



発行：編集人 佃月島新聞制作委員会 佐久間保人
編集室 〒103-0014中央区日本橋蛸殻町1-5-1-3F 佃ハートベルカンパニー内
電話：050-1746-8579 メール info@tsukutsuki.com HP tsukutsuki.com

佃月島新聞広告企業サポーターを紹介します。

毎月PR広告を頂戴しています。
グオン(株)・(株)ハートベルカンパニー・ジャストリサーチサー
ビス(株)・(一社)ココラボ・(株)グローバルケア・(株)トラソル・
(株)東京メンテナンス管理・シルバークロムケア(株)・(株)ドウ
ダック・美容室to suit・甲斐司法書士事務所・(株)エコライフサー
ビス



つくつきLINE公式アカウントを開設



タイムリーなつくつき情
報を月4回ほど配信して
います。会員数336件
5月10日現在

つくつき新聞 勝どき・晴海・豊海に拡大中 1万2千部体制へ

佃月島新聞 新設置店が3店
「勝どき二丁目薬局」さん・
勝どき二丁目「Cafe アエル」
さん・勝どき四丁目居酒屋
「GOKIGEN」さんに毎月の

「司法書士の相続コラム」を寄
稿いただく勝どき二丁目の甲
斐さんにはお住まい近辺50
0件を配布いただきます。
さらに「セザールアカア
フ
ロント勝どきイースト」のN
さん、「スタジオデン勝どき」
のIさんのご協力で1000件
の配布ができています。

佃月島新聞 南へ東へ拡大中
5月号で紹介しましたが、
晴海ビュータワーや晴海リン
クタワーにお住まいの方に
協力をお願いいただき、700件
大しました。2面で新コラム

です。これから佃月島新聞の名前
でこの地区に配布してもおか
しくはないのです。(無理やり
こじつけています)

勝どきは月島だった?!
昭和40年(1965)まで
勝どきは月島七丁目から十二
丁目と呼ばれていました。勝
どきでもこれ以前に設立され
たものには、月島第二小
学
校や月島警察署・月島第二
児童
公園・月島消防署と、晴海
でも月島第三小学校です。ま
た
企業でも支店名として三菱
U
FJ銀行月島支店・東日本銀
行月島支店など「月島」一名
が見られます。それに中央区
の
行政地区でも「月島」とされ
ています。

勝どき・晴海・豊海で地域活動の皆さんを紹介
つくつき新聞を設置していただき
ました。また年2回発行している
「地域雑誌 佃・月島」もここで
お買求めいただけます。
そんなことで従来の発行枚数で
は足らなくなり1万2千部の発行
に拡大いたしました。

勝どき敬老食堂 GOKIGEN
佃月島新聞は「敬老食堂」です。か
ら紹介いただいた勝どきで椅子
「ヨガ」「かちどきなう」を主宰して
いるFUJIKOさんと敬老食堂
に行って来ま
した。以下は
店長の塩谷さ
んへの取材の
コメントです。
勝どき駅か
ら徒歩5分、



GOKIGEN 勝どき敬老食堂

場所：東京都中央区勝どき4-10-8
都営大江戸線 勝どき駅 A3a/b 出口から徒歩4分

日時：月2回(第2&4火曜※祝日の火曜日は無)
16:00~20:00まで
6月は14日(火)・28日(火)

対象：60歳以上(ワクチン摂取済の方)

連絡先：03-5534-8010

※ワクチン接種の証明となるもの・保険証をお持ちください。
※当日時間にお越しください。最大人数に達した場合お断りする可能性があります。
※高齢者の健康状態も伺います。価格・血圧・体温測定あり
※価格・販売等は一切ございません。

お食事・お飲み物 全て無料です!

徹底点検済 MAP

今年1月にオープンした路地に
佇む隠れ家の様な居酒屋です。丁
寧に炭火で焼き上げた焼鳥、串焼
き、もつ鍋と季節のメニューを提
供。スタンダードな焼鳥の他、希
少なギアラやノスタルジックな赤
ワインナーなど多くの串とともに
ワイン、日本酒、焼酎をご用意。
これからの季節には、フローズン
マッコリやフローズンカクテルが
おススメです。毎月第2第4火曜
日には、60歳以上の方を対象に敬
老食堂を開催。ゆつくりお酒を飲
みながら楽しい時間を過ごしてい
ただいており、今後も様々なイベ
ントを開催してまいります。アッ
トホームな雰囲気でご家族連れ
のお客様、会社の仲間、もちろんお
一人でもゆつくりお過ごしいた
けるようスタッフ

一同おもてなしの
心でお待ちしてお
ります。現在アル
バイトを募集中で
す。LINE登録
はQRコードから。お
問い合わせは「GOKI
GEN」塩谷
03-5534-8010

感染症対策も万全で
した。料理もお酒も美
味しくいただきました。
60歳以上の編集長はな
んとなんと全て無料で
した。敬老食堂を通じ
て、シニアの方と地域
住民の繋がりを図り、
居場所作りを進めるこ
とが敬老食堂のコンセ
プトとのことでした。

育てる芝生「イクシバ」プロジェ
クト ikushiba.com
フカフカの芝生を
地域に根付かせ、緑
と人の輪を育てる
ことを目的とするポ
ランティア団体で、晴海にある
「黎明橋公園」の芝生を管理して
います。活動はYouTubeから
「地縁中央」
勝どき二丁目江口さんが代表。
副代表友枝さんをは
じめ、晴海・勝どき
の方が多く参加して
います。ICTを活用
して人・サービス・
まちにつなぐことで、配慮の必要
な人を支え、地域コミュニティを
再生することが目的。活動はYou
Tubeから。

勝どきテイルームでの主な活動
勝どき区民館一階の「勝どきテ
イルーム」ではいきいき地域サロ
ンを中心として、いろいろな団体
が活動しています。一部をご紹介。
介護を考える会 毎月第4土曜日
10時から12時 介護の情報交換と
介護者同士の交流の場です。お問
合は 小倉 03-3532-4701
読・書・人・倶楽部 多世代交流
を目的とした読書会 毎月第3木
曜日午前 晴海のマリーさんが主
宰しています。お問合せは
booksalon3939@gmail.com
まだまだ勝どきで
イルームで活動して
いる団体があります。
ご紹介しきれないの
で裏面の2面に続
きます。

「地縁中央」
勝どき二丁目江口さんが代表。
副代表友枝さんをは
じめ、晴海・勝どき
の方が多く参加して
います。ICTを活用
して人・サービス・
まちにつなぐことで、配慮の必要
な人を支え、地域コミュニティを
再生することが目的。活動はYou
Tubeから。

「地縁中央」
勝どき二丁目江口さんが代表。
副代表友枝さんをは
じめ、晴海・勝どき
の方が多く参加して
います。ICTを活用
して人・サービス・
まちにつなぐことで、配慮の必要
な人を支え、地域コミュニティを
再生することが目的。活動はYou
Tubeから。

グオン株式会社は
佃月島新聞を応援
しています。
GUON

一面から続く
勝どきデイルームでの主
な活動

勝どき枝豆プロジェクト
(みんなの食堂) 菜園は
勝どき一丁目に
あります。詳細
はHPをご覧ください。
info@edamame.group



R65月島カフェ

つづき新聞の読者が
中心のシニアの会。スマ
ホ勉強会が人気です。要
予約 毎月第3木曜日午
後開催。お問合せはつづ
き編集部まで。
おとなりカフェ

コーヒーやお茶、シユ
スを100円おかわり自
由で提供しています。交
流を楽しんだり、1人の
時間を過ごすこともでき
るコミュニケーションカフエ
です。出入り自由で、ど
んでも利用できます。
ちよこつと相談会

社会福祉協議会の職員
がお悩みごとの相談に乗
る「ちよこつと相談会」
皆さんの生活上のお悩
みや心配事の相談に応じ、
解決策を共に考えます。
おとなりカフェちよこつ
と相談会は同時開催
日時：第1・3土曜、第2
・4火曜 13時〜
16時

その他中央区
では多くのサロ
ン活動が実施中。

マーケティングリサー
チ基礎講座 製品テスト

新製品の発売前に、ユー
ザーに実際に試してもらい
評価を聞くことがあります。
これには、自宅で試して
もらう方法と、どこかに集
まってもらいその場で試し
てもらう方法があります。
前者は、普段と同じよう
に使用してもらうことで自
然な評価が得られます。後
者は、皆同じ条件での評価
が可能のため、試飲や試食
によく使われます。飲み物
は温度などによっておいし
さが違ってきますよね。



Just-Research

このように、どんな状況
での評価が必
要かを考慮し
テスト方法を
選びます。(続
キヤストリサ
チサービス(株)
ではリサーチャー(正社員)
募集中です！未経験者歓迎
just-research.co.jp 中央
区新川03-3553-3737

読者編集者新登場

今月号より3面の割付・
編集は新川に住む「じょう
まーさんが担当しています。
編集長が使用している
「パーソナル編集長」をイ
ンストールして、Zoomの
会議とリモートソフトを使
いながら、編集長とともに
在宅で編集を進めています。
皆様今後ともどうぞよろ
しくお願いいたします。

第3回人形供養祭4月30日
勝どき東陽院で開催される

勝どき四丁目の日蓮宗真
圓山東陽院は昭和5年に浅
草から移転した寺院です。
江戸時代の作家で「東海
道中膝栗毛」の著者、「十返
舎一九」のお墓があること
でも有名です。

天保2年(183
2)に没し、墓石に
次の辞世が刻んであ
ります。
此世をば
どりやお暇に
線香の 煙と共に
はい左様なら

お墓は中央区民文
化財に登録されてい
ます。
佃三丁目グローバ
ルケアが主催する



「人形供養祭」も三回目
です。なかなかこの地域では
開催されていない人形供養
ですから、自宅にある人形
の処分困っている地域の
方々に大変喜ばれています。
今回は4千体の人形供養
のお申込みがありました。
当日はご住職の
ご丁寧な供養法
要が行われ、通
りかかりの地域
の方の多くもご
供養に参加いた
だきました。
次回開催は未
定ですが、次回
案内ご希望の方
は下欄のグロ
バルケアまでお
申込みください。

佃・月島にくる

野鳥の見分け方 連載52

「ゴイサギとホシゴイ」

ホシゴイというのは、実
はゴイサギの幼鳥のこと。
だから、同じ鳥の親子な
んです。成鳥(ゴイサギ・
右)の美しく羽の色と大き
く違うことと、星のような
模様の特徴があることから、
模様が特徴があることから、
幼鳥が「ホシゴイ(左)」
と呼ばれるようになったみ
たい。佃堀などに、ときど
き出現します。昔は神社の
堀側の木をねぐらにしてい
たそうですよ。

この連載人気コラムは地
域の野鳥愛好家、佃三丁目



藤田さんの執筆です。
藤田さん制作の野鳥図鑑
「夏」「冬」をご希望の方
にお届けします。編集部ま
でお申込みください。

佃三丁目グローバルケア
東陽院写経体験会

グローバルケアさんでは
昨年10月にも開催された写
経体験会が中央区の方々
に地味に好評です。今年は6
月に勝どき東陽院で「写経
体験会」が開催されます。
長引くコロナ禍の日常で
は、旅行や外食などもまだ
まだ以前のように自由にワ
イワイとまでは叶いませ
んが、ほんの少しづつ日常も
近づいてきているように思
えます。



もつと
も写経で
すからお
しゃべり
もありま
せんし、
静かな場
所で自分
のペース
で写経を
書き写し
ます。去年は写経が初めて
の方や、書道経験のない方
の参加もあつたとのこと。
また一度は経験してみたく
たなどの参加者もお見えに
なっていたそうです。梅雨
のじめじめでお出掛けも控
えめになりがちの6月には
ぴったりの機会です。書道
道具の貸出しもし
ているので、気軽
に手ぶらでお出掛
けしてみたいか
がでしょう。定員
制のためご興味があ
る方は今すぐお
電話してください。
編集長も初体験し
てみます。参加費
一人千円 6月25
日・26日 両日午後
一時・午後三時

司法書士の相続コラム

読者で佃月島新聞サポ
ーターの甲斐先生の



勝どき在住、司法書士の
甲斐麻莉子と申します。
司法書士とは何を
かという点、「法律のトラ
ブルを防ぐ専門家」です。
家族間や仕事の契約で争
いが起きない状況を作るた
めに、遺言をつくらたり、
登記をしています。
今回は一番簡単な遺言の
作り方をご紹介します。

「自分で書いて、自分で保
管する」だけの方法です。
亡くなった後は家庭裁判所
に持ち込む必要がありませ
んが、1円もかからず作る
ことができます。どんな紙
でも構いません、①財産の
分け方を書く②日付、署名、
認印を押す。の二つで完成
です。財産の一覧も書き加
えると、なおベターです。
次回は、具体的に役立つ
テクニクをご紹介します。
司法書士甲斐麻莉子
03-5533-0509
甲斐さんには居住の住宅
棟の他、勝どき一丁目の新
聞配布をお願いしています。

株式会社グローバルケア
GLOBAL CARE 中央区佃3丁目3番3号
お問合せ 0120-4812-24

薬を飲まないで髪にハリコシを出す方法
育毛専門美容師吉田さん
今回も、帝京大附属皮膚科医である大山さんと、毛髪診断士の吉田さんとの対談取材しました。



吉田「結果に対して時間

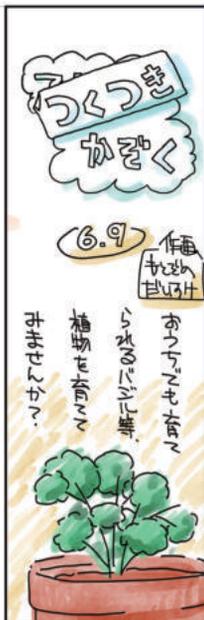
差はありますが皆さん順調に結果を出されていますね」
大山「すごい！私も外来で薄毛でお悩みの方にマツサーシシャンプー法を伝える事が増えました」
吉田「髪は洋服のように着替えができないので、「地毛をいかに育てるか」が大切ですよね」
大山「はい。髪も植物も同じで土台となる頭皮に意識を向けていた

吉田「その為に頭皮クレンジング→シャンプー→育毛剤。この3ステップが肝心ですよ」
大山「クレンジングをしないと育毛剤が届きにくいですからね」
吉田「パーマを無くし地毛でポリウムを出せる方法を世に広げます。女性の髪にハリコシが生まれると思っています」
大山「面白い！誰でも簡単な育毛法ですので広がって欲しいですね」



吉田「結果に対して時間

現在、佃月島在住者には頭皮診断を無料実施中(限定6名)。お早めにご連絡ください。
中央区新富1-10-11
ターナル新
富2F
03-6262-8762



好美の幕末中央区

東京青年会議所(JC)でボイストレーナーの祖父

江好美さんの連載コラム。一橋慶喜が住んでいた日本橋浜町。浜町公園や、中央区総合スポーツセンターが在るこの辺りは昔、武家屋敷が立ち並ぶ場所でした。そこには一橋家下屋敷の、浜町下屋敷がありました！
12代将軍家慶は本当の息子以上に慶喜を可愛がっていたと云われています。慶喜は11歳になった1847年9月に「たつて」と望まれ一橋家の養子に入ります。この養子縁組を積極的に推進したのが家慶の父、一橋家出身の11代将軍家斉でした。家慶にとっても一橋家は大事な血縁。家慶が慶喜に会いに何度も訪れていたのがこの屋敷です。この土地から將軍への道が進んでいくのですね。



れ一橋家の養子に入ります。この養子縁組を積極的に推進したのが家慶の父、一橋家出身の11代将軍家斉でした。家慶にとっても一橋家は大事な血縁。家慶が慶喜に会いに何度も訪れていたのがこの屋敷です。この土地から將軍への道が進んでいくのですね。

中小規模のマンションオーナーの皆様へ

建物の施設周りの清掃や機器メンテナンス、改装工事・内装工事などなんでもご相談ください。月島三丁目でも実績あり。ついでに企業サポーター。

株東京メンテナンス管理
中央区日本橋筋4丁目
03-3665-0949

街角植物観察日記56

佃二丁目 菅野さん

6月に入り梅雨を思い煩う日々、少しでも目と心を楽しませてくれる花探索に出掛けてみませんか？
落葉低灌木で樹高3~5m樹形は傘を伏せたような形に整います。葉は対生(枝の同じ位置から左右に分かれて出る)事は脇生(葉の着けねから出る)事で、通常紫色の花径3~4mmの小花が半球形に集まって咲きます。花には近くに寄らなければ気づかない程の僅かな香気があります。結果は10月、紫色の小さな球形で、その色から優雅な名前が付いたものと思われま



朝潮運河親水公園の月島4丁目への出口付近で見られます。白式部という白花白美の種類もあり、これも又、上品なものです。ヤブムラサキという山地に普通に見られる種類がありますが、これは葉も大型の割りに、花数は少なく、名前程美しくありません。野に在つてこそと思ひます。

ぶらり親子公園散歩@佃月島①

(子どもと行く佃月島の公園)

この度、連載をさせて頂いた金田です。佃月島を散歩する親子の目線で地域の公園を紹介できればと思います。今回、第一号は「月島わたり児童遊園」について書いていきます。

再開発が計画されている西仲通り四番街を離れ、隅田川に向かって歩いていくと、西河岸通りに面したところに公園が。ここが「月島わたり児童遊園」です。裏手には渡しがあつたことがうかがえるような堤防と階段があり、堤防を登ると左には勝鬨橋、右手には



なお再開発の関係で令和4年5月6日より閉鎖となり、仮の広場が5月16日を目処に利用可能になるとのことです。

佃大橋が見え、「渡し」であった頃の歴史を感じることもできます。

子ども向け遊具としては鉄棒、滑り台、シーソー、砂場などがあり小一時間は飽きずに遊ぶことができます。ウチの子は「わたし、公園(私、公園)」と呼んでおり、「月島わたり児童遊園」を知らない方が聞くと「はて？」となります。

ハートベルな話

二代目会社犬 紀州犬 ハク

先日、4月10日(日)に日本犬保存会主催の春の展覧会があつた。参加すべきかどうか検討した結果、会場も近いし前回暴れた審査にならなかつた事もあり、1年が経ち精神的に少しは成長したのでは？とのささやかな期待もあり出場した。



若犬②組(生後1年2ヵ月以上1年10ヵ月未満)。順番はすぐ来た。サークルに入り、「歯並びを見せて下さい」との指示。散歩帰りに毎日必ず歯並びをチェック練習はしてきた。「よし！ハクちよつと来い、歯を見せて」とリードを引き寄せよう

としたら、何やら不穏な雰囲気を感じ絶対に来ないと突つ張り断固拒否。私の前では従順に口を自由に触らせるのだが、審査員を前に態度は豹変。「ああ、こりやダメだ！」「時間をあけてもう一度見せて下さい」といわれたが、「いや、これは無理です。失格にして下さい」「いや、もつたないですよ」そんなやりとりその後、帰路についた。ま、もう少し精神的に大人になるのを気長に待つか。チラッと目が合ったハクが少しだけ申し訳なさそうな顔をしていたのは気のせいだろうか。

日本橋筋4丁目ハートベルカンパニー03-6661-2828
hbc22.com

つくつき BOX 掲示板リニューアル

読者の方の 地域情報掲示板です

つくつきBOXへの投稿は？

申込は電話やメール 営業関係以外は無料で掲載

佃月島新聞を応援ください

サポーター会員募集

4月からの会員登録ありがとうございます。大変多くの方からご支援を頂戴いたしました。晴海浜野緑 勝どき吉田様

藤倉様 岸本様 江東区都築様

日本橋稲留様 月島物袋様

杉本様 筑間様 野口様 船場

様 佃安部様 さいたま小松様

ありがとうございます。

年会費 個人一口2千円 新聞を郵送や宅配などでお届け。

法人会員は一口2

万円、PR記事を年

一回掲載。振込先

ゆうちょ銀行ツ

クダツキシマシンプ

ンセイサクインカイ 総合1066

0-44970471 他金融機関よりは

ゆうちょ銀行コード 9900 店

番068 普通4497047

年会費クレジット

決済サービス

つくつきでは「sq

uare」という決

済サービスを導入し

ています。

木造平屋長屋リノベーション

店舗事業者の募集

西仲通り商店街、四番街路地を入ったところにある木造平屋長屋をリノベーションして、店舗として活用する事業者を募集しています。リノベーション工事及び店舗経営は、事業者の負担です。土地所有者と定期借家契約を結び経営することになります。問合せ magatsukutsuki@gmail.com

ローズ・ガーデンでの

介護予防の取り組み

シルバークラブ（株）

介護付き有料老人ホームロ

ーズ・ガーデンシリーズを2施

設運営しています。

ローズ・ガーデンでは外部

の講師をお呼びして体操教室

や音楽療法の時間を設けてお

ります。体操教室では気功の

手法を取り入れ呼吸を整えな

がら楽しくできるメニューを

取り入れております。

また歌の会はご入居者様か

らリクエストを頂き、お好き

な歌を皆様と歌います。大き

な声で歌うことは気持ちがあ

りやかなり、健康的な生活

を送れるとお声を頂いてお

ります。ローズ・ガーデンで

はご見学の予約を賜っており

ます。フリーダイヤル0120-

882-236 ローズ・ガーデン

入居相談室

https://www.rose-

gnet/

江東区平野 1-2-20

シルバークラブ柳傑作集

シルバークラブ

（中央）クラブの

皆さんの作品で

す。一言寸評は

読者野原さんです。5月のお

題は「好物」です。

ミシユランの 五つ星より

塩むすび 六合

母がこさえてくれたおむす

びの味、いくつになっても忘

れられませんね。

好物の夜食盛り上げ

一段腹 みさ緒

やめられない♪、止まらな

い♪、ラーメン、焼き鳥、か

ら揚げ、トンカツ。

シルバークラブ（中央）は毎

月1回月初の土曜日にシニア

センターで開催しています。

問合せは編集部まで。

調剤薬局フレンド薬局

本橋さんの健康コラム

今月から佃の新聞配布にも

ご協力いただいている月島一

丁目フレンド薬局の本橋さん

のコラムがスタートです。

今月は20代、30代で増加し

ている大腸がんについてです。

大腸がんの総数は世界的に

減少傾向にあります。日本

では大腸がん検診や大腸内視

鏡によるポリープの切除、喫

煙者の減少などが理由として

挙げられています。

しかし実際に数が減ってい

るのは50歳以上の方で、20代

30代では増加の一途をたどつ

ています。それは大腸がん検

診や大腸内視鏡などを実施す

るのは50歳以

上の方が多く、

20代30代の若

者の場合発見

された時には

癌が進行して

からというケ

ースや癌自体の

悪性度が高い

傾向にあることも指摘されて

いるようです。

ご家族に20代30代の方がい

たらぜひ大腸検査も勧めてみ

てはいかがでしょう？大腸

がんのリスク因子として食事

など知られているものもある

ので来月号で紹介いたします。

編集長も先日の大腸検査で

ポリープが見つかり、切除し

ました。ああ良かった！

サークルや自治会・町会の

無料ホームページ作りにご

協力します

佃リバーシティ自治会の

ホームページは佃月島新聞

編集部が作成のお手伝いを

しました。ご希望の方は編

集部までお申込みください。

無料でございます。

佃月島地域で活動している

市民活動サークル紹介

サークルの詳細は、各お問合

せください。掲載ご希望の方

は編集部までご連絡ください。

団体名	きもの∞さくら会	中央カーレットクラブ	藤壽會
内容	きもの全般および着付（座学と実技）	机上のカーリング	着付、日本舞踊
連絡先	梅田 ちか子 kimono.sakurakai@gmail.com	浜野 080-5004-7505	藤間小紫鶴 090-4932-0006
活動日	毎月1~2回 水曜午前 木曜午後	シニアセンターにて	月島社会教育会館
PR	自分できものを着ることでオシャレの幅も広がります。きもの文化や裏技も学び、きものライフを楽しみましょう。	詳しくはカーレットホームページへ	6月は着付けと日本舞踊の無料体験講座を開催。上記までご連絡ください。