

「賭けない」「飲まない」「吸わない」で健康的に麻雀を楽しむことができる健康麻雀。脳トレや生きがいづくりの場として注目を集めている。

龍ヶ崎市にある「いばらき健康麻雀友の会」は今年11月に12周年を迎え、現在100名以上の男性・女性会員の方々が在籍。地元龍ヶ

いばらき健康麻雀友の会

おかげさまで12周年
サロン内は毎日アルコール消毒をして開催しています

脳トレ・生きがい作り
魅力の一つでもあります。無料体験(要予約)見学もOKなので一度雰囲気味わってみてはいかがでしょうか。



「賭けない」「飲まない」「吸わない」で健康的に麻雀を楽しむことができる健康麻雀。脳トレや生きがいづくりの場として注目を集めている。

龍ヶ崎市にある「いばらき健康麻雀友の会」は今年11月に12周年を迎え、現在100名以上の男性・女性会員の方々が在籍。地元龍ヶ

会員募集中!!

- ・正会員(平日)7000円(税込)/月
- ・準会員(一日)1100円(税込)/日 (初めての方は要予約)

麻雀教室も大好評



曹洞宗 祝融山 法岩院
「坐禅体験」

千葉県我孫子市中峠の曹洞宗祝融山法岩院では、毎月第3土曜日に夜の坐禅会が行われている。今回は特別にみんなの情報誌スタッフ一同取材体験をさせていただいた。

曹洞宗とは中国の禅宗の一派。日本では鎌倉時代初期に道元より伝えられた。今日では日本有数の仏教の宗派となっている。曹洞宗の教えの根幹はお釈迦様が悟りを開かれた修行の坐禅であり、ただ黙ってひたすらに坐禅する「黙照禅(もく

しょうぜん)である。昔の時計がなかった時代には大薫香(だいくんこう)という一本のお線香の長さが坐禅の長さとなっていた。鐘の音が3回鳴って始まりの合図となる。実際に体験してみると、壁を向いてただ座ると吐き続けることも日常生活には中々ない体験で、どこかに意識をむけると、別のどこかの意識がはずれ、集中することの難しさや、頭の中には雑念があふれていることに気がつく。いよいよその時が近づき、副住職の

足音が背後で止まると自分の心臓の音が聞こえるようであった。右肩に警策と呼ばれる棒が触れて、首と体を左斜め前方へ傾ける。警策が体に触れたのは一瞬であった。合掌一礼し再び姿勢をたたく。法岩院は新四国相馬霊場第51番になつてい



坐禅会
毎月第3土曜日 夜8時~9時

*初めてご参加の方は開始の30分前におこしください。
*ご檀様のみならず、どなた様でもご参加いただけます。

曹洞宗 祝融山 法岩院
☎ 04-7188-1772 我孫子市中峠1561

今回の代表さんぽは茨城県取手市小文間の「取手野鳥観察の森」を訪れた。利根川河川敷に挟まれた緑豊かな自然公園。野鳥観察台もあり、いろいろな野鳥が観察できる。これから冬にかけては、キセキレイ、モズ、ジョウビタキ、キビタキ、シロハラ、ツグミ、マガモ、オオタカなどを見ることのできるかも。また、自然があふれる中を散策してみたいかが。

代表さんぽ
vol.22

取手野鳥観察の森
茨城県取手市小文間



ドラマティックコンサート
~愛と別れのうた~

Yoshiko Hanzaki, Kumiko, Chikako Sawada

日時: 令和6年1月21日(日) 会場: 大昭ホール龍ヶ崎・大ホール 龍ヶ崎市駒馬町2612番地

開演 14:30 (開場 14:00)

チケット料金: S席(1階) ¥5,000 A席(2階) ¥3,500 (全席指定・税込)

プレイガイド(9時から) 大昭ホール龍ヶ崎 0297-64-1411
プレイガイド(窓口販売のみ10時から) 龍ヶ崎市観光物産センター 0297-94-1093
取手市市民会館 0297-73-3251 クラフトシビックホール土浦 029-822-8891

お問い合わせ: 大昭ホール龍ヶ崎 ☎0297-64-1411

《ジュエリー工房+SHOP》
ジェイファクトリー
「金・プラチナ・シルバー高価買取中!」

おばあちゃん、お母さんからジュエリーをゆずり受けたが、タンスにしまったままに…。どれくらいの価値があるのかわからない…。そのような方、ぜひジェイファクトリーにご相談下さい。貴金属製品を材料や加工賃に充ててリメイクした方がよい物、売った方がお得な物、お客様の立場になって提案します。

修理・加工は店内工房で行っています!
☎ 04-7183-9823

車買取 販売 車検 保険

高価買取中!!
必ずお値段をお付けします

出張査定・引き取り無料

- ・免許証を返納するので車が要らなくなる
- ・車庫に置きっぱなしの車がある などなど

まずはお電話ください
—千葉テレビ CM 放映中!—

LINEはこちらから! @974vyrvg

アップル我孫子6号店(株)ベネフィット
☎04-7182-5411

営業時間 10:00 ~ 19:00 / 水曜日定休

出張無料 見積無料 即日対応

不用品のお片付け
どんなものでもスッキリ!

引越越し代行もやります/持ち込みOK!/農機具・トラクター歓迎

日用品 粗大ごみ 家具・家電 草刈り・伐採 引越越しに伴う不用品 空き家・ゴミ屋敷丸ごと 倉庫・物置の処分 廃車・自転車・遊具

●エアコンは **基本無料!** *取外し代金別途

トラック 軽トラ詰め放題 12,900円~(税込) 2tトラック 詰め放題 49,800円~(税込)

遺品整理士在籍! 第IS24395号 生前・遺品整理も承ります

法人様もお任せください!
●産廃の収集・運搬 ●工場や倉庫の機械など ●移転・閉鎖・閉店に伴う不用品 ●内装・解体工事 ●パソコン・OA機器...etc

昌和産業株式会社
不要品回収のご依頼 ☎0297-86-7038

龍ヶ崎市川原代町5351-2 (8時~18時、無休)

お見積り ● お問合せ ● お気軽にお電話ください