

# & smile

2019年  
4月号  
Vol.14

5月号はいつもより早い  
4月27日(土)新聞折込  
お見逃しなく!

始まりの季節。進路が決まったり安心の方、心機一転何かを始めたい方もいらっしゃるでしょう。そんな方にも、そうでない方にも、今月号はおでかけ情報を中心に“春”をお届けします。

地域/西脇市・三木市・小野市・加西市・篠山市・丹波市・加東市・多可町  
折込/神戸・朝日・毎日・読売(三木市は神戸のみ) 部数/100,100部  
発行/有限会社すみれ 編集/アンド・スマイル編集室 兵庫県西脇市野村町1811-55  
Tel.0795-24-1800 Fax.0795-24-1801 info@and-smile.hyogo.jp

<https://and-smile.hyogo.jp>

地域のお役立ち情報や  
クーポンを配信!

LINE公式  
アカウントはこちら



## 新社会人の方へ“親孝行車探し”



例えば 安心バックモニター・ETC付き。走行距離360km!  
H28年式 日産モコ 車検2年付き 105万円

人生1台目の車は  
キレイで安全な中古車で。  
出費を抑えて、  
自分で購入してみませんか?  
車購入は社会人の  
自立デビューですね。  
応援しています。

女性のお客様と  
スタッフの声を生かした  
車のコスト削減と節約に

## マイレンタ



車のお探しと長持ち専門店  
#エムアンドワイ  
0795-40-2535

加東市島原198-3  
9:30~18:30  
くまざし エムアンドワイ

エムアンドワイ  
T-POINT  
貯まります

## アンド・スマイルで旅しませんか?



「今、世の中は健康志向なのでウォーキングツアーを企画してほしい」という読者の声から生まれた、アンド・スマイル企画ツアー第3弾。今回のテーマは、「ウォーキング × パワースポット」

初めての方でも参加しやすい7kmコースで、お昼休憩をはさんでゆっくり歩きます。朝はちょっぴり早いですが、その分現地で時間はたっぷり。過去のツアーは10代~70代と幅広い年齢層の方にご参加頂いています。今ここでしか得られない体験を一緒に。

5月26日(日) 日本最古の道「山の辺の道」を歩こう! 詳しくは8面へ

## 炭火焼鳥 中島

## NEW OPEN!

朝引きの淡路鶏を店内串刺した  
本格炭火焼鳥が味わえるお店。  
お一人様から宴会までどうぞ。

炭火焼鳥 中島  
西脇野村店

西脇市野村町1796-513 17:00~24:00  
0795-27-8143

## 大盛況につき スタッフ急募!

調理補助・ホール  
●時給 920円~  
22時以降25%UP(1,150円)  
土日祝は時給+100円!  
●17時~深夜1時の間で  
4時間以上・週2日以上入れる方  
●18歳~45歳くらいまで  
●まかない制度あり  
かけもち・フリーターさんも大歓迎!  
「アンド・スマイルを見て」とお知らせください。  
090-8233-1831  
※12時以降にお電話ください。(使用担当:千本)

## 西脇ロイヤルホテル

## 90分 GW ファミリー バイキング

ローストビーフ、寿司、天ぷら、クレープ、  
チョコレートファウンテンなど

食べ放題!

2019年4/27(土)ディナータイム~5/6(月)ランチタイム

●ランチタイム/【1部】11:30~【2部】13:15~  
●ディナータイム/【1部】17:30~【2部】19:15~

大人 ¥2,500(税別) 幼児 ¥800(税別)  
小学生 ¥1,500(税別) 3歳以下 無料

お電話にてご予約承ります

小学生以下の  
お子様は  
ガチャマシ1人1回  
プレイ  
できます!

詳しくはオフィシャルホームページで ▶▶▶ <https://www.nishiwaki-royalhotel.jp>

西脇ロイヤルホテル

検索

Apika

西脇ロイヤルホテル

〒677-0015 兵庫県西脇市西脇991番地

Tel 0795-23-2000 Fax 0795-23-8604

Daiwa House Group®



0120-618-033

地下駐車場完備/お食事ご利用で3時間サービス  
※フロントにて駐車券をご提示下さい

HDS

Spring Campaign!

SAFETY & EFFICIENTLY  
安全を第一に、効率的な教育を。

## 合宿&通学 運転免許

好評受付中!

合宿 卒業 最短14日間!!  
(AT限定)

※上記日程は6月末までに入学された方限定で、スケジュール通りに教習が進み、技能検定や学科試験に合格された場合のものです。MT車は最短15日間から。

合宿 普通車+二輪車の  
同時教習も

通学 リーズナブル!  
(最短卒業22日間から)

※当校の指定したスケジュールで教習が受けられる方限定です。

自動二輪(普通・大型)は  
4/16(火)から 教習スタート!  
(通学・昼間限定)

資料請求  
お問合せ

<http://driving-license.jp/>

0120-480-560 (9:00~17:30)

兵庫県公安委員会指定

HDS

北播ドライビングスクール

〒679-1103 兵庫県多可郡多可町中区牧野143-11  
TEL.0795-32-0560(代) FAX.0795-32-3301

毎週木土曜入校

年中無休  
土日祝日も教習



## 水廻り・内外装・増改築など 住まいに関するご相談はタカセホームへ!



小さなリフォームから大規模なリフォームまで、専門店ならではの提案を致します。  
まずはタカセホームリフォームギャラリーへお越し下さい。

最新の水廻り設備を揃えているので、使い勝手、  
デザイン性、実際のサイズ感を確認でき、  
イメージも膨らみます。

こんなリフォームをお考えの方、ご相談下さい!

- 介護リフォーム(手すり設置、段差をなくす等)
- 断熱性アップ  
(暑い夏に向け、省エネ塗装、断熱サッシ、断熱材施工)
- 水廻りリフォーム  
(毎日使うからこそ便利で快適に)

消費税増税まで  
あと半年!  
2019年10月1日から10%に増税されます。  
リフォームをお考えの方は  
早めの準備を!!

まだ間に合います!  
2019年9月30日までに  
引渡し完了すれば  
消費税は8%

消費税8% 2019年9月30日 消費税10%  
引渡し9/30まで  
引渡し10月以降



リフォーム専門店 水廻り・内外装・増改築  
タカセホーム株式会社  
小野店 リフォームギャラリー  
小野市敷地町1503-7 TEL:0794-70-8082 FAX:0794-70-8028  
9:30~17:30(時間外の見学予約可能) 国水産、第1・3火曜  
home-on@takase-ne.jp



Webページを  
ご覧ください!  
<http://www.takase-home.jp/>



エコドライブ、美しい環境とモビリティの楽しさを次世代へ。



Honda Cars 西脇  
春のおすすめ車種ラインアップ



Honda Cars 西脇 マスコットキャラクター アポロくん&はなちゃん

芯の強さから生まれる  
美しい存在感。  
New INSIGHT

INSIGHT

すべての時間を  
上質に走るための  
ハイブリッドシステム

INSIGHTに搭載されているのは、Honda独自の2モーターハイブリッドシステム「SPORT HYBRID i-MMD」。道路状況や、ドライバーの操作に応じて、3つのモードを瞬時に使い分けられる知的システムです。

EV DRIVE HYBRID DRIVE ENGINE DRIVE

ドライバーの気分や状況に合わせて「走りのテイスト」を選ぶことができるのも魅力です。

選べる走行モード

**NORMAL** 滑らかな加速感と燃費の良さをバランス良く両立。通常走行時。

**SPORT** アクセル操作に対する高い応答性と、いっそう伸びの良い加速感が楽しめます。

**ECON** エンジン、モーター、エアコンなどを制御し、省燃費走行をサポートします。

**EV** NORMAL / SPORT / ECONの各モードでEVスイッチを押すと、バッテリーの電力を使い、モーターだけで走行。住宅街などエンジン音を控えたい時に。

■バッテリー残量やエアコンの作動状況などによってEV走行ができない場合もございます。詳しくは当店営業スタッフにお問い合わせください。

Photo: INSIGHT LX  
ボディカラーはプレミアム  
クリスタルレッド・メタリック  
(有彩色: 59,400円高)

INSIGHT LX  
車両本体価格 (消費税8%込) **3,261,600円**  
●上記価格には写真の有彩色の価格が含まれておりません。  
■型式: GAA-ZE4 1.5L DOHC i-VTEC+MMD FF/CVT

ギアチェンジはボタン一つで。

ギアチェンジ、サイドブレーキ、走行モード切り替えもボタン操作でスタイリッシュに。メカのコンパクト化で全席ゆとりの空間も実現。



5.5インチのスマートフォンも収まる大型コンソールトレイ  
■スマートフォンの形状によっては収納できない場合があります。

たっぷり大容量トランクルーム

トランクルームはゴルフバッグが4個\*1積み、519L\*2の大容量。後席を前へ倒すことで自転車\*1も積載可能です。



Photo: INSIGHT EX BLACK STYLE 車両本体価格 (消費税8%込) 3,628,800円★  
●価格には写真の有彩色の価格が含まれておりません。  
ボディカラーはブルーブラック・メタリック (有彩色: 37,800円高)  
\*1 ゴルフバッグ、クラブや自転車の形状、サイズ等によっては積めない場合があります。詳しくは当店営業スタッフにご確認ください。写真のゴルフバッグは9インチ。  
\*2 数値はVDA方式によるHonda測定値。  
■小物類は撮影のために用意したものです。  
■安全のため走行の際は荷物をしっかりと固定してください。

GRACEに  
BLACK STYLE  
出ました!



Photo: GRACE HYBRID EX  
Honda SENSING 特別仕様車  
ブラックスタイル (FF)  
ボディカラーはスーパー  
ブラチナグレー・メタリック  
(有彩色: 32,400円高)

GRACE HYBRID EX  
Honda SENSING  
特別仕様車  
ブラックスタイル  
FF 車両本体価格 (消費税8%込) **2,385,720円**

●上記価格には写真の有彩色の価格が含まれておりません。  
■型式: DAA-GM4 1.5L i-VTEC+DCD  
FF/7速デュアルクラッチトランスミッション

特別装備

●リアライセンス  
ガーニッシュ(ダークク  
ロームメッキ)/LEDリアコ  
ンビネーションランプ(ス  
モークタイプ)  
●専用グレーステッチ  
ファブリックシート&イン  
テリア など



欧州各地で鍛えた  
世界レベルの  
走破性に注目!

ステイタスを感じさせると好評です



Photo: CR-V EX (FF/5人乗り)  
ボディカラーはミッドナイトブルービーム・  
メタリック (有彩色: 43,200円高)

CR-V EX  
FF/5人乗り/写真掲載車種 車両本体価格 (消費税8%込) **3,230,280円**

●上記価格には写真の有彩色の価格が含まれておりません。  
FF/7人乗り 車両本体価格 (消費税8%込) **3,421,440円**  
■型式: DBA-RW1 1.5L DOHC VTEC TURBO  
FF/CVT(トルクコンバーター付)  
[7スピードモード付]+パドルシフト

**SPORT HYBRID i-MMD**  
3.0L並\*3の加速と革新的燃費性能を実現したハイブリッドシステムを搭載。

**VTEC TURBO**  
低速から力強く加速する「VTECターボエンジン」をガソリン車に採用。

\*3 Hondaのこれまでの、V6 3.0L車の最大トルクとの比較。Honda調べ。

燃料消費率 (国土交通省審査値)\*1 INSIGHT LX  
JC08モード WLTCモード\*2  
34.2km/L 28.4km/L  
市街地モード\*2 25.8km/L  
郊外モード\*2 29.7km/L  
高速道路モード\*2 28.8km/L

※1 燃料消費率は定められた試験条件での値です。お客様の使用環境(気象、渋滞等)や運転方法(急発進、エアコン使用等)に応じて燃料消費率は異なります。※2 WLTCモード:市街地、郊外、高速道路の各走行モードを平均的な使用時間配分で構成した国際的な走行モード。市街地モード:信号や渋滞等の影響を受ける比較的低速な走行を想定。郊外モード:信号や渋滞等の影響をあまり受けない走行を想定。高速道路モード:高速道路等での走行を想定。

燃料消費率(国土交通省審査値)\*1  
JC08モード CR-V EX (FF/5人乗り)  
15.8km/L

売れてます!  
人気のヴェゼルに  
TOURING登場



Photo: ヴェゼル  
TOURING Honda SENSING  
ボディカラーはプレミアム  
クリスタルブルー・メタリック  
(有彩色: 59,400円高)



●1.5L VTEC TURBOエンジンを搭載し、発進時からレスポンスよく加速します



●TOURING専用エクステリア(ヘッドライトガーニッシュ(ブラック塗装)、フロントバンパーエアグリル、TOURINGエンブレム)



●TOURING専用コンビシート(ダークグレー(ウルトラスエード®)/ブラウン)と専用インテリア  
■ウルトラスエード®は東レ(株)の登録商標です。

ヴェゼル TOURING  
Honda SENSING  
FF 車両本体価格 (消費税8%込) **2,903,040円**  
●上記価格には写真の有彩色の価格が含まれておりません。  
■型式: DBA-RU1 1.5L VTEC TURBO FF/CVT  
(トルクコンバーター付)7スピードモード+パドルシフト

おしゃれな個性派  
特別仕様車



Photo: N-BOX 特別仕様車 G・L  
Honda SENSING カッパーブラウン  
スタイル (FF) ボディカラーはプラチナ  
ホワイト・パール&カッパー (有彩色: 21,600円高)

N-BOX 特別仕様車 G・L  
Honda SENSING カッパーブラウンスタイル  
FF 車両本体価格 (消費税8%込) **1,689,120円**

●上記価格には写真の有彩色の価格が含まれておりません。  
■型式: DBA-JF3 0.66L DOHC FF/CVT(トルクコンバーター付)

特別装備

●パワースライドドア(リア右側)※ターボ車は標準装備  
●カッパールーフ など

N-BOXシリーズ  
4年連続  
軽販売台数  
No.1

※N-BOXシリーズ(N-BOX、N-BOX+、N-BOX SLASH)2015年・2016年・2017年・2018年国内軽自動車新規届出台数第1位(全軽自協調べ)

兵庫県 Honda Cars 限定  
キャンペーン中!

N-WGN ご成約かつ届出で  
Honda 純正用品購入クーポン  
10万円分 (消費税込み)  
プレゼント!

●兵庫県のHonda Carsで、N-WGN / N-WGN Customの新車を成約かつ届出いただいた方が対象となります。●クーポンは対象車種のホンダアクセ・アクセサリカタログに掲載されているHonda純正用品(Hondaカーアクセサリー)の中から一部(総額)ご購入の際にご使用いただけます。●プレゼントはご成約された車を対象として行われます。●お客様の商品がプレゼント金額に満たない場合でも、他の商品及び現金(または値引きなど)との引き換えはできません。●一部のタイプ・カラーによっては対象外となる場合がございます。

このキャンペーンは予告なく終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。

一部のタイプ、カラーによっては登録・届出までに時間を要するため、対象とならない場合がございます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

●クーポン金額を超える代金はご成約の際のご負担とさせていただきます。●取付工賃等はご成約の際のご負担とさせていただきます。●当プレゼントキャンペーン権利の他人への譲渡や換金、引き換えはできません。●他のキャンペーンと併用できない場合があります。●詳しくは当店営業スタッフまでお問い合わせください。

Photo: N-WGN Custom  
特別仕様車 SS パッケージII (FF)  
ボディカラーは  
サンセットオレンジII



N-WGN Custom  
特別仕様車  
SS パッケージII  
FF 車両本体価格 (消費税8%込) **1,515,000円**

■型式: DBA-JH1 0.66L DOHC  
FF/CVT(トルクコンバーター付)

特別装備

●運転席&助手席シートヒーター※4WD車は標準装備  
●常時点灯3眼メーター(ホワイト照明) など

5月に登場します。お楽しみに!



発表後、カタログをお届けいたします。こちらからお申し込みください。詳しくは店頭までお問い合わせください。

■パソコン・携帯電話でのアクセス方法  
https://connect.honda.co.jp/pre-request/

1 (機種により読み取れない場合がございます。)

■パスワードを入力  
例) Honda Cars 西脇  
池野店 0795-48-4320  
電話番号+「7」です。 0795-48-4320 当店の電話番号

2

■パスワードにフリーダイヤルの番号は使用できません。あらかじめご了承ください。

★価格はすべて消費税(8%)込みの価格です。掲載価格には消費税以外の税金、保険料、登録等に伴う諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。●価格には、応急パンク修理キット、標準工具、ジャッキが含まれます。●車両本体価格には特別装備以外のメーカーオプション及びディーラーオプション価格及び取付費は含まれておりません。●ETC2.0車載器を使用するには、別途決済用のETCカード、セットアップ作業(セットアップ費用)が必要となります。●車両本体のみでもご購入いただけます。●写真は印刷のため実際の色とは異なります。●仕様・品名・適用・装着に関する条件・注意事項等につきましては、営業スタッフまでお問い合わせください。●掲載内容に明らかな不備があった場合、やむなく販売をお断りすることがあります。ご了承ください。

軽四輪自動車にも保管場所が必要です。

Honda Cars 西脇



滝野店  
☎0120-39-4320  
☎0795-48-4320  
📍加東市上滝野1-6  
🕒受付9:00~18:00  
/水曜・第2火曜休



西脇店  
☎0795-38-7323  
📍西脇市西脇940  
🕒受付9:00~18:00  
/水曜・第2火曜休





3



### 1億1千万年前の丹波竜の世界へ!

関西最大級、精密な骨格復元を誇る丹波竜の全身レプリカは見てみたい! 発掘調査の様子やクリーニング作業についても楽しく学ぶことができます。

**丹波竜化石工房 ちーたんの館**  
丹波市山南町谷川1110 (丹波市役所山南支所横)

休館日 月曜 (祝祭日の場合は翌平日)  
開館時間 10:00~17:00 (11/1~3/31は16:00まで)  
入館料 大人(高校生以上)200円/小中学生100円  
兵庫県内の小中学生はコロンカード提示で無料  
問合せ 丹波市恐竜・観光振興課 ☎0795-77-1887

### ワンちゃんと一緒に おでかけしましょう!

木のぬくもりを感じる店内で、愛犬と一緒にご飯。丹波の大自然の開放的なドッグラン。ワンカフェ丹波は1日中ゆっくり遊べますよ!

**MENU (税込み)**  
●地元野菜を使った 温かいランチ 900円  
●ランチメニュー一食です 700円~  
●ワンちゃんメニュー各種 400円~  
●アレルギーのワンちゃんにも対応  
●ドッグラン 500円  
→大・小・中・大の2面あります

**ワンカフェ丹波** 丹波市春日町小多利358 ☎0795-74-0622  
月・火・水・木・金・土・日 4/25~5/6は休業営業 日10:00~17:00

# 今年はどこ行く? 春のおでかけ 2019

## ママさんリサーチャー親子体験

みなさんの 行きたい! 気になる! を 楽しくお届けできたらと 思っています。

**雨でも楽しい! 晴れたらお外で!**

**東条湖おもちゃ王国 体験レポート**

梨央ちゃん(6歳) 宮田 久仁美さん(35歳)  
小野市にてクレイクラフト・アクセサリー・ボディージュエル教室 [TIARE] を主催。

子供の自由な発想にびっくり!

**トミカ・プラレールランド**

リカちゃんハウス

たくさんのドレスや小物でおままごと。珍しいリカちゃん人形の展示も

積みすぎたアイスが 崩れちゃって大爆笑!!

乗り物にも もう一人で乗れるよ!

**ドリームトレイン**

出発進行!!

最初はおとなしくしていたから、緊張しているのかな? 楽しくないのかな? と思ったら、降りには「まだ降りたくないー。もっと遊びたいー」と涙する場面も。 普段はあまりどこにも行っていないので、良い機会でした!

**&smileウェブサイトでも、体験の様子をご紹介します**

**東条湖おもちゃ王国**

加東市黒谷1216 ☎0795-47-0268

営業時間 [平日] 10:00~17:00  
[土日祝・春休み・GW] 9:30~17:00  
※春休み(3/23~4/7)、GW(4/27~5/6)  
休館日 毎週木曜日(祝日、春休みは営業)

6/23日まで  
しまじろうと一緒に「できた!」「わかった!」を思いきり体験できる、遊び・学び空間。  
1歳から1人400円(税込) ※各種フリーパス利用不可  
※東条湖おもちゃ王国入館料 別途必要

### ユニットピアささやまで春の思い出に彩りを!

食卓の彩り? 旬に山菜・錦など春の恵をふんだんに取り入れた、料理長自慢の春会席をどうぞ!

**レストラン ランチバイキング** 予約もOK!  
約30種類以上のメニューが90分食べ放題!  
4/27(土)~5/6(日) ソフトドリンク付き  
11:30~15:00(90分制・最終受付13:30)  
[大人] (中学生以上) 1,500円 ※アルコール類は別料金  
[小人] (5歳~小6) 1,000円

**バーベキューガーデン** お車乗り入れ 家々日帰りBBQ  
4/1(土)~10/31(日) 日10:00~17:00  
[BBQサイト] 1区画 1,000円 (車両1台含む)  
[使用料] お一人様 600円 (5歳以上入場料含む)  
※ご利用除外日 4/13(土)・14(日)・8/10(土)~14(日)

**田植え体験** 25組100名様限定! 4/28(土)・29(日)・30(日)  
苗を手植えする 昔ながらの田植え。 みんなで泥んこになっちゃおう! 田植えのあとは、焼肉食べ放題!!  
[大人] 2,300円 [小人] 1,700円

**アスレチックは子どもも大人も大はしゃぎ!**

**ゴールデンウィーク イベント企画!!**  
●おまごつかみ取り ●遊びコーナー ●お花見即売会 ●チャレンジ大会(ジュース早飲み、丸太切り、宝探し etc.)

**ユニットピアささやま** TEL.079-552-5227 (予約専用) HP: 日リニューアル  
最上級のハートフルリゾート パナソニックグループ労働組合連合会 休暇村 〒669-2356 兵庫県三木市天代231-1 http://unitopia-sasayama.pgu.or.jp

### 第21回 みつきい ホースフェスティバル 馬術大会

平成31年 4/27(土)~29(日) 月・火・水

第20回みつきいホースフェスティバル MAファイナル優勝 深沢 伸平 選手とトニー・インパルス号(ライディングパーク社)

**三木ホースランドパーク** 公益財団法人 三木山と馬とのふれあいの森協会  
兵庫県三木市別所町高木 ☎0120-816892  
http://www.miki-hlp.or.jp

**入園料・駐車場 無料**

### ゴールデンウィーク GWフェスタ2019

**座つ展** 2019 約35脚の木の椅子の展示会  
4月27日(土)~5月6日(月) 10:00~16:00 (最終日は15:00まで) ※期間中無休

**フリーマーケット** 5月1日(水) 10:00~16:00

**丹波ウッド ワークスクラフト** 40名の木工家による 展示販売  
4月28日(日) 10:00~17:00  
29日(月) 9:00~16:00

**兵庫県立丹波年輪の里** 月曜休館 入場無料  
丹波市柏原町田路102-3 ☎0795-73-0725 http://nenrin.org/

全長253mのすべり台(妙見スカイローラー)のある 冒険の広場をはじめ、日本庭園やバラ園、コテージやレストランがあり、子どもから大人まで ゆっくり楽しめる公園です。

**多可町余暇村公園**  
多可町中牧野817-41 ☎0795-32-1543

自然に囲まれた森のカフェ。 百日どりや無農薬野菜など、多可町の食材を使ったメニューを楽しめます。

**カフェ ちゃったな café chattana**  
多可町中牧野817-41 多可町余暇村公園内  
☎0795-32-4111

江戸初期の石仏約500体がほぼ原型を留めており、「誰かに似た像が」と古くから 地元で親しまれています。 拝観料200円。

**五百羅漢** 加西市北条町北条1293 ☎0790-43-0580

## おでかけMAP

丹波年輪の里 1  
ワンカフェ丹波 2  
ユニットピアささやま 3  
篠山市 4  
多可町余暇村公園 5  
丹波市 6  
丹波竜化石工房 ちーたんの館 7  
五百羅漢 8  
加西市 9  
西脇市 10  
加東市 11  
東条湖おもちゃ王国 12  
県立播磨中央公園 13  
ひまわりの丘公園 14  
小野市 15  
三木市 16  
三木ホースランドパーク 17

にしわき経緯度地球科学館「テラ・ドーム」  
café chattana  
多可町  
多可町余暇村公園  
五百羅漢  
加西市  
西脇市  
加東市  
三木市  
小野市  
ひまわりの丘公園  
三木ホースランドパーク

「日本のへそ」にある地球・宇宙をテーマにした科学館。 プラネタリウムや天文台も。月曜休館。 入館料大人510円、高校・大学生200円、小・中学生100円。

**にしわき経緯度地球科学館「テラ・ドーム」**  
西脇市上比延334-2 ☎0795-23-2772

3/30(土)~4/7(日)、毎年恒例のさくらまつりが開催されます。期間中は露店が出店され、夜はちょうちん点灯で夜桜も楽しめます。 ※開花状況により開催日が変更となる場合があります。

**県立播磨中央公園**  
加東市下滝野1275-8 ☎0795-48-5289

四季折々の花壇や大型遊具がある、家族でのんびり楽しめる公園。 小野の特産品が集まる 農産物直売所や物産館も。

**ひまわりの丘公園**  
小野市浄谷町1545-321 ☎0794-62-1147

### お花見なら... 桜のみどころ pick up

大杉ダム自然公園 童子山公園 古法華自然公園 おの桜つつみ回廊  
水分れ公園 播州成田山 篠山城跡 美濃川リバーサイドパーク  
丹治桜公園 丸山総合公園 播州清水寺

※詳細は各施設にご確認ください。



# 耳より情報 あつめました！ スマイル広場

## 装い美人のスズメ

美しいものを身近に感じて暮らしを…  
お洋服・帽子・バッグetc…今すぐ間に合うス  
ズメなものを価格で、～4/20(土)まで。  
**A・Y・A collection**  
☎0795-22-7863  
西脇市谷町79  
☎13:00～18:00  
☎日曜・月曜

## つらい肩こり・首痛・五十肩に

**初めての方**  
専門施術 ～4/30(火)まで  
肩甲骨はがし  
通常¥4,000を  
初回のみ **¥2,500**から  
播磨健友館 検索  
他、坐骨神経痛・椎間板ヘルニア・腰  
痛・便秘・頭痛・むち打・ひざ痛・股関  
節痛・背中の痛等にも、GWも営業！  
**整体院 播磨健友館**  
☎0795-42-9910 ※完全予約制  
加東市梶原329-3  
(マックスバリュ社店を北へすぐ)  
☎8:00～20:30 日曜・4/9

## 美と健康のサロン♪

**限定5名**  
フェイシャル  
エステ(40分)  
&  
タロット占い(30分)  
**2,500円** ノエビア 検索  
春のお肌はホルモンバランスが乱  
れ、バリア機能が低下しがち。正しい  
お手入れをお伝えします。  
**Noevir Beauty Studio 環**  
☎0790-35-9123  
080-6126-9784  
加西市北条町横尾472-1  
☎10:00～19:00 7日・17日・27日

## 大好評5月まで限定販売中！

**春フレート** 小さくても  
お手頃  
骨なしミックス  
・砂すり  
・なんこつ  
・手羽元  
・とり天  
・フライドポテト 6個にクーポンあります！  
期間限定プレートです！行楽・GWには  
げんきやのオードブルはいかがですか(〆)  
★GWは休まず営業！★アルバイト募集中！！  
**げんきや播州西脇店**  
☎0790-38-8543  
西脇市西脇885-32(ハローワーク前)  
☎11:00～20:00  
☎火曜

## 展示場イベント予約受付中！

**三木** 気軽にご参加ください！  
※日時、参加費等詳細はお問い合わせください  
●4/22ママのための子育て英語  
●4/23血流観察会  
●4/26トールイベント教室  
**パナホーム兵庫住宅展示場  
あめにてい倶楽部・三木**  
☎0794-83-8746  
三木市大塚1丁目2-52  
☎10:00～18:00  
☎水曜・木曜・4/2・4/15

## 展示場イベント予約受付中！

**加東** 一緒に楽しみませんか！  
※日時、参加費等詳細はお問い合わせください  
●4/19箱庭セラピー体験会  
●4/26こままり流し付け体験セミナー  
**パナホーム兵庫住宅展示場  
あめにてい倶楽部・やしろ**  
☎0795-42-7434  
加東市北1198-1  
☎10:00～18:00  
☎水曜・木曜・4/2・4/15

## まつげエクステで朝のメイク時間が短縮♪

まつげエクステをすると、  
ビューラーやマスカラ要らず  
で、忙しい朝のメイク時間が  
短縮できます♪目元バックが  
標準サービスなうえ、施術時  
間は約1時間！短い時間で印  
象が変わります♪  
また、国産グルー使用で安心・  
安全！【美容師免許所持・美容  
所登録済】  
**フェイシャルエステ**  
1回 **¥6,480**(税込)  
**セレブリティ**  
☎0795-23-5567  
西脇市郷瀬町366-3  
☎9:00～18:00  
☎火曜、祝日、第3日曜

## お散歩、ドライブ、お花見のおともに♪

**小豆あん** 一匹 **130円**  
**カスタードクリーム** 一匹 **130円**  
**栗あん(栗つぶ入)** 一匹 **130円**  
**桜あん** 一匹 **130円**  
**やっさんのたい焼き 尾形商店**  
☎090-8973-1667(電話予約OK!)  
加東市下滝野1283-1(滝野温泉ぽかぽか前)  
☎10:00～19:00  
☎水曜(臨時休業あり)

## おトクに断捨離!出張買取♪

**捨てる? もったいない!**  
5周年記念♪  
買取できる物  
1点からでも  
無料で出張査定!  
買取品: エアコン、古箱屋 検索  
ギフト食器、お鍋、ミシン、ギター、工具、  
ステレオ、レトロ家具など幅広く買取!  
出張買取専門リサイクルショップ  
**古モノ買取 古箱屋** ふるはこや  
☎090-7365-1392  
(遺品査定士 田淵隆志)  
小野市天神町80-590(事務所)  
https://www.furuhako.com

## 中学生・高校生 新規入塾募集中!

**生徒募集!**  
個別指導&少人数制  
学力がぐんぐん伸びる!  
中学生は特別授業、  
小学生は¥500授業と独自の対策!  
藤原先生の「個別対策」の中から、生  
徒それぞれに「合う」学習方法を確立  
していきます!  
**進学塾: Endeavor エンデバー**  
☎0795-38-8819  
【直通】090-6966-6816  
西脇市下戸田37-3 高瀬ビル2F  
受付 15:00～23:00

## お片付けを始める前にご連絡ください!

**個人宅・企業様**  
状況・内容に応じて対応!  
遺品整理・生前整理・不用品  
リサイクルなど片付けのお手伝い  
**査定・見積無料**  
家具、日用品、衣類、食器等、幅広くリサイクル  
します。捨てる前にご連絡ください!現在、西  
脇市にてリサイクルショップの開業準備中!  
**川岸(カワギシ)**  
☎090-8828-1463  
西脇市(只今、開業準備中)  
遺品整理士・古物商

## 読者の わが家の簡単レシピ

**アスパラガスと人参の味噌マヨ炒め**  
材料  
・アスパラガス 6本 ・人参 1/2本 ・塩 少々  
・ソース(マヨネーズ大さじ1と1/2、西京味噌 大さじ1、砂糖  
小さじ2/3、うすくち醤油 小さじ1/2、練り辛子 小さじ1/2)  
作り方  
①アスパラガスと人参を一口大に切り、油を  
熱したフライパンで炒めて塩をふる。  
②ソースの材料を混ぜ合わせ、①に火が通った  
らソースを加えて完成。  
春の食材アスパラを使った、  
少し大人の味のレシピです。  
(読者/もちさん)

## クマさんのクリームチーズクッキー

材料  
・小麦粉 150g ・クリームチーズ 50g  
・バター又はマーガリン 50g ・砂糖 50g  
作り方  
①室温に戻しておいたクリームチーズとバターを、真っ白になるま  
ですり混ぜ、砂糖を加えて混ぜる。  
②ふるった小麦粉を加え、まとめる(多少粉っぽさが残っても  
OK)。  
③ラップをして冷蔵庫で1時間休ませる(この時ラップに挟んで延  
ばしてから冷蔵庫に入れておくと、1時間後すぐ型抜きできる)。  
④好みの型で型抜きする。  
⑤160～170度のオーブンで20分程度焼く。  
(読者/アーサーさん)

## あなたと作る &smile 各種募集のお知らせ

**4面を  
見てね♪**  
**読者リサーチ**  
ママさんリサーチ  
も募集中!  
このページにあるよ  
あなたのまちの耳寄り情報などを紹介  
してくれる方や体験取材モデルとして  
紙面に参加  
してくれる方、  
お待ちして  
います!  
※「読者リサーチ」係 まで  
他にも「こんな企画・イベントをやってほしい」も、ぜひ教えてください!  
あなたの**リクエスト**が紙面で**実現**するかも!?

**6面を  
見てね♪**  
**みんなのアルバム**  
お子様やペットのベストショットや  
お出かけ先での一枚、お気に入りグッズ  
の写真など、『みんなに見てほしい!』  
写真を送ってください!  
掲載希望の写真には  
メッセージを  
送ってくださいね。  
※写真の返却はできません  
※「みんなのアルバム」係 まで

**3面を  
見てね♪**  
**読者コラム**  
内容自由。みんなに伝えたいことを  
600～800字で投稿してください。  
文章に自信がなくてもOK。  
※「読者コラム」係 まで

**このページに  
あるよ♪**  
**わが家のレシピ**  
ご家庭の特製レシピやお手軽レシピを  
紹介してね♪料理写真に「材料・作り方・  
コメント」をそえてお送りください。  
※「わが家のレシピ」係 まで

**イラスト**  
みなさんのイラストが  
紙面を彩ります!  
※アンド・スマイルウェブサイトでも公開する場合もあります  
※応募のきまり ※作品の返却はできません  
※オリジナル作品で未発表のものに限ります  
※採用された場合に掲載してよいペンネームなどを明記してください  
※「イラスト募集」係 まで

## &smileの紙面づくりに参加してみませんか? ママさんリサーチ大募集!

あなたが気になっていたことの取材や体験ができるかも!

**主な活動**  
◆まちの耳寄り情報の提供  
◆親子読者モデル、モニター  
◆子育て関連記事の投稿など  
お子様連れでもできること、  
お子様連れでしかできないことがたくさんあります。

**ご応募・お問合せ**  
郵便番号、住所、氏名、年齢、お子様の年齢、電話番号、メールアドレスを明記の上、  
アンド・スマイル編集部『ママさんリサーチ大募集』係まで、郵便またはメールでご連絡ください。  
〒677-0054 西脇市野村町1811-55 ☎0795-24-1800 ✉info@and-smile.hyogo.jp  
※携帯電話、スマホのメールアドレスからご連絡いただく場合は、上記メールアドレスからの返信を受取るよう設定をお願いします。

## ママさんリサーチ活動報告

ママさんリサーチにご応募くださったみなさまと  
アンド・スマイル編集部でミーティングをしました。  
小さなお子さん連れのママさんも来てくださり、  
ママならではのアイデアで盛り上がりしました。

同じ悩みを持つ  
親の集いや、情  
報が欲しい!  
おけいこ事など、  
どこで探したら  
いいかわからない事  
への、呼びかけの  
場が欲しい!  
アンド・スマイル  
の公式LINE限定  
で、お役立ち知  
識の動画を配信  
したら面白そう!

イラスト: ママさんリサーチ しおりさん  
読者参加型情報紙アンド・スマイルでは、  
みなさまが笑顔になる取り組みをどんどん  
していきたいと考えています。  
今回は残念ながら日が合わなかった方  
も、応募しようかなと思っている方も、次回  
ぜひお出合いできたらと思います。







## 希望展

博多端大特集

4/12(金)~15(月)

華かれん店内

# 春

○ 暖かくなると気持ちもウ  
キウキして、何か新しい  
ことを始めたくくなります

## 華かれん

LIMEOKA

加東市社1126-1 イオンストア  
やしろショッピングパークBio 1F

☎ 0795-43-8555

営業 10:00 ~ 20:00

つれづれミニトック

華かれんの

よね。今年は着物の着付けを始め  
てみませんか？華かれんでは、お  
忙しかたでも着付けを習いやす  
いようにしています。学生さんや  
シフト勤務のかたでもご自分の予  
定に合わせて参加できるので、長  
続きしやすい！もちろん、浴衣だ  
け、とか帯だけ習いたい、とい  
うかたも大歓迎！資格はいらない  
けど、自分で着られるようになり  
たい！というかたにピッタリの着  
付け教室です！なので、まずはお  
気軽にお問合せ下さい♡

**紫外線が1年で最も多い時期です**

メガネで **おしゃれ+予防** を!

鼻パッド無し プレーム準備です! **PayPay** 使えます

**6面クーポン提示で**  
 メガネ・補聴器買い上げの方  
 1万円以上 **10%OFF**  
 2万円以上 **20%OFF**

認定眼鏡士 認定補聴器技能者在籍店

**メガネの木川**

西島市野村町1796-289 ☎0795-22-8676

ご来店いただき 色色は選べません  
**「&smileを見た」で、  
 メガネスタンド  
 プレゼント!**

ハズキルーペにもピッタリ!

## 塾生募集

現在もTOEICや英検を継続して挑戦中！  
35年間の公立高校での指導経験と  
確かな指導力で大学入試改革に対応。

### 指導内容

- 4月 新講座開講
- 高校・大学への受験対策
- 英検・TOEIC対策

### 2018年度 入試実績

| 公立大学  |       |
|-------|-------|
| ・徳島   | ・横浜市大 |
| ・兵庫県立 |       |

| 私立大  |     |
|------|-----|
| ・同志社 | ・近大 |
| ・関学  | ・京産 |
| ・立命館 |     |

① 2020年度より  
大学入試が激変します！  
民間の資格・検定が重要に!!

# 梅田塾

(英検塾)

090-1071-7925

西脇市小坂町93-15



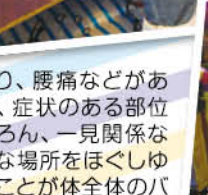
&smileスタッフが

# 『ゆる楽バレエストレッチ®』を体験!

隔月掲載『由美先生のカラダ★ゆる楽コラム』でおなじみの**バレエと着付けとストレッチのぷろむな一**のレッスンを体験してきました。レッスンでは、日々の動きが楽になる、楽なカラダの使い方を知ることを目的としています。



普段ほぐすことがないので最初はちょっと痛いけど気持ちいい!



座って前屈すると動かすのが楽

肩こり、腰痛などがある場合、症状のある部位はもちろん、一見関係なさそうな場所をほぐしゆるめることが体全体のバランスを整え、症状改善につながるのとこと。

また、スポーツをする前の準備運動として、負担のかからない正しいカラダの動かし方・のびし方を知ること、スポーツ自体を安全に効果的に楽しめそうですね!

## ゆる楽バレエストレッチ®

4月14日(日) 14:30~15:40@エク  
5月12日(日) 14:30~15:40@エク  
4月5日(金) 10:30~11:40@播磨町  
5月以降は第3金曜日  
第4金曜日 19:45~1時間ちよっと  
@HOWBI(イスを使って)  
ご自宅等にお伺いする(オンデマンドレッスン)も受付中

## 大人から楽しむバレエ

毎火曜 11:00~12:15  
@三木市緑が丘町自治会館分館  
毎木曜 11:25~12:40  
@西神中央文化センター (078-991-5688)

## 加西KCCレッスン (0790-42-4153)

第1,3火曜日 13:00~15:10 2講座各1時間  
第2,4火曜日 15:30~17:45 2講座各1時間  
講座詳細はホームページをご参照ください

◆出張着付けレッスン&出張着付け随時受付中  
◆西神中央文化センター着付け講座 (078-991-5688)  
第2,4金曜日 10:30~12:30  
※「ゆる楽バレエストレッチ」は登録商標です



## バレエと着付けとストレッチのぷろむな一

お申込み・お問合せ

**080-5716-1562** (田中) または  
[promenade.y.com@gmail.com](mailto:promenade.y.com@gmail.com)

ぷろむな一 小野市 ゆる楽

染めのはなせ

# きものクリニック

他店で購入されたおきものも大歓迎!!  
あなたのおきものを大切させていただきます。

きもの丸洗い ▶ **1,800円** (税別)

通常価格3,000円～6,800円

お一人様3枚まで

※ただし、振袖・留袖は3,000円にて承ります。  
※4/1～4/30までの期間限定となります。

訪問着・附下・小紋・紬など

(振袖・黒留袖は除く)

解きのし+洗い張り+染め替え  
+ガード加工+新品胴裏+手縫い本仕立て

▶ **39,800円** (税別)

小紋・紬・コート地の反物、お仕立て代

お一人様3枚まで

13,000円

(税別) 均一



染めのはなせ



## イオン小野店

小野市王子町868-1 イオン小野店2F  
ハナセ サク サンサン

 **0120-8739-33**

第142期

# 春の新規入会キャンペーン

入会特典 春は新たな始まりの季節!

通常 入会金

◆一般クラス 5,400円  
◆ジュニアクラス 3,240円

0円

その2 イオンギフトカード  
キャッシュバック

3,000円分

※4/15までにご入会の方が対象となります。

その3

★一般クラス★ジュニアクラス★ソフトテニスクラス

※ジュニアクラスはジュニアラケット、ソフトテニス用クラスはソフトテニスラケットとなります。  
※ストリングスは含まれておりません。

ラケットプレゼント

ご入会手続き時に必要なもの(キャンペーン時)

入会登録料 1,080円 + 4月・5月受講料 曜日クラスによって異なります

通帳・届印 6月分より口座振替となります



## アオノテニススクール

お問い合わせ・お申込みはお気軽に ホームページで詳細をご覧くださいませ

<https://www.aonoundoukouen.com>

# 0790-45-1845

〒676-2404 加西市油谷町639-3  
受付時間 AM9:00～PM10:00

# OB首長

「気まま旅」  
佐賀(葉隠)編

「地中熱」の可能性をさぐる旅

佐賀を訪ねたのは昨秋のことだ。NPO法人「地中熱利用促進協会」が主催する「低炭素社会という未来をめざして」の地域交流会への誘いを受けたからだ。佐賀県が第8回目の開催地だった。

「150年前、佐賀は国の危機を感じて維新の原動力となったが、今度は温暖化に対する地球の危機を前に、再生可能エネルギー普及の先駆けになりたい」との地元主催者の挨拶が心強かった。

「薩長土肥」と称されて倒幕の一角を担ったのは間違いないが、佐賀鍋島のイメージは「葉隠武士道」と「開明的気風」の両方だ。鍋島直正を先駆けと

する開明の賢い思考と、刷新の改革風土に「地中熱利用の促進」を期待している。来賓の知事も「佐賀は地盤条件が地中熱利用に向いている」と前向きだった。

「井戸の水は、夏には冷たく、冬には温



地中熱利用のイメージ

ふるさと未来塾 主宰  
戸田 善規さん



楽しい  
嬉しい  
便利で

# 気軽なきもの屋さん

正絹 きものレンタル 1万円~5万円

振袖・留袖・訪問着・大島紬・手織紬・小紋・七五三  
フルセット 1万円・3万円・5万円でレンタルいただけます

【レンタルセット内訳】 着物・帯・長襦袢・草履・バッグ・帯締め・帯揚げ・小物一式(腰紐・コーリンベルト・伊達締め・襟芯他)

不要になったお着物を当店がお客様に代わって販売いたします。  
下取り・交換もさせていただきます。

大好评

きもの丸洗い3点  
10,800円(税込)

メンテナンス大サービス中！  
他店のお買い上げ品も歓迎！

みきと

加東市社778 佐保神社前  
TEL03-0372-19-00  
近水園、第1・3火曜

0120-846-338

やすろ店



佐保神社境内

かく感じる」…これが一番簡単な地中熱の説明だ。

地中熱を冷暖房システムなどに利用すると電気代が節約されるのだ。地中熱の利活用は、大気中への廃熱がないので(室外機が不要)、ヒートアイランド現象を押さえることができる。また降雪地方では、冬場の融雪装置などにも利用が可能だ。

「地中熱」活用状況は？

世界の普及状況をみると…

- ①欧米諸国では軒並み普及が進んでいる
- ②中国は近年国策として導入を進めている
- ③日本では今後の普及が期待される

と説明されている。世界で普及が進んでいる国は、アメリカ、中国、スウェーデンの順で、この3国が他国を圧倒している。

我が国でも段々と普及し始めているが歩みは遅い。東京スカイツリー地区、JPTタワー、羽田空港(国際線ターミナル)、鉄道施設(小田急の地下ホーム)などは、既に地中熱を活用した冷暖房システムが導入されている。他にも公共施設(庁舎・消防署・病院など)、温水プール、データーセンター、融雪利用や農業用途での利用も増えてきているよ

| 国      | 居住容量 (人/km²) |
|--------|--------------|
| アメリカ   | ~10,000      |
| 中国     | ~8,000       |
| スウェーデン | ~7,000       |
| ノルウェー  | ~6,000       |
| ドイツ    | ~5,000       |
| オランダ   | ~4,000       |
| カナダ    | ~3,000       |
| スイス    | ~2,500       |
| フランス   | ~2,000       |
| 日本     | ~1,000       |

地中熱利用の状況＝日本は後進国＝

西加奈子さんが2016年発表された本『まく子』です。インパクトある表紙や挿絵も著者自身が描かれました。

この物語の主人公は、ひなびた温泉地に住む11歳の男の子、南雲慧です。思春期の慧は誰にも邪魔されず、透明人間になっていられるといいなと考えています。成長期によくある、なんとなくの感覚。自分の身体が自分ではなくなり他のものになる、例えていうなら宇宙人になるような感じがしません。他人にも打ち明けられない、受け入れられない葛藤がある思春期なのです。

そこへ現れる転入生の美少女「コズ工」。彼女は、金、砂利、干し草、みかん、消しゴムのカス、水……なんでもかんでもまいてしまいます。この作品のタイトルルの『まく子』は「撒く子」です。

図書館から  
おすすめの一冊



西加奈子／著  
福音館書店

うだ。老人介護施設など終日操業の施設はど同システムは有効だろうだ。

環境省が補助制度を設けて啓発しているが、西日本での普及が全く進んでいない。ネックは初期費用が高くなることだが、ランニングコストは安く、長期的利用だと現状価格と変わらない。ハイブリッド車の購入と似ている。

関西での研究会…立ち上げに参画

そこで有志で「関西地中熱利用研究会」を立ち上げた。最高技術顧問は京都大学名誉教授の芦田譲先生（再生エネルギー分野の権威）をお願いした。まだ生まれたばかりの「ひよこ組織」だが、関西での普及を図っていきたい。

「葉隠ホール」に小城の女性が…

私はFB（フェイスペインツ）で佐賀での地中熱イベントの様子時々刻々と伝えていた。ちょうど意見交換会の最中に携帯が鳴り慌てて取ると「いま、扉の外に来ています」と女性の声…。

小城羊羹は全国ブランド



続きはアンド・スマイルWEBサイトへ▼

小さな子どもでもないのに、いろんなものをまいいちやう姿は不思議です。ありのまま生きていて皆の注目を集めます。慧も彼女のまっすぐで澄んだ瞳と言動にだんだんひかれていきます。身体も心も変化することへ戸惑う慧と、変化を楽しむようなコズエの会話に面白みがあります。

なんでも「撒く」コズエは最後に大きなものを残していきます。成長って、死を迎えるためのものでしょうか。死は恐ろしくて怖いものでしょうか。そうではないってことを教えてもらうために、この本を開いてみてください。地球は宇宙のなかの小さな星のひとつであり、地球人も他の星から見れば宇宙人であるといえるのです。地球に降り立った宇宙人。どこにも永遠はなく、たくさん粒が集まっているだけなのです。哲学ですが、西加奈子さんらしいファンタジーで描かれています。

大人になリたくない子どもたち。子どもは、全部わかって「知らないふり」をしているだけかもしれません。思春期の子どもに読んでみたかった本ですが、大人にも読んでほしいです。長い話なのにあつという間に読めてしまします。

三木市立図書館では、この本は児童書として取り扱っています。

三木市立図書館 福田亮子



**今年のGWは10連休!** **今回限りの「特別プラン」をご用意しました!**  
**あなたがやる気なら、GW中に卒業できます!!**

**【大型免許 GW 特別プラン!!】** ※春日校のみ  
 ●中型免許をお持ちの場合  
 4/27(土)~5/3(金)の7日間で卒業可能! **22万円(税込)**  
 ●中型8t限定免許をお持ちの場合  
 4/27(土)~5/5(日)の9日間で卒業可能! **26.5万円(税込)**

**【けん引+大特 GW特別プラン!!】** ※春日校のみ  
 4/27(土)~5/6(月)の10日間で卒業可能! **23万円(税込)**  
 ※けん引免許のみ 18.5万円(税込)、大特免許のみ 11.5万円(税込)  
 ※特別プランについて、教習時間等詳細はお問い合わせください。

**好評につき今年も実施中!超得セット教習プラン!**  
**なんと6万円もお得!** ※春日校のみ  
 「けん引免許」+「大特免許」のセット教習 **17万円(税込)**  
 ※通常価格 けん引15万円(税込)、大特8万円(税込) ※教習時間等詳細はお問い合わせください。

**GWと夏休みを利用して卒業を目指そう!** ※春日校のみ  
**【GW】&【夏休み】** さらに 入所時に「帰省費用」として **1万円をキャッシュバック!!**  
**AT 31.5万円(税込)** ※定員制です。お早めにお申し込みください。  
 ※日程等詳細はお問い合わせください。

**通いやすさが人気の秘密!**  
**普通免許も春日自動車教習所で!**  
 ★春日自動車教習所は、平日、土・日曜日も夜8時30分まで教習します。仕事や学校の帰りにも教習を受けることができます!  
 ★あなたの教習スケジュールを無料で作成、卒業まで完全サポート!  
 ★普通車及び二輪車の教習を受ける方は、無料のバスが自宅近くまで送迎します。※免無の方のみ

**KASUGA DRIVING SCHOOL 春日自動車教習所** 普通一種 大型一種  
 丹波市春日町黒井921 TEL.0795-74-0401 FAX.0795-74-3086  
 http://www.kasuga-ds.com

**KASUGA DRIVING SCHOOL 春日自動車教習所氷上校** 普通一種 大型一種  
 (旧丹波自動車教習所)  
 丹波市氷上町横田5 FAX.0795-82-5139  
 http://www.tanba-ds.com

**庭がくれる幸せ**  
**暮らしに寄り添う庭造り**  
 小さな庭でもご相談下さい。  
 お客様の理想の庭を形にします。

**GardenLinkの庭仕事**  
 花壇・プランター・塗り壁  
 ウッドデッキ・ガーデニング  
 植栽・水廻り・パーゴラ  
 バンナー・フェンス・目隠し  
 カバー・ウッドデッキ・ブロック塀  
 フェンス・新築外構・リノベーション  
 トータルプロデュース etc

●プラン・見積り無料で致します。  
 ●お庭・外構・エクステリア専門店 ~ ガーデンリンク ~

**GardenLink**  
 営業時間 9時~18時 定休日 水曜日  
 〒677-0054 兵庫県西脇市野村1543-2  
 TEL 0795-20-7277  
 E-mail gardenlink@gardenlink1128.com  
 URL http://www.gardenlink1128.com

**丸洗い 4月30日まで**  
**とくとくセール**  
 (消費税込)

◆振袖 ..... 5,000円 ◆長襦袢 3,300円  
 ◆留袖にヨク付 5,000円 ◆袋帯... 2,600円  
 ◆訪問着... 4,300円 ◆はおり 4,300円  
 ◆衿きもの... 4,300円 ◆コート 4,300円

山本眞一 夏代  
 美しいもの 金小舟  
 社裁判所の西となり  
 加東市490-48  
 TEL/FAX 0795-42-2612

**西脇商工会議所主催 播州織のイチオシ商品がいっぱい! I♥播州織逸品展**

**播州織工房** 五つ葉ようち限定商品 **クラッシュ日傘**  
 生地にあそび心と上品さを取り  
 込んだ「クラッシュ加工」  
 柄の美しさと匠の技の組み合わせ  
 をお楽しみください。  
 世代を問わず、様々なシーンに  
 あった日傘が見つかるはず!

**エンヤス織布(有)**  
**播州織で紫外線対策**  
 涼しげで肌ざわりがよく、  
 ノーアイロン加工も嬉しい。

多機能ポレロ  
 オーバーブローウス

播州織工業協同組合  
**Date** 4月3日(水)~14日(日) **Place** 播州織工房 **Time** 10:00~17:00  
**Date** 4月17日(水)~29日(月・祝)

お問合せ: 播州織工房 0795-22-3775 西脇市西脇452-1 月曜定休(祝日の場合は翌日)

**幅広く、より専門的に**  
**地域に根ざした**  
**診療を目指して**

4月以降、新たに整形外科医を迎え、整形外科の体制を強化します。  
 リウマチ以外にも、腰痛や骨折など身体の不調がありましたらご相談ください。

スタッフ一同、真心を込めて患者様に寄り添い支えます

**リウマチ科・整形外科・内科・リハビリテーション科**  
**松原メイフラワー病院**  
 加東市藤田944-25  
 ☎0795-42-8851  
 月・火・水 9:00~12:00・15:00~18:00  
 木 9:00~12:00(土・日・祝 休診)

**薬剤師募集中**

以前より  
 おいしくなった!  
 行事食が  
 楽しみです

2018年9月より  
**給食が直営に!**

加東市藤田944-25  
 ☎0795-42-8851  
 月・火・水 9:00~12:00・15:00~18:00  
 木 9:00~12:00(土・日・祝 休診)

**積水ハウス 加東展示場**  
**全国お取り寄せグルメ抽選会**  
**4月1日(月)~29日(月)**

**特賞** 博多もつ鍋 6人前  
**1等** 蓬萊本館 ふたまん焼売セット  
**2等** 銘菓 うなぎの里  
**3等** ほがじゃほたて  
**4等** ブチクレープ生ハツ橋  
**5等** 雪塩ちんすこう  
 東京上野パンダランチ  
 花畑牧場 もちっぷす  
 生キャラメル  
 花畑牧場 もちっぷす  
 北海道ミルクチョコレート

**ご来場いただき、アンケートにご協力いただいたお客様 先着30名様**  
 ※数に限りがございます。あらかじめご了承ください。

**積水ハウス株式会社** 近畿西支店 TEL.0773-22-1403  
 〒620-0059 京都府福知山市厚東町2番地  
 積水ハウスホームページ http://www.sekisuhouse.co.jp [営業時間]AM9:00~PM6:00 [定休日]毎週火曜・水曜および祝日  
 お問合せ 加東店 加東市上中2丁目83番地(セナヴィラ1階) TEL.0795-42-5744

**家族旅行と旅育**

旅することを通じて育つ。  
 それが今注目されている旅育です。  
 まずは旅の計画を立てるところから、学びはたくさんあるそうです。  
 最初に、旅のテーマを参加するみんなです。行き先と交通機関は、時間や料金などの条件で選びます。何を優先するかを考えた上で決める過程が勉強になるのです。  
 次にそれぞれがやりたいことを書き出し、同じものから順に実現方法やスケジュールを考えます。  
 別行動もありです。最初に決めたテーマを軸に、最適な計画を立てていく。  
 それが目的をたて実行するという力を身につけてくれます。  
 モノがあふれている現代ですが、モノより経験と考え、家族旅行を計画してみるのもいいかもしれませんね。

**地元ガイド同行 &smile企画 ウォーキングツアー**  
 前回のウォーキングツアーアンケートでリクエストをいただきました。

**日本最古の道『山の辺の道』を歩こう!**

**Part1** 最少催行人数30名、定員40名、神姫バス利用  
**南部、奈良県桜井市エリア 約7km** **三輪そうめん**  
**「にゅうめん」の昼食付**

**5月26日(日) お一人様 11,000円**

各地6:10~7:30⇒奈良県桜井市  
 ...山の辺の道南部(仏教伝来之地碑、大神神社、檜原神社、天理市トレイルセンターまで)の約7kmを歩きます  
 ⇒柿の葉ずしやマトにてお買い物(予定)⇒各地(17:45~19:00)

**乗車地**  
 多可 6:10  
 西脇 6:40  
 社 7:00  
 小野三木 7:30

**アンド・スマイルのスタッフも一緒に歩きます!**

**企画** アンド・スマイル **旅行取扱店・申し込み・お問合せ** 神姫バスツアーズ株式会社 社支店 ☎0795-42-6565  
 総合旅行業務取扱管理者 渋谷 亮彦  
 電話0795-42-1936

**日本最古の道「山の辺の道」は、パワースポットの宝庫**

有史以前から、古代の人々によって「道」として使用されていた「山の辺の道」。

ここは多数のパワースポットが存在することでも知られています。

**わが国最古の神社**  
**「大神神社」**  
 大神神社(おおみわじんじや、奈良県桜井市)は、「古事記」「日本書紀」に記された伝承より日本最古の神社と呼ばれています。また奈良最強のパワースポットとささやかれる社です。

その背後の三輪山は「神の山」としてあがめられていて、山自体を御神体とするため、大神神社には本来神様がいらっしゃるはずの神殿がない特殊な造りになっています。

ご祭神は、大物主大神(おみくみのみこと)です。

**最強のパワースポット**  
**三輪山**  
 三輪山は標高467m、周囲16kmの美しい円錐形の山で、古くから信仰の対象となってきた「神の山」です。

山そのものが神様という意味では、至極の清浄を誇るパワースポットといえます。ですが古くから聖域とされ、禁則の山として入山が厳しく制限されていた三輪山

**最古の元伊勢**  
**「檜原神社」**  
 日本一有名な神社・伊勢神宮。ここに天照大神が祀られることになった。理想的な鎮座地を求めて各地を転々とし、およそ90年をかけて現在の伊勢神宮にたどり着きました。こうして点々とした場所を「元伊勢」と呼ぶそうです。

その最初の神社が檜原神社です。

以上は有名なパワースポットですが、山の辺の道にはまだまだパワースポットがあります。

今回のアンド・スマイル企画ツアー「日本最古の道・山の辺の道を歩こう!」では大神神社、檜原神社、三輪山の他にも、パワースポットとされている景行天皇陵、崇神天皇陵を訪問または付近を巡ります。

一緒にパワースポットを歩いてみませんか?

社です。こちらは大神神社の摂社にあたります。摂社とは本社に付属し、その祭神と縁の深い神を祭った社のこと。檜原神社は三輪山の磐座を御神体としているそうで、こちらも絶大なパワーを持つ場所と言えます。

ツアー詳細はこちら