

ロクマル
60
通信

ロクマル世代のための求人フェア
7月2日 ロクマル求人サミット開催

ロクマル世代(概ね50代~60代)の能力や経験・意欲を評価する企業が、求人ブースを出します。男性も積極的にご参加ください。

出入り自由
参加費
100円



昨年好評だった求人サミット第一弾

2016年7月2日(土) 10時30分~13時30分
会場:アートフォーラムあざみ野セミナールーム

横浜市青葉区あざみ野南1-17-3 (市営地下鉄・田園都市線あざみ野駅徒歩5分)

10時30分~12時30分 求人タイム&企業のトークタイム *出入り自由
12時30分~13時30分 交流会(別途参加費1,000円ランチ付き) *要予約
求人ブース:15社程度 協賛ブース:5社程度 相談ブース
共催:(公財)横浜市男女共同参画推進協会 後援:横浜市経済局

ロクマル名物1 求人各社のトークタイム

ロクマル世代に期待すること、ロクマルの仕事事情など、他では聞けない話ばかり!

ロクマル名物2 交流会

60代からの働き方について情報交換

主催/問合せ/予約:横浜市コミュニティビジネス認定 **みんなのキッチン** ☎045-944-1714 (平日10時~18時) HP [みんなのキッチン](#) 検索

「ロクマルスクール」開講

要予約
参加受付中

これまで培ってきた技術や経験、スキルを持つロクマルから、学びたいロクマルへ。

記念すべき初回は、**働くロクマルのためのメイク術**(2回講座) 若々しさは企業がロクマル世代に求める大きなポイント。内面の魅力を外見に反映させるメイク術を学びましょう。中澤さんの生き方・考え方なども大いに参考にして!

講師:ロクマル会員 中澤弘子さん(73歳)
会場:みんなのキッチン
日程:①6月8日(水) ②6月22日(水) 両日とも10時~12時
(参加者4名以上で実施)
参加費:1回参加 3,000円/2回参加 5,500円
(※会員割引あり:2回参加の会員は200円引き)
12時より講師を囲んで交流会(ランチ付800円)



68歳でカラーパーティを立ち上げ、トータルファッションをテーマに活動中。

- ①6月8日「ナチュラル肌の作り方」
 - ②6月22日「ポイントメイクで若々しく」
- 持ち物はご予約時にお伝えします。

お問合せ・申込みは下記みんなのキッチンへ

「どんなふうに通っています?」
ロクマル大先輩に聞く

体が続く限り、福祉の施設でごはんを作って、話を聞いて。

都筑区内の2つの調理の現場で働く吉田久子さん。なんとハチマル(80歳)です!

栄養士の資格を持ち、デイサービス施設では週3回25人ほどの昼食を、福祉施設の寮では週1回数人の夕食と翌日の朝食づくりをしている。「責任という緊張感が心地いい」。調理だけでなく、おしゃべりしたり、相談ごとを受けたり。「17、18歳のころ、戦争孤児たちの世話をしながら一緒に食事づくりをしたことが、私の仕事の原点なの」

*続きはみんなのキッチンHPに掲載



「月に1回、ボランティアもしているよ」

Tea break

出演バンド大募集!
第24回都筑ポップフェスティバル

5/31
必着

7月30日(土) センター南駅前すきっぷ広場での真夏のロック&ポップコンサートに出演しませんか?

応募資格:50~90年代のロック&ポップスを中心としたアマチュアバンド。(原則としてバンドの中に1名は市内在住者)

応募方法:バンドプロフィール、代表者名、住所、連絡先、主なレパートリーを明記し、2曲収録のCDをメンバー写真とともに下記に送付。

送付先:〒224-0037 都筑区茅ヶ崎南4-12-14-102 YRC事務局 河合さきこ宛
主催:横浜ロックサークル(詳細はHP:www.sound.jp/ycr/)

問合せ:ycrc_zimukyoku@yahoo.co.jp

あおば子どもミュージカル
第7回公演「魔女バンパ」

横浜、川崎の子どもだけの本格的ミュージカル!「笑えば心が明るくなる。笑えば希望が生まれてくる」をテーマに子どもたちと魔女の戦いを描きます。

日時:6月5日(日) 12時半/16時半 開演
会場:宮前市民館
チケット代:前売り1,500円 当日1,700円
チケット申し込み:090-3515-7418(関谷)/090-2243-4453(鶴岡)
ticketaobakm@gmail.com

ヘア3組のチケットプレゼント!

「みんなのキッチン」チケットプレゼント、希望時間、住所、氏名、電話番号を明記のうえ下記のメールアドレスまでご応募ください。5/20締切

ヨガ・ダンス・スイミング・体操・ゴルフ・スカッシュ
家族で楽しめるフィットネスクラブ

都筑区・港北エリア最大級のフィットネスクラブ
フィットネスハウス パレット中川
横浜市都筑区中川1-18-5
TEL:045-915-7702
http://www.fh-palet.co.jp

ケガ・スポーツ障害・不調
気になる症状は我慢しないで。
お気軽にご相談ください。

仲町台駅 徒歩3分
たま整骨院

骨折、打撲などの保険内治療のほか1000円から受けられる自費診療メニューもおすすめ。血管年齢や疲労・ストレスの度合いがわかる測定器・ポディチェッカーも使って、一人ひとりに合う治療メニューを考えます。

都筑区仲町台1-28-18 1F
☎045-482-5431
たま整骨院 仲町台 検索
定休:日曜・祝日
受付:9時半~12時半、15時~20時 ※土曜は18時まで

空手 護身術 **月心会**
春の無料体験受付中

「みんなのキッチンを見た」で入会すると
キッズと両親の空手着&空手DVD進呈
入会金が半額

子どもが通えば親は無料!!
近隣支部に同じ月謝で何度でも通えます!

NPO法人 月心会 支部 たまプラーザ、青葉台、あざみ野、センター南、センター北、仲町台など多数。
☎042-368-0325
http://gesshinkai.jp/

●宗家 岡田俊郎十段 指導54年 TV出演多数

YOKOHAMAを胸に、共に闘おう!

YOKOHAMAを胸に、トリコロールを手に。

レプリカユニフォーム付きチケット
5.22 発売!

南阿蘇村の農家さんの復興を支援
お買い上げ金額の一部を還元します。

4月、避難生活をされている南阿蘇の農家・中村さんご家族を訪ねました。屋敷は歪み、田んぼには土砂が流れ込んでいます。自慢の湧水も枯れています。被害は甚大です。

熊本地震の被災を免れた無農薬米「にこまる」を特別販売
玄米販売価格1*550円のうち50円を復興支援金としてお届けします。

酒と米 うちの ☎045-941-6251
ご注文後にスピード精米いたします!

都筑区荏田南5-8-12 日曜不休 9時~20時
http://www.uchinogohan.com
◎都筑区・青葉区は配達無料

みんなのキッチン **ライター募集**
地産地消・食育・地域コミュニティに関心ある方
都筑区近辺の方
採用係 ☎045-944-1714 (平日9時~18時)

エコに配慮したまちづくりを応援します。

あなたのスタイリスト **AOKI**
すみれが丘店 ☎045-913-0588
横浜北総本店 ☎045-941-9888
ルララこうほく店 ☎045-590-0988

募集!正社員
新聞奨学生も募集中!
4年制大学、短大、専門学校、予備校、宅浪夢を実現するためにがんばる君を応援します。

◎日本全国、いつでも、どこにでも面接に伺います。
廣田新聞店 着録専用ダイヤル
0120-379641
みなくるよい
担当直通メールアドレス bcc05021@nifty.com

廣田新聞 求人
で 検索

本部:横浜市青葉区市ヶ尾町1737
本社:hirota-shigoto.com
人事部:hirotagakusei.com

花粉や紫外線で乾燥が気になるこの季節
「スプリング」で早めのケアを!

肌水分や皮脂の量が不足すると、乾燥ジワの原因に。乾燥ジワは、皮膚が薄い目や口の周り、額などにできやすく「ちりめんジワ」とも呼ばれます。数が増えてくるとシワ同士が結びついて太くなり、目立ち始めます。深いシワに進行してしまうこともあり、早めの対処が重要です。気になる乾燥やシワには、「スプリング」のヒアルロン酸コースがおすすめ。注射などでしか注入できなかった美容成分を、お肌を傷つけずに無痛で深部に浸透させます。

ケセラスキンケアクリニック
☎045-909-1611
青葉区荏子田2-2-8 アドバンスビル2F (1Fはスーパー丸正さん) www.quesera.jp/
たまプラーザ駅より、嶮山循環バスにて「荏子田二丁目」または「荏子田三丁目」下車、徒歩3分

ケセラスキンケアクリニック (1Fはスーパー丸正) ★
荏子田2丁目 ●サンドラッグ 元石川高牧前
大黒橋西側
ケニススポーツセンター前 至あざみ野駅

筑丸先生の **手しほ** の部屋

●医学博士、皮膚科専門医、抗老化医学会認定医、サプリメントアドバイザー。皮膚科診療のかたわら、老人医療も手がけ、訪問診療などを行っている。

スプリング
ヒアルロン酸コース
→16,200円(1回)
他にもしみ、たるみ、ニキビ跡に効果的なコースも。お気軽にご相談ください。

体が発するサインを受け取って
誰もが「健康で笑って生きられる」ように

「眠くなったら寝る、疲れたら休む、朗らかな気持ちで過ごす。自然界の一部として生きることで健康に」と代表の林初江。元大病院看護部長、イオンセラピストとともに、必要なケアを考えます。老廃物を追い出し、活力を上げる**酵素**や**核酸**、**水素水**を取り入れ、体に備わっている力を引き出します。健康のためには、笑いと恋愛もおすすめですよ。

老廃物を出せる体に!
炭素遠赤外線での深部から温め、老廃物を含んだ濃い脂の汗を出す。

●施術メニューは、**温熱、酵素ドリンク、リンパドレナージ、イオンセラピー**を組み合わせ、30分3500円から。
*各コースに無料の代謝測定付き

イオンセラピーサロン はるかぜ
青葉区荏田北3-3-1 (江田駅1分)
☎045-532-6588 完全予約制 予約受付10時~17時 水・日定休

整形するのはまだ早い!
お悩みは**コスモリフト**で解決

コスモリフトって?
デンマーク人創始者ロネ・ソレンセンが構築した自然療法セラピーです。ストレスで硬くなった顔の筋肉を本来の位置に戻すことで骨も通常の位置に戻り、顔がほっそり、リフトアップされます。ヨーロッパでは「ジャパニーズリフト」とも呼ばれる人気の施術。1回でもリフトアップが期待できます。

今からでも間に合いますか?
まだ間に合います! 結婚式や同窓会など、特別なご予約を控えた方はお申し出ください。

Le Cadeau カドゥ 女性限定サロン
センター南駅 徒歩圏
今すぐお電話を **080-5001-8234** 電話受付 10時~21時 不定休
www.le-cadeau.jpの「Reserve」より、24時間ご予約可能
★ご予約を頂いた方に地図と住所をお伝えします

Le Cadeau 施術者

溝田 知子様(仮名) 体験者の声
30代 藤沢市
コースを受けた後、「顔があがったー」と大喜び。大袈裟でなく、1ヶ月くらいはキープできたと思います。この先も続けていけば老化も怖くないですね。施術は思ったほど痛くなく、効果がありそうな密着感でした。

コスモリフト 4900円
初回の方限定 2016年5月末まで
※その場でご納得いかなければ返金いたします