

**最短婚活で結婚**  
 今すぐ検索お電話ください  
 良縁アクティヴ  
 一対見合い型縁結  
 び会(成婚重視)要子  
 約男千円・千円  
 40・50代結婚会/29日14時  
 60歳・結婚会/12日14時  
 無料相談時良縁アクティヴ  
 前橋市新前橋町19-29  
 11:20時 水木金休  
 0120-05226508

**広告責任のご案内**  
 弊紙のすべての広告は広告  
 主の責任による掲載です。

**中・高専専門**  
 初婚・再婚・お友達から  
 株式会社 パルテ  
 お似合いの  
 パートナーを  
 見つけます  
 お見合い無料  
 お気軽にお電話ください  
 愛の架け橋をのりから地元で  
 高崎市矢中町824-1  
 090-143991696

**ひな人形の専門店**  
 人形工房  
 アート  
 こうごうつ  
 一般のお顔も選べます!  
 人気のかわいいお顔のプリン  
 セス雛人形を豊富に展示して  
 います。ホーム  
 ページからもご  
 覧ください。  
 高崎市山名町51-2  
 (山名八幡宮前大鳥居をくぐ  
 りて) 10時~18時水曜定休  
 027-381-6233

**陶と小紋とvol.2**  
 大和屋  
 型染・藍田染工 麻蓬詩乃  
 陶芸・都製作所 都丸和也  
 伊勢紙を使った美しい手  
 染めの品と不思議な顔をした  
 動物の陶人形たちを展示致し  
 ます。寒い季節に心温まる時  
 をお届けできればと思います。  
 大和屋ひなまつり展 陶芸館  
 伊勢紙を使った美しい手  
 染めの品と不思議な顔をした  
 動物の陶人形たちを展示致し  
 ます。寒い季節に心温まる時  
 をお届けできればと思います。  
 大和屋ひなまつり展 陶芸館

**出張買取 お気軽に電話を!**  
 ☎:027-388-1773  
 今が売り時!!  
 高価買取  
 高崎市大八木町654-4  
 10:00~19:00 年中無休  
 おたからや

**暮らしの 不用品**  
 困った! や 処分など  
 遺品整理・空き部屋・物置、倉庫内の処分  
 お引越のお手伝い・エアコン移設、外し  
 草刈り・枝切り・剪定etc  
 項目にない仕事もご相談ください!  
 0120-14-3948  
 ペンリー高崎店

**金・プラチナ 時計**  
 現高 高額査  
 取定 買取  
 0120-014-779  
 銀座ロード 高崎店

**豊富な施工実績で安心の外壁塗装**  
 Make Smile  
 Housing plus+  
 027-289-6174

**《裏面に掲載》**  
 高崎市美術館  
 ペア鑑賞券 5組10名様 プレゼント  
 《今週はもう1枚あります》  
 WE LOVE GUNMA  
 iina  
 Body Lesson

**貴女のきもの 甦ります!**  
 寒染めキャンペーン 2月28日迄  
 50,000円(税込) (45,455円(税抜))  
 027-226-6226  
 前橋市千代田町4-2-12

**正社員・アルバイト大募集!!**  
 私達と一緒に働きませんか!みなさんからの応募お待ちしております!  
 大渡自動車学校 TEL.027-251-4037

**人形の岳童**  
 0120-71-3375  
 北群馬郡吉岡町大久保931  
 人形の岳童 検索

**大伸ばし写真プリント**  
 4切 (25cmx30cm)  
 ワイド4切 (25cmx36cm)  
 A3 (30cmx42cm)  
 1枚 ¥410  
 4切 ¥880  
 027-235-4031

**「VISA」在留資格**  
 在留資格変更  
 Change of Resident status  
 ¥60,000~(Tax Excluded)  
 在留資格期間更新  
 Extension of Resident status  
 ¥20,000~(Tax Excluded)  
 090-3345-6920

**骨董・古美術品**  
 今知奇  
 鑑定・出張無料!  
 027-326-8581

**新極真空手で礼儀・礼節!**  
 4才からできます!  
 空手着 無料!  
 入会金 無料!  
 027-326-8581

**家づくりのお金 “7つ”のポイント勉強会**  
 2023-2024  
 開催日時 2023/2/18 sat 19 sun  
 ①10:00-11:30 ②14:00-15:30  
 開催場所:Life Design House モデルハウス  
 〒370-3522 群馬県高崎市菅谷町1280-4

**今回の勉強会のポイント**  
 日常生活を過ごすうえで切っても切れないのがお金の存在。  
 少額なものでも高額なものでもお金の使い方はとても大切です。  
 まして、住宅を取得するとなれば気にすべきポイントは多岐に渡ります。  
 今回は90分で簡単に分かる家づくりにまつわるお金のハナシを大公開します。

**今回の勉強会で分かる 7つのポイント**

- 住宅価格の高騰について
- 住宅ローン控除について
- これからの金利の選択肢とは?
- 贈与税について
- 住宅ローンについて
- 年間返済額の考え方について
- 家づくりの適切な流れとまとめ

**参加特典**

1. QUOカード1,000円
2. Amazonギフト1,000円分
3. お菓子の詰め合わせ

027-395-4946

**揚げたて 熱っ熱っ!**  
**バーレル**  
 オリジナルチキン  
 9ピース 2,340円  
 10ピース 2,600円  
 027-310-1603

## 住宅なんでも相談会 2/4(土)・5(日) 10:00~17:00

# 伊勢崎会場

### 2月4日同日 伊勢崎会場隣 新モデルハウス 完成!!



こちらのモデルハウス  
販売いたします。  
**2,900万円** (消費税別)



#### 新春ご成約特典

2023年3月末までに  
新築をご成約の方に  
いすおかおひつ  
プレゼント

食洗機 OR エアコン

#### 伊勢崎会場案内

売土地販売価格  
**921.42万円**  
建築条件あり

【物件概要】  
●住所/伊勢崎市宮子町  
●交通/JR伊勢崎駅より徒歩約33分  
●土地面積/169.39㎡  
●販売価格/921.42万円  
●地目/宅地  
●建ぺい率/60%  
●容積率/200%  
●用途地域/第1種住居地域  
●都市計画/市街化区域  
●気象/水害・津波・地震  
●販売形態/売主  
●建築条件あり  
●公示価格/2023年1月末日  
※他の場合はご容赦下さい。  
※この土地、水害に不安な場合は、水害加入金、火災加入金、地震加入金を別途お見積りいたします。  
詳しくはスタッフまでお問い合わせ下さい。

お電話から **0120-51-6778**  
Webから <https://www.akagihome.com/reserve>  
アカギホーム 東店予約 検索  
スマートフォンからQRコードを読み取りでカンタン

【前橋本社】前橋市東丸町123-1 **0120-39-6778**  
<http://akagihome.com> アカギホーム

総合受付番号  
**0120-973-665**

## 便利屋

小さな引越 **¥15,000~**  
エアコン取外し **¥6,000** (取外し)  
除草・伐採 **¥15,000~**  
介護タクシー **0274-52-3460**

遺品整理  
不用品処分  
各種代行etc  
日曜大工  
※県内見積無料

**格安引越はあまかせ下さい**

お困りは何でもご相談ください  
**総合便利屋M&M**  
・高崎営業所・伊勢崎営業所・前橋営業所

## 25年の実績で 何でもお任せ!! お応えします

見積り無料!!

**T&Sベンリサービス**  
一般廃棄物収集運搬高崎市許可142号 高崎市成山町2-8-8  
まずはお気軽にお電話下さい!!  
**0120-50-5439**

## 近日公開映画ピックアップ!

1月27日(金)公開 『レジェンド&パタライ』  
2月3日(金)公開 『鬼滅の刃』上巻最終巻、そして刀剣道の聖へ  
2月17日(金)公開 『シャイロックの子供たち』

抽選でペア  
2組4名様プレゼント  
応募方法  
1月27日(金)公開 『レジェンド&パタライ』  
2月3日(金)公開 『鬼滅の刃』上巻最終巻、そして刀剣道の聖へ  
2月17日(金)公開 『シャイロックの子供たち』

高崎市大宮町2-4-11 高崎市大宮町2-4-11  
アパレルショップの隣  
0272-31-9702

## 生誕100年 富岡惣一郎 白に染まる

2.4 sat - 3.26 sun 河津清三郎 中村真美子

富岡惣一郎 生誕100年 富岡惣一郎 生誕100年 富岡惣一郎 生誕100年

富岡惣一郎 生誕100年 富岡惣一郎 生誕100年 富岡惣一郎 生誕100年

## ウェブサイトもご覧下さい

# 広告新聞 ONLINE

スマホのカメラでこちらのQRコードを読み取って下さい

## 小顔エステ 最新ハイフ & フェイシャル

限定10名様 **¥12,800**

ワキ脱毛 脱毛初心者の方におすすめ

10回 ¥11,000 → 10回 ¥8,800

S.K Queen **027-323-5234**

## 群馬県初! ドライヘッドスパ専門店

贅沢な眠りにおちてく 水を使わないドライヘッドスパ

とろけるドライヘッドスパ、真似のできない独自の技術で心地よい眠りへ... 目覚めたときには今まで体感したことのない頭の快感を感じられます。

完全個室完備 疲労による頭のコリが気になる方 眼精疲労にお悩みの方 頭皮や髪へのトラブルにお悩みの方

le vent (ルヴェン) 前橋市川曲町528-1  
予約 **027-212-8199**  
営業時間 10:00-20:00 / 月曜定休 (年末年始は要問合せ)  
各種クレジットカード OK 完全個室完備

## Happiness forest

健康・不動産・相続・車の悩みをトータルサポート。ご相談いただいた方みなさんがしあわせになるご提案をいたします。

### Happiness forestが提供する4つのサービス

春風不動産 オススメ! 物件情報

高崎市貝沢町

物件1 価格 **3,499万円**  
土地 54.82坪  
建物 36.06坪

物件2 価格 **3,299万円**  
土地 53.21坪  
建物 33.81坪

Dr. ちよこの健康相談室

買取ディーラー 不動産 自動車

相続の窓口

ご相談は予約制です。お電話にてご予約ください 1日3組限定

10:00~12:00 13:00~15:00 15:00~17:00 **027-386-8177**

Happiness forest  
高崎市浜浜町1216番地  
営業時間 10:00~17:00 定休日 水曜日

## 絶対納得の高額査定

買取価格の事例 < 査定金額に喜びの声続出!!

ルイヴィトンモノグラム ジャケットショルダーウォレット Aランク査定50,000円

ルイヴィトンエビグルネル BCランク査定20,000円

シャネルキャビアスキンハンドバッグ Bランク査定60,000円

セリーヌマカダムボストンバッグ Bランク査定20,000円

セリーヌ3点セット Cランク査定5,000円

グッチレザーワンショルダーバッグ Fランク査定510,000円

オパールリング2点 Fランク査定510,000円

シャネルJ12H2009クロノグラフダイヤモンド SAランク査定500,000円

買取りのきくやは常に「お客様の利益」を最優先で考えます。

お客様の声 (高崎市刻樹 A・Sさん)

ダイヤ・プラチナ買取価格 (1/20現在)

ダイヤ買取参考価格  
0.3ct...¥28,000  
0.5ct...¥90,000  
1.0ct...¥410,000

金・プラチナ買取価格  
K24G=8,640円/g PT1000G=4,590円/g  
K18=6,430円/g PT900=4,170円/g  
K14=4,600円/g PT850=3,940円/g

2023年1/31日まで強化買取

テレカ 50度 300円/枚 60度以上 600円/枚  
105度 300円/枚 60度以上 600円/枚  
切手 50円以上シート 65% 50円以上バラ 50.5%

## 新春振袖大相談会 2/27(月)まで開催中

2024年~2025年の方、受付中  
2026年式典の方、受付開始しました!!

ご成約のお客様に 肌襦袢・裾除け・足袋、プレゼント

振袖レンタルフルバック 追加料金なしで  
きもの一式、和装小物一式 前撮り写真3ポーズ台紙付き  
当日お出かけ支度 **40,000円** (税込44,000円より)

新品振袖オーダー レンタルバック **120,000円** (税込132,000円より)

写真で残す 成人式フォトバック **26,000円** (税込28,600円より)

卒業袴 レンタル

見学・ご相談だけでもお気軽にどうぞ

お出かけ18点セット  
卒業着物一式  
ヘアメイク・着付け **19,900円** (税込21,890円より)

当日写真撮り  
写真2ポーズ付き **10,000円** (税込11,000円より)

卒業袴 取り扱いブランド例  
池田美保 / 玉城デザイン / 平祐奈 / Modern Antenna / 九重 / 藤田ニコル / 大島優子 / JAPAN STYLE × 中村重砂 / JILLSTUART / emma × 紅一点 / VIVI / MERCURY DUO / ももぶり / kansai / 他

Instagramをチェック 参考になる事例が沢山!

深野衣装 高崎 **0120-3591-12**  
【営業】10:00~18:00 【休】火曜日  
【住所】高崎市山田町67 【TEL】027-322-2686

深野衣装 前橋 **027-252-5591**  
【営業】10:00~18:00 【休】火曜日  
【住所】前橋市大宮町1-1-80 【TEL】027-252-5591

和cafe 麦

嬉しいパンサービス!~平日限定~

上州牛のローストビーフ丼  
自家製和風だれ  
サブメニュー付 ¥1,639

フードメニューをご注文の際に無料でご利用頂けるパンサービス。塩バターパンやバケットを中心に、おまかせでご提供するお惣菜パンなどをお楽しみ下さい。

お会計 **10%引**

他券併用不可  
▶2023年2月末まで有効

[営]月~水 11:00~17:00 (L.O.16:00)  
土日祝 21:00迄 (L.O.20:00)  
[休]木・金 (祝) @mugicafe12  
[住]高崎市菅谷町1031-1  
☎027-395-0930



クロワッサン専門店 くれせんと

あなたは何が欲しい? 食べ比べてみて下さい!

くろっふるホイップ 390円 あんこホイップ 390円

くろっふるホイップ発酵バター香るカリッと食感のくろっふるにたっぷりホイップクリーム《あんこホイップ》生地は塩気とケシの実の香ばしさ、あんこホイップクリームが相性抜群

全品 **10%引**

他券併用不可  
▶2023年2月末まで有効

[営]平日 11:00~20:00  
土日祝 9:00~20:00  
[休]不定休  
[住]高崎市箕沢町740-1  
パリスコート103  
☎027-386-2244



はるなベーカリー

おすすめ!パン・オ・フリユイ

660円  
ハーフサイズ:330円

オレンジピール・クランベリー・レーズンをたっぷり練り込んだふんわりライ麦パンです! そのほか、各種食パンや調理パンなど豊富にご用意! ご来店お待ちしております!

1,000円以上お買上げで **100円引**

他券併用不可  
▶2023年2月末まで有効

[営]9:00~16:00  
[休]日曜日・月曜日  
[住]高崎市箕郷町594-1  
☎027-371-9044



水素の家 みんなのパン

ふんわり美味しいパンがたくさん!!

水素畑の小麦粉「キタアツミノユキ」と厳選素材で作ったパンは、安心して食べても美味しいと好評!!

お米「あさひの夢」も新登場!

無農薬と水素水で育てたお米「あさひの夢」。米年からのご予約を承っております。ご試食で美味しさを確かめて下さい。

お米 1kg 1,000円

「あさひの夢」ご試食サービス

[営]11:30~売切次第終了  
[休]土・日  
[住]高崎市飯塚町364-3  
[Web] hanan-inc.com  
☎090-3109-7771



オススメ!  
美味しい  
パン屋さん



高崎新聞 WEEKLY

高崎 2023 1 29

西毛版 vol.1543  
前巻北毛版同時発行

配布地域:高崎市・藤岡市・富岡市・安中市・玉村町・甘楽町  
発行人/(株)広告新聞(広告掲載・チラシ折り込みのお問い合わせ)  
〒379-2152 前橋市下大島町24  
TEL 027-289-5300 FAX 027-287-1002  
ADD:編集部(配布に関するお問い合わせ)  
TEL 027-289-5301 FAX 027-287-1003  
https://koukokushinbun.co.jp 広告新聞 検索

グランCafe Valentine's day

バレンタインデー  
ご記入用メッセージカードをお付け出来ます

ザッハトルテ Sachertorte  
¥2500-(12cm)

アプリコットジャムを忍ばせた濃厚なチョコレートケーキ

※写真はイメージです

ラズベリーの生チョコタルト  
Raw chocolate raspberry tart  
¥2800-(12cm)

なめらかな口どけの甘酸っぱいラズベリーの生チョコタルト

ご予約受付中  
お渡し日  
2/11・12・13・14  
群馬ロイヤルホテル  
☎027-223-6111



パンとベーグルのお店 小梅のしっぽ

卵不使用のパンがたくさん!

国産小麦100%・自家製天然酵母を使用した山型食パンをはじめ、卵不使用のパンもたくさん揃っています。マヨネーズやソースなどもノンエッグ、アレルギーが心配なお子様にも安心!

お会計 **8%OFF**

他券併用不可  
▶2023年2月末まで有効

[営]11:00~19:00  
[休]日曜日  
[住]高崎市中泉町641-8  
☎027-388-1068



焼きたてパン プラリネ

種類豊富な焼きたてパン

自慢のクロワッサンを始め、大人気の塩バターパン、種類豊富なベーグルやレストランにも馴染みのあるバケット等々、家族で楽しめる美味しいパンがいっぱい!新作パンも続々登場!!

お会計 **5%引き**

一部店舗ではご利用いただけません  
他券併用不可 ▶2023年2月末まで有効

[営]7:30~18:45  
[休]年中無休  
[住]高崎市菅谷町1243-1  
☎027-388-0224  
http://praline-bread.jp/



イチ押しパン 第13弾

冬季限定 ふたまん ¥200(税込)  
はるなベーカリー

自家製天然酵母の山型食パン  
1斤 ¥356(税込)  
パン・オ・フリユイ  
小梅のしっぽ

バターチキンカレーパン  
¥226(税込)

クロワッサンシナモン・フレンチトースト  
¥495(税込)  
和cafe 麦

あんこ ¥320(税込)  
クロワッサン専門店  
くれせんと

何とも安価、何ともリッチなSDGS? 2/1~

ロイヤルホテル×NAグループの理念  
包装の無駄が料理に変わる

SDGSのお買い得 440cc

中食180円家族サイズ 1/29迄

500えん逸品・オムライス & 150円(税別) 650円

一方、大好評 223-6060

あつぱんた/自信作(血(貨幣)付き)500円  
バリ島風ナシゴレン

エスニックで美味しく。ASIAN KITCHEN

ナシゴレンとはインドネシア風炒飯でインドネシア語で「ナシ」はご飯、「ゴレン」は炒めるという意味です。チリソースでスパイスの効いたごはんを、目玉焼きで辛みをやわらげてお召し上がりください。

中国料理 調理長 金井孝浩

500えん 500えん 500えん

白味噌豆腐 150円(税別) 650円

家康が大阪から連れて来た漁師の町・佃島、ご飯を美味しく食べる絶品佃煮の伝統が息づいています。①生姜昆布 ②胡桃と小魚 ③鰯の角煮 ④小海老とアサリ ⑤海苔などからお選び頂けます。

本部配布  
スタッフ

POST

# 配布スタッフ 大募集!!

委託料 **半日 4,000円~**

- 雇用形態** 業務委託
- 時間** 木曜日から金曜日の日中お好きな時間でOK
- 仕事内容** 広告新聞などのチラシ最低400部を指定地域に配布
- 条件** 車やバイクで荷物を受け取りに来られる方
- 面接会場** 前橋市下大島町24 (面接説明会時に100軒程度の配布研修あり)

お電話でお問合せの上、履歴書を持って、毎週開催の面接説明会に参加してください。

株.広告新聞 ADD事業部 求人係  
前橋市下大島町24

**027-289-5301**



## ベイコック 高崎店



一度食べたら忘れられない!  
ボリューム満点「のりから弁当」

何度でも食べたくなるベイコックのボリューム満点「のりから弁当」。味も量も値段も素晴らしい! ベイコックのお弁当を食べれば元気もりもり! 是非どうぞ☆  
※割引は1人様3個まで、※他券等の併用は不可、※クーポンは下記3店舗利用可。

本広告をご持参くださいのりから **520円** ▶ **480円!**  
2月は **420円!**  
※2023年2月28日まで有効

【高崎店】8:30~21:00  
【東部店】8:30~24:00【大湖店】8:30~22:00  
☎027-221-0607(東部店)  
☎027-283-6996(大湖店)  
☎027-373-3300(高崎店)

## 焼肉ホルモン酒場 豚の出番



国産牛炙り牛寿司 418円(税込)

## ベイコック



ロケ弁 620円(税込)

今回掲載の  
お店の  
オススメ  
メニュー!

## ステーキ・ハンバーグ・シチューの専門店 ステーキ。山



山のたれ 520円(税込)

## しずの莓園直売所



ジェラート(シングル) 350円(税込)  
スムージー 500円(税込)

## 馬肉専門販売店 桜馬 さくらば



王道の赤身馬刺し 100g/810円(税込)

## おすすめ 美味しいお店



2023.01.29 広告新聞

## ステーキ・ハンバーグ・シチューの専門店 ステーキ。山 高崎店

プロの味をご自宅で! ステーキ。山のテイクアウト



冷めても美味しいステーキ。山の特製弁当は、和牛弁当やステーキ弁当など10種類以上。お引取り時間をご連絡頂ければ焼き立てをご用意致します。

肉盛り食べ比べセット ¥3,250~  
山ステーキ・ハンバーグ・赤城鶏 etc. 他にも黒毛和牛や国産牛の入ったセットもございます。詳しくは、お問合せ下さい。  
写真は、3品600gセット 3,250円

単品メニューもお持ち帰りOK! 詳しくはお問合せ下さい。  
【駒形】前橋市駒形町64-1 ☎027-267-7035  
【石倉】前橋市石倉町5-10-10 ☎027-212-5129  
【高崎】高崎市上大須町933-1 ☎027-352-1701

## しずの莓園直売所

いちご狩り30分食べ放題

【期間】1/28(土)~  
※土日祝のみ  
10:00~14:30  
【料金】大人1人...2,000円  
小学生...1,700円  
3歳~...1,100円  
2歳...500円  
0-1歳...無料

本広告をご持参ください  
ジェラート・スムージー **50円引**  
他券併用不可  
▶2023年2月末日まで有効

【営】10:00~売切次第終了  
【休】月曜日  
【住】高崎市上小場町980-2  
☎090-8046-3163

## 馬肉専門販売店 桜馬 さくらば

馬肉で健康な体づくり

低カロリー、低脂肪、高タンパク、高ミネラル、鉄分も多く美容と健康に最適な食材として注目されている馬肉。こだわり製法で冷凍した新鮮な馬肉をご自宅でお楽しみ下さい!

本広告をご持参ください  
お一人様1点まで  
赤身馬刺し **20%OFF**  
他券併用不可  
▶2023年2月末日まで有効

【営】11:00~19:00  
【休】火曜日  
【住】前橋市元総社町1999  
HaloDymall A号室  
☎027-289-8701

## 焼肉ホルモン酒場 豚の出番



人気のホルモンをお得に30種以上揃えた大衆焼肉居酒屋。  
■名物豚ホルモン...418円  
■やみつき塩タン...528円  
■ハツ...418円  
■タケノコ...528円  
■レモンサワー60分...660円

本広告をご持参ください  
平日限定  
お会計より **20%引き**  
他券併用不可/平日限定/割引上限 税込2,000円/1名様/収支別会計/1日1回まで  
▶2023年2月末日まで有効

## 群馬の銘店や県産食材を使った逸品等を紹介 WE LOVE GUNMA vol.190

## 前橋市 福州飯店 ふくしょうほんてん

**福珍(もち餃子)** 2個 / 370円(税込)  
福州飯店の名物メニューもち餃子の「福珍」。お餅を薄く伸ばしてお肉と野菜を包み揚げ、サクッとした歯ざわりとジューシーな風味がクセになる一品!揚げたてを店内で味わうのはもちろん、一風変わったお土産としてテイクアウトするのもおすすめ。創業当時から変わらないこだわりの製法で仕上げた「福珍」。福州飯店の人気メニューで、お客さんからも大好評。



**創業75年 地元で愛される本格中華料理店**  
前橋にある老舗中華料理店の「福州飯店」。同店では中華料理の根源でもある医食同源の考えのもと、健康維持の観点から薬膳料理や旬の野菜をふんだんに使用した本格中華料理がリーズナブルな価格で楽しめる。思う存分本格中華が味わえる「オーダーバイキング」(2400円、3200円)が人気。

【住】前橋市大渡町1-9-7 ☎027-251-9269 【営】11:00~14:30(L.O.)/16:30~21:30(L.O.)

## ネイチャークラフト 森の雑貨屋 コロボックリ vol.105

手づくりの品と作家さんをご紹介  
**iina- イイナ-**  
確氷峠の自然の中に佇む森の雑貨店  
小さい頃から物を作る事が好きで、自分らしくいられる生き方を模索していたと語る小栗さん。美術専門学校卒業後、いくつかの職を経て、たどり着いたのが今のお店。アートや美術品という数層の高いものではなく、木の実や羊毛の作品、イラストなどを「雑貨という手取りやすい表現」でお客様にお届けしたいと、アトリエ兼実店舗で創作を続けている。  
ほのぼのと温かい作品の素材は木の実や羊毛など、想像力を膨らませ、自然を感じられる作風を心がけているという。動物、自然をモチーフにした置物や小物はデフォルメしたものからリアルなものまで、かわい過ぎないかわいさを追求。店内には小栗さんの家族や他作家作品のほか、気に入って仕入れた雑貨等も並ぶ。

【住】安中市松井田町坂本1673 ☎027-395-3298 【Mail】korobokkuri@nifty.com  
【営】10:30~Sunset 【休】12~3月:水・木、4~11月:不定休

## 体を楽にするエクササイズをご紹介 しなやか Body Lesson vol.128



## 膝と股関節のレッスン③

①両肘と前腕の上に上体を起こし、両足を床に立てます。  
②右膝の上に左足を乗せ、左へ傾けて戻します。※無理をして膝を床につける必要はありません。快適な範囲で動いてみましょう。背骨や肋骨にどんな感覚があるか注意を向けてみます。

動きを7、8回繰り返した後で仰向けで少し休みます。少し休憩をとった後、同じ姿勢で右足首を左膝の上に乗せ、両膝を右へ倒す動きを試みます。さらに休憩をとってから立ち上がり、部屋の中を歩いてみましょう。  
ゆっくりと動く事で、筋肉から脳へと新しい情報を送り、脳になっている動きを楽にするエクササイズです。ゆっくりと、やさしくストレッチを感じない程度に動きましょう。呼吸を止めないように動き、各動作の間には30秒程度の休みを入れてください。  
レッスンを受けた方はこちらへ...  
監修: Little Bird代表 吉田圭佑 (Aus tab認定フェルデンクライスプラクティショナー/管理栄養士)  
前橋市元総社町151-5 コーポ大洲5階502号室 ☎080-1354-5871 (完全予約制)  
Website: https://littlebird-feldenkrais.com/ Facebook: https://ja-jp.facebook.com/LittleBird0630

