もってぇねぇ市

ご案内配布開始

4月6日にスタートする不用品リサイクル市「もってぇねぇ市」の詳細が決まってきました。

内容…すでに本紙でご案内していますが「資源を大切にし、不用品を再使用することで物を大切に知る心を育てる」ことを目的に、ご家庭の不用品を商店会が預かって販売する事業です。

出品料や販売手数料は一切無料です。売上げはすべて出品者に還元します。

開催期日

毎月第一土曜日が原則ですが、イベント等により変更する場合がありますす。現在のところ次のような予定です。

4月6日(日)…サングリモ中込開所式に合わせて開催
5月5日(月)…中込地区佐久鯉まつりに合わせて開催
6月7日(土)
7月5日(土)…七夕祭も同時開催です。
8月2日(土)
9月6日(土)
……

ご案内は商店街各店に

出品者登録申込書・運営規約・商品カードなどは当組合加盟の各店で差し上げております。また橋場公会堂の商店会事務所にもあります。ちょっとでも興味のある方、ご家庭に不用品がある方はご覧になってください。

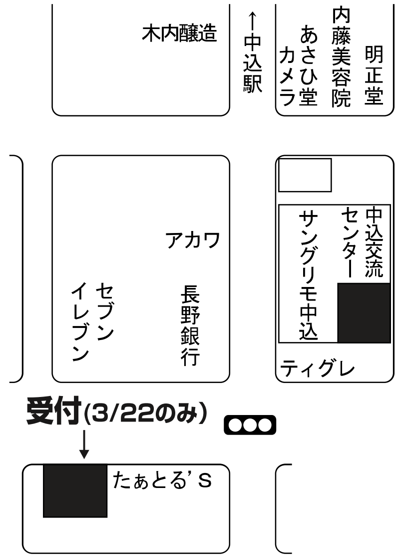
1回目のみ事前受付

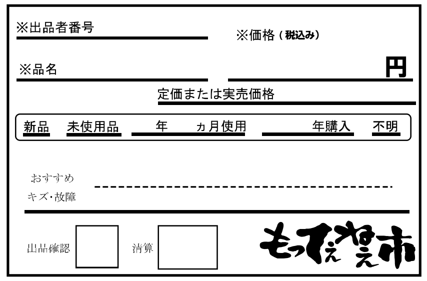
4月6日の第1回に向けて準備を進めております。今回だけは不慣れな点もあり、サングリモ中込の開所式もあるため、事前に出品者証を発行したり商品を受け付けます。

3月22日PM1時～4時

会場…たぁとる's隣の大島屋家具店。

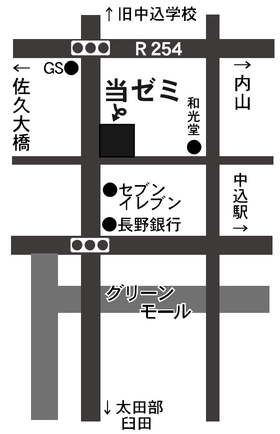
受付…身分証明になる運転免許証や保険証と商品をお持ちください。その場で出品者証を発行しますので、商品カードに出品者番号を記入していただき商品を受け付けます。商品が何十点もある場合は、前もって各店にある商品カードを持ち帰り、書き込んできていただくと早く受付できます。





「商品カード」はこのような内容です

学習のスタートに、フライングなんて無い!!



新年度生受付開始！

新・小2～新・中3

〈**特典**〉3月入学／入学金15,750円のところ **7,875**円[50%off]
4月入学／入学金15,750円のところ **10,500**円[33%off]

春期ゼミ 受講生 募集！

新・中1～新・中3

〈**期間**〉3/21(金)～4/3(木)の間 各学年、4～5日間程度
〈**指導教科**〉数学・英語
☆「体験」を兼ねて参加するのもイイんじゃない?!!

★☆★くわしくは、当ゼミのホームページをご覧ください☆★☆

個別ゼミ **ファイン個別ゼミ**
http://nakagomi.jp/fine21/
佐久市中込1-13-6
☎ 63-3871

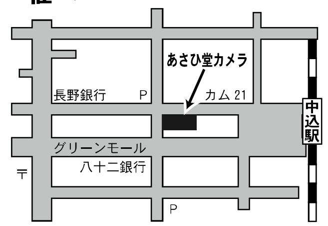
毎回恒例 大好評 世界の **中古カメラ市開催** 開催中

クラシックな骨董カメラから最新の高級一眼レフ・レンズ
コンパクトカメラ・デジタルカメラ（コンパクト・一眼レフ）まで
《東信随一の大量品揃え店》

不用なカメラ・レンズ
デジタルカメラ等 **高価買取り**

同時開催
新品 フィルムカメラ デジタルカメラ
・大特価セール開催
・デジカメプリントまつり

カメラ・カラープリント
楽しい写真づくりに奉仕する
あさひ堂カメラ
佐久市中込駅通り　TEL 0267-62-8510　FAX 62-8675



和の香り「お香」で〝こころ〟も〝からだ〟もリラックス

香りが心身によい作用をするのはなぜ？

白檀のお線香の匂いや新しい畳の匂いをかいだとき、小さいころ行った田舎のおばあちゃんの家を思い出したり、香水の匂いから大好きだった人のことを思い出したり、香りによって懐かしいできごとや人の記憶がよみがえることはありませんか？ そして、それまでイライラしていたのがうそのように、優しい気持ちになったことは？

香りの成分は大脳辺縁系から視床下部や脳下垂体へと伝えられ刺激されることで、自律神経を整えたり、ホルモン分泌を促したり、免疫力を高める働きをしてくれると考えられます。よい香りをかぐと心が落ち着いたり、体調がよくなったり、ストレスが解消したりするのは、そういうことなのです。

世界でも古くから利用されてきた自然の香り

日本では、もっとも身近で誰もが知っているのが、ゆず湯や菖蒲湯でしょう。日本人は、12月の冬至にはゆず湯、5月の端午の節句には菖蒲湯のように、季節ごとに香りのある植物をお風呂に入れて楽しみ、薬効を利用してきました。ほかにも、3月のよもぎ、4月の桜、9月の菊のように、季節ごとにさまざまな香りをもつ植物が利用されてきました。

お香の効能

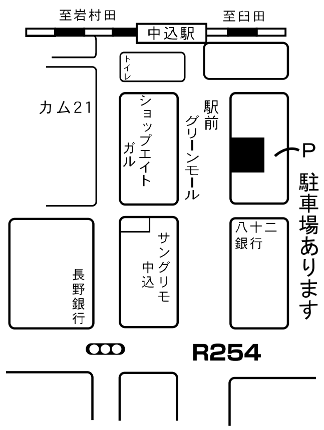
和の香りにはリラックス、集中力を高める、心を鎮めるなどさまざまな作用があります。代表的な和の香りの効能には、次のようなものがあるといわれています。

白檀…呼吸を鎮める、リラックス作用、防虫
ゆずの皮…血行促進、冷え症や神経痛、腰痛などをやわらげる
桜…抗菌作用、浄化作用、せきやたんを鎮める
ひのき…リラックス作用、安眠
すぎ…リラックス作用、殺菌
はっか…脳の働きを活発にする、鼻づまりを軽減する
よもぎ…いらいらを鎮める、疲労回復、食欲増進。肌のかゆみを抑える
緑茶…鎮静作用、集中力を高める
しそ…精神安定作用、食欲増進、防腐・殺菌。

あなたもお気に入りのお香を見つけて、ほっとやすらぐ香りを楽しんでみませんか？

お知らせ

今日3月8日は土曜市。おなじみ野菜・果物の大特価市です。
昼12時～
☆**駅前グリーンモール**☆
11日は火曜市。同じく野菜・果物の大特価市です。
午後1時30分～



春のちりめん展

期間：3月10日～3月13日

待ちに待った「春」がすぐそこに！
毎年ご好評いただいております**ちりめん展**
旅行、ご招待の１着に加えてお楽しみください。
ぜひご来店をお待ち致しております。

中込駅前グリーンモール
☎ 62-0459
LADIES **こばやし**

クーポン券

同級会・歓送迎会予約受付中

酒(大)またはビール(生中可)１本
刺身・寿司１人前・口取

○ この券ご持参の方に、お1人 **2,500**円で提供いたします。
○ 1名1枚に限らせていただきます。

◎５名様以上の宴会に焼酎ボトル（720ml）１本付。二次会もOKです。
○料理…3,000円～
○人数…25名様位迄

江戸前 寿司処 **舟幸**
中込 2-20-13
定休日…火曜日
☎ 63-1345
営業時間…PM 5:00～AM 2:30

入学・卒業おめでとうございます

ぽえむでは、甘くほろにがい風味豊かなカカオマスとアーモンド生地の中にクーベルチュール（チョコレート）を閉じ込めプチサイズにしました。
暖かいチョコレートケーキをお召し上がりください。

ホットチョコケーキ

中込駅前　喫茶
ぽえむ Coffee & Pizza
☎ 62-8760