

まごころ通信

12月号
2018年 第12号

月刊『まごころ通信』
編集・発行：ASA 戸田
戸田市本町 2-4-3
TEL：048-442-3608
FAX：048-445-8166

身体もココロもぽかぽかに♪

温泉に行こう！

毎日の寒さで身体もココロも冷え冷えになっていませんか？
そんな時は温泉でぽかぽかに温まりましょう。
埼玉県内にはたくさんの温泉施設があります。今回はその中からいくつかご紹介いたします。

スパロイヤル川口



異国の雰囲気リゾート気分満喫
バリ風の館内で源泉掛け流しの天然温泉に浸かりリゾート気分を満喫できます。岩盤浴は嬉しい時間無制限。

■平日
おとな 850円
こども 420円
(小学生)
幼児 210円
■土・日・祝
おとな 950円
こども 470円
幼児 230円
■岩盤浴(おとなのみ)
平日 650円
土・日・祝 750円

住所：川口市朝日 3-13-7
電話：048-227-2611
交通：埼玉高速鉄道南鳩ヶ谷駅から徒歩約10分
営業時間：平日・午前9時～翌午前1時
土日祝・午前6時～翌午前1時
定休日：無休(メンテナンス休あり・年2回)

さいたま清河寺温泉



竹林に囲まれた風情あふれる温泉
竹林に囲まれた風情あふれる源泉掛け流し温泉。近くには大宮花の丘農林公園があり、四季折々にいろいろな花が楽しめる。

■平日
おとな 700円
こども 350円
■土・日・祝
おとな 800円
こども 400円

住所：さいたま市西区清河寺 683-4
電話：048-625-7373
交通：JR川越線西大宮駅から徒歩約1.8分
営業時間：平日・午前10時～翌午前1時
土日祝・午前9時～翌午前1時
定休日：無休(メンテナンス休あり・年数回)

おふろ cafe utatane



ハイセンスな湯上がり満喫
暖炉を囲んでおしゃべりしたり、ハンモックに揺られながらゆっくりとくつろげる空間。インターネットやマッサージ機などが無料。

■フリータイム
(全日午前10時～
翌午前2時)
おとな 1,260円
こども 630円
※深夜(午前2時～)は
おとな 840円

住所：さいたま市北区大成町 4-179-3
電話：048-856-9899
交通：ニューシャトル鉄道博物館駅から徒歩約8分
営業時間：午前10時～翌午前9時
定休日：無休(メンテナンス休あり)

ゆとりの郷 にいざ温泉



お肌に優しい暗褐色の源泉
「美肌の湯」と称される暗褐色の源泉はつるつるでお肌に優しい。感触のナトリウム炭酸水素泉。ロウリュも体験可能。

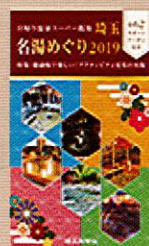
■平日
おとな 842円
こども 432円
■土・日・祝
おとな 950円
こども 540円
※館内着・タオル
セットは別料金
※上記料金は一般料金
です。お得な会員
料金もあります

住所：新座市本多 2-1-5
電話：048-479-4126
交通：JR武蔵野線新座駅・東武東上線志木駅からバスで
「新座総合体育館入口」下車徒歩5分
営業時間：平日・午前9時30分～午前0時 土日祝・午前8時30分～午前0時
定休日：不定休(メンテナンス休あり)

温泉の上手な入り方

- ① まずはかけ湯から
- ② 浴槽につかるときは、体を慣らす半身浴
- ③ 上がり湯はしない
- ④ 水分補給を十分に
- ⑤ ゆっくり休む

埼玉の温泉をめぐるならこの一冊！ 埼玉名湯めぐり 2019



埼玉県内の日帰り温泉やスーパー銭湯62カ所を一挙掲載。
特集は「健康的で楽しい！アクティビティ充実の名湯」。週末は気軽に楽しめる癒やしのスポットへ！
お得なクーポン付き。

今回ご紹介した温泉も掲載しています
210円(税込) お求めは当ASAまで

「ちょっとうれしい」「ちょっと助かる」を形に

まごころサポート 活動報告

☆実施した主なサポート☆

重い荷物の上げ下ろし、窓ガラス・網戸のお掃除、植木のお手入れ、買い物代行、家具の移動、草むしり、電球交換など

11月度ご依頼件数

53件

11月もたくさんのご依頼を頂きありがとうございました！
これからもお客様のご期待にお応えできるよう、スタッフ一同精一杯頑張っておりますので、どうぞよろしくお願い致します！

ちょっとしたお困りごとがありましたらお気軽にご連絡下さい！

●まごころサポートのご依頼はこちらまで

ASA 戸田
TEL048-434-7466

(まごころサポート専用ダイヤル)

受付 月～土 10:00～17:00

当店エリアの60歳以上の方限定

※体調の悪い方・乳幼児のいらっしゃるお客様もご利用頂けます。

「無料サービスだとお願しいづらひ」というお声を聞きましたので

ご愛読者様・予約読者様限定 当店より新聞を

30分 500円(税別) 30分 1,000円(税別)

※作業スタッフ1人のお値段です。

●お知らせ ● 年末にかけてご依頼が多くなると予想されますので、ご希望の日時にサポートを実施できない場合がございます。その為、ご依頼は出来るだけお早めにお問い合わせ致します。

平成皇室の30年

天皇・皇后両陛下の歩みとともに平成の30年を振り返る。
太平洋戦争の慰霊の旅などを写真で振り返るグラビア、皇室一家の秘話などの特集、識者が語る「平成とは何か」の論考などを掲載。
一家に一冊置きたくなる「保存版」の平成史。 定価1,200円

写真集 美智子さまの時代
朝日新聞出版・編 定価3,200円
貴重な秘蔵写真の数々で
深い歴史を愛読者アルバム

心にとどめておきたい 美智子さまの生き方38
渡邊みどり 好評3刷
朝日文庫 定価734円

写真集 アサヒオリジナル 大宮陛下と美智子さま
平成三十年 初刊 好評発売中
定価1,080円

歴史道 vol.1

戦国武将の家臣団 最強の法則
織田、武田、徳川、島津、豊臣、上杉、伊達、毛利…
戦国の最強家臣団のすべてを一挙網羅！
特別対談 私のベスト・ワースト家臣団 磯田道史×千田嘉博
別冊付録 戦国最強の家臣ランキング
「名軍師ベスト20」「忠臣ベスト10」「影の軍団」忍者ランキング、等々、
「最強の家臣」50人以上をすべて格付けランキング!

nanoblock 日本の世界遺産

清水寺 東照宮陽明門 白川郷
ナノブロックによる世界遺産を、あなたの手で完成させよう！
リアルなディテールと圧倒的な完成度を誇る本誌だけのオリジナル設計でナノブロックシステムを完成。
1月8日の発売! 日曜火曜日発売
新刊号サービス価格 490円(税別) 2号以降 590円(税別)
12月号(12月22日発売)
応募者全員プレゼント
1冊 オリジナル ナノブロック
2冊 ネームプレート 龍島神社
新刊号のピースだけを使った キター&スタンドも作れます!
※1冊は送料(送料)に追加して「郵送専用」のサービスも利用可能。併せて購入することで可能です。
※本サービスは、送料・送料・送料(送料)に追加して「郵送専用」のサービスも利用可能。併せて購入することで可能です。

スマートフォン向け無料アプリ
MUSEUM NOTE
シンプルで見やすい展覧会情報とお得な限定クーポン、そして感想や思い出を「ノート」できる新しい機能が、ひとつのアプリになりました。
Google Play または App Store で ミュージアムノート で検索!

アート&カルチャー情報 webサイト
「Arts & Culture」
The Asahi Shinbun Arts & Culture
美術館・博物館の展覧会や、ポップカルチャー、コンサートなどの最新情報、関連ニュースが読めるアート&カルチャーサイト
<https://www.asahi.com/event/>

新聞購読料の口座振替・クレジット払いが朝日新聞
お支払いは 便利でお得! わずらわしきスッキリ決済! クレジットカードのポイントがたまる!
どちらも手数料0円! どの金融機関でもOK!
専用の申込書にご記入の上、ご投かんください。
ASA 扱いの新聞・雑誌などでご利用いただけます。 お問い合わせ・お申し込みは最寄りのASAへ

Cooking

コマツナと香味野菜と大豆のスープ

1人分181kcal 塩分1.5g 10分

●材料(2人分)
 コマツナ.....150g
 タマネギ.....1/4個
 ニンジン.....30g
 セロリ.....30g
 ニンニク.....1/2片
 水煮大豆.....50g
 ベーコン.....30g
 オリーブ油.....大さじ1
 塩.....小さじ1/3
 コショウ.....適量

料理・島居佑香(jicca) 撮影・片桐圭

【作り方】
 ①コマツナは葉と茎に切り分け、それぞれ長さ1cmに切る。
 ②タマネギとニンジン、セロリ、ニンニク、ベーコンはみじん切りにする。
 ③鍋にオリーブ油を中火で熱し、②を3分ほど炒める。水煮大豆と塩、コショウ少々、水と1/2カップを加え、沸騰したらコマツナの葉を加え、ふたをして弱火で10分煮る。コマツナの茎を加えてざっくり混ぜ、器に盛り、好みでオリーブ油少々(分量外)をかけ、コショウ少々を振る。

巣鴨信用金庫 戸田支店



11月26日(月) 新築・移転 オープン!

中庭を中心にリゾートをテーマとした店舗にいたしました。移り行く四季を楽しんでいただき、ほっと一息つけるくつろぎの空間でひと時をお過ごしただければ幸いです。職員一同、皆様のご来店を心よりお待ちしております。



巣鴨信用金庫で5店舗目となるデザイン店舗

「喜ばれることに喜びを」

これからも地域の皆様のお役に立ち、より多くの方々から「取引して本当に良かった」とおっしゃっていただける信用金庫を目指してまいります。

巣鴨信用金庫 戸田支店
 戸田市本町 3-10-4
 TEL 048-441-1941
 FAX 048-441-1925
 URL <https://www.sugamo.co.jp>

窓口営業時間 平日 8:55~15:00
 ATMご利用時間 平日 8:00~21:00
 土曜 8:00~17:00
 日曜・祝日 8:00~17:00



朝日の本

お求めはASA戸田で

週刊朝日ムック
 司馬遼太郎と明治
 西郷、大久保の時代
 定価994円(税込)

幕末維新をテーマに数々のベストセラーを生んだ司馬遼太郎。その考察の軌跡を西郷隆盛、大久保利通、坂本龍馬、伊藤博文らを軸にたどりまわす。「週刊朝日」の人気連載を完全収録したシリーズ最新刊。

まごころプレゼント

ご希望のプレゼント名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、ハガキかFAXでご応募ください。

ハガキ 〒335-0023 戸田市本町 2-4-3 ASA戸田『まごころプレゼント』係

FAX 048-445-8166

☆応募締切 12月27日(木)

●重複応募不可 ●購読1部につき1回の応募とさせていただきます。●現品の発送をもって、当選発表にかえさせていただきます。

1 話題のお店や地域の人気店43店を掲載。

埼玉の寿司

5名様

埼玉の寿司 1の寿司 8の寿司

ASAHI BOOK PRESENT

抽選で10名様にプレゼント!

アサヒオリジナル パソコンで困ったときに開く本2019 定価1296円(税込み)

トラブル解決の定番書「パソコンで困ったときに開く本」シリーズの2019年版。最新の「Windows10」に対応し、パソコンやスマホ用語がわかる「IT&デジタル用語集1281語」や、詳しい対処法付きの「警告メッセージで困った44」など内容充実の1冊。

【応募方法】
 はがきに〒住所、氏名、年齢、電話番号、書名を明記し、〒104-8011(所番地不要)朝日新聞出版宣伝プロモーション部宣伝課「ミニコミ」係へ応募ください。12月31日(月)消印有効、2019年1月中旬発送。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。
 ※はがきをお送りいただいた皆さまの個人情報は、厳重な管理の下、朝日新聞出版の商品紹介に利用させていただきます。

今月の星占い

月影 沙織 つきかげ・さおり ルネ・ヴァン・ダール研究所 <http://www.rene-v.com/>

12.1~12.31

牡羊座 3.21~4.19	天秤座 9.23~10.23
牡牛座 4.20~5.20	蠍座 10.24~11.22
双子座 5.21~6.21	射手座 11.23~12.21
蟹座 6.22~7.22	山羊座 12.22~1.19
獅子座 7.23~8.22	水瓶座 1.20~2.18
乙女座 8.23~9.22	魚座 2.19~3.20

天声人語

書き写しノート 脳トレ版

シリーズ400万冊突破!

東北大学・川島隆太教授の監修で、脳トレ機能を追加。1分間でどれだけ覚えられたかで、あなたの脳年齢がわかります。

A4判 31日分 300円+税
 ●お求めはお近くのASA(朝日新聞販売所)で

健康は1杯の牛乳から!

森永乳業製品の宅配はいかがですか?

イチオシ! おすすめ商品

ベースリースマートヨーグルト

◎牛乳の2倍(190mg)のミルクカルシウム
 ◎香料・人工甘味料不使用

数千種類の中から選び抜いた特許成分「ビフィズス菌B-3」を配合! スマートな毎日を応援するヨーグルトです。スーパー・コンビニ等店頭では買えない宅配限定商品! ぜひお試しください!

宅配商品は上記の他にも多数取り揃えております。商品のお問い合わせはお気軽にご連絡下さい。ご興味のある方は戸田公園ミルクセンターまでご連絡下さい!

戸田公園ミルクセンター
 morinaga 森永乳業 特別店
 TEL 048-229-3609 FAX 048-445-8166
 お電話受付時間: 10時~18時(月~土) エンドー商事株式会社 戸田市本町 2-4-3
 FAX 受付: 24時間

網戸張り替え

1枚からでもOK!
 迅速・丁寧な作業を心掛けております。

お申込みは ASA 戸田
 TEL 048-434-7466 まで

「朝日新聞購読者様価格」		「一般者様価格」	
基本サイズ	1,500円	基本サイズ	2,200円
中	1,200円	中	1,700円
小	800円	小	1,200円
特大	2,500円(税別)	特大	3,500円(税別)

※上記は一般的な網の価格です。特殊な大きさや網は別途見積もり致します。

「森林と環境」のため 応援してください。

ご寄付・ご入会募集中

03-5540-7686
www.shirinbunka.com
 朝日新聞創刊100周年記念財団
 公益財団法人 森林文化協会

(公財)森林文化協会とともに自然を守る活動をしています

ASA戸田は、温暖化の危機から地球環境を守る活動に参加しています。

毎朝、新聞が届く暮らし。
 ASA戸田ウェブサイト <http://endosyoji.com>

携帯、スマホで今すぐアクセス。