

サイエンフリーマガジン



2022 **秋**
Autumn **号**

サイエングループ
慰霊祭2022

たくさんのご参加
ありがとうございました



サイエンでは毎年、大切な方を想う一日として慰霊祭を開催しております。
今年も3年ぶりにお客様をご招待してお盆に金沢・小松・加賀の各会場で開催しました。
会場に来られない方は、故人様へ宛てたメッセージカードを送っていただきました。
当日は328人のご来場、メッセージカードは339世帯から届き
皆様の想いのあふれた慰霊祭になりました。
来年も皆様のご参加をお待ちしております。

当日の様子はこちらからご覧いただけます。

サイエン 慰霊祭 検索

<https://www.saiengroup.com/memorial/>

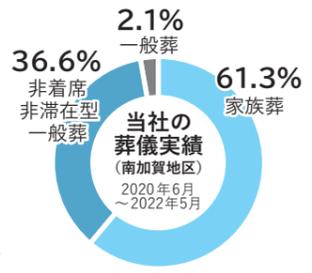


Ceremony Villa
Saien Courtyard

セレモニーヴィラ・サイエンコートヤード

2023年初旬 小松市白江町に
Grand Open

アフターコロナの
葬儀スタイルに対応
家族葬と、ご参列者が焼香やご遺族
への挨拶を行なった後に退出する
「非着席・非滞在型の一般葬」に
対応しております。
既に一般葬の中でも95%の方が
非着席・非滞在型を選択されています。
(当社調べ)



厳しい基準をクリア
徹底した感染症対策
除菌 消毒 換気 加湿
厚労省の指針に基づく除菌・消毒の徹底だけでなく、ビル管理法に
定められた推奨換気量をクリアする換気設備を備えております。
また、温湿度管理についても外気調和パッケージエアコンに浸透膜
加湿器を組み込んだ気化式加湿を行うなど徹底した感染症対策を
行っており国の補助事業対象として認められております。

ゆったりと過ごせる
プライベート空間
故人様とご遺族が過ごすプ
ライベート空間をご用意して
おります。式場と一体となつた
リビング、隣接したベッ
ドルーム・バス・レストルーム
を完備しております。

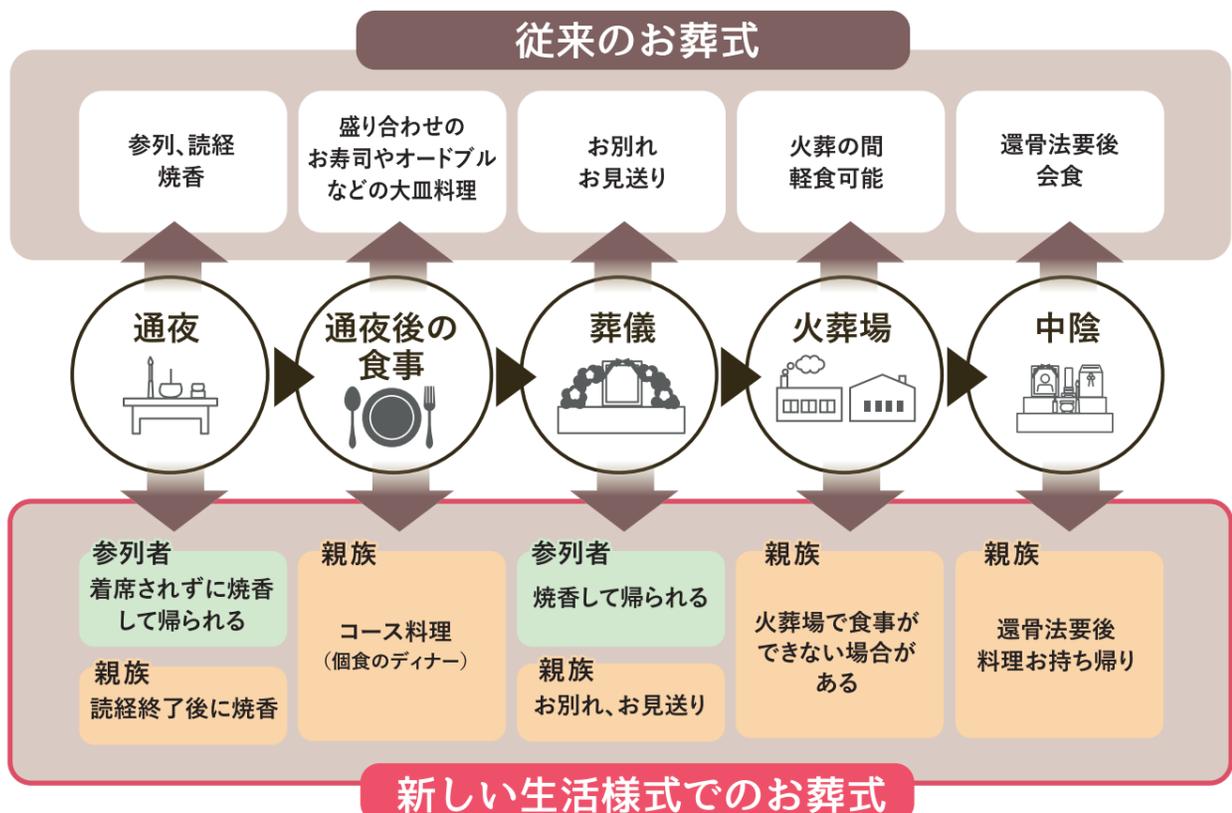
コロナ禍でも安心
新しい個食スタイル
コロナ禍でオードブル形式
の食事は好まれなくなつて
おります。新会館ではおも
てなしに最適なコース料理
をご用意しており、通夜・
中陰にご利用頂けます。

ホテルの様な寛ぎ
宿泊について
大部屋での宿泊ではなく
プライバシーが保てるよう、
ご遺族・ご親戚様がそれぞれ
ゆっくりと過ごしていただ
けるホテルのような宿泊設備を
ご用意しております。

新会館で行う
法要について
新会館には法要・会食専用
のお部屋を完備しております。
引き出物・お食事・駐車場の
手配、宗教者様のご対応等
すべてお任せください。

Coming Soon /
Ceremony Villa
Saien Courtyard
セレモニーヴィラ・サイエンコートヤード





非着席型で滞在しない お葬式が定着してきています!!

詳しく
解説します



コロナ禍での葬儀

これまで小規模化の流れで来ていたお葬式が、志村けんさんや岡江久美子さんの葬儀で、ご家族がお別れす
らできない姿を目の当たりにして、
やはり亡くなった方とお別れを望
む流れに変わってきました。

参列したいけど参列していいのかど
うか迷われている方がたくさんい
らっしゃる中、サイエングループでは
感染症対策を十分に行い、お世話に
なった故人様との最期のお別れを、
非着席型の通夜、葬儀で参列を制限
しないカタチをとっています。

また、「コロナ感染
拡大防止の観点
から、通夜後の
大皿料理や寿司
桶を中心とする
お食事や、葬儀
後の中陰のお食
事を避ける流れ

そのギモン
私たちが
解説致します!

保存版



葬祭コンシェルジュ
佐々木 学

参列しないお葬式



葬祭コンシェルジュ
宮崎 州生

になっておりますが、感染対策をきちんとして
通夜の食事は一人ずつの個食を用意し、葬儀後
は持ち帰りのお弁当を用意するなど、新しい生
活様式に合わせるニーズが生まれました。

サイエングループでは何でも省略や廃止をする
のではなく、本来の意味を尊重しながら形式だ
けは変えていくことをご提案しております。

**サイエングループがご提供
する新しい生活様式に合わ
せたお葬式**

新型コロナウイルスの影響でお葬式が小規模
化しているのは確かですが、サイエング
ループはお葬式に対して決して「小規模＝簡略
化」ということは考えておりません。ご家族や
参列されたいすべての方が悔いなくお見送り
できるようサービスを提供しております。

※左上の図を参照ください

火葬場での食事制限があり、葬儀が終わると
解散するケースが増えております(当社調べ)
しかし、お集まりいただいた方々と故人様を偲

んでゆっくり会食しながら想い出話をするのが
本来のお葬式のカタチだと言われています。こ
れは、故人様の供養でもあり、お越しいただい
た方々へのおもてなしでもあります。

そこで、新しい生活様式に合わせて、通夜の時
にディナー料理をご用意するケースが増えて
おります。先にも記載しましたが、従来の通夜
のお食事は大皿料理や寿司桶を取り分けるス
タイルが一般的でしたが、感染症対策を考慮
しお一人様ずつ、コース形式で温かいお料理を
提供するサービスは、サイエングループの特徴
と言えます。



最後に

参列を制限することで、葬儀終了後に「自宅
にお参りに来られる方がいらっしゃるという話
をよくお聞きします。ただでさえ葬儀で気落ち
され疲れている中、たくさんの方々がご自宅に
来られても受け入れ準備が満足に出来ず、余
計な負担を置くなど、ホールで参列していただい
ての葬儀にすればよかったとお声も数多くいた
だいております。

是非一度、新しい生活様式に合わせたお葬式
の話をお聞きください。

サイエングループの会館紹介

- 小松市**
セレモニーホール斎苑 小松本館
石川県小松市糸町2-1
- 小松市**
家族葬専用施設 斎苑HOME
石川県小松市糸町3-9
- 小松市**
セレモニーホール斎苑 小松南館
石川県小松市符津町い35

- 加賀市**
セレモニーホール斎苑 かが
石川県加賀市山代温泉36-177-1
- 加賀市**
セレモニーホール斎苑 山中
石川県加賀市山中温泉塚谷町1-123
- 金沢市**
セレモニーホテルSAIEN
石川県金沢市玉川町9番15

事前相談で不安を安心に!

最近では万が一の前にご相談に来られる方が増えております。
サイエングループでは、事前相談年間600件、過去15,000件の実績があります。お葬式について
少しでも不安に思う事があるようでしたらお気軽にご相談くださいませ。ご連絡をお待ちしております。

事前相談会場地図



ご相談の際は各会館の利用状況もございますのでお手数ですが
右記までご連絡ください。各会館の場所は左記をご覧ください。

事前相談ご予約専用ダイヤル

0120-526-055

相談無料
365日 24時間お電話を
受け付けております

24時間・年中無休で受付しております。寝台車ですぐにお迎えにまいります。

小松・加賀 能美エリア ☎0120-526-055 金沢 ☎0120-210-779 サイエン 🔍検索 <https://www.saiengroup.com>

サイエンにお任せください！ 不動産と相続のご相談

≡このようなお悩みございませんか？≡



それぞれのプロがご対応しますのでご相談は窓口一本化でサイエンへ



相続に関するお悩みを
ワンストップで
解決します



専門スタッフが適確なアドバイスをいたします。まずは一度ご相談ください。

ご相談 お見積り **無料** ☎ **0120-526-055** 受付時間 8:30～20:00 (年中無休)

SAIEN 斎苑
人生は、美しい。
セレモニーホール 斎苑

くらしの法律相談

答える人／弁護士 横幕武徳さん

Q 父の死後、遺産分割をしないままの山林があるのですが、何か問題はありますか？

A 2021年4月の民法等の二部改正により、相続から10年経過すると遺産分割での特別受益や寄与分の主張はできなくなります。

遺産分割自体は、いつまでに行わなければならないという法の定めはありません。ただし、特別受益や寄与分を主張するなら、相続から10年以内に行う必要があります。

特別受益や寄与分の主張は早めに

相続人が相続する財産の割合は民法で定められています。これを法定相続分といいます。しかし、各相続人が取得する遺産の割合は、必ずしもその通りとは限りません。

例えば、生前の父親から特に財産を贈与されていた人は、他の相続人がそれを特別受益だと主張することで、法定相続分より少ない遺産しか取得できないことがあります。また生前の父親に対する療養看護により、財産の維持・増加に寄与したので寄与分があると主張する相続人もいます。しかし、このような主張を各相続人が行うにしても、10年以上も前

の話を持ち出したのでは、説得力のある協議が交わされるはずはありません。そこで、2021年4月の民法等の一部改正で、相続開始後10年が経過したら、もうこのような主張はできないと定めたのです。

この改正法は2023年4月1日から施行され、すでに相続が発生しているものにも適用されます。ただし、経過措置として5年の猶予期間があり、相続から、①すでに10年経過している場合は施行日から5年、②10年経過する時が施行日から5年経過する時よりも前に来る場合は施行日から5年、③10年経過する時が施行日から5年経過する時よりも後に来る場合は相続開始時から10年経

土地を国が引き取る制度が創設

過時、がそれぞれ基準日となります。ところで、質問者が相続した遺産は山林です。山林は財産的価値が極めて低く、売却しようとしても買い手が現れない、買い手がいたとしても極めて低額を提示される、といったケースがほとんどでしょう。こんなことなら相続した山林の所有権を放棄したいと考えた場合、土地の放棄を認める法律上の根拠はあるのでしょうか。

民法では、所有者のいない不動産は国庫に帰属するという規定がありますが、土地の所有権の放棄を認める規定はありません。しかし相続し



た土地について、「遠くに住んでいて利用する予定がない」「管理が必要で負担が大きい」といった理由から、土地を手放したいというケースが今後増加することは十分予想されます。そこで、相続により取得した土地所有権の国庫への帰属を可能とする「相続土地国庫帰属制度」が民法と別に創設され、2023年4月27日からスタートします。

ただし、この制度を利用するには、土地の上に建物がないこと、土地に担保権や使用及び収益を目的とする権利が設定されていないことなど、細かい条件があります。そうした条件に当てはまるかどうかをまず検討する必要があります。



趣味又は特技
カラオケ、漫画/アニメ鑑賞

好きなもの
笑顔

セールスポイント
真面目。基本穏やかなところ

最近のビッグニュース
スタバの抹茶クリームフラベ
チーノの抹茶パウダーとやは
らは増量可能ということを最近
知ったこと

清水より皆さまへ
一年あつという間でした...。
引き続きがんばりますので、
よろしくお願いいたします。

コンシェルジュ
清水 隆文
しみず たかふみ

勤務地 小松本館
勤続年数 1年3か月



趣味又は特技
筋トレ、ポケモンカード収集

好きなもの
焼肉

セールスポイント
力仕事、備品準備はお任せ
下さい

最近のビッグニュース
コロナにかかって体重が4kg
落ちました

浅井より皆さまへ
失敗を恐れずに新しいことに
取り組み、できることを増や
していけるようがんばって
いきます!

グリーン事業部
浅井 大輔
あさい だいすけ

勤務地 小松本館
勤続年数 1年6か月



趣味又は特技
おしゃべり

好きなもの
温泉、ドライブ。美味しそう
なお店を見つけてドライブし
ながら帰りに温泉に入る流れ
が大好きです

セールスポイント
コミュカ

最近のビッグニュース
googleで「斜め」と検索する
と検索画面が斜めになる

山本より皆さまへ
少しでもお客様のために行動
できるよう努めます。これか
らもよろしくお願い致します。

コンシェルジュ
山本 大空
やまもと そら

勤務地 サイエン金沢
勤続年数 1年7か月



趣味又は特技
空手。学生時代に全国ベスト8
まで行きました

好きなもの
SF映画。スターウォーズ、
メンインブラック

セールスポイント
なんでも楽しんでやる。
「やりたくない」がほぼ無い

最近のビッグニュース
15キロ太ったけど
禁煙1年半達成!

東より皆さまへ
十年後も記憶に残り続けるお葬
式創りを手伝わせていただきま
す。よろしくお願い致します。

コンシェルジュ
東 亮介
ひがし りょうすけ

勤務地 小松本館
勤続年数 1年2か月

サイエンだからできる お葬式の後のお手伝い

お葬式の後もサポートします!

サイエンでは、ご遺族のみな様が前向きに歩き出すために、お葬儀の後も様々なお困りごとを解決するお手伝いをさせて頂いております。
ご相談・お見積りは無料ですので、お気軽にお電話ください。

1 遺品整理

サイエンでは遺品整理を形見分けの延長としてご遺族のお気持ちに沿いながら丁寧に対応させて頂いております。
見積りから整理まですべてサイエンスタッフがいたしますので安心してお任せください。



2 法事・返礼品

満中陰(四十九日)、初盆、一周忌、三回忌、七回忌など年忌法要にご用命ください。法要内容のご相談もお任せください。香典返し、お見舞い、お供えのお返しなど様々なシーンでご利用頂ける品を多数ご用意しております。



3 相続手続き

お葬式後は、相続・口座の解約・保険関係など様々な手続きが必要となり、慣れない方にはとても大変です。不安を感じる方は、ご相談下さい。



4 ハワイ 海洋散骨

ハワイの海での散骨供養ツアーです。船をチャーターしてご家族で散骨するプランと代理散骨するプランがございます。美しい景色に包まれて故人様との最後の思い出作りをしませんか。



5 墓地・墓石

墓地のご紹介、お墓の新設、建替、修繕、補修、移転、お墓じまいなど各種ご相談に対応いたします。



6 仏壇

伝統的な仏壇から上置仏壇・家具調仏壇など各種仏壇・仏具のご購入や仏壇洗いや補修などご相談ください。



スタッフ募集
STAFF

私たちと一緒にサイエングループで働いてみませんか。
気になる方は、**0761-21-6222** (総務担当) までお気軽にご連絡ください。

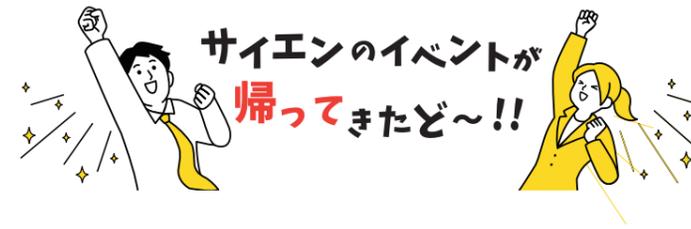
サイエングループ アフターサービス受付
0120-526-055

どんなことでもご遠慮なくお電話ください
受付時間 8:30 ~ 20:00 (年中無休)

ご相談
お見積り **無料**

Saiengroup Event Report イベントレポート

サイエンでは年間を通してイベントを開催しております。ここ2年は自粛しておりましたが、感染対策をしっかりと取りながら、いろいろなイベントを開催しました！今後も楽しい企画を考えますので、ぜひご参加ください！！



セレモニーホテルサイエンにて ディナー体験 2022/5/28.31

セレモニーホテルサイエンでは、お通夜の後やご法要の際にコース料理をご提供しております。新しい生活様式でのお葬式と、それに合わせたサイエンの新しいお食事を知っていただきたくて、ディナー体験イベントを開催しました！



趣のある会席室

ソーシャルディスタンスを守った「個食」形式のお食事



寛ぎの家族葬!ピンング

食事を楽しみながら皆さんお話もとても弾んでいらっしゃいました



創作料理のフルコースです！

ディナー体験は初めての企画でしたが、本当にたくさんのご応募をいただきました。抽選に漏れてご参加いただけなかった方には申し訳ございませんでしたがまた開催したいと考えております！！



ディナーの帝王
鈴木亮

落語公演「サイエン座」 2022/6/9

TVで活躍中の立川志らく師匠の一番弟子！「立川志らく」さんの落語公演を開催しました。当日は「子ほめ」「権助魚」「宮戸川」と三席もやっていただき、エネルギー溢れる語り口で会場は大爆笑でした。

最後は志らくさんからのプレゼントタイムもあり、最高に盛り上がりました！ご参加いただいた皆様、ありがとうございました！

座布団と幸せを運ぶ
砂田拓也



小松市の「セラボクタニ」にて三代目山本そら山本大空
絵付け体験をしました。素地（器）を選んで絵付けの世界に没頭～。下絵を用意して来られた方も多く、びっくりするくらいクオリティが高い作品ができました♪

九谷焼絵付け体験 2021/12/9



水引で作るペンダント 2021/12/13.15

今日も明日も笑顔満開！
藤原美穂

水引工房「自遊花人」さんを講師にペンダント作りを開催！基本のあわじ結びを応用して作るのですが、細かい作業、しかも水引がいうことを聞かなくて苦戦しましたが美しいペンダントが完成しました！



当日は私も「キング」となって会場を駆け回りました！

無料映画上映会 2022/6/16



映画コンシェルジュ 砂田拓也

映画コンシェルジュ砂田拓也が毎回こだわりの作品をお届けしております。7回目となる今回は「こまつ芸術劇場うらら」でアカデミー賞7部門受賞の名作「スティング」を上映しました。なんと50年前に作られた映画ですが華麗な衣装とセット、役者達のいぶし銀の演技、そして何度も騙されるストーリーに皆様とても楽しんでいました！次回もご参加お待ちしております！

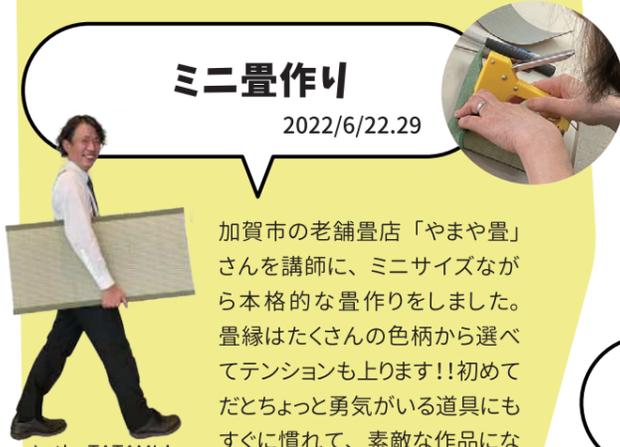
レザークラフト 2022/6/1.5



イベント初めて！イベント大好き！
清水 隆文・吉村 仁那

レザークラフト教室 clef de fa(クレドファ) さんを講師に、手のひらサイズのコインケースを作りました。一番のポイントは色選びと染色です！ボタン周りは綿棒で丁寧に塗り、ステッチも施して個性豊かなコインケースの完成です！

ミニ畳作り 2022/6/22.29



加賀市の老舗畳店「やまや畳」さんを講師に、ミニサイズながら本格的な畳作りをしました。畳縁はたくさん色柄から選んでテンションも上ります！！初めてだとちょっと勇気がある道具にもすぐに慣れて、素敵な作品になりました。

Let's TATAMI!
小出仙友孝

誌面で紹介しきれなかったイベントはパコナビでご覧いただけます。



パコナビ サイエン

会報誌のバックナンバーもご覧頂けます！



開運の
なでうさぎ



輪島

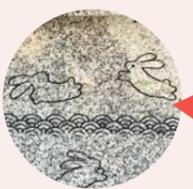
能登国輪島
じゅうぞうじんじや
重藏神社
主祭神
あめのふゆきぬのみこと
天冬衣命
おおくにぬしのみこと
大国主命

石川県輪島市鎮座、1,300年の歴史を誇る奥能登の古社。縁結びの神・大国主命を祀り「人・物・お金、すべての良縁を結ぶ神社」として信仰されています。また、輪島朝市と輪島塗の発祥の地としても知られ、年間30以上の祭事とともに輪島の伝統を今に伝えています。

輪島市河井町 4-69
Tel. 0768-22-0695



後ろ姿もかわいい！



台にも波で遊ぶかわいいうさぎ

体をなでることで開運をもたらすと言われているなでうさぎ。願い事をしながらなでると叶うかも！

「古事記」に登場する神話「因幡の白うさぎ」は重藏神社に祀られている心優しい大国主命様に助けられました。

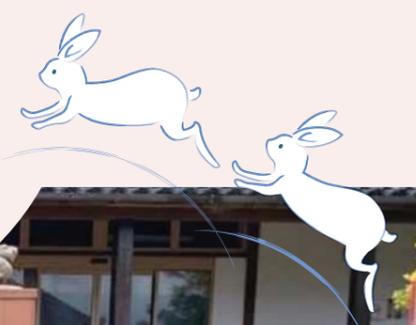


「うさぎ年生まれじゃないけど、行ってきちゃいました〜」
砂田にも幸運が訪れますように♪

... lucky rabbit ...

2023 年はうさぎ年
飛躍の年

来年の干支にちなんで、かわいく縁起の良いうさぎスポットを訪ねてきました



☆☆ 幸運を呼ぶ☆☆
と言われています



笹野 倫代 吉村 仁那

うさぎ年生まれの私たちが取材に行ってきました！

冬に食べたい
おいしいうさぎ



銘菓 福うさぎ (ちょこれーと)
チョコレートクリームの入ったチョコ餡をココアを練りこんだ生地で包みました。カカオの香りと甘く濃厚な冬限定の味わいが楽しめます (4個入・630円)

金沢

金澤 福うさぎ 本店

金沢市袋町 1-1
かなざわはこまち 1階
不定休 Tel. 076-225-8200
店舗情報は P20 にも掲載しております

プレゼントあり
福うさぎ詰合せ
プレゼント！
応募方法は巻末をご覧ください！

御朱印 月で遊ぶうさぎ / 「中秋の名月」御朱印



他にも見どころいっぱい！
年中行事や季節にちなんだ御朱印もいっぱい！
来年はうさぎの干支御朱印も頂けます♪



季節のお花が浮かぶ手水舎。心も清められます



芸能・スポーツ・学問の神様



砂ダヌキもいるよ！



うさぎ神社でみなさまの福を願いました



うさぎ広場でうさぎとふれあい



ふわふわもふもふなうさぎに笑みがこぼれます (抱っこ体験は土日のみ・有料)



ココロうさぎ 手作り体験

加賀

月うさぎの里

約50羽のうさぎが自由に過ごすうさぎのテーマパーク。えさをあげたり触れ合うことができ、癒されること間違いなし。日本最大級のうさぎグッズショップやお土産、体験やお食事処もありどなたでも楽しめます。

加賀市永井町 43-41
Tel. 0761-73-8116
(広場入場料) 大人 300円・小人 200円・3歳以下無料
営業日と営業時間はホームページをご確認ください

明治時代はうさぎに税金が掛けられていた!?



明治初期にうさぎを飼いたい人が続出し、珍しいうさぎを高値で取引したり品種を偽って売る者まで現れる事態に。危機感を感じた東京府がうさぎの飼い主に超高額のうさぎ税を掛けることで、市民のうさぎ熱が落ち着くことになったそうです。



うさぎは月=ツキの象徴!?

うさぎといえば月で餅をつく姿。古来から月は幸運、満月は円満な人間関係の象徴とされています。このことから、うさぎ=月の象徴=ツキ。つまり、運が良い。といわれています。ちなみに中国ではうさぎは月で不老不死の薬を作っているというおとぎ話もあるそうです。

うさぎは幸運を呼び寄せる!?

- どんな坂もピョンピョン登る→躍進の象徴
- 長い耳で情報収集→人間関係や商売繁盛
- 繁殖能力が高く多産→子孫繁栄や安産
- 逃げ足が速い→危険回避

このように古来よりうさぎは縁起がいい動物とされています。





気になるお店をご紹介！
行ってみたいなお店
「さぶろうべい」

伝統の味を「いま」に、
そして「次世代」に継ぐ。



イオンモール新小松店
〒923-8565 石川県小松市清六町315番地
イオンモール新小松1F
☎ 0761-46-6736
11:00~21:00(L.O 20:30)
JR[小松駅]より車で7分、イオンモール新小松内



高松総本店
〒929-1215 石川県かほく市高松丁42
☎ 076-281-0529
11:00~21:00(L.O 20:40)
JR横山駅 車・タクシーで5分、
のと里山海道「高松インター」、国道159号線沿い



野々市店
〒921-8815 石川県野々市市本町6丁目13-29
☎ 076-259-1751
11:00~14:30(L.O 14:00)
17:00~22:00(L.O 21:40)
[土日祝] 11:00~22:00(L.O 21:40)
北陸鉄道石川線「野々市駅」より徒歩15分、「太平寺」バス停より徒歩5分



藤江店
〒920-0345 石川県金沢市藤江北4-472
☎ 076-266-1555
11:00~14:30(L.O 14:00)
17:00~22:00(L.O 21:40)
JR金沢駅 車・タクシーで10分、国道8号線近く石川県庁すぐそば、
北鉄バス「藤江北」バス停すぐ

「石川県の名物」とも言えるほどに力をつけてきた「とり白菜鍋」。この石川名物の元祖となるのが、こちら「さぶろうべい」です。創業は昭和25年。戦後間もない時代、素材ひとつひとつを大切にしながら、お客様に喜ばれる味を試行錯誤しこの白菜鍋をつくりあげました。現在は高松総本店をはじめ、石川県に4店舗を構え、メニューもメインの白菜鍋のみならず、豊富にラインナップ。

白菜鍋はメインのお肉を親ととり・若とり・ぶた・とりもつから選ぶことができ、季節ごとにきのこや玉ねぎといった旬なトッピングも用意されている。サイドメニューでは創業から人気の「名物とりかわ」や、自慢の「鶏」を使用した唐揚げは大人気。キッズメニューやデザートも豊富にあり、店舗ごとに用意された限定メニューも楽しみ方の一つに。近くに訪れた際はぜひ足を運んでみては。



名物 とりかわ
創業以来変わらぬ味でさぶろうべいの大人気メニュー。これだけを自当の来店があるほど、ファンが多い一品です。
¥380(税込¥418)

創業70年以上の味、
石川県のソウルフード「とり白菜鍋」



健康 知っ得情報

監修/四谷メテカルキープ 手の外科、
マイクロサージャーセンター長「平瀬雄一さん」

更年期以降の女性は要注意
手指のさまざまな不調

放置されがちな手のしびれや指の痛み。きちんと治療して、生活の質を向上させましょう。

なぜこの年代の女性に多いの？

手がしびれる・こわばる、指が痛い、手や指が変形してきた、手がうまく動かせないなど、手指に関する症状の多くは年齢とともに出てくる「変性疾患」で、患者の9割が女性です。整形外科を受診しても、「年のせい」「使いすぎ」「治らない」などと言われ、放置されてしまうことも少なくありません。

たり、また、関節が腫れて関節軟骨が削がれ、痛みとともに変形しやすくなったりするのです。いずれも、更年期症状の一つと言えるでしょう。更年期症状には、ホルモン補充療法や漢方薬の処方などがありますが、エクオールという成分を摂取することで、症状の改善が期待できます。とくに変形の起こり始めの時期の症状改善に効果があります。

手指の痛みやむくみ、こわばりの原因

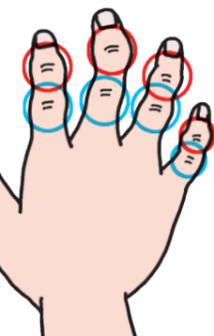
- ＜更年期前＞
エストロゲンの値が不安定
月経前症候群
- ＜閉経期・更年期＞
エストロゲンの急激な減少
- ＜更年期以降＞
エストロゲンの絶対的な不足
- ＜妊娠授乳期＞
エストロゲン低値

生活に支障が出るほど症状が重い場合は、日本手外科学会の専門医を受診することをお勧めします。

神経が圧迫されて起こるしびれ

手首の手根管には、親指から薬指までの感覚を担う正中神経が通っていますが、ここが圧迫されると小指以外がしびれる**手根管症候群**になることがあります。進行すると、常にも難しくなります。

親指の付け根が痛む



赤丸で囲んである第1関節に問題が生じるヘバーデン結節。青丸で囲んだ第2関節が腫れたり変形したりする場合はブシャール結節と診断される



びんやペットボトルのふたが開けられない、親指の付け根が腫れる、痛むといった症状は、**母指CM関節症**の疑いがあります。

指の関節の腫れや痛みは、変形性関節症の可能性があります。第1関節だと**ヘバーデン結節**、第2関節だと**ブシャール結節**といえます。ヘバーデン結節の治療は、テーピング、ステロイド注射、手術など。ブシャール結節は治療法が確立されていませんが、エクオールの摂取や関節内へのステロイド注射で痛みを緩和します。関節の変形がひどい場合は、人工関節の手術を行う選択もあります。

イラスト◎寺崎 愛

金沢 内灘海岸のすぐそばにある乗馬クラブ
ヴィテン乗馬クラブ・クレイン金沢



屋内練習場があり、天候関係なく楽しめます。初めての方向けの体験乗馬を受付けており、本誌を見た方は1/31までの期間中、体験乗馬に無料ご招待いたします。(装具レンタル・保険料として1,860円が別途必要) 要予約

☎ 076-239-0009
金沢市粟崎浜町1-7
電話受付 9:30 ~ 17:00
(月曜は16:00迄) 火曜休
(動物取扱業)登録番号:第106E001号
種別:展示 有効期限:R8.12.3
取扱責任者: 大久保佳代



こだわりの能登の美味しさを伝えたい
杉野屋与作金沢百番街店
(株式会社 能登半島)



能登で水揚げされた大振りの「のどぐろ」を干物にしました。そのほかにも能登の伝統食や無添加、鮮度にこだわった商品を多数ご用意しております。是非お立ち寄りください。

☎ 076-260-3763
金沢市木ノ新保町 1-1
金沢百番街「あんと」内 無休
8:30 ~ 20:00
<https://www.suginoyayosaku.jp/>

金沢 和菓子への思いを、とりどりのお菓子里に込めて
金澤 福うさぎ 本店



うさぎをかたどった小さな蒸し饅頭「福うさぎ」には、それぞれ石川 金沢の名産品を中心とした素材の餡を、ふんわりもっちりとした生地で包み込んでいます。風味豊かな味わいと可愛い形をお楽しみください。

☎ 076-225-8200
金沢市袋町1-1
かなざわはこまち1F
10:00 ~ 18:00 不定休
<https://www.fukuusagi.jp>

銘菓 福うさぎ
5種詰め合せ(10個入) 1,566円

金沢 素材の味わいを活かしたタルト専門店
Du Bon Temps (デュ・ボンタン)



厳選された旬のフルーツをふんだんに使い、素材の味わいを活かしたタルトと楽しい時間を創造するカフェメニュー。可愛くてどこか懐かしい安らぎの空間で「素敵な楽しい時間を過ごしてほしい」そんな思いを込めたお店です。

☎ 076-282-9948
金沢市袋町1番1号
かなざわはこまち 1F
10:00 ~ 18:00 不定休
www.kanazawahakomachi.jp/shop_list/du-bon-temps

野々市 北陸初、会員制の
ドッグカフェ、ドッグラン施設
D.E.

雨天でも使える屋内ドッグランがあり天候関係なく利用できる施設です。会員制で個室を予約して利用できる、わんちゃんと家族のプライベート時間をゆっくり過ごすことができます。金沢市額谷町には自然に囲まれた屋外ドッグランがあるので運動不足解消にバッチリです。見学、体験のプランを用意していますのでお気軽にお申込みください。

お申込みはこちらから /

☎ 076-220-6682
野々市市粟田 6丁目 377
10:00 ~ 21:00
定休日なし
<https://dogelements.jp/tour/> <https://dogelements.jp/>

あの日もこれからも・・・想い出のすぐそばに
能美 **八松苑**



八松苑では法要のお参り会場を常設しております。サイエン会員様には、ご優待割引とさせていただきます。(ご予約の際はサイエンまでご連絡をお願いいたします。)ご自宅でのお参りで、駐車場の確保やお部屋の準備等お困りの方は、お気軽にお問い合わせください。

☎ 0761-55-0248
能美市下ノ江町申 8
平日 10:00 ~
土・日・祝 9:00 ~
水曜、第2・4・5火曜休
<https://www.hassho-en.co.jp/>

金沢 ユーミンさんもお気に入り!ほうじ棒茶のお店
株式会社 松風園茶舗



松任谷由実さんが愛飲している看板商品「松乃棒」をはじめ、自家焙煎にこだわった特長のある棒茶が勢ぞろい!香り高い風味をぜひ一度ご賞味ください。
☎ 076-261-5879
金沢市長土堀 1丁目
18番 36号
11:00 ~ 17:00
日・祝祭休
www.shoufuen.com



金沢 非日常感漂う町屋で
味わう新感覚スタイルの
金沢薬味海鮮丼
TILE

きらきらと煌めく、艶めかしい鮮魚をコロコロと宝石の様に詰め込んだ金沢薬味海鮮丼。TILE(タイル)はお好きなネタをご自由にレイアウトする創作海鮮丼専門店です。築110年の町屋を改装した店舗は、にじり口が目印。オープンコードを入手して、美味しい宝石箱へのゲートをお開きください。

ネット予約はこちら /

☎ 076-255-2802
金沢市此花町 4番 18号
11:00 ~ 15:00 (L.O.15:00)
17:00 ~ 22:00 (L.O.21:00)
不定休
<https://tile-japan.jp/>

 このマークがついたお店は読者プレゼントがあります! 詳しくは裏表紙をご覧ください。

地元の名店紹介

一品料理からコースメニューまで

能美

割烹いしざき



毎日、市場へ行き新鮮なネタを
安く美味しく提供しております。
毎週火曜日、生中半額です。

☎0761-58-8880
能美市寺井町ち46
18:00 ~ 23:00
月曜休
<http://www.nanazushi.co.jp/>

「部屋」にはその人の「ルーツ」が垣間見える。

小松

Room Roots



小松市にあるインテリアショップです。
県内唯一の取り扱いとなるブランド「カリモク60(ロクマル)」「MARUNI60(ロクマル)」をはじめ、さまざまな家具・雑貨が並んでいます。ギフトも人気なので、生活の色々なシーンでご利用いただければと思います。

☎0761-46-5299
小松市今江町 3-703
11:00 ~ 19:00
水曜・木曜休
<https://room-roots.com>

相続手続き無料説明会 実施中

小松

吉田功税理士事務所・吉田美緒行政書士事務所



石川県を中心として相続に関するトータルサポートを行っています。相談に関する疑問・質問がございましたらお気軽にご相談下さい。電話やメールだけでなく、出張での相談も実施しております。

☎0761-24-6979
小松市福乃宮町2-5
ケイアイビル3F
9:00 ~ 17:00
土・日・祝日休

買取実績 20年以上!!

小松

ジャムル K



骨董品・ブランド品・着物・ジュエリー・
貴金属・ブランド衣料・家電など、
より専門的に、より幅広く、より便利
に、その道のプロが査定をするので、
信頼性が高いです。

☎0120-231-917
小松市大領町口 61
10:00 ~ 19:00
第1火曜休
<https://www.jamlk.info>

地元の食材で安心な食事を提供

加賀

北陸食堂



加賀市で50年続く地元で愛される食堂です。
気軽に立ち寄れるアットホームな雰囲気、名物カツ丼をはじめ豊富なメニューが揃っています。ぜひ一度お立ち寄り下さい。TAKE OUT、オーダブルも承っております。お気軽にご利用ください。

☎0761-74-1665
加賀市分校町ち12
11:00 ~ 15:00
17:00 ~ 21:00
火曜休

平日、日替りランチ
あります!

おいしい焼菓子を食べるならココ

加賀

橘香堂 Kikkado



焼菓子専門店ならではのバウムクーヘン・カステラ・パウンドケーキがたくさんあります。
熟練された職人が想いを込めて丁寧に作っています。是非ご賞味下さい。

☎0761-75-3331
加賀市伊切町1297番地
10:00 ~ 18:00
9月~4月は木曜休み
(祝日の場合は変更あり)
<https://kikkado.jp/>

プレゼントあり! このマークがついたお店は読者プレゼントがあります! 詳しくは裏表紙をご覧ください。

いかにして、いかに。改めましてみなさんには、
ありがたいことにこのページを仕立てていただけるとい
うこと、約10年書にかけた想いを様々な書体で書かせて
いただきました。楽しんでいただけます。

書道

世野 倫代
2022年 4月入社
小学3年生から書道を
始め、高校の書道部で
は個人作品のほか、
書道のパフォーマンスを
磨いてきました。



至るまでの工程すらも愛おしいのです。もはや我が子。
改良を重ねて表現できた時は嬉しいもので、そのこ
文字・色・書体でこの形にしていく。そして何層も
漠然としたイメージを表現する日記のような書。これら
命を書ける。書道。
相手を想いながら作成する

楽しさが湧き出てきます。
楽しいのですが、書くことでより
書体を見てみるだけでも
存在しています。それぞれの
他に、篆書体と隸書体
書体には、思いが、この
行書体・草書体が一般的に知られている
五つあります。楷書体。
書体には大きく分けて

文化です。
はい、までも色褪せることがなく美しく、良き、日本を感じられる素敵な
昔からの文化に触れる機会が少なくなっている現代。書というものは
問わす、それぞれの楽しみ方が、多様に感じます。
きました。今でも学校教育で基本を学び、その後、老若男女

奥深し
書道の起源は、六・七世紀頃に
仙教とともに伝わり、親しまれて

23

応募締切 2022年 **12月14日(水)** 必着

過去に当選された方も
ご遠慮なくどうぞ!

豪華! 読者プレゼント **77** 名様に Present 当たる



A 「株式会社 能登半島」
天然ぶりしゃぶセット (4人前)
冬の贅沢を存分にお楽しみください



3名様



ぶり、冷凍うどん、
うす切餅、ポン酢、
鍋だしのセットです

●お店の詳細は P21 をご覧ください

B 「Du Bon Temps」(デュ・ボンタン)
クリスマス 8 cut
X'mas だけのタルトと
人気のタルトをセレクト!!



5名様

●お店の詳細は P20 をご覧ください

C 「金澤 福うさぎ」
福うさぎ 5種詰合せ
(10個入)



30名様

うさぎをかたどった
小さな蒸し饅頭です

●お店の詳細は P17・20 をご覧ください

D 「とり白菜さぶろうべい」
お食事券 3,000円分



18名様

秘伝の醤油だれで味わう
名物・とり白菜鍋が絶品!

●お店の詳細は P19 をご覧ください

E 特別な日や贈り物に
アレンジフラワーケット



4名様

F 「ミカフェート」(5銘銘入り)
コーヒードリップバッグ

インタビューにご登場いただいた
石原良純さんご愛飲の品です



5名様

G 「カカオテ」
コフレシヨコラ 6個入 12名様



← 「パコットナビ」から
← ご応募の方 限定の
← プレゼントです!!

おめでとうございます

前号のご当選者様

“ズワイガニ”
ご当選されました♪



加賀市 橋上様

“クリスマスケーキ”
ご当選されました♪



金沢市 西中様

[応募方法]

必要事項をご記入の上、ご応募ください。
当選発表は賞品のお届けをもってかえさせていただきます。

① はがきで

同封の
はがきから
(切手不要)

② パソコンで

「パコットナビ」
応募フォームから
<http://pakotto.net/>
パコナビ 検索

③ スマホで

「パコットナビ」
応募フォームから

カメラでQRコードを
読み取ってください

12/14 [水]
必着

パコナビ応募が
オススメ!



※写真はイメージです。商品のデザインは変更になる場合があります。