

アンチエイジングと予防医学

TNクリニック

平均寿命は80歳を超えてきました。でも日々を健康に過ごせる「健康寿命」とは 10年ほどのギャップがあります。TNクリニックでは健康寿命を伸ばすのに立ちふ さがっている生活習慣病やガンの発生を予防するとともに、最も大切な腎臓の 働きが低下するのを防いで、将来 脳梗塞や心筋梗塞、腎不全になるのを血液検 査等で予測します。必要であればお薬で速やかに対処し、心身ともに健康な生 活を維持できるようにしていきます。食事内容や軽い運動など毎日の生活習慣 にも適切なアドバイスをしているので、皆さん楽しく生活改善ができるとおっ しゃっています。

ガン予防は高濃度ビタミンで初期のガン細胞を攻撃して無くします。副作用が ないので気軽に点滴を受けてください。以前ガンになられた方も再発防止に受 けておられます。大腸ガン、乳ガン、脂肪肝の「予防アドバイス」も好評です。

TNクリニックの血液検査

(4,500円 初診料、再診料、検査代すべて含まれています)

検査は特定の病気の診断を目的としたものではなく、病気を発症する前のより早い 段階で対処できるように老化の兆候を見つけることを目的としています。TNクリ ニックの血液検査は、他のクリニックでは検査結果を出さない腎機能の数値を出すようにし ています。血液検査で腎機能や肝機能、コレステロール、リンの数値を調べ異常があればす ぐに対処します。将来、脳梗塞や心筋梗塞、腎不全などにならず健康な体で豊かな老後を過 ごせる生活を目指しています。

医学博士 西本 利文 京都府立医科大学医学部卒業 国際臨床抗老化医学会認定医

ヨーロッパ在住中にアンチエイジングと予防医学 を研究。現在、日本に一台しかない機器を使って 若返り施術を行っています。

生活習慣 アドバイス

食事、運動、 ストレス軽減といった 生活習慣の見直しを アドバイスします。

お薬

腎機能の改善や コレステロール、中性脂肪を 速やかに下げるお薬を ご用意しています。 糖尿病の改善や 予防もできます。

クールテック

お腹周りの 過剰な脂肪を 減少させる医療器械です。 プロポーションも 良くなります。

高濃度ビタミン点滴 (12,000円)

最近アメリカの国立ガン研究所が高濃度ビタミンCに強い 抗ガン作用があり、さらに副作用がないので安心して使用で きると発表しました。FDA(アメリカの厚労省)が全世界で使 用されている高濃度ビタミンC製剤を調査して、アイルランド 製のものがもっともガン予防に効果が高いことが判明しまし た。TNクリニックでは、このアイルランド製の高濃度ビタミン C点滴を取り入れています。高濃度ビタミンCは強力な抗炎 症作用と免疫活性化でガン細胞だけを攻撃して死滅させま す。私たちの体内には気づかないうちに自然にガン細胞が 発生していますが、免疫力でガン細胞を死滅させガンの発生 を抑制しています。しかし、加齢とともに免疫力が下がりガン 細胞を死滅させることができにくくなっているのです。高濃 度ビタミンC点滴は衰えた免疫力を蘇らせるだけでなくガン の進行抑止や再発予防にも高い効果が認められています。

TNクリニックの美容医療

夏がくる前のキャンペーン!!

お顔のたるみ、しわ、くすみ、フェイスラインの引き締め

●HIFU + SonicWave +

GaudiSkin化粧品イオン導入…通常35,000円

ボディ全身引き締めプロポーション改善

●クールテック + SonicWave + オールハンドのアロマトリートメント

…通常100.000円

お顔とボディを同時に受けるとセットで 135,000円→80,000円 ボディ全身引き締めプロポーション改善 100,000円→60,000円



TNクリニック 田辺市秋津町180-15(駐車場あり) www.tn-clinic.com 完全予約制 (090-1893-7715









/東京、大阪にも店を持つ花屋「bois de gui(ボワドゥギ)」が併設されており、花一輪 から購入できます。他では見かけない珍しい花材もあり花束やアレンジのコーディ

自家焙煎した3種類の豆(ブレンド・グアテマラ・エチオピア)を使っ

balder coffee

たコーヒーが人気のカフェ。浅煎りなのでコーヒーの苦味が苦手な 人でもおいしく楽しめます。エスプレッソやラテ、ドリップコーヒーとお 好みでオーダーして。またスイーツとパンも好評で「ベーカリーチック タック」と「メゾンフルリール」の商品が曜日によって提供されており、 愛犬と一緒にきてここでコーヒーとスイーツを楽しむのが日課という 固定客も。ドリンクとともにテイクアウトして店前の大新公園でゆった り過ごす人も多いのだとか。気持ちのいい時間を、あなたも是非。

/全粒粉ドーナツ「ダブルクランチホ ワイト | テイクアウト291円・イートイン 297円:ホワイトチョコにザクザククラ ンチがたっぷりと。「抹茶ピスタチオ」テ イクアウト291円:イートイン297円: クーヴェルチュール抹茶チョコ・ピスタ

チオ・チョコクランチの贅沢な味わい。 スピカドーナツ

和歌山市築港6-5-3 カサデポルト ****080-1315-0003

圖平目 10:30~18:00/土・目・祝目 11:00~18:00 (ドーナツなくなり次第閉店)

休不定休(インスタでお知らせ)

今年2月にオープンしたばかりの可愛い ドーナツ屋さん「スピカドーナツ」。全粒 粉ドーナツと豆腐ドーナツで種類は約 18種類。その日に作ったものしか販売し ないのでオープン以来、店前には行列 ができるほどの人気です。もっちりした 食感だったり、身体にいい材料を惜しみ なく使っていたりと女性にとってうれし いおいしいが詰まったアイテムばかり! ちょっとしたお土産にもオススメです。

Spica Doughnuts

冷凍すれば約1カ月 おいしさそのままです



/豆腐ドーナツ「黒糖きなこ」テイクアウト324円・ イートイン330円:沖縄産黒糖と深煎り国産のきな この香ばしさが最高においしい。「プレーンバナ ナ」テイクアウト216円・イートイン220円:生のバ ナナとシナモンを生地に練りこんで揚げたもの。

Dee Dee THAI KITCHEN

/ベンチを借りてお外コーヒーを楽しんで。オリジナルレジャーシートもただいま製

バルダーコーヒー

和歌山市坊主丁13

C073-427-5322

■11:00~19:00

タイ料理好きの方、朗報です!JR和歌山駅近くのタイ料理のお店を紹介します!シェフ をはじめキッチンスタッフは全員タイ人で本格タイ料理が堪能できるのが「DeeDee」。 代表的なトムヤムクン他、ココナッツの風味いっぱいのカレーや麺料理、生春巻きなど、 ランチだけで10種類のセットがずらりと揃いタイ料理独特の酸味とスパイスの絡みが たっぷり楽しめます。ディナータイムはさらに充実。青パパイヤ、シーフードなどのサラダ メニューのほかに焼き物、揚げ物、炒め物、麺と「これぞタイ料理!」が目白押しです。

ディーディータイキッチン

和歌山市美園町3-25 宮崎ビル1F ****073-481-6700

ネートが抜群と人気です。

作中。こちらは貸し出しも販売もOK。

■ランチ:11:00~15:00(L.O 14:30) ディナー:17:00~23:00(L.O 22:30)

休月曜日

5/3 から個室3つからなる 2階もオープンしますよ。



/パッポンカレーセット1,518円(スープ・デザート付き)パプリカなどの野 菜をカレー粉やココナッツ、ピリ辛のナムプリック・パオで炒め、卵でとじて 仕上げています。ピリッとした辛みとマイルドな甘み、ふわふわの卵とじな どがエビフライと絡み合い美味しさを演出しています。

/パッタイセット968円(スープ・デザート付き)モチっとした平打ちのライ スヌードルをココナッツシュガーやナンプラーなどで味付けしたタイ風焼 きそば。麺は甘めの味付けなので赤唐辛子などの調味料で好みの辛さに

/グリルチキンのバジルクリーム ソースとアサリのオイルソースのパ スタ。どちらもおいし過ぎ! /イタリアのお菓子「アラゴスタ」。 ザクザクバリバリ食感のシューク リームです。注文を聞いてからク リームを入れるのでバリバリとした 食べごたえが楽しめますよ。いちご ミルク420円・チョコ420円・プレー ン380円(季節によってクリームが変





沕

Hallelujha

わります)テイクアウトもOK!

パスタのおいしいお店を求めて和歌浦へ。昨年12月にオープンした 「ハレルヤ」はランチだけで6種類のパスタから選べるお店。毎日、洋 風だしと和風だしを丁寧に引くことからスタートするここでは、何と 言ってもソースが絶品で素材との相性抜群のパスタはどれもおいし さにあふれています。さらに人気なのが、パスタが出される前に目の 前に提供されるサラダ!旬の野菜をメインに約30種類の素材からな る美しいサラダはうれしい限り。この日のドレッシングはストロベ リードレッシング!見た目以上のおいしさに満足度大!です。



パスタ&アラゴスタ ハレルヤ

和歌山市和歌浦中3-3-8 **\090-8905-8068**

■ランチ:11:30~14:00 カフェ:14:00~17:00(L.O 16:30)

個不定休









美しい色のうつわ 3,850円・4,950円

田辺市本町38 C0739-22-0113 **9**:00~20:00

個不定休(正月のみ休業)







作家さんのマグカップもいろいろと。2,750円~



お部屋で気軽に本格スモークが楽しめる燻製鍋「いぶしぎん」13,200円/本体 と蓋の間に水を張るシーリング効果で 煙が外にもれない仕組みです。調理時 間は約30分。ウインナー、鶏肉、タコ、え び、鮭、アスパラガス、キノコなどいつも の食材で。(燻製のほかにローストポー クや焼き芋などロースト調理もOK。

今の季節から、いや1年中かも、女性にとって の必需品「アームカバー」。車の運転中、ウオー キング、お散歩の紫外線ケア…洗い替えも必要 だから、これは喜ばれます。1,870円~いろいろ



高品質なドライフラワーをビンに詰めたオシャレ なアイテム。アートなドライフラワー 1,980円~

STYLE factory



ほのかな香りとインテリア性の高さが人気です。3 種類の香りから選んで。ソラフラワー 2,200円



C0739-26-5395

■11:00~20:00 個火曜日(祝日の場合は営業)

ほしかや陶器







忘れていませんか?5月8日は母の日です。



flor flower&coffee

やっぱりお花はうれしい。いくつになってもお花はうれしいんで す。カーネーションだけでなく、好きな色合いで、好きなお花で花 束やアレンジをオーダーしてみてください。(母の日前は予約が埋 まってしまっている場合もあるので問い合わせを)

田辺市湊19-37(海蔵寺通り) **C**0739-22-8792

■10:00~19:00 ※日・祝は18:00まで カフェは18:30 L.O

体不定休(インスタでお知らせ)



MOTHER'S DAY

日々の生活に寄り添う、毎日が少しだけ豊かに感じられる贈り物を見つけましょう。

高価なものでなくてもちょっとした気の利いた贈り物が一番喜ばれます。

カカオは発酵食品って知ってましたか?

K型 Chocolate Company







「温かい飲み物と一緒に食べると口どけが良くなり ます。それと、口の中のチョコがなくなる前に温かい 飲み物(コーヒー、紅茶、お茶など)を口に含むと一 気に味が変わりますよ。ここがポイントですね」

カカオ豆は収穫されたあと約2週間ほどかけて発酵、乾燥と いった工程を経て日本に出荷されます。また、カカオの産地 によって味わいが違うクラフトチョコレートは、市販の大手 メーカーが販売しているチョコレートの味とかなり違います。 「産地によって違うカカオ本来の美味しさを楽しんでもらい たくて」とミルクやココアバターなど余分なものは一切入れ ず、カカオときび砂糖のみを原料にしています。保存料や香 料など無添加でスーパーフードであるカカオを惜しみなく 使ったチョコレートをより美味しく食べる方法はとてもシン プルです(左下のコメントを見てください)。是非、お試しを!

製造工程を見てもらうために全てオープンにした店舗。 タイミングが合えばそれぞれの工程を気軽に見ることができます。

ケイガタチョコレートカンパニ

白浜町桟橋1197-18 **C**080-1424-2926







・チョコチーズケーキ 500円 甘すぎることもなく、塩ホイップを少しつけて 食べると美味しさが際立ちます。

・チョコブラウニー 500円 タンザニアチョコとナッツを贅沢に使ったお

菓子。口に入れた瞬間カカオ豆の香りが広 ・チャンククッキー 200円

ガーナ産チョコがたっぷり練り込まれたクッ キーは、ホットチョコレートやコーヒーとの相

・ホットチョコレート 600円 ・カカオソーダ 600円

・ボリビア 880円/カカオの食感を残したクランチタイプ。酸味や渋み、いろんな味を感じる。

・タンザニア 880円/フランボワーズやイチゴが混ざっているかのようなベリーの酸味が特徴。 ・ハイチ 850円/フルーティな紅茶の香りとナッツの香ばしさが相まって、スッキリ爽やかな味わい。

・ガーナ830円/バニラやココナッツの風味。日本で一番流通しているカカオの産地。



LIVING KENCHIKU KOUBOU 賃貸物件情報



事務所

22万円(税込)

田辺市宝来町14-24

1階:86.14㎡

浄化槽・電気・水道・ エアコン4台・ポンプアップ

2階:68.71㎡

有り(賃料に含む)

居住中(7月引き渡し予定)





0739-22-2205

株式会社 リビング建築工房

田辺市秋津町166-14

■9:00~18:00 休水曜日/第1·3·5火曜日



ホームページ









ロクロク・LOCAL・ants STOCK YARD・to market・KOYAを展開する to marketグループの代表 室井さんに聞きました。

- フルタイムで仕事をしているのでお惣菜が買えるto marketさ んにはいつも助けられています。子供が最近アレルギー反応が 出てきたんですが、卵、小麦、魚介などの表示を詳しくしてくれる
- to marketで販売しているお弁当、お惣菜、スイーツのほとんどは日 替わりになっているため、現在までは「アレルギー表示」が困難な状 態ではあったものの、さらに安心して楽しくお買い物していただける ようにできる商品から表示に取り組んでいきたいと思います。また、 「NEW WAY OF LIFE」として「美容&健康&美ボディーメイクのた め」のお弁当(油を一切使用せず高タンパク&低カロリー)を現在創 作中です。近日中には商品化し販売予定です。皆様、楽しみにお待 ちください!
- お弁当を買うとかわいいお茶をサービスしてくれたりして、他とは 違いますよね。もっとわがまま言うと、お湯を注げばOKのカップ お味噌汁の販売もして欲しいです。
- 「お味噌汁」ご用意します!どうせなら、既製品ではなく美味しいお 味噌汁を楽しんでいただきたいので、オリジナル商品を創りたいと 思います。商品化までしばらくお待ちください。 グループ全店へのご意見、ご要望、本当に感謝しております。今後も たくさんのDMなどお待ちしております!

次号からはアウトドアのスペシャリスト 「STOCK OUTDOOR」代表の新田さんです。 いろんな質問をラカンへメールしてください。 図 lala@lacan.ip

お客様の気持ちを明るくし 笑顔になってもらうためにする活動が

私たちの仕事です







国産・国外の各メーカーの新車・中古車の販売

株式会社 谷地自動車

田辺市新庄町1836-1 ****0739-22-9038

図8:30~17:30 個日曜・祝日

●指定自動車整備事業の認可を取得し 一日車検」も可能に

●TUV認証GOLD認証取得店です。ドイツ のテュフラインランド社の技術や製品の安 全を証明する認証で、400項目の条件と厳 しい基準をクリア。全国約3万社以上の整 備工場の中から約150社程度しか取得して いない世界基準の認証を保持しています。

「傷ついてしまったクルマや不具合のあるクルマの修理のために来社されるお 客様のほとんどは元気のない暗い表情をされています。そりゃそうですよね。 一体何日かかるんだろう、修理費用はいくらになるのかと不安に思ってるで しょうから。だから私たちは、クルマの状態をしっかり見て、きちんと説明し納得 してもらえる見積りを心がけていますし

「SDGsに取り組んでいます と言っても、これまで当たり前にしてまたことの

いくつかがSDGsの項目に入っているのもありました。時代の流れと今の世の中

に必要とされるものには、日常生活や仕事の中で意識しておかないとつい、流れて いってしまうこともあります。それらを見直し、実践していくことの大切さを全員で実

感しています。次世代に残していくもの、繋げていくもの、大切にしていきたいです」 SDGsに関しても、全員で何度もミーティングを重ね「スローガンだけでなくどんな ふうに実行していくか」という所に意見を出し合っているのだとか。20代の意

見40代の意見それぞれをていねいに重ねて実行しています。

修理や整備が完了したクルマを引き渡しするときに、お客様が明るい笑顔に なってくれるかを一番に大切にしているという「谷地自動車」。それには、高い 技術とともに接客対応力、コミュニケーション能力が必要になります。特に、車 の構造に詳しくない女性にとって「安心して任せられるかどうか」が大きなポイ ントです。「何かあったら谷地自動車さんに連絡。信頼している頼もしい存在で す」家族全員の車だけでなく、友人知人にも勧めているというお客様が多いの です。クルマの事、誰に相談すればいいのか…というアナタ。谷地自動車へ!



モアサナイト ジュエリー

SORA



徹底した品質管理のもと、最高品質のモアサイトをお届けします。 sora-moissanite-jewelry.com







SHIRUSUCE

in みなべ町

「みんなでワイワイできる家」

6/4(土)・5(日) ご予約受付中





※場所はご予約時にご案内します。



ご予約はこちらから

ホームページ、

TEL他でも受付中

建てる前に知っておきたい耐震や断熱のこと!まるごとお話しします。



構造断熱体感見学会 in みなべ町 芝

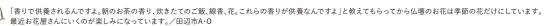


株式会社 山本建築工房

①10:00~ ②11:30~ ③13:30~ ④15:00~

田辺市あけぼの15-10 2F/Open 9:00~18:00 **\0739-25-5775** vamamotokenchikukobo.com





5/21sat • 22sun

コロナの状況を見ながらの開催とさせていただきます。

やむを得ず中止とさせていただく場合もございます。 予めご了承下さいませ。