

人・街・元気!

ばど

No.1287
2014.07.18

135 隔週金曜日発行・無料

久里浜・三浦
エリア

知れば知るほど、私の街は面白い!

人・街・元気 TOPICS

旬の野菜が当たる!

ヨコスカぐるっとスタンプラリー

日々の疲れや痛みにはサヨナラを

カラダの悩み解決宣言!

ジモトのお買いもの情報をチェック

ショッピング&催事スケジュール



ばどクンの公式Facebookスタート!

ばどクンFacebook |

検索

ばどはPCでも見られます kanagawa-y.padonavi.net

ばどPO <http://padopo.jp> 『ばどボ』で検索!

旬の夏野菜を食べて
元気いっぱいになろう!

夏に不足しがちなカリウムやビタミン類、トマト、キュウリ、ナスといったカラフルな夏野菜を美味しく摂取して、夏バテや熱中症を予防しバツワルに過ごしましょう。

K KINEYA
J E W E L R Y

価格に自信あり!! 他のお店さんを見てから
最後に来て下さい!!

昭和36年横浜に創業し、お客様で地域の方から信頼と実績を培って変わらず真面目にやっております。明るい窓口なので、初めてのお客様・女性のお客様大歓迎です。地域一番の信頼店を目指しております。是非、お気軽にご相談ください。

買い取りもお任せください

<http://www.kineya.jp>

HPで毎日価格更新中

7月9日(水)買取価格例

K18 3,410円(税込)

PT900 4,630円(税込)

【買取例】

K18 100g キーチェーン 463,000円(税込)



貴&ジュエリーキネヤ
横浜本店(岡野店)

☎0120-211205

国 西区岡野1-13-1

☎ 10:30~19:30

☎ 年中無休

駐車場
あります

ジュエリーキネヤ

伊勢佐木町店

☎0120-262253

国 中区伊勢佐木町3-104

☎ 10:30~19:30

☎ 年中無休

ジュエリーキネヤ

関内店

☎0120-884055

国 中区伊勢佐木町1-6-5

☎ 10:30~19:30

☎ 水曜定休

手数料
一切無し!

女性1人でも
入りやすい
店内です

三浦市の
お客様のため
お電話でも
お申し込みが
できます

ばど総合お問合せ窓口(広告掲載のお申込み、配布を希望されない、誌面内容に関するお問合せなど。ばどボスティングスタッフ、読者モニターの応募のお問合せもこちらから!!) ☎0120-090-810



寝具店
汗を吸って寝心地の悪くなった布団がふかふかに☆
☆創業36年作れる!直せる!洗える!町のふとん屋さん☆「打直し」も「羽毛ふとんリフォーム」もふとん職人が伝統の技でふわふわの質感を蘇らせます店内でもふとんを豊富に取り揃え♪
【ふとん丸洗いコースが20%OFF!!】
(敷・掛け共) (S)3,000円/(D)4,000円
(羽毛掛け) (S)5,000円/(D)6,000円



特典 有効期限: 2014年8月31日まで
ふとん打直しカード加工!
おまかせコース 800円〜!!
※高級羽毛本有り※配送無料
※カード加工(最高レベルの打ち直し)

特典 有効期限: 2014年8月31日まで
羽毛ふとんリフォーム
+足し羽毛(300g)付19,000円〜
※洗濯可能
※オゾン加工で消臭・殺菌効果有り

ふとん工房エビヤ

北久里浜駅

☎0120-40-6006
〒104-0041 東京都中央区銀座1-60-10
10:00~19:00
※月曜日 価格全て(税別)です
※一部地域ではフリーダイヤルがご利用出来ない場合がございます。
その際は046-853-6006までお願いします。

払い過ぎのお金が 戻ります!

キャッシングなどで借入と返済を繰り返した方には「過払い金」があります。弁護士が交渉代行をしています。完済した後でも10年以内なら返還を受けられます。信用情報(ブラックリスト)にものりません。
予想以上の金額が返ってきますので、金額の調査だけでもしましょう(契約書やレシートがなくても会社名だけで調査計算できます)。まず、お電話をください。相談は全て無料です。また、着手金も無料です(交渉により取り戻した場合その金額の中から20%の報酬だけを受けています)。



弁護士法人
**関内駅前
法律事務所**

代表弁護士 米山安則

業務時間 ※祝日は原則休業
月曜~金曜日 10時~18時
土曜日 11時~16時

問合せ先
横浜市中区尾上町2-27
大洋建設関内ビル8F(旧朝日生命横浜関内ビル)
0120-640-675
<http://www.kan-nai.jp>



MF 接骨院

Healing the mind and the body

MF CLUB

Healing the mind and the body

マグロで有名な神奈川県三浦市三崎に接骨院とスポーツクラブが同時オープン致しました!そして、その院長は何と「元」リーガーの鈴木将太なんです!引退後は湘南ベルマーレのアカデミートレーナーや柔道整復師としてカラダに関する仕事を経験してきた彼が、あなたのカラダをメンテナンスします!スポーツをする方も、健康に気遣う方も、御気軽に立ち寄りください。



都心にある接骨院・スポーツクラブとは少し違った体験ができると思います!

院長: 鈴木 将太

取材: 衛シーエフネット 0120-177-213

MF 接骨院 料金表

■保険適用施術		
初回	1割	2割
	¥500前後	¥1,000前後
2回目以降	1割	2割
	¥200前後	¥300前後

■保険適用外施術		
基本10分	¥1,000	
電気療法	¥500(約15分)	
超音波療法(保険適用の方 ¥0)	一般の方(一部位) ¥100(5分)	
巻き爪(要予約)	¥4,000	
外反母趾	【片足】保険 ¥100	
	【両足】保険 ¥200	

MF CLUB 料金表

■入会金	¥5,000
■会員料金(月額)	
・男性	¥6,000
・女性	¥5,000
・学生(15歳以上)	¥4,000
・シニア(65歳以上)	¥4,000

■ビジター 一般料金(日額)	
・男性	¥1,200
・女性	¥1,000
・学生(15歳以上)	¥800
・シニア(65歳以上)	¥800

※スポーツクラブ内の器材・設備をご利用できます。(一部対象外の器材設備がございます。詳しくは係員までお声掛けください。)

子供も大人も
おじいちゃんもおばあちゃんも
ココロもカラダも癒してくれる

- 酸素カプセル導入!
「集中力・記憶力の向上」「ケガの早期回復」「ダイエット効果UP」
「アンチエイジング」「疲労回復」など様々な効果が得られます。
- 豊富なコースが魅力のラジオ波!
ラジオ波と呼ばれる高周波によって体内でジュール熱(摩擦熱)を発生させる最新機器です。肩こり・腰痛・冷え性・フェイシャル・部分痩せなどに効果があります。
- 正確なカラダを知るITO-InBody!
体の4大構成成分や骨格筋、脂肪、部位別の筋肉バランスを高精度に測定できる設備となっております。

特別メニュー 料金表

■酸素カプセル(要予約)		
	会員	一般利用
20分	¥1,500	¥2,000
40分	¥2,500	¥3,000
60分	¥3,500	¥4,000

■ラジオ波コース(要予約)		
	会員	一般利用
フェイシャル(20分)	¥2,400	¥3,000
肩・腰部(20分)	¥2,400	¥3,000
肩・肩甲骨(20分)	¥2,400	¥3,000
腕部(20分)	¥2,400	¥3,000
下半身(30分)	¥3,600	¥4,500
全身(50分)	¥6,000	¥7,500

■ITO-InBody		
・会員 ¥0	・一般利用 ¥300	・学生(15歳以上) ¥100

ばど就者限定プレミアム特典
**MF CLUB 入会金
入会特典あり**
※本誌をご持参下さい。
※他サービスとの併用不可。
2014年8月末まで

ばど就者限定プレミアム特典
**酸素カプセル・ラジオ波
会員料金で利用可能**
※本誌をご持参下さい。
※他サービスとの併用不可。
2014年8月末まで

年中無休 ※予約優先制
MF 接骨院 MF CLUB
【施術時間】AM 9:00~14:00 【営業時間】9:00~21:00
〒238-0243 神奈川県三浦市三崎3-1-2
TEL **046-801-3835**
FAX

**MF 接骨院
MF CLUB**
京急久里浜線 三崎駅より
京急バス15分乗車 徒歩2分
※お車でお越しの方は、専用
駐車場をご用意致します。
詳しくは店頭までお尋ねください。

人・街・元気!

ばど

No.1287
2014.07.18

134 隔週金曜日発行・無料

横須賀中央・
衣笠
エリア

知れば知るほど、私の街はおもしろい!

人・街・元気 TOPICS

旬の野菜が当たる!

ヨコスカぐるっとスタンプラリー

日々の疲れや痛みにサヨナラを

カラダの悩み解決宣言!

ジモトのお買いもの情報をチェック

ショッピング&催事スケジュール



ばどクンの公式Facebookスタート!

ばどくんFacebook

検索

ばどはPCでも見られます kanagawa-y.padonavi.net



<http://padopo.jp> 『ばど水』で検索!



旬の夏野菜を食べて
元気いっぱいになろう!

食に不足しがちなカリウムやビタミン類、トマト、キュウリ、ナスといったカラフルな夏野菜を美味しく補給して、夏バテや熱中症を予防しバツバツに過ごしましょう。

ご自宅に眠っている
車ありませんか?

只今、車買取り強化月間中/地域No.1を目指します!

知らなきゃ損!! 廃車が1万円以上に!

当社へ自走持込の場合、軽自動車は5,000円以上

ORANGE

あなたの愛車
買取します。

安心

Auto Service

中古車保証

廃車高価買取

無料査定で
マックカード
500円分
プレゼント!!

ばど読者特典
今なら契約すると
(廃車買取除く) 8月末
有名テーマパークの
ペアチケット
プレゼント!!
更に夏休みなら
査定額が3万円UP!!

オレンジ オート

横須賀市武4-1-9

☎0120-699-888

営業時間 [平日] 18:00~20:00

[土日] 19:00~19:00

[休] 土日以外の休日、GW、年末年始、休業

オレンジオート



ばど総合お問合せ窓口 (広告掲載のお申込み、配布を希望されない、誌面内容に関するお問合せなど。ばどボスティングスタッフ、読者モニターの応募のお問合せもこちらから!) ☎0120-090-810



MF 接骨院
Healing the mind and the body



MF CLUB
Healing the mind and the body

マグロで有名な神奈川県三浦市三崎に接骨院とスポーツクラブが同時オープン致しました！そして、その院長は何と！元Jリーガーの鈴木将太なんです！引退後は湘南ベルマーレのアカデミートレーナーや柔道整復師としてカラダに関する仕事を経験してきた彼が、あなたのカラダをメンテナンスします！スポーツをする方も、健康に気遣う方も、御気軽に立ち寄りください。



都心にある接骨院・スポーツクラブとは少し違った体験ができると思います！

院長：鈴木 将太

取材：株式会社エフネット 0120-177-213

MF 接骨院 料金表

■保険適用施術

初回	2割	3割
¥500前後	¥1,000前後	¥1,500前後
1割	2割	3割
¥200前後	¥300前後	¥500前後

■保険適用外施術

基本10分.....¥1,000
電気療法.....¥500(約15分)
超音波療法(保険適用の方 ¥0)
一般の方(一部).....¥100(5分)
巻き爪(要予約).....¥4,000
外反母趾.....【片足】保険+¥100
.....【両足】保険+¥200

MF CLUB 料金表

■入会金.....¥5,000

■会費料金(月額)

男性.....¥6,000
女性.....¥5,000
学生(15歳以上).....¥4,000
シニア(65歳以上).....¥4,000

■ビジター 一般料金(日額)

男性.....¥1,200
女性.....¥1,000
学生(15歳以上).....¥800
シニア(65歳以上).....¥800

※スポーツクラブ内の器材・設備をご利用できます。(一部対象外の器材設備がございます。詳しくは係員までお声掛けください。)

子供も大人も

おじいちゃんもおばあちゃんも

ココロもカラダも癒してくれる

■酸素カプセル導入！

「集中力・記憶力の向上」「ケガの早期回復」「ダイエット効果UP」「アンチエイジング」「疲労回復」など様々な効果が得られます。

■豊富なコースが魅力のラジオ波！

ラジオ波と呼ばれる高周波によって体内でジュール熱(摩擦熱)を発生させる最新機器です。肩こり・腰痛・冷え性・フェイシャル・部分痩せなどに効果があります。

■正確なカラダを知る ITO-InBody！

体の4大構成成分や骨格筋、脂肪、部位別の筋肉バランスを高精度に測定できる設備となっております。

特別メニュー 料金表

■酸素カプセル(要予約)

	会員	一般利用
20分	¥1,500	¥2,000
40分	¥2,500	¥3,000
60分	¥3,500	¥4,000

■ラジオ波コース(要予約)

	会員	一般利用
フェイシャル(20分)	¥2,400	¥3,000
背・腰・肩(20分)	¥2,400	¥3,000
肩・肩甲骨(20分)	¥2,400	¥3,000
膝(20分)	¥2,400	¥3,000
下半身(30分)	¥3,600	¥4,500
全身(50分)	¥6,000	¥7,500

■ITO-InBody

・会員¥0 ・一般利用¥300 ・学生(15歳以上)¥100

MF CLUB 入会金
入会特典あり
※本誌をご持参下さい。
※他サービスとの併用不可。
2014年8月末まで

MF CLUB 入会金
入会特典あり
※本誌をご持参下さい。
※他サービスとの併用不可。
2014年8月末まで

年中無休 ※予約優先制
MF 接骨院 MF CLUB
【施術時間】AM9:00～14:00
PM16:00～21:00
【営業時間】9:00～21:00
〒238-0243 神奈川県三浦市三崎3-1-2
TEL **046-801-3835**
FAX

MF 接骨院 MF CLUB
京急久里浜線 三崎口駅より
京急バス15分乗車 徒歩2分
※お車でのご来訪の方は、専用
駐車場をご用意致します。
詳しくは店頭までお尋ねください。

声を届けてよりよい地域へ

もっと知りたい！ 選挙運動のあれこれ

選挙が始まると街中に選挙用ポスターが貼られたり、駅前で演説が行われたりします。

それら選挙運動のルールを今号でご紹介します。

どんな活動が良い・悪いなど、選挙のルールを学び意味のある一票へ繋げていきましょう！

選挙運動とは・・・？

選挙運動は、各候補者の政見や政党の政策などを知り、一票を投じる判断の基礎となる大事な活動です。しかし無制限な自由を認めると、その選挙が候補者の財力などによって歪められる恐れがあるので一定のルールが設けられています。

選挙運動の期間：立候補届が受理されたときから投票日前日まで。



NGな選挙運動(例)

◆戸別訪問

投票を依頼したり、投票を得させない目的で戸別訪問することは禁止です。

◆飲食物の提供

原則として、湯茶といわゆるお茶づけ程度の菓子のほかは禁止です。

OKな選挙運動(例)

◆文書図画

- 選挙運動用の通票はがき
- ビラ
- ポスター
- 候補者がつけているたすき
- 新聞広告
- 選挙事務所のポスター、立札、看板など

◆政見放送

◆街頭演説(8時～20時)



企画・編集はと編集部

011280698001

011280730001