

# プレステン

株式会社プレステン  
〒305-0854 茨城県つくば市上横場423-3  
TEL 029-838-2366 FAX 029-838-2486

http://www.press10.co.jp

もりや・とりで版配布サービスエリア  
取手市・守谷市・龍ヶ崎市・つくばみらい市・常総市・牛久市・  
坂東市・福敷市・利根町・河内町の全域または一部地域

**新作 羽子板 破魔弓 特別御奉仕祭**

ご予算に応じてお選びいただけますよう品数豊富に展示しております。 YouTube あひいち で検索!

江戸時代創業の専門店 **人形のあひいち** 全国発送承ります

取手市取手1-8-11 (商工会館前)  
営業時間 10:00~18:00  
※お車でのお越しの方は、店頭駐車場または第2駐車場をご利用ください。

TEL.0297-72-0014





東の匠 ロースかつ膳(並) クーポンで1,419円(税込) とん膳 龍ヶ崎店

写真の定食を含む4商品(広告参照)のいずれかをご注文で、人数様分「大海老フライ1本とかきフライ1個無料」または「300円引き」! ※クーポン利用、店内ご飲食のみ有効。



おせちオードブル 団欒 12,000円→10,800円(税込) 百香亭 クーポン付

新年のおせち料理にお勧めなのが「おせちオードブル 団欒」。クーポン利用で12/1(日)まで、通常12,000円が10,800円になる。また、「絆」は11,000円が10,000円に。エリア限定で宅配サービスもOK!



コースの一皿(一例) ラ・ベル・フォンテーヌ

こだわりのソースと旬の素材が美しいアンサンブルを奏でる華麗なるフレンチの世界。長年に渡り通い続けるファンが多いのも納得の逸品の数々をぜひ体験してみてください。クリスマスコースは9,680円。要予約。



魚平自慢の10貫盛り 3,278円(税込) 魚平 うおへい 守谷店

定番人気の天然まぐろの中とろや赤身をはじめ、穴子の1本握りや旬の白身、ふりふりのエビやホタテ、いくらなど大満足の盛り合わせ。仕入れ状況により内容が変わることがありますので、ご了承ください。



ふじれんこん レギュラー (2枚200g) 1,240円(税込) 肉のふじ屋 クーポン付

秋の新作!中村さんちの食感まで美味しいれんこんと特製ベーコンをトッピング!合挽きの「れんこんハンバーグ」(180g)1,080円もおススメ。2週間限定、本紙クーポンで10%OFF!



水海道名物「三笥最中」 いおり庵

館も求肥も同庵の手作り。小豆は北海道産、大粒で味の良い物を厳選。風味を大切にするために、甘さは控えめ。お歳暮の贈り物にもピッタリの逸品!お煎餅の詰め合わせも各種ご用意。

**リニューアルのため 特別価格販売!!**

店内展示商品

<b>ユニットバス シンラ</b> 定価 1,447,700円(税別) 税込 1,592,470円 <b>35%OFF</b> 937,600円(税込)	<b>キッチンミッチェ</b> 定価 1,361,300円(税別) 税込 1,497,430円 <b>70%OFF</b> 399,100円(税込)
--	--

このほか、トイレ ビュアレストQR 定価240,500円▶122,700円(税込134,970円)、ユニットバス サザナ 定価1,257,200円▶400,600円(税込440,660円) など **最大77%OFF!!**

TDYグリーンリモデル セール2023  
東関東エリア YKK AP部門 前年伸長ポイント賞 阿見ショールームで1位 我孫子ショールームで優秀賞 ポイント獲得賞 牛久ショールームで

BeハウスのTOTOリモデルクラブ 守谷ショールーム  
Beハウス運営の新築・リフォーム・リノベーション水まわり専門ショールーム  
守谷市立沢1163-35 ☎9:00~20:00(水曜日定休)  
無料相談(予約制) ☎0120-751-560  
http://www.behouse.jp

**今回はなんと超お得! 大海老フライ1本とかきフライ1個が**

大好評! 黒毛和生100%メンチかつ 単品 1個290円(税込319円)

対象定食4商品を店内ご飲食でご注文の方にクーポンご利用で **無料** または対象4商品 どちらかお選びください **300円引き**

単品 大海老フライ1本770円 (数量限定 税込847円)

① 熟成ロースかつ定食(並) 1,390円▶300円1,090円(税込1,199円)

② 東の匠ロースかつ膳(並) 1,590円▶300円1,290円(税込1,419円)

③ 柔らか特撰ヒレかつ定食(並) 1,490円▶300円1,190円(税込1,309円)

④ 熟成ジャンボロースかつ定食 1,690円▶300円1,390円(税込1,529円)

とん膳 龍ヶ崎店 龍ヶ崎市小栗1-2-4 ☎0297-65-8777

**定年後もこれまでのキャリアを生かして活躍しましょう!!**

**募集 正社員/業務委託 リフォーム現場監督**

65歳以上の方、一緒に働きませんか!? 70歳以上も活躍中!!

同世代が頑張る職場!

70歳 年間報酬実績 449万円

- 研修期間1~3カ月。週休2日制。
- 給料固定20万円+ボーナス支給。
- 社用車、スマホ、PC、制服等貸与。

◎業界問わず営業経験者も大歓迎!!

ママさんも募集! あなたに働く機会を!

"リフォームや不動産に興味がある"女性を募集中!!

弊社では、「働く機会を生み出す」ことも会社の存在理由と考えています。業界経験は必要ありません。知識は研修で身につきます。営業ノルマも、肉体労働も、残業もありません。研修後は、勤怠管理もありません。どれだけ働くかは、あなたの自由です。子育てが落ち着いたあなた、いかがですか?

つくばエリア出店にともない上記スタッフ積極採用中!!  
詳細は、お気軽にお問い合わせください

おかげさまで **35周年** 昨年度受注実績 **1,950件**

デザイナーと創る 原価公開のリノベーション **Beハウス** デザイナーとつくる家

株式会社 Beハウス  
● 本社:〒302-0128 守谷市けやき台1-3-5  
● TOTOリモデルクラブ守谷ショールーム  
● 牛久ショールーム ● 阿見ショールーム ● 我孫子店  
http://www.behouse.jp/sp/

ご応募・お問い合わせ ☎0120-751-560 (担当:飯田)

**年末年始のご挨拶に!!**

茶室を配した和風の店内で、「一期一会」の思いを込めて作りました。

進物 詰合せ多数ご用意しております。

ふれあい道路店 守谷市久保ヶ丘2-18-3 ☎10:00~18:00 年中無休(元日のみ休み) tel.0297-48-8845

水海道駅前店 常総市水海道宝町2722-1 ☎10:00~18:00 年中無休(元日のみ休み) tel.0297-30-9000




**ハチヤダンスアカデミー** クーポン付

**龍ヶ崎教室「スタジオアミューズ」レッスン生募集**

創立42周年の優良認定校。『WDC10ダンス世界選手権』世界第3位&日本3連覇の八谷和樹組が来年の世界選手権の代表権を獲得! 他のスタッフも入賞など実績ある現役競技選手。だから、わかりやすさ、楽しさ、上達具合が段違い! 全くの初心者から上級者まで幅広くサポート。◎スタンダード、パーティーステップなどを一から楽しく学べる『シニアサークル』も好評!

龍ヶ崎教室「スタジオアミューズ」  
龍ヶ崎市米町8725-2  
天王台教室(天王台駅南口徒歩3分)  
我孫子市天王台2-1-21 ハチヤビル3F  
☎04-7182-4902(共通)  
日曜、祝日定休 Pあり

**ダスキン観音台トータルグリーン** クーポン付

**知っていましたか? 害虫駆除は冬場が最適!**

今は、樹木が休眠状態になり、春先への新芽を準備する大事な時期。害虫も休眠状態になるので、駆除の好機なんです! 春に害虫の発生を少なくするために、ダスキン独自の高純度「ドーマントオイル」を散布し、油膜を作り越冬害虫を窒息死させます。とくに殺虫剤が効かない卵や、カイガラムシなどの

駆除しにくい害虫にはこの方法が一番効果的! 料金は1回6,050円~(50坪以内)。今ならクーポンで3,300円~に。相談、見積りは無料! お庭に関する事なら何でも相談を。

つくば市観音台1-36-2  
☎0120-018-028  
受付9:00~17:30  
土曜、日曜定休(対応可) Pあり  
●庭木の剪定.....11,000円~  
●芝生の年間お手入れサービス(1回)6,050円~  
●防草シート、防犯砂利、庭のリフォーム、芝刈りなど、お庭のことなら何でも相談下さい

**ジュエリー、リフォーム、サイズ直し、リペア**  
**下取り、買取りも安心の高額査定!**

「宝石に囲まれたサロンのような空間の中でゆっくりと相談できます」  
そんなジュエリー専門店です

**ジュエリー工房 SUZUKI**

守谷市百合ヶ丘3-2652-6 (TX守谷駅西口徒歩8分/Pあり)  
☎0297-48-0340  
営業時間 10:00~18:00  
定休日 月曜、第1・3日曜日

●各種クレジットカード PayPay使用可  
●HPは「ジュエリー工房 SUZUKI」で検索もOK

**シクラメン専門店 F.Kフローラ(岡田)**

**11/21(木)から販売! Googleで「FKフローラ」と検索!**

生産農家により、手間暇かけて育てられた上質のシクラメンをお手軽価格で販売。今年平日11/21(木)から。ハウス内に咲き誇る約5,000鉢ものシクラメンは見ているだけでも心が弾み、どの花を購入するかを迷うのも楽しみの一つだとか。さらに、長年の成功と失敗を繰り返して作りあげた独自のマニュアル付きなので、購入した後のお手入れも安心。宅配便で全国発送も可能だから、大事な人への感謝の気持ちを込めて送れば喜ばれること間違いなし!

取手市配松211  
☎0297-85-8190  
営業時間 10:00~16:30 不定休 Pあり  
●シクラメン(5号鉢)1,000円(税込)  
●シクラメン(6号鉢)2,000円(税込)  
●全国配送可(電話での受付は18:00より)  
●取り置きも可  
●サイズは3.5号~7号鉢まで豊富に用意

**ときめきミュージアム**

**クロード・モネ(睡蓮)**  
1916-1919年頃 油彩/カンヴァス  
マルモッタン・モネ美術館、パリ © Musée Marmottan Monet

**モネ 睡蓮のとき**

印象派を代表する画家のひとりであるクロード・モネ(1840-1926)の「睡蓮」連作を中心に、晩年の芸術を紹介する展覧会。

世界最大級のモネ・コレクションを誇るパリのマルモッタン・モネ美術館より、日本初公開作品7点を含む、厳選されたおよそ50点が来日。日本国内に所蔵される作品も加え、計64点のモネの絵画を展覧。「印象派を超えた」モネの芸術の豊かな展開をたどる。

**国立西洋美術館**  
tel.050-5541-8600 (ハローダイヤル)  
東京都台東区上野公園7-7  
https://www.ntv.co.jp/monet2024/  
会期 開催中~2025年2月11日(火・祝)  
開館時間 9:30~17:30 (金・土曜日は21:00まで)  
※入館は開館の30分前まで

休館日 月曜日  
※11/5(火)、11/28(土)~2025/1/1(水・祝)、1/4(火)は休館  
※1/4(月・休)、2025/1/13(月・祝)、2/10(月)、2/11(火・祝)は開館

入場料 一般2,300円/大学生1,400円  
高校生1,000円/中学生以下無料

**5組10名様に招待券プレゼント!**  
①ハガキ、または②弊社ホームページで、「展覧会名」、住所・氏名・年齢・電話番号・宛になった記事や広告など感想を明記し、ご応募ください。  
①〒305-0854 つくば市上横場423-3 (株)プレステン「ときめきミュージアム」係  
② http://www.press10.co.jp  
※当選の発表は当選者の発表をもって代えさせていただきます。 11/25(月)必着

**清掃スタッフ**

赤ちゃんを連れてできる、子育てママにも優しいお仕事です

勤務地 つくば市、土浦市、龍ヶ崎市  
内容 ちいさなお家(民泊施設)の清掃  
報酬 1軒3,500円~  
時間 10~15時で3時間程度。月間10回程度  
その他 未経験者OK! 週1日~可。1人で仕事をする方がよいと感じる方に向いているお仕事です。要普通自動車運転免許

株式会社 Beハウス ☎0120-751-560(担当/飯田)

**パート・アルバイト**

勤務地 つくばみらい市筒戸1507-1  
内容 ホール・サービススタッフ  
給与 時給1,000円~1,200円  
時間 10:00~22:00(シフト制・週1日可)  
その他 交通費支給、簡い・食事補助あり

究極の回転寿司 詳細はお電話でお問合せください  
魚平 うおへい TEL.0297-20-5505

永代供養をお考えの方にオススメです。 **限定数** 希望区画は先着順です!

**柏市花野井 長泉寺 樹木葬墓地**

柏市「花の井神社」バス停徒歩1分

永代供養 38.5万円より(税込) すべて込み!  
宗教不問 継承者不要  
◆一区画3墓まで埋葬可能(散骨ではなく個別に専用骨壺で)  
◆50年後もずっと永代供養なので安心です

個別墓 71.5万円より(税込) すべて込み!  
樹木葬の個別型です  
お墓の前でお参りができます  
◎半石(さおし)の側面に一般墓と同様に家紋、建立者名、年月日が入ります。

永代家族墓 一区画 5墓(5名様まで)  
合祀無しの家族墓誕生! ◎骨壺のまま収められます。  
71.5万円より(税込) + 永代料5万円

ご購入時に50年分一括払いで  
半額割引 50,000円 (年間2,000円×50年で100,000円)

●家紋イラストは別途料金 ●50年後は合祀供養・延長可(永代供養)  
●途中、代が絶えても50年継続 ●年中行事での合同供養無料  
●現在遺骨がなくとも申込み可 ●独身者、後継者がいない方でも可  
●権限にはなりません ●管理運営は長泉寺が執り行いますので安心です  
●個別の供養、年忌法要はご希望により、長泉寺がお受けいたします

高級型墓石付き完成墓地  
墓石代 全て込み! 95.3万円より(税込)  
●永代使用料 ●石碑 ●外柵 ●納骨堂 ●彫刻代 ●塔婆立 ●工事代

①出張無料 ②見積無料 ③即日対応

**不要品回収・お片付け・遺品整理**

どこよりも安く!素早く対応!  
女性スタッフのご指名も可能!  
他社で断られたものもご相談OK!  
重たくて運べないものでもOK!

生前整理 遺品整理 安心! 遺品整理士在籍 第IS24395号  
●思い出の品・貴重品の検索・分別を行いたい  
●元気なうちに身の回りのものを整理したい  
●実家が遠方で、整理しにくい時間がない

トラック 軽トラ 12,900円~  
2t 49,800円~ (各税込)  
※積み込みはスタッフがいたします。箱詰めはお客様でお願いいたします。

法人様もお任せください!  
●産廃の収集・運搬 ●工場や倉庫の機械など  
●移転・閉鎖・閉店に伴う不要品 ●PC・OA機器.....etc  
●内装・解体工事

引越代行も承ります / 持ち込みOK! / 農機具・トラクター歓迎

不要品回収・買取の **昌和産業株式会社** なんでもお気軽にご相談・お電話ください

龍ヶ崎市川原代町5351-2(8時~18時、無休) ☎0297-86-7038

古物商 茨城県公安委員会第401140001610号/産業廃棄物収集運搬許可(茨城県)第00801226547号/(千葉県)第01200226547号/(東京都)第13-00-226547号

**日本墓地紹介センター 株式会社** 東京都足立区千住5-7-9 TEL.03-5813-2600

現地事務所 直通電話 TEL.04-7135-3217 担当:仲内(ナカウチ) TEL.070-5010-5382

お墓の仲人 検索

中国家常料理 **百香亭 ひゃっこうてい**

おせちオードブル 団楽 12,000円~10,800円(税込)  
おせちオードブル 絆 11,000円~10,000円(税込)  
黒酢豚 1,320円~1,210円(税込)  
ハムカツ 660円~330円(税込)

●1会計につき1回有効。ご注文の際、本券を係に。  
●他券との併用不可。 ●2024年12月1日まで有効。

肉のふじ屋 **ハンバーグ&ステーキ**

合計金額より **10%OFF**

●1枚につき1回、1会計のみ有効。  
●お会計の際、係にお渡し下さい。他券との併用不可。  
●2024年12月1日まで有効。

ダスキン観音台トータルグリーン

樹木の年間お手入れサービス  
通常6,050円~3,300円~(50坪以内 初回のみ)

●1枚につき1回有効。 ●他サービスとの併用不可。  
●ご来店の際、係にお渡し下さい。他券との併用不可。  
●2024年12月20日まで有効。

ハチヤダンスアカデミー

入会金 5,000円~半額2,500円

●1枚につき1回、人数様分有効。  
●ご入会の際、本券があることをお伝え下さい。  
●2025年2月末日まで有効。



### フランス料理 ラ・ベル・フォンテーヌ

#### 心が豊かになる、フレンチ“感動”体験!

創業40年。豪華食材を巧みに昇華し、上質なフレンチを提供し続ける人気店。仏・アルザス仕込みの一流シェフが魅せる、躍動感あふれる季節毎のスペシャリテは見事の一言。晩秋には絶妙な火加減で提供される「ジビエ」も楽しめることで有名。コースは昼夜ともに3,850円、6,050円、8,800円の3種。※写真は料理の一例。要予約。価格は税込。



取手市野々井166-6  
☎0297-78-3152  
◎11:30~14:00(LO)/18:00~20:30(LO)  
水曜定休 Pあり 前日までの予約がおすすめ  
常総線「新取手駅」より徒歩3分  
個室貸切無料(懇親会、顔合わせなど各種お祝いにも)



### 中国家常料理 百香亭 ひゃっこうてい

#### 12/1(日)まで! 忘年会の早割特典で10%引き!

12/1(日)までに忘年会の予約をすると「早割特典」として、食事部分の代金から10%引きになる。「食べ放題・飲み放題コース」は300円引き。その他宴会コース多数ご用意。また、右写真上「黒豚豚」は通常1,320円が1,210円に、下の「ハムカツ」は660円が330円に値引き。いずれもクーポン利用で12/1(日)まで。※価格は税込。



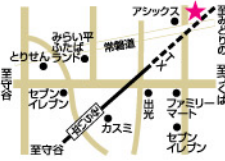
守谷店 守谷市本町204-1  
☎0297-46-3966  
龍ヶ崎店 ☎0297-63-0766  
牛久店 ☎029-873-1566  
◎11:00~15:00(LO)/17:00~21:00(LO)  
http://www.hyakkoutei.com



### 肉のふじ屋 ハンバーグ&ステーキ

#### トッピングでさらに美味しく!クーポンで10%OFF!

インスタなど各種SNSでも大絶賛!ステーキ&ハンバーグが自慢の同店では、お好きなトッピングの組み合わせで、オリジナルハンバーグも楽しめます!トッピングはネギ、おろし、チーズ、目玉の4種類。右写真はビーフ100%「ふじプレーンレギュラー」(2枚240g)1,240円。◎スーパー付きの「ライスセット」は+250円(おかわりOK)。各税込。



つくばみらい市小島新田36-30  
☎0297-38-7226  
◎平日11:00~14:00(LO)/17:30~20:30(LO)  
土日祝11:00~14:30(LO)/17:00~20:30(LO)  
年中無休 大型Pあり ※月曜・火曜は昼のみ営業  
●リブロースステーキ(200g)2,300円(税込)

## 田内の羽手板・破魔弓

—初正月のお祝いに—

### 新作展示会

おかげさまで創業120周年。健やかに、たくましく、そして、優しく、丈夫に育てほしいと願いを込めて特価販売中!!

多種品揃えて大特価セール中

羽手板・破魔弓をお買上げのお客様にカレンダープレゼント

人形とおもちゃ

常総市水海道栄町2680(カスミ水海道店隣)  
◎9:30~19:00 ◎「水海道駅」より徒歩3分

TEL 0297(22)2385

地方発送承ります/各種クレジットカード取扱店 田内人形

### 皮膚科相談から美容外科まで —。まずは気軽にお電話ください。

しみ、くすみに —しみ治療に最適な季節になりました。 美容カウンセリング 無料

フォトRF 全顔1回 22,000円  
Q-YAGレーザー 1cm四方あたり 11,000円  
毛穴、ニキビ肌に アゼライン酸 高濃度配合クリーム  
AZAクリア クリニック限定化粧品です。詳しくはお問い合わせください。  
医療レーザー脱毛 両ワキ 初回限定 2,200円 (2回目以降3,300円。当日受付可)  
料金値下げ! セット脱毛はさらにお得! 詳細はこちら▲

好評! タルミ治療 HIFU (ハイフ) 頬+アゴ下 55,000円  
切らないワキガ ビューホット 両ワキ 33万円  
多汗症治療 ボトックス 両ワキ 44,000円  
※切開法手術は保険適応です。詳しくはご相談ください。  
◎保険適応の手汗、ワキ汗の“塗り薬”あります

男性の悩みも  
ED処方、AGA、ヒゲレーザー脱毛、イレズミ治療など

◎イーマトリックス(ニキビ跡、毛穴に) 初回限定 22,000円  
◎ターペン4でベルベツトスキン、パンパイアフェイシャルも。  
◎自己血小瓶+成長因子注入(法令線や目のクマに) 13.2万円  
◎男女薄毛治療(フィナステリド) 6,600円/月 ほか

保険適応: 粉瘤、ホクロの日帰り手術 ※表記価格は税込。

皮膚科・美容皮膚科・形成・美容外科 予約制・保険診療可

つくばフジクリニック

ご予約は TEL.029-875-9983 受付 10:00~20:00  
つくば市千現1-23-18 ウイングパーク千現1(F駐車場あり) 不定休

院長 藤本 美津夫  
平成2年 筑波大卒。形成外科医、日本皮膚科学会認定専門医/医学博士。大手美容外科技術指導医を経て開業。現在、自治医大内院非常勤。

### コストパフォーマンス 地域No.1!

## 明朗会計

■消費税込み  
■照明料・入場料無料

クラブ無料貸し出し!!

■土・日・祝も割増なし! ■全日同料金! ◎シニア・レディースの方、平日料金あり。

上達の近道! 専用コーチによるダンロップ・ゴルフスクール開催中!!  
大型TVモニターで自分のフォームをチェックしよう!

地域最大級 300ヤード!! ネット全面張替え済 LED照明交換済

●早朝割引/日の出~9:00まで ●プライベート販売/8:00~22:00  
●打ち放題サービス/全日9:00~ ●1球打ちあり ●全席1F55打席  
●バンカー、アプローチ無料 ●シニア・レディース・ジュニア平日割引

ダンロップゴルフスクール会場校 オートティーアップシステム

Daiya Golf Center Ushiku 日の出~22:00  
ダイヤゴルフセンター牛久 牛久市小坂町3334-2  
tel.029-873-0038 https://www.daiyagolf.co.jp

牛久原I.C. 常陸道  
イーグルポイントゴルフクラブ 牛久大仏  
国見中央 牛久大仏  
国見下宿 R408

### 魚平 冬の富山フェア クーポンで10%OFF!!

富山の漁港からその目仕入れた新鮮なネタが毎日登場!!

旬のメニューが勢揃い!

人気の定番メニュー

絶品まぐろ四貫盛り 1,078円  
冬の王者 寒ぶり 550円  
海のフワグラ! あん肝軍艦 660円  
とろ〜り濃厚! 白子軍艦 660円  
カラッとふわふわ あだこうの唐揚げ 495円

脂のり甘い! サワラ  
爽やかな白身 スズキ  
炙りで皮まで旨い! カマス  
上品を旨み抜群! ヒラマサ  
富山湾の宝石 白エビの唐揚げ  
新鮮でぶりぶり 真あじ

12/28(土)~1/3(金)限定の  
テイクアウトメニュー  
—数量限定! 極上握り—

天然まぐろ大とろ/天然まぐろ中とろ/天然まぐろ赤身/上白身/ホタテ/赤えび/すわいがに/数の子/うに/いくら/富山ガスエビ/あなご/玉子  
※1人前に天然まぐろ赤身、玉子は入っておりません。

1 約5人前 19,980円  
2 約3人前 11,880円  
3 約1人前 3,780円

ほかにも豊富にご用意しております。 ※価格は税込みです。  
新鮮、こだわりのお寿司をご家庭でも! 待たずに便利な電話予約をご利用ください。

究極の廻転寿司 魚平

営業時間 ランチタイム  
11:30~22:00 (LO21:30) 平日 11:30~15:00 (LO21:30)  
土日祝 11:30~14:00

年中無休 大型駐車場完備

つくばみらい市筒戸1507-1  
☎0297-20-5505

ランチサービスタイム (あらい無料)

1 魚平特別クーポン(店内飲食のみ) 10%引き 3,000円以上ご飲食の方  
2 魚平特別クーポン(店内飲食のみ) 10%引き 3,000円以上ご飲食の方  
3 魚平特別クーポン テイクアウトメニュー 全品10%引き  
4 魚平特別クーポン テイクアウトメニュー 全品10%引き

※クーポン①と併用できます。◎お会計の際、係に。●魚平守各店のみの有効。  
※クーポン②と併用できます。◎お会計の際、係に。●魚平守各店のみの有効。  
※クーポン③と併用できます。◎お会計の際、係に。●魚平守各店のみの有効。  
※クーポン④と併用できます。◎お会計の際、係に。●魚平守各店のみの有効。

令和6年11月16日~12月27日まで有効  
令和7年1月6日~1月31日まで有効  
令和6年11月16日~12月27日まで有効  
令和7年1月6日~1月31日まで有効

広告

制作: ジンマー・バイオメット合同会社

# ひざの痛みにお悩みの方へ

## 変形性ひざ関節症の治療法として期待されるAPS療法



谷口悠先生  
いちほら病院  
整形外科科長

中高年を悩ますひざの痛み。その原因として多いのが変形性ひざ関節症です。今回は、いちほら病院整形外科の谷口悠先生に変形性ひざ関節症の治療法について伺いました。

### 変形性ひざ関節症とは?

ひざ関節にある軟骨が加齢とともにすり減り、関節が変形する病気です。加齢以外にも肥満や筋力低下が原因となることもあります。40〜50歳代からひざの痛みが出始め、時間の経過とともに関節の変形やひざに水が溜まるといった症状があらわれます。

変形性ひざ関節症は進行していく病気です。ひざに痛みや動かしにくさを感じたら、早めに整形外科に相談することを勧めます。

### 変形性ひざ関節症の治療法は?

まずは体重のコントロールや大腿四頭筋(太もも前面の筋肉)を鍛える運動療法を行います。痛みがある場合は、痛み止めの内服や湿布、ヒアルロン酸の関節内注射などの薬物療法を併用します。

遠心分離し、脱水させた成分を患部に注入するのがAPS(自己たんぱく質溶液)療法です。

最近では、保存療法と手術療法をつなぐ治療法として、患者さんご自身の血液を活用する再生医療が注目されています。

人工関節置換術が選択されることがあります。

### APS療法とは?

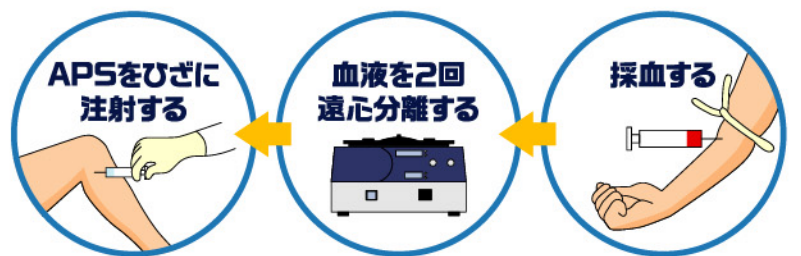
再生医療の一つにPRP(多血小板血漿)療法があります。これは、血液に含まれる血小板が持つ成長因子を利用し、症状の緩和を目指す治療です。患者さんご自身の血液を遠心分離機にかけ、取り出したPRPを患部に注射します。

軽 症状 ← 重



遠心分離し、脱水させた成分を患部に注入するのがAPS(自己たんぱく質溶液)療法です。

APS療法は通常のPRPと比べて成長因子や抗炎症成分が高濃度に含まれているため、変形性ひざ関節症の治療に取り入れられています。APS療法は入院の必要がありません。保存療法では痛みが改善されない方や、仕事や家庭の都合で手術する時間が取れない方などは、APS療法を検討しても良いと思います。



### APS療法の効果は?

効果には個人差がありますが、一般的には、変形が軽度で軟骨が残っている状態のほうが高い効果を期待できるとされています。効果の持続期間も個人差が大きく、治療から3〜4年経っても良い状態を維持している方、1〜2年は効果が持続するけれども痛みが再び出てくる方や、注射の治療効果があり出ない方もいます。また、運動習慣がある患者さんの方が、効果が長く持続している傾向があります。

あると思います。APS療法は再生医療の一つではありますが、治療によりすり減った軟骨が再生することはありません。そのため、痛みが改善されても変形を進行させないよう、運動療法と体重コントロールを継続していくことが重要です。

### APS療法を受ける前に知っておくべきことは?

APS療法は厚生労働省への届出が受理された医療施設でのみ行うことができます。また、保険が適用されないため治療費は全額自己負担になります。費用は施設によって異なるので事前に確認しましょう。ご自身の血液を利用した治療のため、重度の糖尿病や関節リウマチ、貧血などの疾患がある方は治療を受けられない場合があります。これらの基準は施設によって異なりますので、詳しくは主治医にご相談ください。また、治療により症状が改善しても、一生その効果が続くわけではなく、変形が進行すると手術が必要になる

るかもしれない、ということを知っておいていただきたいと思います。APS療法を受ける場合は、治療後の運動療法や、効果を感じなかった場合のために、手術など、次の治療まで提案してもらええる医師にしっかりと相談し、納得できる治療法を選択してください。

### まずはひざの状態を知るところから始めましょう

APS療法は、保存療法を続けても症状が改善しない方や手術に抵抗がある方など、多くの人にとって選択肢となる可能性があります。ただし、症状によっては保存療法や手術の方が適している場合もあります。ご自身に合った治療法を選択するために、まずはご自身のひざの状態を知ることから始めてみましょう。

人工関節ドットコム 運営事務局  
関節の電話相談  
お気軽にお電話ください 平日10:00~17:00  
0570-783855  
※通話料は通信者負担、相談料は無料です。  
人工関節ドットコム 検索