がんこ職人おすすめの静岡茶
「おいしくなければ、ご返品を」と自信作

お茶の本場、静岡県藤枝市で創業230年の歴史を誇る「真茶園」はお茶の鑑定技術を競う全国大会で優勝経験のある八代目当主が、茶葉を厳選し、がんこ職人が手作りで製茶している。

コクと旨味が自慢の一番人気「深むしトロリ出るお茶」（100g1080円）と最上級な味わいの「深むしまろり茶」（50g810円）の二品に送料330円を加え、通常2220円のところ今回特別価格1380円（税・送料込）で味見できる（初めての人限定）。商品はポスト投函便で到着迄約12日。支払いは商品到着後同封の振込用紙（アプリ決済可）で。

初回限定60個になり次第売り切れ。お早めに。

申込みは今すぐ電話、FAX、QRコードで。

㈲真茶園（しんちゃえん）
☎0120・64・5959（無休・8時～20時）
FAX 0120・80・7189（24時間受付）
〒426・0023 静岡県藤枝市茶町1の10の29「テ」係へ。

静岡直送!! 上級茶2袋
通常(税込) 2220円
初回特別価格(税込)
1,380円
初回限定60セット
送料無料

小暮淳の取材こぼれ話

ちょこっと小耳に ㉚
「ヨー！サイゴン」

以前、「ライターという職業は無駄がない」と書いた。衣食住、冠婚葬祭、趣味、レジャー……。何をしても体験と経験のすべてが、文字にすれば仕事になるからである。その最たるものが旅だと思う。

30年も前のことだが、居酒屋で中学時代の同級生とバッタリと出会った。実に23年ぶりの再会だった。すでに私はフリーランスのライターだったが、彼はデザイン会社に勤めるサラリーマンだった。気が合ったのだろう。その日以来、何かにつけて会うようになり、ライターとデザイナーとして仕事を組むことも多くなった。

ある日、酒を呑みながら、なぜかベトナムの話になった。過去にネパール・タイ・シンガポールと旅した経験のある彼と、中国・インドを旅した私の次なるアジアへの旅の候補として挙がった。それも「移動する旅ではなく、歩き回る旅がしたい」「ならばサイゴンだ！」「ただ一カ所に滞在して、じっくりと街を見てみたい」。杯を重ねるたびに、男たちのロマンは具体化していった。

その半年後、2人はベトナムの南の街、ホーチミン（旧サイゴン）にいた。2日ほど一緒に行動を共にしたが、他の日はすべて別行動だった。私は市場や旧市街地に入り込み、雑踏の中で人間ウォッチングをしていた。彼は川や運河へ出かけ、スケッチ三昧の毎日を送っていた。

私たちの旅には目的があった。日本に帰ったら私は本を出版し、彼は個展を開くこと。そのため毎夜、ホテルに帰ると二人して夜の街へくり出し、露店でベトナムのビール「ビアホイ」を呑みながら、互いの一日の成果を報告し合い、帰国後の夢を語り合った。

10日間の旅を終えた2人は半年後、約束通りの夢をかなえた。私はベトナム旅行記『ヨー！サイゴン』を出版。「ヨー」とはベトナム語で「乾杯」という意味である。彼は水彩画の個展を開催した。もちろん人生初の個展だが、彼にとってベトナム旅行がもたらしたものは、それだけではなかった。なんと帰国後、会社に辞表を出したのである。

あれから20数年が経った現在、彼は画家として名が知られるまでになった。一方、私は相変わらずしがないライター業を続けている。

（フリーライター）

～ちいきしんぶん漢方小話～
第245話　美容のための漢方

話題提供　高崎漢方薬局・樋口真理さん

中医学における美容とは、単に肌の表面を整えることではなく、身体の「気・血・水」のバランスを整え、「内面の充実」を外側に表現することです。顔色や肌、髪の艶、瞳の輝きは、内側の健康の輝きと言えます。

中医学的な「美」を支えるのは、生命活動のエネルギーである「気」、全身に栄養を運ぶ「血」、そして体を潤す「水（津液）」の円滑な巡りです。例えば、顔色がくすんだりシミができやすかったりするのは、血の巡りが滞る「瘀血（おけつ）」の状態が疑われます。また、肌の乾燥やシワは、潤いを与える血や水が不足した「血虚」や「陰虚」の現れであることが多いです。

このように、美容のお悩みを局所的な問題として捉えるのではなく、体内バランスの乱れを知らせるサインとしても受け止め、対応していくことが中医学の知恵です。

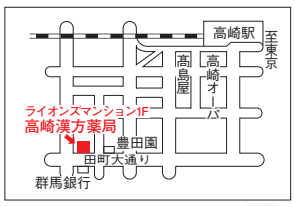
特に女性の美容において重要視されるのが「肝・脾・腎」の三つの臓です。ストレスを司る「肝」が健やかであれば表情は柔らかくなり、消化吸収を担う「脾」が強ければ肌に弾力とハリが生まれます。そして、生命力の源である「腎」を養うことは、アンチエイジングの要となります。日々の食事で旬の食材を摂り、十分な睡眠で血を補い、感情を穏やかに保つこと。こうした養生の積み重ねこそが、高級な化粧品にも勝る最高の美容法です。自分の体と対話し、内側の調和を保つことで自然と溢れ出す健やかさ。そんな美容を目指してみてはいかがでしょうか。

婦宝当帰膠

瓊玉膏

★お知らせ
・営業時間　10時～18時
・定休日　日・水・祝日

■高崎漢方薬局
高崎市田町八六の四
☎027・326・8418
FAX 027・326・7172
HP https://www.takasaki-kanpou.com
ホームページはこちら



高崎漢方薬局

休日当番医

■診療時間■ 9:00～18:00
診療時間や当番医は変更となる場合があります。

	3月20日(祝)	3月22日(日)	3月29日(日)
内科	やわたクリニック（八幡町）☎343-2247	乾内科クリニック（下小塙町）☎343-3368	いわたバディーズクリニック（矢中町）☎347-4560
	清水内科（飯塚町）☎362-2838	北高崎クリニック（大橋町）☎322-2707	五百山クリニック（乗附町）☎384-6508
小児科	くらがのファミリークリニック（倉賀野町）☎346-0880	産科婦人科舘出張佐藤病院（若松町）☎386-5576	小泉小児科医院（連雀町）☎322-3985
外科	野口病院（請地町）☎322-2288	水内外科内科医院（中豊岡町）☎323-4950	松岡医院（片岡町）☎323-0954

※婦人科、耳鼻咽喉科、眼科、整形外科は広報高崎をご覧下さい。

高崎市夜間休日急病診療所（内科・小児科）
高崎市総合保健センター1階　☎027-381-6119
診療時間
月～金 19:30～22:00／土・日・祝 19:00～22:00
【小児科】3/20(金・祝)・22(日)・29(日)は 9:00～12:00診療

ひとくち広告

楽　器
ヤマハ・カワイピアノ高額買取
㈱音響楽器
倉賀野町4623-12
☎027-347-4520

各社ピアノ高額買取
ご不要のピアノ高価買取！
査定無料　ピアノプラザ群馬
問屋町西1-3-10
☎0120-40-3215

チラシのポスティング 1,500枚から承ります。
詳しくはホームページをご覧下さい。
https://www.post-in.com
ちいきしんぶん ☎027-370-2262
ライフケア群栄株式会社　高崎市小八木町312-15

ちいきしんぶん　バックナンバーがホームページで読めます！
https://www.kubaru.jp
スマホ/タブレットでも読めます！

他社で査定0円と言われた車も！これ売れないかなと思う古い車も!!
最低3万円以上で買取ります！（条件あり）
どんな車も諦めない！
軽自動車も最低10,000円～
※一部車種や状態（車検切れ、不動車など）によっては買取保障の対象外となります。
出張専門×女性査定員で安心の買取を！

令和5年式 ライズ

130万円で買取！
雹被害で不安でしたが、丁寧な説明と迅速な対応で安心して売却できました。残債整理もスムーズに進めていただき本当に助かりました。
走行距離 3万km

平成22年式 ランドクルーザー

210万円で買取！
走行16万キロと距離が多く心配でしたが、根拠を示して丁寧に説明していただき安心してお任せできました。他社より高い査定で満足しています。
走行距離 16万km

1つでも当てはまる方はご連絡ください！
☑ほとんど乗らない車がある。
☑車検を通すか、車を買い替えるかで悩み中。
☑運転免許を返納予定で、車の売却も検討中。
☑傷や凹みが多いが、少しでも高く売りたい。
☑他社の査定に納得できなかった。
☑売却検討中だが、どこに持っていけばよいかわからない。

車買取ハッピーカーズが安心な理由
① お車の金額は、即日現金でお支払い、又は翌日お振込みさせていただきます。
② 修復歴が後日発覚しても減額はありません。
③ ご売却のキャンセルはご契約後お引取り日前日まで可能です。
④ 名義変更は即日から二週間以内に完了できます。
⑤ 名義変更、廃車手数料0円!

春の出張査定受付中
春はお車の乗り換えやご売却のご相談が増える季節です。特にこの時期は、自動車税のタイミングもあり、3月中や4月前半にお車を手放される方が多くなります。出張買取専門として、ご自宅まで無料で査定に伺い、その場で分かりやすく価格をご提示いたします。女性店長が丁寧に対応いたしますので、初めての方でも安心してご相談ください。お気軽にお問い合わせください。
株式会社CarMit　取締役　宍戸 理恵

クルマ高く売るなら！
ハッピーカーズ®
定休日／不定休　営業時間／9:00～18:00　高崎新町店
0274-33-9070
090-1703-0075
運営：(株) CarMit　古物商許可証 第431210066950号
出張買取専門
査定料・出張料 無料
査定のご相談は公式LINEから
ID:@415hwhqw