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。

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

㈲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
「82」係へ。

小暮淳の取材こぼれ話

ちょこっと小耳に㉗

「恥ずかしいTVロケ」

取材をして、新聞や雑誌に記事を書くのが本来のライターの仕事なのだが、いつ頃からか、逆に新聞や雑誌に取材されることが多くなっていた。同時にメディアへの露出も増えて行った。ゲスト出演だけではなく、気が付いたら地元のテレビとラジオでレギュラー番組を持つまでになっていた。

すると中央のテレビ局からも出演依頼が来るようになった。業界では〝群馬ブーム〟の風が吹いているようで、タレントが群馬の温泉を旅する番組に、ときどき私が呼ばれた。現地で出迎え、タレントを案内するパターンが多かった。

某BSテレビでのロケで、草津温泉へ行った時のこと。お相手は当時、子ども向けテレビ番組の戦隊ヒーローものに出演していた若手男優だった。2人で温泉に入り、湯の中で私が彼の質問に答えるという設定。ところが、いざ本番になった時、彼が海水パンツをはいて登場したのだ。「あれ、彼は水着着用なの?」と問えば、ディレクターは「はい」とだけ言って、カメラマンへのセッティングの指示に余念がない。当然、私は水着の用意はない。全裸で股間をタオルで隠して、突っ立っているしかなかった。

「は～い、一度、リハ（リハーサル）します」。私はタオルを取り、湯の中へ。こうなったら温泉ライターの意地を見せるしかない。湯船にタオルを入れるのはマナー違反だということを教えてやる！　まして水着着用なんて、言語道断である。アイドル俳優だかなんだか知らないが、日本男児ならば、いさぎよく全裸で勝負せい！

とかなんとか心の中でボヤいていたら、いきなり「本番！」の声。そして、すぐさま「カット！」がかかった。「小暮さ～ん、困ります。足は閉じてください。お願いしますよ。では、もう一度」。実は、この日のディレクターは若い女性だったのである。彼女に、しっかりと見られてしまったのだ。その後は、ボーっとのぼせてしまい、何をどう話したのかも覚えていない。

タレントと一般人の待遇の違いを思い知らされたロケだった。

（フリーライター）

～ちいきしんぶん漢方小話～

第243話　花粉症は早めに対策

話題提供　高崎漢方薬局・樋口真理さん

イスクラ 衛益顆粒

NPO 抗老化免疫活性研究会
イサゴール若葉

二十四節気七十二候最後の大寒（1／20～2／3頃）。ここを過ぎると立春となり、春の訪れを感じられるようになります。今は春の前の最後の冷え込みです。温かくして体を守りましょう。

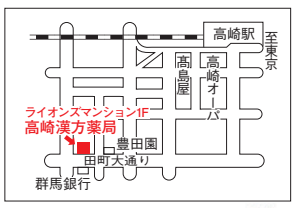
春先になると敏感に反応し、早い方は既に症状が出始める花粉症。症状が強い方は早めの「準備」がおすすめです。花粉症などのアレルギーは、免疫の過剰反応で起こることもあります。症状改善には体の免疫バランスを整えることが必要なため、その環境づくりをしましょう。抗アレルギー薬で症状が抑えきれない方や、年々悪化する方は特に、体質改善をおすすめします。他のお悩みを漢方で体質改善をしていくうちに、アレルギー症状も軽くなっていたということに気づく方も多いです。

中医学的には粘膜のバリア機能にかかわる「衛気」を高めることが重要です。免疫力が落ちていて風邪をひきやすい方、疲れやすい方におすすめのアプローチです。衛気を高める漢方薬を使用する一方で、衛気を損なわないために、生活習慣の見直しもしていきます。冷たいもの（体温以下のもの）、甘いものは控え、睡眠をしっかりとり、体を冷やさないようにしましょう。

体力があってエネルギー不足を感じない方は、腸内環境の改善をお試しになると良いと思います。大腸は衛気を司る肺と表裏の関係でもあります。便通が良いことと腸内環境が良いことは、必ずしもイコールとはなりません。気になる方は一度ご来店ください。

★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。

	1月25日(日)	2月1日(日)
内科	橘内科医院（宮元町）☎322-3133	通町診療所（通町）☎322-6534
	相馬クリニック（下豊岡町）☎322-5015	土屋内科医院（問屋町）☎360-3555
小児科	佐藤小児科内科医院（栄町）☎322-4498	ひうら医院小児科（剣崎町）☎344-1175
外科	黒沢病院（矢中町）☎352-1166	第一病院（下小鳥町）☎362-1811

※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】1/25(日)・2/1(日)は 9:00～12:00診療

O₃で 空間除菌中
内科
呼吸器内科
心療内科
小児科
特定健診
健康診断
睡眠時無呼吸治療
中澤医院 高崎　検索
なかざわ いいん
中澤医院
診療時間
月～金 9:00～12:30 午後2:30～6:30
土曜 9:00～12:00 午後2:00～4:30
休診日　日曜・祝日
☎(027) 361-2996
高崎市筑縄町34-9
環状線 筑縄歩道橋南側・六郷小学校北側

岐至漢方 きしかんぽう クリニック
内科　漢方内科　鍼灸治療
コロナ後遺症外来を始めました。
開院時間／水曜・金曜　9:00～19:00
完全予約制・自由診療
高崎市通町42　八幡ビル501号室
☎080-1017-4774
https://takasaki-kanpo.jimdo.com

ちいきしんぶん
広告掲載の
お問い合せ・お申込みは
☎027-370-2262
https://www.kubaru.jp

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

定年退職したけど、まだまだ元気。何かで社会と繋がりを持ちたい

そうお感じの方へ。ポスティングのお仕事をしてみませんか？

募集地区
・乗附　・石原　・八千代　・高関・江木　・西横手
・矢中　・山名　・宿大類　・片岡・双葉　・倉賀野
・寺尾　・下佐野　・上・下中居・和田多中

お仕事の魅力1
健康的で楽しいお仕事
1～3時間歩くことで、無理なく健康維持！
配布スタッフ向けにウォーキングセミナーを開催しています。

お仕事の魅力2
自由な働き方が魅力！
自分のペースで働ける業務委託制だから、家事や趣味、他の仕事との両立が可能！好きな時間にお仕事OK。朝の散歩の代わりにもぴったり。

お仕事の魅力3
「届ける」だけじゃない「守る」役割も担うお仕事です
私たちのポスティングは、ただのチラシ配布ではありません。高崎警察署と地域安全協定を結び、防犯パトロールの腕章をつけて活動することで、犯罪抑止や地域見守りの役割も担っています。あなたの歩く姿が、防犯パトロールとして地域の安心感につながります。

こんな方におすすめ

定年後の時間を有効活用したい方
社会とのつながりを感じながら、適度な運動ができます。

運動不足が気になる方
楽しくウォーキングできるお仕事です！

副収入を得たい方
配布枚数に応じた出来高報酬で、ちょっとしたお小遣い稼ぎに最適。

お仕事の内容
- ちいきしんぶん、チラシ、月刊誌などを**担当エリアの各ポストへ投函**するお仕事です。
- 報酬は各エリアやチラシの枚数によって異なりますが、**週一回の配布で月 8,000 円から 10,000 円前後**です。
- 木曜日から金曜日にかけて**都合の良い時間に配布**していただきます。
- 年末年始、お盆、ゴールデンウィークはお休みです。

ちいきしんぶん
ライフケア群栄株式会社
高崎市小八木町312-15
☎027-370-2262
あなたのお近くのエリアをご案内します。詳しくは、スマホでQRコードからアクセスまたは、直接お電話ください！