

hair room Nico

3・4月のお休み

3月21日(日)22日(月)29日(月)
4月 5日(月)12日(月)18日(日)
19日(月)26日(月)

※お休みが変更になる場合があります。
お問い合わせください。

新型コロナウイルスへの対応として、消毒・除菌、店内換気、マスク着用にて営業させていただきます。ご自身またはご家族に万が一少しでも疑わしい症状が現れた際にはご来店をお控えくださいますようお願いいたします。



各種カード使えます

ドッグランあります♪

hair room Nico

〒410-0307 沼津市青野99-5 9:00~19:00
ご予約優先 P4台あり (休) 毎週月曜日・第3日曜日 055-950-9224

92%天然由来のオーガニックカラー「ヴィラロドラカラー」

植物の力を活かした処方により、「施術中」「仕上がり」「継続使用」、すべてを通してオーガニックならではの心地よさを実感していただけます。サロンオープン当初から扱っていますが、自信を持っておすすめできるヘアカラーです。



世界で初めて「ICEA VEGAN認証取得」と「NEARNATURE規格」を両立しました。

ヴィラロドラ カラー インターバルリケア Villa Lodola COLOR Interval Re:Care 心地よく 艶やかに美しい髪色、続く気になりだしたその時に、ご自宅でカラーメンテナンス。サロンでもご自宅でも、大切な髪に寄り添い、365日キレイでやさしい色と艶を叶えます。カラーラインナップも豊富ですので、施術した色味に合わせておすすめさせていただきます。お気軽にご相談ください。



「鼻バリア」ビアンがリニューアルして新登場

アレルギー性鼻炎や花粉対策に悩まれている方は多いのではないのでしょうか？ そんな方の救世主、「ビアン」がリニューアル！ ウイルス、花粉のアレルゲンをオイルでキャッチしてブロック。抗炎症作用で鼻腔内の炎症を抑え、乾燥を防いで保湿します。自然由来だから身体にやさしく、小さいお子様から妊婦さん、お年寄りまで安心して使えます。

6つの天然オイル+キユアペプチン配合 / シュッと1秒！鼻バリア



ビアン20 スキンオイル 20ml ¥3,300+税

はらまる通信

vol.172

先日、令和2年度最後の「キャラバンメイト活動会」がありました。今回の会議では認知症介護者家族の方にきて頂き、メンバー全員で認知症を患われた方と一緒に暮らす家族の気持ちの変遷をお聞きしました。どんどんパートナーの症状が変わっていき現実とそれへの葛藤、その乗り越えてこられてきている姿に感動しつつ、そのお話の中にあつた『もつと夫と会話をしておけばよかった』という言葉に、胸を締め付けられる思いがしました。コロナ禍ということもあり、家族にコロナ感染の疑いがあった時にどう行動するかコミュニケーションしているお話や、その流れで地震などの災害時におけるお考えをお聞き出来ました。その内容は川俣さんが危惧していたことそのもので、認知症の方々への正しい理解の必要性を感じつつ、川俣さんの凄さを会議の場で改めて感じました。同じ地域でキャラバンメイトとして活動していく上で、私に出来ること何か。考えるキッカケになりました。

ここ3か月に渡って、川俣さんの活動についてお聞きした話を書かせて頂きました。「介護者サポーター講座」というオリジナルの活動は、ニュータウン原に住む介護の必要な方々のための避難場所確保の1環で生まれたもので、実際に避難場所確保が出来たことを書かせて頂きました。この取材の最後に川俣さんに次に取り組む課題についてお話頂きました。それは、川俣さんと一緒に活動している、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る応援者を増やす『認知症サポーター』を増やす活動に繋がることでもありました。次の課題、それは認知症の人達のための避難場所確保の話でした。様々な周辺症状や諸事情をかかえる認知症の方々は、大勢の人が滞在する避難場所にて一緒にいることはなかなか難しいです。ニュータウン原自治会の自治会館には個室があるので、そこで何とか対応出来るのかなと考えているとの事でした。

ちよつとらんじり コーヒーブレイク

ニュータウン原自治会長の川俣さんにお話を伺いました！④

LIXIL リフォームショップ トップ・ワークス

株式会社トップ・ワークス 〒410-0311 静岡県沼津市原町中2-7-2 TEL (055) 967-6166 FAX (055) 967-7933 ☎0120-54-6166 <https://www.topworks.org>



免疫力アップ

は食事だけではできません！ リンパの流れが最も重要！！

ボディ全身 初回¥8,500
フェイシャル 初回¥3,500

詳しい内容はこちらから LINE 登録ボタンもあります
お問い合わせ 090-3682-4538
たしろみちよまで
風船より徒歩5分
個人宅の施術所はご予約時にお伝えいたします

はり灸・遠絡療法 年英堂治療院

沼津市原290-6 八郎ビル1階 (西町バス停前)
定休日 日曜・祝日
受付 9:00~19:00
TEL 055-968-3155

年英堂治療院 検索

<http://www.nen-ei.com/>

AMAYADORI

410-0306 静岡県沼津市大塚69
TEL・055-967-5130 OPEN 12:00~18:00
定休日・月 & 火十臨時休業あり www.amayadori.jp

hinatabocco

〒410-0311 静岡県沼津市原町中 3-10-9
tel 055-966-3117
<https://hinata-sweets-2nd.com/>

出品する野菜

九条ネギ・長ネギ・にんじん
さつまいも・里芋・あさつき・赤芽芋
春菊・菜の花・ほうれん草
ブロッコリー・梅干し・たくあん・白菜
水菜・白菜のとう・生花・香花
切り干し大根・甘夏・干物・お弁当

原産直市
毎週土曜日朝8:00



◎当日出品する野菜が、お天気によっては多少変わることがありますが、ご了承下さい。

開催日

3月20日・27日
4月3日・10日
毎週土曜日朝8:00～



YouTube

原産直市

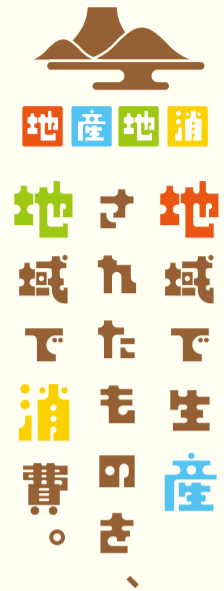
産直市の様子を『YouTube』で見ることができます!



原産直市生産者一同

皆様の来場を心よりお待ちしております。
原地域の25人の生産者が、季節に応じた「旬」の野菜を、毎週土曜日の朝8時より、なんすん原支所の斜め向かいの駐車場にて販売しています。

JAなんすん原産直市



ずっとこのまちで自分らしく

はらまる通信誌面『認知症サポーター養成講座』
今年の2月に開催された『静岡県キャラバンメイト養成研修』を受講し、正式にキャラバンメイトとして活動することになりました。...



先日受講したキャラバンメイト養成研修では、私が認知症サポーターになった10年以上前より、当然情報が更新されていて、認知症に対する考え方や患われている方への対応がしっかり確立しているのを感じました。...

おいしい // はらまる オススメレシピ haramaru recipe

今回は

食事系パンプディング

食事として食べ応えのあるパンプディングです。是非お試し下さい。

材料

食パン8枚切り4枚 卵2個 ブロッコリー 1/2房
ウインナー8本 豆乳1.5カップ 塩胡椒適宜
粉チーズ大さじ3 バター適宜

作り方

- ① ブロッコリーは小房に分けて茹で、ウインナーは1cmに切る。
② 食パンを2cm各程に切り、卵、豆乳、塩胡椒と粉チーズの半量を混ぜたものに浸す。
③ バターを塗った耐熱皿に②を入れ、ウインナーを散らす。
④ ブロッコリーを全体に散らして、残りのチーズを全体にかけてトースターで10分焼き、卵液がかたまればできあがり。



完成!!

今月のショーウィンドウ

今月のショーウィンドウディスプレイは『翼をひろげて』です。

新生活が始まる方へ、新しいステージでも自信を持って翼を大きく広げ羽ばたいてくださいね!

This month's Show Window



ソフトテニス バドミントン テニス
ガット張り専門店!! Shuttle-wind
〒410-0317 沼津市石川81-1
090-3151-6528
http://www.shuttle-wind.jp

サトウ種苗園 根古屋店
TEL 055-955-8940
FAX 055-955-8941
〒410-0309 沼津市根古屋165-2三栄ビル1階
営業時間 8:30~18:00
HP http://www.7b.biglobe.ne.jp/~satou-seeed/

4月の予定
日 月 火 水 木 金 土
4月 10-15 10-15 10-15 10-15 10-15 10-15
お問い合わせ先 鈴木雅子
FTP ビラティスインストラクター/メンタル心理カウンセラー
沼津市大塚241-1 東海マンナンフーズ3F会議室
tel:090-8738-0706 mail:kenchaco.ss@docomo.ne.jp

フランドルのアップルポテトパイ
1レッスン1500円
電話、メールまたはLINEにてご予約ください。
沼津市大塚241-1 東海マンナンフーズ3F会議室