ご愛読の感謝を込めて チケットプレゼント

① よみうり スマイルクーポン 500ポイント — 200名様

② でんきやさん500円クーポン券
でんきやさん・ライフサポートをご利用いただいたときに500円の割引が出来るクーポン券です。 — 50名様

③ ルーヴル美術館展 ルネサンス
内容・場所：無料観覧券（国立新美術館/六本木駅）
期間・日時：2026/12/6まで（休）火曜日 — 2枚まで 5名様

④ 上野動物園/多摩動物公園/葛西臨海水族園/都立9庭園
場所・内容：共通入場引換券 ※本件1枚については、いずれかの施設で1回のみご利用になれます。
■上野動物園 ■多摩動物公園 ■葛西臨海水族園
■都立9庭園（浜離宮恩賜庭園/旧芝離宮恩賜庭園/小石川後楽園/六義園/向島百花園/清澄庭園/旧岩崎邸庭園/旧古河庭園/殿ヶ谷戸庭園）9庭園のうち1か所ご入場できます。
期間・日時：2026/12/28まで — 2枚まで 5名様

⑤ 野球殿堂博物館
内容・場所：入館ご招待券（東京ドーム/水道橋駅）
期間・日時：2026/11/29まで（休）月曜日 — 2枚まで 5名様

⑥ 大倉集古館「美しい瞬間〜美人画を中心に」
内容・場所：ご招待券（東京都港区/六本木一丁目駅）
期間・日時：2026/12/20まで（休）月曜日 — 2枚まで 5名様

⑦ 浅草演芸ホール
内容・場所：夜の部ご招待券（東京都台東区/浅草駅）
期間・日時：2026/10/21〜11/27まで ※10/31、土日祝はご利用になれません。 — 2枚まで 5名様

⑧ 東京ドイツ村
内容・場所：入場ご招待券（袖ケ浦市永吉/袖ケ浦駅）
期間・日時：2026/12/31まで — 2枚まで 5名様

⑨ 航空科学博物館
内容・場所：ご入館券（芝山町岩山/成田空港隣接）
期間・日時：2027/3/31まで（休）月曜日 — 2枚まで 5名様

⑩ お花の種 【矢車菊】
★蒔き時 9〜10月 ★花どき 4〜6月
矢車のような放射状の花を咲かせる春の花です。日当たりと水はけの良い場所で、控えめな肥料で育てると美しい花を楽しめます。 — 50名様

⑪ ハーブの種 【レモンバーム】
★蒔き時 9〜10月 ★収穫期 5〜11月
摘みたてのレモンバームは香りが別格です。ハーブティーや料理の香りづけなどいろいろ楽しめます。盛夏の直射日光を避け、やや湿り気の多い土で育てましょう。 — 50名様

⑫ お花の種 【ネモフィラ】
★蒔き時 9〜10月 ★花どき 4〜6月
青空のようなブルーの花をたくさん咲かせる人気の一年草です。1株が直径30cmくらいに広がり、見ごたえのある大群生が特に春の公園で人々を魅了します。 — 50名様

⑬ お花の種 【ヘリクリサム】
★蒔き時 9〜10月 ★花どき 6〜7月
切花はもちろん、ドライフラワーにも最適な花として利用されています。日当たりの良い所で育てれば病気も少なく、栽培、移植は共に容易です。 — 100名様

ご応募の際は、各チケットの期日にご注意ください。

キリトリ

あっとほ〜むチケットプレゼント 応募用紙 2026年10月号

（ふりがな）　　年齢
おなまえ　　歳
ご住所（〒　　ー　　）
※マンション名もご記入下さい。
電話番号　（　　）

チケットプレゼント　第1希望　番　枚　第2希望　番　枚　第3希望　番　枚

□ 食欲の秋…
あなたが秋に食べた思い出の食べ物を教えてください
□ あなたが人生で出合った忘れられない人を教えてください
□ あなたの知りたいことや皆さんの「教えてください」にコメントしてください
□ 探しています　□ お使いください

YCゆりのき高津・八千代緑が丘日曜安福
YCゆりのき高津とYC八千代緑が丘に対するご意見やご要望などがございましたらお書き添えください。

※川柳のテーマは…“友（とも・ユウ）”にまつわる川柳です！

川柳

キリトリ　キリトリ

希にFAXが裏面で届いてしまったり、ハガキに貼ってある用紙がはがれて届いてしまうことがございます。ご応募の前に一度ご確認下さいますようお願い致します。

応募方法

ハガキ　FAX　インターネット

FAXだと読みづらい場合があります。できればハガキの方がありがたいです。

★チケットプレゼントについて、応募多数の場合は抽選から外される場合がございます。ご応募の際は、必ず第三希望までご記入ください。

◇ご希望のチケット番号（第３希望まで）とご希望枚数を必ずご記入ください。当選はチケットの発送をもってかえさせていただきます。
◇プレゼントのご応募はお一家族1枚限りとさせていただきます。
◇記事の受付は何通でも受付しております。
◇記事を採用された方全員に、粗品をプレゼントします。
◇紙面でご紹介させて頂く場合、特に指定のない場合イニシャルを記載させて頂きます。匿名・ペンネームをご希望の方は忘れずにお書きください。

あなたの便りが頼りです！ お便り募集中！

お気軽にコメントを書いて応募してください お待ちしてま〜す

来月のお題は…

①食欲の秋…
あなたが秋に食べた思い出の食べ物を教えてください
②あなたが人生で出会った忘れられない人を教えてください
③あなたの知りたいことや皆さんの「教えてください」にコメントしてください
今回掲載された方々へいろいろなお返事をしてください
④探しています　⑤お使いください

★応募しめきり★ 10月17日（土）必着

応募先
ハガキ：〒276-0036 八千代市高津678-2 グリーンハイランドI 「あっとほ〜む」事務局 係
FAX：※応募用紙を切り取って、送る面を表にして右記のFAX番号にお送りください。 FAX 047-459-3803
ネット：http://yomiuri-ycs.com/ ※サイト内上部の【あっとほ〜む】の項目をクリック。あっとほ〜むネット版の【投稿フォーム】よりご応募ください。
メール：athome@yomiuri-ycs.com ※以前のメールアドレスはご利用頂けませんのでご注意ください。

Scan me

読売新聞 あっとほ〜む 情報紙

10月号 vol.317

読売 ふれあい市場

高津団地中央商店街
次回開催日 毎月第4土曜日
10/24（土） 8:30〜10:00
★★★お誘い合せの上、ご来場ください★★★

シニアとその家族のための相談サロン
シニアライフ相談サロン めーぷる八千代 相談無料
株式会社ワイシーエス
TEL.047-459-0084／FAX.047-459-3803

元気 2026 川柳

ユーモアあふれる素敵な川柳で景品ゲット!!
めざせ！グランプリ

このコーナーでは『五・七・五』のほのぼの〜っとしたユーモアあふれる川柳を募集しています。
毎月優秀作品を掲載し、粗品を差し上げております。さらに年末の11月号ではそれまでの優秀賞を受賞した作品を一挙公開し、一般投票していただきます。見事最優秀賞に輝いた作品を12月号で発表し、豪華賞品をプレゼント！
４面の応募用紙にて奮ってご応募ください。あなたのセンスで景品をゲットしちゃってくださいね！

今月の優秀賞発表

今月のお題『実（みのり・ジツ）』

優秀賞
鈴なりの 孫5人 果実を思う
（大和田新田／M・Kさん／82歳）

優秀賞
くやしいな 秋の長雨 実がならず
（高津団地／A・Yさん／82歳）

優秀賞
腕の中 妊活実り 初ベビー
（高津／M・Oさん）

優秀賞
強がりを 云うけど弱い 実の俺
（緑が丘／H・Iさん／82歳）

優秀賞
秋になり 今年も実る 下っ腹
（ゆりのき台／S・Kさん／41歳）

投稿作品大募集!!
次回のお題は 友（とも・ユウ）

よみうり 緑のキャンペーン
植物が超元気になる！
顆粒HB-101配合
元肥入り
培養土
1袋（15ℓ） 玄関先までお届けします
よみ得ポイント150Pご利用で 1,050円（税込）
ご愛読者特別価格 1,200円（税込）
ガーデニングされている方へよみうりから朗報です。只今、読売新聞をご購読いただいているお客様に、話題のHB-101配合のハイグレード培養土を読売新聞ご愛読者特別価格にて販売しております。
この機会にぜひどうぞ♪
★インターネット購入が便利です★
【YC物販】サイトより
ご購入頂けるようになりました！
こちらのQRコードから→

お問い合わせ
読売センター ゆりのき高津 ☎047-459-0084 〒276-0036 八千代市高津678-2
読売センター 八千代緑が丘 ☎047-459-3678 〒276-0049 八千代市緑が丘 2-26-1

毎月第２日曜日発行 発行部数：約１０，０００部

お便り紹介コーナー

たくさんお便りくださり
ありがとうございます！

あなたの便りが頼りです！

あなたが秋を感じる瞬間を教えてください



夕方のチャイムが4時にも鳴るようになると秋が深まったと実感します。八千代市は普段5時に「野ばら」が鳴りますが、11月になると4時に「夕焼け小焼け」も加わり2回チャイムが鳴ります。夕暮れが早くてちょっと淋しいです。
（大和田新田/C.Mさん/62歳）

そういえばそうですよね。

40年程前、新婚当時住んでいた団地の花壇にたくさんのキンモクセイがあり、秋になると甘い香りが漂ってきた事を思い出します。街を歩いていてふと甘い香りが漂ってくると「あ、キンモクセイが咲いたんだな」と一気に秋の訪れを実感します。
（高津/I.Kさん/68歳）

キンモクセイ、良い香りです。

職場で栗ご飯を製造する為に、栗の皮剥きが始まると秋だな～と思います。皮剥き作業は地味に疲れるのであまり好きではないですが、栗ご飯は美味しいです。
（高津団地/M.Mさん/42歳）

栗ご飯大好きです。

私が生まれた月が10月なので秋は好きな季節です。トレッキングで山頂から見渡す紅葉の風景が秀逸です。汗をかいて山頂で涼しい風に癒されながら昼食をとると最高の気分になります。
（緑が丘/K.Hさん/71歳）

山頂から見降ろす紅葉、さぞきれいでしょうね。

せみの鳴き声が聞こえなくなったあとに、夜に色々な虫の鳴き声が聞こえてくると秋になったなと思います。
（萱田/M.Fさん/56歳）

虫の声、秋を感じますよね。

私は朝のゴミ出しです。真夏は玄関のドアを開けただけでも空気が重くて気温も高い為、少し歩いただけでも汗をかきながらゴミ出しへ行ってきたのに、少しずつ空気が涼しくなり、しまいには上着を着てゴミ出しへ行くと、あ～もう夏は終わり秋がやってきたなぁーと思います。
（大和田新田/E.Hさん/45歳）

身近な事でも秋は感じられます。

栗、サンマ、マツタケがスーパーの店頭に出ると、秋が来たなーと感じます。
（大和田新田/A.Yさん/64歳）

食欲の秋です。



スーパーのお菓子売り場などで『プロ野球チップス』が値引き販売されていると、いよいよレギュラーシーズンも終盤かと一抹の寂しさを覚えるとともに、秋の訪れを感じます。
（高津団地/T.Oさん/52歳）

野球ファンならではですね。

ベランダから見える山栗が色づき、早朝はおじいちゃんおばあちゃん、通学の時間にはランドセルを背負った子らが落ちた栗と戯れている姿を見るとほっこりして秋を感じます。
（高津団地/M.Tさん/80歳）

そんな光景ほっこりしますね。

あなたにとって至福の時間を教えてください

皆さん、そんな至福の時間をこれからも大切にしてください。

庭の栗が実り、新米の栗ご飯とさんまが食卓に並び、家族で食べると最高に幸せを実感します。
（大和田新田/Y.Wさん/52歳）

家族が仕事や学校へ出掛けて、家事を終わらせ出勤までの1人で飲むコーヒータイムが大好きです。休日に図書館で手に取った本を好きなだけ読むのも充実した気分になれます。カフェと本が至福の時間です。
（ゆりのき台/Y.Kさん/51歳）

至福の時間は、寝る時です。布団の中で身体を伸ばし「あ～」と、この瞬間が至福の時です。
（大和田新田/M.Wさん/72歳）



私の至福の時間はお風呂につかりながら本を読むことです。誰にもジャマされず、途中で話しかけられることもなく読書に集中できます!長湯には注意しないといけないですね(汗)。
（大和田新田/H.Tさん/62歳）

月一回の情報誌「あっとほ～む」を楽しんで読む事です。内容も様々でとても充実していて、私にはとても勉強になります。この年になって、「あっとほ～む」の皆様には感謝感謝の気持ちでいっぱいです。これからも勉強そして楽しませてください。期待しております。
（高津/K.Oさん/80歳）

一人でゆっくり読書が出来る時間です。家事も片付いて夫も外出し、一人で好きな本を読むことが出来る時間が私にとっては至福の時間です。天気が良くて暖かな日だったら言う事なしです。更に言えばコーヒーをいれて、美味しいクッキーまたはおせんべいがあれば言う事なしです。
（大和田新田/M.Kさん/82歳）

ここだけの話。家族が見てない隙に、キッチンでこっそり美味しいスイーツをつまみ食いしている瞬間が一番の至福の時間です(笑)
（ゆりのき台/Y.Kさん/41歳）

自分磨きに定期的にフェイシャルエステに通っています。エステ中はとても気持ちよく、うとうとしてしまうくらい…。毎日頑張っている自分へのご褒美です。
（坪井東/S.Sさん/53歳）

私にとって至福の時間は夕食を終えて片づけをして、お風呂に入った後のビール!!おつまみも何もいらず、ただただ冷えたビールを飲みます。最高の時間です(笑)。
（大和田新田/I.Oさん/62歳）



お答えします！コーナー

古いタオルの活用方法

古いタオルはベランダの掃除に使っています。雨や埃で汚れるため、便利です。猫がいるのでペットのトイレ掃除や汚したときに拭く用に活用しています。
（坪井東/C.Tさん）

適当な大きさにカットし、調理し終わったフライパンや食後のお皿などのタレや油の拭き取りに使用しています。環境にも良く、節約にもなるのでオススメです。
（高津/M.Oさん）



ぐっすり眠るコツ

私が目が覚めてしまう理由は2つあります。1つは何か心配事がある時です。そんな時は心配事をノートや手帳に書き出します。そうすると少しスッキリしてよく眠れます。2つ目はトイレの間隔が短い時です。そんな時はお腹が冷えている時なので、白湯や腹巻き等で温めます。そして深呼吸をして眠ります。
（大和田新田/Y.Wさん/52歳）

ぐっすり眠るコツは、夜シャワーでなく湯船につかることです。ついつい面倒でシャワーで済ますと決まって夜起きます。湯船につかって、汗をかくくらいが良いように感じます。
（高津/J.Oさん/78歳）



教えて下さいコーナー

健康維持に良い方法
緑が丘西/H.Sさんからの質問

毎朝ラジオ体操を頑張っています。プラスしてどのような心掛けが健康の維持に良いでしょうか。



お風呂のカビ対策
ゆりのき台/M.Hさんからの質問

お風呂のカビ対策で「これは効いた」という方法があればぜひ知りたいです。



お便り紹介

9月1日に空海と真言の名宝（国立博物館）へお隣の奥様と行って来ました。大変混雑していてチケットを買うのに1時間。会場へ入場するのに1時間。私達は頂いたチケットがありましたので、1時間の待ち時間で入場できました。感謝!感謝です!本当に素晴らしい彫刻、秘仏、密教図像でした。有難うございました。
（大和田新田/T.Mさん/75歳）

チケットプレゼントの感想ありがとうございます。楽しんでいただけて光栄です。



7月～8月は猛暑続きで、9月は雨ばかり。どうなっているんでしょうね!!
（緑が丘/H.Iさん/82歳）

本当です。地球が患っているのかな。



お使い下さい&探しています
★東金店と合同になりました★

使 猫背矯正ベルトがあります。Sサイズですので小柄な方へ。
（萱田/J.Iさん/87歳）

使 つば付きのベレー帽、紫色でサイズはL。スーツ等を入れるガーメントバッグ。どちらも未使用です。
（高津/S.Tさん）

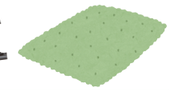




使 車のワイパーブレード30cm・35cmが各1本あります。パッケージに交換方法記載あり、工具不要です。どうぞお使いください。
（台方/I.Sさん/76歳）

探 農機具の下に敷くので、不用になったジュウタンを探しています。
（萱田/Y.Hさん/75歳）





使…お使い下さい **探**…探しています ※お使い下さい＆探していますのコーナーの掲載期間は３回までとさせていただきます。

皆様のご応募お待ちしております！どしどしお寄せください。

こちらのコーナーで採用された方には、全員に粗品をプレゼントしております。
応募方法は第４面に掲載してあります。皆様からの素敵な投稿を、おハガキにてどしどしご応募ください。

※お便りの内容に関しては、読者の方からの投稿ですので、責任は負いかねます。予めご了承ください。
※お申し込みされた方にお近くの読売センターから、各種サービス、イベントのお知らせ等をお送りする場合がございます。

★お便りの内容・情報に関しましては、読者の皆さまからの投稿ですので、責任は負いかねます。予めご了承ください★

※お申し込みされた方にお近くの読売センターから、各種サービス、イベントのお知らせ等をお送りする場合がございます。