	4,950円	2,640円	1,320円
	土日祝	5,720円		2,860円	1,430円



【パフォーマンスメニュー例】
●北海道産黒毛和牛のローストビーフ カッティングサービス 北海道産山わさびを添えて
●北海道産小麦 ゆめちから使用 札幌味噌ラーメン
●北海道食材を使った胡麻油香る揚げたての天ぷら
●北海道産 殻付き帆立貝の炉端焼き風

【メニュー例】
●北海づくしの海鮮丼 ※平日　●北海道産いくら丼 ※土日祝 ※チケット制お1人様1皿限定
●ずわい蟹食べ放題 ※土日祝ランチ、全日ディナー　●北海道名物 鶏のザンギ
●シェフ厳選 北海道珍味コーナー　●北海道産 甘みたっぷりコーンの濃厚ポタージュ
●北海道名物 スープカレー 骨付きチキンとローストベジタブル
●北海道 夕張メロンソフトクリーム ※ランチ　●十勝野フロマージュで作る北海道半熟チーズケーキ

28F フレンチ「ベイ・ビュー」2月28日（木）迄



エレガンス ランチ 時間／11:30～14:30（CLOSE）
平日…4,400円　土日祝…4,900円

フレンチディナー 時間／17:30～20:00（LO）
「海」8,800円　「港」13,200円

28F 鉄板焼「さがみ」2月28日（木）迄



蟹づくし+北海道産黒毛和牛コース 22,000円
時間／月～土 17:30～21:00（LO）
日・祝 17:30～20:00（LO）

●ずわい蟹の刺し身と昆布締め　●毛蟹と三杯酢
●蟹味噌焼き　●蟹サラダ　●ずわい蟹の蒸し
●北海道産焼き野菜（インカのめざめ、富良野の赤玉ねぎ、山芋など）
●極上“北海道産黒毛和牛”フィレ または サーロイン（100g）
～北海道産山わさび、宗谷の塩・網走湖産しじ美醤油とポン酢～
●蟹のあんかけ炒飯、蟹味噌汁
●北海道クリームチーズケーキ　北海道のアイスクリーム
●コーヒー または 紅茶

「蟹づくしコース」17,600円もございます

グルメパスポートアプリ限定 スタンプラリー開催

2月28日（木）迄





A賞　北海海鮮福箱

専用アプリで北海道からの産地直送グルメがあたる豪華プレゼントキャンペーンを開催します。
アプリダウンロードはこちらから▶

レストラン総合予約 受付時間/10時～19時

☎045-411-1188

横浜市西区北幸1-3-23 ※横浜駅西口 徒歩1分

※記載のサービス料10%込表示料金に別途税金を加算いたします。
※仕入の状況により一部料理内容・盛り付け等が変わる場合がございます。※写真は全てイメージです。

北海道のビバレージ

期間中は北海道のクラフトビール、カクテルを提供いたします。北海道の食材を使った美味しいお料理に合わせてお楽しみいただけます。　クラフトビール3種 各1,540円



※店舗によって取り扱い内容と期間が異なります

50代からのエステ リンパマッサージで“はみ肉”を解消！



身体の冷えや凝り、むくみなどの体質を改善します

代謝を上げて痩せやすい身体へ

Moi Heure（モア・ウール）
モアウール　検索



深部の脂肪や頑固なセルライトに

当サロンはキャリア10年以上のスタッフがお客様一人ひとりのお悩みやご要望に対して心を込めてマッサージを行っています。疲れが溜まっている身体も施術終了とともにスッと軽くなり、至福の時間を過ごして頂けると思います。無理な勧誘は一切行っておりませんので、初めての方もお気軽にご来店ください。

年末年始キャンペーン《1/11迄》
●セルライト撃退マシン+痩身リンパ全身マッサージ
先着10名様《エイジングヘッドマッサージ付》で更にオトク!!
【75分】通常16,800円▶ 3,980円（税込）
採寸・セルライト撃退マシン・リンパマッサージ・岩盤発汗・採寸

●1ヶ月集中プラン 4回コース
アーユ・リンパマッサージ×4 & セルライトケア×4
通常67,200円▶ 初回限定 42,000円（税込）
※この他にも3ヶ月プラン・6ヶ月プランのご用意がございます

◎ご予約時に「アーバンを見た」とお伝えください
完全予約制 ☎045-840-0155
【営業時間】平日:10時～19時　土日祝:10時～18時《不定休》
港南区上大岡西1-4-9 KMハイム1F【年末年始休業】12/30～1/4



当サロンの力強いハンドリンパマッサージ
《アーユ・リンパマッサージ》



スタッフ中川

世界三大伝承医学の一つでもあるアーユル・ヴェーダ理論をベースにしたマッサージです。ご年齢と共に変化するお身体の状態に合わせて不調を取り除き、無理なく本来の健康な体を取り戻すお手伝いをさせて頂きます。



都筑ふれあいの丘教室

体験レッスン開催中

スクールよりも気軽に！ 英語・中国語会話サロンオープン

ホクト語学教室

都筑ふれあいの丘教室

英会話・中国語会話サロン
・毎週水曜日 15:00～16:20（80分）
・参加費 4回 4,320円（税込）
・内容：テーマを毎回変え、会話を楽しみます

体験お申込み・お問合せは
☎0120-10-6374
都筑区見花山1-30見花山ビル4F
都筑ビジネス&コミュニティ
横浜市営地下鉄グリーンライン
「都筑ふれあいの丘駅」徒歩6分

『ホクト語学教室・都筑ふれあいの丘教室』に、会話サロンクラスがオープン。会話サロンで毎回テーマを変えて楽しくおしゃべりしながら異文化に触れ合いませんか。先生は皆、ネイティブスピーカーなので自然と語学力が身に付き、気づいたら自分の言葉で話せるように。会費も1回お茶代程度でお財布にも優しく、気軽な雰囲気と評判です。

基礎から学びたい方や、検定試験対策には「マンツーマンレッスン」を。



横浜・川崎エリアのスイーツのお店を紹介
Urbanプラスで連載中♪
あのまちのスイーツ



あのまちのスイーツ　検索

入れ歯よろず相談　しっかり噛んで楽しく食べて健康長寿を

痛い、合わない、噛めないはあなたにしかわかりません
完全予約制の為まずはお電話を！ セカンドオピニオン対応



細田幸平歯科医師　細田幸太院長

◆院　長　細田幸太
1998年日本大学藤沢高等学校卒、2004年昭和大学歯学部卒、2014年某大型医療法人を多数勤務を経て、細田歯科医院開業
◆歯科医師　細田幸平
神奈川県立横浜翠嵐高等学校卒
東京歯科大学卒

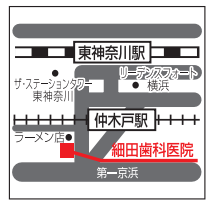
☎045-441-2509
神奈川区東神奈川1-3-3 2F　木曜・日曜・祝日休診

	月	火	水	木	金	土	日・祝
10時～13時	●	●	●	休	●	●	休
15時～20時	●	●	●	休	●	●	休

JR東神奈川駅 京急仲木戸駅 駅前
細田歯科医院 取材協力
東神奈川 細田歯科　検索

「人生90年といわれる時代。超高齢化社会を迎えましたが〝歯〟の寿命は逆に短くなり、どうしても入れ歯にたよらなくてはいけない人が増えています。しかしながら口の中、咬み合わせ、噛み心地には個人差があり、ピッタリ合った物を作るのは余程のベテラン医師でも難しい課題です。認知症・癌・脳疾患・血液心臓疾患・生活習慣病等を防ぐ為にもしっかり噛んで楽しく食べることが大切ですが、入れ歯が機能しなければそれは望めません。

当院は親子3代、90年間に及び快適な生活を守る歯科治療と、機能的に満足していただける入れ歯治療に取り組んでいます。歯科治療でお困りの方、気軽にお電話にてご予約をお取り下さい」と院長。



大船ロビンフット靴店

ラスト1足のみ 蚤の市

ヨーロッパの健康靴

12月31日（月）迄。但し売り切れ次第終了

年の瀬にあたり今年1年に出たサイズ不揃いの靴を破格値で放出。写真の靴はほんの一部です。

サイズ不揃い
1足のみの靴も
早い者勝ち









営 10時～19時
休 水曜（年内12月31日迄営業）
大船駅東口徒歩3分
☎0467(42)6322

Present ご応募お待ちしております。

10組20名 『テーブルウェア・フェスティバル 2019 ～暮らしを彩る器展～』にペアでご招待



日本の名窯から海外ブランドまでが一堂に会する国内最大級の“器の祭典”です。特集企画はヨーロッパ磁器発祥の地であるドイツがテーマ。展示やコンテストをはじめ、ステージイベント、セミナー、お買い物など、日々の食卓を彩る様々な楽しみ方を提案してくれます。

◆会期：2019.2/3（日）～2/11（月・祝） ◆開催時間：10時～19時（初日は11時～、最終日は18時迄） ※入場は閉場1時間前迄 ◆会場：東京ドーム（JR「水道橋駅」西口すぐ） ◆料金：前売1,800円、当日2,100円 ※小学生以下は無料。ただし、大人の付添いが必要です。

問 ☎03-5800-9999（東京ドームシティわくわくダイヤル） https://www.tokyo-dome.co.jp/tableware/

3名 南薩摩産さつま芋仕込み「黒麹仕立て 桜島」桜島オリジナルお湯割りグラス セット



本坊酒造株式会社の「黒麹仕立て 桜島」は、南薩摩産さつま芋を使用する生粋の薩摩仕込みの本格芋焼酎。焼き芋を思わせる香ばしさと、濃厚なトロリとした甘さと旨さを持つ原料の持ち味が生かされた逸品です。桜島のロゴ入り「桜島オリジナルお湯割りグラス」をセットにしてプレゼント。冬の寒い季節に、香りたつお湯割りを心ゆくまで堪能いただけます。

900ml瓶 998円（税込） アルコール度数25％

問 本坊酒造株式会社 ☎099-822-7003 https://www.hombo.co.jp/

【応募方法】◆「はがき」「FAX」から：郵便番号・住所・氏名（年齢）・電話番号・希望プレゼント名・気になった記事・ご意見・ご感想を明記の上、右記宛にご応募ください。◆「WEB」から：右記アドレスへアクセス後、画面の案内に従ってご応募ください。

【応募締切】2019年1月6日（日）必着 ※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

【個人情報について】個人情報は、賞品発送と、今後の誌面改善の参考にのみ利用させて頂きます。

〒220-0004 横浜市西区北幸2-8-19 横浜西口Kビル5F 「アーバン横浜中央版12/20号プレゼント」係 FAX 045-320-2745 https://www.urban-plus.jp/

開院20年!! 今だけ中国気功整体治療が4,000円引き



総院長 張霊雲（チョウレイウン）先生（左）

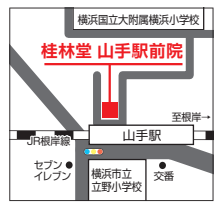
改善できないつらい痛みやしびれ 一度ご来院ください

桂林堂 山手駅前院

腰痛治療に定評あり中医師在籍の整体院

同院の中国気功整体は、東洋と西洋の医学の両方の観点から一人ひとりの症状に合わせ調整するオーダーメイド施術。四診（問診・脈診・舌診・視診）を通じて根本原因を特定、歪みやバランスを整え改善へと導きます。気功整体において中国国家賞を受賞した張総院長に相談を！

上大岡院 開院20年記念 中国気功整体
初回限定 4,000円OFF!! 2019年1月末迄
初診料 2,000円 + 45分 5,250円 ▶3,250円



「アーバンを見た」とご予約ください
☎045-628-6106
10時～20時 年中無休【要予約】
年末年始休診：12月31日～1月3日
横浜市中区立野73 立野ビル2F
JR根岸線「山手」駅より徒歩1分
上大岡院、日吉院、駒澤大学駅前院もあります
詳しい症例等▶ 桂林堂 山手 検索

■こんなお悩みに!
□膝・腰・肩・首の痛み
□体がだるい
□頭痛
□胃もたれ
□ヘルニア など



土・日・祝も使える10%OFFクーポン・平日13時以降は20%OFF



数量限定 100%ビーフ シルクスペシャルハンバーグ じゅわ～とあふれる肉の旨味を堪能して

山下公園・県民ホール・横浜観光にアクセス抜群
ホテルランチの特別感

2019年 2/28（木）迄

HOTEL JAL CITY 関内 横浜 Silk



ホテルランチならここ、山下公園そばの『カフェ&レストラン シルク』。水曜日ごとの週替わりメインに、テーマが変わるサラダバー付。さらにクーポン利用で最大20%オフとお得♪



数量限定 シルク特製ローストビーフ 低温でじっくりと焼き上げました

サラダバー付ランチ お好きなメイン料理+サラダバー
お好きなだけ：サラダ・オードブル・スープ・デザート・コーヒー・紅茶

数量限定 シェフスペシャルランチ 1,790円 20%OFF▶ 1,432円
・シルク特製ローストビーフ

数量限定 スペシャルランチ 1,680円 20%OFF▶ 1,344円
・シルクスペシャルハンバーグ

週替わりメニュー 1,260円～ 20%OFF▶ 1,008円～
・パスタ・ご飯もの・魚料理・肉料理

※12/29（土）～2019.1/6（日）は料金が変更になります
※赤字は平日13時以降に利用できる限定クーポン価格です ※税・サ込み

クーポン258 ランチ&ディナー お会計より 10%オフ
有H31年2月28日（木）迄（横浜中央）
他券併用不可・何名様でも可・コピー可
カフェ&レストラン Silk

クーポン258 平日13時以降のご利用限定 ランチお会計より 20%オフ
有H31年2月28日（木）迄（横浜中央）
他券併用不可・何名様でも可・コピー可
カフェ&レストラン Silk

※ご予約も承ります ☎045-661-2590
ランチ 11時半～15時（LO14時半）
ディナー 月～土:17時～21時半（LO20時半）
日・祝:17時～21時（LO20時）
横浜市中区山下町72 ※無休 ※駐車場あり
みなとみらい線「日本大通り駅」3番出口 徒歩2分
JR「関内駅」徒歩10分
関内 Silk 検索 ※画像はイメージ



大好評につき 再キャンペーン実施決定！！

「目の下のたるみに」は本当でした！

全国から喜びの声が続々と！

しでもスキンケアの悩みがある方へと、本誌で度々ご紹介した「烏骨鶏のにんにく卵黄」。「むきたまごのようなツルツル感を実感！」と発売以来、女性からの人気が急増中。皆さんは既に試されましたか？

烏骨鶏の実力に「ホっ」としました

私も実感できたからこそ、前回のレポートで読者にお勧めしたのですが、今回の再調査で体験者の声を知り、やはり本物だったと確信。「ホっ」と安心しました。

でも本当にいいのかしら？

そうお思いの方のために、実際に全国から届いたお声を一部ご紹介します。

◆にんにく卵黄が美容に良いなんて「ウソみたい」と思ったけど、半月くらい2粒ずつ飲んでみたら、目の下のたるみがあまり気にならなくなり「ウソじゃないみたい…」！おまけにポカポカして一石二鳥です。（福井県坂井市 M・K様／女性／56歳）

◆喜んでいます。いいです。目の下のたるみが気になって試しに注文してみると、ツヤツヤしてピーンとはりがあって、ついつい笑顔になってます。旅行先での写真がイキイキ、どうもありがとうございます。（沖縄県中頭郡 H・M様／女性／43歳）

◆まだ1ヶ月経っていないのに、息子と娘に「ほうれい線が目立たなくなったネ」と言われ感激しています！（千葉県野田市 ぽたん様／女性／40歳）

他のにんにく卵黄とナニが違うの？

烏骨鶏のにんにく卵黄は、もともと「女性の美容の為に開発されたもの。烏骨鶏卵黄、発酵黒にんにく、亜麻仁油をはじめとした6つの原料を厳選、特別の比率で配合したところ、開発者も驚くほどの大反響に繋がったそうです。

私も正直、最初は疑ってたのが、今では化粧のノリが全然変わりました。薄化粧（殆どスッピン）でも大丈夫。周囲が驚くぐらい、いつも明るくツルンとしてます。

（美容ライター 中島律子）

再びのチャンスです！

今回、この「烏骨鶏のにんにく卵黄」の再キャンペーンが決定！先着50名分ご用意致しました。今回もなんと返品保証付きです。自信があるから出来るキャンペーン。前回のチャンスを逃した方、まだ半信半疑な方は、リスクゼロのこの機会をぜひご活用ください！

◎お申し込み先／㈱ツバキ薬粧
電話 0120-997-022（9時～21時、無休）
FAX 0798-69-2956（24時間）

優待番号 NB144

※お申込時には必ず優待番号をお伝え下さい。

FAX・葉書での応募は、〒、住所、氏名、フリガナ、電話、生年月日、優待番号、定期コースご希望の有無と袋数を明記の上、〒663-8204 兵庫県西宮市高松町7-26-2 F（㈱ツバキ薬粧「アーバン横浜中央」係迄。

※毎月コースは開始より3回以上継続がお約束になります。（初回特典を利用してご返品された場合、3回未満でもキャンセル可能です。※受付7日程で郵便受けにお届け。お支払いはコンビニか郵便局、クレジットカードによる後払いにて。※初回5千円以上はクレジットか代金引換。※特典は初めての方、同一ご住所に1回（6粒）迄限定。

全額返金キャンペーン!! 先着50名様限定

エチケットが気になる女性の為に、臭いが気にならない種類のニンニクを使用しています。



★商品に同封のサンプル約6日分を先に飲み満足されなかった場合、同封の説明に沿って到着2週間以内に本品をご返送ください。（返送料販売元負担、返品時は毎月コースもキャンセルが可能です）

送料込み
うこっけい「烏骨鶏のにんにく卵黄」毎月1袋お届けコース 1,766円（税込） 1袋31粒入（1日目安1～3粒）

※毎月2袋以上お届けなら更にお得に！（1袋あたり1,574円／送料無料）
※通常購入（1,851円／送料200円）でもお申込みいただけます

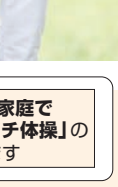
QUIZ アーバン脳トレ □にあてはまる漢字を入れよう

脳トレに挑戦！読み方と意味をヒントに漢字を書き入れてみましょう！

問題.1
① 絶（ぜっ）□ 絶（たい）□（ぜつ）（めい）
どうにも逃れようのない、差し迫った状態や立場にあること。

問題.2
② 有（う）□ 無（や）□（む）（や）
あるのかないのかはっきりしないこと。また、いいかげんなさま。

問題.3
③ 風（ふう）□ 明（こう）□（めい）（びょう）
自然の景色が美しいこと。また、そのさま。



会話などでよく使うのに書けない漢字…、あれ?どの漢字でしたっけ??
せっかくなので意味と一緒に改めて覚えちゃいましょう。答えは下を見てね！

答えは①絶体絶命／②有耶無耶（「耶」は疑問の意味を表します）／③風光明媚（美や用はx⁽ii⁾）

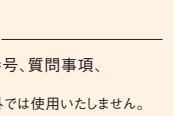
《保険対応》下肢静脈瘤（かしじょうみゃくりゅう）の日帰りレーザー手術が可能

内科外科など様々な視点から総合的に“下肢静脈瘤”を診療します

院長・理事 村山 剛也先生 プロフィール
1996年 慶應義塾大学医学部卒業、2006年医学博士号（外科学）取得。2007年ハーバード大学医学部研究員に。東京都内の病院勤務を経て2008年から現職。日本外科学会認定外科専門医。

足がつる、むくむ、かゆい…その症状も!!

日帰りの下肢静脈瘤手術は約10年の実績
医療法人社団 慶博会 **関内医院**
内科・外科・血管外科・循環器内科・消化器内科・肛門外科



加齢とともに増加傾向にある下肢静脈瘤。女性、脂肪の多い人、重い荷物を扱う人などに起こりやすく、自然に治りません。血管が凸凹したイメージがありますが「隠れ静脈瘤」の場合、足がつる、むくむ、など疲労と間違える症状もあるので要注意です。妊娠を機に発症する場合もあります。

同院では常に最新情報を提供し、最適な検査・治療法をご提案してきました。保険対応のレーザー治療は、片足20～30分の日帰り手術が可能。術後は歩いて帰れます。

下肢静脈瘤も早期発見が大切です。少しでも気になった方はご相談ください。

下肢静脈瘤の診察・女医(4名在籍)希望はご予約を
☎045-663-7161
【診察時間】※受付終了は15分前迄（祝日休診）
月～金：9時～13時、15時～19時
土曜日：9時～13時 日曜日：10時～13時
※年末年始休診は12/30～1/4
交通案内 JR根岸線「関内駅」北口より徒歩4分 横浜市営地下鉄「関内駅」7番出口より徒歩3分
https://www.kannai-iin.com/



『関節リウマチ市民フォーラムのお知らせ』 3/9（土）横浜シンポジアで開催

参加無料

横浜市立みなと赤十字病院 アレルギーセンター
http://www.yokohama.jrc.or.jp/alle.cent/



みなと赤十字病院アレルギーセンターでは、今年度も関節リウマチ市民フォーラムを開催します。

膠原病リウマチ内科部長萩山医師による「関節リウマチ治療薬のおはなし」、アレルギーセンター上原保健師による「痛みからの解放～お薬をつかいながらリウマチとお付き合い～」の講演の他、理学療法士による家庭で出来るリウマチ体操の指導も行います。関節リウマチについて知識や理解を深め、病気を上手くコントロールしながら療養していただくのに役立てていただければと考えています。患者さんやご家族を中心にどなたでもご参加可能ですので、ぜひこの機会に学んでみませんか。

講演❶「関節リウマチ治療薬のおはなし」
講演❷「痛みからの解放～お薬をつかいながらリウマチとお付き合い～」
休憩時間に「家庭で出来るリウマチ体操」の指導を行います

●日時／3月9日（土）14時～16時 ※13時半開場（参加無料） 1月16日（水）より受付開始
●定員／150名 ●場所／横浜シンポジア 産業貿易センタービル9階（横浜市中区山下町2）
※みなとみらい線「日本大通り」駅3番出口徒歩5分、横浜駅・桜木町駅より市営バス:8・58系統「芸術劇場・NHK前」下車徒歩3分、26系統「大桟橋」下車徒歩1分



【申込方法】下記宛へ電話・FAX・はがきにてお申込みください。
●はがき、FAXでのお申込みの場合、住所、氏名（ふりがな）、年齢、性別、電話番号、質問事項、「アーバンを見た」とお書きください。
※定員になり次第締め切らせていただきます。応募者の個人情報は本市民フォーラム以外では使用いたしません。

〒231-8682 横浜市中区新山下3-12-1 横浜市立みなと赤十字病院アレルギーセンター 「関節リウマチ市民フォーラム」係
☎045-628-6381 FAX 045-628-6101

OSAKA

この一年の感謝を込めて「西川工場直送・歳末羽毛大バーゲン」開催〔12/31(月)まで〕

大阪西川チェーン賞15年連続＆東京西川優秀賞 連続受賞店!!

クーポン持参＆現金購入でさらに10%オフ!!

西川チェーン専門店
スリープスタイル
東戸塚店・上大岡店



西川工場直送
「歳末羽毛大バーゲン」
お買い得品ほんの一例（税別）

- 西川のスペイン産羽毛ふとん ㊒60,000円の品 ▶ **29,800円**
- 西川のセレクトグース90%羽毛ふとん ㊒80,000円の品 ▶ **39,800円**
- 西川のハンガリー産グース93%羽毛ふとん ㊒130,000円の品 ▶ **58,000円**
- 西川のハンガリー産 セレクトマザーグース93%羽毛 ㊒220,000円の品 ▶ **98,000円**

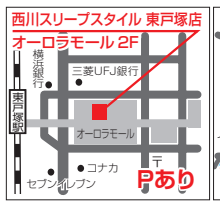
※ダブル・クイーンサイズなども歳末大バーゲン価格にて

『西川チェーン専門店スリープスタイル』下記店舗では、12月31日(月)までの期間限定で、西川工場直送の羽毛が最大70%オフになる「歳末羽毛大バーゲン」を開催中です。

西川が一年間のご愛顧に感謝を込めて、専門店ならではのこだわりの逸品をはじめ、人気の「点で支える健康敷ふとん」、あったか毛布、カバー、敷パッドに至るまで、全品歳末大バーゲン価格にてご提供致します。

また、読者特典としてクーポン持参の上、現金購入すると大バーゲン価格からさらに10%オフに！新しい年を新しい寝具でお迎え下さい。

クーポン258
クーポン持参&現金購入で特別価格からさらに
10%OFF
期H30年12月31日迄（横浜中央）
他サービスとの併用不可
スリープスタイル東戸塚店・上大岡店





〈TELにてご注文も承ります〉
【東戸塚店】営業時間／10時～20時
無休※西武東戸塚店に準ずる
☎045-827-0659
【上大岡店】営業時間／10時～21時
無休※mioka リスト館に準ずる
☎045-353-5612
https://www.e-sleep-style.com

お元気な今はもちろん、介護が必要になった時もお任せください



お元気な時にこそ有料老人ホームに入居して人生の価値を再発見してみませんか！

〈一人じゃない安心感〉
自分らしく快適に暮らしたい方へ

介護付有料老人ホーム（入居時自立）
中銀ライフケア®横浜希望ヶ丘
残りわずか

『中銀ライフケア横浜希望ヶ丘』の入居者は、相鉄線「希望ヶ丘駅」から徒歩7分という立地を活かし、趣味・習い事・社会貢献活動に充実した毎日を送っています。館内では健康寿命をより長く保っていただくための様々な介護予防プログラムをご用意。また、サークル活動や季節のイベント等が行われています。

介護が必要になった場合でも、追加費用なしで同一施設内のケアセンター（介護専用フロア）の利用が可能。隣接する介護専用型の有料老人ホーム中銀ケアホテル横浜希望ヶ丘へも、追加費用なく住み替えられます。

お元気な今こそ、将来を充実させる準備を始めましょう。

見学のご予約・お問合せは（受付時間：9時～17時）
☎0120-67-0723
〒241-0826横浜市旭区東希望が丘148
相鉄線「希望ヶ丘駅」より徒歩7分（550m）
◆QRコードからドローン撮影による施設概要をご覧いただけます

【類型及び表示事項】■類型/介護付有料老人ホーム（一般型特定施設入居者生活介護）■居住の権利形態/利用権方式 ■入居時の要件/入居時自立 ■介護保険/横浜市指定介護保険特定施設（一般型特定施設）・横浜市指定介護予防特定施設：第1473200291号 ■居室総数/161室 ■居室区分/一般居室：全室個室、介護居室区分：相部屋あり（1～2人部屋） ■介護に係わる職員体制/2：1以上、夜間（19：00～翌7：00）2名※最少時の職員体制：看護職員1名、または介護職員1名 ■提携ホームの利用等/提携ホーム利用可（中銀ケアホテル横浜希望ヶ丘） ■事業主体/中銀ライフケアホーム株式会社 東京都中央区銀座8-16-10 TEL.03-3248-1276

12/17(月)新装開店！健康靴のことならお任せください!!
靴のお悩みはお気軽にご相談を



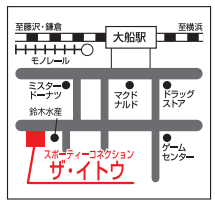
スポーティーコネクション
【ザ・イトウ】
イトウ靴店　検索



FHA公認の上級シューフィッターの居る大船の老舗靴店『ザ・イトウ』が12月17日に新装開店します。

同店では健康先進国ドイツを代表する靴メーカー「フィンコンフォート」をはじめ、「メフィスト」や「菊地の靴」、サンダルで有名な「ビルケンシュトック」など、各種メーカーの靴が揃っています。

《足のお悩み相談》を随時受付ていて、足圧と足裏の形状を無料測定してくれます。自分の足にあった靴を見つけて、新しい年を迎えてみませんか。



営業時間／10時～19時
定休日／木曜（年末年始休 12／31～1／3）
鎌倉市大船1-20-26
☎0467(46)6471

耳がはたらき、機微がわかる

Panasonic



歳末フェア開催中

パナソニック補聴器プラザ横浜
JR「横浜駅」西口より徒歩約1分

補聴器の効果は、同じ性能の機械であってもカウンセリングと調整によって変わることがあります。補聴器プラザ横浜では、販売や調整だけでなく、耳の不安や心配事へのご相談、補聴器選びのアドバイスも行っております。言語聴覚士と補聴器技能者まで気軽にご相談ください。



ご予約・お問合せ
Tel.045-321-8111
10時～17時30分
火曜～土曜営業（定休日：月曜・日曜・祝日）
横浜市西区北幸1-1-8 エキニア横浜7F
補聴器プラザ横浜　検索

主な商品ラインナップ


オーダーメイド 耳あな型


充電式 ポケット型


充電式 耳かけ型

ブランデー、ワイン、ブランド食器…家で眠っている品物、高価買取します！

迅速・丁寧な査定で出張買取も!!



お酒買取専門店 **ライフバケーション**
ライフバケーション　検索

クリアケース付き バカラ ルイ13世ベリーオールド



価格高騰中につき
13万円前後で買取致します



丁寧な査定・高額買取が好評です！

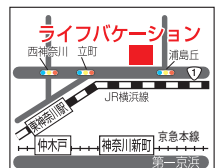
「頂きものだけど飲まないから…」と長年しまい込んだままま未開封のお酒はありませんか？価値が下がる前に『ライフバケーション』へお売りください！

ラベルに汚れや破れがあったり、箱が無くても買取いたします。「バカラボトル」は特に買取強化中！お酒以外にブランド食器も高価買取いたします。

当店は出張買取もスピード対応。宅配買取やパソコンでの無料お見積りも可能です。詳しくはお気軽にお問い合わせください。

〈神奈川県公安委員会 第451380005878〉
神奈川区浦島丘2-35 1F
営業時間／10時～20時
年中無休《駐車場1台※要予約》
※年末年始休業12/31～1/3
customer@lv-yokohama.com
☎045-402-0068


マオタイ酒高額買取中



出張買取の流れ
①電話で出張買取を希望し、日時を予約。
②自宅で査定してもらい、金額に納得できれば、その場で現金買取いたします。

1月29日(火)まで 読者限定修理費10%OFF!!



最高級塗料"スタンドックス"を使用。7年間塗膜保証付き。

愛車のキズは、安く早く直そう！

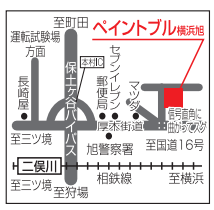


The Paint Bull ペイントブル
ペイントブル横浜旭
http://pbasahi.com/

愛車のキズ、修理に出すとお金が高く付く上に、何日間も預けっ放しになるから…と諦めている方もお任せを！

アメリカ発、世界44ヶ国でチェーン展開する『ペイントブル』は、キズ1ケ所あたり2～3時間程度の即日仕上げ。料金は専門工場で修理した場合に比べ半額以下（外車もOK）。保土ヶ谷バイパス本村インター降りてすぐと、アクセスも非常に便利。大きなキズやへこみのご相談にも対応可能。お気軽にお問合せを。

今なら読者の方は1月29日(火)まで修理費10%オフ。もちろん見積りは無料です。（出張も可）



修理箇所	料金一例（税別）
バンパー	8,000円～15,000円
フロントフェンダー	13,000円～15,000円
ドア	13,000円～18,000円

横浜市旭区本村町40-2-101 ■営業時間／9:00～18:00
■定休日／水曜、第2日曜、年末年始休業12/30～1/5
☎045-360-3212

イスの張り替え 格安で美しく



見積もり・相談・配送料無料！

家具修理専門『家具のサイトウ』
～お気軽にお問い合わせください～
☎0120-42-5695

『家具のサイトウ』は、関東一円で絶大な信頼を得ている家具修理の専門店。

古びて黒ずんだり傷付いてしまったものを、熟練の職人が一品一品丁寧に仕上げます。工場直営なので格安。食堂イスや応接イスなどのイスの張り替えは、張り地も素材・色・柄が豊富で500種類以上揃っているので、古いイスを新しいもののように変身させることもできます。その仕上がりの良さと丁寧さで、お得意さんからの紹介が多いことでも有名。

また、籐椅子の張り替えやテーブル等の塗り替え、オーダーカーテンも格安です。

楽しいから続く！音楽で笑顔に！健康に！今、話題のコースから人気の楽器まで！

音楽と歌で健康に！「健康と歌」「健康と音楽」



音楽とやさしい運動で身体も脳も楽しく健康維持します

《健康と歌》無料体験レッスン日程

月曜 10:30	1/7・1/21

《健康と音楽》無料体験レッスン日程

月曜 13:00	1/21
火曜 10:10	1/15

レッスン形態　月3回/60分 6,000円（月額税別）
入会金10,000円→「アーバンを見た」で**半額**

冬の無料体験レッスン実施中♪

株式会社ヤマハミュージックリテイリング 横浜店
ミュージックアベニュー横浜

『ヤマハ』のレッスンは平均年齢55歳以上、70～80代の方も多くご在籍いただき、初めての方が7割です。

音楽が初めてでも、楽器が無くても、楽譜が読めなくても大丈夫です。

「何か楽しいことを始めたい、趣味を楽しみたい、新しい仲間が欲しい」そんな方におすすめです。

初めての方も安心してご参加いただける無料体験レッスンを一度お試ししてみませんか？

歌って踊れる「青春ポップス」



「また逢う日まで」「恋のバカンス」など、60～70年代のヒットソングにハモリやステップをつけて歌います

無料体験レッスン日程

火曜 15:00	1/15・1/29	木曜 11:00	1/10・1/17
火曜 16:30	1/15・1/29	木曜 15:30	1/10・1/17
火曜 19:00	1/15・1/29	土曜 13:30	1/12・1/26

レッスン形態　月2回/90分 3,500円（月額税別）
入会金2,000円→「アーバンを見た」で**半額**

はじめての3か月コース（入会金・施設費免除のお得なコース）

《ウクレレ》無料体験レッスン日程

水曜 10:00	12/26・1/9
金曜 15:00	12/21・1/11

《バイオリン》無料体験レッスン日程

月曜 11:30	1/7・1/21
火曜 13:00	1/8・1/15



入会金免除

レッスン形態　（はじめの3ヵ月）月3回/60分 7,500円（月額税別）
◎その他フルート、サックス、ギターなども受講できます。詳しくはお問い合わせください。

入会受付・体験のお申し込み、お問合せは
フリーコール 0800-888-8082
ミュージックアベニュー横浜　検索
横浜市西区南幸2-5-9 ヤマハビル3階
受付時間：10時～21時（祝日休）
年末年始休業：12/29～1/4

