



第3弾 おだわら梅丸商品券
商店街Wチャンスキャンペーン
ミナカ小田原で、
夏が弾ける！
お得な夏の情報満載！

大好評！
ゲンキノモト。
吉川先生の特別講座

小田原市商店街連合会公式 Web サイト
おだわら @465.net (おしるこー)
<http://www.0465.net/>
協力：NPO 法人小田原ブランド元気プロジェクト

第3弾 商店街Wチャンス・キャンペーン

小田原市商店街連合会に加盟している参加20商店街(会)で、「第3弾 おだわら梅丸商品券」を利用すると、各商店街(会)独自の期間限定な特典(お買い物券プレゼントや抽選会など)があります!! お買い物、お食事は小田原市内の商店街(会)で!!

*詳しくはP2をご覧ください。

期間：令和4年7月1日(金)～7月31日(日)の1ヶ月間
場所：小田原市商店街連合会
加盟参加20商店街(会)内の梅丸商品券取り扱い店舗
お問い合わせ：0465-22-5961 小田原市商店街連合会



「第25回 園児たちの夢の七夕2022」お堀端商店街振興組合

駅前アーケードからお堀端通りにかけて、市内の幼稚園・保育園25園の園児たちに願いを込めて短冊を書いてもらい、飾り付けをした生竹約30本を設置します。今年で25回目になる催しで、お堀端の夏の風物詩として長年親しまれています。

期間：7月1日(金)～7月10日(日)
場所：駅前アーケードからお堀端通りにかけて
お問い合わせ：0465-24-2211
お堀端商店街事務局(株)ナック中村屋(国安)



第3弾おだわら梅丸商品券 販売開始!

通知が届いた当選者の方は、6/27(月)から7/29(金)までの間に購入できます。(デジタル商品券は7/29、15時まで) 利用可能期間は7/1(金)から12/31(土)までです。

詳しくは「0465.net」内、特設サイトへ0465.net(オシロゴー)で検索!

創業650年
ういろう



本店は伝統の八棟通りの店構え



北条早雲に招かれて
小田原に來住した外郎家。
自家製の和菓子ぞう
どうぞご笑味下さい。
お菓子のういろうの始まりは、室町時代に外郎家が国寶のもてなしに考案した米粉の蒸し菓子で、家名より「ういろう」と呼ばれるようになりました。もっちりした食感とほのかな甘さが特徴。「かながわの名産一〇〇選」に選ばれるなど幅広い世代に親しまれる小田原の銘菓です。
また、季節の和菓子のおすすめは、手焼きの「若あゆ」。やわらかい生地で爽やかなレモン風味の小豆餡と求肥を包みました。
本店隣の中国料理「杏林亭」では、地元の食材中心に選りすぐりの素材を使用し、仕込みにこだわり健康にも気を配った本格中国ランチが楽しめます。

本店
TEL.0465-24-0560
小田原市本町 1-13-17
営業時間 10:00～17:00(喫茶 LO.16:00)
定休日 毎週水曜・第三木曜
<http://www.uirou.co.jp/>

ういろう 駅前店 調剤薬局
TEL.0465-24-0268
小田原市栄町 1-2-10
営業時間 9:00～18:00
(喫茶は土日祝日のみ営業 LO.17:00)
年中無休



ういろう 別館 杏林亭 (中国料理)
TEL.0465-43-6672
小田原市本町 1-13-16 (本店隣)
営業時間 11:00～15:30(LO.15:00)
定休日 毎週水曜・木曜



煎茶セット

小田原市
商店街連合会

第3弾

商店街Wチャンス キャンペーン

小田原市商店街連合会の加盟商店街(会)で「第3弾おだわら梅丸商品券」を利用すると各商店街(会)独自の期間限定な特典があります!!

地元商店街で更にお得に!

実施期間: 令和4年7月1日(金)~令和4年7月31日(日)

小田原錦通り商店街協同組合

ニッキーサマーフェスタ

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

錦通り商店街で「梅丸商品券」を500円以上ご利用のお客様に、応募ハガキを1枚差し上げます。(一部店舗を除きます)参加店ごとに応募ハガキが無くなり次第終了となります。抽選で錦通り商店街で使用できるお買物券が当たります。応募締め切りは、郵送の場合は8/4(木)到着分まで、商店街設置の応募箱は8/4(木)投函分まで有効です。8月中旬に厳正なる抽選会をおこない、当選者には8月下旬に賞品を郵送しその発送をもって発表に代えさせていただきます。

お問い合わせ: 0465-22-2860
錦通り商店街事務局(佐々木)

小田原駅前東通り商店街

東通り梅丸商品券 Wチャンス・キャンペーン

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

「おだわら梅丸商品券」を2,000円以上、お買い物・飲食でご利用されたお客様に限り、1組あたり1,000円(500円×2枚)の東通り商店街の限定商品券(各店舗数量限定にて)を差し上げます。(一部、配布・取り扱いのない店舗もございます)なお、東通り商品券の利用期限は8/31(水)までです。

お問い合わせ: 0465-23-6211(石塚)

駅前おしゃれ横丁商店会

梅丸Wチャンス スタートダッシュキャンペーン

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

期間中「梅丸商品券」をご利用のお客様に、応募用紙を差し上げます。後日抽選にておしゃれ横丁商店会でご利用できるお買物券が多数当たります。

お問い合わせ: 0465-23-5125(杉山)

小田原駅前お城通り商店会

Wチャンスキャンペーン

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

期間中「おだわら梅丸商品券」をご利用のお客様に、応募はがき(応募用紙)を差し上げます。後日抽選にて豪華賞品(旅行券など)をプレゼントいたします。

お問い合わせ: 0465-22-5528(樋口)

緑一番街商店会

梅丸商品券で加盟店舗限定 商品券をプレゼント

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

「梅丸商品券」をご利用のお客様に、ご利用した店舗で次回のお買い物に利用できる500円券をプレゼントいたします。なお、プレゼントの条件は「梅丸商品券」を利用して、各店舗が設定する購入金額以上のお買い物をした方となります。プレゼントの期間は7/31(日)まで、各店舗先着18名様500円商品券の利用期限は7/31(日)までとなります。

お問い合わせ: 0465-22-5370(平井書店)

小田原銀座商店会

第3弾 梅丸商品券Wチャンス

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

「梅丸商品券」をご利用のお客様1,000円ごとに応募用紙を差し上げます。後日、抽選で5組に「箱根ホテル」の一泊宿泊券(2名ペア)が当たります。

お問い合わせ: 090-2427-7223

小田原大工町商店会

梅丸でお得キャンペーン

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

「梅丸商品券」をご利用のお客様に、1,000円単位で最大10,000円まで5%還元チケットを発行します。大工町商店会内のみ利用可で、1,000円で50円分になります。(最大一度に10,000円利用で500円分のチケットです。)

お問い合わせ: 090-3574-8966(石橋)

うらち商店街

『お買物券もれなく進呈!』

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

「おだわら梅丸商品券」を1店舗で金額5,000円毎ご利用のお客様に、うらち商店街の参加店舗などでもご利用できる「お買い物500円券」などをもれなく進呈します。(各店舗進呈枚数に制限があります。)

お問い合わせ: 0465-22-8333(小田原不動産)

青物町商店会

青物町 梅丸とくとくフェア

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

商店会内で7/1(金)より月末まで「おだわら梅丸商品券」をご利用のお客様1,000円ごとに1枚のスクラッチカードを配布します。カードを削って出てきた金額が、令和4年7/31(日)まで商店会の店舗で利用できる商品券となります。(ハズレもあります。ハズレの場合にはお菓子を差し上げます。)

※スクラッチカードは無くなり次第配布を終了します。

お問い合わせ: 0465-22-9195(河西)

お堀端商店街振興組合

お堀端商店街お買物券 Wチャンスキャンペーン

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

期間中に「おだわら梅丸商品券」を1店舗で、1,000円以上ご利用したお客様に「お堀端お買物券500円券」を差し上げます。この「お堀端お買物券」は、おだわら梅丸商品券イベントに参加しているお店の発行店のみ使用可能です。(各店舗数量限定です)

お買物券使用期限: 7/1(金)~8/31(水)

*ただし、今回の会計時より使用可能。

お問い合わせ: 0465-24-2211
お堀端商店街事務局(株)ナック中村屋内(園安)

おだわら竹の花商店会

竹の花 夏の感謝、 梅丸Wチャンスプレゼント

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

期間中に「梅丸商品券」を2,000円以上ご利用のお客様に、梅丸取扱店舗より提供の商品をプレゼントいたします。プレゼント商品は数に限りがございますので、なくなり次第終了とさせていただきます。

お問い合わせ: 0465-22-5603(磯崎)

十字町商店会

梅丸商品券協賛 Wチャンスキャンペーン

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

「梅丸商品券」を500円毎ご利用のお客様に、十字町商店会発行の抽選券を1枚差し上げます。後日抽選をおこない、当選番号の発表を店頭にて行います。

景品は十字町商店会加盟の店舗で利用できる商品券(特賞5,000円分・1等2,000円分・2等1,000円分・3等500円分)。商品券の使用期限は令和4年9月中旬まで。

お問い合わせ: 090-3103-1305(金子)

しろやま商店会

梅丸商品券Wチャンス

期間 令和4年7月1日(金)~7月15日(金)

「おだわら梅丸商品券」を5,000円以上ご利用のお客様は、その場で当たる三角くじが1回抽選できます。当たりは、その店舗で利用できる1,000円の商品券1枚です。

お問い合わせ: 0465-34-8787(瀬田)

富水商栄会

Wチャンス梅丸商品券(デジタル&紙ベース) 10%還元キャンペーン

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

富水商栄会で梅丸商品券(デジタル版または紙版)をご利用のお客様に、富水商栄会でご利用できる商品券(10%)をプレゼントします。

お問い合わせ: 0465-36-3721(関田)

鴨宮飲食店組合

梅丸商品券で大抽選会

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

組合内の取扱店舗で「おだわら梅丸商品券」を1,000円分ご利用のお客様に、その場で当たるスピードくじを1枚差し上げます。当たりはその店舗のみで利用できる1,000円の商品券です。くじは枚数に限りがございますので、無くなり次第終了とさせていただきます。

お問い合わせ: 0465-47-2905(瀬戸)

鴨宮商栄会

ダブルチャンスセール

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

「梅丸商品券」ご利用1,000円ごとに、もれなく300円分のお買物券を差し上げます。お買物券は無くなり次第終了となります。

お問い合わせ: 090-3060-3685(松本)

鴨宮南部商工振興会

総額50万円分 お買物券プレゼント

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

鴨宮南部商工振興会の「第3弾おだわら梅丸商品券」取扱店舗で、「梅丸商品券(デジタルを含む)」500円をご利用のお客様にスタンプを1個押します。10ポイントたまったら取扱店舗のみで利用できる1,000円の商品券を1枚プレゼントします。(取扱していない店舗もありますので、ご注意ください。)

お問い合わせ: 090-3224-3002(こうけつ)

国府津商工振興会

国府津商工振興会より 豪華ホテル宿泊券が当たる大抽選会

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

国府津商工振興会の取扱店舗で「梅丸商品券」を1,000円ごとにご利用のお客様に、応募用紙を差し上げます。抽選で下記の景品が当たります。応募締め切りは、令和4年7/31(日)で、後日抽選会をおこないます。当選は商品の発送をもって発表に代えさせていただきます。景品: 1等⇒ヒルトン小田原リゾート&スパ【平日ペア宿泊券1組】2等⇒ミナカ小田原 天城園小田原別荘【朝食付きペア宿泊券5組】3等⇒小田原お堀端 万葉の湯【日帰り入浴券2枚1組10名様】

お問い合わせ: 090-5320-4363(朝倉)

早川みなと商店会

プレミアムWチャンス (1冊まるごと利用で1品サービス)

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

商店会内の取扱1店舗で「おだわら梅丸商品券」を1冊まるごとデジタル版(13,000円分)・紙商品券(12,500円分)ご利用のお客様に、その店舗の1品を差し上げます。1品は数に限りがございますので、無くなり次第終了とさせていただきます。

お問い合わせ: 090-1666-7422(鈴木)

下曽我ドリームシール会

梅丸商品券でWチャンス! ドリームシール5倍!! 8.3%の還元率

期間 令和4年7月1日(金)~7月31日(日)

通常お買い上げ200円に1枚のドリームシールを「梅丸商品券」ご利用のお客様には5倍の5枚差し上げます。150枚(6,000円分のお買い上げ相当)のドリームシールで500円の商品券として使用できます。(還元率は約8.3%です。)

お問い合わせ先: 0465-42-0826(内山)

ミナカ小田原で 夏が弾ける!

プレゼント
あり

この夏のミナカ小田原は、楽しいイベントと涼しいスイーツをご用意
避暑気分で一泊遊び尽くせませす
笑顔あふれる駅近ミナカへ、ご家族で、お友だちと、カップルで、
ぜひお越しください!

イベント 情報

~7/17(木)

七夕飾り

短冊に
願いを込めて
飾ろう



7/3(日)

第二回骨董市
in ミナカ小田原

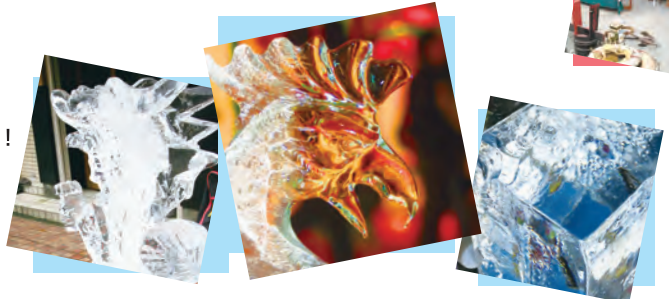
9:00~16:00
荒天中止



7/31(日)

氷の彫刻展示

ライブで迫力のある
制作過程をご覧ください!



7/16(土)

~8/28(日)

土日祝

ミナカ縁日

詳細はHPIにて
ご確認くださいませ



ミナカ小田原では
第3弾おだわら梅丸商品券が
全店で使えます!

小田原市観光PR
キャラクター「梅丸」

デジタルも
紙もOK

共通券も
地元商店専用券も
OK

※一部お取扱いの異なる店舗もございます
お城通り商店会のWチャンスキャンペーンにもご応募いただけます

涼スイーツ2022

夏の暑さを吹き飛ばす、
さわやかスイーツが揃いました!
お腹の中からひと涼み♪



クリームシェイブアイス
ストロベリー
680円(税込)
+サクサクトッピング
100円(税込)



【正庵オリジナル】
そばソフトクリーム
350円(税込)

二八蕎麦 正庵
タワー棟3F
西湘フードスタジアム
TEL.080-5057-4375



PON PON Dream
タワー棟3F
西湘フードスタジアム
TEL.0465-43-6566



れもんみるくジェラート
550円(税込)

ポルケッティアーモ
タワー棟3F
西湘フードスタジアム
TEL.0465-23-3557



ケーキセット
980円(税込)

スカイダイニング
タワー棟14F
TEL.0465-23-8989



小田原花火
ソフトクリーム
430円(税込)

金目鯛とくぞろ
小田原新城下町 1F
TEL.0465-46-6747



FUKUFUKUかき氷
ソーダ・果肉入りいちご 500円(税込)
チョコレート・果肉入りミックス
540円(税込)

福来ずずめ
3F 金次郎広場
TEL.0465-23-6508



ほうじ茶ムースソフト
572円(税込)
抹茶ムースマンゴーソフト
626円(税込)

一〇八抹茶茶廊
3F 金次郎広場
TEL.0465-20-5790



和桜(WAO)
小田原新城下町 1F
TEL.080-9550-1000

甘糍ソフトクリーム
480円(税込)

【限定】抹茶ほうじ茶フローズン
693円(税込)
パニラフローズン
594円(税込)



三本珈琲店
3F 金次郎広場
TEL.0465-21-3310

営業時間

ショッピング 10:00~20:00
レストラン 11:00~21:00
(西湘フードスタジアム 11:00~23:00)
展望足湯庭園 10:00~20:00

※通常時の営業時間となります。状況によって営業時間が変わる場合がございます。

公式HP

LINEアカウント



小田原駅直結!
小田原市栄町1丁目1番15号

詳しい情報はこちら! <https://www.minaka-odawara.jp/>

タワー棟14F
展望足湯庭園

素晴らしい眺望の中、
箱根湯本の天然温泉を楽しめます。
どなたにも無料で開放しています。

Maruta Joy Treats



DECORTE
AQ ミリオリティ リペアクレンジングクリーム n
¥11,000



ALBION
フローラドリップ ¥14,300
エクシア リッチミルク ¥13,200



BENEFIQUE
リセットクリア N
¥4,400

あなたのキレイがきっとみつかる



JILL STUART
ブリリアントジュエル オードパルファン
¥6,600



ANNA SUI
UV ベース
¥4,400

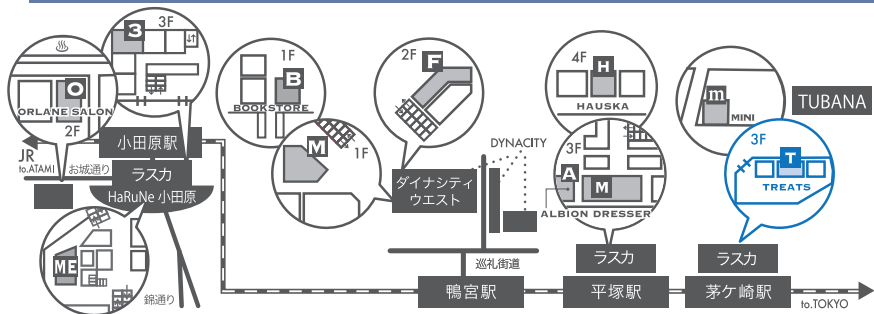


PAUL&JOE
プロテクティング ファンデーション プライマー
¥3,850



ADDICTION
ザ アイシャドウ ¥2,200
ザ コンパクトケース I ¥1,100

SHOP INFORMATION



ODAWARA
on the 3rd. 0465-21-2803
METRO MARUTA 0465-46-8634
ORLANE SALON 0465-22-7128

CHIGASAKI
TREATS 0467-53-8290
mini 0467-73-8490

KAMONOMIYA
FACTORY 0465-46-1700
BOOKSTORE 0465-45-0303
MARUTA JOY 0465-43-7665

HIRATSUKA
HAUSKA 0463-20-5627
MARUTA JOY 0463-26-3115
ALBIN DRESSER 0463-23-3048

マルタジョイ 〒250-0011 小田原市栄町2-1-28 <http://www.marutajoy.co.jp/>

目の疲れや頭皮のコりに!
炭酸泉ヘッドスパ
40分 ¥5,200 初回に限り ¥3,000

クレンジング・デコルテと顔のマッサージ・ホットストーン
マッサージ・バック・美容液イオン導入・頭と足のマッサージ

・フェイシャル(60分) ¥7,200
・〈ハッピーコース〉フェイシャル
60分+炭酸泉ヘッドスパ40分 ¥9,500

Aセット
40分(全身)+30分(足ツボ) ¥6,000

Bセット
60分(全身)+30分(足ツボ) ¥7,000

メガコース
90分(全身)+30分(足ツボ) ¥10,000

ボディケア通常メニュー
20分 ¥2,000 40分 ¥3,800 60分 ¥5,700
80分 ¥7,600 足ツボ30分 ¥3,000

ANGEクーポン 有効期限: 2022.8.30
40分以上のコース ¥1,000OFF
新規の方のみ、お1人様1回限り有効
曜日限定コース、キャンペーンは除く

ゲンキノモト。 Body Care Labo 小田原店
JUNES小田原103号室
フレスポ小田原
シティーモール
巡礼街道
青葉市場入口 貨物駅入口

ポディーケア・エステティック・巻き爪ケア
ゲンキノモト。小田原店
お電話でのご予約が確実です
Tel.0465-48-1009
http://www.genkinomoto.co.jp/
小田原市前川155-1 JUNES小田原103
営業時間/10:00(受付開始9:30)~20:00
定休日/水曜日 駐車場ございます!
★記事「特別講座」もぜひご覧ください!

客室清掃スタッフを募集しています。
お客様が滞在中
一番長くいらっしゃる
お部屋を作り
私たちと
「おもてなし」のお仕事を
一緒にしてみませんか?

スタッフ募集

・時給1,040円~1,500円
・1日4時間勤務
・月1日からの出勤可
・交通費規定支給
・車通勤可 ・制服貸与

HOTELLERIE
Maille Cœur
祥月

ホテル マイスクール祥月
神奈川県足柄下郡箱根町湯本468-1
Tel.0460-85-5748

成人式振袖&紋付
よどり 1000着

振袖ご成約の方
ゆかた一式
プレゼント

ブランド振袖
多数入荷!
大切なお嬢様のお支度は
私達にお任せください!

大展示会開催中!

無料
カウンセリング
付き!

小田原駅前
東通り
東口
西口
大工町
小田原
年金事務所

★むらまつ
衣業店

レンタルコスチューム 2階 フォトスタジオ完備 他店振袖持ち込みOK
小田原 むらまつ衣業店 小田原市栄町4-1-5
駐車場あり/(水)定休
※写真イメージです

TEL.0465-24-2838 小田原むらまつ衣業店 検索

むらまつ割引クーポン
1,000円 2022.9.4(日)まで有効
※ご契約時に貼る

日焼け
してしまった
その日のうちに!

日焼け止めを塗ったり、日傘をさしたり…
気をつけていても「ああ、赤くなってる!」
という日もありますよね。
そんな時、最初の行動で回復に差が出てきます。

① 冷やす
日焼けは軽いやけど状態、まず最初に
しっかり冷やして炎症を抑えましょう。
でも強いシャワーや刺激の強い氷を直
接使うのはNG!体温に近い水風呂
や、柔らかな冷却材で冷やします。

② 保湿
日焼け後の肌は乾燥してツパリ感
が。なるべく早めに化粧水などで水
分を補給してあげてください。その
後は潤いを逃さぬようにワセリンな
どで肌を覆います。ご自分の飲む水
分補給もお忘れなく!

③ ビタミン摂取
肌に良い栄養素はビタ
ミンA(卵・鰻など)、C
(いちご・レモン・ブロッ
コリーなど)、E(アー
モンド・アボカドなど)。サ
プリを利用して良い
ですね。

④ 睡眠
7時間以上しっかり睡眠をとることで
成長ホルモンが分泌され、お肌のター
ンオーバーがスムーズになります。

ANGE特別講座
ゲンキノモト。
Body Care Labo 小田原店
吉川先生に Vol.54
聞きました!

健康は土台から

吉川朝子先生

足裏には内側縦アーチ(土踏まず)・外側縦アーチ・横アーチと三つのアーチがあり、全身のバランスを支える機能や歩行時の踏み出す動力になるバネ作用、足の接地時の衝撃を和らげるクッション機能を担っています。運動不足や筋力の低下、老化、肥満、合わない靴を履き続けている等でこの三つのアーチ構造が低下してしまうと、外反母趾や内反小趾、扁平足、タコ、ウオノメなどの足のトラブルから身体の歪みに繋がり、膝や腰、股関節の痛み、肩凝り、姿勢が悪くなる等全身に影響が及んでしまいます。更に足の指をしっかり使えていないと踏ん張る力が弱くなり、つまずきやすく転倒するリスクも高まります。

歩く速度が遅くなったと感じている、膝腰痛、肩凝り、疲れやすい等の不調の原因は足にあるかもしれません。足裏の様子を是非チェックしてみてください。

チェック!
内側縦アーチの低下(扁平足)…靴の内側だけ踵が減る
外側縦アーチの低下(O脚になりやすい)…靴の外側だけ踵が減る
横アーチの低下(外反母趾、浮き指)…つま先が横に広がっている

●指がくっついていたり重なっている
●外反母趾や内反小趾など足や指が変形している
●タコ、ウオノメがある、角質が硬くなっている⇒ケアしましょう
●指を広げたり関節を曲げることが出来ない

足裏を整えるメリット
●転倒防止
●扁平足などアーチの改善
●歩行速度の向上
●スポーツでのパフォーマンスの向上
●体幹が安定する

1 壁などに手をつき腰幅に足を開き立つ。

2 足の指で地面を押すように意識しながら限界までつま先立ちをし元に戻る。10回繰り返す。

3 椅子に座り片足を太ももの上に乗せる。

4 足指の間に反対側の手指を入れる。

5 足裏を伸ばす。5秒キープ。

6 足の甲を伸ばす。5秒キープ。

7 足首を回す。

●足指でグーチョキパー体操
●正しく歩くことを心がける…
姿勢を正して踵から着地して、体重をつま先に移動させながら足の指で地面を蹴るように離す。歩幅は少し大きめに。

チェック!
片足を上げ
膝をお臍の高さまであげ
両手で抱えるようにして立ち
10秒キープ出来れば
足指を使うことが
出てきます。

ANGE特別講座
ゲンキノモト。
Body Care Labo 小田原店
吉川先生に Vol.54
聞きました!

健康は土台から

吉川朝子先生

足裏には内側縦アーチ(土踏まず)・外側縦アーチ・横アーチと三つのアーチがあり、全身のバランスを支える機能や歩行時の踏み出す動力になるバネ作用、足の接地時の衝撃を和らげるクッション機能を担っています。運動不足や筋力の低下、老化、肥満、合わない靴を履き続けている等でこの三つのアーチ構造が低下してしまうと、外反母趾や内反小趾、扁平足、タコ、ウオノメなどの足のトラブルから身体の歪みに繋がり、膝や腰、股関節の痛み、肩凝り、姿勢が悪くなる等全身に影響が及んでしまいます。更に足の指をしっかり使えていないと踏ん張る力が弱くなり、つまずきやすく転倒するリスクも高まります。

歩く速度が遅くなったと感じている、膝腰痛、肩凝り、疲れやすい等の不調の原因は足にあるかもしれません。足裏の様子を是非チェックしてみてください。

チェック!
内側縦アーチの低下(扁平足)…靴の内側だけ踵が減る
外側縦アーチの低下(O脚になりやすい)…靴の外側だけ踵が減る
横アーチの低下(外反母趾、浮き指)…つま先が横に広がっている

●指がくっついていたり重なっている
●外反母趾や内反小趾など足や指が変形している
●タコ、ウオノメがある、角質が硬くなっている⇒ケアしましょう
●指を広げたり関節を曲げることが出来ない

足裏を整えるメリット
●転倒防止
●扁平足などアーチの改善
●歩行速度の向上
●スポーツでのパフォーマンスの向上
●体幹が安定する

1 壁などに手をつき腰幅に足を開き立つ。

2 足の指で地面を押すように意識しながら限界までつま先立ちをし元に戻る。10回繰り返す。

3 椅子に座り片足を太ももの上に乗せる。

4 足指の間に反対側の手指を入れる。

5 足裏を伸ばす。5秒キープ。

6 足の甲を伸ばす。5秒キープ。

7 足首を回す。

●足指でグーチョキパー体操
●正しく歩くことを心がける…
姿勢を正して踵から着地して、体重をつま先に移動させながら足の指で地面を蹴るように離す。歩幅は少し大きめに。

肩こり・腰痛・膝の痛み etc.
あなたのその不調を整える!

地域に根ざして
皆様の健康を
サポート!
一人一人の
症状に合わせた
オーダーメイドの
治療を行います。

ANGE読者様限定 有効期限:2022.9.30
完全予約制マッサージ (保険外施術)

40分 ¥3,980→
30% OFF **¥2,780**

◎平日 14:10~ (各日1名限定)
◎土曜 13:10~・14:00~・14:50~ (各回1名限定)
お電話にてご予約お願いいたします 0465-44-4910

時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
15:00~19:30	○	○	○	○	○	○	○

WEBサイトはコチラ

開成町役場前
マックスバリュ
開成町役場
プラザ開成1F
かいせい接骨院
吉田島
至南足柄 至大井松田IC
マクドナルド
開成町役場前
プラザ開成
駐車3台
その他提携駐車場有
お声かけください

かいせい接骨院
0465-44-4910
開成町延沢854 プラザ開成1F

BAR SPATS
LIVE & DINNER

スパッツ 小田原駅東口 トヨタレンタカー
Tel.0465-20-2421
小田原市栄町2-4-3

<http://www.0465.net/omise/spats/>

7/16(土)~8/21(日) サマータイム営業19:00~24:00 定休日:木・日曜日

7/6(水)	小林新作 (Org) & 酒井仁 (G) Band	無料
7/8(金)	平岡達朗 (G) 平栗康夫 (A.Sax) 勝田ロン (Ba) 坂井耐事 (Dr)	1,000円
7/9(土)	NaNa & 金山Band	要予約
7/11(月)	山辺清美 (P&Vo)	チップ制
7/16(土)	MIYUKI BEACH HOUSE OPEN	
7/22(金)	50'Band	要予約 4,000円
7/25(月)	山辺清美 (P&Vo)	チップ制
7/27(水)	井口克彦ブルースPOPS	600円
7/29(金)	小林新作 (Org) & 松山夏子 (Vib) & more	1,000円
7/30(土)	小林新作 (Org) & 谷殿明良 (Tr) Band	800円

暑い夏は
ホッコリとおいふー

夏の土産や贈りものに、美味しくて涼しくて見た目も
きれいなもくもくのお菓子はいかがですか?皆が笑顔に
なる嬉しいギフト♪詰め合わせは発送もできます。

まるまるみかん 290円
わらび餅ふー 260円
水ようかんホッコリ 220円
大好きなおくりもの 1940円

地方発送可。お好きなお菓子で詰め合わせも作れます。
お気軽にお越しくださいませ。

ちいさな森のスイーツ
もくもく

Facebook
やってます

TEL.0465-43-9003
小田原市西酒匂 1-5-11
〈営業時間〉9:00~18:00
〈定休日〉木曜日 (駐車場) 有
<https://www.mokumoku-sweets.com>

小田原 宮崎駅 至高原
●セブンイレブン
●富士見小学校
●セブンイレブン
●コメダ珈琲
●もくもく★
●ヨークマート 西酒匂バイパス

御幸の浜に海の家が開く
真夏の37days

MIYUKI BEACH

Beach House SunShine
@ Bar SPATS

期間:2022.7.16(Sat.)~8.21(Sun.)
場所:御幸の浜海水浴場
営業時間:10:00~19:00

FM おだわら
87.9MHzで
MIYUKI BEACHから
毎朝生中継!

お得!
海の家までのTAXIの領収書を見せれば
1DRINKサービス!

サップで遊ぼう!
人気のサップボードの簡
単な楽しみ方を教えます。
ボードのレンタルもあり
ますので、現地でお問い
合わせください。

詳しくはHPへ

お問い合わせ:ライブラウンジ SPATS / 0465-20-2021 携帯(福田) / 090-3314-3933

露天風呂と個室で
のんびり極楽気分

安全と綺麗にこだわった、自家源泉100%の和風情緒溢れる温泉庭園です。
湯上りは休憩ルームでみんなとゆっくり。飲食の持込みも自由で、とっても
リーズナブル。ワンちゃん同伴可能な有料休憩室もあり、愛犬との箱根日帰
り温泉も楽しめます。

大人(中学生以上)
1,100円
子供(4歳以上小学生以下)
550円

※お得な回数券、11枚綴りで
10,000円もございます。
※当店舗の価格表記は
全て税込です。

湯本茶屋 湯遊び処 箱根の湯
TEL.0460-85-8080

神奈川県足柄下郡箱根町湯本茶屋 100-1
<http://www.hakonenoyu.co.jp/>
営業時間 / 10:00~22:00
(最終受付 21:00)
定休日 / 不定休 駐車場 / 60台 (無料)

プレゼント
あり

ANGE 読者プレゼント

●ご希望のプレゼント番号 ●お名前 ●郵便番号
●ご住所 ●電話番号 ●年齢 ●性別 ●アンケート
のご回答 をご記入の上、下記宛先までご応募
ください。

ハガキ 〒250-0011
神奈川県小田原市栄町 2-6-12
常見ビル 3F アンジュ読者プレゼント係

ネット <http://ange.mu/>
プレゼントフォームより

メール present@ange.mu
アンジュ読者プレゼント係

読者プレゼントアンケート

①行ってみたいと思ったお店がありましたか?
*店名や施設名もご記入ください。(複数回答可)
②アンジュをどこでお取りいただきましたか?
③面白かったページはどこでしたか? (複数回答可)
④使用した、または使用予定のクーポンはありますか?
*店名や施設名もご記入ください。(複数回答可)
⑤取り上げて欲しい記事はありますか?

応募締切
2022年8月28日(日) 必着

1 ミナカ小田原 和桜
 選べる甘糍スムージー
各¥690(税込)相当 10名様

2 湯遊び処・箱根の湯
 入館ペアチケット
¥2,200相当 5組10名様

※ご希望番号がない場合は対象外とさせていただきます。 ※お一人様一通のみ有効とさせていただきます。

見学予約フォーム開設!

安心・安全&効率的な住まいづくりはWEBで見学予約がおススメ!

詳しくは
コチラ!



merit
01

見学予約をしてから見学すると
待ち時間ナシ



merit
02

密も気にせず
スムーズ見学



merit
03

1度の申込で
最大3社の
見学予約が可能



ANGE読者様特典!

特別プレゼント 引換券

この引換券を切り取ってご持参いただき、センターハウスにて、「住まいのアンケート」にご回答ください。もれなくもらえるご来場プレゼントに加えて、特別プレゼントを1点差し上げます。

引換期間 **7/2土~8/21日** ※水曜日は除く

すっきりたためる! どこでもバスケット

※「住まいのアンケート」はABCハウジングからお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得します。ご回答は1世帯1名様、期間中1回限りさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※品切れの際は、他の賞品と変更になりますのでご了承ください。※賞品は写真と一部異なる場合がございます※色はお選びいただけません。 小田原

ABC HOUSING 西湘・小田原住宅公園 専用駐車場完備

●主催/朝日放送グループホールディングス ABC開発 ●住所/小田原市国府津1-4-65
※センターハウスは水曜日定休(祝日はオープン)
※モデルホームは各社定休日異なります。

お問い合わせはセンターハウス TEL.0465-49-2788 ●開場時間▶10:00~18:00 年中無休(年末年始を除く)

LINE公式アカウント

プレゼントクーポン 配信中!

ID検索 @abc_odawara

【新型コロナウイルス感染症拡大防止への取り組みとお客様へのお願い】

感染拡大防止と安全・安心のための対策を行いながら営業してまいります。ご来場を予定されているお客様におかれましては、咳エチケットや手洗い、マスク着用など、感染症対策にご協力いただき、体調管理にご留意ください。ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。

実施内容の変更・中止をおこなう場合もございます。イベント&キャンペーンの最新情報はABCハウジングのホームページをご確認ください。

ANGES DE VOYAGE Chapter 16 京都

~旅する天使たち 第16章 京都~

現代のシンボル、京都タワーからスタート!

街並みを歩くだけで楽しい!

京都を無駄なく回するには徒歩が一番! 一日で39,000歩、とことん歩き尽しました。

夏の京都には甘いものが似合います

お寺・神社・お庭・池 どれもかもしも何もかも素晴らしい!

ANGEのスタッフが旅をした様々な場所を紹介していく「旅する天使たち」。今回はTHE日本の観光地、京都です!華やかで艶やか、侘びと寂び、美しく荘厳な寺院群。都会と自然、古い歴史と最先端技術を併せ持つ魅力的な街です。

お知らせ

新型コロナウイルス 感染拡大防止のため 営業日・営業時間の変更、イベント等は延期または中止の場合がございます。ご了承くださいませようお願い申し上げます。

相原興業アドバンス扇町255・相原興業セルフフリーダー鴨宮・相原興業セルフフリーダー小田原・相原興業本社・朝ドレファ〜イーヘア小田原店・イーヘア渋谷店・伊豆箱根バス案内所・伊勢治書店ダイナシティウエスト店・イトーヨーカドー小田原店・WEショップおだわら・おだわらおカズ・うしろろ・ウェブギヤル・auショップ西湘・旨かもん・江嶋・エスポット湯河原店・O.R.V.栢山店・O.R.V.新松田店・小田原駅東口図書館・小田原ガイド協会・小田原観光案内所・小田原市商店街連合会・小田原市役所産業政策課・小田原第一信用組合各店・小田原百貨店板橋店・小田原百貨店栢山店・小田原百貨店寿町店・小田原百貨店渋谷店・小田原百貨店真鶴店・小田原百貨店南足柄店・小田原百貨店山北店・小田原百貨店湯河原店・小田原藤棚観光案内所・小田原不動産・小田原フラワー・ohashi・オリックスレンタカー小田原店・カーブス シティモール店・カーブド・プレジール・菓子工房 citron・榎の樹・かなさし眼科・神奈中スイミング・神奈中テニス・カフェレストランCOO・カメラのキタムラ飯泉店・ギャラリイ城山・漁港の駅TOTOCO小田原・牛角小田原店・銀座通り情報プラザ・クイーンズマートヤオマサシティモール店・グランリヴィエール箱根・クリーニング桐山・ゲンキノモト・合同庁舎・コートダジュール・コートデサラ・小嶋歯科医院・CosmeticKATORI・コロナワールド・車検のコバック足柄店・佐伯眼科・さがみ信用金庫本支店全32店舗・ザ・ビッグ二宮店・SHIN UPRIISING・サドルバック・ジーズキャフェ・ジャラマー・ジュエリーシマノ・ジュエリービッグ・商工会議所・湘南箱根登山湯本案内所・庄や本家店・新鮮館おだわら・スイーツベリー 久野店・スイーツベリー 下堀店・スパッツ・セブイレブンお堀端店・創業工房なかじま・ターミナルホテル・ダイドースポーツ・ダイナシティ・タイヤガーデン・ダルマサラ・タスカルショップ栢山店・高橋洋服店・TSUTAYAシティモールクレッセ店・TSUTAYA南足柄店・道とん堀・東洋ハウジング・ドコモショップ小田原店・ドコモショップ小田原東店・ドコモショップ南足柄店・トヨタレンタカー小田原駅前店・トヨタレンタカー新幹線口店・トヨタレンタリース鴨宮店・ドルチェ・ナオキ歯科・ナニモエ・なりわい交流館・日産自動車小田原東町店・日産レンタカー・日本政策金融公庫・箱根町観光協会・箱根湯本駅前観光案内所・箱根湯本旅館案内所・パピラ御殿場・HaRuNe小田原商店街プラザ・ピエタリアーノ・ピストロルバ・美容室ciel・美容室Musee美容室Rire・美容室LOOP・平井書店・藤沢自動車・BOOKOFF猿田店・ブックストアダイナシティ店・プティタプティ・フリーオート・プレスボ小田原シティモール1F・2F・ペンションはな・ポタジェララ・ホテルクニニ鴨宮・ホテルしるやま・ホテル東横INN小田原駅前口・ホテルドレイク・ホノルルエクスプレス・ホンダカーズ小田原店・マックスバリュ小田原荻窪店・マックスバリュ開成店・マックスバリュ開成駅前店・マックスバリュ平塚河内店・マックスバリュ平塚四の宮店・マックスバリュ南足柄岩原店・マックスバリュ湯河原店・真鶴観光案内所・まねきねこ小田原駅前店・マルタジョイオンザサード・マルタジョイ眞生堂ブランドストアラスカ平塚店・マルタジョイTREATS・マルタジョイハウスカ・マルタジョイメトロマルタ・美の政・ミスマーモール・みやま薬局・むらまつ衣裳店・メガネのシンコー・メロウレジェンド・麺や品・モンテイルキャンティ・ヤオコー・ヤオマサ足柄モール店・ヤオマサ大磯店・ヤオマサ大井町店・ヤオマサ鴨宮店・ヤオマサ久野店・ヤオマサ渋谷店・ヤオマサ中町店・ヤオマサ壘田店・ヤオマサ南足柄店・洋食居酒屋ラ・バルールド・横浜トヨペット(株)小田原店・横浜トヨペット(株)255店・LaLaPons・リサイクルとく市・ル・プリマージュ・Lea Lea・レストランマコ・ローソン栄町店・ロピア小田原高田店・わかむら・WABBIT・BOOK OFF大井町店

ANGEの情報内容につきましては、広告主から提供されたものであり、ANGEが保証するものではありません。ご了承ください。 ALL RIGHT RESERVED. THIS MAGAZINE PARTS THERE OF MAY NOT BE REPRODUCED IN ANY FROM WITH OUT PERMISSION OF NISHINADAVID CO.,Ltd PUBLISHED BY NISHINADAVID CO.,Ltd PRINTED IN JAPAN 禁・無断転載

アンジュ101号は2022年9月2日(金) 発行予定!
秋の情報満載でお届けします。どうぞ楽しみに!

「楽しい毎日」のヒントが見つかる♡

ANGE

http://ange.mu/

フリーペーパー・アンジュは左記各店様のご協力により設置・配布しております。ご自由にお持ちください。また、上記サイトからも紙面をご覧頂けます。

STAFF

PLANNING EDITOR 仁科 佳代
DESIGNER イガラシナラミ
DESIGNER 杉崎 のり
DESIGNER 野津 佳奈江
DESIGNER 仁科 芽衣
OFFICE STAFF 豊田 ちづこ
OFFICE STAFF タナカ ヨウコ

編集・発行 有限会社ニシナデヴィッド
発行責任者 仁科文之
〒250-0011 神奈川県小田原市栄町 2-6-12 常見ビル3F
TEL: 0465-22-2417 / FAX: 0465-22-2418
MAIL: ange@nishinadavid.info
URL: http://nishinadavid.info



3年分の夏を、天悠で。

日帰りで一日たっぷり

開業5周年記念

プレミアムランチ & ランチビュッフェ

相模と駿河の海と富士山麓から箱根にかけて豊かな自然を感じながらシェフが丹精込めて創り上げる健康的で味わい深い料理をお楽しみください。

- 期間：2022年7月16日(土)
～2022年8月31日(水)
- 時間：10:00～14:30
(最終入場13:00)
- 料金：大人 4,000円
小学生 2,500円
幼児(3歳～) 1,000円



開業5周年記念

プレミアムランチビュッフェ & ユネッサン

予約制

天悠のランチビュッフェとユネッサン(水着エリア)の入場がセットになったお得な日帰りプラン。約80種のプレミアムランチビュッフェをお召し上がりいただけます。お食事後、ユネッサンにて水着で温泉三昧をお楽しみください。

- 期間：2022年7月16日(土)
～2022年8月31日(水)
- 料金：大人 通常6,500円→5,500円
小学生 通常3,900円→3,000円
幼児(3歳～) 通常2,400円→2,000円

- 1部：11:00～お食事 13:00～ユネッサン
 - 2部：12:00～お食事 14:00～ユネッサン
 - 3部：13:00～お食事 15:00～ユネッサン
- ※ユネッサンフロントで受付後館内の連絡通路から天悠へご移動ください。



ご予約はこちらから

※料金は税込み価格。0歳～2歳は無料 ※お食事時間は90分制となります。 ※グループ(10名様以上)は上記料金から500円引き
※混雑時はお待ちいただく場合がございます。 ※駐車場有：天悠敷地内(ユネッサン付きプランのお客様はユネッサン駐車場をご利用ください1日/1,300円)

宿泊でゆったり贅沢に

2022 夏休みサマーフェスティバル プレミアディナービュッフェ 付 宿泊プラン

天悠初、期間限定で約50種類の和洋プレミアムディナービュッフェを楽しめる宿泊プラン。「オープンキッチンにて熱々のステーキ」「揚げたての地場野菜と魚介の天ぷら」「目の前で切り分けるローストビーフ」をライブキッチンでご提供!バラエティーに富み、選ぶ楽しさ満載の品数。夏を感じる天悠オリジナルメニューで、好きなものを好きなだけお召し上がりいただけます。コロナ禍で旅行に行けなかった3年分の夏を天悠でお楽しみください。

- 期間：2022年7月16日(土)～2022年8月31日(水)
- 料金：1室2名様利用時 お一人様29,700円～(入湯税別)
- 客室：温泉露天風呂付客室
- 食事：夕朝食ともに和洋ビュッフェ



ご予約はこちらから

