

MY TOWN

INAGI

まちとつながる、あなたとつながる、マイタウン

2026年5月号(2026年4月20日発行) 【発行元】株式会社エリアブレイン 〒215-0004 川崎市麻生区万福寺1-12-2-2F TEL.044-954-2555(代)

CONTENTS

1	SPECIAL 食欲そそる いなぎグルメ
2-3	LOCAL TOPICS 街のトピックス INFORMATION プレゼント 他
4	SPECIAL 夏を前に ココロとカラダをととのえる

SPECIAL

食欲そそる

INAGI GOURMET

いなぎグルメ



清吉ぎょうざと牛すじの塩煮込(600円)

旨味が肉汁と共にあふれ出す「清吉ぎょうざ」

清吉秘伝のレシピをアレンジした、お酒によく合う料理がそろった「酒肴屋 清吉」。数ある人気メニューの中でも、評判が高いのが「清吉ぎょうざ」(8個800円)。一見大きめの餃子のようなだが、かんだ瞬間に旨味があふれ、お酒がますます進んでしまう。ホロホロになるまで煮込んだ「牛すじの塩煮込」もおすすめ。

酒肴屋 清吉

稲城市東長沼 529-5 高野ビル 1F
☎070-9143-1157 (予約専用)
🕒17:00～24:00 ※入店は22:00まで、L.O.23:00 ※7歳未満の入店不可、支払いは現金のみ 📵無



さくさくのお天ぷらと蕎麦の相性は抜群

旬を味わう、蕎麦・日本料理の老舗

喉越しのよいおいしい蕎麦が人気の稲城の老舗「福寿庵」。うどんや丼物などメニューも豊富で、平日でも多くの人々がその味を求めて来店する。これからのおすすめは「初夏の天ざる」(1,930円)。コシのある蕎麦に、旬の野菜の天ぷらやかき揚げがつかい逸品。駐車場も広く、利用しやすい。同店で初夏を感じよう。

そば・日本料理 福寿庵

稲城市矢野口1109
☎042-377-4611
🕒11:00～L.O.20:00 📵火曜(祝日の場合は翌水曜)
📵30台完備
<http://www.fukujiyuan.jp/>



切った瞬間にチーズが流れ出す「シカゴピザ」(2,390円)

あふれるほど贅沢にチーズをのせたシカゴピザを堪能

メディアムレアで焼き上げる味わい深いグリル料理が堪能できる「隠れ家 柳生」。家庭的な雰囲気とそのおいしさにリピーターも多い。グリル料理はもちろんだが、同店のチーズ料理もぜひ食べてほしい。中でも「シカゴピザ」は4種のチーズを使った濃厚なコクと塩気でやみつきになるおいしさ。アクセントにハチミツをかけてご賞味あれ。

MYTOWN *Coupon*

1会計につき10%OFF

※他クーポンの併用不可
※有効期限:2026/6/30※迄

隠れ家 柳生 グリル&チーズ

稲城市百村1608-3サンコーボ101
☎042-401-6477 🕒ランチ11:00～15:00
(L.O.14:30)、ディナー17:00～22:00(L.O.21:00) 📵火曜 📵提携駐車場有



抹茶ショコラザマンド

初夏の新作「抹茶ショコラザマンド」が登場

かむ度に小麦本来の甘さを感じるパン生地が人気の「ブルーランジェリー道」。生地にチョコチップを練りこみ、マスカルポーネのコクと抹茶餡の風味を合わせた新作の菓子パン「抹茶ショコラザマンド」(270円)が登場。少しずつ暑くなっていくこれからの時季、冷たい緑茶や麦茶と一緒にぜひ食べてほしい。

Boulangerie 道

稲城市東長沼 557-6 ウサコ稲城 102 (JR南武線・稲城長沼駅より徒歩2分)
☎080-3007-6785 🕒7:30～19:00 (パンがなくなり次第閉店) 📵水曜、第4火曜 📵無 Instagram:@boulangerie_michi



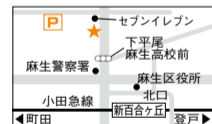
写真はメズバーンセット(2,750円)。キッズセット(750円)も有

いろいろなインドカレーの味わいとサイドメニューを楽しもう

ゴロゴロと大きな野菜が入った野菜カレーやホロホロと柔らかく煮込んだチキンカレー、店内のタンドールで焼き上げたナンやサモサなど、北インド料理が味わえる「NEWメズバーン」。辛さの調整もでき、マイルドな「バターチキンカレー」は子どもにも人気。テイクアウト・デリバリーも対応。

インド料理 NEW メズバーン

稲城市平尾2-8-7
☎042-331-7580
🕒11:30～14:00、17:00～22:00
📵年中無休 📵4台
<https://mezbaan.tokyo/>



健康な歯茎を維持しましょう

健康な歯茎は薄いピンク色で引き締まっています。歯と歯の間隙もきれいな山形になっていて、笑顔の第一印象も良くなるでしょう。赤く腫れていたり、歯みがき時に出血がある場合は「歯肉炎」のサインかもしれません。歯周病の初期症状である歯肉炎は歯茎に赤みや腫れが見られますが、歯を支える骨はしっかりしています。この段階であれば、健康な歯茎を取り戻せます。これが進行すると「歯周炎」となり、軽度の場合は口臭が気になる、冷たいものがしみるといった症状を感じます。進行



していきに従い、歯が長く見える、歯がぐらつく、膿が出るなどの症状が見られ、最終的には歯が抜け落ちてしまいます。歯周病は歯肉炎や歯周炎など歯を支える組織に炎症が起こる疾患の総称です。歯周病は「サイレントキラー」とも呼ばれ、初期症状が分かりにくく、自覚症状を感じる時にはかなり進行しているケースがよく見られます。歯周病を防ぐには原因となるプラーク(歯垢)の除去が有効です。毎日の丁寧なセルフケアに加え、2～3カ月に1度は歯科医院でプロケアを受けましょう。定期検診は歯周病の早期発見につながります。新たな出会いの多い春。すてきな笑顔でいるために、歯科医院で歯茎の健康診断をしてみましょう。そしておいしく食事ができるよう、健やかなお口の維持を目指しましょう。

当院のモットー

「食べる」「話す」
「笑う」「歌う」
気にせずに行える事が
目標です。



ミューズ歯科クリニック
院長
前川 紀雄

当院では引き続き
感染予防対策を行っております。
ご協力をお願いします。

ミューズ 歯科クリニック
TEL 042-401-7180

24時間
予約可能



ご予約はこちら
診療時間 / 月曜～日曜 10:00～19:00
<https://www.muse-dc.com/>
稲城市東長沼 1212 イオンタウン稲城長沼 1F
(JR南武線 稲城長沼駅より徒歩4分) 📵利用無料



LOCAL TOPICS



街のトピックス 電話 FAX メール 営業時間 定休日 駐車場 問合せ先

LEISURE | これは楽しい! 新しいスポーツ「ピククルボール」フレスポ若葉台 WEST2階で期間限定オープン中

ピククルボールはバドミントンコートサイズで、卓球のラケットを大きくしたようなパドルでテニスのように動きながらラリーを楽しむ新しいスポーツ。シンプルルールでラリーも続きやすく、年齢・性別問わず誰でもすぐに楽しめるのがポイント。連休が始まるこの機会にピククルボールを楽しんでみては。見学・体験受け付け中。予約・詳細はInstagramをチェック。



Pickle K (株式会社AKIKA)
 稲城市若葉台2-4-2 WEST 2F 料金:《コートレンタル1h》平日3,300円、土・日・祝日4,400円 《オープンコート全日4h》1,100円 《用具レンタル》パドル・ボール各300円 Instagram: @picklek0105
レジャー 若葉台



SERVICE | 稲城市の補助金を活用して我が家のメンテナンスを「屋根・外壁専門店 イロドリ」で無料相談実施中



左/JR南武線・南多摩駅にある店舗 右/近藤店長

新年度が始まり、住宅リフォームやメンテナンスに関わる補助金が今年も利用できる予定だ。特に屋根や外壁に活用できる補助金事業は例年応募総数が多く、すぐに予算に達してしまうことが多いため今からの準備が大切。「屋根・外壁専門店 イロドリ」は、補助金の情報をいち早くキャッチし、有効なリフォームプランを提案してくれる地元の店だ。築10年以上の家屋や外壁を触ると手が白くなる場合、事前に同店の無料診断を利用すれば自宅の状況が分かるとともに、いざという時にもスムーズな段取りが可能。ぜひ相談を。

リフォームプライス 屋根外壁専門館 イロドリ稲城店
 稲城市大丸1017-1 北口ハイツ1F (JR南武線・南多摩駅北口徒歩2分) ☎0120-89-1802
 10:00~18:00 水・日曜
サービス 南多摩



GOURMET | 「一粒選りおにぎり 空海」が「おむすび停車場 空海」としてリニューアルオープン

稲城長沼駅近くで長年営業していた「一粒選りおにぎり空海」が、「おむすび停車場 空海」として京王よみうりランド駅近く、アメリカ稲城ショッピングセンターと同じ通り沿いにリニューアルオープンした。イートインスペースが広くなり、50種類以上のメニューを展開。使用する米や水のこだわりはそのままに、おいしいおにぎりを提供する。



おむすび停車場 空海
 稲城市矢野口2267-2-103 ☎090-2310-0333 (予約専用)
 平日8:00~14:00・16:00~19:00、土・日・祝日8:00~17:00
 休 不定休
グルメ 京王よみうりランド

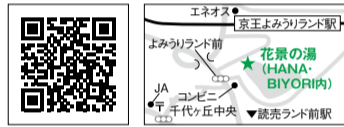


LEISURE | 平日夜限定の「特別ナイト入館券」1,500円が通年販売へ「花景の湯」の極上の癒し体験がもっと身近に

新感覚フラワーパークHANA・BIYORI内にある日帰り温泉施設「花景の湯」。手ぶらで天然温泉やサウナなどが利用できる人気施設だ。4月6日から平日20:00以降の入館が通常より800円お得な「特別ナイト入館券」の販売が開始(土・日・祝日、大型連休、春・夏休み、年末年始などは除く)。平日夜は花景の湯でその日の疲れを洗い流そう。



花景の湯 (HANA・BIYORI内)
 稲城市矢野口4015-1 (京王よみうりランド駅より無料シャトルバス有) ☎10:00~23:00 (土・日・祝日9:00~) ※最終入館受付は22:00迄 休 不定休 有 (花景の湯利用者は終日無料)
レジャースポット 京王よみうりランド



STAGE | オリジナルのシナリオでオペラを楽しむイベント「フィガロの結婚改めスザンナの結婚」5/10(日)無料公演開催

稲城市民オペラ第10回公演「フィガロの結婚」が6月21日(日)に稲城市中央文化センターホールにて開演する。そのプレ公演として5月10日(日)にオリジナルストーリー「フィガロの結婚改めスザンナの結婚」を14:00から中央文化センターで開演。本公演が3倍楽しくなるスペシャルイベントで、しかも入場無料。オペラの迫力を感じよう。



特別出演: 鈴木ねね (左)、大谷なな (右)

稲城市民オペラ文化祭「フィガロの結婚改めスザンナの結婚」
 開催日時: 5/10(日)14:00開演 (開場13:30)
 会場: 稲城市中央文化センターホール (稲城市東長沼2111)
 ※入場無料
ステージ 稲城



MYTOWN ゴルフ大会

名門クラブでプレーしませんか?

梅雨の季節もゴルフを楽しもう

梅雨の彩 水無月7daysコンペ

日程 / 2026年6月8日(月)・17日(水)・19日(金)・22日(月)・23日(火)・25日(木)・26日(金)

プレー費 / 25,410円 (参加費2,200円、消費税) ※昼食代・ゴルフ場利用税別途

賞品 / 優勝~10位・飛び賞・男女ベスグロ・BB賞・特別賞・参加賞 ※表彰式は行いません。全日程終了後、成績表・賞品をお送りいたします。

競技方法 / 新ペリア方式による18Hストロークプレー ※同ネットの場合 ①グロス順 ②18番ホールからのカウントバック

申込受付開始 / 2026年4月20日(月) 10:00~ ※予約状況によりお受けできない場合もございます。

●1~2名申込み、3サムのご予約は必ず他のお客様と組合せになります。予めご了承ください。

お申込み
お問合せ
☎044-966-1141 (受付時間 10時より)

東京都稲城市矢野口3376-1 <https://www.yomiurigolf.com/>

お1人様から
お申込み
いただけます!

日程や詳細は
MYTOWN WEBサイトで
<https://e-mytown.com/>

※70歳以上の方は受付時に申請すればゴルフ利用税(1,200円)は非課税 ※掲載内容は予告なく変更する場合があります ※ご利用の際はドレスコードおよび利用約款を順守してください ※キャンセルのご連絡は前日までにお願いします ※1~2名申込み、3サムの場合は、必ず他のお客様との組み合わせとなります。予めご了承ください ※1~2名申込みの場合、申込日の参加人数状況によっては予約が成立しない場合があります

地域密着だからできる迅速な対応

確かな技術と知識で雨漏りゼロへ!

累計施工実績
103,458件
(内部工事含む)

地元密着
創業33年

Google 口コミ
5.0
(4月7日時点)

屋根・外壁、雨漏り無料診断受付中

お気軽にご連絡ください

屋根外壁専門店 イロドリの特徴

- スタッフ全員が外壁診断士の資格保有者
- 年間400棟以上の施工実績
- 屋根外壁診断書の作成・ご提出
- ドローン診断・サーモカメラ雨漏り診断の実施
- 工事中から工事完了までの進捗写真を工事後にご提出

創業32年 地域最大級のリフォーム会社、ホームテック株式会社の屋根外壁専門店
稲城市商工会の加盟店です

REFORM PRICE

リフォ-ムプライス

お申込み
お問合せ

屋根外壁専門館 イロドリ稲城店
☎0120-89-1802

受付時間 / 10:00~18:00 定休日/水・日曜
東京都稲城市大丸1017-1 北口ハイツ1F

検索

LEISURE

ゴールデンウィークはよみうりランドで楽しもう
「沖縄・九州&北海道 WEEK!! 2026」開催



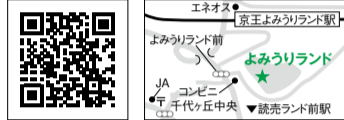
左/琉球舞団昇龍祭太鼓 右/北海道スノータ임 (昨年の様子)

よみうりランド遊園地では4月25日(土)~5月6日(休)の期間中、沖縄・九州・北海道のグルメやご当地ヒーローショー、各地にゆかりのある芸人によるお笑いライブなど、イベントが盛りだくさん。エイサーやよさこいソーランの演舞のほか、世界自然遺産に登録された沖縄県国頭村のPRブースではAR技術による生き物観察やVRによる星空体験が行われ、5月2日(土)~5日(祝)は流れるプールエリアで降雪マシンによる「北海道スノータ임」も開催予定。南国と北国の魅力あふれるよみうりランドのゴールデンウィークをとことん楽しもう!

よみうりランド「沖縄・九州&北海道 WEEK!! 2026」

開催期間:4/25(土)~5/6(休) ※4/27(月)は休園日
★開催内容やライブイベントの詳細は特設サイトで確認を
<https://www.yomiuriland.com/sp/2026/gw/>

レジャースポット 京王よみうりランド



EVENT

若葉台を楽しむ大型イベント
「わかばのマルシェ 2026春」4/25(土)・26(日)開催



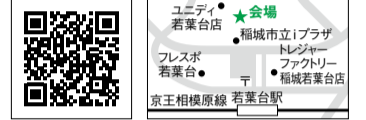
左/わかばのマルシェ (過去の春開催時の様子) 右/個性的な店が並ぶ

稲城市立iプラザ前の広場で春と秋に開催されている「わかばのマルシェ」。キッチンカーによるできたてグルメや食品の販売、日々の生活にアクセントを加えてくれる雑貨やアクセサリー、ワークショップなど2日間で75店舗が出店する。開催会場のまん中にはラグが敷かれ、青空の下でのんびり一日中楽しめるイベントだ。iプラザ入口横では大道芸人などによるパフォーマンスも行われる。商品の作り手側のこだわりを聞きながら会話を楽しみ、新たな出会いをつくる「わかばのマルシェ」に出かけよう。

わかばのマルシェ 2026春

開催日時:4/25(土)・26(日)10:00~16:00
会場:稲城市立iプラザ前芝生広場(京王相模原線・若葉台駅徒歩3分) Instagram:@wakamaru119

イベント 若葉台



EVENT

「ガーデンシティ多摩センターこどもまつり 2026」
5/3(祝)~5(祝) パルテノン大通りにて開催



多摩センター駅前を会場に毎年ゴールデンウィークに開催している「ガーデンシティ多摩センターこどもまつり」。パルテノン大通りに約100店ものテントやキッチンカーが並び、グルメや物産品の販売やゲームなどが楽しめる。十字路メイン会場ではわんぱく相撲やキッズダンスなどが行われるほか、会場内に隠されている「文字探しクエスト」や70店が軒を連ねるフリーマーケット、人気大道芸人によるパフォーマンスなど楽しみがいっぱいの3日間。イベントの詳細は公式サイトなどで確認を。

ガーデンシティ多摩センターこどもまつり 2026

開催日時:5/3(祝)~5(祝)10:00~17:00 ※荒天中止
会場:多摩センター駅前 パルテノン大通り
<https://kodomotama.myportfolio.com/>

イベント 多摩センター



EVENT

稲城市民による手作りのお祭り
「稲城手づくり市民まつり 2026」5/4(祝)・5(祝)開催



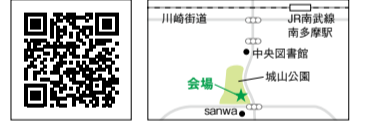
左/メイン会場(過去の様子) 右/子ども広場(過去の様子)

向陽台の城山公園広場と子ども広場を会場にして、ゴールデンウィークに行われている「稲城手づくり市民まつり」。屋台やキッチンカーではおいしいグルメを楽しむことができ、歌や演舞のステージ、ポッチャやモルックなどの体験、フリーマーケット、抽選会などが行われ、毎年多くの人々が来場するイベント。会場では消防車の展示や各団体の趣向を凝らしたゲームやワークショップも行われ、1日かけて楽しめるので、家族みんなで出かけよう。会場には駐車場がないため、公共交通機関を使って来場を。

稲城手づくり市民まつり

開催日時:5/4(祝)10:00~17:00、5(祝)10:00~15:30
会場:城山公園(稲城市向陽台4-6)
Instagram:@koyodai_inagi

イベント 南多摩



PRESENT

選手が目の前に!
迫力満点のプロ野球を楽しもう!

ジャイアンツタウンスタジアム
ファーム・リーグ公式戦
ご招待券 5組10名様

開業2年目を迎えた「ジャイアンツタウンスタジアム」。ジャイアンツの2軍戦をはじめ、1軍昇格に向けて汗を流す選手たちの姿が間近で見られるほか、夏祭りや天体観測会、スタジアムシネマなど、野球以外にも多様なイベントの会場として利用されている。今回は、同球場で行われる2026年ファーム・リーグ公式戦のご招待チケットをプレゼント! 試合日程を下記公式WEBサイトで確認して出かけよう!

ジャイアンツタウンスタジアム
稲城市矢野口3228番地南山95街区1号 ※ファーム・リーグ公式戦開催日は、京王相模原線・京王よみうりランド駅より無料シャトルバス運行
★東京ジャイアンツ公式WEBサイト <https://tokyo-giants-town.yomiuriland.com/>



根室フェア開催中
「北海道最東端からの海の恵み」をご自宅で
コーチャンフォーでは、北海道最東端に位置する根室の特産品を集めた「根室フェア」を開催中です! さまの水揚げ日本一を誇り、豊かな自然に恵まれた水産都市・根室。「冷凍さんま」や「さんまぼろぼろ」などさんま商品や、「ほっけ一夜干し」「秋鮭漬け」「バリバリ焼き昆布」など、バラエティ豊かな海産品を集めました。根室から届いた新鮮な海の幸を、ぜひご家庭でお楽しみください!

コーチャンフォー 若葉台店 ☎042-350-2800
稲城市若葉台2-9-2(京王相模原線・若葉台駅より徒歩5分) ☎9:00~21:00(年中無休)
●駐車場 605台(1時間無料 お買い物すると4時間無料) ●駐輪場 330台

プレゼント応募方法

下記2次元コードの応募フォームより、または右記必要事項を明記の上、FAX・ハガキにて。

【送付先】●FAX 044-954-5869 ●郵送 〒215-8511 MYTOWNいなぎ5月号係(住所記載不要)

※プレゼント1種につき1応募可(1通につき1応募)
※当選者は賞品の発送をもって発表となります
※個人情報賞品発送と催し案内のみに使用します



- ①希望プレゼント
- ②住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤職業
- ⑥電話番号
- ⑦弊社からのイベント等の案内送付可否
- ⑧本紙の感想
- ⑨おすすめの店・場所
- ⑩読みたい記事
- ⑪参加したいイベント
- ⑫お気に入りの写真添付(掲載可能なもの)
- ※①~⑦は記入必須
- ※⑧~⑩はいずれか1つ

応募締切 2026年5月10日(日)必着

2026年4月20日発行 【発行部数】40,000部 【配布エリア】稲城市(平尾を除く) 【配布方法】ポスティング、ラック設置

発行元 AreaBrain 株式会社エリアブレイン(神奈川情報紙交流協会会員)

〒215-0004 川崎市麻生区万福寺1-12-2F
TEL 044-954-2555(代) FAX 044-954-5869 E-mail mytown@areabrain.co.jp
<https://areabrain.co.jp/> (コーポレート) <https://e-mytown.com/> (MYTOWN)
Facebook:@mytown21 X:@mytown21 Instagram:@mytown_inagi

※本紙掲載価格は、特に記載がない限り税込価格です ※本紙掲載の記事・写真・イラストなどの無断転載を禁じます ※掲載内容は変更となる場合があります。最新情報は各問い合せ先へお問い合わせください

MYTOWN
いなぎ版は下記の施設に設置しております

- 矢野口エリア
・牛乳食パン専門店みるく
・多摩信用金庫 稲城矢野口支店
- 南山エリア
・南山BASE
・Gallery&Café Cloud Nine 南山店
- 稲城長沼エリア
・いなぎ発信基地 ベアテラス
・稲城市役所 観光課
・JA東京みなみ シンフォニー(農産物直売所)
・Gallery&Café Cloud Nine
・イオンタウン稲城長沼
- 南多摩・大丸エリア
・オーエンス健康プラザ
・天然温泉稲城の湯 季乃彩
- 若葉台・長峰エリア
・稲城市立iプラザ
・コーチャンフォー若葉台店
・SOCOLA若葉台
・野村不動産いなぎアリーナ
- その他
・稲城市内 図書館
・セレスモス 麻生店
・フォレストモール黒川

@mytown21
@mytown_inagi
@mytown21

SPECIAL 夏を前に ココロとカラダをととのえる



通い放題のマスター会員(13,200円/月)、レギュラー会員(11,000円/月)「コマレス」(2,750円/回)や常温のコースも有

しなやかにうつくしい体へ 女性専用ヨガスタジオ
目的や対象に合わせたヨガやピラティスプログラムを開講する「HEARTS 」。大型駐車場があり利用しやすく、女性専用なので周りを気にすることなく心地よく汗を流せる。ヒーリングやアロマコースもあり、ココロもカラダもとのう店。「マイタウンを見た」で無料体験可。詳細は公式WEBサイトで確認を。

女性専用ヨガスタジオ HEARTS 。

稲城市若葉台 1-55 アクロスプラザ
若葉台東1F ☎042-401-4088
🕒 9:00 ~ 22:00
🌐 公式WEBサイトで確認を
🅑 大型無料P利用可



通勤・通学の服装で利用する人も多数
トレーナーが常駐しており運動サポートも充実

シューズも月会費も登録もいらない新感覚フィットネス
到着してからすぐにトレーニングを開始できる圧倒的な手軽さが人気で、初めての人も安心して利用可能。通勤・通学の服装のままでもOK。お財布に優しい10分165円(税込)で、利用した分だけ支払う。面倒な会員登録やウェアは必要なし。ありそうでなかった「新感覚フィットネス施設」。希望に応じて、使い放題の月額プランもある。

Grow Fit (グローフィット)

稲城市若葉台2-5-2 稲城市立イプラザ1F(若葉台駅徒歩3分) 🕒 8:30 ~ 22:00 🅑 不定休 ※WEBサイトのカレンダーにて確認を 🅑 無
https://www.grow-fitness.net/



ベースコース3,300円、バックコース5,500円、イオン導入フェイシャル7,700円、その他コース有

敏感肌、ゆらぎ肌にも優しいフェイシャルエステ専門店
エステティシヤンの松原さん自身も敏感肌であり、一人ひとり異なる肌の悩みに寄り添い、悩みや肌質の改善を目指すホームエステサロン。目元・口元に現れやすいエイジングサインが気になる人にぴったり。天然・オーガニック系の化粧品などを使い、肌のターンオーバーを促進。肌も心も潤うエステ店。

エステティックジュビラン アメジスト

稲城市東長沼 1281 内田マンションII 104
☎042-401-7512
🕒 10:00 ~ 最終受付 15:00

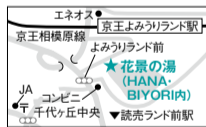


大きな窓があり開放感のある岩盤浴エリア

体の芯から温まる岩盤浴+サウナで日頃の疲れを解消
「花景の湯」の有料岩盤浴エリア「火窯房(ひがまぼう)」は開放的な大きな窓が印象的な岩盤浴スペース、セルフウリュウのできるサウナ、エリア専用の休憩スペースなど極上のリラックス空間を提供。横になり、体の芯から温める岩盤浴は、日頃の疲れを癒し体もとのう。心地よい自分の時間を過ごそう。

花景の湯 (HANA・BIYORI 内)

稲城市矢野口 4015-1(京王よみうりランド駅より無料シャトルバス有) 🕒 10:00 ~ 23:00(土・日・祝日 9:00 ~) 🅑 有(花景の湯利用者は終日無料)



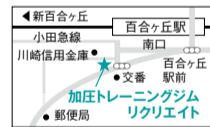
パーソナルトレーナーがしっかりサポート

加圧トレーニングで短期間で筋量をアップ

適度に血流を制限し、低酸素状態で運動を行い、加圧と除圧を繰り返すことで新陳代謝をアップするトレーニング。低負荷・短時間で行えるので、高齢者や筋力に自信のない人にぴったり。同ジムはパーソナルトレーナーが付き、一人ひとりに合った強度でトレーニングが可能。健康的な身体づくりをサポート。

加圧トレーニングジム リクリエイト

川崎市麻生区百合丘1-19-5 C'sビル(百合丘駅徒歩1分) ☎044-954-3337 🅑 火~金曜 12:00~21:00、土・日・祝日 10:30~19:30 🅑 月曜



心穏やかに進む仏教講座

「今、ここ」に集中し、こころをととのえる

2027年に創立100周年を迎える駒沢学園では、今年も学園キャンパス内にある坐禅堂で坐禅体験もできる仏教講座を開講。受講料無料、予約不要で直接会場へ行けば参加でき、仏教や禅に関する1回完結の入門講座。初めての参加は9:40から坐禅の作法も教えてくれるので安心。日時など詳細は公式WEBサイトで確認を。

令和8年度 駒沢学園 仏教講座

開催日時:4/25、5/23、6/27、7/25 ほか(各土曜、全10回) 10:00 ~ 11:45 会場:駒沢学園照心館坐禅堂、ほか大学教室 参加費:無料 🅑 有
※日程や内容が変更・中止となる場合有、最新情報は公式WEBサイトで確認を



マルシェイベントスタッフ募集 (パート・アルバイト)

稲城市内を中心に、今後開催予定のマルシェイベントの運営スタッフを募集します。備品の搬入・設営から開催中の運営補助、撤収作業までを担っていただきます。地域イベントに興味がある人、体を動かす仕事が好きな人はぜひ応募ください。

開催ごとに参加の可否を伺います
都合がいい日程のみでOK!
お気軽に応募ください



稲城市内でのイベント開催中の様子

- 業務内容
 - ① 備品搬入・設置、搬出 ※搬入のみ・搬出のみ応相談
 - ② 開催中運営補助(出店者対応、本部運営など)
- 時給 1,300円~
- 応募方法 履歴書を下記メールアドレスに送信ください(書類選考を通過した方のみ、後日ご連絡いたします)
- 場所 稲城市、川崎市多摩区

(株)エリアブレイン 採用担当 recruit@areabrain.co.jp
川崎市麻生区万福寺1-12-2-2F ※ご質問、お問合せはメールでお願いいたします

第31回 「障がいのある子の親なきあと問題」解決セミナー

—— 当事者家族の目線で解説いたします ——

いつかはやってくる「親なきあと」問題について必要な知識、自立に向けたお金の管理や相続・福祉サービス・就労など...本人やご家族の抱える問題は多岐にわたります。特に将来設計・後見人・相続・お金の問題に関しては、施設や相談支援機関では対応が難しい場合もあります。



過去のセミナーの様子

そんな将来への漠然とした不安について「親いるあいだ」に取り組んでおきたい対策や、「親なきあと」でも本人やきょうだい児が安心して生活できるよう、多種多様な事例を踏まえて専門家がやさしく解説していきます。

講師 首藤 徹也
一般社団法人 あしたパートナーズ 代表理事
株式会社あしたパートナーズ 代表取締役
企業や障がい福祉事業者とのパートナーシップにより、社会全体で障がいのある方のご家族を支えていく社会を目指して活動。大手企業・全国の特別支援学校・親の会・社会福祉協議会・障がい福祉施設などで多数講演する人気講師。

会場 新百合トウェンティワンホール
(麻生区万福寺1-2-2-B2F、新百合ヶ丘駅北口2分)

- 5月9日(土) 第1研修室
午前の部 10:00~(受付9:40~)
午後の部 13:30~(受付13:10~)
- 5月20日(水) 第2研修室
午前の部 10:00~(受付9:40~)

※各回とも所要約2時間半、途中休憩あり
※各回定員20人(満席になり次第締切)

会費 500円 ※当日受付にて徴収
★各地域で満席となる回もあるセミナーのため、お早めのお申込みをおすすめします。

主催:一般社団法人ファイナンシャルアドバイザー協会
YORISOU-未来
✉ yorisou.mirai@gmail.com
あしたパートナーズ・東京都千代田区神田淡路町1-19-1 木村ビル2階

参加申込みはこちらから

