

100mm

C'

100mm

B'

97mm (内側に折り込む面)

A'



来年のカレンダーを用意し始めるこの季節、張り替えるときに気になるのが

「壁についた画鋲の穴」そんな時は、自分で補修しちゃいましょう!

材料

ティッシュ

爪楊枝

木工用ボンド



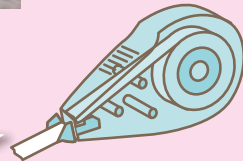
画鋲の穴は、上の3つで簡単に塞げます。騙されたと思って、ぜひ一度試してみてください。

- ①. 穴の入り口にボンドを付ける
- ②. そこにティッシュを押し当てる

- ③. 爪楊枝でティッシュを穴に詰める
- ④. 余分なティッシュをちぎる
- ⑤. はみ出た部分も穴に押し込む
- ⑥. 爪でクロス模様の凹凸をつける

材料

修正テープ



また、押しピン程度の大きさであれば、修正テープでキレイになりますよ♪

壁の穴を修正テープで何度か

貼り、そのあとを指でペタペタしてなじませると、パッと見では分からなくなります。

それでもやはり...

目立つ傷や汚れがある、  
壁紙の継ぎ目から剥がれてきた、  
などなど、大きな補修はやはり大変!  
そんな時は、どうぞ遠慮なく  
お問い合わせ下さいね。

オヒサマ サンサン

0120 FreeDial 012-013-3030

## カラダすっきり! イキイキ! 健康サプリ

【カリフラワー】



カリフラワーの旬は11～3月です。つぼみの集まりを食べる「花野菜」の一種で、ブロッコリーの突然変異から生まれました。

傷みやすく、鮮度が落ちると白い部分が黒ずんできます。すぐに食べないときは、茹でてから冷凍するようにしましょう。また買うときは真っ白でずっしりしたものを選ぶと良いですよ。これから寒い日にぴったりのやさしいクリーム煮♡ほっくりしたカリフラワーがとっても美味しいです。作り方も簡単にですよ。



雙柳館 浅川道場  
館長 浅川裕茲

私、登田が通う  
剣道の師匠に、  
日ごろ子供達へ  
お話している徒然を  
書いて頂いています。  
子どもの汗と笑顔は  
日本の宝

秋も足早にすぎ、  
今年も残りあとわず  
かとなりました。師走と言わ  
れるだけあつて、寒さも忘れ  
るほど忙しい日々です。ね。  
さて、当館で毎月行っている調べ学習  
ですが、4年生の課題を藤子・F・フジ  
オとしました。S君は手塚治虫を始めと  
する多くの漫画家が集ったアパート「ト  
キワ社」を取り上げ、トキワ社に仲間が  
集まって漫画を描いたり、漫画の話をつ  
くさんするところは道場と僕たちみたい  
だと思いました。と書いてくれました。  
子ども達の真剣な目、汗を流した後の  
笑顔は子どもたち自身も感じ取って  
くれたことを大変うれしく思います。  
前色の道場は剣道と花柳流の修練の  
場としてだけではなく、子ども達が大人  
になったときに帰って来られる「家」を  
作る、と願いを込めて先代  
夫婦が建てました。  
S君の「トキワ社は道場  
のようだ」のごとく、元旦  
稽古には、高校や大学で頑  
張っている子、県内外で活  
躍する社会人など、大きく  
なった「子ども達」がたく  
さん帰ってきてくれます。  
そんな彼らと剣を交えら  
れることは至福の時です。  
そうして「子ども達」と迎  
える元旦を半世紀ほど続け  
てまいりました。今年も元  
気に帰ってきてくれる卒館  
生にしっかりと応えられる  
ように、師走の忙しさにと  
らわれることなく、変わら  
ずの修練を続けていこうと  
思います。  
子ども達が剣道を通じて  
強く豊かに育つことを願  
います。



雙柳館 浅川道場 岐阜市前一色 2-2-10  
お問い合わせは **058-247-3676**  
見学をご希望の方はご連絡ください。



副館長  
浅川正堂

稽古の様子や  
開催場所につ  
いてはコチラ  
▶▶▶▶▶

