

&smile

2019年
11月号
Vol.21

秋まっただ中、11月はイベントの多い時期ですね。&smile 11月号では『家にこもってないで、もっと外を楽しもう!』をご提案しています!

地域/西脇市・三木市・小野市・加西市・丹波篠山市・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・朝日・毎日) 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 兵庫県西脇市西脇784 SMILEハウス
Tel.0795-24-1800 Fax.0795-24-1801 info@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▶



12月号は11月30日(土)発行

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

七五三のお参りは 柏原八幡宮へ

これから元気に
過ごせるよう
お参りください

受付日時 11月中の土日祝日 午前9時～午後4時
※11月中の平日、10月、12月は事前にお電話でご予約をお願いします

ご祈願料 7,000円
(お子様一人につき)



丹波柏原の厄神さん
柏原八幡宮
0795-72-0156 丹波市柏原町柏原3625
柏原八幡宮 検索

アダム 2019 秋ものコレクション

この秋のトレンドを着こなしましょう!

すっきりとした印象で
ロングブラウス・ニットコート
花モチーフ柄アンサンブル

11/20(水)～25(月)
冬の
コート・ジャケット・
カシミアニット
フェア開催

ベスト ¥19,000+税
ブルオーバー ¥15,000+税

ADAMO
西脇市上野 109-3
0795-23-6667 火曜定休
クチュールアダム 検索

リフォーム専門店が安心・安全・快適な住まいをご提案!

かしこく使おう! 次世代住宅ポイント 最大30万ポイント

断熱性アップ
YKK AP マドリモ
断熱効果はもちろん、
デザイン性もUP!

水まわり設備を
多数展示している
リフォームギャラリーへ
ご相談にお越し
ください

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
小野市数寄町1503-7 TEL:0794-70-8082 FAX:0794-70-8028
9:30～17:30 日曜、第1・3・5休 home-on@takase-ne.jp

西脇ロイヤルホテル

ロイヤルイベント

2019 12/21(土) あなたはどっち!?

昼の部 ¥4,300 (税サ込)
前売り(12/15まで) 特別価格 ¥3,900 (税サ込)

夜の部 ¥5,500 (税サ込)
前売り(12/15まで) 特別価格 ¥4,900 (税サ込)

音楽ひろば

12:00～ 食事(ワンプレートランチ・ワンソフトドリンク付)
13:00～ 別室にてオンステージ

『ミカズキン』 『Ukulele Swing Trio』
ウクレレ・ウッドベース・パーカッションの
アコースティック
Jazz トリオ。2ndアル
バムはハワイのグ
ラミー賞と称される
「ナ・ホク・ハノハノ
アワード」でベスト・
インターナショナル・
アルバム賞を受賞。

出演:
落語…桂 三馬枝
紙切り…三遊亭 絵馬
なないろ三味線…虹 友美
落語…桂 三河

落語ファンはもちろん、初めての方にもオススメ!

18:00～ 食事(ワンプレートランチ・ワンソフトドリンク付)
19:00～ 別室にて寄席

事前予約制

事前予約制

このイベントにご参加の方限定の特別価格 (1泊朝食付) ◆2名1室 お一人様 ¥5,600 (税別) ◆1名1室 お一人様 ¥7,100 (税別)

忘新年会

2019.11.1 金 ¥7,000 (税別)
2020.1.31 金 ¥8,000 (税別)

和・洋選べるランチ 乾杯用ドリンク付

洋食 お昼のミニコース…¥3,000 (税別)
・オードブル・スープ・肉または魚料理・パンまたはライス・デザート

和食 おまかせ和食膳
松花堂弁当+鍋料理…¥4,000 (税別)
松花堂弁当+陶板焼き…¥4,800 (税別)

飲み放題プラン (120分)
ソフトドリンク…¥800 (税別)
ウーロン茶・オレンジジュース・ビネガードリンク・
コーヒー・紅茶

アルコール…¥2,000 (税別)
生ビール・ハイボール・ウイスキー・チューハイ・
焼酎(麦・芋)・ノンアルコールビール

ご宴会プラン

15名様以上 2019.11.1 金 ▶ 2020.1.31 金

Aプラン 7,000円 (税込・税別)
・和洋卓席
・和洋ブッフェ(25名様以上)・ちゃんこ鍋コース

Bプラン 8,000円 (税込・税別)
・和会席・洋コース・和洋卓席
・和洋ブッフェ(25名様以上)・ちゃんこ鍋コース

Cプラン 10,000円 (税込・税別)
・和会席・洋コース
・和洋折衷コース
・和洋卓席
・和洋ブッフェ(25名様以上)
・国産牛しゃぶお鍋コース

すべてのプランに 120分フリードリンク付
ビール・ノンアルコールビール・ウイスキー・ハイボール・焼酎(麦・芋)・オレンジジュース・ジンジャーエール・ウーロン茶

特別オプション
①ワイン・日本酒追加…お一人様¥500 (税別)
②ビンゴゲーム機貸出し(ビンゴカード付)…¥5,000 (税別) ※先着1台
③カラオケ貸出し…¥5,000 (税別) ※先着3台
④二次会プラン…¥2,530 (税別) 2時間フリードリンク+おつまみ+カラオケ付
⑤特別席プラン…お一人様 ¥5,600 (税別) (2名様1室) ※12/31～1/4は¥7,600 (税別)
シングルは¥1,500 (税別) アップ

日替わりランチ (平日のみ) ¥800 (税別)
Aプラン ランチコース ¥800 (税別)
Bプラン ランチコース ¥800 (税別)
Cプラン ディナーコース ¥800 (税別)

※写真は全てイメージです

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

ご予約・お問い合わせ ☎0795-23-2000 (9:00～18:00)

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

北播ドライビングスクール

来春卒業
予定の方へ
ただいま
好評受付中!!

運転免許

お勧めします 混み合う前に 早めの入校!

一般通学・ハーフスピード通学・
スピード通学の各プランからどうぞ

- ①就職の方は、一般通学プランで早めのスタート!
3学期の期末テストまでに卒業予定
- ②ハーフスピード通学プランは、
冬休みはスピードプラン、3学期は優先予約で
1月中に卒業予定(※入校日12/21・24限定)
- ③進学の方や18歳の誕生日が遅い方は、
スピード通学プランでMT卒業最短20日間
(※入校日1/25～3/19限定)

3つの特典

- 1 早期割引
年内入校の方は
11月末までに申込、
25歳以下限定
- 2 グループ割引
2人以上で
同日入校
- 3 ランチ付
校内食堂にて無料
(教習が昼食時はさむ場合)

自宅付近、学校付近、最寄駅へスクールバスで安心送迎
運行エリア:多可郡・西脇市・丹波市南部 ※一部送迎できない地域があります

学校の許可がおりたらスタート 放課後や冬休みを利用して1月中に卒業!

資料請求・お問合せは
☎0120-480-560
<http://driving-license.jp/> (9:00～17:30)

兵庫県公安委員会指定 〒679-1103 兵庫県多可郡多可町中牧野143-11
TEL.0795-32-0560(代) FAX.0795-32-3301

毎週火木土曜
入校

土日祝日
も教習

年中無休
(お盆・年末年始を除く)

二輪教習も
好評実施中!

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。

日本中の家族に寄り添ってきた
クルマが生まれ変わりました！

ますます 「ちょうどいい」 New フリード

**FREED
HYBRID**

Photo: 左: FREED HYBRID G・Honda SENSING (6人乗り/FF) ボディーカラーはシーグラスブルー・パール
右: FREED HYBRID CROSSTAR・Honda SENSING (FF) ボディーカラーはプレミアムクリスタルオレンジ・メタリック II (有料色: 55,000円)



Photo: FREED HYBRID CROSSTAR・Honda SENSING (6人乗り/FF) ボディーカラーはプレミアムクリスタルオレンジ・メタリック II (有料色: 55,000円)

荷室のアレンジ自在で
積める&くつろげる♪
アウトドアにもおすすめの
クロスター登場



次号で
もっと詳しく
紹介するよ!

親しみやすさはそのままに
洗練されたデザイン。
安心装備も進化しました。

ミニバンの便利さと、
SUVのタフネス。
2つの魅力をクロスオーバーさせた
CROSSTAR(クロスター)がデビュー！

**FREED HYBRID G
Honda SENSING**
車両本体価格
(消費税10%込) **2,561,900円**★
FF/6人乗り
FF/7人乗り **2,583,900円**★
■型式: 6AA-GB7 1.5L i-VTEC+DCC
FF/7速デュアルクラッチトランスミッション

**FREED HYBRID CROSSTAR
Honda SENSING**
車両本体価格
(消費税10%込) **2,781,900円**★
FF/6人乗り
■型式: 6AA-GB7 1.5L i-VTEC+DCC
FF/7速デュアルクラッチトランスミッション

※2列シート車(5人乗り)のFREED+や、ガソリン車もご用意しております。

NEW フリード 残価設定型クレジット

Honda
Financial
Services
残クレ
※残価設定型クレジット

実質年率
1.9%
キャンペーン
実施中

【クレジット条件】残価設定型クレジット

対象車種(新車のみ)	20M フリード(ハイブリッド含む) / 20M フリード+(ハイブリッド含む)
所要資金(新車元金)	100万円以上

※お支払い回数は36/48/60回(回数・走行距離条件等により、最終回お支払い額が異なります)
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。
ご契約にあたっては、株式会社ホンダファイナンスの審査が必要となります。審査の結果お受けできない場合がございます。

詳しくは営業スタッフまでお問い合わせください。

株式会社ホンダファイナンス

Model
change

N-BOX 全タイプに標準装備※の
Honda SENSING に
さらに**進化**した
衝突軽減ブレーキ
〈CMBS〉を搭載

N-BOXシリーズ
2019年度 上半期
新車販売台数
No.1※

※N-BOXシリーズ(N-BOX、N-BOX+、N-BOX SLASH) 2019年4月～9月の登録車を含む国内新車販売台数第1位(全軽自協・自販連資料よりHonda調べ)

**N
BOX**

Photo: N-BOX G・EX
Honda SENSING (FF) ボ
ディーカラーはモニング
ミストブルー・メタリック



メイン
写真
掲載車

N-BOX G・EX Honda SENSING
FF 車両本体価格
(消費税10%込) **1,642,300円**★
■型式: 6BA-JF3 0.66L DOHC FF/CVT(トルクコンバーター付)

下部
写真
掲載車

**N-BOX G・EX ターボ
Honda SENSING**
FF 車両本体価格
(消費税10%込) **1,793,000円**★
■型式: 6BA-JF3 0.66Lターボ DOHC
FF/CVT(トルクコンバーター付)+パドルシフト

※一部のタイプでは(タイプによっては)
「Honda SENSING」を装備しない仕様もご用意しております。
Photo: 左: N-BOX G・EX Honda SENSING (FF)
ボディーカラーはモニングミストブルー・メタリック



横断中の自転車
にも目が届く
検知機能をさらに進化させ、
横断中の自転車にも対応。運
転時の安心感を高めます。

**Honda
SENSING**



夜間の歩行者
にも配慮
歩行者検知機能を進化させ、夜
間の運転時に安心感を届けます。



衝突軽減ブレーキ(CMBS)
CMBS=Collision Mitigation Brake System



誤発進抑制機能



歩行者事故低減
ステアリング



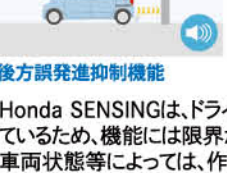
先行車発進お知らせ機能



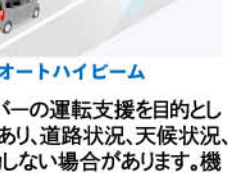
標準認識機能



路外逸脱抑制機能



後方誤発進抑制機能



オートハイビーム

Honda SENSINGは、ドライバーの運転支援を目的として
いるため、機能には限界があり、道路状況、天候状況、
車両状態等によっては、作動しない場合があります。機
能を過信せず、安全運転をお願いします。Honda
SENSINGは車種・タイプにより機能の数や内容が異な
ります。詳しくは店頭またはWEBでご確認ください。
■イラストはすべて機能説明のためのイメージです。

車中泊の達人
かずひろさんの
N-BOX活用術

お客様の
愛車拝見

100円均一グッズで
ここまでできる！

後部座席

ワイヤーネットに
ラックやS字フック
をかけて

Photo: かずひろさんの愛車、
N-BOX G・EX ターボ Honda
SENSING (FF) ボディーカ
ラーはプラチナホワイト・パ
ール (有料色: 33,000円高)
ディーラーオプション (ドア
バイザー、フロアカーペット
マット: 別途料金(取付工費
別途)) 装着車



つっぱり棒とワイ
ヤーネットを組み
合わせたラック
ラック

リアウインドウの
サンシェードをク
リップで留めて

ワイヤーネットを
使ったサイドラッ
クにはミニ扇風機
などを配置

寒い日も
快適な
ドライブを

N-BOXに
新しく
搭載！



タイプ別
設定

運転席&助手席シートヒーター
温度は2段階の調整ができます。

人気機能
も引き続き
搭載！



リアヒーターダクト
後席に温風が直接届きます。

Honda Cars 西脇



滝野店

☎0120・39・4320
☎0795・48・4320 合 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
合 西脇市西脇940
☎受付9:00～18:00/水曜・第2火曜休



おクルマの維持費用もまとめて定額で
お支払いする方法あります
ホンダカーリース
株式会社ホンダファイナンス



HONDA

★消費税以外の税金、保険料、登録等に伴う諸費用、リサイクル料金は別途申し受けます。●車両本体価格には、応急パンク修理キット、標準工具・ジャッキが含まれます。●オプション価格及び取付費は価格に含まれておりません。●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・品番・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。

光×水×緑の邸宅ウェディング

1日限定の特別なフェア♪

**ビッグ
ブライダルフェア**

11/24(日) ①11:00~
②15:00~
※要予約

11月のスケジュール

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

.....ビッグブライダルフェア
.....無料試食会
.....無料相談会
.....休館日

サンパレス六甲
料理顧問
鉄人 坂井シェフ



土・日・月 11月中毎週開催!

無料試食会フェア

婚礼を予定されている方必見!
新郎新婦お二人、またはご両親とでもOK。

お時間 [2部制]

①11:00~ ②15:00~
どちらかのお時間でご予約ください。

快適なアクセス



サンパレス六甲

西宮北I.Cより1分

フェア内容

施設全館見学・チャペル入場体験
15,000円相当のコース試食・当日見積り
※3日前までに要予約

写真だけでも残したい方!

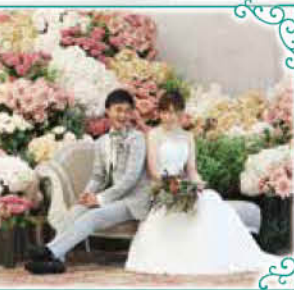
フォトウェディング

洋装1点

通常29,000円▶

1万9,000円~ (税別)

※土日祝は+20,000円(税別)



挙式だけでもしたい方! 最短2週間から挙式可能!

小さな結婚式

期間限定50%OFF

通常67,000円▶

3万3,500円 (税別)

※土日祝は+20,000円(税別)

※2019年12月末日までの申し込み限定



披露宴も行いたい方!

地域限定プラン

先着
5組
限定

西脇・三木・小野・加西・丹波篠山・
丹波・加東・多可にお住まいの方
特別価格20万円OFF

[25名様] 通常498,000円▶

29万8,000円 (税別)

※表示価格はすべて税別・サービス料込価格 ※1名追加+13,650円(税別)



サンパレス六甲

お問合わせ・ご予約

☎0120-380-465

西宮市山口町下山口2-4-3 tel:078-904-2211

[OPEN] 11:00~19:00 [休館日] 水曜日 [駐車場] 100台分(無料)

[アクセス] ・中国自動車道西宮北I.C前

・神戸電鉄「田尾寺駅」より無料送迎バスあり(お一人様から可)

www.sunpalace-rokkoko.com

サンパレス六甲



&smile ウェブサイトのご案内

地域のイベント情報、おでかけスポット、
紙面で人気のコラム、ウェブ限定コラムなど

そくそく
更新中!

ス
タッフ
募 集

図書館から
おすすめの一冊

企画
アンド・スマイル
ウォーキングツアー情報

みんなの声
[アンケート結果
&おたより] etc.

各種募集の
お知らせ

アンド・スマイル
エリア
イベント情報

他にも、
紙面におさまりきれない
情報満載でお届けしています!



SMILE ハウス スタッフ募集!

パート アルバイト

育児中の方
歓迎!

楽しく一緒に地域を盛り上げてくださる方を募集しています。

お仕事内容

イベント企画と当日スタッフ・&smile紙面編
集・記事作成・広告営業・SNS配信・ワードプレス
入力・その他雑務全般

※上記のすべてができなくても大丈夫。詳しくはお問合せください。

スタンバイスタッフ同時募集

あなたの空き時間をSMILEハウスで有効活用しませんか?

スタッフ登録していただき、業務が発生した時に仕事をしていただきます。
サイドビジネスでもOKです。
報酬は、時給の場合と仕事による歩合の場合あり。
赤ちゃんがいても一緒に過ごいただけますよ。



お問い合わせは

スマイル
SMILE ハウス

西脇市西脇784 ☎0795-24-1800
info@and-smile.hyogo.jp

ハンズコテラ 道具の達人

年末に向けて...編

つい先日元号が「平成」から「令和」に変わったところなのに、
気づけばもう11月。

あっという間に年末がやってきて、お正月がやってきます...

年末といえば大掃除!

今回は家の外壁やタイル掃除、洗車などに大活躍のアレを体験!!

リチウムイオンバッテリーシリーズ 充電式高圧洗浄機



リチウムイオンバッテリーを
使うためコードレスなのが嬉しい!
また水道直結はもちろん、多機能収納ケースが
自吸用タンクとして使えるので、どこでも使えます。
自吸用タンクは50リットルも入る!
「そんなに水入れたら重いやん」と思いましたね?
なんとハンドルとキャスターが付いているので、
コロコロで移動可能!
バッテリーを2個使用するので、超パワフル!
汚れがみるみる取れるので楽しくなってしまう、
止め時がわからない(笑)。
楽しみつつ掃除ができるって
ステキ♪



紹介してくれたのは...



ハンズコテラ
小寺 祥之さん

番外編

充電式コーヒーマーカー

リチウムイオンバッテリーがあれば、
こんなことも楽しめる♪
レジャーや外での作業に!
どこでも淹れたてコーヒーが飲めます♪



ハンズコテラ

[本店] 多可郡多可町加美区寺内117-1 ☎0795-35-0298

[加東店] 加東市上中3丁目59 ☎0795-43-0005

http://handskotera.net/

mail:info@handskotera.net

営業時間
(月~金) am7:00~pm7:00
(土・祝) am7:00~pm5:00
日曜 休業



COUPON 丹波市立薬草樹公園
☎0795-76-2121 丹波市山南町和田338-1
☎10:00~21:00、お食事は11:00~20:00 (L.O.19:30)
☎水曜日(11月は無休)

秋を満喫できる「丹波の湯 選べる秋プラン」は11月30日(土)までの期間限定です!
この機会にぜひお越しください!

丹波の湯



選べる秋プランで秋を満喫♪
~11/30日まで

丹波の湯 選べる秋プラン

満喫プラン
お食事・お風呂・体験・お土産・オリジナルタオル付
通常 5,000円 → **3,980円**

但馬牛プラン
お食事・お風呂・オリジナルタオル付
通常 3,650円 → **3,000円**

※満喫プランは但馬牛、但馬牛プランは3日間までの予約が必要です。
※各利用人数は2名様まで。

※満喫プランの体験
お風呂・お食事・お土産・オリジナルタオル付

三田牛ダイニング 佳豊
☎0794-73-0329 三木市吉川町有安310
☎11:00~14:00、17:00~21:00
☎月曜日(祝日の場合は火曜日)

土日祝にご来店の場合はお電話にて「アンドスマイル見たい」で予約ください。3名様以上のご予約で個室のご案内となります。

A5三田和牛の低温ローストビーフと
鹿兒島豚の自家製焼豚御膳
・前菜3品・サラダ・お味噌汁・鹿兒島豚の自家製焼豚
・A5三田和牛の低温ローストビーフ
・吉川町西山牧場のジェラート・コーヒー

3,500円(税別) → **1,680円(税込)**



今日の
Smile
グルメ

秋は美味しいものがいっぱい♪
食欲全開の秋!

COUPON 御越安 おこしやす
☎0795-22-5837 西脇市野村町1795-190
☎11:00~14:30 (L.O.14:00)、17:00~22:00 (L.O.20:30)
☎不定休 <http://r.goope.jp/okoshiyasu>

2名様~100名様までの個室、椅子席、お座敷、ソファ席をご用意しております。
※鍋料理は2人前より。※表記価格はすべて税別。

忘年会・新年会 ご予約承り中!
飲み放題プラン
90分 **1,600円**
120分 **2,100円**

鍋コース 3,200円~
会席料理 3,500円~
のお客様にお付けすることができます



忘・新年会は当店こだわりの食材とお酒で!

鍋メニュー [1人前価格]

◆豚ちゃん鍋	2,000円	◆鶏ちゃん鍋	2,000円
◆ちゃん鍋	2,800円	◆特製ちゃん鍋	3,800円
◆うどんすき	3,300円	◆よせ鍋	3,800円
◆しゃぶしゃぶ(和牛)	4,300円		
◆すき焼き(和牛)	4,300円		
◆てっちり(とらふぐ)	5,500円		
◆かにちり・すき(ずわいがに)	5,000円		
◆活日本海松葉がに鍋	時価		
◆活日本海ずわいがに鍋	時価		
◆活ふぐづくしコース	12,000円		
◆かにづくしコース	12,000円		

※すべて税別
+1,200円で付出し・造り・うどん・デザート付きのコースにできます。

いっぽくせんべい半月庵 加西店
☎0790-47-1881 加西市常吉町字東畑647-9
☎9:00~17:00(3月~10月は9:00~18:00)
<https://www.ippuku.com/>

身体にやさしい有機玄米せんべいや無添加のおせんべいも取り揃えて、スタッフ一同みなさまのお越しをお待ちしています。

年に1度の収穫祭、お得なこの機会にぜひ!
11月16日(土)・17日(日) 9:00~18:00

ご縁袋タイムサービス(9:00、13:00の1日2回) 数量限定
10種類も入った 3,000円(税込)相当の品 → **1,005円(税込)**

贈りま選菓 数量限定
直売店価格よりさらに安い
25%~30%OFF 2日間限定

★大人気詰め放題
おひとり様1回限り **500円+税**
★1,200円以上お買上げの方に
おやつ箱プレゼント

★お買上げのお客様に
粗品プレゼント 2日間限定



みんなの声 10月号のぶちアンケート【みんなはDō?】結果発表

『秋のおすすめおでかけスポットは?』

●京都ですね!南禅寺がよかったです。(加西市60歳女性) ●秋の古都も良いですが、県内にも紅葉の名所が多くあります。神戸市74歳男性 ●寺町、田通寺(氷上)、達身寺(氷上)がおすすです。(西脇市51歳女性) ●石龍寺の紅葉です。色とりどりで、見頃が楽しみです。(西脇市51歳女性) ●八千代の竹谷山の紅葉は素晴らしいです。(西脇市62歳女性) ●黒田庄の荘厳寺さん。(西脇市48歳男性) ●景色も食べ物もいっぱい丹波篠山市へ! (丹波篠山市67歳女性) ●公園でゆつくりお弁当。播磨中央公園で自転車もいけます。(三木市42歳女性) ●フラワースタンド。菊花展があります。(小野市57歳女性) ●キャンプ場へ出かけよう!秋キャンプ。自然がいっぱい。愛犬と行く。鳥取のやまもり温泉。(丹波市58歳男性) ●海めぐりはどうですか。紅葉に水音いやされます。天滝(てんだしき)までは車で10分。独りごとこの滝。波音不動滝、鳥取の雨滝あめだき、淡路の「鮎屋(あいや)の滝」など。多可町82歳男性 ●小野アルプスの縦走。涼しくなってきたから山の中を歩いて汗は快適です。小野市54歳女性 ●丹波市春日町の黒井城跡です。(丹波市76歳男性)

紙面に載せきれなかった回答や、皆様からのおたよりはウェブサイトにて公開!

秋の夜長はコレ!!
K E N

9×9のマスを1から9の数字を当てはめるナンプレにはまっています。

続かな。スミレハウスでウクレレ初レッスン。楽器も買った。

よつひ

家の中に長さが合うアツツ張れないうつぱり棒の活用方法を教えてください。

リボン

甥の保育園最後の運動会へ。月に1回は会っていましたが、大きくなった。

ミレ

引越して初めての秋、色づく木々を眺めながらのコーヒー、あったかくてビールもとにかく秋は何でも美味し!

スタッフルーム

NIBB 軟式・硬式・ソフトボール・トスバッティング・シミュレーション野球

女性も大歓迎!!

初心者~上級者まで!

練習やストレス解消にも!
(練習場30~140km/h)

料金
1回(2時間) **220円**
6回 **1,100円**
20回 **3,300円**

【個人指導型】[小・中学生対象]
ジュニア
バッティングスクール
生徒募集!

NIBB 西脇インドアベースボール(バッティングセンター) 年中開放
トレーニングジム 年中開放
西脇市東田井町299 TEL:0795-22-8051 日曜日 13:00~22:00 土・日・祝 10:00~22:00

トレーニングジム
家では出来ないマシントレーニング!
運動を習慣に!

料金
1日 **500円**
月会 **4,000円**



NICOLE FURUSIDE STYLE

振袖展 2020年成人の方、まだ間に合います!
11月1日より常設展示

すべて揃った安心の30点フルセット
購入派 **98,000円**より

20点揃った安心セット
オーダーレンタル派 **88,000円**より

10点揃った安心セット
レンタル派 **29,000円**より

特典 **12のアフターサービス** 特別充実!

- ①前撮り記念写真撮影料無料
- ②前撮り記念写真特別割引
- ③前撮り時のヘア・メイク無料
- ④着付け無料
- ⑤着付け後のお手入れ(アイロン掛け)無料
- ⑥刺繍袴プレゼント
- ⑦ガード加工無料
- ⑧卒業式用レンタル袴無料
- ⑨他のレンタル振袖着用品割引
- ⑩袖直し無料
- ⑪着付・マナー教室入会金無料
- ⑫クレジット手数料10回無料

※12のアフターサービスの特典はお買上げ・レンタルともにサービス!

みま寸屋 西脇市西脇957 am10:00~pm7:00 ☎0120-529-039

半崎 美子
明日を拓くコンサート
2020
2月23日(日)
開演16:00(開場15:30)

チケット料金(指定席) ※当日 500円増
S席...3,500円/A席...3,000円

チケット発売日 11月16日(土)友の会
11月23日(土)一般

NHKみんなのうた「お弁当はこうた〜あなたへのお手紙〜」で一躍注目を浴び、毎日放送「情熱大陸」などに出演。

多可町文化会館ベルディーホール
多可郡多可町中村町135 ☎0795-32-1300

イベントガイド

※表示は、開演(開始)時間・前売料金です
※売り切れの際はご容赦ください
※詳しくは各施設にお問い合わせください

Autumn Lobby Jazz Live
HARDBOP LABORATORY in VERDE 2019
11月10日(日)14:00
¥500(自由席) ※ケーキセット券 ¥500(前売のみ)
多可町文化会館ベルディーホール ☎0795-32-1300

はりちゅうの日
11月17日(日)10:00~15:00
入場無料
県立播磨中央公園 芝生エリア他 ☎0795-48-5289

蓄音器で味わう名曲シリーズ
~時代の移り変わりを聴く~ 蓄音器からステレオへ
11月19日(火)14:00
¥500 ※駐車場代別
西脇市立音楽ホール「アピカホール」 ☎0795-23-9000

はりまの和太鼓
11月24日(日)13:30
入場無料(自由席)
小野市うらおい交流館エクラホール ☎0794-62-5080

第30回 氷上吹奏楽団 定期演奏会
11月24日(日)14:00
入場無料
丹波の森公園 大ホール ☎hikamiwe_office@yahoo.co.jp

クロボンスファミリーコンサート with 福田りゅうぞう
12月1日(日)14:00
¥1,000/小学生以下¥500(指定席)
加東市滝野文化会館ホール ☎0795-42-7700

舞台「サーカスの灯」
12月1日(日)14:00
¥1,000(指定席)
三田市総合文化センター 郷の音ホール 小ホール ☎079-559-8101

加西市民会館 Christmas Special Concert ~南里沙コンサート~
12月1日(日)14:30
¥2,500/高校生以下¥1,500(指定席)
加西市民会館 文化ホール ☎0790-43-0160

&smile LINE公式アカウント

友だち募集中!!

地域のお役立ち情報やお得情報、LINEクーポンをお届けします!

LINEクーポンの取得方法

1. アンド・スマイルのLINE公式アカウントを友達に追加すると送られてくるメッセージの中に、クーポン取得用URLをタップしてください。
2. URLをタップするとクーポン一覧画面が出てきます。使いたいクーポンの「クーポンを取得する」をタップしてクーポンコードをメモしてください。
3. LINEのトーク画面に戻り、クーポンコードを入力し送信するとクーポンが送られてきます。
4. LINEのトーク画面とは? 友だち追加するとメッセージが送られてくる画面です。 戻るには? クーポンコードを確認した後、スマホ画面下部の戻るボタン(←)などで戻ることができます。 送られたクーポンをタップすると、詳細画面が表示されます。この画面をお店で提示してください。

友だち追加はこちらから

QRコードを読み取り「追加」をタップするだけ!

クーポン &smile

平日限定 甘味buffet付 ランチご注文の方 **ソフトドリンク(1杯)無料**

※コピー不可※1グループ1枚
※他のサービスとの併用不可
※有効期限/2019年11月29日(金)
御越安 ☎0795-22-5837

&smile 入浴料 大人500円のところ **400円に**

※コピー不可
※1枚につき5名様まで
※有効期限/2019年11月30日(土)
丹波市立薬草樹公園 丹波の湯 ☎0795-76-2121



(ぷらっと) プチ方夜

～西脇市・童子山ヒルズ～
SMILEハウスのある童子山周辺のイベントをプチっとお知らせ!



西脇市郷土資料館
西脇市西脇790-14
10:00～17:00
月曜(祝日の場合は翌日)
入館無料

SMILEハウス イベント
11月9日(土)
10:00～16:00

SMILEハウス
西脇市西脇784
☎0795-24-1800

西脇の「ええもん」まるごと体験
にしわき産業フェスタ2019 & 西脇市農業祭
11月9日(土) 9:45～16:00
11月10日(日) 10:00～15:30

西脇市総合市民センター
西脇市西脇790-15
0795-22-5996

ハンドメイドマルシェ and ミニライブ
【青い鳥 vol.1】
11月16日(土)
10:00～16:00

ストランドプラス西脇店
西脇市高田井町140
0795-27-8570
9:00～25:00

旧来住家住宅
西脇市西脇394-1
0795-22-5549
10:00～17:00
月曜(祝日の場合は翌日)

梅吉亭
西脇市西脇394-2
0795-23-9415
10:00～17:00
月曜(祝日の場合は翌日)

西脇情報未来館21
西脇市西脇394-2
0795-25-0077
10:00～17:00
月曜(祝日の場合は翌日)

横尾忠則 Y字路の原点

播州織工房館
西脇市西脇452-1
0795-22-3775
10:00～17:00
月曜(祝日の場合は翌日)

西脇市消防団 第一分団 警鐘台

にしわき産業フェスタ2019&西脇市農業祭

日時 11月9日(土) 9:45～16:00 会場 西脇市総合市民センター
11月10日(日) 10:00～15:30

播州織マルシェ 西脇うまいもん市 2日限りのびっくり市

9日(土)	ステージ	10日(日)
にしわきレシビコンテスト入賞作品の無料配布 子どもHIPHOPダンス 儀かつぎ 西脇中学校吹奏楽部演奏 そっくりさんコンテスト・ものまね芸人ショー		にしわきレシビコンテスト入賞作品の無料配布 子どもHIPHOPダンス 儀かつぎ 西脇小学校オーケストラ演奏 大抽選会・餅まき

体験	同時開催
ニジマス釣り バックフォードボールすくい 子ども運転免許証づくり ボールプール	北播磨秋の魅力発見スタンプラリー2019 いい歯の日イベント(10日10:00～14:00)

SMILEハウスはこんなところです!



SMILEハウスは、今注目を集めているコワーキングスペースをはじめ、レンタルスペース、シェアオフィスなど様々な使い方ができる場所。「コワーキングスペースって?」「レンタルスペースはどういうときに借りられる?」など、分からないことはあるけどちょっと気になる...という方に、改めてSMILEハウスをご紹介します。

コワーキングスペース
共有型のオープンスペースで仕事をする。仕事場を持たなくても働くことができ、また様々な人が入りすることで、異業種の人との情報交換の機会も生まれます。
SMILEハウスのコワーキング利用は、2時間まで500円、フリードリンク付き、コピーサービス、パソコン貸し出しもあります(別途使用料がかかります)。

レンタルスペース
時間制で借りられる多目的スペース。イベントやセミナー、ミーティングなど、用途は様々。急に場所が必要になった時にも便利です。
SMILEハウスのレンタルスペース利用は、2時間まで2,000円、以降1時間1,000円。フリードリンクは1人100円、プロジェクターなどの貸し出し(有料)もあります。

シェアオフィス
同じスペースを複数の利用者によって共有するオフィス。住所登録ができるので、事務所として継続的に利用できます。
SMILEハウスでは、会員登録(3ヶ月更新)することでオフィスとして必要な住所登録や郵便物等受取りも可能になります。

利用者募集中! まずはお気軽にお問合せください。見学もできます(要予約)。

スマイル SMILE ハウス
西脇市西脇 784
TEL.0795-24-1800



SMILEハウス出展者募集中! 詳しくはお問い合わせください。

にしわき産業フェスタ 2019 同日開催

SMILEハウスのイベント

●パン工房たかはし 1日限りの出張販売! 100円～数に限りがあります。
●Link336の スペシャルティコーヒー この日のために限定焙煎 1杯ずつ心を込めてお淹れします!
●Petit Angeのハンドメイドアクセサリー&雑貨販売
●ワンコインで健康に! (いろいろ受けても500円!)

受ける前と後を、足型(重さのかり具合)や声の出方でチェックすることもできます。
お好きなブースで受けてね!

・発声のコツ(宮崎音楽教室)・足型でからだのバランスチェック(つめきりん)・からだのバランスを整える(整骨院さかもつちゃん)・楽にカラダを使うためのフットポイントストレッチ(ぶるむな一ど)・あったか、ほっこりリラクゼーション体験(レイキヒーリング 来職)・緊張をアロマでゆるめる(ハッピーメンテナンス空色)

1日だけ! 11月9日(土) 10:00～16:00

スマイル SMILE ハウス
西脇市西脇 784
TEL.0795-24-1800

観覧無料

ハンドメイドマルシェ and ミニライブ 青い鳥 vol.1
AOI tori

ミニライブ
12:00～/13:30～/15:00～
シンガーソングライター・AOIさんと訪々カフェと音楽のひと時をお楽しみください。
大坂音楽大学短期大学部卒業後、楽曲制作を始め、ピアノ弾き語りスタイルの音楽活動を開始。ドリームズカムトゥルー等アーティストのバックボーカルの経験も持つ。
絵本よみかきライブ、キャンドルライブなど、オリジナルな音楽活動を展開中。西脇市シティプロモーション楽曲「ハソノノウタ」を手懸け、サンテレビの特番、成人式にも出演。
世代を問わず「その時のつながり」を大切に、心あたまる歌を歌い広めている。

ハンドメイドマルシェ
北播磨地域で活躍しているハンドメイド作家のフラワー作品やパワーストーン、播州織を使ったステキな作品を多数販売!!
[yuyuco、iilie、Lis blanc、KAIKOH～海幸～]

ワークショップも開催!
お子様と一緒にどうぞ!

STLAND Plus ストランドプラス西脇店
西脇市高田井町140 ☎0795-27-8570 9:00～25:00 不定休

lesson

J-POPを弾こう 大人のグループウクレレ

内容 月ごとに決めた課題曲にチャレンジ。初めてでも初回から演奏できます。☆ウクレレ貸し出しできます。要予約

料金 2,500円(2回分)

日時 11月7日(木)・21日(木) 14:00～15:30

定員 7名

健康のための グループボイストレーニング

内容 簡単な発声練習、柔軟、姿勢改善など

料金 2,500円(2回分)

日時 11月14日(木)・28日(木) 14:00～15:30

定員 6名

宮崎音楽教室

お申込み・お問合せ SMILEハウス ☎0795-24-1800 info@and-smile.hyogo.jp

SMILEハウス情報11月
※SMILEハウスで実施の情報がです。

予約受付は **10月31日(木)10:00から**

beauty

つめきりんの出張施術

内容 巻き爪による痛み、うおのめなど様々な足のトラブルを改善

日時 11月26日(火) 10:00～18:00

料金 4,000円～

ドイツ式フットケア つめきりん

大創業祭

11月8日(金)~11日(月)
華かれん店内にて

華かれん
UMEOKA

加東市社1126-1 イオン社店
やしろショッピングパークBio 1F
☎0795-43-8555
営業 10:00~20:00

皆さんこんにちは、華かれんUMEOKAです。きものを着るのにちょうどいい季節になりましたね。
実は11月は、うめおか創業月です。しかも今年は60周年、いわば還暦を迎えたこととなります。当店は一番新しい支店ですが、「良いものをお得に」をモットーに早13年目、これも地域の皆様のおかげです。ありがとうございます。
華かれんでは11月8日(金)~11日(月)、店内にて大創業祭を開催します。うめおかと京都の着物作家さんがコラボしたオリジナルブランド「白梅庵」のきものと、「バッグの仙八」(笑)がやってきます。皆さん是非お越し下さいね。

つれづれミントーク
皆さんこんにちは、華かれんUMEOKAです。きものを着るのにちょうどいい季節になりましたね。
実は11月は、うめおか創業月です。しかも今年は60周年、いわば還暦を迎えたこととなります。当店は一番新しい支店ですが、「良いものをお得に」をモットーに早13年目、これも地域の皆様のおかげです。ありがとうございます。
華かれんでは11月8日(金)~11日(月)、店内にて大創業祭を開催します。うめおかと京都の着物作家さんがコラボしたオリジナルブランド「白梅庵」のきものと、「バッグの仙八」(笑)がやってきます。皆さん是非お越し下さいね。

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

播州織工房館

青いとり 西協のコットン素材を使った Handmade Shop

播州織の先染綿ストール

この冬からの新しいデザインを取り揃えました。期間限定で展示・販売いたします。

La mamarge
土曜・日曜は、時間限定でワークショップ開催予定
La mamargeは、ママと子どもに優しい商品を作りつけます

11月2日(土)~14日(木) 10:00~17:00
11月16日(土)~29日(金)

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

テニスを始めてみませんか?

第145期 新規入会キャンペーン 11/1~1/31

入会特典
11/15日までにご入会手続き頂いた方が対象です

- 1 入会金 0円** (通常料金 一般クラス5,500円(税込) ◆ジュニアクラス3,300円(税込))
- 2 テニスバッグ プレゼント**
- 3 ラケットまたはストリングス プレゼント (どちらかお選び下さい)**
★ジュニアクラスはジュニアラケット、ソフトテニスクラスはソフトテニスラケットとなります。

無料体験レッスン 随時受付中!

- 初心者** はじめてクラス
- 経験者** 初級・中級・上級
- ジュニア** 10歳~
- 高校生** 強化クラス(選抜)
- キッズ** 4歳~
- ミディ** 7歳~

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 1,100円(税込) 11月・12月受講料 曜日・クラスによって異なります 通帳・届印 1月分より口座振替となります

アオノテニススクール ☎0790-45-1845

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
〒675-2404 加西市油谷町639-3 受付時間 AM9:00~PM10:00
<https://www.aonoundoukouen.com> アオノテニススクール

笑顔と声とことばを磨いて 人の目を気にするわたしから卒業！ 極上笑顔とトークで わたらしい毎日を

はじめまして!!
オフィス A-Smile 主宰・自分らしい話し方と笑顔トレーナー 浅井ちかこです。
みなさんは、普段から誰に対しても同じように「おはよう」「こんにちは」「いらっしゃいませ」といっていますか?人によって、声のトーンを変えていたり、時には返さなかったり…と、何気なくしている人もいます。表情だけでなく、声にも感情が表れます。印象を決めるツールです。上司だからと部下に挨拶しなかったり、お客様にはきちんと挨拶できて、スタッフ同士ではないということはないですか?
「あいさつ」はきちんと、気持ちよくしましょう。こどもに示しがつきません。声を意識して、特に母音を意識して声に出してみてください。
「おはよう」=「ohayou」には平仮名の文字数だけ母音が入っています。「o・a・o・u」母音がはっきりといえ、聞こえること。キレイな発音につながっていきます。
だらだらと「おはあよう」になってませんか?「おはよう」はほんとに短いフレーズですが、朝一番にあなたに会えてうれしい。今日も一日がんばりましょうね。の想いをのせると、とても大きなパワーのある言葉になります。
何気なくじゃなく、意識して、想いを乗せて挨拶を。もちろん、笑顔とともに^^

プロフィール 浅井 ちかこ (千華子)
明石市出身、兵庫教育大学 初等教員養成課程卒業、企業に就職の後、明石ケーブルテレビに入社。構成・撮影・編集・出演・ナレーションすべてを行う。その後、フリーアナウンサーに転向。地方局のTV、ラジオにレギュラー出演。また、「表情筋トレーニング」との出会いで、笑顔の力や表情の大切さに気づき、笑顔が誰でも簡単にできる独自の「極上笑顔メソッド」を作り、全国の自治体、団体、企業等でセミナー・講演・研修を行っている。
【著書】「マイナス7歳の極上笑顔を手に入れる 表情筋トレーニング」(DVD)

公式LINE
Smile♡浅井ちかこ @smilechikako

ブログ
極上笑顔とトークでわたらしい毎日を <https://ameblo.jp/happysmilehappyvoice/>

&smile では、浅井ちかこ氏を招いたイベントやセミナー、サロンを企画。お楽しみに!

OB首長 気まま旅

超高速 西国33番「順打ち」巡礼編 その2

「超特急」での西国33カ所巡り

1番から33番まで順を追って巡る「順打ち」。マイカーで妻と二人月に一回の参拝ペース(宿泊付き)で4ヶ月(4回)、10日間で番外や普光寺や高野山を含めて納経帳と笈鶴(おひづる)に朱印をもらいながら廻ってきた。信仰心は高く持ちながらの「超高速巡礼」。二説いたでこととでこれから西国参りをされる方の参考になれば幸い。既に済まされた方々にはご利益が継続することに繋がればと願う。

第二番 紀三井山 金剛宝寺 (紀三井寺)

ふるさとをはるばるここにきみいでらはなのみやこも ちかくなるらん

田辺ICから高速道路に乗り、海南ICで降りて国道を走った。第2番札

所・紀三井寺に着いたのは10時。(那智山からここに直行すると4時間要する) 正式な寺名は「紀三井山金剛宝寺護国院」だが、山内から湧き出す「三つの霊泉」から紀三井寺という通称で親しまれている。

観音菩薩は「水」との縁が深く、観音は水の精で、本性は水とされている。水は生命の源泉であり、天地にある。水は存在してこの世に根源的影響を及ぼす。水は古人には霊的な物質でありエネルギーとして信じられたようだ。紀三井寺境内の湧水「清浄水・楊柳水・吉祥水」は「日本の名水百選」に認定されている。

だが何といっても目をひくのは「平井寺」という通称で親しまれている。観音菩薩は「水」との縁が深く、観音は水の精で、本性は水とされている。水は生命の源泉であり、天地にある。水は存在してこの世に根源的影響を及ぼす。水は古人には霊的な物質でありエネルギーとして信じられたようだ。紀三井寺境内の湧水「清浄水・楊柳水・吉祥水」は「日本の名水百選」に認定されている。

西国33カ所のなかで札所と札所の距離が一番遠いのが、一番青岸渡寺と2番の紀三井寺の間で、山間の中辺路ルートで約120キロという。花山法皇が練られたご詠歌から、長い距離を歩いて、やっとこの寺に着かれた時の喜びを感じ取れる。

「一言アドバイス」
このお寺にも「結縁厄除坂」と名付けられている階段がある。楼門から上に段数は210段だが、驚くほどの急階段である。街の中にあるからと侮ってはいけません。往復利用となるので、足下はしっかりと準備を。駐車場は参道近くに、街場と同じコイン式が数カ所あり、心配は要らない。

(つづく)

図書館から おすすめの1冊 『サクリファイス』

近藤 史恵 / 著 新潮社

優勝するとともに総合1位に躍り出ます。4日目、リーダーシップを身に纏いながらも、アシスト役に徹し、エースを上位に導きます。そして、最終日もそのまま順調にレースをすすめ、エースが念願の総合優勝を果たすのでした。

このように紹介すると、純粋なスポーツ小説のようですが、実は、サスペンスたっぷりのミステリー小説なんです。それでは、少しだけ……

オッジのエース石尾には黒い噂があります。3年前、圧倒的な才能を持った新人が現れ、彼の座を脅かそうとします。あるレースで先頭集団にいた二人、下りのカーブで石尾が新人に接触し、新人が落車、ガードレールに激突します。結果、脊髄損傷で下半身不随に……。事故か?故意か?謎のままです。

それから時が経ち、オッジは、ロードレースの本場、ヨーロッパに赴き、ベルギーからルクセンブルグまでの5日間の過酷なレースに挑みます。ここで新たな惨劇が……

「サクリファイス」シリーズの記念すべき第1作(2007年)であり、第10回大蔵春彦賞および第5回本屋大賞2位入賞。この「サクリファイス」(2010年)、「サヴァグマタ」(2011年)、「キアズマ」(2013年)、「スティグマ」(2016年)と続きます。スリルとサスペンス、そして、さわやかな清涼感が同時に味わえる一冊です。※一気読みにご注意!

多可町図書館

アンド・スマイル ウェブサイトで連載中!

喜びを感じ取れる。

「一言アドバイス」
このお寺にも「結縁厄除坂」と名付けられている階段がある。楼門から上に段数は210段だが、驚くほどの急階段である。街の中にあるからと侮ってはいけません。往復利用となるので、足下はしっかりと準備を。駐車場は参道近くに、街場と同じコイン式が数カ所あり、心配は要らない。

(つづく)

アンド・スマイル ウェブサイトで連載中!

11月7日・8日・9日 アトリエ翔展

み・和 やしろ店
加東市社778 佐保神社前
10:00~19:00
水曜、第1・3火曜
☎0795-42-9595

*** 押絵づくり ***
来年の干支のねずみを作れますか?
¥1,000

着なくなったきものに古裂を縫い付けたり刺繍で新たな命を吹き込んでみませんか?

