

グッドライフ

キューデン・グッドライフが
お届けするアクティブ
シニアのための情報誌

2014.winter

Vol.7



キューデン・グッドライフがお届けする
アクティブシニアのための情報誌

ごあいさつ	1
いきいき!ヘルシーライフ 健康維持のためにも、ポイントを押さえた お掃除でお部屋をキレイに!	2
季節のおもてなし料理	6
デジタルライフ応用編 アプリを上手に使うって趣味や暮らしの中で もっとデジタルライフを!	7
施設インフォメーション	9
旅行 “ひなまつり”イベント	13

いきいき!ヘルシーライフ

健康維持のためにも、 ポイントを押さえた お掃除で お部屋をキレイに!

お掃除のきちんと行き届いた部屋は、
気持ちよく過ごせるだけでなく、
実は、私たちの健康とも密接なつながりがあります。
例えば、目には見えにくいホコリやカビが多い環境では
常に体の免疫が働いて、抵抗力も弱まりがちです。
健康維持のためにも、身の回りは清潔に保っておきたいもの。
そこで今回は、ハウスクリーニングのプロに
衛生面から見たお掃除のポイントをうかがいました。

教えて
いただき
ました!

いつもお部屋を
きれいに保つコツ

- 1 毎日こまめに“小そうじ”
- 2 家具・家電の裏側の
ホコリをチェック
- 3 見えないところこそ
清潔に

九州メンテナンス株式会社
ハウスクリーニング事業スタッフ
安達 奈穂美さん
ハウスクリーニング歴9年。第1種
衛生管理者、ビルクリーニング技
能士などの資格を持つ、お掃除の
プロフェッショナル。



—ごあいさつ—

キューデン・グッドライフグループは
ご入居者様のお声を大切にし、
より充実した施設サービスの
実現に向けて努力してまいります。

皆様益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。
日頃よりキューデン・グッドライフグループの事業運
営に格別なご高配を賜り、心より御礼申し上げます。
アベノミクスの進展により明るさが戻ってきた我が
国経済が真の意味で復活を遂げるには、最も重要な
インフラである電力の供給体制が健康な状態にある
ことが不可欠です。皆様と一緒に迎えるこの新しい
年はそのような状態に戻り、明るさに満ちたもの
なることを期待しております。

さて、キューデン・グッドライフグループでは昨秋
に実施させていただいたアンケートにおける数々の
ご意見・ご要望にいかにお応えしていくかというこ
とを大きなテーマとして捉え、各支配人以下スタッ
フが一丸となって改善活動に取り組んでおります。
検討状況を逐次お知らせし、ご意見を頂戴ながら
検討を進めてまいりますので、今後とも一層のお引き
立てを賜りますようお願い申し上げます。

(株)キューデン・グッドライフ
代表取締役社長
茂田 省吾

お風呂

■浴室全体



浴室をきれいに保つコツは、室内に湿気のためこまない!

お風呂の後は
タオルで壁の水滴をふいておく!



point!
残り湯を洗濯に使う場合は、きちんとふたをして水蒸気の発生を防いでおきましょう。



■排水溝



髪の毛がたまりやすい排水溝は、放っておくと臭いや水はけの悪さの原因になります。小さめのスポンジでしっかり洗いましょう。

■壁



壁はシャンプーなどの泡が飛び散りやすいところ。髪や体を洗った後は、お風呂全体を流し洗っておきましょう。

カビと水あかを徹底防止!

お風呂の大敵はなんと言ってもカビと水あか。これらを防ぐために、日頃から換気などに気を配っている方も多いのでは。それでも、なぜかタイル・壁の境目や角に、カビや水あかが発生してしまうのが厄介なところ。そこでおすすめなのが、お風呂上がりのひと手間です。壁や浴槽部分に残っている水滴を、こまめにタオルで拭き取ってみてください。水気や水蒸気を少しでも早く拭き取っておくだけで、随分違ってきます。

■表面のホコリ



タンクやふたの表面もホコリが積もりやすいので、定期的に拭き取りましょう。

point!
ホコリがたまりやすいふたのすき間は、細くねじったタオルをあてて左右に動かしてみてください。



■ノズル



温水洗浄便座のトイレは、ノズル洗浄ボタンを活用してこまめに掃除しましょう。

■便座のふち裏



棒ブラシでは届きにくい便座のふち裏はスポンジでゴシゴシ。ここに汚れをためないことが全体の汚れ防止につながります。

トイレ



すき間や裏側に汚れが潜む!

トイレは排せつの場所だけに、とりわけ衛生面には気をつけたいところ。一度ついてしまうとなかなか落ちにくい汚れもあるので、汚れる前に掃除することを心がけましょう。また、狭い空間だけにホコリもたまりやすい場所です。便座のふたやタンクにいつの間にかホコリが積もっていることもあるので注意しておきましょう。

キッチン



キッチンのお掃除は安心してできる洗剤選びも肝心

油污れや吹きこぼれなど、ガンコな汚れがたまりやすいキッチンまわり。しかし、食べ物を扱う場所だけに、お掃除をする際も安心にこだわりたいもの。そんな時におすすめなのが重曹です。実は、昔から日本の台所で使われてきましたが、最近、天然成分のやさしい使い心地で再び注目を集める洗剤です。油污れを中和してくれる他、研磨などにも力を発揮します。また、消毒・消臭ならアルコール系の「エタノール」も環境面で安心できます。



point!
一見、きれいに見えるシンク。でも、シンクの下の方は水はねで汚れがたまりやすいのでご用心。

■IH・コンロまわり



油ハネなどはすぐに固まってしまいがちなので、すぐに掃除がポイント。濡れ布巾などでサッと拭きあげましょう。

“料理のついでに”お掃除が基本



レンジフードも拭き掃除が大事。汚れがたまったら、外せるパーツはお湯で浸け置き洗いしてあげましょう。

■シンクまわり



point!
蛇口や水道とシンクのつなぎ目などは要チェック!

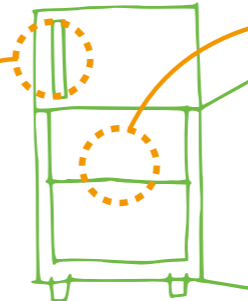


意外と見落としがちなのが蛇口まわり!常に水気がある場所なので、自然とぬめりができてしまいます。食器洗いのついでに、こすり洗いを忘れずに。

■冷蔵庫

食材をそのまま入れる冷蔵庫内こそ、安心してできる洗剤でのこまめな掃除がポイント。重曹やエタノール液などを、水で薄めてタオルで拭き上げます。

point!
取手など手がふれるところは定期的に拭き掃除を。



point!
取り外しできる棚は外して丸洗いしてあげましょう!



point!
キッチンは特に料理ついでに“小そうじ”がおすすめです!



ハロウィンディナー [九電ケタウン]



ハロウィンの彩りで楽しい宴に

10月31日は、ハロウィンにちなんで特別な夕食メニューとして、カボチャを使ったハロウィンディナーをご用意しました。スタッフ特製のカボチャを使った「ベジタブル・カービング」も登場してテーブルを華やかに彩りました。

menu

- 南瓜のハンバーグ ●野菜のマリネ
- カリフラワーのミルク煮 ●ご飯 ●スープ ●デザート

ボジョレーディナー [グランガーデン福岡浄水]



ボジョレ解禁に素敵なディナー

毎年11月の第三木曜日に解禁されるボジョレヌーボー。この解禁日のディナーには、フレッシュなワインにぴったりなお料理をご予約制をご用意しました。ワインを味わいながら、みなさんゆっくり料理を楽しまれました。

menu

- 前菜三種盛り合わせ ●牛ほほ肉のデミソース煮
- 海鮮マリネ ●本日のスープ ●パンまたはライス ●フルーツ

各施設のシェフが腕を振るう!

季節のおもてなし料理

グッドライフの各レストランでは、シェフが腕によりをかけたおもてなし料理をご堪能いただけます。今回は、これまでに登場した季節感あふれるイベントメニューをご紹介します。

桃会席 [グランガーデン鹿児島]



料理長自慢の本格派の会席料理

和食を得意とする料理長が、自慢の腕をふるってお届けする会席料理。事前のご要約で承っています。お客様とご家族が訪ねる際のごちそうにぴったり。お食事と一緒に鹿児島名産の焼酎キープもオーダーいただけます。

menu

- お造り3点盛り ●ちらし寿司 ●松茸と葛もちのお吸物
- イペリコ豚チャーシュー ●蕪海鮮煮込み ●蟹ぎぬた巻
- 海老のミノ揚げ ●デザート(フルーツ)

秋の夕御膳 [グランガーデン熊本]



熊本ならではの郷土の味を添えて

辛子蓮根や一文字グルグルなど、郷土の味としてお馴染みの品が並ぶ季節の夕御膳。栄養バランスもしっかり考えられた膳になっています。くまモンの箸置きは、グランガーデンの折り紙サークル手作りのものです。

menu

- 真鯛と野菜の味噌田楽 ●お吸物 ●お刺身 ●辛子蓮根
- 一文字グルグル ●揚げ出し豆腐 ●お新香 ●ご飯
- デザート(フルーツ)

なかなか手の届かないところのお掃除は、

プロの技におまかせ!

「何度磨いても落ちない」「自分では手が届かない」など、毎日の暮らしで積み重なった頑固な汚れに困っていませんか? そんな時は、思い切ってお掃除のプロに頼んでみてはどうでしょう。定期的なメンテナンスは、住まいを快適で長持ちさせることにもつながります。

エアコン

仕上げは除菌コートで!



ホコリがたまるとエアコンの効が悪くなるので、節電効果をあげるためにも、季節ごとのエアコン掃除は欠かせません。また、カビなどが発生しているとアレルギー反応を起こすこともあります。送風口だけでなく、機械の中を本格的に掃除するならプロの腕に頼りたいところです。

排気口



普段は見逃しがちな排気口。特に、トイレの排気口はトイレットペーパーの繊維が舞い上がり付着しやすいのだとか。ホコリが詰まると空気の循環が悪くなるので、定期的なお手入れをしておきたいところ。手が届きにくいところも、専用の掃除機でしっかり吸い取ります。

コンセント



タンスや冷蔵庫の裏など、普段は見えない場所のコンセントにホコリがたまっていますか? ホコリが部屋の湿気を吸って水気を含むと、最悪の場合、自然に発火するというような危険性もあります。安全性も考えて、プロは見えない場所までしっかりお掃除してくれます。

レンジフード

取り外しや取り付けもおまかせ



こまめに掃除しているつもりでも、しつこい油污れはたまりがち。ほおっておくと、煙を吸いにくくなったり、臭いが発生したりします。表面の汚れだけでなく、根本的な掃除をするならプロにおまかせ。すべてのパーツを取り外して専用の洗剤で磨きあげます。

清掃サービス(有料)のご紹介

グッドライフ施設居室内の掃除機かけや年末年始など季節ごとの清掃(居室内の窓拭き、カビ取り、換気扇の清掃等)は清掃スタッフをご紹介します(有料)。随時受け付けておりますので、お気軽にグッドライフ施設スタッフにご相談ください。

アプリ 4 **将棋盤がなくても 一戦楽しめるアプリ!**

日本将棋連盟も公認する本格派の将棋アプリ。コンピューターとの対戦のほかに、オンライン上で力に合った対戦相手が見つけれられます。また、他の人の対局の様子を観戦することのできる機能もあります。一日三局までであれば無料で楽しめます。



日本将棋連盟公認 **将棋ウォーズ**
無料
iOS、Android対応
販売元: ヒーローズ株式会社

アプリ 3 **旅の会話が 断然楽しくなるアプリ!**

語学が苦手でも海外旅行で会話ができると大人気の「旅の指さし会話帳®」がアプリで登場。アプリ版では、指で指して会話するだけでなく、音声も出るので難しい発音もおまかせできます。小さめサイズのタブレット端末は、旅行に持っていくのにも便利!



指さし会話アメリカ **touch&talk® (LITE版)**
無料
iOS、Android対応
販売元: 株式会社情報センター出版局
(C)2013 Joho Center Publishing Co., Ltd.
※「指さし」および「YUBISASHI」は(株)情報センター出版局の登録商標です。

デジタルライフ応用編

アプリを上手に使って 趣味や暮らしの中で もっとデジタルライフを!

せっかくタブレット端末を手にいれたものの、メールやインターネットでしか使っていないという人も多いのではないのでしょうか? パソコンとはちょっと違うタブレット端末ならではの手軽さを活用するためにも、もっと楽しんで欲しいのがアプリです。そこで今回、ご年配の方に人気のアプリをいくつかピックアップしてご紹介してみましょう。



100回聞いても怒られない 女性専用 **アクアパソコン教室**
代表 **押本 則子**
BBIQスペシャルブログ 「やさしいパソコン教室」連載中
<http://pcjnaps.blog.bbiq.jp/>

そもそもWi-Fiってナニ?

Wi-Fiとはケーブルをつなぐに無線でネットワークにつなぐ技術のこと。最近では名称の普及とともに、無線ルーターを用いた無線LANのことをWi-Fiと呼ぶことも一般的になりました。Wi-Fiを使えば、リビングやキッチンなど家中どこでもケーブルいらずで接続ができて便利。家の中もスッキリ片付きます。

アプリをダウンロードするなら、Wi-Fiがおすすめ! あなたのタブレットも高速インターネットにつながります。

タブレット アプリのインストールもサクサク! スマートフォン

Wi-Fi接続ならBBIQ光インターネットがおすすめ!

BBIQのお申込み・お問合わせは **通話料無料** ハロ - みんな つながる

QTNetお客さまセンター **0120-86-3727** ○受付時間/9時~21時 ○年中無休
※番号はお間違いないようにご確認ください。

BBIQホームページ **www.bbiq.jp** BBIQ 検索

アプリ 2 **体と同じく鍛えておきたい 脳のためのアプリ!**

計算をしたり、じゃんけんをしたり、ゲーム感覚で楽しみながら脳を鍛えられるアプリ。シンプルな操作だから初めてでも簡単に使えます。記憶力や計算力、反応力など6つのジャンルの成績が表示されるので自分の不得意もすぐに分かります。また定期的にトレーニングを通知してくれる機能も付いています。続けていくことで、脳年齢を若返らせましょう。



みんなの脳トレ
~ 脳年齢がわかる、脳の若返りドリル
無料
iOS、Android対応
販売元: QQ TUBASA

アプリ 1 **これからの健康管理はアプリで!!**

アプリの中でも注目度が高いのが健康管理に関するもの。なかでも、体重計でお馴染みのタニタから出ているのは、体重や体脂肪率、歩数などのデータを管理してくれる便利なアプリです。入力したデータが、グラフになって表示されるので、体重の増減などが明快。健康管理が手軽にできます。アプリ対応のタニタ機器を使えば、自動でアプリに測定データが記録されるなど、さらに便利に使えます。



タニタの無料健康管理アプリ Health Planet
無料
iOS、Android対応
販売元: 株式会社タニタヘルスリンク

グランガーデン福岡浄水

TOPICS



グランガーデン福岡浄水では、はがき絵教室や書道教室のほかノルディックウォークの紹介セミナーなどを開催しています。これからもたくさんサークルやセミナーを増やしていこうと計画しています。

はがき絵教室

『はがき絵』とは、厚手のはがきに水彩画の染料を使って草花や果実を描くもの。水彩画のやさしく温かみのある色使いと季節感がある題材で心がほんわか癒されます。こんなかわいい『はがき絵』をもらった人は感動間違いなし。と言うよりも、送るのが勿体なくなってしまうそうです。



書道教室

書道は美しい字を書く実用的な面だけではなく、心を豊かにし、個性を表現する趣味として古くから日本人に親しまれてきました。グランガーデン福岡浄水では社外講師による書道教室を毎月

開催しています。白い紙に筆で書きたしなむ、優雅なひと時を皆様もいかがでしょうか。



ノルディックウォーキングセミナー

『ノルディックウォーキング』とは2本のストックを使い歩行補助を行うフィットネスエクササイズです。有酸素運動の疲れをあまり感じることなく、より長く歩くことができるため、エクササイズの効



九電ケアタウン

TOPICS



九電ケアタウンでは、俳句、抒情歌、卓球、麻雀、朗読の会などの楽しいサークルがたくさんあります。中には10年以上も続いている人気サークルもあります。皆さんもサークルで一緒に楽しいひとときを過ごされませんか？

俳句サークル

九電ケアタウンでは、俳句サークルを毎月第2土曜日午前中に実施しています。この俳句サークルは平成18年2月に発足したサークルで来年5月の定例会がちょうど100回目を迎える長寿サークルです。サークルでは句集を準備中で、来年秋、出版予定。在籍メンバーは10名。毎年文化祭で俳句を展示しています。



抒情歌サークル

九電ケアタウンで人気のあるサークルの一つが抒情歌サークルです。毎週水曜日のお昼過ぎに施設スタッフのピアノ伴奏で、童謡、唱歌、学生歌、フォークソング、演歌、世界の抒情歌など幅広く歌って

「九電ケアタウン」の教室

九電ケアタウンでは、サークルのほかに、施設の理学療法士による「お元気教室」(毎月第2・4月曜日)、「生き生き健康教室」(毎月第1・3木曜日)の二つの健康教室と



率が非常に良いのが特徴です。グランガーデン福岡浄水では、エクササイズルームの運動マシンの説明を兼ねて、支配人によるノルディックウォークのセミナーを実施しました。今後も定期的の実施する予定です。

スタッフ紹介

ご入居者様の生活相談やサービスを中心になって切り盛りしているのは、生活サービスグループ長の日下部敦子さん。日下部さんは笑顔のすてきなしっかりもので、いつもにこにこ顔でご入居者様のお話に耳を傾けて、お気持ちをしっかり受けとめてサービスしています。やさしさの中にもきびきびとした仕事ぶりで、スタッフのみんなから頼りにされる存在です。

生活サービスグループ長
日下部 敦子 さん



社外の講師による水彩画教室(毎月2回・文化祭展示など)があります。皆さん是非一度教室を覗いてみてください。

スタッフ紹介

ご入居者様が安心して元気に毎日を過ごせるように健康管理に心配りをしているのは、介護サービスグループ長の溝部さんです。温かなやさしい笑顔が魅力の溝部さんは、ご入居者様からのご相談にもやさしい笑顔で親切・丁寧にお応えしています。「ご入居者様とのコミュニケーションを大事にしています」と語る溝部さん。持ち前の楽しい雰囲気でご入居者様の会話を引き出し、なごやかな気持ちにしています。

介護サービス部
介護サービスグループ長
溝部 みつ子 さん



グランガーデン 熊本

TOPICS



エコころの和

『もったいない』は環境保護を一言で表す世界の合言葉だそうですが、そんな「捨てるにはもったいない!」と思われる物を小物に生まれ変わらせるエコなサークルがグランガーデン熊本にあります。コルクや不要になった包装紙などが楽しい小物に早変わり。皆さんも身近な「もったいない」を「素敵」に変えましょう。



コーラス

発生練習でウォーミングアップした後、「ふるさと」や「早春賦」など懐かしい歌を美しいハーモニーで奏



折り紙サークル

幼い頃に慣れ親しんだ「折り紙」を楽しむサークルが、月に2回、折り紙協会三浦先生の指導の下、催されています。季節に合わせた素敵な題材を折りながら、楽しく和気あいあいとした会話を弾みます。季節のお飾りなどの作品は玄関先に飾られ、ほのぼのとした雰囲気醸し出します。



パソコン教室

インターネットで部屋にしながらショッピングをしたり、パソコンで年賀状を作成するなど、パソコ



グランガーデン 鹿児島

TOPICS

人も街も温かな鹿児島。グランガーデン鹿児島は、ホッと心温まるサークルを一部ご紹介いたします。趣味の時間を仲間と和気あいあいと過ごす時間がたつのも忘れてしまいませ

茶道サークル

毎月1回、グランガーデン鹿児島2階の和室で、先生を入れて3名で活動しています。人数が少ないのが悩みですが、サークルを知り、「お茶を一服」と参加される方もいらつやいます。和室には、季節の花や絵、美味しいお菓子が出され、参加される方の目を楽しませています。まずは一度お越しください。



卓球サークル

1階ホールで、毎朝卓球を愉しんでいた方々が、自分達で月1回先生をお招きして、サークルを立ち上げました。サークルの男性の方々は鹿児島のシニア大会でも優勝されるほどの実力者。並々ならぬ練習を重ねておられます。それに負けじと女性メンバーも頑張っています。

コーラスサークル

サークルは、現在、月2回、グランガーデン鹿児島1階ラウンジ使って活動しています。メンバーは総勢11名とサークルの中で一番の大部隊です。1階ラウンジで歌っていますので、外出先から帰宅された方や通りがかりの方は、素敵な歌声を聴き、知っている曲だと一緒に歌っておられます。歌を通じて仲間も広がり、サークルの皆さまはキラキラ輝いておられるようです。



スタッフ紹介

生活サービス部の守島部長は、熱い気持ちで仕事に取り組みまさに「火の国の女性」です。先頭に立ち、常に笑顔で積極的にご入居者様と接すること、ご入居者様やご家族様からも信頼されています。また、女性特有の心配りで細やかなことにも気づかれるので、スタッフからも頼りにされています。「ご入居者様が第一」をモットーに熱い気持ちと優しい心で、日々仕事にまい進しています。

生活サービス部長
守島 理佐子 さん



スタッフ紹介

小森田さんの担当は、要介護認定をはじめとする行政機関への各種申請代行や、ご入居者さまの日常生活の変化に伴うご相談です。ご入居者様の日々の体調変化に気を配りながら、お健やかに安心して過ごしていただくための各種お手伝いをしています。「まだまだお客様に教えていただく事が多く頼りないと思います。困った時には誰かがいる安心感を感じていただければ幸いです」と控えめなコメントの小森田さん。きめ細かい心配りや、絶妙なタイミングでの声掛けを行うなど笑顔で一気に不安を吹き飛ばし、ご入居者様を明るくできる魅力の持ち主です。

介護サービス部
生活相談員
小森田 文 さん



”ひなまつり“イベント
娘や孫と一緒に出かけたい

九州各地では女の子の節句ならではの
色鮮やかな行事が数多く催されています。
春を探しに出かけてみませんか。

福岡県柳川市 柳川雛祭り・さげもんまつり



柳川の雛祭りでは雛壇の両脇に飾られる「さげもん」は、女の子の初節句のお祝いに、お雛様の代わりに古着の端切れで小物を作り飾ったのが始まりと言われています。鶴、亀といった縁起物がさげられ、初節句の女の子の幸せと健康、無病息災、良縁を願います。柳川の雛祭りを更に盛り上げるのが「おひな様水上パレード(3月16日開催予定)」。お内裏様とお雛様、かわいい稚児達が、川下りの「どんこ舟」で優雅に進みます。“水のまち柳川”ならではの光景と言えるでしょう。(柳川市観光案内所 ☎0944-74-0891)



おすすめスポット 水郷柳川 川下り
柳川の川下りは「お堀めぐり」です。城内の内堀と呼ばれる堀割を左右に折れながら下り、赤煉瓦の並倉や白いなまこ壁など城下町の懐かしい光景を船頭の舟唄と共に楽しめます。

画像提供:柳川市、柳川市観光協会

熊本県人吉市・球磨郡

人吉球磨は、ひなまつり

～すべての女性を優しく迎える春のひとよし～

相良家700年の歴史を物語る数多くの文化財が点在し、今なお城下町のたたずまいを残す人吉球磨では、100ヶ所以上の施設で、個人的なひな人形を展示し、街中がお雛一色になります。中でも人吉クラフトパーク石野公園では、今年で最後となる「土びなと全国の郷土玩具展」を開催。故秋吉元氏が半世紀かけて集めた「秋吉コレクション」が楽しめます。また、今年は「すべての女性に喜ばれるひなまつり」をテーマに、女性限定おもてなし企画が満載です。すべての女性を優しく迎える春の人吉で、地域の方の温かいおもてなしと、ふれあいを感じながら、優雅なひと時をお楽しみください。(人吉市観光案内所 ☎0966-22-2411)



おすすめスポット 国宝 青井阿蘇神社
茅葺屋根の社殿にその歴史の重みを感じられる、桃山風の豪壮な建築様式を今に伝える神社。平成20年6月に、楼門・拝殿・幣殿・廊・神殿の五棟社殿群が熊本県で初の国宝指定を受けました。
☎9:00～17:00 熊本県人吉市上青井町118

大分県日田市

天領日田おひなまつり

江戸幕府の西国筋郡代の役所が置かれ、九州随一と言われるほどの繁栄を極めた天領日田。掛屋を中心とする豪商たちが莫大な財をなし、旧家には京都や大阪で買い求めた絢爛豪華なひな人形やひな道具の数々が今も残っています。ひな巡りの中心は豆田町・隈町界隈が中心で、天保年間のひな飾りが公開されている廣瀬資料館の他、旧商家の草野本家など見どころがたくさん。豆田町の古い町並には土産物屋や伝統工芸品店、雰囲気のある喫茶店などが軒を連ね、町歩きも楽しめます。(日田市観光協会 ☎0973-22-2036)

おすすめスポット 珈琲談議所 嶋屋

150年前の商家を改築した喫茶・食事処。歴史を感じさせる家具やおひなさまなど和の雰囲気に包まれて、ゆったりとした時間を過ごせます。自慢のメニューは餡ときなこの「久兵衛だんご」です。
☎10:00～17:00
☎大分県日田市豆田町10-8



画像提供:(一社)日田市観光協会



お問い合わせ
九電旅行サービスでは、九州内の旅館・ホテルの宿泊予約はもちろん、国内ツアーや海外ツアーの予約を承っています。ひなまつりに合わせた宿泊プランなどもございますので、お気軽にお問い合わせください。

九電旅行サービス
観光庁長官登録旅行業 第1879号
☎092-731-4891
<http://www.qdentravel.com/>
〒810-0004 福岡市中央区渡辺通2-1-82 電気ビル本館1F
☎10:00～18:00(電話受付 9:00～18:00) 休土日祝・12/29～1/3

ご意見募集
グッドライフでは、本冊子をご覧になったの感想や、特集で読んでみたい情報など、みなさんのご意見を募集しております。おハガキやメールでお声をお聞かせください。
【あて先】
〒810-0022
福岡市中央区薬院4-13-17
(株)キューデン・グッドライフ
Email:goiken@kyuden-gl.co.jp


太陽光は、九電工っす!
SunQコール
☎0120-039-905
www.kyudenko.co.jp/taiyoko
太陽光は九電工
Make Next. 九電工

グランガー・テン福岡浄水



〒810-0022
福岡県福岡市
中央区薬院
4丁目13番17号

お問い合わせ

 0120-282-600


<http://www.kyuden-gl.co.jp/>

九電ケアタウン



〒811-3214
福岡県福津市
花見が丘
3丁目28番2号

お問い合わせ

 0120-290-873

<http://www.kyuden-goodlife.co.jp/>

グランガー・テン熊本



〒860-0846
熊本県熊本市
中央区城東町
4番7号

お問い合わせ

 0120-87-5588

<http://www.kyuden-glk.co.jp/>

グランガー・テン鹿児島



〒890-0063
鹿児島県鹿児島市鴨池
1丁目55番10号

お問い合わせ

 0120-80-0766

<http://www.kyuden-glkago.co.jp/>

■ 九州電力グループ ■

株式会社 キューデン・グッドライフ

〒810-0022 福岡市中央区薬院4丁目13番17号 TEL 092-524-0051 FAX 092-524-0061 <http://www.kyuden-gl.jp/>

2014年1月発行