ココラデ

FREE 11 2022



インタビュー
シンガーソングライター
野川 算海さん
のがわ さんかい

地元にやさしい リアル忘年会

もっと! パンで幸せ

第16回 田辺・弁慶映画祭 コンペティション部門 入選作品

星の導き ホロスコープ占星術
エンタメPick up!
ここらでエクササイズ

VOLUME 086
2022年11月1日発行
icolab イコラボ
あなたといいコラボ

KUMON
ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆

お子様の習いごと、大人の学びなおし、趣味に一。
美しい文字は職場や日常でも役立つ
一生モノの財産です。



11月無料体験受付中
学習期間：11月10日(木)～11月30日(水) 3回体験可
各教室へのお問合せ TEL.090-8212-5719(横畑)

公文書写 岩代教室
みなべ町東岩代903-1
(東岩代集落センター内)
●水曜日14:00～19:00

公文書写 田辺下屋敷教室
田辺市下屋敷町57
●火曜日15:00～19:00
●土曜日 9:00～12:00

※今般の情勢により、在宅での無料体験学習に変更させていただく場合がございます。

TAKE 5!
田辺エキストラ商店街
OPEN SHUTTER PROJECT
DATE 11/12 sat
TIME 10:00～17:00
PLACE 田辺駅前商店街

駅前商店街にこの日だけ特別に集まるエキストラ店主たち。
最近はコロナで寂しげだったあのお店のシャッターもオープン！

- CAST -

シバカメ舎／twinkle／緋衣草／なかのかわ農園プリン部 ／じぞうど／laughter／本とポン
ICHIE cafe／マルナカ食堂／to market／macaron／Harmonie
花いちもんめ／TOYOマート／山長商店／BokuMoku & w-story／亀右衛門56／神島屋

HANG OVER／はま乃／南紀みらい(株)サテライトオフィス／アイシティ田辺駅前店／ティールーム ピュア／千吉屋／プラムガーデンオカハタ／ディスカウントショップ198／野菜果物 おおた／多幸招く／紀南薬局／OVER FLOW／喫茶バーグ／田辺電化センター／ワシントン／健康館／鈴屋／焼きたてぱん D' oh!／Chrome Cat／浜口精肉店／tanabe en+／DJANGO Hostel&Lounge／ユーズ／しまちゃん／マルナカ食堂／Bar Oct.／ホテル南海楼／お好み焼きショウ／reve／K's cut ROCO／くまの風水舎／トイランド ヨネクラ／ハローフルーツ／ペットフード専門店ぽん太／クリヤマレコード／ハングアウト／トヨタレンタリース／the CUE

協力：株式会社山長商店

田辺エキストラ商店街実行委員会(事務局 南紀みらい株式会社)
和歌山県田辺市湊41-1 TEL 0739-25-8230

和歌山県知事選挙

決める、和歌山。



18歳から投票できます。

みんなで選挙

投票日に予定がある方は
期日前投票ができます。

投票日 令和4年 11/27(日) 執行予定

田辺市選挙管理委員会 田辺市明るい選挙推進協議会

エンドリングフェイシャル
たるみに特化した小顔矯正
今すぐやれば、まだ間に合います！

スッキリ
二重あご
ほっぺのたるみ
まぶたのたるみ

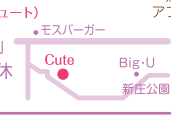


※個人の感想です。

～お試しキャンペーン～
通常価格 8,000円
初回限定 3,900円(税込)
2022年11月30日まで



エンドリングフェイシャル認定サロン
美小顔矯正サロン Cute(キュート)
0120-553-809 予約制
営業時間 10:00～18:00 不定休
田辺市新庄町3435-17



驚きのビフォーアフターはコチラ

発行 イコラボ 〒646-0061 和歌山県田辺市上の山1-3-28 TEL.0739-34-3344 FAX.0739-34-3343 メール info@icolab.jp ホームページ https://www.cocorade.net/

「染み渡るノスタルジックメロディ」

「やっと肩の力が抜けてきたかも」と自身の音楽についてはにかみながら話すのは、50年近く歌い続けてきたシンガーソングライター野川算海(のがわさんかい)さん。語りかけるような歌声、丁寧になぞられた情景描写に、臨場感のある表現が聴く人の心を揺さぶる。現在は地元田辺を離れ、大阪で活動中の野川さんのライブ『野川算海 LIVE in 高山寺』が、来る11月23日(水祝)に開催される。当日の曲目は、魚の引き売りのおばちゃんを題材にした『ローレンスライ』や『高山寺』など、田辺を描いた楽曲をメインに構成されるそう。野川さんの歌を聴けば、誰もが田辺の古き良き時代の街並みを思い描くだろう。それはその景色を知らない人だったとしてもだ。



シンガーソングライター
野川 算海さん
のがわ さんかい

野川さんとギターの出会いは小学生の頃。当時、宮崎の従兄弟が田辺に来ていて、ギターを教えてもらった。そして時折ギターを借りては、思いのままに歌を作っていた。そんな幼少期を経て、青春時代を迎えたある日『クリヤマレコードでレコード会社のオーディションがあるけど、お前行けへんの?』と先輩から一報が入った。当時すでに田辺市内でライブ活動をしていた野川さんは「行ったって、俺が勝つの分かってんのにって本気で言うてましたね(笑)」当時はコレだったので、と鼻の前に拳を掲げ天狗を真似た。そして本当に優勝してしまった。賞金で仲間と騒ぎ、副賞で地元のラジオ番組にも出演した。だが「井の中の蛙になりたくない」と思い立ち大阪へ一。

大阪では音楽活動の合間にバイトで日銭を稼いだ。こうして地元を離れ、働いたり音楽仲間に出会うたび、だんだん世間が判かってきて自身の未熟さに恥ずかしさを覚えたという。「二十歳くらいのときにGONTITIのチチ松村さんと知り合って、ギターを弾いてもらったら『えっ!めっちゃ上手っ!!』ってもうカルチャーショックというか、打ちのめされました」とレベルの違いに驚くとともに、いろいろ考え直したと語る野川さん。「心がパキーンですよ(笑)」だがそんな出会いも大いに刺激となり、成長の糧に。後に代表曲となる『天王寺の夢』を引っ提げてヤマハポピュラーソングコンテスト、通称ポプコンに出場。関西の決勝まで進んだ。

その後は庭師を生業としながら、ライブ活動や楽曲制作は続けていた。「自分では"プライベートソング"なんて呼んでるんですが、友達の結婚式やら節目の時なんかに曲を作って贈りつけてるんです(笑)」そしてその数は500曲を超える程とも。歌詞やコードを収めたファイルは部屋を圧迫するほどに。正にライフワーク、野川さんにとって音楽は欠かすことのできない相棒となっていった。

それを確かに感じさせる出来事が野川さんに降り掛かった。ある時、ふっと鬱状態に苦しむことに。診断は男性の更年期障害。「ずーんと、気持ちが落ち込んでいくんです。テレビ観てるときでも、何かの瞬間に、得体の知れない不安感が押し寄せてくるんです」と、その時を振り返る。「この音楽が俺を救ってくれたんです。あの暗闇に引きずり込まれそうな時も、ギターを持って誰かのために曲を作ろうとした、作りたいという自分がおった」そんな"誰かのために"が自身の曲作りの原動力であり、また音楽が家族と同じように人生の支えにもなっていることを痛感。「ああ、生かされてるなって感じました」自分自身と音楽と、周りにいてくれる人たち。幾重にも重なるハーモニーとなって、今日もまた新たなメロディが生まれる。

11 EVENT November

白良浜deひらひらTシャツアート展
- 日時:11月3日(木)～6日(日)
- 場所:白良浜
- 内容:全国から集まったTシャツアートが白良浜をひらひらする圧巻の景色
- 問合:しらひらバリアフリーアート実行委員会 TEL.0739-33-2278(NPO法人ころん)

モリモリ!紀南フェスティバル
- 日時:11月6日(日) 10:00～16:00
- 場所:旧南紀白浜空港跡地(小雨決行・荒天中止)
- 内容:地域の魅力溢れる飲食、特産品、体験ブースや自衛隊・警察・消防の車両展示など
- 問合:白浜・田辺青年会議所 TEL.0739-22-8763

吉野熊野国立公園パートナーシップイベント 自然観察教室「秋の動・植物を観察しよう」
- 日時:11月6日(日) 10:30～14:00
- 集合:旧皆地小学校(田辺市本宮町皆地) ※小学生以下は保護者同伴
- 内容:南紀生物同好会と共催で秋の動植物の観察
- 持物:弁当、水筒、筆記・採集用具、防寒着など
- 問合:ふるさと自然公園センター TEL.0739-25-7252

第16回 田辺・弁慶映画祭
- 日時:11月11日(金)～13日(日)
- 場所:紀南文化会館 大ホール
- 内容:上映作品や詳細は本紙3ページを参照
- 問合:田辺・弁慶映画祭実行委員会 TEL.0739-26-9929(田辺市観光振興課)

第3回 親子で学ぶeスポーツ子ども塾
- 日時:11月12日(土) 14:00～15:30
- 場所:情報交流センター Big・U 研修室4
- 内容:日本eスポーツ連合和歌山支部谷本翔太氏を招きeスポーツを通じた学びを育む ※本紙広告をご覧ください
- 定員:親子20組(先着順)※子どもだけの参加可
- 問合:NPO情報セキュリティ研究所 TEL.0739-26-7100

田辺エキストラ商店街
- 日時:11月12日(土) 10:00～17:00
- 場所:田辺駅前商店街
- 内容:この日だけ!エキストラ店主によるグルメや雑貨の販売、ワークショップなど ※本紙広告(表紙下)をご覧ください
- 問合:田辺エキストラ商店街実行委員会 TEL.0739-25-8230(南紀みらい)

第7回 紀南ベースボールフェスティバル in 和歌山田辺
- 日時:11月13日(日) 開会式9:00～
- 場所:田辺スポーツパーク野球場
- 内容:今年は野球伝来150年の年!次の世代への野球愛・地元愛を育みます 硬式野球試合、各種ショータイム、子ども向け野球体験あそボール(14:30～)など
- 問合:紀南ベースボールフェスティバル実行委員会 TEL.090-7754-8014(東)

第65回 笑って笑ってPeek-a-Boo!
- 日時:11月13日(日) 10:00～17:00
- 場所:インフィニートホテル&スパ 南紀白浜
- 内容:心の癒し・体のメンテナンス、手作り雑貨や楽しいワークショップなど
- 問合:Cadog(きゃどっく) TEL.0739-33-7689 メール cadogmbb@gmail.com

弁慶市
- 日時:11月20日(日) 8:00～11:30
- 場所:扇ヶ浜公園カッパーク
- 内容:田辺市の物産品が揃う毎月恒例の朝市
- 問合:南紀みらい株式会社 TEL.0739-25-8230

舞ダンス2022!
- 日時:11月23日(水祝) 開場12:30 開演13:00
- 場所:紀南文化会館 小ホール
- 内容:今年で一区切り!フリースタイル、ファンクジャズ、フラメンコ、フラダンス、よさこい、三味線、タヒチアンダンス、ジャンルの枠を超えてのコラボダンスもあり!
- 問合:C+ TEL.0739-81-0808(前日迄)

チェーンロックフェス vol.1 ～人と人との繋がりに感謝っ～
- 日時:11月27日(日) 開場11:00 開演12:00
- 場所:新庄総合公園 野外音楽堂(雨天決行・荒天中止)
- 出演:Swamp Drop・THE ASTRONAUTS・アロエルート・ZUBATTS・メトロロ・YuMe
- 内容:地元の元気のためのチャリティー音楽祭 MCはすみたに、グルメブースもあり
- 問合:チェーンロックfes実行委員会 TEL.090-3354-9323(さがの)

情報は主催者側の都合により予告なく変更される場合がございます。詳しくは主催者側またはお問合せ先にご連絡ください。

野川算海 LIVE in 高山寺 「庭の真中を風がはしる…」
野川算海(VO・G)/出口煌玲(横笛)
[日時] 2022年11月23日(水・祝) 14:00開場/14:30開演
[会場] 高山寺/本堂裏手・旧本堂 田辺市稲成町392
[料金] 2,000円(自由席)
[問合] 野川算海コンサート実行委員会(スポーツショップオハナ内) TEL.0739-26-2378

と。
『パンとコーヒーと世界遺産』 入場料 ¥300～ ※お買い物にはエコバッグをご持参ください
11/12(土) 10:00-16:00 闘雞神社 境内(雨天決行)
和歌山県田辺市が誇る世界遺産"闘雞神社"。この地を舞台に開催される、パンとコーヒーと神社のイベント。参加店舗は県外からを含め20店舗以上!
《詳細はホームページ[https://www.to-toukei.com/]をご確認ください》

紀南応援情報紙 ココラデ
広告掲載店募集
紀南で広告・宣伝をお考えの方はぜひ一度ご連絡ください。レスポンス広告・イメージ広告・求人広告などなど、しっかりとお話を伺い、最適の広告プランをご提案いたします。
紀南のスーパーや公共施設等に設置しております。PCやスマホでも見れます。www.cocorade.net/
毎月1日発行 ※曜日の関係で発行日が前後する場合がございます。
発行数 10,000部
お気軽にご連絡ください icolab イコラボ TEL.0739-34-3344 〒646-0061 田辺市上の山1-3-28 info@icolab.jp www.icolab.jp

～良質な時間と空間を創造する総合クリエイトグループ～
イベント音響・照明・演出/映像制作/サウンドコンテンツ制作
YouTubeなどの動画編集や配信、また音響・映像に関する機材の購入から設置、アフターケアまでトータルでサポート致します。
AHS エイ・エイチ・エス 和歌山県田辺市末広町3-34-1F
お気軽にお問合せください! TEL/FAX 0739-34-2956 Website http://ahs-web.com

和歌山県田辺市 創業明治30年 梅干・梅酒の専門店
紀州梅の里 なかた
〒646-0292 和歌山県田辺市下三栖1475
☎0739-22-2858(直営店・工場見学)
営業時間 9:00～17:00 年中無休
売店情報 http:www.nakatafoods.co.jp/shop/
梅干の試食 梅酒の試飲
工場見学 ギャラリー見学
梅酒・梅シロップ手作り体験(要予約)
梅干・梅酒の試食・試飲、梅酒・梅シロップ手作り体験は、感染拡大防止を考慮し、しばらくの間お休みさせていただきます。
紀州梅の里なかた あおい店
〒646-0031 和歌山県田辺市湊23番13号(紀伊田辺駅から徒歩5分)
☎0739-26-4848【営業時間】9:00～18:00 ※日祝は17:00まで(年中無休、年末年始に短縮営業あり)
製造販売元/ 中田食品株式会社
〒646-0292 和歌山県田辺市下三栖1475
☎0739-22-2486
「紀州梅の里なかた」では、従業員のマスク常時着用、手洗い徹底、手指の消毒、検温、体調管理、店舗の消毒の徹底、感染予防カーテンの設置等、感染拡大予防への取り組みを行っております。

昨年に引き続き、今年のキングオブコントも凄かったー!設定や世界観、演技まで本当によくできてて、ちゃんとバカバカしさも残してる。感動すら覚えました☆ そしてめちゃ笑った。(ココラデスタッフ みかろ)

TANABE BENKEI FILM FESTIVAL

第16回 田辺・弁慶映画祭

2022年 11月 11日(金) 12日(土) 13日(日)

紀南文化会館 大ホール
田辺市新屋敷町1番地

コンペティション部門 入選作品

◀鑑賞券不要（無料）

コンペティション部門は、本応募作品を含めた劇場公開3作品以内の若手映画監督が手掛ける2021年以降に完成した30分以上の作品。
今年は、全国から応募のあった過去最多180作品の中から予備審査を経た、こちらの7作品が入選作品として上映され、本映画祭期間中に審査や投票を経て、11月13日（日）の表彰式においてグランプリ等の各賞が発表されます。

※状況によりイベント内容が変更となる場合がございます。予めご了承ください。

11/11(金) 13:00~14:13



NOT BEER

金の買取の約束を取り付けた二人組の詐欺師・鮫島と押切。しかし、約束の相手であるハルエのもとを訪れると通夜が行われていた。
「私、瀧ハルエの財産は、通夜の日に最後まで残った方に、相続いたします」
弁護士・辻が遺言を読み上げると、ハルエの孫・早妃を含む四人の騙し合いが始まる。
ニセモノの嘘つきたちがたどりついた“最後の嘘”とは!?
嘘が嘘を呼ぶハートフルワンシチュエーションコメディー。

監督／中川寛崇
出演／玉城裕規　相馬理　永瀬未留　園田あいか　今出舞　田村響華　佐渡ツムジ　石塚みづき　宗綱弟　神田川侑希　金子早苗　伊藤慶徳

11/11(金) 14:50~15:22



四人姉妹

高級住宅街に立つ派手な一軒家は亡くなった父の富の象徴だったのかもしれない。経済的に成功した一家が、母親の死によって苦しくなり家を失う事になった。
久しぶりに入る実家には、あったはずの風景がなくなっていた…。失われた空間の中でそれぞれの記憶が少しずつ蘇ってくる。一枚のエコー写真をきっかけに、この一家の根底にある大きな問題が少しずつ浮き彫りになっていく。
姉妹たちは自分たちの希薄な存在を問い、向き合う事になる。

監督／菊池真琴
出演／三枝奈都紀　小野ゆり子　菊池真琴　鈴木つく詩　東出薫　紺谷凪乃　壜沢結愛　太田結乃　大石菊華

11/11(金) 16:00~17:35



明ける夜に

8月31日から9月1日にかけて、夏の終わりを目前とした若者たちの群像劇。変わっていくものを受け入れて進んでいかなくてはならない。振り返るとあの夜はとても大切な瞬間だった。誰もがもっているようなそんな夜の話。
予定していた面接が急遽延期になった就活生の山ノ辺とキミ。野球部のマネージャーだった凛子に電話をかける秀一。コンビニでバイト中の健斗とキョーコ。海の近い町で、それぞれの忘れられない一晩が過ぎていく。

監督／堀内友貴
出演／五十嵐諒　花純あやの　としお理歩　奈良原大泰　佐野日菜汰　志真うた　在原貴生　七瀬てつ　巴山祐樹　堀内友貴　松本高士

11/12(土) 10:00~10:40



夢が眠る場所

カメラマンを夢見ていた笹原は仕事が上手くいかず、その夢を諦めようとしていた。
そんなとき、親の借金を肩代わりしなければならない少女・咲と出会った。

監督／小池匠
出演／志波景介　玲衣　田中和弘　杉原光玲　伊櫻誠　桃山華瑛　谷啓吾　巴山祐樹

11/12(土) 11:20~11:52



夢見るペトロ

チラシ配りのアルバイトをしながら暮らす21歳の「さゆり」。さゆりの元に、兄・「りつ」が久しぶりに訪れ、飼っていたインコを失くしたこと、結婚することを告げる。さゆりは、大好きだった兄の結婚という現実から目を背けるように、過去へ、過去へと沈み込んでいく。
全編16mmフィルムで撮影。フィルムならではの独特な質感が物語の世界と溶け合う。

監督／田中さくら
出演／前田紗葉　千田丈博　雪乃

11/12(土) 13:30~14:46



ヒプノシス

催眠術を使って罪を犯し生計を立てている諏訪部和人は、以前から思いを寄せていた牧野芽衣との距離を縮めようと奮闘するが、芽衣には後藤将司という交際相手がいるため中々上手くいかず…。

監督／奥井琢登
出演／大根田良樹　鈴木大也　岡崎桃果　大久保雛　桜木洋平　関口晃弘　近藤奈保希　米倉啓　Charlie　高橋信二朗　西山和輝　久冨木良　中村由梨絵　石田七海　牧野隆全　小夏いっこ　水野祐樹（特別出演：「宮田バスターズ（株）」）

11/12(土) 15:30~17:09



はこぶね

漁協の合併を控えた港町。
視力を失った西村芳則（木村知貴）は、かつて同じ通りの家から通学した同級生が町に戻ってきたことを聞く。
同級生で役者をする大畑碧（高見こころ）は自身の理想と現実の狭間で憂鬱な時を過ごしている。再会する2人。
町にはゆっくりと陽が落ち、そこで暮らす人々はそれぞれの帰路に着く。
窮屈で、美しい、その町を眺める2人は、その景色にそれぞれの記憶と想像を重ねる。

監督／大西諒
出演／木村知貴　高見こころ　外波山文明　内田春菊　五十嵐美紀　愛田天麻　森海斗　範多美樹

招待作品

招待作品鑑賞券（前売1,000円）は事務局他、紀南文化会館でも販売中！当日券は窓口で。

特別審査員&舞台挨拶（上映終了後）
俳優 磯村 勇斗
Hayato Isomura



11/11(金) 19:00~20:55



©2022『ちょっと思い出しただけ』製作委員会

ちょっと思い出しただけ

出演／池松壮亮　伊藤沙莉　河合優実　大関れいか　屋敷裕政（ニューヨーク）　尾崎世界観 ほか
監督・脚本／松居大悟

11/12(土) 18:30~20:22



©2022「PLAN 75」製作委員会/Urban Factory/Fusee

PLAN 75

出演／倍賞千恵子　磯村勇斗　たかお鷹　河合優実　ステファニー・アリアン　大方斐紗子　串田和美
監督・脚本／早川千絵　脚本協力／ジェイソン・グレイ

11/13(日) 12:15~14:32



©和月伸宏／集英社 ©2020 映画「るろうに剣心 最終章 The Beginning」製作委員会

るろうに剣心 最終章 The Beginning

出演／佐藤健　有村架純　高橋一生　村上虹郎　安藤政信　北村一輝　江口洋介
監督・脚本／大友啓史　原作／和月伸宏



特別審査員&舞台挨拶（上映終了後）
監督 大友 啓史
Keishi Otomo

11/13(日) 9:45~11:25

監督&主演俳優 舞台挨拶（上映終了後）



お別れの歌

主演／濱正悟　今泉佑唯　六平直政　隈部洋平　小室安未　出口夏希　三谷悦代　ついひじ杏奈　木村知貴　しゅはまはるみ　吉岡そんれい　瀬尾タクヤ　藤代太一　坪根悠仁　渡部龍平　細川洋平　鈴木ただし　五十嵐美紀
監督／柴田啓佑

© 映画『お別れの歌』製作委員会

11/13(日) 17:00~19:10



©2022 ZIP CINEMA & CJ ENM Co., Ltd., ALL RIGHTS RESERVED

ベイビー・ブローカー

出演／ソン・ガンホ　カン・ドンウォン　ペ・ドゥナ　イ・ジウン　イ・ジュヨン
監督・脚本・編集／是枝裕和

■招待作品をご覧になるには、鑑賞券が必要です。
■鑑賞券1枚で1名、又は3歳以上高校生以下2名鑑賞可能です。

『PLAN 75』入場整理券配布について

混雑緩和のため、11月12日（土）9:00より紀南文化会館ピロティにて入場整理券を配布します。入場は整理券をお持ちのお客様を優先にご案内いたしますので、予めご了承ください。詳細につきましては公式サイトをご確認くださいませ。

田辺・弁慶映画祭実行委員会事務局
TEL.0739-26-9929　tbff　検索
上映作品及び詳細は公式サイト・公式SNSをご確認ください。

最近、ミラーレス一眼カメラとポートレート用のレンズが欲しくてあれこれリサーチ中！思案する時間も楽しいですが、今回はサブスクでいろいろと試してみることに。ほんと便利になりましたねぇ(^^)（ココラデ編集長）

もっと！

パンで幸せ

店主おすすめの食べ方も添えて



トースターでの温めは予熱してから◎
中が乾燥せず、ふんわり
外は香ばしい仕上りに

パンの耳好きさんにもぜひ食べてもらいたい♪

食パン （一斤）300円

オーナーが思い描いた理想の食パン。
自家製天然酵母、長時間低温発酵で作られたもっちり食パンは、シンプルだからこそ感じられる旨みの強さ。
トーストしてオリーブオイル＋塩で味わってみて。

焼きたてぱんD'oh!（ドウ）

田辺市湊15-12
TEL.0739-81-2810
9:00～17:00
月曜・火曜定休日





チョコ 200円

ココアパウダー＆チョコチップで贅沢なチョコの味わいの中に、香ばしいクルミやクランベリー、オレンジピールがアクセントに。



ジュワ～

ウインナーエピ 300円

マスタードがきいた大人の味。
ビールのおつまみにもできちゃうパン。
トースターで焼くとウインナーの肉汁がパンに染み込んで旨みがじゅわーっ♡



ホテル カリフォルニア （一斤）540円

クランベリー・クルミ・レーズン・オレンジピール・カリフォルニア産のフルーツやナッツの入った高級食パン。
いろいろな食材をいっぺんに味わえるよう厚切りに。
ゆっくりした時間に味わってみて。

カンパーニュ 275円

そのまま食べても美味しいので、ゆで卵＆マヨネーズを挟むだけでも食べごたえあり♪
スライスしてスープにディップもいいね！



クロックムッシュにも

層の美しさとその数にも魅了！



バターの香りとザックザク食感を楽しんで

Cafe de Bale カフェドバレ

白浜町堅田2500-127
アレーズド・バレSHIRAHAMA 1F
TEL.0739-42-2887
10:00～17:00 火曜・水曜定休日

クロワッサン 231円

パンはどれも、お家でそのまま美味しくいただけるよう作られてるそうなので、当日は温めなしでどうぞ♪
翌日はトースターで軽く焼くと、サクサク感とバターの風味が蘇ります。

パンケースのポテンシャルにも注目



具の旨みを受止めるミルクパンケースのポテンシャルにも注目

炭火焼鳥ときのこのタルティーヌ 280円

乗っているのは炭火焼鳥と、カレー風味のキノコ。意外な具材だけど、まさに黄金比♡タルティーヌは全6種類。
具だくさんでランチにもピッタリの食べごたえ♪



オレンジブレッド 345円

オレンジピールをたっぷり練り込んだふんわりパン。ちょっとした手土産にも◎
厚めに切ると、ふんわり食感が楽しめます。

Pain au Tükör パン・オ・トゥクル

白浜町堅田612-1
TEL.0739-20-4391
9:00～18:00
月曜・火曜定休日



温めると栗の甘みが増し増し～

マロンデニッシュ 302円

自家製カスタードと和栗ペーストに、渋皮煮の栗をオン。袋に入れて販売するため、時間が経つとわずかに水分を含んでしまうのだとか。
なのでトースターで焼いてパリッと感を復活！



ケーキ感覚で冷やしてどうぞ♡

ダノワーズ フリュイ マスカット 480円

香ばしいデニッシュ生地で、フレッシュフルーツの瑞々しさとの相性はまさにマリアージュ！
今後は季節ごとにフルーツを変えて登場予定。

TETTI BAKERY & CAFÉ テッティーベーカリーアンドカフェ

白浜町1821
キーテラス ホテルシーモア 1F
TEL.0739-33-7845
7:00～18:30



フリコ 300円

館内の北海道フェアでのデビュー後、人気となり定番に。
北海道のバターを使ったクロワッサン生地に、北海道のじゃがいものチーズフィリングでフリコ風に。オーブンで少し温めると、生地がパリッとして美味しさUP！



北海道～♪

ダノワーズフロマージュ 380円

北海道産の発酵バターを使用した風味豊かなデニッシュに北海道クリームチーズフィリング。
クリームチーズの甘酸っぱさが美味しい爽やかな味わい。





※写真はイメージです。
また情報は掲載店の都合により予告なく変更される場合がございます。
ご利用の際は予めご確認ください。

地元にやさしい リアル忘年会

そろそろ「3年ぶり」をやりますか



絶品！旬味『もみじ鯛』づくし 上品な旨みを多彩な味わいで

天然もみじ鯛コース（1名様）5,300円
造里四種（鯛入り）／鯛しゃぶ／鮑の陶板焼き／鯛昆布〆にぎり／鯛茶漬け 他 全9品（写真左）

天然クエ鍋プラン（1名様）8,800円
季節の小鉢／造里三種／天然九絵鍋／海老天婦羅／雑炊／香物／季節のフルーツ 全7品（写真下）
※上記ご注文は2名様より、前日迄要予約

飲み放題（90分）1,500円
通常2,000円をコース・プランのご利用に限り

この時季の鯛は冬支度のため丸々と肥え上質な脂が乗り、鱗の赤みも増すことから、もみじ鯛と呼ばれ珍重されている。そんな旬の鯛を贅沢に造里や鯛しゃぶ、鯛茶漬けなど幾通りもの味わいで堪能できる。また天然クエ鍋など、漁師直営の海鮮市場内ならではの鮮度と品質で愉しめる。



和ダイニング Banya -番屋-
☎0739-43-1703

西牟婁郡白浜町1667-22
フィッシャーマンズ・ワーフ白浜 2F
11:00 ～ 15:00（L.O.14:00）
17:00 ～ 22:00（L.O.21:00）
火曜定休日



Uknow かみのマロ？ 「映え」と「美味い」が揃うとこ

コース料理（1名様）5,500円
前菜／造里盛合せ／本日のサラダ／和牛ステーキ／一品／魚介のパエリア／季節のポタージュ／デザート　※3名様より、前日迄要予約

コース料理（1名様）3,300円
前菜／造里盛合せ／牛ホルモン鉄板焼き／本日のサラダ／肉料理／寿司／季節のポタージュ／デザート　※3名様より、前日迄要予約

バースデープレート（要予約）
ご予算に応じて承ります（写真下）

和食に洋食、ビッツァ、デザートまで、どれを選んでもその食材のチョイスや盛付けで特別感を演出できちゃう人気店。中でもぜひ味わいたいのがパエリア。魚介の旨味が凝縮した本格的な一品で、5,500円のコース料理にも含まれる。また記念日にはスイーツ盛々のバースデープレートも好評！



かみのマロ
☎0739-26-2925

田辺市上万呂118-1
11:00 ～ 14:00（L.O.13:30）
17:00 ～ 24:00（L.O.23:30）
月曜定休日（祝日の場合は翌火曜）



海の幸、山の幸で至福の時間 小上がりもリニューアル

会席料理（1名様）4,400円
前菜五品／造り三種盛り／牛しゃぶ、自家製ごまだれ／牛串カツ／白身魚のホワイトソースかけ／にぎり三貫／味噌汁／デザート（写真左）

会席料理 4,400円～11,000円
会席料理はご予算に応じて承ります

※上記ご注文は2名様より、前日迄要予約
※日曜日に宴会を希望する際はご相談ください

ふんだんに盛込まれた肉料理と魚料理。味わいに加え、満足感も重視した和洋折衷の献立。ゆっくり寛げる小上がりのお部屋で、誰と訪れても良い時間が過ごせる。会席は予算に応じて様々。希望の旬味がある際はご相談を。また小上がりに続いて、他のお部屋も近日リニューアルの予定。



居酒屋かっぽう たか木
☎0739-26-2188

田辺市新庄町2744-25
11:30 ～ L.O.13:30
18:00 ～ L.O.21:30
日曜定休日



久々の忘年会はお泊まりで— 全国旅行支援で賢く、のんびり

特別会席 宿泊プラン（1泊2食）24,200円～
紀州梅酒／伊勢海老姿造り 中トロ かんぱち クエカルパッチョ風／紀州和華牛の陶板焼き／鮑白ワイン蒸し／クエ唐揚げ／茶碗蒸し みかんどり／クエ小鍋／勝浦鯖のお茶漬け 他（写真左）

特選椿 宿泊プラン（1泊2食）17,050円～
クエ薄造り／鮑踊り焼き／クエ小鍋 他（写真下）
※各プランご予約は2名様より承ります

飲み放題プラン（120分）3,300円
ビール／日本酒／焼酎／梅酒／ウイスキー他

紀州和華牛、みかんどりなど和歌山を代表するブランド食材も味わえる特別会席をはじめ、紀州本クエをふんだんに使った贅沢な会席やビュッフェプランなどをご用意。12月20日までは、宿泊プランと併せて全国旅行支援（わかやまリフレッシュプランSワイド）を利用するとさらにお得に！



SHIRAHAMA KEY TERRACE HOTEL SEAMORE ホテルシーモア
☎0739-43-1000

西牟婁郡白浜町1821
《忘・新年会プラン》
2022.11.1（火）～ 2023.1.31（火）
※除外日 12.28 ～ 1.4



ご新規様
¥1,500 OFFキャンペーン

	通常価格
color〔カラー〕	¥6,500
design〔S〕art 2本	¥7,500
〔M〕art 3～6本	¥8,500
〔L〕art 7～10本	¥9,500
初回他店OFF	無料

成人式 ネイルご予約・チップ作成承ります

ハンドとフット同時施術できます♪

NAIL & PARAFUSE. Lily bell リリーベル
田辺市上の山2-12-58
予約070-8458-2221《女性専用》
9:00～18:00／最終受付15:00
日曜・祝日定休

プレミアム会員募集中！ お葬式の費用が会員価格でご利用いただけます。

お供養やお葬式ってどうするの？

前もって相談することで、よくわかります。そして、安心してお葬式を迎えられます。
「事前相談」をして不安を解消しましょう。







共に未来を創る 手元供養ショールームオープン
お供養・お葬式のなかた
田辺市上の山1丁目10-5　https://cere.jp/

365日24時間受付しております
0739-25-4444
お気軽にお問合せください



— ホロスコープ占星術 —

星の導き

2022年11月

〜あなたが幸せになるために〜
Traditional eyes
support by astrology

おひつじ座 3/21〜4/19

物事がうまくいかない時は、無理に進まず一度立ち止まってみよう。
新たな道が見えてきます。

[ラッキーカラー] ブラック
[ラッキーフード] 茸と銀杏のバター醤油

おうし座 4/20〜5/20

誰かをサポートすることで新展開がおこりそう。前向きな気持ちに拍車がかかり、楽しい時間が過ごせます♬

[ラッキーカラー] ピンク
[ラッキーフード] さつま芋のモンブラン

ふたご座 5/21〜6/21

自分と向き合う時間を多く作ろう！
様々な気づきが得られ、良い展開が期待できます。

[ラッキーカラー] グリーン
[ラッキーフード] ミルフィーユ鍋

かに座 6/22〜7/22

雑多になっているところを整理整頓しよう。環境が整うことで人間関係も改善の傾向に！

[ラッキーカラー] オレンジ
[ラッキーフード] しゃぶしゃぶ

しし座 7/23〜8/22

助け合いの精神で周りの人と良い関係を築いていこう。
その効果は必ず先で活きてきます。

[ラッキーカラー] ホワイト
[ラッキーフード] 長芋と百合根のオムレツ

おとめ座 8/23〜9/22

あなたのサポートと優しさが相手にも伝わり、とても感謝されそう。
自分へのご褒美もしっかり♡

[ラッキーカラー] イエロー
[ラッキーフード] 魚介のパエリア

てんびん座 9/23〜10/23

家族や仲間との交流の中で幸せを感じられるとき。
心身をあたためる時間を共有しよう。

[ラッキーカラー] コーラルピンク
[ラッキーフード] う巻き

さそり座 10/24〜11/21

オンオフの切り替えで、感情のコントロールをしていこう。
日々の生活がより潤います。

[ラッキーカラー] レッド
[ラッキーフード] にんじんのキムチ

いて座 11/22〜12/21

心が求めるまま、素直に行動してみよう！新たな自分を発見することができ、世界観が広がります。

[ラッキーカラー] マリンブルー
[ラッキーフード] もみじ鯛のお茶漬け

やぎ座 12/22〜1/19

洞察力、分析力が高まるとき。積極的にできる範囲を広げて、攻めの態勢で進めていこう！

[ラッキーカラー] シルバー
[ラッキーフード] ロマネスコの肉巻き

みずがめ座 1/20〜2/18

心落ち着く、お気に入りの環境がつくれそう。良いと感じたものは迷わず取り入れていこう♪

[ラッキーカラー] ブラウン
[ラッキーフード] カニ鍋

うお座 2/19〜3/20

急がば回れ。願いを叶えるためには将来をしっかり映像化し、できるところから準備していこう。

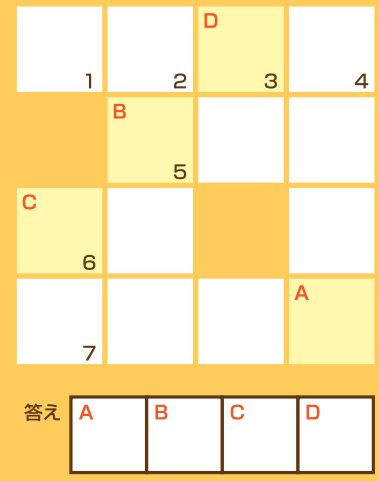
[ラッキーカラー] ダークブルー
[ラッキーフード] 蓮根のエスニックきんぴら

秋が深まってきました。天空では今月中、病気を示す海王星と、トラブルの火星が凶角度。またお金・楽しみの金星と、忍耐・我慢の土星も凶角度に。さらに拡大の星・木星も重なり、気の緩みは禁物。体調管理はいつも以上に注意し、自己免疫力の強化を心がけるのが吉。中旬からは守りの木星が吉角度を形成。状況は少し上向きに進みそうです。

トラディショナル・アイズ
上級心理カウンセラー 玉置 サナ
白浜事務所（白浜町十九渕47）
TEL.090-7481-8386
問題の解決策を知って一気に悩み解消！
運気を的確に把握し無駄のない行動を。
詳細は「玉置サナ」で検索！

ここらでクロス

クロスワードに答えご応募ください
抽選で下記の賞品をプレゼント!!



答え

A	B	C	D

タテのキー

❷最近、ボールペンのこれが増えてきましたね、エコだから？
❸チークやルージュは、何をさす？
❹黙食やひとりぼっちの食事は寂しいものですね
❻着ぐるみを着る人や声優のことを俗に「〇〇の人」と言う

ヨコのキー

❶マツコ・デラックスもお気に入り、首を振る牛の張り子
❺『るろうに剣心 最終章 The Beginning』のヒロイン・巴の実弟は
❻長十郎、にっこり、二十世紀と言えば
❼『PLAN 75』はカンヌ国際映画祭で新人〇〇〇〇に与えられるカメラ・ドールの特別表彰を受賞！

今月の賞品



映画ご招待券（ペア）5名様
提供：ジストシネマ田辺
☎0739-24-0717
http://xyst.jp/

●応募方法
ハガキまたはホームページのプレゼント応募フォームから、アンケートの回答をご記入のうえご応募ください。
（https://www.cocorade.net/present.html）
※ご応募はお一人様１回のみ有効とさせていただきます。

●アンケート
Q1. クロスワードの答え（ABCDの順）
Q2. 賞品名「映画ご招待券」とお書きください
Q3. 郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、職業
Q4. 紀南でお気に入りの温泉や行ってみたい温泉はどこですか？
Q5. 今月のフリーペーパーココラデに関するご意見・ご感想など
※アンケートにはすべてお答えください。

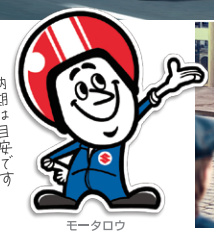
●あて先
〒646-0061 田辺市上の山1-3-28　イコラボ「ここらでクロス」係

●締め切り
2022年11月15日(必着)
※当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。
賞品引換券が届いた際は、お手数ですが提供店にて賞品と交換してください。

先月の「ここらでクロス」の答えは シンマイ でした♪



みみよりニュース
年明け納期をご希望の方に



モータロウ



スズキモーター和歌山 アリーナ東山
お問合せ TEL 0739-24-0195
〒646-0022 和歌山県田辺市東山２丁目31-20
営業時間 9:00〜18:00　月曜定休日(祝日除く)



11月の「モーター和歌山の日」は13日(日)です！



ハピエスト
秋のうるおい美肌
キャンペーン

Facial フェイシャル ツヤツヤ小顔 コース
スーパーSVコラーゲン蘇生 ＋ プラセンタパック
通常価格17,600円(税込)を 9,900円(税込)

プルプル美白 コース
フォトフェイシャル ＋ ヒアルロン酸パック
通常価格17,600円(税込)を 9,900円(税込)

Body ボディ 美ボディ脂肪溶解 コース
スーパーSV脂肪溶解 4回
通常価格44,000円(税込)を 35,000円(税込)

Detox デトックス デトックスマシーン 30分
1回 3,850円(税込) 3回 9,900円
通常価格11,550円(税込)を

ハピエスト田辺ではEPI認定の認定エステティシャンがお客様の悩みに合わせてアドバイスさせて頂きます。ハピエストの本格エステを体験してみませんか？

NATURAL ESTHETIQUE Happiest TANABE
ナチュラルエステティックサロン ハピエスト田辺 ご予約はお早めに Tel.0739-81-1000
〒646-0013 和歌山県田辺市南新万1-8
[営業時間]平日 AM10:00〜PM7:00、土・日・祝 AM10:00〜PM6:00
(研修等のため不定休となる場合がございます)※定休日は変更になる場合がございます。
11/13(日)・20(日)・27(日)営業しております。11月定休日:毎週月曜日・11/1(火)・6(日)・15(火)・29(火)

インスタグラム・LINE限定の割引や特典情報を配信中！

フェイシャル&スリムボディ月額制 入会費無料※月々払いシステム ・月1回コース ¥8,250(税込)〜 ・月2回コース ¥14,300(税込)〜 ・月4回コース ¥16,500(税込)〜
只今、無料カウンセリング実施中!カウンセリングのみの御来店も大歓迎。グループ店舗 ハピエスト御坊 Tel.0738-52-7770〈住所〉御坊市湯川町財部722-2 ホームページのアドレスが変りました happiest-cute.com





エンタメ Pick up!

RENTAL

トップガン マーヴェリック



レンタル 11/2［水］

［監督］ジョセフ・コジンスキー

［キャスト］
トム・クルーズ
マイルズ・テラー
ジェニファー・コネリー
ジョン・ハム　グレン・パウエル
エド・ハリス　ヴァル・キルマー 他

2022年／アメリカ／131分

アメリカ海軍エリートパイロット養成学校トップガンに、マーヴェリックが教官として帰ってきた。訓練生たちは彼の型破りな指導に戸惑い反発する。その中には、かつてマーヴェリックとの訓練飛行中に命を落とした相棒グースの息子ルースターの姿もあり…。

流浪の月



レンタル 11/2［水］

［監督・脚本］李相日
［原作］凪良ゆう
［キャスト］
広瀬すず　松坂桃李
横浜流星　多部未華子
趣里　三浦貴大　白鳥玉季
増田光桜　内田也哉子
柄本明 他

2022年／日本／150分

公園で雨に打たれる少女・更紗に、大学生・文が傘をさしかける。養家の伯母の家に帰りたがらない彼女を文は自宅へ招く。そのまま2ヶ月を共に過ごすと、文は誘拐犯として逮捕された。“被害女児”と“加害者”となったふたりは、事件から15年後に再会するが…。

BOOK



親愛なる僕へ 殺意をこめて（上）

発売日 11/7［月］

［脚本］岡田道尚
［ノベライズ］持丸千乃
［出版］扶桑社
［発行形態］文庫
935円（税込）

お気楽な大学生・浦島エイジは、実は連続殺人犯を父に持ち、過酷な人生を歩んできた。ある日、自らを二重人格と悟り、“もう1人の自分”が殺人を犯しているかもしれないと真相を探ると、驚愕の事実が次々と白日の下にさらされー。水10ドラマ完全ノベライズ。

MUSIC

DREAM



発売日 11/9［水］

［アーティスト］SEVENTEEN
［レーベル］HYBE LABELS JAPAN
通常盤 1,430円（税込）他全7形態

今作のタイトル曲『DREAM』は歴史的なドームツアーの瞬間を彩るのにふさわしい、書き下ろしの日本オリジナル楽曲。さらに「Rock with you」と「All My Love」、大ヒット曲「Darl+ing」が、それぞれ日本盤のために制作した新バージョンで収録。

CINEMA

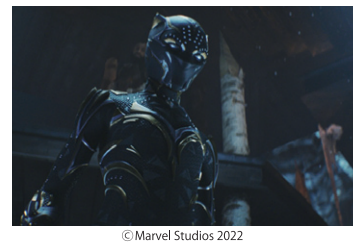


ⓒ2022「すずめの戸締まり」製作委員会

すずめの戸締まり　11/11［金］

［原作・脚本・監督］新海誠　［キャスト］原菜乃華　松村北斗
深津絵里　染谷将太　伊藤沙莉　花瀬琴音　花澤香菜　松本白鸚 他

九州で暮らす17歳の岩戸鈴芽（すずめ）は、扉を探しているという旅の青年に出会う。彼の後を追って山中の廃墟にたどり着いたすずめは、そこだけ崩壊から取り残されたかのようにたたずむ古びた扉を見つけ、引き寄せられるようにその扉に手を伸ばす。やがて、日本各地で次々と扉が開き始める。扉の向こう側からは災いがやって来るため、すずめは扉を閉める「戸締りの旅」に出ることに…。



ⓒMarvel Studios 2022

ブラックパンサー ワカンダ・フォーエバー　11/11［金］

［監督］ライアン・クーグラー
［キャスト］レティーシャ・ライト　ルピタ・ニョンゴ　ダナイ・グリラ 他

国王ティ・チャラを失い、悲しみに包まれるワカンダ。先代の王ティ・チャカの妻であり、ティ・チャラの母でもあるラモンダが玉座に座り、悲しみを乗り越えて新たな一歩を踏み出そうとしていた。そんな大きな岐路に立たされたワカンダに、新たな脅威が迫っていた。
コミックヒーロー映画として史上初めてアカデミー作品賞を含む7部門にノミネート、3部門で受賞を果たした「ブラックパンサー」の続編。

ジストシネマ 田辺　0739-24-0717

ブレット・トレイン 字幕［R15+］	11/10(木)まで
沈黙のパレード	11月中旬まで
カラダ探し	11月中旬まで
ONE PIECE FILM RED	11月下旬まで
貞子DX	11月下旬まで
映画 デリシャスパーティ・プリキュア 夢みる・お子さまランチ!	11/3(木祝)～
すずめの戸締まり	11/11(金)～
ブラックパンサー ワカンダ・フォーエバー 吹替	11/11(金)～
THE FIRST SLAM DUNK	12/3(土)～

ジストシネマ 御坊　0738-32-3230

ブレット・トレイン 字幕［R15+］	11/10(木)まで
沈黙のパレード	11月中旬まで
カラダ探し	11月中旬まで
ONE PIECE FILM RED	11月下旬まで
貞子DX	11月下旬まで
映画 デリシャスパーティ・プリキュア 夢みる・お子さまランチ!	11/3(木祝)～
すずめの戸締まり	11/11(金)～
ブラックパンサー ワカンダ・フォーエバー 字幕	11/11(金)～
THE FIRST SLAM DUNK	12/3(土)～

レンタル情報 ／ WAY書店 TSUTAYA 田辺東山店　TEL.0739-81-2182
お得なクーポンや新作情報をLINEでお届け！
カフェスペース、ダンススタジオなど、新たなテナントを加えて全館オープン！

新型コロナウイルス感染予防対策として、マスクの着用や手指アルコール消毒液のご利用、また上映前までの食事の制限など、ご協力をお願い致しております。

映画情報 ／ジスト田辺店・御坊店　http://www.xyst.jp
上映スケジュールは公式サイトからもご確認いただけます
※上映内容は都合により変更する場合がございます

カンタン！健康美

cocorade Exercise
ここらでエクササイズ



ココラデYouTube チャンネルも見てね!
動画でも 分かりやすく 解説してるよ

ピラティスインストラクター nozomi
撮影協力 / studio Ricochet -リコシェ-



道具が無くても参加できる(*^^*)

はじめての山歩き



mont·bell
ウインドブラスト ジャケット
耐久性と軽量コンパクト性をバランスよく両立。携行に便利なジャケット。

Millet
ショルダーポーチ
撥水生地で、スマートフォンやお財布などを持ち歩くのに便利。

THE NORTH FACE
ロングパンツ
1年を通して山岳エリアでの行動を支えるパンツ。

THE NORTH FACE
ロングスリーブ
高い汗処理機能を持つ長袖ジップシャツ。

山歩きを始めたいと思っている方はぜひご参加ください!!
日本山岳ガイド協会登山ガイドが参加者のペースに合わせて山歩きの楽しさやコツをお教えします。

これから始められる方の
「はじめての山歩き教室」のご案内

11/27(日) 七越峰ハイキング（本宮町） 初心者向け

1/8(日) ひき岩群・岩屋山ハイキング 初心者向け

参加希望の方は約1週間前までにお申込みください（先着順）
装備が無くてもご参加いただけます
雨天・荒天、その他の都合で中止になる場合がございます



お問合せ・お申込み
スポーツショップ オハナ
TEL.0739-26-2378
田辺市朝日ヶ丘13-4
OPEN 10:00～20:00
（日曜祝日は19:00まで）
水曜・第3日曜定休

ノルディックウォーキング教室　日時：11/3(日) 8:30～10:00予定
※要申込・参加費500円　集合：新庄総合公園（美術館ウラ駐車場）

田辺市
Tanabe city Wakayama Japan

あなたの家の近くにやってくる！
マイナンバーカード出張申請窓口を開設します！

マイナンバーカード

田辺市の皆さま～！いつか申請するんやったら
今しか楽やし、お得やで～！

特典1 先着3000名様！
商品券や田辺市の特産品グッズをプレゼント！

特典2 12月末までのマイナンバーカード申請で 最大2万円分のポイントがもらえる！



たなべぇⓒT.M

※台風など悪天候の場合、中止する可能性がございます。

11月の開催日程

- オークワパビリオンシティ 11/5(土) 11/12(土) 11/19(土) 10:00～17:00
- 日本旅行リテイリング パビリオンシティ田辺支店 第2・第4平日(月)(水)(金) 10:00～17:00
- 道の駅奥熊野 11/3(日) 9:00～16:00
- 龍神公民館 11/6(日) 10:00～17:00
- Aコープあゆかわ 11/13(日) 9:00～16:00
- Aコープちかつゆ 11/20(日) 9:00～12:00
- Aコープなかへち 11/20(日) 13:30～16:00
- Big・U 11/23(水) 10:00～17:00
- 生涯学習フェスティバル 11/26(土) 10:30～16:30　11/27(日) 10:30～16:30

※詳しくはこちら→

＼ 必ずこちらをご持参ください ／

QRコード付き交付申請書 または **通知カード** または **個人番号通知書**

顔写真は当日に無料撮影！　詳しくはホームページをご覧ください　田辺市 マイナンバー 出張

田辺市出張申請窓口に関するお問合せ
委託先 / 日本旅行 TEL.0570-06-0059（月・水・金） TEL.073-436-1388（火・木）（受付時間：月～金 10:00～17:00）
そのほかカードの受け取り、マイナポイント等に関するお問合せ 田辺市 市民課 TEL.0739-26-9923（受付時間：8:30～17:15）

マイナンバーカード事務局（株式会社 日本旅行）※本事業は、田辺市から委託を受けた「株式会社日本旅行 TiS 和歌山支店」が実施いたします。

ここらでショット file 086

【編集後記】
早いものでもう11月。今年もいろいろなことがありましたね。「3年ぶり」という言葉がたくさん飛び交った2022年。そろそろ気の合う友人、職場の仲間などとリラックスした時間を過ごしたいものです。人間関係の構築や人間らしさを育むには、娯楽や楽しい時間を共にすることは大切なんだと、この2年で痛感しております。






















キーテラスから楽しいを発信

KEY SMILE

大好評！秋のスイーツフェア、第２弾はじまっています！
何層にも重ねられた素材感のある限定スイーツ♡
のんびり紺碧の海を臨みながら、旬の味覚を味わおう。

期間限定！秋のスイーツフェア第2弾



SHIRAHAMA KEY TERRACE
〒649-2211 和歌山県西牟婁郡白浜町1821 ホテルシーモア
TEL.0739-43-1000

follow me!

キリトリ線

SHIRAHAMA KEY TERRACE ご入浴半額券
スイーツフェアのレシートと本券をフロントにご提示で、
スイーツご購入数と同数の入浴券を半額購入できます。
有効期限 2022年11月27日まで

感染防止対策実施中

体に負担をかけずに背骨を整えるリセット整体





●初回お試しキャンペーン
リセット整体
通常価格6,000円を 3,000円
小顔矯正 エンドリングフェイシャル
通常価格9,000円を 3,800円
《令和4年11月30日まで》

体のコリは「老け見え」の原因に！
病院へ行く程でもないけど、何とかしたい体の不調はありませんか？

◆◆◆ 小顔矯正は整体との相乗効果が抜群です ◆◆◆

小顔矯正・整体サロン
CIEL SEREIN
シェルスラン
シェルスラン 小顔 で検索
TEL 090-5468-6020 予約制
10:00～21:00 水曜、第4木曜定休



白浜町3236-4 コーポ大浦203号

2022年度日本郵便年賀寄付金配分事業

親子で学ぶ
eスポーツ子ども塾 参加者募集！
無料

eスポーツ利用上のルールやネットリテラシーを、親子で正しく学ぶことにより、考える力とコミュニケーションの大切さを育むための事業です。

【日時】第3回 11/12(土) 14:00-15:30
※初参加も大歓迎!!
※第4回は12/10(土)で、講師は和歌山大学 豊田充崇先生です。

お電話・QRコードから
お申込みください。

【場所】情報交流センター Big-U〈研修室4〉



【講師】日本eスポーツ連合 和歌山支部 谷本 翔太 氏
【対象】小学生
【定員】親子20組〈先着順〉
※子どもだけの参加もOK



NPO情報セキュリティ研究所
TEL.0739-26-7100
田辺市新庄町3353-9(Big-U内)
Email entry@riis.or.jp