

**今週のみどころ**  
 あなたの町の  
 ホームドクター  
 街はごきげん  
 健康あらかると  
 などなど、お見逃しなく!

郡山市内毎週12万部発行! 1984年9月1日 創刊

**週刊郡山**

**ザ・ウィークリー**

発行所 / 週刊郡山社 〒963-0202 郡山市柏山町3番地 企画室・コア内 ☎(024)961-7722 FAX(024)952-6788 <http://www.the-weekly.jp/> 週刊・無料

都道府県民共済グループ

**福島県民共済**

加入・見直しをお考えの方 **電話予約制**  
**移動相談会にお越しください!**

【日時】6月6日(火) 10:00~15:00  
 【場所】郡山市総合福祉センター4階 学習室

◆ご予約はこちら (平日9:00~17:00)  
 ☎0120-282-869

みんなで元気な街づくり

Weekly eye 2023

ウエルズホーム × GROW interior site GROW

**Simple Sense Style OPEN HOUSE**

2023 5/27 SAT ~ 28 SUN 各日 10:00~17:00 須賀川市宮先町地内

見学会の詳細、ご予約はこちら チラシのダウンロードもOK!

※パースはイメージです。

グロウはショップオーナーが厳選した、こだわりの家具・絨毯・照明のセレクトショップです。木、革、鉄を生かした武骨なビンテージ調家具や、無垢材にこだわったシンプル、モダンな家具まで、使い込むほどに味わいが増し、長く使える家具を選びました。照明器具も人気のファクトリー系ランプから、デザイン照明まで、どれもインテリアのアクセントとして存在感のあるものを取り揃えました。

小まな会社・大きな感性 **ウエルズホーム** Wells Home

ウエルズホーム安積支店 定休水曜日 ☎0120-25-7322 〒963-0117 福島県郡山市安積荒井2-213

宅地建物取引業免許番号/福島県知事(1)第3377号 建設業許可番号/福島県知事許可(般-30)第33402号 (公社)福島県宅地建物取引業協会加盟 <https://www.wells-home-web.com/> 住まいや土地に関する事なら ウエルズホーム 検索

見学会場よりインスタライブ配信! 5/27@17:00~

**朝の果樹園**

甘夏、桃、葡萄、ラ・フランスの国産果実を使用したみずみずしく香り豊かな自然な味わいのゼリーです。 1本 380円(税込) **好評発売中**

甘夏 葡萄 ラ・フランス 桃

※ラ・フランスは、香りづけのため洋酒を使用しております。

●お求めは、お近くの三万石  
 ●朝の果樹園は、1日限定の期間限定販売です。在庫限りで終了いたします。  
 ●朝の果樹園は、国産果実を使用したゼリーです。国産果実を使用したゼリーです。  
 ●朝の果樹園は、国産果実を使用したゼリーです。国産果実を使用したゼリーです。

郡山本店... 11am ~ 10pm 11am ~ 10pm  
 新校通り店... 11am ~ 10pm 11am ~ 10pm  
 郡山センター(新校通り)店... 11am ~ 10pm 11am ~ 10pm

三万石 検索

まち・暮らし・お店・人……あなたのニュースを待っています。

# 儲はごきげん

**成人式高級振袖 レンタル一式人気パック**  
**¥98,780** 税込(当日市内一式場まで送り)

- 前撮(ヘアメイク・着付・撮影2ポーズ)
- 当日(ヘアメイク・着付・朝食付)
- 卒業式袴一式とW予約の方は浴衣と半巾帯プレゼント♥

SHI KI NO  
**四季装束付総合教室**  
 事務局F/タイム ☎923-7422

**小麦の奴隷 郡山店**  
 ホリエモン発案のエンタメパン屋が郡山に登場!

**ザックザクカレーパン**

TEL 090-8617-8228  
 郡山市安積町4丁目172 ☎10:00~16:00

今回は「就職への一歩!」パソコン初心者講座Power Pointスライド作成編」と題し、Power Pointの基本的な操作を学習し、プレゼンテーションのスライドの作成を学ぶ講座です。パソコンに自信のない方、Power Pointに初めて触れる方でも、ぜひこの機会に参加ください。

内容●Power Pointの基本的な操作、プレゼン用スライド作成の方法

開催日時●6月8日(木)  
 13:30~15:30 定員●6名

[お問合せ・申込み]  
 エヌケー・テック(株)  
 (就活ワークショップ郡山地域受託企業)  
 郡山市鶴見坦1-14-5内藤ビル3F  
 (内環状線沿い総合体育館斜め向い)  
 ☎024-926-1229  
 https://job-workshop.com  
 college-info@nk-g.co.jp  
 営業時間●10:00~18:00  
 月~金(土日祝祭日を除く)

令和5年度 福島広域雇用促進支援協議会委託事業  
 「厚生労働省福島労働局 福島雇用促進支援事業」  
**「就活への一歩!」パソコン初心者講座」**  
 PPSライド作成編

参加条件●求職者(参加費無料)  
 ※事前に求職者カフエの利用登録をお願いします。  
 申込方法●電話またはメールで。

お問合せ・ご予約●ベストファーム司法書士法人(福島県司法書士会所属)(安積3-10)  
 ☎0120-165-246  
 受付/9:00~19:00  
 ベストファーム 郡山 検索

**相続不動産のこんな困りごと**

- 先代名義の不動産が複数残っている
- 納税通知の課税建物と現況の建物が一致しない
- 親から引き継いだ実家を手放したい など



この時期になると各市町村から届くのが不動産の納税通知。通知をよく見てみると、まだ先代名義のままになっている土地がある。なんてことはありませぬか? 来年令和6年4月から、相続で不動産を取得した方は、3年以内に相続登記をしなければならぬという「登記義務化」が始まります。手続きをしないままにしておくと、罰則が科せられることも。長年放っておいた不動産の名義変更は、利害関係も複雑になりがちで、相続人が数千人になることもあり

お問合せ・ご予約●ベストファーム司法書士法人(福島県司法書士会所属)(安積3-10)  
 ☎0120-165-246  
 受付/9:00~19:00  
 ベストファーム 郡山 検索



**納税通知に先代の不動産が!?**  
**来たる登記義務化に備えよう**

ります。手続きは早めに行うに越したことはありません。納税通知が届き、不動産の管理方法を見直すこの機会に、相続についても考えてみませんか?

ベストファームでは、面倒な相続手続きはもちろん、管理しきれない不動産の処分や売却についても相談可能です。司法書士、土地家屋調査士、宅地建物取引士など不動産にまつわる士業のプロが複数在籍しているので、お客様のお悩みを1ヶ所ですべてサポート。初回相談は90分無料で対応いたします。相談件数15000件の実績を持つベストファームに、一度相談してみませんか?

**住宅完成見学会開催!**

どんな会社なのかは建てた家を見るのがいちばんです。今回施主様のご厚意で見学できる家は深い軒先が印象的な寄棟屋根

深 い軒先の寄棟屋根の家  
**住宅完成見学会開催!**

(株)大原工務店は、「自然と笑顔がこぼれる。そんな空間を家と呼びます」を理念に家づくりをする工務店。笑顔のために3つのお約束をしています。

- ①耐震性の高い家 デザインや間取りによっては構造が弱くなってしまうことも。しかし、ご希望を最大限に叶えながら耐震性に妥協しません。
- ②アフターサービス 家を建てた後が、お客様とおつきあいは本番です。すぐに駆け付けられるように敢えて建築エリアを絞っています。迅速親切丁寧なアフターサービスには自信があります。
- ③ライフプラン相談 せっかくなステキな家を建てても返済で家計を圧迫しては本末転倒。無理なくお支払いできるプランをしっかりと提案しますので、資金のこともご相談ください。

深 い軒先の寄棟屋根の家  
**住宅完成見学会開催!**

の家。コの字型で中庭のある間取りは、プライバシーが守られながらも太陽が明るく差し込みます。お引渡し前の今しか見学できませんので、興味のある方はぜひご来場ください。



日時●5月27日(土)・28日(日)10:00~17:00  
 会場●郡山市鶴見坦  
 ※見学会は予約制です。お電話またはHPからどうぞ!  
 お問合せ・ご予約●(株)大原工務店  
 ☎024-944-9214

日時●5月27日(土)・28日(日)10:00~17:00  
 会場●郡山市鶴見坦  
 ※見学会は予約制です。お電話またはHPからどうぞ!  
 お問合せ・ご予約●(株)大原工務店  
 ☎024-944-9214

**だいあん先生の漢方講座**  
 875

ガン。今や日本において2人に1人が発症し、全人口の約3人に1人はガンで命を落とすという現実です。人間の体は37兆2000億個の細胞からできており、一つ一つの細胞の核の中にDNAという遺伝子があり、普段は細胞分裂の度に正しくコピーされますが、何らかの刺激により遺伝子が損傷を受けると突然変異し、ガン細胞が発生してしまいます。

ガン細胞は分裂の度に2倍・4倍・8倍と倍々ゲームで無限に増殖を繰り返すのが怖いところ(正常な細胞は、何回か分裂すると自然死します。実は健康な人間でも毎日細胞レベルでは数千個のガン細胞が発生していると言われています。しかし、本来人間の身体には、樹状細胞、T細胞やNK細胞など、数々の免疫機能が備わっているのです。すぐにコロッとくぼくぼくはできていけません。日頃より免疫力をいかに高めるかが、最大のポイントです。

HP/ http://www.daiann.com  
 薬剤師 安藤尚廣  
 お問合せ●大栄漢方薬局  
 (朝日1丁目 郡山市役所前)  
 ☎024-9321-9666



組合員・地域の皆様へ

**安心と信頼のJA葬祭**  
**お気軽にご相談ください**

JA郡山東斎場・JA八山田斎場・JA大槻斎場

(株)JA福島さくら協同サービス 郡山支社/郡山市八山田1-3  
 ☎0120-12-9832

割烹料理をもっと身近に!  
**呑み食い処 ゆり**

手軽な丼や各種定食が充実。  
 (ゆりオススメ!)

銀だる定食 1,210円  
 鯛めし定食 1,320円

定番やまゆりコース、季節限定のふく料理のほか、焼き鳥・お刺身・小鉢・サラダなど豊富な単品メニュー。

**急募**  
**パート・アルバイト**

勤務時間 11:30~13:45  
 17:00~22:00  
 日・祝休 週何日でも可

個室もご利用いただけます 呑み食い処 ゆり  
 郡山市虎丸町21-6(さくら通り)  
 11:30~13:45 夜17:00~21:00 定休日/日曜・祝日  
 TEL.024-922-9160

**はやみみウィークリー**

パソコン超初心者向け。まずはお試し入門1ヶ月990円!

「インターネットって何?」「ユーチューブが見たい」等、今さら恥ずかしくて聞けないけど、パソコンをやってみたい!でも、電源の入れ方も分からないけど大丈夫かな?今ならキヨリオステーションの入門コースが990円で1ヶ月お試しできます。毎日通って、できるまで学べるので安心ですが、正式入会はお試し後でOKなの

郡山市役所前店  
 ☎024-9773-8146(10:00~21:00) 休月日祝

入門コースは、入会金+教材+受講料 通常3ヶ月分39,600円ですが、1ヶ月990円でOK!

**住宅全般リフォーム工事**

- 改造増改築床下シロアリきしみ
- 浴室・トイレ改造
- 高齢者バリアフリー対応工事
- 外階段対応工事 ■中外手すり取付

リフォーム工房 **カンノ** ☎0120-984041 見積無料  
 郡山市大槻町中野12

(医) 藹グループ

**郡山整形外科・リハビリテーション科**  
 院長 高橋一朗

●整形外科●リハビリテーション科●リウマチ科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 2:00~6:00 (受付は5:30まで)	●	●	●	●	●	●

休診日/土曜午後、日曜・祝日

郡山市鳴神3-110 ☎024-961-3338  
 http://www.koriyama-seikeigeka.jp/

併設 **介護老人保健施設 コスモス通り**  
 施設長 太田 淳 ☎024-952-8778

**妊娠と喫煙の関係**

不妊に悩むご夫婦は非常に多く、当院にも多く来院されます。今回は喫煙と妊娠の関係。女性の喫煙はエストロゲンの分泌抑制、生殖機能低下、早期閉経、卵子の老化や遺伝子異常が増加。体外受精も成功率低下、流産率の上昇。男性の喫煙も精子の数を減らす可能性があります!

妊活応援します!

(15~25%低下)や運動能力、正常精子数の低下、精子DNA損傷率増加、勃起不全、加熱式タバコに含まれるプロピレングリコール、グリセロールも発ガン性を示すシカルボニル類やエポキシ類を生成する可能性があり、妊活に当然良い影響はありません!

堤3-156 ☎024-962-7377  
 受付8:30~19:00 日・祝  
 https://www.tsutsu-mi-seikotsu.com/

**こども健康相談**

●取材協力 ●  
 久米一成先生  
 (久米ヒトシクリニック院長)

●水いぼ  
 水いぼは伝染性軟属腫ウイルスの感染により、できて直径1~5ミリぐらいの光沢のあるいぼです。ひっかくと白いかゆ状の内容物が出て、それが他の皮膚に付着すると、どんどん数が増えていきます。1~6歳頃の乳幼児に好発し、わきの下など

皮膚がこすれやすいところによくできます。ピンセットで水いぼを一つ一つつまみとる治療が一般的です。麻酔のテープを前処置すると痛みを軽減できます。放っておいても数年の間に自然に治ることがありますが、あまり増えないうちに治療することをおすすめします。

郡山市島2丁目50-1  
 ☎923-0585

**健康あらかると**  
**情報**

皮膚がこすれやすいところによくできます。ピンセットで水いぼを一つ一つつまみとる治療が一般的です。麻酔のテープを前処置すると痛みを軽減できます。放っておいても数年の間に自然に治ることがありますが、あまり増えないうちに治療することをおすすめします。

郡山市島2丁目50-1  
 ☎923-0585

●内科・呼吸器科・消化器科・循環器科・腎臓内科・アレルギー科・小児科・皮膚科・漢方内科

女性の生理不順・更年期・冷え等、また男女問わず不眠・イライラ・肩こり・胃腸障害・便秘・下痢・頭痛・めまい・脱毛等。さらにアレルギー性鼻炎(花粉症)・アトピー・気管支喘息・蕁麻疹等の症状に悩んでいませんか?漢方は二つの器官の不調だけではなく、体全体のバランスを整え、本来の「自然治癒力」免疫を高めた上、血管をさびつかせる酸化ストレスを抑えることができ、その人の体の状態を証を、東洋医学では虚実や気・血・水のバランスを



院長

何となく調子が悪い  
時こそ、漢方を

**ひわだ太田診療所**  
診療時間 9:00~13:00/15:00~18:00  
※土曜日は14:30まで  
※要予約。詳しくは窓口まで  
※初診の方は30分前までに受付  
休診日 水曜・日曜・祝日  
日和田町字原12-41  
☎968-2311  
医療事務・看護師募集中!

舌診・腹診・脈診等で診断するので、一人ひとりの症状や体質に合わせた治療ができます。1、2剤の服用で体全体のバランスが整い、複数の不快な症状が軽快することも少なくありません。副作用も少ないので体によさしい医療といえます。「何となく調子が悪い」と感じている方、保険適用ですのご相談下さい。天候不順の折体調にご留意を!

●泌尿器科・皮膚科・腎臓内科

男性、女性を問わず、年齢と共に排尿の状態が変化してくることがよくあります。尿が近い、夜トイレに起きるようになってきた、水仕事をしているとトイレに行きたくなる、急にトイレに行きたくなる、急にトイレに行きたくなる、トイレの間合わず漏れそうになる、尿が出にくい、切れが悪いなどです。このような症状で医療機関を受診するのはまだ少数派のように思います。過活動膀胱や膀胱炎などの鑑別、男性であれば前立腺肥大症に加え、前立腺癌の鑑別な



院長 石橋 啓

大切な排尿のコントロール

**医療法人 石橋医院**  
診療時間 9:00~12:00/14:00~17:30  
※水曜・土曜は12:00まで  
休診日 日曜・祝日  
駅前1丁目14-16(郡山駅から徒歩5分)  
駐車場/医院1階に3台。(提携)ティーンズ駐車場・NPC24H郡山駅前パーク  
☎922-2882 http://ishibashi-cl.jp/

ども重要になってきます。これまでかかったことのある病気や内服中の薬が排尿の変化をきたすことも考えられ、重要な情報となります。正常な排尿は、生活の質に関わる重要な要素です。年齢のせいだと考えずに、泌尿器科専門医に是非ご相談ください。

●皮膚科、美容皮膚科

アトピー性皮膚炎や白斑(白癩)、乾燥などの紫外線治療としてPUVA療法やナローバンドUVB療法があります。エキシマライト光線療法とは、それらの紫外線療法よりさらに効果の高いと言われている308nmの紫外線を患部に照射する最新の光線療法です。308nmの紫外線を照射すると同時にリスクのある短波長域をエキシマフィルターで制限することにより、患部に対し安全に照射治療を行うことができます。健康保険で治療できるのはアトピー性皮膚炎、乾燥、



院長 西田 徹

エキシマライト光線療法とは?

**西田皮膚クリニック**  
診療時間 9:00~12:00  
14:30~17:30  
※木・土曜は15:30まで  
休診日 月曜・日曜・祝日  
桑野4-10-11  
☎973-5141

白斑、掌蹠膿疱症、類乾癬、菌状肉腫、円形脱毛症などです。これらの病気に対して従来の紫外線治療よりも少ない回数で改善効果を確認できます。結果がすぐに出る治療をあらためてしまっても多岐にわたると思われ、エキシマライト光線療法という新しい治療方法を行うことができます。専門医に相談されることをお勧めいたします。

●一般歯科・矯正歯科・小児歯科・歯科口腔外科

歯がなくなったり、抜かないといけないと言われると必要になるインプラント。手術の後は痛かったり、腫れたり、何回もの消毒を行ったりとよく耳にしますが、現在のインプラント治療はそうでも無くなっています。当院でのインプラントは殆どが抜歯当日にインプラント手術も行い、その1回の手術で骨造成を併用することもあります。なのに、痛み、腫れは殆どありません。殆どが、①手術②型取り③セラミック装着の3回で終わります。これまでのあり得ないが、



院長 伊波 良将

痛み・腫れがほとんどない  
より快適なインプラント治療

**郡山ファースト 歯科矯正歯科**  
診療時間 10:00~13:30/15:00~19:00  
※土曜日のみ18:00まで  
休診日 毎週日曜・祝日  
大槻町北ノ林26-1  
☎955-6869  
https://www.k-first-dental.com

一般化してあります。場合によっては、歯が数本しかない状態でも1日で24本の歯を作ることが出来るオールオン4(フォー)という手術法もあり可能性は様々あります。全部の歯をインプラントで治しても回数は早ければ4回で終わる場合もご用意しています。治療後は後ご自分の歯よりも手入れは簡単で、歯磨きも簡単に済ませる程度に出来ます。詳しくは、相談ください。

●肝臓・消化器内科、内視鏡内科、皮膚科、アレルギー科

肝臓に過剰な脂肪がたまった状態の「脂肪肝」。検査で見つかる肝障害の多くが脂肪肝です。最近では血液検査異常なしの「隠れ脂肪肝」も多く存在することが判明しました。脂肪肝を放置すると炎症・線維化(肝臓が硬くなること)を伴う「脂肪性肝炎」さらには「肝硬変・肝がん」に進行する場合があります。また他臓器の病気、例えば脳卒中や心筋梗塞、すい臓がん・肺がんなどのリスクを高めることも報告されています。たかが脂肪肝と軽く考えては危険です。最新の超音波機器「ライブ



医学博士 東條 淳

「隠れ脂肪肝」に注意!

**コスモス皮膚科・内科クリニック**  
診療時間 平日 9:00~12:30  
14:00~18:00  
休診日 木・土曜午後・日曜・祝日  
御前南5-150  
☎962-0201

待ち時間短縮診療受付サービス  
受付ダイヤル: 18603-4530-0086  
受付アドレス: http://cosmos-c.atat.jp

保存版  
2023年  
あなたの町の  
ホームドクター  
健康ガイド Part 42  
健康に関することを何でも相談できる身近な医師=かかりつけ医。自己判断や誤った対策で重症化しないためにも、かかりつけ医を持ちましょう。

●内科・循環器内科・心臓リハビリテーション科

心臓の病気で治療したのにもかかわらず息切れがしたり、疲れやすかったり。検査で心臓は大丈夫といわれてしまっ。さて原因は?実は体の筋肉が減っている可能性があります。心臓病の方は、どのくらい動けるか心配で、日々の活動量を減らしがち。すると、かえって体力が落ちます。心臓リハビリテーション(以下心リハ)を受けると、負担のない活動量が把握できます。体力もつき、動悸や息切れも減り、毎日を楽しく過ごせます。



副院長・心リハ認定医 遠藤 教子

心臓リハビリって何? 心臓と上手に付き合おう!

**長者2丁目かおりやま内科**  
診療時間 9:00~12:00/14:00~18:00  
※水曜・土曜は9:00~12:30まで  
※受付終了は診療終了の30分前  
休診日 日曜日・祝祭日  
郡山市長者2丁目12番5号  
☎954-6773  
WEB予約もできます▶

有酸素運動は心臓に負担がなく安全です。医師立

●女性外来・泌尿器科・内科・漢方外来・予防接種

陰部の違和感・痛み・おでき・痔核・性交に関するお悩み事など、デリケートゾーンに関するトラブルに遭遇したとき、どこを受診したらいいのか悩むことはありませんか。そんなときは「女性泌尿器科」を受診してください。「女性泌尿器科」では、泌尿器科領域の疾患である膀胱がん・腎臓がん・尿道がんなどの悪性疾患から、頻尿・尿漏れ・骨盤臓器脱・尿路結石・間質性膀胱炎などの尿の通り道に関する疾患、膀胱炎や性感障害、また女性ホルモン変化に関連した月経前症候群や更年期障害、萎縮性膣炎や



院長 本田 周子

泌尿器科か婦人科か迷ったときの「女性泌尿器科」

**こおりやま女性泌尿器科クリニック**  
診療時間 8:15~12:45  
14:15~18:15  
休診日 火曜・土曜午後・日曜・祝日  
富田東3-190-2  
☎983-0307  
WEB予約ご利用OK

カンジダ膣炎も診察します(ただし子宮や卵巣の疾患に関しては婦人科を紹介する場合があります)。また、予防医学を重視し、一般健診や子宮頸がん・帯状疱疹・肺炎球菌など各種ワクチン接種も承ります。

●耳鼻咽喉科・頭頸部外科

当院はえんどう耳鼻咽喉科を承継し、2022年7月から開院しております。以前えんどう耳鼻科に受診されておられ、その後耳鼻咽喉科の通院先が悩まれている方がいらっしやれば当院にお気軽にご相談ください。承継に伴いリフトフォームを行い、キッズスペースや小児用便座の設置などご家族皆さんで受診しやすいクリニックとなっております。



院長 仲江川 雄太

負担の少ないアレルギー検査

**希望ヶ丘耳鼻咽喉科クリニック**  
診療時間 月・火・木・金・土 9:00~12:00  
14:30~18:30  
※土曜のみ13:30~16:30  
※受付は終了30分前まで  
休診日 水曜・日曜・祝祭日  
大槻町広町46-1  
☎962-0333

また、新しい医療機器を導入しています。その中には当院では採血の負担が少なく、41項目のアレルギーの原因が30分でわかるアレルギー検査機器があります。指先から痛みはほとんどない針で血液を採取するため、採血が難しい小さなお子様でも検査が可能です。鼻水、鼻詰まり、くしゃみ、その他にも目の痒みや皮膚のかゆみなどアレルギーの原因が知りたい方にお勧めです。是非ご相談ください。

●小児科、アレルギー科、内科 併設 病児保育室「かくれんぼ」

予防接種について、何か受けたらよいか心配をしているお母さんも多いと思います。赤ちゃんのワクチン接種は生後2か月からはじめましょう。お子さまの状態が多岐にわたるので、小児科医に相談して決めたほうが安心です。当院では、お子さまの体調や都合にあわせて最適な予防接種ができるように、いつでもご相談を受け付けています。また、新型コロナウイルスの流行中ワクチン接種を控えることがないように願います。午後1時30分~3時が予防接種・健診の予約受け付け時間です。



院長 齋藤 淳

赤ちゃんの予防接種は積極的に受けましょう

**腕わんぱくさいとうこども医院**  
診療時間 8:30~12:00  
月・火・木・金15:00~19:30  
※水曜日は12:00まで※土曜日は13:00まで  
※受付は終了の15分前までになります。  
予防接種・健診 月・火・木・金  
13:30~15:00(完全予約制)  
休診日 日曜・祝日 わんぱく  
☎983-0189

写真左側が一般診療用玄関 右側が予防接種・健診専用玄関 【住所】御前南6-122



**医療法人社団 大野医院**

院長 大野雅子

■内科 ■小児科 ■消化器科 ■リハビリテーション科

【診療時間】8:30~12:30 14:00~18:00  
※受付は30分前まで

【休 診】土曜午後・日曜・祝日

郡山市香久池2-11-8 ☎FAX933-9628

**援 腎 会 人工透析 泌尿器科 腎臓内科**

**すずきクリニック**

西部自動車学校北側 Tel.024-925-0860

あさか野泌尿器透析クリニック

郡山市大丸(旧安積町) Tel.024-983-1560

〒963-0011 郡山市香久池2-11-8 ☎FAX933-9628

**医療法人 青山医院**

ayama clinic

●診療科目● 内科・内視鏡内科・消化器内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎FAX933-9628

**山田眼科医院**

山田眼科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

郡山市駅前1丁目11-12 ☎024-922-1648

**今村ホームクリニック**

IMAMURA HOME CLINIC

診療科目 内科・循環器内科・消化器科・アレルギー科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

郡山市緑町4-12(内環状線沿) ☎024-922-8999

**山下内科胃腸科医院**

内科/胃腸科/消化器科

受付 月火水金 / PM6:15まで 胃カメラ  
土・日・祝 / 昼12:15まで 大腸カメラ

休 診 日・祝・祭日

水・土・日・祝 ☎944-3126

方八町2-16-11(東部幹線沿道とドライブスルーカレッジ向かい)

**伊藤眼科**

院長 伊藤 健 副院長 伊藤由美子

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後2:30~5:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-990-2528

**渡辺美佳子 こどもクリニック**

小児科・アレルギー科・皮膚科・内科

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:15	●	●	●	●	●	●
午後2:30~5:30	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-927-8622

**下地脳神経内科**

内科・神経内科 院長/下地 眞哉

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●	●	●	●

郡山市堤1-84 ☎024-962-7751

**内科・消化器内科 渋谷クリニック**

院長 渋谷 義博

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:30~18:30	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-947-2122

**医療法人 豊伸会 柴宮整形外科クリニック**

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

院長 近内 泰伸

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

郡山市久米町6丁目164-1 ☎024-946-4838

**せいの内科クリニック**

院長/清野 弘明

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後2:00~6:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-983-1024

**池ノ台クリニック**

内科 院長 島田 孝一

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

福島県郡山市池ノ台3-1 ☎024-939-3399

**佐藤胃腸科外科病院**

消化器科(内科・外科) 胃腸科 内科 外科 肛門科

院長 佐藤 博

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9時~12時	●	●	●	●	●	●
午後1時30分~5時	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-922-3800

**くわのすずき内科クリニック**

内科/消化器内科/内視鏡内科/肝臓内科

院長 鈴木 聡

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前(9:00~12:00)	●	●	●	●	●	●
午後(14:00~18:00)	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-991-5700

**西部自動車学校東側 えんどう内科クリニック**

内科/消化器内科/内視鏡内科

院長 遠藤 正美

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前(9:00~12:00)	●	●	●	●	●	●
午後(14:00~18:00)	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-983-8327

**泌尿器科・循環器内科・肛門外科・内科**

医療法人 宮田泌尿器科

院長 宮田 宏洋 副院長 異 真希子

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前(9:00~11:30)	●	●	●	●	●	●
午後(14:00~16:30)	●	●	●	●	●	●

郡山市安積町長久保1-4-2 TEL024-945-8101

**整形外科 (リハビリテーション科) 福澤整形外科クリニック**

院長 福澤 啓一

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
14:30~18:30	●	●	●	●	●	●

安積町日出山4-62 ☎024-943-0555

**うちだ泌尿器・腎クリニック**

院長 内田 久志

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後2:00~6:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-983-5090

**医療法人 青我堂 栗山医院**

内科・外科・消化器科/甲状腺外来

院長 栗山 隆治

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~17:30	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-923-5038

**たかはし内科・眼科クリニック**

●内科 ●眼科 ●消化器科 ●泌尿器科 ●皮膚科 ●アレルギー科 ●小児科 ●産婦人科 ●検査科 ●リハビリテーション科 ●漢方科 ●在宅医療

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9時~12時	●	●	●	●	●	●
午後2時~6時	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-923-0161

**すみこし こどもクリニック**

SUMIKOSHI Child Clinic

小児科・アレルギー科・漢方内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9時~12時	●	●	●	●	●	●
午後2時~6時	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎935-5000

**整形外科・リハビリテーション科 あまら整形外科**

医療法人あまら

院長 佐藤 直人

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後2:00~6:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-953-7257

**整形外科/リウマチ科/リハビリテーション科 浅木整形外科医院**

院長 浅木 隆一

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:30~18:30	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-923-6543

**眼科 君塚医院**

日本眼科学会 眼科専門医 院長 君塚佳宏

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎962-3355

**たなかレディースクリニック**

院長 田中 勝彦 副院長: 田中 幸子

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-952-7234

**うじいえ内科クリニック**

内科/循環器内科

院長/氏家 勇一

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:30~18:30	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-961-7888

**永山歯科クリニック**

永山 隆治・賢治

受付時間	月	火	水	木	金	土
平日 9:00~12:00 14:30~18:00	●	●	●	●	●	●
土曜 9:00~12:00 14:00~15:30	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-933-4439

**医療法人 八木眼科医院**

日本眼科学会 眼科専門医 八木 孝雄

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
午後2:00~6:00	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎024-922-4970

**医療法人 天田内科クリニック**

院長 天田 康

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:30	●	●	●	●	●	●

郡山市香久池2-11-8 ☎932-3555

**医療法人 明信会 今泉西病院**

内科・外科・肛門科・整形外科・眼科 皮膚科・リハビリテーション科・心療内科

郡山市朝日2丁目18-8 TEL 934-1515

**今泉眼科病院**

郡山市堂前町20-9 TEL 922-0665

**医療法人 創流会 朝日病院**

泌尿器科/内科/消化器内科/内視鏡内科/腎臓内科/人工透析内科/外科/血管外科/肛門内科・外科

郡山市香久池2-11-8 ☎024-922-7527

**医療法人 慈繁会 土屋病院**

内科・消化器内科・循環器内科・リハビリ・麻酔科

郡山市香久池2-11-8 ☎932-5425

**岡崎バースクリニック**

広々としたラグジュアリーな空間で快適な入院生活を...

郡山市香久池2-11-8 ☎024-945-8080

**たかはし内科・眼科クリニック**

皆様の健康をお手伝い 下肢静脈瘤ってどんな病気?

郡山市香久池2-11-8 ☎024-932-0164

**Sakai Children's Clinic さかい小児科クリニック**

郡山市香久池2-11-8 ☎024-921-2216

**総合南東北病院**

南東北医療クリニック 南東北眼科クリニック

郡山市香久池2-11-8 ☎0120-14-5420

**一般財団法人 太田綜合病院**

西ノ内2-6-18 ☎925-0088代

**公益財団法人湯浅報恩会 寿泉堂綜合病院**

駅前1-1-17 ☎932-6363代

**一般財団法人慈山会医学研究所 坪井病院**

安積町長久保1-10-13 ☎946-0808代

**公益財団法人 星総合病院**

向河原町159-1 ☎983-5511代

**公益財団法人 針生ヶ丘病院**

大槻町宇天正11 ☎932-0201代



ウィークリーママ かがみん かわしまくぼん 1070

コタツ かつ 1つ片付けよう

毎年悩むタイミン

もうすぐ 6月じゃ 暑くて 入ってられない

片付け ちねおよう

部屋が広くなった 気がする〜

スッキリ

夜

毛布あったかい

やっぱ 夜は寒いね

### 亜巳先生の暮らしの法律相談 (78)

**ホテルの備品持ち帰りはどこまで許されるか**

各ホテルによって違いはありますが、一般的に、歯ブラシセットやティールバグなど宿泊客が使い切ることを前提とした消耗品は、持ち帰りが許される場合が多いです。しかし、バスタオルや食器浴衣など、繰り返し使用することが予定されている備品は、持ち帰りができない場合が多く、無断持ち帰りは窃盗罪となる可能性があります。

また、消耗品であっても、備品のシャンプーを持参した別の容器に移し替えて持ち帰る、予備のトイレトーパーを全部持ち帰るなど、通常の宿泊客の使用量を超過して大量に持ち帰ることは、ホテルの財産権を侵害するため、窃盗罪となる可能性があります。迷った時はホテルの利用規約を見たり、スタッフに直接確認することをお勧めします。

6 June vol.396

### 肌にも髪にもUVケアを!

これからの季節、心地よい日差しの中で過ごすことが多いはず。しかし、油断大敵なのがこの時期の紫外線です。年間の中でこの時期の紫外線が一番強いと言われておりますが、紫外線はメラニンを活発化させ、活性酸素を過剰発生させることにより、小じわ、シミ、肌荒れなどの原因になります。また、髪にとっては日焼けによる乾燥や枝毛を引き起こすことにもなります。そんな今だからこそ、肌には肌のUVケア、髪には髪のUVケアを美容室でアドバイス。貴女の髪の状態に最適なトリートメントを提供いたします。

ウィークリー読者 (新規来店限定) 美容メニュー10%OFF

銀座美容室 TEL 932-1171

郡山市清水台2-5-3 月曜日 9:00am~7:00pm 6台 日曜のみ9:00am~6:00pm

### 安心安全 まもり通信 5月

取材協力 郡山地方広域消防組合消防本部

#### ★住宅用火災警報器を確認!

住宅火災での死亡事例のほとんどが「逃げ遅れ」によるもので、その多くで住宅用火災警報器が設置されていませんでした。特に就寝中は火災の発生に気づかず、逃げ遅れてしまうことがあります。※管内の過去5年間の死者が発生した住宅火災における住宅用火災警報器の設置状況をみると、67.9%の住宅で「設置なし」。

住宅用火災警報器設置の有無別死者発生状況

住宅の全ての寝室等 (寝室が2階の場合は階段の上にも) に設置が必要です。大切な命を守るためにも、正しい場所に設置されているか確認しましょう。また、古い機器は火災を感じしなくなることもあるため、定期的な点検ボタンを押して点検し、10年を目安に交換しましょう。

★取付け支援「孫の手作戦」をぜひご利用ください!

郡山地方広域消防組合では65歳以上のみの世帯等を対象に住宅用火災警報器の取付け支援「孫の手作戦」を実施しています。ご自身の取付けが難しい方は、最寄りの消防署・分署等に連絡ください。消防署員が無料で取付けのお手伝いをさせていただきます。

### 屋根・外壁塗装 お見積りご相談無料!

防水工事のこともなら

屋根を塗り替えたい 雨漏りがする

外壁にヒビがっ!

そんな時は、**延松塗装**にお任せください!

- 戸建、アパート・マンションまで!
- オーナー様からのお問合せも大歓迎!

一級塗装技能士 延松が心を込めて仕上げます。

郡山市富田町字上赤沼34-20 TEL 024-954-6459

従業員もあわせて募集中!

HPから見積り依頼が出来ます! 延松塗装 検索

今週号では、恒例の人気企画「あなたの街のホームドクター」をお届けします。

●日頃の健康管理や、急に具合が悪くなった時のために、かかりつけ医を持つことは必要です。お住まいの地域に、どんなクリニックがあるのか、知っておくと便利です。ぜひ、保存版として活用ください。

ずっと、快適。ずっと、安心。

## 除菌消毒

インフルエンザ・ノロ対策

## 水廻り

リフォーム・水漏れ つまり調査・管内カメラ調査 水道管洗浄・排水管洗浄

## 害虫駆除

ゴキブリ・コウモリ・白アリ退治 ノミ・ダニ・シラミ駆除

## 改修・改善

防水塗装 シーリング エアコン・ダクト清掃 ポンプ・ボイラー工事 赤水対策

ジェット君 BEST MAINTENANCE 株式会社ジェット 水もれ ジェット 0120-812-812

### イエローページ&伝言板

**虫で困ったら!!** シロアリ スズメバチ ネズミ・ゴキブリ

フリーダイヤル ミナサラムシヤ 0120-33-6418 (株)協和エムザ

**水で困ったら!!** トイレのつまり 流しのつまり 水モレ

フリーダイヤル ミナサラムシヤ 0120-300-812 (株)協和エムザ

**お湯で困ったら!!** 出ない!少ない! 漏れている!

ボイラー交換工事も承ります。フリーダイヤル ミナサラムシヤ 0120-300-812 (株)協和エムザ

何故、どうして?の答えが解かる/購読 ¥1200 一度は聞きたい「気になる話」 MHPC ヒューマンサイエンスアカデミー 024-946-1678

駐車場完備 中央動物病院 (923)5220 水曜・隔週日曜日 各種相談承ります

### ごきげんまつぐ

5月8日、イトヨーカドー郡山店のハッピーデーに子ども2人を連れて出かけました。下の子は上の子が使っていた長靴がお気に入りで、まだ少し大きめですが喜んで履いていました。イヤイヤ期真っ盛りの子を連れて買った物でクタクタになりながら夕方帰宅し、翌日の昼過ぎの外出時、伝えるまごころ大切に総合葬祭場 セレモールおおのひわだ斎場 日和田町字千草垣95の2 びゅあくクラブ会員募集中!

### ウイークリー川柳 第74回作品募集

お題●「爪(つめ)」「自由吟」

応募先●〒963-0202 郡山市柏山町3 ザ・ウイークリー「川柳募集」係 FAX 024-952-6788 応募締切●6月5日(月)到着迄

お題に沿った川柳をハガキ、メールまたはFAXにてお送りください。

応募先●〒963-0202 郡山市柏山町3 ザ・ウイークリー「川柳募集」係 FAX 024-952-6788 応募締切●6月5日(月)到着迄

### 給食スタッフ募集(パート)

- ◆仕事内容/簡単な調理・盛り付け作業、食器洗浄・片付け作業、その他
- ◆勤務時間/6:00~9:00または15:30~19:30 週5日程度
- ◆待遇/時給1000円

土日できる方歓迎! 調理経験がなくても大丈夫です。

社会福祉法人 〒963-0113 郡山市安積町牛庭1-98 なりた福祉会 ☎024-973-5887 採用担当まで

甘くてとろとろの 絶品焼き芋

## みつや

つめた〜い冷やし芋も おすすめです!

つば焼いも みつや

郡山市大槻町古屋敷43-1 ☎11:00~19:00 080-9875-6418

### ウイークリー川柳 第七十三回

4月29日号で募集した川柳の中から優秀な作品をご紹介します。

選者 郡山川柳会代表 鈴木英峰

秀逸 読みたいと新聞待つて早起きに (長谷川伸子)

タンス底昭和のにおいの新聞紙 (清水房枝)

一日のリズム狂わす 休刊日 (木間藤子)

弁当を包む新聞 家族の輪 (矢内藤子)

お題 「新聞」「自由吟」

佳作 ふるりの新聞包み (茂木洋子)

開けて読む (柳沼幸三)

気になる目ホツとな記事と 計報欄 (竹田 侃)

どの局も大谷で取る 視聴率 (渡邊睦子)

新聞のトンの音で 朝が来る (八代友子)

休刊日朝から情緒不安定 (菅原千千子)

楽しみな知識広がる 新聞で (渡部義勝)

新世代新聞離れ 他でニュース (渡部義勝)

(7) ●②公園は、安らぎを必要としている時に夢に出てくる場所のひとつ。

**査定無料** **お売りください!創業69年の信頼と実績の小平質店へお任せ下さい。**  
 皆様のご来店心よりお待ちしております!  
 商品買取一例 Every month The example of article acquisition

ダイヤ等の宝石も  
しっかり査定  
いたします。

■PT  
ダイヤリング  
(D1.038/E-VS1-VG)

買取例 **¥602,000**



ルイヴィトンも  
財布もバッグも  
高値の期待大!

■LV モノグラム  
ネヴァーフルPM  
型M41245(新品)  
税抜定価の88%

買取例 **¥189,200**



人気のブランド時計は  
高く売るチャンス!

■グランドセイコー  
メカニカルGMT  
SBGM027  
(箱、保付/中古良品)

買取例 **¥230,000**



商品券、旅行券、  
ビール券なども  
お買取いたして  
おります!

■JCBギフトカード

買取額 **額面の97%**



「私たちが  
高価査定いたします」  
ぜひお気軽に  
お越し  
ください!

■K24 (インゴット) **¥9,590/1g**  
 ■K18 **¥7,150/1g**  
 ■PT900 **¥4,420/1g**  
 (5/16現在)※買取手数料は一切かかりません。  
 ※金・プラチナ買取価格は毎日変動いたします。

**金・プラチナ  
買取価格**



創業69年の信頼と実績  
ブランド品・金・プラチナ・ダイヤ貴金属・高級時計

**小平質店** しちまる

TEL.024-932-1173 営/9:00-19:00 定休/日曜・祝祭日  
小平質店 検索



**一般事務スタッフ募集** **正社員  
雇用制度あり**

給与 時給 1,000円~1,200円  
勤務時間 9時~17時までの間で5時間程度  
※相談可  
来客者への対応、接客、パソコン及びシステム  
内でのデータ入力、資料作成、電話対応など  
・主婦・主夫歓迎・経験者・有資格者歓迎・即日勤務OK  
・フルタイム歓迎・扶養内勤務OK・長期歓迎・車通勤OK

**正社員募集 営業総合職**

給与 現給最低保証あり、月額25万円以上可、  
賞金は経験等により優遇

勤務時間 9時~18時までの間で実働8時間  
(休憩60分) 時間外労働あり 月平均30時間

損害保険・生命保険の募集業務です。研修  
費用や資格取得費用は全額会社が負担し  
て、あなたのスキルアップを応援します。

**ライフキューブ株式会社**  
郡山市小原田3丁目218-1  
お金貸し屋 検索  
お問合せ 024-983-1520

**非常勤職員(パート)**

**放課後児童クラブスタッフ 急募**

内容 **児童の生活や学習のサポート**  
・児童の送迎、宿題・生活面のサポート、遊  
び・体調の見守り、簡単な事務処理 など  
※経験者優遇 ※保育士資格あれば尚可  
※未経験の方も指導しますので、  
安心してご応募ください。

時間 平日・13:00~18:30のうち3時間程度  
土曜・7:30~17:00のうち5時間程度  
長期休暇(春・夏・冬休み)  
7:30~18:30のうち5時間程度  
※時間相談可・Wワーク可

応募 まずはお気軽にお電話ください。  
**学童保育 なかま** 家庭的な雰囲気  
の学童保育施設です

施設長 宗形 真一  
郡山市大槻町字西ノ宮62-5  
☎024-952-0280



愛情館 JA農産物直売所 愛情館 **5/27(土)~28(日)**

**メロン特価販売!**

クインシー・アンデス・イバラキングなど  
茨城産のあま〜いメロン大量入荷!

同時開催 **まめや対面販売!**  
新鮮野菜続々入荷!  
ブロッコリー・スナップエンドウ・きゅうり・トマトなど

☎024-991-9080 郡山市朝日2-3-35  
営9:00~18:00 ※6月は7日休が定休

愛情館ブログ▶▶▶  
<http://blog.goo.ne.jp/aijokan>



**アトラスハウスのおうち 5/27・28 10:00~17:00**

**見に来らせ!!** **喜久田**

※雨天決行 予約なしでも見学OK!



- ご予約のうえ来場されると...
- ご予約特典 **プレゼント!**  
商品券 **1,000円分**
- ※アトラスハウスを初めて見学される方限定。
- ご来場プレゼント  
先着各日**50個**  
(ゼリーお1人様1個)
- Point 1 モトーンで統一されたホテルライクな雰囲気のお家。
  - Point 2 土間収納 子どもの物や趣味の物、なんでも収納OK!
  - Point 3 主寝室にウォークインクローゼット&サンルームを設置。洗濯物がすぐ収納できる!
  - Point 4 4帖の洗面脱衣室にホスクリンを設置。洗ってすぐ干せる家事動線!

**大抽選会**

Nintendo Switch本体

VERTEX マルチライズスグッカー-nikome

ベビーカステラメーカー (恐竜)

LEXON Bluetooth 防水スピーカー MINO X

商品券

ビール

臨時駐車場  
JA福島さくら 喜久田支店

49 セブンイレブン

堀之内 トライアル

SSKカートレーディング GS こばやし

見学会直進  
アトラスハウス 0120-38-7117

**おすすめ土地情報** 売主のため手数料**0円!** 土地情報多数あります! 会場 or HP でチェック!

**喜久田町入ノ内** **980万円**  
47.89坪(158.32㎡)・48.41坪(160.04㎡)  
残り2区画 富田東小・富田中学区

**富田町権現林** **1,180万円**  
60.03坪(198.47㎡)  
残り1区画 富田小・富田中学区

**喜久田町堀之内** **1,080万円**  
63.67坪(210.49㎡)  
残り1区画 喜久田小・喜久田中学区

全58項目を標準装備に含まれているから、アレコレも予算内OK!

福島県知事(般-3)第29686号 福島県知事(3)第2964号  
公益社団法人 全国宅地建物取引業保証協会

**アトラスハウス** 0120-38-7117

〒963-8017 郡山市長者1-7-17 1F アトラスハウス 検索

**1年間で消費するエネルギーゼロ**  
**ZEH住宅に取り組んでいます。**  
Instagram更新しています!