

「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。

# 個処から

毎月第4月曜日発行

2012  
長月  
第68号

HAPPY TOWN  
泉：4・5面  
ギャラリー情報&イベント案内：2面

無料  
浜通り地域  
64,000部発行

表紙の人  
大谷トレーニングセンター・大谷競輪選手養成所 会長  
四倉町 大谷 博行さん (63) = 記事3面

いわき市議会議員一般選挙のお知らせ  
投票日：九月九日(日)  
投票は午前七時から午後七時  
(一部の投票所は午後六時までです。  
忘れずに投票しましょう。)  
いわき市選挙管理委員会  
電話番号 二二一七五三三

着まわしがめくめくお洒落が何倍も楽しいです。

優しい着心地の森カラー...

ヨーケベニマル谷川津店

おしゃれなふだん着の店  
メルヘン屋

ヨーケタウン大原(小名浜) ☎0246-92-1688  
ヨーケベニマル谷川津2F(平) ☎0246-21-4567  
ヨーケベニマル湯本南店(常盤) ☎0246-43-6685

手造り料理

みづは

営業時間 月曜定休  
火曜～金曜 夜の部 17:00～22:30  
土・日・祝日 夜の部 17:00～22:00

いわき市平田町19 よし川ストリートビル1階 TEL(0246)22-3939

故人の想いをお伝えする  
いわき市内の弔事情報は

『おくやみ情報いわき』  
で検索してください。

スナック  
ペガサス

いわき市平字田町30 高木ビル 2F  
0246-24-7013

畳一筋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

国産イグサ表畳ベリ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)

〒970-0120 25-2949

有 中村畳店  
県知事許可 平村町19

震災復興接骨院 双葉町 矢口接骨院 いわき店

がんばる接骨院

接骨 各種保険取扱  
労災・交通事故、骨折・脱臼、打撲・捻挫、スド一ツ外傷など

リラクゼーション  
全身リラクセス、クイックコース(10分単位)、足つぼ・足オイル・全身オイル、平地区送迎無料!!

鍼灸  
神経痛・腰・膝痛、五十肩・ストレス・慢性疾患、疲労回復などお悩みの方

〒970-8026 いわき市平字中町20-1

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～13:00	○	○	○	○	○	○
15:00～19:00	○	○	○	○	○	○

急患随時 TEL 25-7010

ライフスタイル応援紙  
JUNCTION

セカンドライフの応援紙  
個処から

広告を載せてみませんか?

お問い合わせは、  
いわき民報社  
TEL(0246)23-1666

綿の麻のレーヨン素材専門店  
マシヤレ

生地が違います!

アクセサリ、小物、最新の綿製品大量入荷!

いわき市常盤湯本町天王崎1-26  
サンモール天王崎1F  
TEL0246-43-5003 (日休)

残暑お見舞い申し上げます。

7-Eleven

いわき明星大学前店  
いわき市中央台飯野 4-18-1  
(0246)46-2711

いわき郷ヶ丘2丁目店  
いわき市郷ヶ丘 2-7-3  
(0246)28-0711

いわき中央台高久店  
いわき市中央台高久 2-8-5  
(0246)84-7117

印刷制作

ご用命ください  
名刺・はがき・封筒・帳票印刷・挨拶状・案内状  
ポストカード・ショップカード・DM・チケット  
フライヤー・チラシ・ポスター・パンフレット  
事業案内・商品案内・製品カタログ

印刷制作は私達にお任せ下さい  
少数からの印刷に対応致します

◎お問い合わせ、お申し込みは  
有限会社 平電子印刷所  
〒970-8024 いわき市平北白土字西ノ内13 E-mail:info@tairadenshi.jp  
TEL(0246)23-9051(代) FAX(0246)22-5222

スタッフ募集 電話にてお問い合わせ下さい

こころの駅

サービス付き高齢者向け住宅  
保険診療整骨院(清泉)  
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)  
小規模多機能  
配食サービス  
(ニコニコキッチンいわき南店)

9月18日(火) 昼1:30 開演

第42回バラエティショー  
津軽三味線 小山貢新ショー

1985年に小山流入門。家元・小山貢師より指導を受け、89年に名取雅号を受ける。00年に師範及び指導者認証を受け、現在は準総師範。津軽三味線連奏集団「響 絃」の主宰者として各地でイベント・舞台などに多数出演。また、貢新会会主として後進指導にも精力的に取り組んでいる。

会場：こころの駅 ※送迎についても、ご相談下さい。  
対象者：65歳以上の方とご家族ご友人。  
参加方法：電話連絡の上、お越し下さい。

365日 年中無休

小山貢新(おやま・みつしん)

保険診療整骨院 清泉

8月25日(土) OPEN

こころの駅に「保険診療整骨院 清泉」が仲間入り

大好きないわきでずっと暮らしてほしいから  
サービス付き高齢者向け住宅

御宿らくや  
個別相談会受付中





岩合光昭ギャラリートーク

9/17 11:00、14:00 参加料 観覧券が必要 0246-25-1111

急ぎよ、岩合のギャラリートークが開催決定。観覧券が必要。引き続きサイン会で、図録買い上げの方、各回先着100人限定。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



高木治良兵衛 茶ノ湯金工展

8/30→9/4 入場無料 0246-35-0383

京都金属工芸研究会委員長を務める京釜師・六世高木治良兵衛が150余年の長い伝統を受け継ぐ技を披露。10:00～18:00。水曜休廊。小野美術 いわき市平字中町 22-2

ギャラリー情報 & イベント案内 2012年8月→



荒川尚也ガラス展

9/5→9/17 入場無料 0246-69-2390

無機質で透明なガラスも荒川の手にかかると、その中に緑のたおやかな自然の温もりさえ感じさせる世界となる。月、火曜休廊。ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4



広瀬 諭 絵画展

→9/7 入場無料 0246-62-2327

広瀬が身近な風景や庭に咲く植物などを油彩、水彩で描いた新作を展示。午前8時～午後7時。8月26、27、9月16～22日休廊。画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



ミニチュアフード展示・販売

8/24→ 営業時間 11:00～21:00 常設展入場無料 0246-53-7035

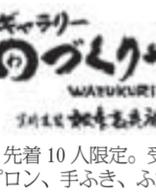
実物を樹脂粘土で6分の1サイズの大きさに忠実に再現したミニチュアフード。スイーツやパンなど驚くほど精巧に作られています。クレアアトハウス http://www.rakuten.co.jp/auc-clayart-house/ いわき市小名浜愛宕町15-6



第2回震災チャリティー絵馬展

9/1→9/17 入場無料 0246-23-8411

いわきアート集団の会員が創作した絵馬を集めた美術展。収益は被災者の義援金として贈られる。開廊 10:30～18:00。水曜日休廊。ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1



一貫張り教室

9/8 10:00～15:00 受講料 材料費を含め3000～3600円 0246-62-4188

先着10人限定。受講料はカゴの大きさによって異なる。昼食、エプロン、手ふき、ふた付き容器を準備。人数により取りやめもある。ギャラリーわづくりや いわき市植田町南町 1-2-14



手作り大好き人、集合!!

8/24→ 入場無料 0246-23-5658

吉田登志創作の心なごむ手作りの人形など小物を展示中。お気軽にご覧ください。手作り講座のお申し込みを受け付けています。布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8



彫刻一暮らしを彩る

9/13→9/18 入場無料 0246-35-0383

木彫の山中八州男・良行兄弟はじめ仏像から身近な動物、人形まで日常の生活に潤いや優しさを与える彫刻家が出品。10:00～18:00。小野美術 いわき市平字中町 22-2



美濃焼5人作陶展

8/28→9/8 入場無料 0246-21-3541

佐藤雅士、佐藤和次、佐藤大士、日比野正明、中村慎二の美濃焼作家5人が創作した明るく、楽しくなる器を展示。9月3日のみ休廊。陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6



金澤翔子 書の世界

8/24→ 入場料 一般800円、団体20人以上600円、小学生未満料 0246-89-2766

天与の役目を持ち書の道を歩む金澤。復興を願い渾身の力で書いた常設作品のほか心、夢、龍作品を展示。水曜休廊。10:00～16:00。金澤翔子美術館 いわき市遠野町根岸字横道 71



森野円一詩とメルヘンの世界

9/3→9/23 入場無料 090-2999-3913

がくぶん主催第7回さし絵展入選記念でイラスト、詩、短編小説で森野ワールドを展開。絵本販売と初級仏語解説も開催。11日休廊。アリオスカフェ いわき市平字三崎 1-6



岩合光昭 写真展ねこ

9/8→ 入場 一般600円、観覧 大学生300円、小学生200円 0246-25-1111

野生動物や大自然を撮影、動物写真家として高い評価を得る岩合がライフワークで40年以上撮り続けているねこの作品240点を展示。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



大正・昭和のガラス瓶展II

8/24→ 入場無料 火曜定休 野口さん 080-6017-2116

ちょっと懐かしくて、涼しげなガラス瓶を並べました。常設作品展も開催中。開廊 11:00～18:00。陶芸教室受講生募集しています。ギャラリー青狐齋・何必窯陶芸教室 いわき市平中町 1-1-2



齋藤弘美 作品展

9/20→9/24 入場無料 090-4633-9327

副題は一愛しきものによせて。齋藤が油彩、蜜蝋画、銅版画の新作を出品。開廊時間 10:00～16:30。23日 15:00から暖みえこミニライブ。ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9



作品募集!「ねこ」

9/8→ 参加無料 0246-25-1111

ネコを題材にした絵、写真、詩など平面的作品(20.5cm四方以内、ラミネート加工可能なもの)を募集中。2階受付に持ち込む。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



常設展示・販売

8/26→ 入場無料 0246-36-8001

益子焼、笠間焼を中心に全国各地の陶芸作品の展示・販売。毎月3回、パッチワーク教室や手びねり体験教室開催。原則火曜定休。陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86



中野童男 作陶展

9/15→9/25 入場無料 0246-56-0264

副題は自然釉の造形。造形的なフォルムと自然釉が織り成す中野の陶世界を3年ぶりに披露。15、16、25日は作家来廊。水曜定休。ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



創作のなかまたち

9/6→9/10 入場無料 090-4633-9327

夏期休廊明けの第一弾は創作仲間板垣陽子、菅野トシ子、通野由美子、中島京子、吉田きみ子、山田みよ子、湯田愛子が新作を展示。ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9



市川勝弘 写真展

→8/31 入場無料 090-2999-3913

福島スマイルプロジェクトに参加している写真家・市川が震災前の普通の生活、日常を妻の実家、植葉町で撮影した写真を展示。アリオスカフェ いわき市平字三崎 1-6



金オー一口遊び展

9/2→9/26 入場無料 0246-56-9101

開廊5周年を記念して開催。田口安男を中心に金箔の技法を取り入れた作家が絵画のみならず多様なジャンルで全国各地から集う。アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7



十人十色ギャラリーいわきの作家展

→9/10 入場無料 0246-56-0264

ギャラリーいわきで作品発表している陶芸家10人が飲む器中心、画家10人が小品を出品。20人の個性豊かな美の競演が楽しめる。ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



第14回シレーネカンタンテ定演

9/1 開場13:30 入場料 全席自由、一般3000円、高校生以下2000円、問い合わせ0246-56-7720

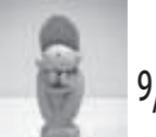
30周年記念の定期演奏会。松下耕の世界などⅢ部構成。音楽監督・指揮=古橋富士雄、客演・お話と指揮=松下耕、ピアノ=野間春美。いわき市文化センター大ホール いわき市平字堂根町 1-4



箱崎りえ 陶展

9/19→9/30 入場無料 0246-69-2390

副題はもっと自由に手がさそうー。コスモスの咲くころ、伸びやかに、しなやかに箱崎が楽しい器を作ってくれた。月、火曜休廊。ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4



陶仏教室

9/12、27 13:30～15:30 受講料 1300円 0246-23-8411

同ギャラリーオーナーの佐藤界が「お地蔵さま〜観音さま」をつくる」として指導。受講料は材料費、焼成代込み。会場は同ギャラリー。ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1



山本禮子バレエいわき教室発表会

9/2 開場14:30 入場無料 整理券(全席指定) 問い合わせ 0276-48-5300

山本禮子バレエ団附属研究所=本部・群馬県太田市=いわき教室の発表会。団独自システムによる正しいバレエを指導する生徒募集。アリオス大ホール いわき市平字三崎 1-6



常設展前期II

→9/30 観覧料 一般210円、観覧券 大学生140円、小学生70円 0246-25-1111

同美術館収蔵作品を紹介。前期IIのタイトルは「光をうけて一日本発、世界へ」。毎週土曜日午後2時からギャラリートーク開催。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



いわきアート集団美術展

9/11→9/15 入場無料 事務局 0246-23-8411

さまざまなジャンルの作家が参加しているいわきアート集団の会員が創作した新作を一堂に展示。開廊 10:00～18:00(15日は17:00)。いわき市文化センター いわき市平字堂根町 1-4



園部祥山 水墨画展

8/31→9/2 入場無料 連絡先・園部 0246-63-3675

いわき真墨会会長を務める園部の個展。大震災からの復興と心の癒し、明日への希望、力になればと開催。副題は鎮魂の祈り。ラト6階展示ホールB いわき市平字田町 120



上野邦彦 絵画展

9/8→10/5 入場無料 0246-62-2327

いわき在住の上野が、身近にある鮫川渓流の5月の新緑を中心にスケッチした新作を出品。午前8時～午後7時。9月16～22日休廊。画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



夏の表装展

→9/16 入場無料 0246-62-4188

住まいの和室や玄関、廊下などに涼しげな夏を演出する掛け軸やびょうぶ、ついたてなどわづくりや厳選の逸品を展示。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



第30回記念新世紀福島支部展

8/29→9/3 入場無料 事務局(大内) 0246-27-6362

2年ぶり、30回目の記念展。伊藤藤三支部長はじめ19人の会員が1人4～5点の新作を出品。開場は9:30～17:00(最終日16:00まで)。いわき市文化センター いわき市平字堂根町 1-4

# 楊名時健康太極拳二十四式

# 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

## 23 十字手 (シツショウ)

「十字手」も最後に向けてのしめ技です。手を十字に組む動きで、第1式の前に行った十字手を、今度は反対に下から上に向け頭上で十字に手を組み相手の攻撃を防ぐような形になります。後は第24式「収勢」で終わりとなります。



① 22式如封似閉の両腕を押し出したところから始めます



② 重心を右足に移し、左足かかとを軸にしてつま先を上げます



③ 上体を右側に回しながら左つま先を内側へ向けていきます



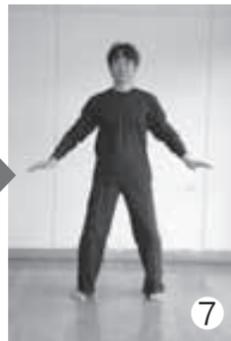
④ 同時に右手は円を描くように開いていきます。※腕はピンとはらずひじに余裕を持たせる



⑤ 左足のつま先を下ろし両手のひらを下に向けて下ろします



⑥ 両手を下ろしながら左足に重心を移します



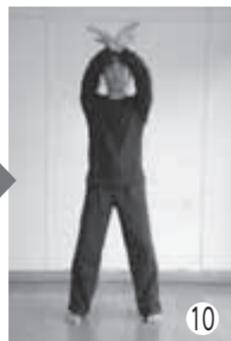
⑦ 右足を自然立ち（肩幅ぐらい）になるように戻します



⑧ 両手も同時に下げて左手内側右手外側になるように交差させます



⑨ 両手を交差させたまま上げていきます。※両手のひらは斜め外向きになるように徐々に上げる



⑩ 両手を交差させたまま頭上まで押し上げていきます。十字手

### 効果

・耳鳴り、うなじのこわばり、のどのはれや痛み、首・肩・ひじの痛みなど

### 気の流れ

・交差させた両手の後谿（こうけい）を意識しながら気を通します。後谿一手のわきの深いしわの端（感情線の端）



### 五和貴(いわき)

「以和為貴」。和をもって貴しとなす。これは有名な聖徳太子制定の17条の憲法の冒頭に出てくる言葉で、聖徳太子が治国の根本としたものである。私の大好きな言葉である。と、楊名時著「太極」巻頭文集中野完二編の中で述べています。聖徳太子は、和の精神を基とし、儒・仏の思想を調和し、君臣の道および諸人の則（のつと）るべき道徳を示したといえます。そして先生は、和を貴ぶということに大事にしていたのだと願って具体的に自分で自分をチェックすることができるようにならないといけないのではないかと、5つのチェックポイントを掲げました。「和貴」の上に「五」を加え、「五和貴」としたそうです。五は数えやすく、いわきとも読める。福島県にいわき市があることも後で知らされたこと書いています。

① 目―目が和になつていくかどうか。  
② 顔―和顔である。顔が柔和であるかどうか。和気あいあいとした雰囲気があるか。優しい柔和な顔つきは人々に好感を与え、慰めを与える。  
③ 言（口）―言葉遣いは穏やかかどうか。言い方によっては人を傷つけ、人を慰める。  
④ 体―体の和が取れているか。腰を中心に足手の指先など体全体のバランスが取れているかどうか。背骨をまっすぐに伸ばして、肩ひじの力を抜いて全身力まずにいくか。  
⑤ 心―心が豊かであってはじめて目、顔も優しくなるのだが、最初から「心」を挙げたのではなかなか難しくなるので、最後に挙げる。せんじつめれば心に帰する、と。  
他人さまの仲間の健康と幸せを祈ること、より多くの健康な、幸せな人がいることでまた自分が支えられる。1度しかない人生、楊名時太極拳でゆったりと、静かな心で、柔らかに舞い「五和貴」に近づけたいと思っております。

※「いつでもどこでもできる太極拳」写真モデルに協力してくださった方(敬称略)  
松尾宗恵 小漆啓行 箱崎京子 吉田みや子 仲里俊文 坂本雄功 根本三天 押田澄子 小幡紘夫 岡崎俊樹  
転倒防止の運動、太極拳(你好、手形、歩形、立禅、甩手、八段錦、楊名時太極拳、謝辞、再見)



大谷トレーニングセンターは全国有数の競輪選手養成所としても知られる。平成15年の開設以来、自転車競技未経験者対象の適性試験受験者を受け入れ、過去19人の日本競輪学校合格者を輩出。名道場の評価となる「合格者20人」に手をかけている。加えて3人の門下生が最高峰のS級に所属しており、厳しいプロの世界で生き抜くための下地を築いている点も見逃せない。養成所は受け入れ人数の上限を決めているため、厳しい選考基準を乗り越えなければ入門できない。大谷さんが最も重視するのが「本人の本気度」。いかに自分の中身を空っぽにして、無我の境地の中で1つ1つの教えと向き合うことができるか。大谷さんはこの姿勢を、禅の修業で用いられる「大死(たいし)一番」に重ねる。門下生との師弟関係がプロの指導者としての財産だ。「養成所を卒業していった門下生を強い選手に育てていきたい」。今も養成所に通う愛弟子たちには、全力で愛情を注ぐ。

厳しい残暑が続いておりますが、皆様方にはいかがお過ごしでしょうか。福島県東部読売会浜通り支部員一同より謹んで残暑お見舞いを申し上げます。また、日ごろはセカンドステージ応援紙「個処から」、ライフスタイル応援紙「ジャンクション」をご愛読賜わり誠にありがとうございます。皆様方には、これからもしばらく残暑が続きますので、お健やかに過ごしていただきますようご祈念申し上げます。今後とも福島県東部読売会浜通り支部会員が皆様方のご家庭に「個処から」と「ジャンクション」をお届けさせていただきます。引き続きのご愛読を賜わりますよう何卒よろしくご祈念申し上げます。平成二十四年 葉月吉日

- 勿来・堀新聞店 ☎65-6237
- 錦・大川原新聞店 ☎63-9624
- 植田・大川原新聞店 ☎62-2643
- 泉・堀新聞店 ☎56-6538
- 小名浜東部・緑川新聞店 ☎54-1347
- 小名浜西部・藤沼新聞店 ☎53-4618
- いわき鹿島・鈴木新聞店 ☎31-3888
- 湯本第一・鐘下新聞店 ☎42-2462
- 湯本第二・鈴木新聞店 ☎43-6218
- 平中央・南雲新聞店 ☎25-2537
- 平東部・藤沼新聞店 ☎22-2690
- 平南部・白石新聞店 ☎23-0080
- 平谷川瀬・福園新聞店 ☎26-8600
- 好間・小山田新聞店 ☎36-6177
- 四倉・小山田新聞店 ☎32-2780

## 福島県東部読売会浜通り支部

いわき市平字菱川町 4-3 読売ビル 3F TEL(0246)24-2911

10人十色 ギャラリーいわきの作家展  
好評開催中(9月10日まで)水曜定休

**GALLERY 畷城 IWAKI**

いわき市泉ヶ丘2-12-1 TEL 0246-56-0264

2 **なごみ整骨院**

診療時間  
AM8:30~11:30  
PM2:30~8:00  
休診日 毎週日曜日

いわき市泉玉露5-17-12 TEL 0246-56-2399

3 医療法人 **にしやま耳鼻咽喉科医院**

いわき市泉玉露5丁目7-7 泉中学校入り口  
TEL(0246)56-8733 (はな・みみ)  
再発予約専用 TEL(0246)56-2899  
院長 西山 勉

4 **諏訪八幡神社**

〒971-8185  
いわき市泉町6丁目10-20 TEL/FAX(0246)56-6450

5 生活習慣病の心理・栄養面からのケア

**おざかクリニック**

院長 小坂 博美  
いわき市泉町滝尻字下谷地21 TEL(0246)56-8777

6 **増山 歯科 医院**

院長 増山 茂樹  
〒971-8185 いわき市泉町3-19-7  
TEL(0246)56-6201 FAX(0246)56-6291  
http://www.masuyama-dentalfioco.com/

7 交通事故・労災各種保険取り扱い

**うさぎ整骨院**

平日 AM8:30~12:00 PM2:00~6:00  
土曜日 AM8:30~12:00 日・祝日休  
いわき市泉町滝尻字泉町45-2 ☎84-9333

8 **いずみ歯科医院**

院長 吉田 直栄

■診療時間  
月~金 9:00~11:30 14:00~18:30  
土曜日 9:00~11:30

■予約制ですので、電話で  
確認の上、ご来院下さい。

いわき市泉町滝尻字南坪55-2 TEL 56-3456

9 **くさのクリニック**

いわき市泉玉露5丁目17-6 ☎0246-56-1060(代)

診療案内  
●内科  
●消化器内科

診療時間  
平日 AM8:30~PM0:00  
PM2:00~PM5:30  
土曜日 AM8:30~PM0:00  
PM1:30~PM3:30  
日曜日 AM8:30~PM0:00  
休診日 水曜日・祝祭日

10 **blaurot**

用紙に替わってアートを楽しみながら、おしゃべり  
しながらアートワークショップもできますよ!

「ギャラリーカフェ プラウロート」いわき市泉玉露5-17-20  
0246-44-9199 / Open 10:00 ~ Close 18:00 (水曜定休)

12 写真のことなら当店におまかせ!

超高画質デジタルプリント  
ハイスピード仕上げ!

**iPhone・Android**  
スマートフォンから高画質プリント出来ちゃいます

スマホからバラエティー豊富なデジタルプリントをご注文頂けます。

**カメラのまつうら**

いわき市泉町1丁目21-12  
TEL(0246)56-1439

楽しく便利な  
**HAPPY TOWN**

**泉**

Let's Go!

**IZUMI MAP**

泉市には、暮らしに彩りや潤いを与えてくれるスポットがいっぱい  
います。大型店や病院など日常に欠かせない施設だけでなく、おいしいレスト  
ランやカルチャースクール、ギャラリーに美容院、エステなど…。加えて、古  
くからの文化の薫りも高いまちです。そんな魅力的な泉町の特集です。

11 **たべのみ家 串焼**

いわき市泉町滝尻字折返68-5  
☎0246-96-5123  
営業 17:30~23:00 火曜定休

炭火串焼きといわきでは珍しい沖縄料理の店の同店は、リピーターが多い人気店。備長炭を使い、火加減を見極めながら焼き上げられた串焼きは、外のカリッと食感と中のジューシーな肉汁が絶品。また、ゴーヤチャンプルや石焼きタコライスなど、本格沖縄料理が楽しめる。アルコールは地酒、泡盛、ワインなど、豊富に取り揃えている。

13 **赤羽 歯科 医院**

院長 赤羽 治彦

〒971-8185  
いわき市泉町1-13-7 TEL56-1184

14 **いちご CLUB**

1つ1つセレクトした可愛くて着やすい洋服・バッグ、上質なコットン生地を使ったオリジナルの製品も、コットン・リネン・綿麻生地を豊富に取り揃えています。只今、秋の新作が入荷中です!ぜひ、秋のおしゃれを先取りして下さい!

いわき市泉町滝尻字神力前5-1-1 Tel.0246-96-6515  
Open/10:00~19:00 定休日/月曜・第3日曜

15 **キッチン はらぺこ**

手作りお惣菜の店

オードブル、お弁当  
ご予算に合わせて  
ご注文承ります

ランチタイム 11:00~14:00  
おかず3品+ご飯+味噌汁  
(追加おかず+150円/品) **500円**  
(ごはん大盛り+50円)

営業時間 11:00~20:00  
定休日 日曜日・祝祭日  
駐車場 3台  
店舗 内 テール席10席・カウンター席5席  
いわき市泉町一丁目1-23  
TEL56-3175

16 当店のお菓子は、厳選された自然の素材と新鮮な風味を大切にひとつ、ひとつ丁寧に作り上げております。

**菓子工房 KAMATA**

泉店  
いわき市泉玉露6-8-26  
TEL0246-56-9141

17 **生徒募集**  
クラシックバレエ・エアロビクス

3歳のお子様から大人の方まで  
楽しくレッスンできるスタジオです。

お気軽にお問い合わせください。

**VENUS**  
ダンススタジオ ヴィーナス  
Since 1995

無料体験実施中

いわき市泉玉露2-8-8(泉駅北口徒歩2分)  
TEL(0246)56-3398 FAX(0246)56-4198  
E-mail:venus.aya@ezweb.ne.jp

18 **泉 TAXI**

**泉タクシー(株)**

TEL(0246)56-7777

19 毎朝、あなたのご家庭まで最新情報をお届けします。

読売新聞 産経新聞 福島民友新聞

**堀新聞店**

いわき市泉町3丁目1-15 TEL56-6538

20 ころと、やさしさをほこぶ...

一般貨物自動車運送事業

**丸浜運輸株式会社**

代表取締役社長 里見 潤

●本 社/いわき市泉町滝尻字橋本1-11  
☎56-2266(代) FAX56-2850

21 会津直送 馬刺 和牛ローストビーフ 手作り餃子

**肉の佐川**

いわき市泉町滝尻字南坪14  
営業時間 8:00~18:30  
休 日 日曜・祝日  
TEL/FAX(0246)56-6081

22 ●ディサービスセンター ●訪問介護  
●住宅型有料老人ホーム ●共生型リビング

**ひだまり**

ひだまり茶屋

〒971-8185 いわき市泉もえぎ台二丁目23番地の6  
TEL.75-2670 / FAX.75-2671

23 さわやか...だいいっすき

**さわやかフリーニング タチハ**

本社:いわき市泉町下川字薬師前143 TEL(0246)56-6697(代)

24 若々しく、美しい体は骨盤から!!

**IZUMI ボディーフィーリングサークル**  
骨盤シェイプアップ泉教室

主宰 遠藤 恵都満

毎週金・土曜日 泉集会所(泉保育所隣)  
お問い合わせ、お申し込みは 070-6628-6129(遠藤)

25 平成25年度 全日制・2年 **入学生募集**

社会人・既卒も大歓迎!!

入試区分	出願期間	入学試験日
特待生入試(第1回)	9月24日(月)~10月15日(月)	10月24日(水)
第1期入試	9月24日(月)~10月15日(月)	10月25日(木)

●大震災により被災した生徒への特別優遇があります。

■オープンカレッジ開催 9月8日(土) 9:00~14:00  
\*モーションキャプチャやCAD操作などの体験ができます。  
\*オープンカレッジに参加すると、入学試験受験料(1万円)が免除になります。

■パソコン講座開催 (開催時間は全て18:00~20:30)  
\*認定訓練短期講座  
「Excel中級」9/10~9/14 「ホームページ作成(ネットショップ)」10/1~10/5  
\*オリジナル講座  
「設計図面を作る(AUTOCAD編)」9/10~9/14、(JWCAD編)11/26~11/30  
「ホームページ作成講座」12/10~12/14

**いわきコンピュータ・カレッジ** TEL.0246-56-0711  
〒971-8185 福島県いわき市泉町四丁目13番地の12  
■Eメール info@iwaki-cc.ac.jp [パソコンカレッジ] 検索

26 サイズダウンと引き締めて  
思い通りの BODY& フェイス

大人気コース 憧れのボディラインを...

~サーモシェーブとは~  
=思い通りの美BODY造形=  
=究極の部分痩せ=

サーモシェーブの効果  
①皮下脂肪内蔵脂肪の減少 ②セルライトの改善  
③小顔・顔やせ部分痩せ ④コラーゲンの増加  
⑤たるみ・むくみの改善 ⑥しわの減少  
※効果や結果には個人差があります。

**Fitz For total beauty expert** (初回限定)  
サーモシェーブ体験¥9,800  
(カウンセリング込み120分)

いわき市泉町滝尻字菅原6-1 TEL56-3888  
営業時間AM10:00~PM19:00最終受付 完全予約制

27 あなたの挑戦を待ち受ける魅力たっぷりの18ホール

**セパ(バ)ステロス ゴルフクラブ 泉コース**

TEL 0246-56-2911 FAX 0246-56-2930  
〒971-8185 いわき市泉町滝尻123-1

●特別優待券につきましても、  
当日ご案内にお任せください。

プレー料金  
特別優待料金(〜9月30日まで)  
平日 5,800円(食事付・税込)  
土・日・祝日 9,000円(食事付・税込)  
〔通常 平日 6,500円(食事付・税込)  
土・日・祝日 10,500円(食事付・税込)〕

オープンコンペのご案内  
9月18日(火)「セベ感謝杯」  
9月27日(木)「秋の味覚コンペ」  
料金:7,800円  
昼食・パーティー・賞品込み

28 焼き立て石釜ナポリピッツァ  
& 茹で立てオリジナルパスタ

**マンママリィ泉店**

●マルゲリータ  
ランチセット¥1,430  
(半額1,080)

●チーズチーズパスタ  
ランチセット¥1,430  
(半額1,080)

いわき市泉町滝尻字神力前4-8  
0246-96-5252  
HP http://www.mary-dining.com/  
☎11:00 ~ 22:30 無休 休日50台

29 コース料理3,200円~のご注文で  
プラス1,800円で30種類の焼酎  
(写真)が飲み放題となります。

飲み放題(2時間)には、他に生ビール、サワー、  
日本酒などもございます。

**創作ダイニング ぽんぽん**

泉町2丁目14-15 TEL(0246)56-3984 月曜定休  
営業時間 17:00~23:00 平日のみランチあります。

# 私文書の宣誓認証とは？

宣誓認証は、公証人が私文書の認証をする場合に、文書の作成者が公証人の面前で、文書の記載が真実であることを宣誓した上、署名もしくは押印し、又は文書の署名もしくは押印したことを自認し、公証人がその旨を記載する認証です。この宣誓が真実であることを担保するため、文書の記載が虚偽であることを知りながら宣誓した者は、10万円以下の過料に処せられることとなります。

このように公証人の面前で制裁の裏付けのある宣誓を行うことにより、文書の信用性、正確性を高め、裁判における簡易かつ迅速な証拠保全方法となり、強力な紛争予防機能を果たすこととなります。

宣誓認証が利用される場合としては、

- ①証拠保全を目的又は将来の紛争予防を目的とするとき
- ②紛争の時点での解決のために作成するとき

成るとき  
③文書を作成・保管する有用性を確保するとき  
があります。

宣誓認証の対象となる文書は、過去の事実を記載した内容のものが一般的ですが、契約書等の法律行為を記載したものも含まれます。また、文書に複数の者が署名している場合、又は公証人の面前で署名する場合において、そのうちの一部あるいは全員につき、宣誓認証することができます。

宣誓認証する際に、公証人は、囑託人に対し、文書に記載された事実の陳述等がそのままに記載され、その内容を十分に理解しているか確認するとともに、宣誓の趣旨を説明し、かつ、文書の記載が虚偽であること知って宣誓したときは、過料の制裁のあることを告げた上、認証します。

参加者が無理なくできる体操を、笑顔のメンバー



## 高齢者の健康と笑顔をサポート

### サンタ体操クラブ

現在は、高齢者の健康維持を一番の目的に、いわき市内の四倉や常磐、藤原の各公民館、地域活動支援センター「てらす」(平)



参加者の一生懸命に楽しめる体操を、笑顔のメンバー



参加者の一生懸命にこたえたいと汗流す

サンタ体操クラブ(三田須生雄会長)は本年4月に発足、市シルバーハビリティ体操の指導士10人からなる。同指導士の第3期養成講座の修了生が集い、最初に立ち上げを呼び掛けた三田会長の姓がそのままクラブ名になった。

現在は、高齢者の健康維持を一番の目的に、いわき市内の四倉や常磐、藤原の各公民館、地域活動支援センター「てらす」(平)などを会場に活動している。市シルバーハビリティ体操の指導を中心に参加が無理なくできる体操を取り入れるなど工夫を重ねている。

メンバーは「参加者は皆一生懸命、だから私たちが頑張る」と、勉強会も怠らない。ボールやタオルを使ってみようか、じゃんがら念仏踊りを取り入れてみようか、など話し合いながらスキルアップに努めている。また、踊りや太鼓などのサークルとも交流し、体操と一緒に楽しめる部分を追求している。「笑顔で楽しく健康維持に効果的な体操」を目指し汗を流す10人だ。

# 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 0246 (23) 4066 FAX 0246 (38) 6463



相談は無料ですので、お気軽にお尋ねください。

<b>いわき市内日帰り入浴案内</b> お気軽に立ち寄って、のんびりとお楽しみください。		<b>源</b> 源泉掛け流し <b>得</b> まる得情報	<b>料</b> 料金 <b>貸</b> 貸切風呂	<b>営</b> 営業時間 <b>憩</b> 休憩所	<b>予</b> 予約必要 <b>電</b> 電話番号	<b>休</b> 定休日
<b>さばこの湯</b> 温泉保養所 <b>源 憩 貸</b> <b>電</b> (0246) 43-0385	<b>ホテル いわき湯本温泉</b> <b>パームスプリング</b> <b>源 憩 得 予</b> <b>電</b> (0246) 43-3011	<b>新舞子温泉 流木の湯</b> <b>いわき新舞子ハイツ</b> <b>源 憩 得</b>		<b>料</b> 日帰り入浴(10:00~19:00) 大人1,000円 小人500円 <b>営</b> 10:00~19:00(受付18:30まで) <b>休</b> 毎月第2月曜日 <b>得</b> 15:00以降 大人500円 小人300円 回数券(12回分)10,000円 (6回分)5,000円 いわき市平下高久字南谷地16-4 <b>電</b> 0246-39-3801 <a href="http://www.7ocn.ne.jp/~sinmaiko/">http://www.7ocn.ne.jp/~sinmaiko/</a>		
<b>料</b> 入浴(8:00~22:00) 大人220円 小人100円 休憩(10:00~16:00) 大人710円 小人510円 (入浴料、浴衣貸出料を含みます) <b>営</b> 8:00~22:00(入所21:00まで) <b>休</b> 第3火曜(祝日の時は翌日)、元日 大広間の専用使用もできます。詳しくはお問い合わせください。 URL: <a href="http://www.iwakicity-park.or.jp">http://www.iwakicity-park.or.jp</a>	<b>料</b> 入浴 大人600円 子供300円 (3歳以上~小学生) <b>営</b> 11:00~22:00(貸しタオル300円) <b>得</b> 12:00~14:00 ◎1,300円=石焼ビビンバ定食、お刺身定食、天ぷら定食、焼肉定食、魚のかま定食、天ぷらそば・うどん ◎1,000円=そば、うどん <b>憩 得</b> ランチご利用のお客様は、大広間利用可(無料) <b>予 得</b> 11:00~15:00 客室利用1部屋4,000円(要予約)					

## ●●● いわきの病院 医院 福祉施設

やさしい心 あたたかい手 あふれる笑顔  
**社会福祉法人 いわき厚生会**  
**特別養護老人ホーム いわさき荘**  
 ◎デイサービスセンター  
 ショートステイ  
 居宅介護支援事業所  
 むつみ保育所  
 いわき市常磐上湯長谷町上7台88-1 TEL (0246) 44-5660  
 FAX (0246) 44-1307

**医療法人社団 秀友会**  
 理事長 箱崎 秀樹

介護老人保健施設 **サンライフゆもと**  
 グループホーム **サンファミリー**  
 〒972-8326 いわき市常磐藤原町大畑13-1  
 介護老人保健施設 ☎43-6116 TEL.0246-72-1325 FAX.0246-72-1326

内科・循環器科・呼吸器科・消化器科  
**往診応じます**  
**医療法人 酒井医院**  
 【診療時間】 平日/AM9:00~PM7:00 水・木曜日/AM9:00~PM6:00  
 【休 診】 日曜・祝日・土曜日午後  
 福島県いわき市平字南町12 ☎0246-23-1055  
 【駐車場完備】  
 酒井ケアプラン ☎0246-22-5055



(順不同)

**ORIGINAL TASTE**

●定休日/水曜日

fashion house  
**シュール**  
 いわき市平六町目5-20  
 PHONE25-6608  
 ●駐車場完備(店向かい側)

9月の休日診療医

※時間無記入の場合は午前9時～午後5時

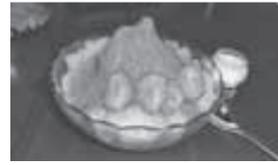
Table of weekend medical services for September, listing dates (e.g., 9月2日, 9月9日) and corresponding clinics and contact information.

産婦人科当番医

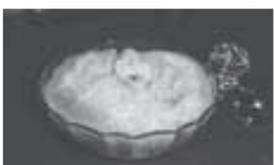
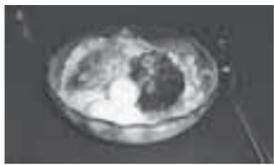
Table of obstetrics and gynecology on-call doctors for September, listing dates and clinic names.

眼科当番医

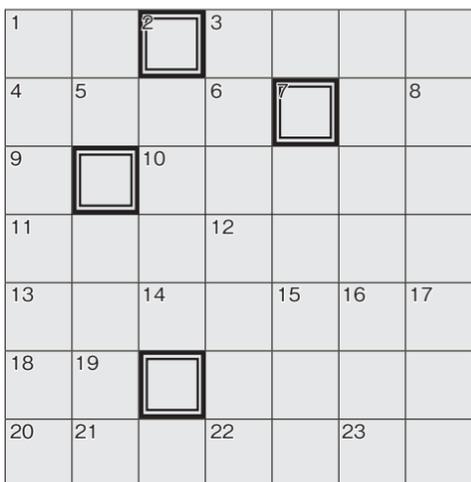
Table of ophthalmology on-call doctors for September, listing dates and clinic names.



和かふえ朝之丞様ご提供の3種類の「かき氷」



もうすぐ9月なのに暑い日が続きます。お舞「ペア入場券を2組にプレゼントします。かき氷はフレッシュいちご、白玉抹茶宇治金時、イチゴみるくの3種類のなかからお好きなものが選べます。また、さくら倶楽部は9月13日午後1時開演で常磐湯本町天王崎、ファッショングループささき2階の夢さくらで開かれます。富士直美、古滝はなこら地元で活躍



前回の正解



「たなはた」でした。和かふえ朝之丞様のかき氷当選者には当選はがきをお送りしますの。いわき民報社本社で引き換えてください。い。いわき市立美術館様の「北斎展」当選者にはすでにお送りいたしました。当選者は次の通り(敬称略)。

【三〇のかき】 1 もうすぐ読書の秋、最近時代劇ものがブームですが、定番は推理○○○○○ 3 よしにすだれ、緑のカーテン、暑さ対策はかがでした、夏の風物詩です、省エネと○○○○対策 4 わが子のことになると人が変わります 6 オリンピック銀メダルの三宅選手、男勝りの○○○○です 9 自棄酒は体によくありませんが、これも

いけません 10 大型の猪口(ちよこ) 11 登山に使う綱 12 大きめの反対 13 ひき肉を使ったインド料理の代表格、食の禁忌の関係から鶏肉や山羊肉を使い、○ー○カラーが有名です 15 出し惜しみしてはいけません、子どもにりませんが、乗っている赤ちゃんはちょっと暑いでしょね 16 ビールのおつまみなら○○豆が定番 18 ○○○○賛成、各○○ 20 怖いものの最初に 7 真っ先、最初 8 オリンピック、目

漢字では木曾路 高田俊平、鈴木伸子、中村政彦、渡辺桃子、菊池美喜子(平) 政井博、猪狩勇治、小林秀晴(四倉) 松崎美幸(永崎) 関根広直、遠藤千恵美、関根節子(小島) 安齋保久、佐伯清(常磐) 鈴木恵美子、二瓶知恵子(小川) 若松三代志(若葉台) 阿部政子(三和) 小野くに子、片寄宏子(好間) 菅野孝吉、国井貴子、北倉美香、新妻義孝(内郷) 三森容子(洋向台) 星野孝(泉ヶ丘) 笠原喜代子、笠原建(高萩市) 横田孝清(南台) 相沢信枝(小名浜) 富沢弘子(桜ヶ丘) 小林伸一(錦) △北斎展 川崎宏子(自由ヶ丘) 久野敏子、藤咲京子、中野孝子(平) 近藤浩子(常磐) 加藤かの子(三和) 佐藤清子(内郷) 田辺江梨子(後田) 小泉綾乃(鹿島) 鈴木康子(渡辺)

小児科当番医

Table of pediatric on-call doctors for September, listing dates and clinic names.

精神科専門当番医

Table of psychiatric on-call doctors for September, listing dates and clinic names.

泌尿器科当番医

Table of urology on-call doctors for September, listing dates and clinic names.

※休日診療医は変更となる場合があります

Advertisement for 'おおくら' (Ookura) featuring clothing and a cafe. Text: おしゃれな洋服たちとやさしいつわが待っています。ファッション&ギャラリー おおくら ☎44-5367 (マルト浅貝店そば)

Advertisement for 'いわき民報社' (Iwaki Minpo Shisha) with contact information. Text: 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

Advertisement for 'ザ・ピース' (The Peace) guitar. Text: ザ・ピース ¥1,000 取扱店です。(有)大竹唯之商店 内郷郷町金谷8の4 TEL26-3215 日曜定休

Advertisement for 'ウクレレ教室' (Ukulele Classroom) and '貸しスタジオ' (Rental Studio). Text: 湯本ビルカルチャーセンター 趣味の講座 受講生募集 0246-43-6947