

### 参加者募集 せせらぎ自然体験ウォーキング in 大井町

初夏の爽やかな風と、川のせせらぎを感じながら、大井町に広がる自然の中を歩いてみませんか?酒匂川左岸に広がる田園地帯や花菖蒲園など観光スポットを散策するウォーキングイベントが開催されます。花菖蒲園では、約3,000本の白や紫の花菖蒲が美しく咲き誇っています。



6月2日(土)は健康運動指導士と一緒にノルディックウォーキング、そして9日(土)は観光ガイドで大井町の自然を案内してもらいながら、のんびり散策します。両日ともトマト農家のビニールハウスを見学。参加者には大井町のスイーツやトマトの引換券をプレゼント。

6月2日(土)ノルディックウォーキング①9時~12時 ②13時~16時、③6月9日(土)観光ガイドウォーキング9時~12時/定員各25名(先着順)/足柄紫水大橋付近のひょうたん池集合(大井町第二浄水場あたり大井町金手639-1)/参加費1人1,500円(保険代含む)/申込み・問合せ ☎0465(85)5013 大井町役場地域振興課

### ハッピー相続のススメ vol.8

#### 遺言書の保管方法について

今回は、遺言書があることを家族等が知っているが、いざ相続という時に、遺言書を探したが見つけれず、困ってしまう事態を避けるため、適切な遺言書の保管方法や場所について、触れたいと思います。

私が依頼を受けた最近のケースを紹介しますと、遺言書のコピーがお父さんの部屋にあったが、遺言書の原本が見つからず、遺産分割協議により相続手続きをするしかなく、相続人はお母さんと、音信不通の長女、海外に居住する次女という状態でしたので、非

常に相続手続きが難航してしまいました。このようなことがないように、まずは遺言書の保管場所は、必ず相続人に知らせておくべきでしょう。権利証等の重要書類と同じ場所に保管すると、見つけやすいと思います。

さらに、公正証書にて遺言書を作成した場合、その「正本」を、遺言者が契約をしている銀行の貸金庫に入れてしまうと、相続発生の際に、貸金庫は銀行がロックをし、開閉不能な状態となりますから、遺言書正本が貸金庫から取り出せず、非常に困った事態となりますので、ご注意ください。

テレビ東京「ガイアの夜明け」で特集  
司法書士 長津田総合法律事務所  
司法書士 高橋 欣也  
横浜市緑区長津田5-1-12  
☎0120-52-8349(9時~20時)



### 申込み受付中 江の島発着 豪華クルーザーで小田原へ行こう! 小田原地魚を食べて、買って、大満足!!

5月20日(日)、国内最大級のメガクルーザー「オセアンブルー」が江の島 湘南港~小田原漁港を往復する。この日は小田原漁港で「小田原あじ地魚まつり」が開催されており、地魚の特売会や港の食堂グルメ、小田原まち歩きフード「かます棒」、イカ焼き、サザエのつぼ焼きなども。詳しくは小田原箱根商工会議所HPへ。



現地で鮮魚発送サービス有

スケジュール(各回定員80名※お弁当のみ30名)  
①江の島発(9時)小田原着(10時30分) 2,500円  
②小田原発(15時)江の島着(16時30分) 2,500円  
③江の島一 小田原往復 5,000円  
④小田原沖周辺クルーズ(11時) 2,000円  
⑤小田原沖周辺クルーズ(12時・お弁当付) 4,000円  
⑥小田原沖周辺クルーズ(13時) 2,000円

※③以外は小学生以下無料、お申込みの際に番号をお伝えください  
※小田原漁港へは公共交通機関をご利用ください  
※クルーズの内容は予告なく変更する場合がございます。ご了承ください

主催/小田原箱根商工会議所平成の城下町・宿場町構想研究会  
海のなりわい作り分科会  
共催/かながわ海洋ツーリズム推進協議会

申込み・問合せ/はこねツアーズ ☎0460(85)6777 (9:30~18:45 年中無休) 足柄下郡箱根町湯本711

【箱根観光旅館協会】神奈川県知事登録旅行業3-347号

### ココロカ で

#### 毎日をステキに♪ vol.43

#### ~森林浴のカ~

日差しが輝きを増し、風が清々しく心地良く、青々とした新緑と鮮やかな色のお花にあふれる美しい季節になりました。

皆さまのなかには、新しい年度で環境が変化したこと、一生懸命に頑張ってきた方がいらしゃいます。しかしゴールデンウィーク明けからなんとなく疲労感が抜けず、気力低下、食欲低下、不安、焦り、不眠などの症状を感じ訴える方も増えて参ります。

そんな時、爽やかな風を感じながら生命力あふれ輝いている新緑での森林浴を試してみ

るのはいかがでしょうか。森林の中でそっと目を閉じ草木の香りや風、鳥のさえずりなどに意識を向けていきます。普段には感じないような自然ならではの香りや音に気づくかもしれません。森林浴は血糖値、血圧および、ストレスホルモンを低下させ、自律神経のバランスを整え、活力、活気などの意欲、エネルギーの回復、さらにはリラククス効果をもたらすとされており、高い免疫機能を維持できるという研究結果もあるそうです。

いつもより深い呼吸をすることで、樹木から発散されているフィトンチッドという成分が体をリフレッシュするだけでなく癒しと安らぎを与えてくれます。ぜひ試してみてくださいね。

臨床心理カウンセラー 但野 真実子

株式会社ココロ 代表取締役  
(横浜市西区平沼1-33-1 日新横浜ビル5階)  
☎045-548-4156  
インターネット放送局「わいわいテレビ」出演



### しっとり感にこだわりの逸品!

# 長崎カステラ

### ザクザクとしたザラメ食感が大好評



カステラの達人が、1つ1つ丁寧に焼き上げられるカステラは、それぞれの特徴に徹底的に追求したこだわり商品です。その為、輸送時の状況などで、ザラメが溶けやすい商品となっておりますが、美味しさに、納得される人も多いため、2種類、それぞれに賞を受賞した商品なので、地元長崎でも行列で完売することもあるほどの人気ぶり。当社、箱入り3本5500円する長崎カステラと、同じ美味しさ、同じ量で価格は3分の1以下で買えると、話題となっています。

安さの秘密は、いいものを安くの訳あり品。切り分ける際に幅が足りない、焼き目が少し剥がれているなどの理由だけで、ギフト規格外となった商品。美味しさは正規品と変わらないので、ご家族が多い方や、満足するまで召し上がりたい方には大好評です。切り分ける際にわずかしが取れないため、1日に限られた数量しかできない希少な逸品です。



第26回 全国菓子大博覧会 (ひろしま菓子博 2013)



限定 200 セット  
モンドセレクション金賞受賞  
長崎カステラ

たっぷり3本分  
大容量 750g  
通常 2,890円が

限定 200 セット  
全国菓子大博覧会(栄誉大賞)  
長崎カステラ

たっぷり3本分  
大容量 750g  
通常 2,890円が

限定 200 セット

通常のカステラに比べ、しっとり感を追求したカステラです。しっとりとした生地の食感を味わいたい方にオススメです。

通常のカステラに比べ、ザラメの量が増量されているカステラです。ザクザクとしたザラメの質沢食感を味わいたい方にオススメです。

長崎カステラの達人

▼注文が非常に混みます。お急ぎの方は、お早めに! ☎050-3542-0580

午前9時~午後8時

申込番号 8104

おすわけ村 〒861-8046 熊本市東区石原1-10-48

お一人様5セットまで。お届けは1~2週間前後。※1.沖縄・離島などは、別途送料540円がかかります。お支払いは、代金引換(別途手数料324円)。※食品につき返品不可。写真はイメージです。※配送過程で、ザラメが溶けている場合がございます

# 海鮮漬け 各1,980円 (各200g)

先着限定 200 セット

2セット購入で 送料無料

紅鮭親子ルイベ

北海道の海の幸を贅沢に使いました

思わず声が出るほどの美味しさ「ひと口食べれば感動もの!!」

35年以上北海道で魚の目利きをしてきた熊谷輝彦さんをお願いして、北海道ならではの海鮮丼を3種類作っていただきました。蓋を開けた途端に、ワーッと思わず声が出てしまう様な贅沢な海鮮丼ができてきました。プチプチした数の子、濃厚な紅鮭にいくら、さらには蟹やホタテなど海の幸を贅沢に使い、素材のおいしさを生かして醤油とみりん、ほんのり甘味を調えました。細切りにした昆布の旨みと粘りが食材に一体感を出して、思わず唸ってしまうほどおいしく仕上がっています。食べ方も簡単。解凍するだけで食べられますし、酒の肴として丼としてお茶漬けにして...といろんな美味しさが楽しめます。



数の子海鮮漬け

かに御膳大漁漬け



冷凍 鮮度保持のため、冷凍便にてお届けします。

【ご注文専用ダイヤル】 売り切れ御免! 規定数量に達し次第、販売終了となります。ご注文はお早め!!

☎050-3542-0580

お電話でのご注文は、午前9時~午後8時(年中無休) 申込番号 8104

代金引換にてお届け(手数料:別途300円税別)。沖縄・一部地域は、別途送料500円税別がかかります。※食品につき返品不可。

ご購入・その他お問い合わせは、☎096-285-1340 (株)おすわけ村 〒861-8046 熊本市東区石原1-10-48