

この人に頼りたい

暮らしの専門家

健康や相続など様々なジャンルの専門家が、日々の暮らしを豊かにするコツを教えてください。気になることや困ったことがあれば気軽に相談してみましょう。

喉の健康管理

の専門家



プロボーカリスト 央 やすこさん
多数の生徒を手助け、「必ず変えてみせます」と頼もしい央先生。女優やアナウンサーなど、プロからも信頼が厚い。

ボイストレーニングの正しい発声法で喉を使わず思いっきり声を出そう

「声の調子が悪い」という人は必見。理論に基づいた“喉を使わない”発声法を身につけ、インナーマッスルを鍛えることで、肺活量がUPし、エヘン虫や喉のイガイガなどの不調を改善へ。年齢、男女問わず、すぐに効果が実感できる。音程がとれなくても軽いエクササイズに伴って、初心者でも楽に声が出るようになるそう。ジャンルや曜日、クラス(個人or少人数制)も選択可。まずは体験レッスンへ。

生徒さんの声

- 身体全体を使った発声法を初めて知った。気持ちの良い汗をかき、爽やかな気分になり、力一杯声を出したにも関わらず、喉も全然痛くない!(60代女性)
- 長年の喫煙や声の酷使でガラガラの声になってしまいました。病院に通いましたが、効果が出ず。先生の指導で音程を気にせず、思いっきり発声をする事、喉・身体を温める事を徹底しました。2年半たった今ライブでジャズを歌う事ができました。(40代女性)
- 予想とまるで違うトレーニングに面喰いしました。今では階段で5階まで昇っても息切れせず、確実に肺活量も増えた実感が今後にも楽しんで続けたい。(50代男性)

【記者取材談】
レッスンで身体が温まり風邪気味だった体調も楽に。(40代男性)

ボイストレーニング **NAKA(ナカ)**
西宮市甲子園口3丁目4-20
ヌーベル甲子園口B2-1 JR甲子園口徒歩1分
阪急西宮北口駅前にも教室あり!
電話受付/10時半~20時 金・日曜定休
☎0798-67-5700
http://music.geocities.jp/prtrp475/

Menu 個人レッスンorグループレッスン
1レッスン(60分).....3,000円~

特典「シティライフを見た」で
●体験レッスン(90分).....3,000円→2,000円
(5月末まで・新規の方のみ・要予約)

相続・遺言

の専門家



司法書士 国本 美津子さん(兵庫第1303号)
神戸東灘区で相続・遺言を専門とする女性司法書士。親族の相続争いを経験したことがきっかけで相続専門を目指す。女性ならではの丁寧で細かい対応が評判。

子どものいない夫婦とおひとり様の遺言書の書き方セミナー5/29開催

『遺言書』は一般の家庭ではなかなか書きにくいもの。だが、「特に子どものいない夫婦と未婚の方にはぜひ遺言書を書いてもらいたい」と相続・遺言専門として活動する国本先生。これらの人の遺言書は書き方にポイントがあるそう。特に子どものいない夫婦の場合、いざ相続が

始まると争いになったり、相続が複雑になってしまうことがあるからだ。気になるあなたは5/29(日)10時~のセミナーにぜひ参加して。
事務所はJR摂津本山駅南へ1分。セミナーの日程が合わない人はもちろん事務所での相談もOK!

相続と遺言のコンサルタント 国本司法書士事務所

司法書士 国本美津子
兵庫登録番号 第1303号
神戸市東灘区田中町1-9-10
アズミー南ビル301
受/平日9時~18時



☎078-412-2244
http://souzoku.kunimoto-office.com/

セミナー情報

子どものいない夫婦とおひとり様の遺言書の書き方セミナー
子どものいない夫婦と未婚の方の場合、遺言書の書き方にはポイントが!セミナーでは、実際に遺言書がなくて困った事例や、書く際のポイントを説明し、実際にその場で遺言書を書いてみよう。
日時: 5/29(日)10時~11時半まで
場所: 東灘区民センター 8階会議室5
神戸市東灘区住吉東町5丁目1-16
JR・六甲ライナー住吉駅南へ2分
申込み: 06-6338-0640(シティライフへ要予約)
※参加費無料

特典「シティライフを見た」で (5月末まで要予約)
●相続相談料(約1時間)
5,400円→4,320円
●『あんしん相続ガイドブック』プレゼント
※セミナー参加の方はさらにサービスあり

急募 アルバイト
フリーター・主婦の方大歓迎

- ◆基本時間給 ◆ミート・デリカ:900円、早朝補充:950円
- ◆募集担当業務 ◆ミート、デリカ、早朝補充
- ◆時間 ◆ミート・デリカ: 8:00~12:00、13:00~17:00
早朝補充: 7:00~11:00
- ◆待遇 ◆交通費月額20,000円まで支給、制服貸与、従業員購入制度、年次有給休暇
問合せなどは、下記電話番号 担当衣笠・福田までご連絡ください。

グルメシティ 本店 神戸市東灘区岡本1-9-6
☎078-451-1501 (JR東灘本山駅-阪急岡本駅より徒歩3分)

急募 アルバイト
未経験・学生・フリーター・パート大歓迎

- ◆時間給 ◆800~850円 ◆募集担当業務 ◆レジ・惣菜・生鮮担当
- ◆時間 ◆7:00~22:00の間で要相談
- ◆待遇 ◆交通費支給(月1万円まで)・ロッカー完備・制服貸与・従業員割引制度・年次有給休暇
気軽にTEL後、履歴書を持参下さい。担当:畑

グルメシティ 住吉店 神戸市東灘区住吉宮町3-5-11
☎078-811-0341 (JR住吉駅より徒歩3分 阪神住吉駅より徒歩5分)

ROLEX・SEIKO・OMEGA・CITIZEN・Cartier・TAG Heuer・CASIO・GUCCI・CHANEL・LOUIS VUITTON・PRADA・BVLGARI and more...

私が査定しています
見市質舗が女性に支持される理由

3つのポイント

株式会社 見市質舗
三代目社長 鑑定士 阪本 隆介

- 1 確かな目利き力**
長年の経験から価値をしっかりと引き出し、査定いたします
- 2 創業65年で幅広い取引業者様があること**
より高く販売するルートを多方面で持っています
- 3 安心して入れる明るい店内&外観**
昨年リニューアルした店内は白を基調とし来店しやすい雰囲気です

高額買取実績多数!!

- ROLEX 79178G 69万円
- ROLEX 79173G 38万円
- ROLEX 16622 58万円
- ROLEX 116523 115万円
- エルメス エブリン 9万円
- シャネル J12 12Pダイヤ 33万円
- ショパール ダイヤモンドベゼル腕時計 46万円
- エルメス パーキン 60万円
- シャネル マトラッセ 14万円
- エルメス エブリン 9万円
- ヴィトン ヴェローナPM 10万円
- ヴィトン ネヴァーフル 9万円

付属品付でさらに高額買取に! 箱・コマ・保証書

ブランド品・高級時計 買取強化月間実施中

「買取」とは?
手放してお金にしたい品を査定し、価値や買取相場に基づいた提示金額で買い取る。新製品登場で相場が変動する電子機器は買入れより買取がおススメ。
注意事項: 新規の場合は運転免許証、健康保険証などの身分証明書の提示が必要。18歳未満の買取・買入れは不可。

「質入れ」とは?
品物を質屋が預かり、その品を担保にお金を融資するシステム。3か月の預かり期間のあいだに元金+利息+質札を持参すれば、預けた品と引き換えることができる。さらに1か月分の利息を支払えば預かり期間の延長可。

ブランド品・時計限定! 「シティライフを見た」で
査定額 **5%UP**
(5月末まで・リピーターOK・地金は対象外)

宝石・貴金属
金プラチナも買取中!!

株式会社 見市質舗
尼崎市建家町25番地 営/10時~19時
P1台あり 毎月2・7・12・13・17・22・27日定休
☎0120-968-358
☎06-6413-0888
http://miichi-shichiho.com/ 見市質舗 で検索



質屋許可証第631331100001号 古物商許可証第631331100009号
〈阪神電車でお越しの方〉 阪神尼崎駅より西へ徒歩7分
● 阪神出屋敷駅より東へ徒歩7分
● 国道43号線→貴布禰交差点を北に入り、阪神電車の高架を抜けて右折50m
● 国道2号線→昭通6丁目交差点を南に入り、約300m直進、左折後すぐ
※お車はレジデンスミッチ③の駐車場にお停め下さい。
※近くにも、コインパーキングがございますので、駐車場に空きがない場合はそらをご利用ください。
道が分からない場合はお尋ねください。

宅配出張買取も承ります!