

ぽちっと神戸 Rochitto

vol.

46

2024
10・11月号

TAKE
FREE

ご自由に
お持ち帰りください

ふれ愛びと
2・3P 「ぽちっと神戸発案者 野口康子」
10P ぽちクーポン
11P 懸賞付きクロスワード

写真撮影 杉尾彰彦 (ポシタル写真室)
撮影地 小野市 しまわりの丘公園

秋の 特価セール

読書や映画鑑賞、スポーツ観戦に!!

近く用(老眼鏡)、遠く用メガネを

税込5,500円からご用意しております。

11/30迄

総額 11,000円 (税込)

以上のお買い上げで

10%OFF

店内全てのフレームは、単焦点レンズ付きの価格です。

※ご優待券との併用は出来ません。※品切れの際にはご容赦ください。

オシャレでお手頃価格のサングラスあります♪
紫外線から大切な目を守りましょう!

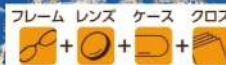


遠近両用 メガネセット

お一人おひとりに
ピッタリなレンズを!

税込 17,600円均一

SEIKOウイジョ D51 50付



はじめてさんにもサングラスにも最適!
お得! メガネセット



※単焦点非球面1.55アスチックレンズ付。
※度数によってはお作り出来ない場合があります。
※カラーなど、オプションは別料金です。



税込 5,500円均一



税込 7,700円均一



税込 9,900円均一

合い言葉は「親切・丁寧なショップ」

西鈴蘭台駅前 食彩館2階

ぽちっと or
インスタ画面提示で

【ご注意】
●この広告は、西鈴蘭台店
のみ有効です。
●このクーポンは、他の割引
との併用はできません。
●このクーポンは、左記の有
効期限までご利用いた
だけます。

OCULUS OPTICIAN
メガネの
オクルス

〒651-1131 神戸市北区北五葉1-1-1

営業時間:10:00~19:00

☎ 078-594-1950

※クレジットカード・電子マネー取り扱っております。

食彩館パーキング 90分無料

タイムズ西鈴蘭台駅前をご利用ください。



総額 11,000円 (税込)
以上のお買い上げで

10%OFF

2024.11.30迄

街の掲示板

求人情報!

■看護職員及び医療事務員募集!
開院2年目のクリニックで一緒に働きますか?
詳細はホームページに掲載
お電話の上履歴書をご郵送ください
ともクリニック
☎078-596-6533 ※7頁にコラム掲載

■スタッフ募集
美容師免許要 未経験者可
詳細はお問い合わせください
グレイカラー専門店 ☎078-583-3737
神鉄山の街駅から1分

登録ヘルパー募集

身体介護 1600円 生活援助 1200円

※移動手当、日祝手当あり 週1回~可

資格: 初任者研修以上 (ヘルパー2級)

新規登録ありがとうキャンペーン3千円 (条件有)

西すず安心センター

☎078-596-1398 関西スーパー 上3F

お知らせ!

■ふれあいバザー

日時: 10月20日(日)11時~14時

場所: カトリック鈴蘭台教会 ☎078-593-0025

内容: 金魚すくい、ダーツ、綿菓子、カレー

おでん、焼きそば、手芸品、日用品、古着

ピンゴ大会など盛り沢山!

次号の発行は2024年11月23日です。

発行日: 奇数月23日 発行部数: 20,000部 新聞折込み数: 15,000部

主要配布場所: 5,000部

折り込み新聞: 神戸新聞

明日新聞、産経新聞、毎日新聞

折り込み地域

鈴蘭台東町 大脇台

鈴蘭台西町 若葉台

鈴蘭台南町 惣山町

鈴蘭台北町 甲柴台

北五葉 大原

南五葉 桂木

星和台 日の峰

君影町 松ヶ枝

壺台 小倉台

藍那 広陵町の一部

松宮台 筑紫が丘の一部

杉尾台 ひよどり台

杉尾台 泉台

中里町 ひよどり台南町

中里町 ほか周辺地域

主要配布場所

●神戸電鉄 下記の駅構内

(鈴蘭台駅・北鈴蘭台駅・谷上駅)

●神戸大学 広報課

●王子動物園 動物科学資料館

●あいな里山公園

●しあわせの村

●神戸ファッション美術館

●北区文化センター

●パノード神戸青少年科学館

●コミュニティ・サポートセンター神戸

●神戸どうぶつ王国

●社会福祉法人神楽園

●明石市立天文科学館

●神戸(ゆうゆうの里)

●有馬街道温泉すずらの湯

●ベルスト鈴蘭台

●広告掲載店 ●他協力店

発行 一般社団法人 リーと
地域情報誌 ぽちっと神戸編集室

〒651-1132 神戸市北区南五葉1-2-4
TEL. 050-7130-6329 FAX. 078-330-8892
E-mail. pochitto@shisuzu@gmail.com

デザイン・制作 一般社団法人 リーと
リーと代表 鈴木 総彦





↑落ちた水河がつくるラテアート。



↑フィヨルドの青い水河。



↑ルームキーパーからの贈り物。



↑船上からの夕日をベランダから。



↑パナマ運河にて。



←写真右 船上でのスピーチフェスティバルにスペイン語で参加しました。

読者に向けても一言

読者の皆さんも、是非自分のやりたいことにどんどん挑戦して欲しいと思います。



↑第1号の「ぼちっつ西飾」8頁でスタートして現在12頁46号目となっています。山善寿司大将「街角浪漫」は創刊号から連載スタート。

31号でも書きましたが、山善の大将との出会いです。神戸に来て間もない頃、ふらりと入った駅前の寿司店、何か日本酒に合うものを焼き穴子を海苔で巻いた肴が出てきて以来、よく飲みに行くようになり、それが数年後、この地域の情報紙「マイタウン」が休刊になり、私に「山善の大将」を2年くらい限定で「Pochitto」紙を出せる人いませんか」と相談しました。そして紹介して頂いたのが鈴木修彦さん。早速、見稿もりを出して頂き、私の予定していた金額だと3年くらい持ちまちでした。仕上がりは「Pochitto」が「ぼちっつ西飾」(現在はぼちっつ神戸)思いがけない豪華版に心が弾みました。



↑山善の大将との出会いの日の日記

発行して7年経ちますが、今のお気持ちとは？

ページ数も増え、内容の豊富さにも敬意です。コロナ自粛のせいで、私のわずかな年金も少し残高が出るようになってこまめに書きました。鈴木さんには苦労をかけたのですが、もう少し続けたい気持ちです。六年目から書かせて頂いている拙文については、当初街の人々を書くつもりが、だんだん自分の旅行が中心になり反省しているところがあります。今はなるべく街の様子を書こうと思います。



↑ベランダからアラスカフィヨルドを楽しむ。

↑船上で85歳の誕生日を迎えました。



ふれ愛びと

のぐち やすこ

Noguchi Yasuko

「ぼちっつ神戸」発案者



プロフィール
野口 康子 のぐち やすこ
1939年6月
北海道の小さな町に生まれる。
戦後札幌で小・中・高を過ごす。
1958年3月 父の転勤により関西へ。
1962年3月 教育系大学を卒業。
1962年4月～1989年3月まで
大阪市立学校教員として過ごす。
その後宮崎市へ移り住みペンション経営を生業とした。
2008年 夫と死別。
2009年 神戸へ 現在に至る。
神戸シルバーカレッジ16期生。

読者に向けて一言

私も読者の一人ですが、どのコラムも面白く、読む度に新しい発見があり、バックナンバーを読み返すこともよくあります。思いつきではじめたこの冊子がこんなに充実したものになるとは、さらに面白い紙面を作るため皆様の協力が必須です。ご要望、そして何よりも情報をお寄せください。

野次馬々々日記 第15回

七月末に帰って来ました。何と神戸の暑いこと。その中の後はトクと疲れて出ていまだに片付きません。旅の続きをいつか、ニューヨークはマンハッタンすぐ近くの港に宿屋。右へ歩けばタイムズスクエア、左はセントラルパークという立地です。早速外に出ました。残念!思うように歩けないです。お天気の悪い日が続き、ウォーキングが出来なかつたせいでしょ? 信号を渡るのも苦勞。バスがパーへと案内。船内で知り合ったご夫婦が声をかけてくれ、面談を支えられるようにして会場に入りました。演奏メンバーは八十歳以上の面々。何か共有するものがあるような気がして「頑張れカンパレ」と思いつきながら聴いていました。帰りのバスはマンハッタン界隈を回ってくれ夜の街もみるのが出来て良かったです。ニューヨークは二日間の停泊で、同航の皆さんは思い思いに楽しんでください。話を聞いて羨ましいと思うより私にもそんな時代があり若い時に楽しんでいて良かったらいいなと思います。

歩けないことがわかって、バンクーパーの街歩きは中止あわててオアシナルを取りました。二〇一〇年の冬季オリピックの会場だったウィスラーです。バスは海沿いの景色の良い道を行って山岳地帯へ。ツインピクスとよって千八百米級の山へロープウェイで登り、同じ級の山へ鉄塔の全くないゴンドラで渡るといふのです。お天気も良い雪を降した降々。空が三六〇度の眺望です。感動すると共に下を見たらたくさん湖が見えます。この高さで途中止まったらと少し怖かったです。帰りのロープウェイが故障で、同じゴンドラで引き返しました。下りのロープウェイも同じですが山下に熊を見せたいと出来ませんでした。

そして次はアラスカフィヨルド。沿岸の水の美しさはもう光景。土色の海面に落ちた水河の作るラテアートのような光景ははじめてでした。庄善は目の前で落ちてくる水河。音と共に崩れ落ちる水河。上がると水煙、それを暖かい飲み物を持って船旅を楽しませてくれたのは多くのクルーたちでした。中でもルームキーパーの彼(名前?)は私のベッドにタオルアートの動物を一回も置いてくれました。

「今度はいよいよが終わり頃の企画です。私はこれが最後で、二〇二〇年の「ぼちっつ」は乗るつもりです。」と告げました。エントランスの話は別記事にしたいと思います。

神戸大学 コラム Vol.40

運動時の脂肪の燃えやすさを決めるタンパク質を発見!

運動すると筋肉が多くなるエネルギーを消費するため、脂肪がエネルギー源として燃やされ、体重が減少します。この時、筋肉ではエネルギー消費を増やすことも遺伝子の発現(タンパク質の生産)が行われます。PGC-1αというタンパク質はこのような遺伝子の発現を促す作用を持つため、燃えやすさ、太りやすさと関係する可能性が指摘されていました。しかし、これまでの実験では有意な検証結果がなく、仮説には疑問が投げかけられていました。そのような中、小川教授らは、従来のPGC-1αとは異なる新しいPGC-1αを発見し、実験においてその新しいタンパク質が運動時のエネルギー消費に影響していることを発見しました。

同じだけ運動を行っても痩せやすい人と痩せにくい人がおり、そのメカニズムはよくわかっていませんでしたが、この新しいタンパク質の増えやすさによって、運動時のエネルギー消費の個人差を説明することが出来ます。

最近では、食欲を抑制してエネルギーの摂取を減らす肥満症治療薬が開発され、世界で広く使われ始めていますが、エネルギー消費を高める肥満を治療する薬はありません。新しいPGC-1αを増やせる、物質を見つけたら運動時のエネルギー消費をより高める薬、運動効果を増強させる薬、これらは運動しなくても、運動時と同様にエネルギー消費を強める薬(運動効果増強薬)の開発に繋がることがあります。(神戸大学 小川教授研究室)

運動すると体重が減るメカニズム

「手軽に」「早く」「安く」集まれる場所

「Shareal 西鈴蘭台」

1時間 2,200円 (税込)

定期利用割引プランあります!

- フルサイズのキッチンや机、イス、プロジェクターやYogiboなど充実の設備。
- 飲食物持ち込み自由。
- カルチャースクールや会議・会合、各種パーティーや撮影会などに最適。

ぼちっつ限定企画 初回利用限定! 2時間ご利用クーポンプレゼント!

クーポンは、当社E-mailアドレス info@kawakami-bldg.co.jp に初回利用希望とお名前の記載をお願いします。

広さ:約60㎡ 人数:最大20名(全員着席可) 神戸市北区北五葉1丁目5-1 ハビネスプラザ1階東側(神戸電鉄「西鈴蘭台駅」より徒歩1分)

株式会社 川上ビル KAWAKAMI BLDG. 神戸市北区鈴蘭台西町4丁目9番15号 078-591-3149 https://shareal.jp

手話のできる社会保険労務士

TEL 078(764)0541 FAX 078(779)2259

T K G B 社会保険労務士事務所

神戸市北区北五葉1-3-15 代表 山本敏彦

わたしの常識はあなたの非常識

第39回

「ペースが遅くなった」

最近、聞こえる人たちの飲み会に参加したときに「山本さん、お酒を飲むペースが遅くなったね」と言われま...

「ペースが遅くなった」と言われることを「継続してこられた」と思っています。

次回「聞こえない人がいかに楽しく暮らすか」に続きます。

こえのこらむ

29

補聴器の良いいい(1) 補聴器は慣れるよ 良いことがあるよ

弊社で、3ヶ月試聴を経験され、補聴器を上手く使ひこなせるようになった方からいただいたメッセージの中...

Re株式会社Re 補聴器を通して人生をRe(リ)スタート！ 営業時間 9:00~18:00(日祝休)

バレエが好きでブルガリアまで 舞臺さんには、お元気ですか？ 私は現在バングラコから記事を書いています。

神戸にお話 地元の物語 神戶にあつた雑波 前記、名児の海には、泣いてる鹿がいて...

ご家族で、ゆっくり 温まる葬儀を ご遺族が式の進行や接客に追われることなく、ゆつたりとした気持ちで故人との別れの時間を大切にできる空間をご用意いたしました。

★現在のリサイクル状況！★ ◎昭和雑貨が超人気！ ブランド品よりも高値になることが多くあります！

熱中症をひかずに

院長 許 留美

VOL.8

夏休みがあつたという間に過ぎ去った、小学生の子と私たちと同じく時間はすべて貴重で、

暑い時期である。乳児の健診を見る側面から見ると、予防接種に全力で抵抗する子どもの表情は、よく見られる。暑い時期には、暑さを感じて、

ともクリニック (旧もり病院) TEL: 078-596-6533 9:00~13:00 14:00~16:00 16:00~19:00

診療時間 月火水木金土 9:00~13:00 14:00~16:00 16:00~19:00

街角浪漫 MatikadoRoman 第四十五回 山善寿司 大将

「秋に向けての健康管理」

11ヶ月教室開催中 (11月) 毎週土曜日13時~15時 (12月) 毎週日曜日13時~15時

年々、真夏日が多くなり過酷な猛暑となっています。ワンちゃんや猫ちゃんにとっても暑さは、身体の負担が重なり、免疫力も低下します。

「動物専用MRI完備」 当院のMRIで撮影できること 脳内の異常 痔瘻内の異常

街角浪漫 MatikadoRoman 第四十四回 山善寿司 大将

コインランドリー 鈴蘭台店 CENTER ISLAND 24時間営業 洗濯から乾燥まで ノンストップ! OK 900円~

「しょうくんのぼん」 しょうくんのぼんは、いつもパンパン。

どうぶつ科学 コミュニケーター
大瀨希郷

上野動物園・飼育
展示スタッフ、日本
科学未来館、科
学コミュニケーター、京都大学野
生動物研究センター・特定助教
を経て、現在フランス活動中。
動物から植物、昆虫、微生物まで
様々な生きものを用いた科学教室
をご要望に合わせて企画いた
します。その他、ペットボトルを用
いた顕微鏡作り、偏光板を使った
サイエンスアート教室など工作教室
や、各種講話、科学コミュニ
ケーション研修、展示デザインなど
も承ります。詳しくは下記まで。



↑1 児童館さんにて、蛇の解説
↑2 幼稚園さんにて、鷹の解説
↑3 園医者さんでは、標本も使って解説

春先に我が家に来った鷹ですが、とうとう私と一緒に幼稚園その他さまざまな場所でお仕事をしはじめました。お仕事と言っても、鷹狩りや鳥害防除（カラスなどの追い払い）ではありません。移動動物園スタイルの教育イベントのお仕事です。いわゆるふれあい系というよりは、動物を飼育して見せようというのではなく、動物の体づくりに生かしていることを知ってもらおうという試みです。生きた動物だけではなく標本も使います。ご存知の方もおられるかもしれませんが、私は以前から爬虫類を中心に、この仕事をしています。昨年ごろからはインコもちいるようになりまして、今年から鷹（ハリホト）も仲間入りしたというわけです。だいたい10種類くらいはの動物を連れて、ときに標本も引つけて各地で仕事をしています。

移動始めて半年までは3万円、終日は5万円、いずれも交通費別でイベントを請け負ってあります。ご希望ありましたら、お気軽にお問い合わせください。インターネットで「大瀨希郷」と検索いただくと私のホームページ、連絡先が出てくると思います。

英会話コミュニケーション



右のQRコードは、大瀨のインスタグラムをへのリンク先です。ぜひフォローください！

第四十回 日本人と英語

ECCシニア・BS
鈴蘭台駅前教室
講師 前島朋子

夏目漱石はイギリス留学中に鬱病に陥った。貧相な体格へのコンプレックス、カルチャーショック、SAD（季節性情緒障害）、言語能力の限界に苦しんでいた。漱石の手記には、「馬鹿げた英語をしゃべって、向こうに通じないで閉口。言葉が通じないため、まるで犬や猫のように扱われたが、文藝的な漱石が生涯にわたって精神を患うほど。その2年間の留学生活は過酷で孤独だったのだ。当時33歳、国費留学生ながら「一飛翫びにパリンガル」になって、エスタブリッシュメントと対等に渡り合える語学力を持ってしまつてやっとながら英語が通じない、と考えたのかもしれない。大英帝国世界地図からすれば極東の位置にある日本の言葉と、ヨーロッパの英語との言語距離はあまりにも遠い。日本語・英語のバイリンガルになるには、幼少期から両言語に接触している、本能的に両言語に頻りに接する環境がある、継続的に練習、使用し続けること、などの条件が揃わなければならない。その膨大な時間と労力を費やし続けるのが英語学習の道であり、英語が大好きと思えないのが英語の道である。K・Kに向かうエルフランスの機内食には日本食が振る舞われたが、ずいぶん懐かしい味だった。イギリスから離れてみても、ますます3年間のすべてが辛く感じる出来事かと思いつけない。何年毎毎泣き苦しんでいたが、今はもう涙も出ない。殺伐とした思いの中、うっけげんなく気持ちがあった。それは愛読書の「言葉は猫である」の誤解である。イギリスのフランス語の教科書は「私の猫は、どこぞか」というフランス語から始まるという、非実用性を皮肉ったジョークがあるが、ルース・キャロルは不思議の国のアリスで話しかけても無視するネリスに、英語が通じない教科書の最初のコラムを言ってみただけだが、猫と聞いて「ネリスはネリスに話しかけた」という場面を描いている。漱石は読んだはずだ。「私は猫でもその若干面白いと感じたのかも、存在、漱石も英語は面白いと感じていたかもしれないと我ながら仮定した。(ついで)。(ついで)」

きれいな発音で自然に話せる「英会話力」 ECG 鈴蘭台駅前教室
知識・技術を使いこなす「英語運用能力」 ECG 大原桂木教室

無料体験レッスン受付中
ECCおーいーな
0120-144-017

ピアサポート

ピアサポートとは、同じような経験や背景を持つ人々が互いに支え合うことで、共感や励ましを得る支援のことです。

たとえば、病気や障がい、特定の状況下での困難を共有するグループの中で、共感を通じて心の負担を軽減することが期待されます。しかし、同じ経験をしているからといって必ずしも相手の気持ちが完全に理解できるわけでもありません。人それぞれが持つ感情や考え方は微妙に異なるので、相手が感じていることを完全に分かることは難しい場合もあります。

時には、「同じ経験をしているのに、なぜ分かってくれないの」と落胆する事もあるかもしれません。

それでもなお、ピアサポートが持つ力は非常に大きいのです。その一つの理由として、「あの人も頑張っているから、自分も頑張ろう」と思える点が挙げられます。同じ困難に直面している仲間が努力し、前向きに生きている姿を見ることで、自分もその姿勢に影響を受け、前を向いて歩んでいこうという意欲が湧いてくるのかもしれない。このような前向きなエネルギーは、個々の問題解決能力を高めることにもなります。

また、他者からの共感や支援を受けることで、「自分は一人ではない」と感じ、自己の価値を再確認することができます。特に、困難な状況にある人々にとって、このような感情は非常に重要です。

ピアサポートが、自然に発生する「コミュニティ」がたくさんでできるといえます。

楠木 重範 (くすき じむのり)

子どもにも家族にも優しい医療を
遊園園こどもクリニック

〒566-0022
大阪府摂津市三島 3-14-75
大阪モノレール摂津駅から徒歩8分

お子さん・お孫さんのための
中学受験コラム

第37回 講習なめたらいかんぜよ

長かった夏期講習も終わりました。学校がない講習期間は受験生が落ちついて「工夫園」をするのが不可欠、特に夏期は入試直前前の伸びに直結します。ところが、入試直前に過去問を演習すれば受かる、と「さ」を言いつけてくる受験生も少なくありません。6年生の夏に平均で海外旅行に行つてしまつた家庭も。そのおかげで、入試直前に降参りした成績が上がり、結局お受験を諦めるを得なかったのですが、まさに自業自得です。

学校の定期テストならいっしょにやれる一夜漬けも効果があるかもしれませんが、出題範囲が広大な実力テストである入試はそうはいきません。直前になつて目につくような詰め込みでもその代わりに何かを忘れてしまつただけで、時間をかけて勉強に積み上げたものだけが実を結ぶので、勉強の結果は3月後に表れるのもそのため、先に夏期は入試直前前の伸びに直結したという理由でもありません。

夏期直後の模試はもう1つたまたましたとしても少し待って、夏期に「本当」頑張ったのなら必ず成果は出ますから、ただし「本当」頑張ったのなら、あ、今サポートしてもらう終わりです。だからこの月後は...

灘 灘中学受験アカデミア
谷口進師

【前号の解答】 13回
【解説】 36=2×2×3×3 なので、【100】と【50】が3で割られる回数をそれぞれ求めます。3の倍数、9の倍数、27の倍数、81の倍数(【100】のみ)の個数を足します。
【100】→33+11+3+1=48 (回)、【50】→16+5+1=22 (回) より、(48-22) ÷ 2 = 13 (回)

灘 灘中学受験 Academia

神戸市北区南五葉1-2-31 SHKビル2F
TEL 078-940-4170
14時～21時
日・祝休

公式HPはこちら
「中学受験ブログ」公開中

見開き紙面に対する広告枠イメージと掲載料(税込)

街の掲示板
90x 200mm
自作のコラムを掲載してみませんか? 人生のエピソードや、回顧録、自叙伝など、幅広い年齢層に読んで頂きます! もちろん企業様も大歓迎です!
※800文字～1200文字

70文字程度の★お知らせ ★求人等 5,500円	136x 98mm クーポン枠 B 46,200円 (フリーデザイン)	クーポン枠 A 27,500円	コラム枠 33,000円 (3回連載契約)	広告枠 66,000円 (フリーデザイン)
--------------------------------	--	--------------------	--------------------------	--------------------------

★年間契約割引あり★HP・SNS 投稿サービス★
次号は11月23日発行(12月・2025年1月号)
クリスマスや、年末年始の告知にいかがですか?
お申込み・お問合せは、お電話またはメールでお気軽に! → → → → TEL:050-7130-6329

みなさん、こんにちは! コマまんがを描こう! 担当の the rocket gold star です。

「ワケトン」でおなじみの the rocket gold star さん

2コマまんがを描こう!

優秀賞

応募はこちらへ

THE ROCKET GOLD STAR

ロケットアニメチャンネル the rocket anime channel
You tube をはじめました!
2コマまんががアニメになりました!
ぜひ、ご覧下さい!!!

毎日火曜日・金曜日の夕方配信予定!

りーとからのお知らせ レンタルルーム テラボックス (貸会場・貸部屋) 1時間1,000円 (机・椅子・卓球台・冷暖房有り)
広さ約40㎡ 【場所】神戸市北区南五葉1-2-4-201 (西鈴蘭台駅徒歩2分 山善寿可横階段2階へ) 【問・申】 ☎050-7130-6329

クイズワードクイズ

秋！お散歩にグルメに活発に！
いろいろ満喫しましょう！
難易度★★★☆☆
さく・え：ImaRitsu

□に入る文字を並べ替えてできる言葉を答えね！

答え □ □ □ □ □

1		2		3		4
5		6				
7		8		9		10
			11			
12	13					
14						

タテのカギ ↓

- 1 お相撲さんが、ふむもの、なーんだ？
- 2 運動会。コケて〇〇は嫌だよ。(名古屋弁が大分弁で！)
- 3 10月17日の20時ごろ。お天気が良ければ夜空で！
- 4 古語で「とても」「非常に」という意味。
- 5 ポケモン・ヌオーの進化前。
- 6 春に枝先に若葉が出たあと、前年の葉がそれに譲るように落葉する常緑樹。
- 7 無駄にすること。失うこと。損失。【例】フード〇〇
- 8 無駄にすること。失うこと。損失。【例】フード〇〇
- 9 ビジネスの省略形。【例】クール〇〇
- 10 タカアンドトシ。ツッコミは誰？
- 13 おじやる丸の一人称。自分のことを何と呼ぶ？

ヨコのカギ →

- 3 Wednesday←何曜日？
- 5 ここの小学生は、ジャポニカでもキャンパスでもなく…
- 7 「U.S.A」や「ダンシング・ヒーロー」はこのジャンル。
- 11 ♪リンリンリンリン リーンリン♪
- 12 ペルーの首都。
- 14 10月31日に行われる夜の祭り。

応募方法 11月30日(土) 締切

- ①～⑥の必要事項を明記の上、いずれかの方法でご応募ください！
- ①クイズの答え ②希望の商品名 ③郵便番号 ④住所 ⑤氏名 ⑥電話番号 ⑦年齢 ⑧職業 ⑨面白かった記事や興味を持った広告 (①～⑥は必須です。)

ハガキで！ 応募約58%がハガキでした！
〒651-1132 神戸市北区南五葉1-2-4 078-330-8892 「ぼちっと神戸編集室」宛

FAXで！ 応募約12%がFAXでした！
〒651-1132 神戸市北区南五葉1-2-4 078-330-8892 「ぼちっと神戸編集室」宛

WEBで！ 応募約45%がWEBからでした！
ご応募の約58%がハガキでした！

メールで！ 応募約5%がメールでした！
ご応募の約12%がFAXでした！

※当選された方にはお電話します。
※ご提供いただいた「個人情報」は、クイズの応募と本紙のみに使用し、守秘義務を厳守させていただきます。
※ご同意の方のみご連絡いたします。

前回の答えは「カゲロウ」でした。応募総数138通、正答率は100%でした！鈴蘭台東町の1様、他20名の方に賞品を送りました。

今回、メール応募からWEB応募に初挑戦された方が増えました。新たな挑戦はドキドキですが、意外な発見がありましたよね。ぼちっとには初めて聞く原、知らなかった世界の扉があります。新ジャンル「自叙伝コラム」本紙募集！貴方の世界を見せてください！ご連絡をお待ちしていますAA

ぼちっと神戸 インスタ版

ぼちっと神戸 インスタ版

ぼちっと神戸 インスタ版

今回のプレゼント

正解者の中から抽選でコチラの商品をプレゼントします！

A 7頁に広告掲載
コインランドリー
CENTER ISLAND 様より
当ランドリーで使える
2,300円分の
プリペイドカード

B 9頁にコラム掲載
どうぶつ科学コミュニケーター
大淵希輝さん監修
人生は
ウーパールーパー
ももにくす(著)1,320円

C ぼちクーポン掲載店で使える
共通ご利用券 1,000円分

カット式！ 持ち歩きに便利！
ぼちクーポン

訪問理美容 ユウキ
全メニュー
500円引き
2024.11.30迄

彩龍庵
体験料
500円引き
※お1人様1回限り
2024.10.20迄

四季の洋菓子 そよぎ
1,000円以上お買い上げで
みのりつき
1コプレゼント
2024.10.20迄

山善寿司
11月30日までに
お節をご予約の方
お食事券を
プレゼント！
2024.11.30迄

ほがらが整骨院
※施術料金7,700円
→1,980円!
※お1人様1回限り
2024.11.22迄

「本紙」または「カット式クーポン」を予約時・注文時・会計時にご提示ください。店頭で「ぼち」でOKなお店もあります。インスタ版の画面提示でOKなお店もあります。是非、ご利用ください！

Pochitto Kobe ぽちクーポン

秋のしっとり焼き菓子
みのりつき

さつまいも、かぼちゃ、くりを使ってしっとり焼き上げました。
お味は3種類(税込300円)。秋の贈り物にいかがですか？

「ぼちっ」持参で
1,000円以上お買い上げで
みのりつき1コプレゼント
2024.10.20迄

四季の洋菓子 そよぎ
078-594-1255
神戸市北区北五葉1-1-37
9:00-20:00 月曜日(祝日の場合は翌日)
2台

50才以上限定！
パーマ半額
5,500円(税込)

「おひとりでも多くの方を美しく」をモットーに
44年。紫光美容室からスタジオ54にリニューアル！
★グレイカラー(カラー+シャンプー)2,850円(税込)
★グレイカラー+カット4,180円⇒5,850円(税込)

★医療メーカーが作った【家庭用光
脱毛器】オライトレーザー取扱中！
★定価88,000円が現金のお支払い
で20%OFF⇒70,400円(税込)

美容室 **スタジオ54(紫光)**
078-591-8139
神戸市北区鈴蘭台東町2-21-15 関西スーパー向かい
9:30~17:00(祝日3時まで受付) 完全予約制
毎週月曜日および第2・第3日曜日

「ぼちっ」持参で
全メニュー
100円引き
2024.10.31迄

お節ご予約先着20名様に
山善特製ぼんず
プレゼント(1名様まで予約の方のみ)

早得

三段落 39,500円 ■焼き期1匹6,000円
二段落 30,800円
一段落 16,400円 (全て税込)
注文メ切り:12月6日 配達日:大晦日午後~

ご予約に応じて、二段落の方は500円、三段落の方は1,000円分のお食事券をプレゼントいたします。

山善寿司
西鈴蘭駅前店 北五葉本店
078-591-6788 078-591-4079
神戸市北区南五葉1-2-4 神戸市北区北五葉3-8-41-1
11:00-20:00 毎週水曜日 有

11月30日までに前払をご予約の方
お食事券をプレゼント！
※詳細は上記をご参照ください。
2024.11.30迄

美容を
あなたのお家に
お届けします！

本区南部・兵庫区
中央区・長田区・須磨区の皆さま
※完全無料でお伺いします！

美容を通して身体と心に元気スイッチ！
・カット ¥3500・カラー ¥5000・シェービング ¥2000
・シェービングエステ ¥5000(スチーマ付)
※いずれもセット割引有り

訪問理美容 ユウキ
080-3650-8789
神戸市北区鳴子2丁目
9:00~17:00
日曜日

「ぼちっ」持参で
全メニュー
500円引き
2024.11.30迄

たくさんの方が元気になりました！
おかげさまで開院1周年
※1周年キャンペーン先着5名様限定
筋膜リリースプレゼント9/30迄

膝痛でお困りの方
朗報です！

「ぼちっ」or インスタ画面提示で
※施術料金7,700円
→1,980円!
※お1人様1回限り
2024.11.22迄

ほがらが整骨院
078-983-7997
神戸市北区南五葉1-4-28 山本ビル101号
9:30-18:30(木・土・祝) 9:30-12:30
※木・土・祝日の午後、日曜日 有(1台)

「本紙」または「カット式クーポン」を予約時・注文時・会計時にご提示ください。店頭で「ぼち」でOKなお店もあります。インスタ版の画面提示でOKなお店もあります。是非、ご利用ください！

「糸ともり」
糸かけアート展示会
10/11・10/31(入場無料)

糸かけアートとは、一本の糸をひとつかけ、ひとつかけ繰り返すことで幾何学模様を生み出すアートです。色彩に癒されたり、達成感を感じたり、「糸」に集中することで、大切なことに気づいたり、感じ方は十人十色、10/19・19日・26日に糸かけ体験会を行います。【体験料2,000円】展示会も開催中！どうぞお気軽に

「ぼちっ」or インスタ画面提示で
体験料2,000円より
500円引き!
2024.10.5・19・26