

「個処から」は、人生のセカンドステージを有意義に過ごそうという人たちを応援するフリーペーパーです。

2010  
神無月  
第46号

# 個処から

毎月第4月曜日発行

無料

いわき市内  
6万部発行



特集 心なごむ 「遠野」

人生のもう「花」を「原田ダンス・スポーツサークル」

風は秋色、紅葉物語 (4・5面)

表紙の人  
平字白銀町 中国料理「鳳翔」  
店主 草野 達雄さん (67)

ギャラリー情報&イベント案内(2面)  
いつでもどこでも誰でもできる太極拳(3面)



# 365日

【年中無休】

## よらんしょ ころんしょ とまらんしょ



通所介護(デイサービス)



訪問介護



地域密着型サービス



有料老人ホーム



居宅介護支援



グランドコンフォートステージ ころろの駅

参加無料 クラブこころの駅主催 第25回  
**バラエティショー**

2010年 10月12日(火) 開場 PM1:00  
開演 PM1:30

会場 **こころの駅** ※送迎についてもご相談ください  
対象者 **65歳以上の方とそのご家族ご友人**  
参加方法 **電話連絡の上、お越しください**

ゲスト  
**ポップ三味線/マーサ☆リノイエ**

唄と踊りのポップグループのリードボーカルとしてデビュー。山口百恵さんのツアーのレギュラーとしても活動し、イミテーションゴールドではバックコーラス&ダンサーを務めた。グループ解散後は、主にミュージカルの女優として活躍しつつ、長唄(三味線・唄方)を本格的に学ぶ。2006年から、ポップ三味線・マーサ☆リノイエとして活動。女優として鍛えたエンタテインメント魂で唄と三味線とお喋りの明るく楽しいステージを提供する。



- 事業内容
- ・有料老人ホーム
  - ・居宅介護支援
  - ・訪問介護
  - ・通所介護(デイサービス)
  - ・地域密着型サービス
  - ・配食サービス  
(ニココキッチンいわき南店)

※ご相談はお気軽にお電話下さい



株式会社こころの駅 いわき市小名浜字中原16-1 TEL.0246-54-5000 FAX.0246-54-5001

ホームページの検索は **こころの駅** **検索**

Origin of Ikebana Ikebobo

## 夢ありて 花ひらく

### 池坊平支部創立70周年記念 横山夢草師追悼花展

平成22年  
会期 **10月2日[土]・3日[日]**  
2日[土]=午前10時~午後7時  
3日[日]=午前10時~午後5時

会場 **ラトブ6階いわき産業創造館**

主催:華道家元池坊平支部  
後援:いわき市・いわき市教育委員会・いわき市文化協会・福島民報社・福島民友新聞社・いわき民報社・NHK福島放送局  
ラジオ福島・福島テレビ・福島中央テレビ・福島放送・テレビユー福島・いわき市民コミュニティ放送  
協賛:財団法人池坊華道会 <http://www.ikebobo.jp/>



いけばなの根源

# 池坊

## お墓は家族の宝です



時代とともに、人の心はさまざまに変わっていきますが、祖先を敬う私たちの思いはひとつです。いわき展示場では、石を造る工場内を見学できますので、安心してお選びいただけます。私たち富士神苑は、真心を込めてお墓を造り、やすらぎの広場を築いてまいります。

工場に直結した大展示場。  
選んで納得、だから安心です。



お墓を造り続けて38年。やすらぎ広場を真心で築く

**富士神苑株式会社いわき工場**  
いわき市久之浜町末続字上長沢 128

工場に直結した大展示場  
いろいろなよいし  
**0120-167-414**  
選んで納得、だから安心





**阿部 幸洋油彩新作展**  
 10/16→10/24 入場無料 0246-56-0264  
 日動画廊の全国巡回展で存在感を示したいいわき市出身でスペイン在住の阿部の5年ぶりの作品展。開廊時間は午前11時～、水曜休廊。  
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘2-12-1

**いわき懐メロ友の会**  
 10/11 午前9:00 入場無料 0246-29-9151  
 いわき懐メロ友の会の第2回発表会。130人の会員が懐かしい名曲を披露する。和サカエ、摩周一也ら5人の地元プロも出演する。  
 文化センター いわき市平字堂根町 1-4

**ギャラリー情報**  
 & イベント案内  
 2010年9月→

**野坂徹夫展**  
 10/14→10/24 入場無料 0246-24-0004  
 青森市で創作活動を行い、子供の絵画教室「童子工房」を開設している野坂の新作展。15日午後3時から野坂によるギャラリートーク。  
 エリコーナ いわき市平大町 10-3

**トリエンナーレ 2010**  
 10/2→10/11 入場無料 0246-23-8411  
 いわきアート集団の会員はじめ招待作家70人が、ギャラリーなど13会場に新作を展示。シンポジウム、パフォーマンスも開催。  
 ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

**金オーロ遊び展**  
 →9/28 入場無料 0246-56-9101  
 田口安男を中心に金箔の技法を取り入れた作家49人の絵画はじめ彫刻、工芸、書などさまざまなジャンルが全国各地からぞろぞろ。  
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

**江口克己+小野田康子二人展**  
 10/13→10/24 入場無料 0246-69-2390  
 アトリエを茨城から郷里の滋賀に移した織部の江口克己、染付の小野田康子さんの2人展。緻密で丁寧な仕事の作品が並ぶ。月、火休廊。  
 ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平 35-4

**伊藤由季子陶展**  
 10/2→10/11 入場無料 0246-29-3826  
 草花をモチーフに繊細な彫りと柔らかな色彩が魅力的な青白磁・彩磁の花器、蓋物、茶碗を展示。2、3、10、11日は作家在廊。  
 ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山 60-1

**絵画研究グループ錦展**  
 →10/1 入場無料 0246-62-2327  
 グループ錦は、絵を志し年齢を超えて切磋琢磨している結成間もないグループ。思いを込めた作品を出品。営業時間は午前8時～午後8時。  
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

**佐藤 杏子展 識閼(しきいぎ)**  
 →10/24 入場無料 0246-25-1111  
 茨城県在住の銅版画家・佐藤が最近取り組む木製パネルへの直刻ドローイングを紹介。識閼とは意識作用の生成と消失の境界を意味。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**トリエンナーレ 2010**  
 10/4→10/11 入場無料 0246-92-2009  
 いわきアート集団の会員はじめ招待作家70人が、ギャラリーなど13会場に新作を展示。シンポジウム、パフォーマンスも開催。  
 ギャラリーアイ いわき市小名浜

**みんなでライブ・ペイント**  
 10/2 午後5時～ 入場無料 0246-25-1111  
 いわきアート集団トリエンナーレ2010の共催事業として開催。画家の青山ひろゆきさんを講師に高校生3人1組でいわき市を描く。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**坂本勇出版記念展**  
 10/3→10/26 入場無料 0246-56-9101  
 坂本自身が選んだ40点の作品で構成した画集「うつくしま・ふくしま」の出版を記念して開催。日本の美しさがあふれる原画を展示。  
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

**トリエンナーレ 2010**  
 10/2→10/11 入場無料 0246-24-0004  
 いわきアート集団の会員はじめ招待作家70人が、ギャラリーなど13会場に新作を展示。シンポジウム、パフォーマンスも開催。  
 エリコーナ いわき市平大町 10-3

**ヨム・シーコン展**  
 →10/3 入場無料 0246-92-2009  
 韓国の彫刻家、ヨム・シーコンの日本初の個展。国際的作家シーコンの新作を展示。初日は作家を迎えオープニングパーティー。  
 ギャラリーアイ いわき市小名浜字古湊 91

**いわき絵織石川幸男展**  
 10/21→10/27 入場無料 090-4633-9327  
 二代目・幸男を襲名した石川(本名・貞治)が、独自の感性で新作したいわき絵織(えのぼり)をはじめ雛型板絵、水墨画などを展示。  
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平65-9

**♪新曲「あんた」発売記念 紅 晴美 チャリティーコンサート**  
日時 10月16日(土)  
 ◇昼の部 開場 12:30 開演 13:00  
 ◆夜の部 開場 17:30 開演 18:00  
会場 いわき市文化センター大ホール  
入場料 3,500円(CD付き)  
 (CD引き換えは、当日のみとさせていただきます。)  
 チケット問い合わせ/事務局 0246-26-0402(田仲)

**ギャラリー・トーク**  
 10/3 入場料 0246-25-1111  
 企画展「ラファエル前派からウィリアム・モリスへ」開催に併せて同館学芸員が分かりやすく解説する。時間は午後2時から同3時。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**匠の技 蔓細工展**  
 10/2→10/31 入場無料 0246-62-4188  
 蔓(つる)細工で編んだブドウのバッグやポシェット、ペンダント、ブローチ、アケビのバッグ、かごやざるを展示。水曜定休。  
 ギャラリーわづくりや いわき市植田町南町 1-2-14

**熊坂行夫水彩画展**  
 10/9→10/17 入場無料 0246-38-4573  
 いわき市内郷在住の熊坂の個展。清潔感あふれる新作水彩画を展示。時間は10:00～18:00。12～15日は作家不在。会期中無休。  
 ギャラリー&ショップ・モラモラ いわき市小名浜寺廻町 5-5

**トリエンナーレ 2010**  
 10/2→10/11 入場無料 0246-56-0264  
 いわきアート集団の会員はじめ招待作家70人が、ギャラリーなど13会場に新作を展示。シンポジウム、パフォーマンスも開催。  
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘2-12-1

**6人の女性展**  
 10/2→11/5 入場無料 0246-62-2327  
 新世紀福島支部の6人の女性が、身近なモチーフをそれぞれの技法で描いた作品を出品。時間は午前8時～午後8時。10月17、18日休廊。  
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

**ラファエル前派からウィリアム・モリスへ**  
 →10/24 入場無料 0246-25-1111  
 ビクトリア朝英画壇の刷新を目指したラファエル前派同盟にはじまりアール・ヌーヴォーへと発展の過程を欧州各地の作品120点で紹介。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**トリエンナーレ 2010**  
 10/2→10/11 入場無料 0246-69-2390  
 いわきアート集団の会員はじめ招待作家70人が、ギャラリーなど13会場に新作を展示。シンポジウム、パフォーマンスも開催。  
 ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4

イベント・カルチャー情報は、主催者(団体)の情報提供に基づいて掲載しています。変更になる場合もありますので、詳しくは主催者にお問い合わせください。  
 イベント・カルチャー情報を募集しています。ご希望の主催者(団体)は、いわき民報社フリーペーパー室(電話0246-23-1666)にご連絡ください。

**IWAKI ART トリエンナーレ 2010 「やる気」**  
会期 10月2日(土)～11日(月)  
会場 ギャラリー界限 アートスペース・エリコーナ ギャラリー磐城 ギャラリーアイ ギャラリー昨明 平中央公園 草野ホール gallery & cafe blarot いわきアリオス アリオス・パークサイド・ギャラリー アリオスカフェ 花のたまむし 天田愚庵邸(ギャラリーアイは10月4日から)  
 13会場 各会場により開館時間・閉館時間、参加アーティスト等が異なります。詳しくは公式WEBサイト、パンフレットをご覧ください。  
 http://iwaki-art-triennale-2010.com

**かいわい**  
 いわき市平字堂根町 1-1  
 TEL 0246-23-8411 FAX 0246-23-8413

**Alios Café**  
 いわき市平字三崎1-6 アリオス2f  
 TEL 090-2999-3913

**GALLERY 磐城 IWAKI**  
 いわき市泉ヶ丘2-12-1 TEL 0246-56-0264



# 楊名時健康太極拳二十四式

起勢（チーシー）  
・ 始めの姿勢  
・ 「起」は「始め」、「勢」は「形」の意味です

## ※血管の総延長と心臓の動き

体内すべての血管を1本につなぎ合わせると全長10万キロ。地球1周が4万キロですから、地球2周半。9割が毛細血管だそうです。毛細血管の直径は1000分の5ミリ。その細い管の中を血液が流れ、栄養補給や老廃物を除去します。

血液の流れをスムーズにする運動が太極拳です。血液を体内に送り出すのは心臓の仕事ですが、忘れてはならないのは静脈、特に下肢です。血液も水分なので、放っておけば下に流れます。人の体は、縦に長いので、心臓が吸い上げる力だけでは足りません。筋肉の収縮、ち緩運動により、筋肉内の血管は収縮と拡張を繰り返して血液の流入、流出の流れを促進します。この血液促進運動が心臓の動きを補助してくれます。この動きがうまくいかないと血といわれる状態になります。この解消を促す運動が太極拳です。

①自然立ち 十字手から続いて行きます。両手を脇に下ろし、目は前方を見た状態から始まります。

※親指が大たいに触れている状態

②両手を前方に上げる 手のひらを下に向けて息を吸いながらゆっくり両手を前方に上げていきます。※手を上げていくとき、手のひらが気のボールで後から押されるようなつもりで、足の裏から気を吸い上げるような気持ちで自然に上げていく

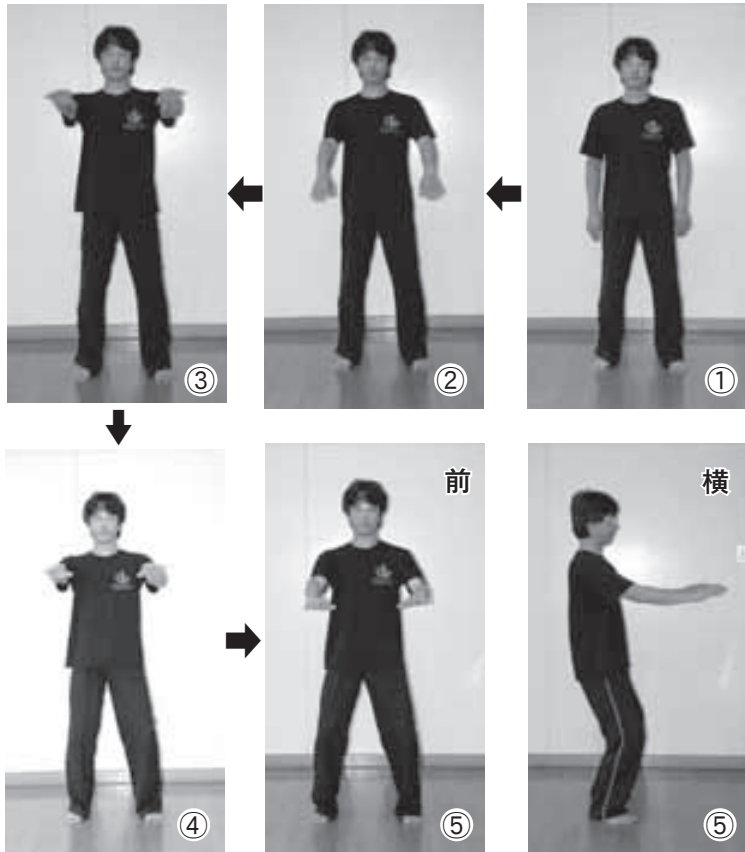
③肩の高さまであげる 肩とひじに力を入れないで手のひらが押し上げられるような気持ちで肩の高さまであげます

④両手を下げる 息をはきながら肩の力を抜き、両ひじと両ひざを少し曲げ、下げます。※体の重心は、両足の間に置き、胸、お腹を突き出さないようにする。上体を崩さずに両手の動きに合わせて膝を落とす

⑤両手を胸の高さまで下げる さらに足、腰、手、指先まで神経を集中させて力を入れずにゆっくりした呼吸に合わせて、膝をゆっくり曲げ、腰を落として両手を胸の高さまで下げます。※肩の高さから両手を胸の高さまで下ろすとき、水面に浮かんでいる枝を両手で静かに沈めるような気持ちでやる（慧先生指導）。腰の高さは自分の体調に合わせて。自分なりの腰の高さが決まったら、その位置をよく覚えておき、後の動作もほぼその高さで動くようにします。※目は前方を見たま腕と膝の動きがバラバラにならないように注意。肩に力を入れない

# いつでも どこでも 誰でもできる 太極拳

鈴木 和子師範 すぎき・ともこ/NPO法人日本健康太極拳協会 楊名時八段錦、太極拳



## 始めの姿勢

### 背中痛み、頭痛、胃腸病など

「起」は「始め」、「勢」は「形」の意味です。十字手から起勢に移るときには、自然立ち（膝がゆるんでいる）のまま、2回ゆっくりと呼吸をして間を取ってから始めます。始まりは終わりに通じ、終わりは始まりに通じるといわれるように、はじめの形は大切にしましょう。あせらずに丁寧に動作を行うことが大切です。

ポイント  
太極拳は、足腰、手、指先にまで心を配りゆっくりとした深く長い呼吸に合わせて、始まりから終わりまで、まろやかに動くことが大切です。

・起勢の効果  
背中や背骨の痛み、頭痛、不妊症、胃腸病、腹部膨満、精神的疾患など。

・気の流れ  
ゆっくりと両手を上げて足を足の裏から腹部、背骨頭頂へと上昇させ、ゆっくりと両手を下げて上昇した気をのど腹部へと下降させ丹田へ収めます。

## 楊名時気功太極拳

「まろやかに」「なめらかに」「しなやかに」行いましょう。人間の存在は心です。すべては心から発します。心配心があつたり、よくよく「たじろい」たり、ストレスがたまり、病気になるります。健康な体は自分が作るのです。豊か広々として「たじろい」ない心は、苦しむこと、うれしこと、日常のすべての思いを無にして動く太極拳の中からは生れます。心を空にして気持ち静かにし、たいらにしゆっくりと動きます。そのまろい、全身の気の流れがよくなります。人間の気といものは、心から出るので。ですから、広々としていて明るくおあらかたあれば、そういう気は、健康になりより幸せにしてくれます。気が動く、血が動きます。気血の流れがとどおることがなければ、気の流れがよくない、病気になることはあります。やはり、基本は心、まろやかな心、心やわらば気が動き体を動かすことにより健康になります。

体の中の組織は、全部が大切です。一つでも欠けていものはありません。そのすべての生命の元が心です。心こそが体の組織の全部を動かす元になります。心が動かし、全身に流します。血液は気に従って体の隅々まで循環し、この循環が健康を生みます。おたやかな心は体もやわらかくしてくれ、師匠楊名時先生はおっしゃってあります。



平の中心地に店を構えて40年以上になる。生まれ変わった駅前と、昔の名残を残す歓楽街。そのコントラストを色濃く感じながら、草野さんは厨房（ちゅうぼう）に立ち続けている。母が創業した中国料理店を30歳を前に受け継いだ。東京の名店で修業し、本格中華を提供できる確かな腕を磨いたが、目指したのは「家庭的で、いつでも気軽に安心して来られる店」だった。品物一つ当たりの利益が少なくとも、数をこなすことで全体の利益を上げる「薄利多売」がモットー。景気の浮き沈みに直面しながら、料理の素材と量へのこだわりを失わず、技術も日々研さんを重ねてきた。今も「天職」と自負する料理人としての進歩を続けている。

平飲食業会長を務める。近年、商圏は郊外に移っているが、「駅周辺の繁栄なくして、まちの活性化はない」と力を込める。人生を共にしてきたわがまちへの愛情は尽きない。

## 第20回[10月開講]パソコン初級コース

シニア向けのパソコン基礎講座で、少数の定員で個人レッスン並、レベルに合った講座です。パソコン操作が初めての方、苦手な方、是非この機会に受講下さい。



- 内 容 パソコンの基本から、ワード(文書作成)の初歩、インターネットで検索の仕方、メールの送受信の仕方を1回(2時間)合計7回行います。
- 日 程 10月5日(火)、8日(金)、12日(火)、15日(金)、19日(火)、22日(金)、29日(金)
- 時 間 午後1時30分～3時30分
- 場 所 ご希望の方にご案内いたします。
- 受講費用 8,000円(資料、フロッピー、ファイル代を含みます)
- 定 員 9人(先着順)

全く初めての方には、「かんたん基礎コース」があります。パソコン操作が初めての方、文字入力の仕方「初歩」を1回2時間合計3回コースです。10月7日(木)、14日(木)、21日(木)時間は午前10時から12時。

### 受講者の声(これまで受講された方)

- ・サポートするスタッフもいて、丁寧に初歩的な事を教えて頂いた。
- ・時間外でも補講して頂き、本当に良かった。
- ・パソコンは難しいと思っていたが、文字を拡大したり色を変えたり出来るのが分かり、楽しかった。

お申し込みは、住所・氏名・連絡先を電話、郵送、又はFAXでお願い致します

## NPO法人 シニア人財倶楽部

〒970-8026 いわき市平字田町120 ラトブ6階 インキュベーションルーム1  
TEL.0246-88-6501 FAX.0246-88-6502 E-mail sinia-jinzai@waltz.ocn.ne.jp  
※お問い合わせは、平日の午前9時から午後3時までお願い致します。

## ORIGINAL TASTE

●定休日  
第1・2・3水曜日

fashion house  
シニール

いわき市平六町目5-20  
PHONE25-6608  
●駐車場完備(店向かい側)





観音さまとお大師さま  
光明山 圓通寺  
いわき市遠野町上遠野  
TEL0246-89-2627

**X Tayutau**  
いわき市遠野町上遠野字太田76-1  
TEL0246-89-3885  
営業時間 火曜～土曜 9:00～19:00  
日曜・祝日 9:00～18:00  
定休 月曜、第一・三火曜

とおの歯科医院  
〒972-0161 いわき市遠野町上遠野本町55  
TEL(0246)89-2866

天川のせせらぎを聞いて、トレイタイム  
**Cafe de buddy**  
コーヒー・紅茶・ケーキ…  
定休日 毎月第1・3火曜日  
営業時間 10:00～20:00(4月～8月)  
19:00(9月～3月)  
Tel./0246-89-2292 FAX/0246-89-2293  
遠野町入遠野字天王1

二輪・四輪販売・車検・修理  
あいおい損保保険代理店  
**塩屋輪業**  
代表 塩屋 昌則  
専務 塩屋 昌弘  
いわき市遠野町入遠野字前田34  
TEL.0246-89-2381 FAX.0246-89-2098  
Eメール m-shiroya@ht-net.21.ne.jp

素材にこだわった手作り和菓子  
「かりんどうまんじゅう」「あめり」「柿まんじゅう」  
**塩屋菓子店**  
いわき市遠野町入遠野字前田111-2  
TEL/FAX(0246)89-2285  
営業時間 7:00～19:00 定休/第2・4日曜

人と自然と仲良くしたいから…  
私たちは環境生活を応援します。  
福島県いわき市遠野町根岸字石田44-3  
電話0246-89-2214(直通)0246-89-2172(興隆)  
URL http://toono.co.jp

キーワードは  
気軽に、手軽に。  
全車  
ゼロから  
完備  
**遠野タクシー観光バス部** ☎0246-89-2056  
いわき市遠野町上遠野字中野町52-2

自宅でのやすらぎを  
お届けします。  
総合葬祭 花物 杜 遠野  
遠野町上遠野字幸成27-1  
(遠野市遠野町) ☎89-4777  
(有) 遠野造花店 ☎89-2483

曹洞宗 医王山  
**東光寺**  
いわき市遠野町上遠野字堀切168  
TEL0246-89-3210

名物なごむと和みの宿  
**坂本屋**  
いわき市遠野町根岸字下根岸77  
TEL89-2077 http://www.iwaki-sakamotoya.com/

サロン&ペンション **ミモザ**  
花と絵本と音楽の空間でおくつき下さい。  
ティールーム営業  
金・土・日13:00～18:00  
ご予約(随時受付)  
電話でお問い合わせ下さい。  
いわき市遠野町深山田字折部前 74-1  
TEL/FAX 0246-89-4512  
ホームページ http://www.sp-mimosa.com

新聞各紙取り扱っております。  
**鈴木新聞店**  
鈴木 光  
いわき市遠野町上遠野字西町32-1  
TEL(0246)89-3140

**Rハ工房 好友**  
尺八制作教室 / 尺八教室  
を開講しています。  
製管師 安部 好友  
〒972-0161 いわき市遠野町上遠野字戸74-178  
TEL・FAX0246-89-4722

いわき地区9地区工芸会連携を組んで事業者の支援をしています  
**遠野町商工会**  
会長 塩屋 昌則  
副会長 鈴木 正  
副会長 平子 佳廣  
いわき市遠野町上遠野字本町79  
TEL(0246)89-2174 FAX(0246)89-2473

心なごむ—遠野—  
風は秋色 紅葉物語  
遠野—いわき市の南西部、阿武隈高地南部の東斜面に位置し、中山間地ならではの自然豊かなまち。北に鶴石山、東に湯ノ岳、と周囲を山に囲まれた変化に富んだ地形には、東白川郡鮫川村を源流とする鮫川と、鮫川の支流・入遠野川が流れ、四季折々の美しい風景が楽しめる。山間緑地、清流に恵まれ、渓流釣りが出来るほか、ゲンジボタル、カジカケル、カワガラス等の生息地にもなっている。まちの大部分を山林が占めていることから特に秋の紅葉の美しさはひとしお。今回は、ひとの息吹さえもゆったりと移ろいでいるような、心なごむ—遠野—の特集です。



特産品  
手すき和紙、野鍛冶(かじ)、竹・桶(おけ)・藁(わら)細工、手作りコンニャクなど伝統の匠(たくみ)の技や特産品がある。

イベント  
いわき遠野歳時記満月際 中秋の名月の晩に開かれる。この晩に子供たちがお供え物を盗んでもいい風習、お月見どろぼうをモチーフにしたイベント。手作りの行灯を沿道に飾り、幽玄の世界を作り出す。

名所・旧跡  
〈上遠野城跡〉中世の山城跡で、八つの潮路が見えることから「八潮見城(やしおみ)、八塩城」とも言われる。市指定史跡。このほか県指定重要文化財の円通寺・木造聖観音菩薩坐像、県指定天然記念物の八坂神社・二本杉、市指定天然記念物の大平熊野神社・ムクロジ、サカキ群などがある。

観光施設  
〈遠野オートキャンプ場〉入遠野川沿いにあり、バーベキュー広場、遊歩道などが整備されている。近くには遠野生活アートギャラリーがあり、民具が保存・展示されている。



**セブン-イレブン**  
いわき遠野店  
いわき市遠野町上遠野字太田101-1  
☎0246-89-2212

10月下旬から新そばになります。  
**うつつ庵**  
いわき市遠野町上遠野字千張26-1  
☎0246-74-1678  
営業時間 午前11時～14時 15時半～20時  
定休 日 毎週水曜日

BEAUTY SALON KAZUKO  
ビューティサロン **和子**  
いわき市遠野町入遠野字前田99-5  
TEL.0246-89-4231

自然  
〈滝富士、往生山〉南端に位置する滝富士(306.3 ㍎)はシンボリック的存在、美しい紅葉が楽しめる。往生山(599.1 ㍎)は高僧が大往生したと言う伝説があり、山桜が咲き誇る。〈鮫川・入遠野川・上遠野川〉鮫川村を源流とする鮫川と、支流の入遠野川と上遠野川が流れ、根岸地区で合流。美しい渓谷美が楽しめるほか、大平地区の入遠野川には落ち粘のヤマ場がある。〈龍神峡〉西行法師巡錫、水戸黄門訪問の伝説がある鮫川渓谷で紅葉の名所。

10月2日(土)～11日(月)  
**全品小物**  
90%～50%OFF  
きもの乃館 **丸三**  
〒972-0163 いわき市遠野町根岸横道71  
TEL0246-89-3000(代)

**ひさの美容院**  
老若男女問わずカットカラー&パーマ、縮毛矯正、ストレートパーマなど幅広い年齢層から支持を集めています。日常生活に密着した再現性の高いスタイル作りが得意です!! 成人式や七五三の着付けなども受け付けています。心より御来店をお待ちしております。  
いわき市遠野町上遠野字本町50  
TEL0246-89-2152

トリッキーでプレーヤーを飽きさせない  
松林に囲まれた丘陵コース  
10月・11月の料金  
平日 5,500円  
土・日・祝 9,000円  
※キャディー付  
下記料金をプラス  
4B+2,520円  
3B+3,250円  
2B+4,200円  
毎月定額はペーケルカムデー  
5,000円(2倍増し、昼食付)  
※2次は別途  
毎週火曜日は感謝デー  
4,500円(4B・3B付) 昼食付  
毎週金曜日はシニールデー  
4,500円(4B・3B付) 昼食付  
**湯本スプリングス**  
YUMOTO SPRINGS COUNTRY CLUB  
いわき市遠野町滝字山/林24-5  
☎0246-89-2421

一地域と共に福祉社会を—  
**社会福祉法人 誠心会**  
代表 斎藤 有一  
いわき市遠野町上遠野字堀切2 TEL.0246-74-1551  
救護施設 やしおみ荘  
知的障害者更生施設 ふしお厚生園  
ショートステイ ほっと  
自立訓練 希望の家  
知的障害者通所 レジデンスなごむ  
ケアホーム グループホーム メンズ・ド、あたご  
ヘルパーステーション あくていふ  
小規模多機能型居宅介護支援 虹のかけはし  
地域生活支援事業 地域相談 せんとらら  
地域生活支援事業 日中一時支援事業 ほっと  
地域生活支援事業 移動支援事業 こいす  
ヘルパーステーションあくていふ  
地域生活支援事業 相談支援事業 地域生活相談 せんとらら (障害者区分認定調整業務)

お申し込み・お問い合わせは  
**いわき市遠野オートキャンプ場**  
☎74-1031 camp@iwaki-tohno.jp  
〒972-0251 いわき市遠野町入遠野字越台97-1  
URL http://www.iwaki-tohno.jp/camp/

平成22年8月15日いわきペット霊園  
共同墓地前にて根岸青年会によるじゃんがら念仏踊りを奉納して頂きました。  
**いわきペット霊園**  
いわき市遠野町滝字深山口3  
24時間受付 ☎0246-89-4373

いわき遠野の四季を愛でながら  
くつろぎのひとときを…  
春 桜の梅の共演  
夏 銀葉いぶき小曲  
秋 木々色づいた紅葉  
冬 ほんのり物産展  
日帰りコース ■8,000円(税)  
プラス2,000円(夜みかぬき(2時間)  
宿泊コース ■7,350円～15,750円  
特別宿泊コース 10,000円(3) 飲み放題(2時間)  
天然泉 くつろぎの宿  
**中根の湯**  
いわき市遠野町滝字堂知7  
TEL.0246(89)2186  
FAX.0246(89)2963  
送迎用マイクロバス有り(無料サービス)

どうぞ、召し上がれ。  
うな重…1,700円  
特大うな重…2,650円  
いわき市遠野町滝字堂知7  
TEL.0246-89-2249  
営業時間/11:00～21:00 定休/月曜(祝日除く)  
\*出前・オードブル承ります。

医療保険が適用される  
訪問医療マッサージです。  
医療保険を使って在宅に手軽に受けられる  
医療マッサージのことです。当院独自の国家  
資格を持ったあん摩マッサージ師が患者さま  
のご自宅へ訪問し、お悩みに合わせて施術を行います。  
このようなことでお困りの方、  
お悩みの方はお電話ください  
※医師の診断により医療保険が適用されます。他の訪問医療機関  
で「医療保険適用」が認められず、1回あたり200円～400円程度です。申請書は当院  
にてお渡しします。お申し込みの際は、お申し込み書と保険証のコピーを  
郵送でお送りください。お申し込み後、お電話にてお申し込みの  
内容を確認させていただきます。  
いわきマッサージ西治療院(分院)  
いわき市遠野町滝字堂知 68  
TEL 0246-24-1563

新作たくさん  
入ってきまして  
オシャレな秋を  
見つけに来て  
ください。  
ベスト 1,470円  
チュニック 2,690円  
メッシュの  
カットソー 1,690円  
レギンス 595円  
ネックレス315円 390円  
おしゃれなふんぞんの店  
**メルヘン屋**  
ヨークタウン大原(小名浜)  
☎0246-92-1688  
ヨークベニマル谷川1階2F(平)  
☎0246-21-4567

豊一筋150年の実績!  
薄畳、防虫畳  
表替え、裏返し  
その他  
白アリ駆除  
ご相談承ります  
国内イグサ表  
畳へ種類豊富  
現物見本持参  
いたします  
1枚～可  
家具移動もお任せ  
即日納品OK  
(見積無料) 7時～21時  
〒972-0161 いわき市遠野町根岸横道71  
TEL0246-89-3000(代)

個社から  
**広告募集中!**  
お問い合わせは、  
個社から編集室まで! Tel 0246-23-1666(代)

**いわきシティバレエスクール**  
クラシックバレエ(3歳～大人)  
小名浜教室 火・木・土  
平教室 金  
美空バレエクラス 小名浜教室  
手持ちのスーツとTシャツOK。  
スリム&エレガント  
水(昼11:00～12:00、夜19:00～20:00)  
お気軽に  
お問い合わせください。  
お問い合わせ 0246-54-6307  
いわき市小名浜大原字北君ヶ塚73-7

ファッション&ギャラリー  
**おおくら**  
おしゃれな洋服たちとやさしいうたが待っています。  
☎44-5367 (マルト浅見店そば)

遺言・相続・法人設立・許認可・契約書作成など  
**吉田行政書士事務所**  
日常の困りごと、無料相談実施中!! まずはお電話下さい。  
〒970-8026 いわき市平字新川町21-2 TEL.0246-84-7007 http://ysd-office.jp/

つけもの工房・コロケ工房 西野屋  
「河野おばちゃん」直伝の  
懐かしいコロケ平に登場!!  
以前、小名浜にあった河野肉店は、おばちゃん手づくりのコロケが大人気。近所の人はもちろん、遠方からも来店する連日、行列のできる人ぞ知る名店だった。残念ながら店を閉めることになった。そして、残念ながら店を閉めることになった。そして、残念ながら店を閉めることになった。  
コロケ 一〇〇円  
メンチ 一三〇円  
西野屋食品株式会社  
本店 いわき市常盤上矢田町田端八ノ(中央卸売市場八ノ) 電話 0246-21-2818  
平店 いわき市平字由五六平・銀座通り 電話 0246-68-8606  
営業時間 午前九時～午後六時  
営業時間 午前十時～午後六時

The Pre-Raphaelite and William Morris  
ラファエル前派からウィリアム・モリスへ  
9.11(土)→10.24(日)  
入場料 一般1,200円(960円)/高校生・大学生600円(480円)/小・中学生300円(240円)  
( )内は20人以上の団体割引料金  
開催時間 午前9時30分～午後5時(入場は午後4時30分まで)  
月曜休館(ただし9/20、10/11の祝日は開館)翌9/21、10/12が休館  
主催 いわき市立美術館 後援 プリティッシュ・カウンスル 企画協力 株式会社プレートトラスト  
1848年、ウィリアム・ホルマン・ハント、ジョン・エヴァレット・ミレイ、ダンテ・ゲイブリエル・ロッセティの3人の画家を中心に、ウィクトリア朝イギリス画壇の刷新をもくろむ青年画家集団が結成された。彼らは、美術アカデミーの体質や美術教育に疑問と不満を爆発させ、初期イタリア・ルネサンスやフランドル絵画の自由な表現力に未来を切り開こうと探求した。ラファエル前派とは、彼らが名乗ったラファエル前派同盟に由来している。彼らの運動はウィリアム・モリスやエドワード・コリー・パーン＝ジョーンズら後継の芸術家にも広まり、周辺諸国や遠く日本にまで影響を及ぼした。本展では、中心的3人の作品をはじめ、次第に象徴主義、審美主義へと発展していく装飾美術の先鋭的実験をイギリスははじめオーストリアの美術館などの収蔵品約120点を概観する。  
**いわき市立美術館**  
〒970-8026 福島県いわき市平字堂根町4-4  
Phone.0246-25-1111 Fax.0246-25-1115  
http://www.city.iwaki.fukushima.jp/kyoiku/museum/



# 土地・建物の賃貸借契約を公正証書にするには？(1)

今回からは、具体的な各種の公正証書作成について説明することとし、まずは、土地・建物の賃貸借契約（以下「借地・借家契約」といいます。）から始めます。

＜借地・借家に関する法律について＞現行の「借地借家法」（以下「現行法」といいます。）は、従来の借地法・借家法・建物保護に関する法律の3法（以下「旧法」といいます。）を統合した法律で、平成4年8月1日から施行され、これにより旧法は、廃止されました。

しかし、現行法の施行前に成立した借地・借家契約やこれらを更新する契約については、現行法の付則で「なお従前の例による」あるいは「現行法の各条項を適用しない」などと定めていますので、その限度においては、旧法が生きています。

＜現行法と旧法とでは、主にどこが異なるのか？＞現行法と旧法との最大の相違点は、契約の更新を認めない借地・借家契約が認められたことです。旧法では、一時使用のために契約した場合を除き、貸主は、正

当な理由がない限り、契約の更新を拒否できなかったのですが、現行法では、借地について契約の更新を認めない「定期借地契約」が設けられ、借家についても法定の事情のある建物の場合に契約の更新を認めない「期限付建物賃貸借」が設けられ、更には、法定の事情のない建物についても当事者の合意（特約）により契約の更新を認めないことができる「定期借家契約」が認められるようになりました。

なお、上記以外の通常の建物の所有を目的とする土地の賃貸借契約の場合は、賃貸借の存続期間（現行法（以下「法」といいます。）3・4条）、契約の更新（法5・6条）、目的建物の滅失・取壊し・再築（法7・8・18条）、賃借権の対抗力（法10条）、建物買取請求権（法13・14条）、賃借権の譲渡・転貸の承諾に代わる裁判所の許可（法19条）が強行規定（契約当事者の合意によっても変更できない。）として適用されます。

今年で5周年を迎える原田ダンス・スポーツクラブ



## 原田ダンス・スポーツクラブ

原田ダンス・スポーツクラブは平成17年11月、平下荒川字中割の住宅街の一角で産声を上げた。現在はグループレッスン、個人レッスンに合わせ30人が受講。文部科学省が所管する日本ボールドムダンス連盟認定商業インストラクターの原田康次代表（60）が指導に当たる。

原田代表は30代半ばでダンスの道に入り、全日本チャンピオンの田中節子さんに師事。会社勤めをしながら月2回のペースで東京に練習では基礎の徹底を重視している。レッスンの通い、プロ講師の資格を取得した。現役時代には競技ダンスのスタンダード部門で活躍。「ダンスを通して、もう一花咲かせたい」という思いの手助けができれば」と50〜60代が中心の受講の挑戦も含め、受講者には目標を持ってダンスと向き合ってもらいたいと願う。同クラブの営業時間は午前10時半〜午後10時。日曜定休。問い合わせは、同クラブ電話（24）1248まで。



## ダンスで人生のもう一花を

者の夢を支える。

## あんしん生活

協力/いわき公証役場  
公証人 本間 透  
平字菱川町1の3（市社会福祉センター4階）  
TEL&FAX (23) 4066



相談は無料ですので、お気軽にお尋ねください。



秋と言えば食欲の秋、前に「個処から」に広告が掲載された泉の火縄銃が大好きで、祖母の命日供養に親類が集まるので、小旅行が楽しみです。  
47

どこかで紅葉を見ながら温泉、いいですね。それからおいしい食事、欲張り過ぎかな？  
60

主人との旅行、それに林家木久扇、木久蔵親子の共演を見ること、聞きたいです。  
63

他県の人からも人気の四時川渓谷の秋を満喫したい。  
45

職場の仲間と行くことが楽しみです。  
44

何といてもウォーキングです。子供たちの夏休みと連日の猛暑のため中止していたウォーキングですが、ウォーキングしながら少しでも秋を感じたい。  
34

あまりの猛暑で、お盆に帰省できなかった二男夫婦と孫たちに会うことが楽しみです。4月に生まれた6番目の孫と会えるのが本当に楽しみです。  
66

現在、妊娠5ヵ月目なので、涼しくなったら朝と夕のウォーキングが楽しみです。虫の声を聴きながら歩くのが今から楽しみです。  
24

平凡ですが、夏井川渓谷の紅葉を11月に行きたいです。毎年、行くたびに癒やされます。  
47

行って、その土地のおいしい特産物を食べることに。とにかく食べるのが大好きです。  
47

3ヵ月になる娘との散歩です。涼しくなったいろいろな所に出かけたいと思っています。今夏は暑くてとても外には出られませんでしたが、あちこち出かけたかったです。  
42

県内の紅葉を見に行きます。友人とのドライブが楽しみです。  
71

何といても秋の夜長に月見、読書、DVD・ビデオ観賞ですね。  
46

現在、妊娠5ヵ月目なので、涼しくなったら朝と夕のウォーキングが楽しみです。虫の声を聴きながら歩くのが今から楽しみです。  
24

行って、その土地のおいしい特産物を食べることに。とにかく食べるのが大好きです。  
47



## 愛読者の声

♪ 今秋の楽しみ

## 山形・宮城紅葉対決!! 絶景鳴子峡と山寺眺望

10月31日(日) 7,770円(税込) コースNO 1205A

行程 日帰り 旅行代金/大人・子供同額 お一人様  
いわき各地=いわき三和IC(7:30)<磐越・東北高速>古川IC=小黒崎観光センター=鳴子峡(奇岩と松の緑が点在する中に織りなす紅葉美は数ある名所の中でも一級品!)  
=山刀伐峠=天童・観光果樹園(農園直売所での果物4~5種類食べ放題!)=山寺風雅の国(美術館や名産品売店が集まるエリアから紅葉の山寺立石寺の眺望が楽しめる)=山形北IC<山形・東北高速>白石IC=磐梯白石店(白石うーめんの軽食とお買い物)=白石IC<東北・磐越高速>いわき三和IC(20:00頃)=いわき各地

●昼食は自由食となります。●募集人員120名(最少催行人員35名)●添乗員同行、バスガイド付です。  
あなたの街のご乗車場所と出発時間  
●常交勿来インター駐車場下 ●湯本駅東口バス停  
●勿来支所前 ●内郷駅入口(セブンイレブン前)  
●植田駅入口(常陽銀行向) ●常交上荒川車庫(駐車場あり)  
●滝尻交差点(旧デニース前) ●いわき民報本社前  
●小名浜支所前(いわきタクシー向)  
※出発時間は(6:00~7:00)予定です。最終日程表でご確認ください。

いわき民報で購読のお申し込みは... 株式会社 いわき民報社 本社 いわき市平字田町63-7 TEL0246-23-1666(代表)  
旅行企画・実施 旅行のお申し込み・お問い合わせはお電話で... (お電話番号はお間違いないようお願い致します)  
観光庁長官登録旅行業第1772号 総合旅行業務取扱管理者 仲野泰夫  
常磐交通観光本社営業所 TEL0246-29-5501 営業時間 日~金曜日 9:30~17:30 土曜日 9:30~15:30  
新常磐交通(株)観光事業部:いわき市平上荒川字長尾74-8



10月の休日診療医

※時間無記入の場合は午前9時～午後5時

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Lists medical services for various dates in October.

小児科当番医 午前9時～正午

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Lists pediatric services for various dates in October.

泌尿器科当番医 午前9時～午後3時

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Lists urology services for various dates in October.

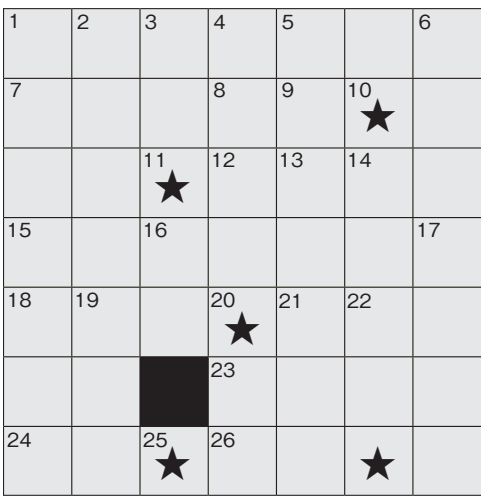
眼科当番医 午前9時～午後2時

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Lists ophthalmology services for various dates in October.

神無月号のプレゼントは、丸市屋様ご提供の「荒磯おせんべい詰合」です



クロスワードパズル



Answers to the crossword puzzle, including words like '太平洋', '大きな順に並べられ', '分りきったこと', etc.

今月の読者プレゼント

Details about the monthly reader gift, including the prize (Arai no Senbei), the number of winners (15), and the deadline (October 10th).

読者プレゼント 当せん者 長月号

いわき民報社

編集/個処から編集室 発行/いわき民報社

〒970-8026 いわき市平字田町63-7 TEL(0246)23-1666 FAX(0246)24-2168 E-mail adv@iwaki-minpo.co.jp

問い合わせ、情報提供はこちらまでお願いします。 ©いわき民報社 2010

以和貴抄

Editorial piece discussing political figures and events, mentioning '閣内閣総理大臣' and '決める民主党'.

いわきの病院 医院 福祉施設

Advertisement for 'Shuukai' (秀友会) medical and welfare services, including 'サンファミリー' (Sun Family) home care.



(順不同)

D-Print Shop

Advertisement for D-Print Shop, a digital printing service offering posters, brochures, and business cards.

あなたの想いを本にしませんか?

Advertisement for 'Hei Denji Inryakujo' (平電子印刷所), a publishing and printing service for books and magazines.

Contact information for Hei Denji Inryakujo, including address, phone number, and email.