

「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。

2013  
卯月  
第75号

# 個処から



## 小名浜をとことん楽しもう!!

=4・5面

表紙の人  
内郷内町 ソシオあすかグループ スタッフの皆さん=記事3面

毎月第4月曜日発行

無料  
浜通り地域  
64,000部発行

**畳一筋150年の実績!** (有)中村畳店

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

国産イグサ表畳べり種類豊富現物見本持参いたします

〒970-0019 中村町1-1-1  
☎0120-25-2949

**女性ゆったりヨガ**

●中高年少人数クラス  
●腹式呼吸でやさしいヨガです

火曜 平・労働福祉会館  
10:20~11:20 13:30~14:30  
☎090-5352-4050

セカンドステージの情報紙

**個処から Junction**

ライフスタイルの応援紙

大好評、発行中!!

遺品整理 おまかせください!!

**おかたづけ職人**

フリーダイヤル 0120-219-002

**メルヘン屋 谷川瀬店 閉店セール実施中!!**

**インド綿 値下げ!**

(一部商品を除きます)  
エスニックも値下げ処分しております。  
お得なお買い物をなさって下さいね...

おしゃれなふだん着の店  
**メルヘン屋**  
ヨークベニマル谷川瀬2F(平)  
☎0246-21-4567

**いわきシティバレエスクール**

クラシックバレエ(小3~大人)

**小名浜教室**

美容バレエクラス 小名浜教室  
手前からのスリットに1シャツでOK。  
フリル&エレガントに

水(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

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] リラクゼーション

労災・交通事故、骨折・脱臼、打撲・捻挫、スポーツ外傷など

鍼灸 神経痛・腰痛・膝痛、五十肩・ストレートネック・慢性疾患、疲労回復などお悩みの方

全身リラクゼーション  
クライアント(10分単位)、足つぼ・足オイル・全身オイル

【平地区送迎無料!!】

〒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

おしゃれな洋服たちとやさしいつわが待ってます。

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)

春、夏物を大量に新入荷

現地直輸入!円高によりさらに低価格になりました!

中高年からのアジアン衣料専門店

**マシャレ**

いわき市常盤湯本町天王崎1-26  
TEL0246-43-5003 [日休]

手まさ・葉巻・きざみ・パイプ  
たばこ たばこ たばこ

いかがですか。

(有)大竹唯之商店 いわき市内郷瀬町金谷8の4  
TEL26-3215 日曜・第3土曜日定休

教育理念「1/1の教育」

生徒第一...だから

生徒1人1人と向き合う「1/1の教育」で生徒の自信と意欲を養います。

希望に合わせて選べるコース...

卒業生数 2,059名  
卒業率 97.5%

個別相談会実施中  
3/11(月)~3/30(土)

中3生 入試受付中!

生徒第一...だから

**第一学院高等学校 いわきキャンパス**

通信制高校(広域通信・単位制)

〒970-8026 いわき市平字田町1-7 三延ビル 4F  
TEL0246-35-7411 mail:iwaki@daiichigakuin.ed.jp

第一学院高校では、  
・意欲的、前向きになる自己肯定感教育を推進しています。  
・将来の夢やライフスタイルに合わせた学校生活を提案します。  
・地域社会と連携・協力し、生徒一人一人のチャレンジ、再チャレンジを支援します。



## 4月17日(水) 昼1:30開演

### 第49回バラエティショー クラウン ジュカショー

- 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

1988年、アメリカとメキシコに渡り、ストリートパフォーマンスしながら旅し、世界のパフォーマンスを勉強。90年、道化師の養成学校クラウンカレッジ・ジャパンに入学。92年、再び渡米し、クラウンとして小学校などを巡回。帰国後、「ジュカちゃん」として活躍。見る人を勇気づける女性クラウンだ。



クラウン ジュカ

会場:ココロの駅 ※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

<http://kokoronoeki.jp/>

案内資料はホームページよりダウンロードいただけます

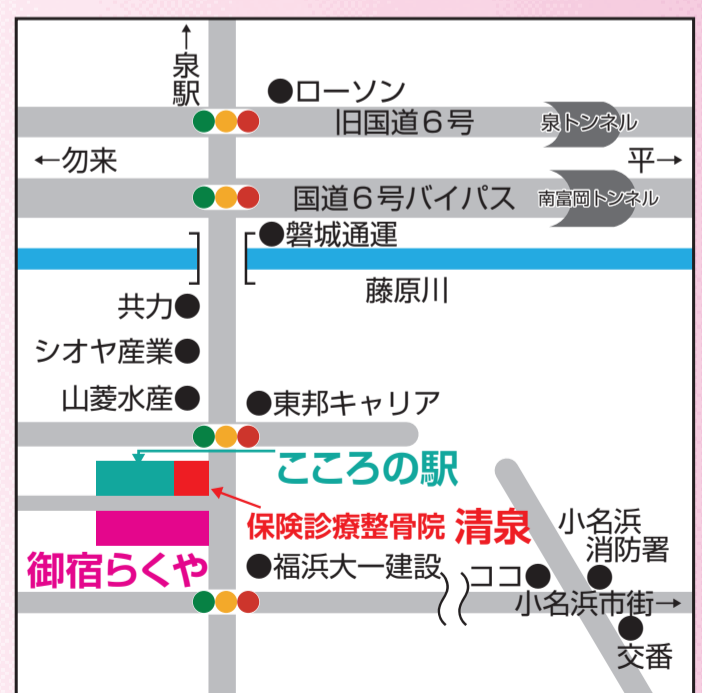
ココロの駅 検索

## 保険診療整骨院 清泉

電話連絡にてご予約頂きますと、ご自宅まで送迎いたします。

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



☎ 0246-54-5000

ご相談はお気軽にお電話ください

株式会社 ココロの駅

〒971-8101 福島県いわき市小名浜字中原 16-1

**むがーしむがしのはなし**  
 4/21 開場12:30 入場無料  
 いわき民話の会 0246-36-6576  
 いわき民話の会(広沢和子会長)の平成15年にスタートした恒例の会。「龍の灯り」「食わず女房」など、いわきにちなんだ民話を披露する。  
 ラト6階(いわき産業会館) いわき市平字田町 120

**紅晴美復興応援コンサート**  
 4/7 開場13:30 開演14:00 入場料(全席CD付)S席5500円、A席5000円、B席4500円  
 後援会 0246-26-0402  
 デビュー4年を迎えた演歌歌手・紅晴美の復興応援チャリティーコンサート。特別ゲストは舞踊・舞台役者の恋川純弥。チケット発売中。  
 アリオス大ホール いわき市平字三崎 1-6

**ギャラリー情報 & イベント案内**  
 2013年3月→

**藍木野久留米絨服展**  
 4/13→4/21 入場無料  
 0246-69-2390  
 久留米絨は約200年前に生まれた木綿の織物。工房藍木野(あきの)は布地、染め、柄の3拍子揃った逸品。11:00~18:00。月・火曜休廊。  
 ギャラリー-昨明 いわき市田町南大平字川平 35-4

**さいとう春代+市川征子展**  
 3/27→4/7 入場無料  
 0246-69-2390  
 喜多方で裂き織りに励むさいとうと、郡山で古布や裂き織布をていねいに洋服に仕立てる市川の新作品展。11:00~18:00。月・火曜休廊。  
 ギャラリー-昨明 いわき市田町南大平字川平 35-4

**オリジナルリース・雑貨販売**  
 3/22→ 入場無料 不定休  
 詳しくは問い合わせを 090-2449-9658  
 オリジナルリースのオーダー受付、雑貨、アロマ・ハーブ関連商品、手作りの販売。イベント会場にも利用できます。各教室生徒募集中。  
 和-nn わーん いわき市平上荒川字安草 13-6

**第14回加藤勝海 日本画展**  
 4/13→4/23 入場無料  
 0246-56-0264  
 伝統的な日本画の技法を駆使して山野草や小動物を描いている京都在住の日本画家・加藤の14回目の新作品展。水曜休廊。11:00~19:00。  
 ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

**星野就久あな窯作陶展**  
 3/30→4/9 入場無料  
 0246-56-0264  
 栃木県にアトリエを構える星野の5回目の新作品展。山野草などにも造詣が深い星野が食器と植器を出品。水曜日休廊。11:00~19:00。  
 ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

**かいわい陶仏教室**  
 3/26、27、4/9、27 前10時~後1時半~  
 受講料 1500円 0246-23-8411  
 午前10:00~11:30、午後13:30~15:00。3月26、27日は午後、4月9日は午前のみ。会場界限。材料費と焼成代込み。申し込みは電話が直接。  
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1

**風のガーデン高杉和真油彩展**  
 4/7→4/24 入場無料  
 0246-56-9101  
 新制作協会協友で県展審査員を務める高杉。中原中也の「寒い夜の自画像」の言葉を思い絵を描いているという。期間中の土日は作家在廊。  
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

**女の手仕事展⑥**  
 →4/14 入場無料 水曜定休  
 0246-62-4188  
 古い布との出会いを時を超えた物語を感じます。布たちが生まれ変わり作品が仕上がりました。女の手仕事の思いをご覧ください。  
 ギャラリー-わづくりや いわき市植田町南町 1-2-14

**こいのぼり教室生徒募集**  
 3/27→ 受講料 問い合わせを  
 0246-23-5658  
 こいのぼり3匹と付帯の人形セット(台座付きもできる)を制作する。詳しい受講料や材料費はお問い合わせください。3月27日から開講。  
 布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

**会津もめんの小物展**  
 4/20→4/27 入場無料  
 0246-62-4188  
 うつくしまものづくり大賞クリエイティブ賞を2年連続受賞したアフリカ代表のデザイナー土田晶子さんの会津木綿ものを展示。  
 ギャラリー-わづくりや いわき市植田町南町 1-2-14

**第3回いわき墨友会展**  
 4/11→4/15 入場無料  
 菅原代表 0246-43-6290  
 多田早苗・日本水墨院審査理事を講師に労働福祉会館とサン・アビリティーズで学ぶいわき墨友会員が新作を出品。9:30~16:30。  
 いわき市暮らしの伝承郷 中央台・県立いわき公園内

**第2回型で茶碗を作ろう**  
 3/31 10:00~13:00 受講料  
 14:00~17:00 材料費込み3000円 0246-38-9632  
 親子同伴で小学生以下1000円、高校生以下2500円。予約制で定員10人。予約は080-6013-2791へ。青狐齋でぐいのみ、動物展開催。  
 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

**jikonka 春の服**  
 4/13→4/27 入場無料  
 0246-21-3541  
 jikonkaブランド春の服・特別でさやかな日常。天然素材の綿や麻を使った定番の服に新作春の服が揃う。22日休み。開廊11:00~19:00。  
 陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

**花咲くころに - 吉田きみ子絵画展**  
 4/11→4/15 入場無料  
 090-4633-9327  
 吉田の油彩、黄金背景テンペラ画の新作品展。小林健(千寿庵)の日用の器たちを賛助出品。13日1時からミニ演奏会。開廊10:30~16:30。  
 ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平 65-9

**湯川 隆 彫刻展**  
 →3/31 入場無料  
 0246-92-2009  
 独特の雰囲気を出し出す人気の彫刻家・湯川の新作を展示。20日後3時から開会式。10:00~17:00。火曜休廊。同ギャラリー最後の展覧会。  
 ギャラリー-アイ いわき市小名浜字古湊 91

**木もれびー春のコンサート**  
 4/28 12:00開演 要予約  
 入場無料 090-4633-9327  
 出演はフルート大越長利、小沼裕一、ギター国井良雄、高橋禮子、松崎康弘。事前予約が必要。問い合わせは菊田23-1034、小沼64-8309。  
 ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平 65-9

**長谷川雄一版画展**  
 4/5→4/15 入場無料  
 0246-23-8411  
 故斎藤清に私淑して版画を開始。作品は米・シンシナティ州立近代美術館などに収蔵される長谷川の新作品展。水曜定休。10:30~18:00。  
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1

**益子焼栗原節夫展**  
 →3/31 入場無料  
 0246-36-8001  
 昨年3月に開催して好評を得た益子焼・栗原の新作品展。ファンの要望にこたえ今年も開催。さき織遊びの湯田愛子作品展を同時開催。  
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86

**田代一倫 写真展**  
 4/8→4/28 入場無料  
 0246-38-3152  
 副題は「はまゆりの頃、いわき」。大震災の1か月後から沿岸部で被災者約950人以上と向き合った田代。22日市で撮影した写真を展示。  
 ギャラリー-コール・ピット いわき市平字紺屋町 45 紺屋町ビル3F

**吉田 富夫 作陶展**  
 4/4→4/15 入場無料  
 0246-35-0383  
 阿武隈山系にかやの木窯を構える吉田の新作品展。粉引、刷毛目、鉄絵、面取などの技で作った器などを出品。10:00~18:00。水曜日休廊。  
 小野美術 いわき市平字中町 22-2

**常設展-単純明快な迷路**  
 →3/31 入場料 一般210円、小・中・生70円、高齢者140円  
 0246-25-1111  
 II期テーマは現代美術×版画の楽しみ。若林奮のRED FIELDシリーズ、荒川修作の意味されるもの、あるいははもしーを新しく展示。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**講演「実験工房を語る」**  
 4/29 14:00~ 参加費  
 企画入場券半券が必要 0246-25-1111  
 大日向欣一氏=フォトアーティスト/武蔵野美大造形研究センター一客員研究員=がゲスト・トークとして講演。会場は企画展示室。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**沖縄アート2人展「祈り」**  
 4/15→ 入場料 800円  
 金澤翔子美術館も観覧可 0246-89-2766  
 シーサー作家・鰐部徳恵と極彩色画家せきぐち彩の2人展。鰐部は18~21日、せきぐちは20~22日。10:00~16:00。水曜休廊。  
 金澤翔子美術館 いわき市遠野町根岸字横道 71

**游工房 漆の作品展**  
 →4/1 入場無料  
 0246-35-0383  
 米国や欧州でも作品展を開催している游工房。伝統的な津軽塗がモダンに生まれ変わった漆器の数々を出品。10:00~18:00。水曜日休廊。  
 小野美術 いわき市平字中町 22-2

**第2回春Cafe**  
 4/1→4/30 入場無料  
 090-2999-3913  
 カワイイからリアルまで音や香りを感じる作品を創作する市内在住のイラストレーター・遠藤晴香の新作品展。7、11日在廊予定。9日休廊。  
 アリオス・カフェ いわき市平字三崎1-6アリオス2F

**実験工房展 - 戦後芸術を切り拓く**  
 4/20→ 入場料 一般1000円、小・生300円、高齢者600円  
 0246-25-1111  
 1951年に結成され領域横断的な表現活動を展開した実験工房を公立美術館として初めて取り上げ、戦後芸術における足跡を紹介する。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**すげの でんじゅ絵画展**  
 3/23→4/2 入場無料  
 0246-56-9101  
 KFSアートコンクール大賞後、多くの賞に輝くほのぼのと心が和むすげのの新作品展。23、24日作家来廊。10:30~18:00。木曜休廊。  
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

**絵研「錦」絵画展**  
 4/6→5/3 入場無料  
 0246-62-2327  
 少しずつ落ち着きが出て来た気がする一という会員が、辛いことは忘れて絵に集中して制作した作品展。4月14、15、28、29日休廊。  
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

**日独交流150年記念 安藤信正展**  
 4/20→ 観覧無料  
 会場は1階ロビー 0246-25-1111  
 磐城藩藩主5代藩主で、幕末に老中として活躍した信正。日独交流150年を機に独オイレンブルク家との交流や安藤家所蔵品を紹介。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**矢野 重廣 絵画展**  
 →4/5 入場無料  
 0246-62-2327  
 副題は絵筆片手の旅心。心に残る旅の風景や四季折々の身近な季節の移ろいを描いた矢野の同店初の水彩画展。3月24、25日休廊。  
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

# 日常生活でできる (6) のんびり ゆったり 健康法



北村順子 パーソナルボディクリエイター 筋肉の美しさに魅せられ、パワーリフティングを始め、南アフリカのナショナルチームに所属経験も。2009年に帰国し、地元での健康運動を始める。2年前に100%BODY@KITAMURAをOpen。

## なぜ肩こり？

皆さんも、皆さんの周りの方々にも肩こりの方は多いのではないのでしょうか？  
 現在では、肩こりよりも首こりの方もかなり増えています。  
 肩こり・首こりがひどくなると目が疲れたり頭が痛くなったりしますが、  
 「ずっと肩こりなんです」「何十年も肩こりなんです」と言う方が多いと思うのですが、肩こりは肩の周りの筋肉を使うことにより血液の循環が良くなり、改善されていきます。そのときに重要な役割を果たしているのが肩甲骨です。  
 肩甲骨が動かないと、肩こりは改善されません。首・肩周りだけではなく、肩甲骨をいかに意識して動かせるかにかかっています。運動はすべて行うことよりも、意識して行うことが大切です。最初は良く分からなくても、少しずつ動く感じが分かってきます。回数をたくさん行えば続けることができなくなったり、動きが速くなり、意識をして行うことが難しくなります。  
 大切なのは、続けて行うことなのです。

今回のポイント 年齢・性別を問わず誰でも簡単にできる、簡単な健康法の初級編その6

身体に対する効果 首、肩周りの筋肉を動かすことにより代謝や免疫力を高め、首こり肩こりの予防や改善を促します。

## シニア世代のための 役立つSNS講座⑥

今回は自分がフォローが表示されるので、ローするユーザーやその中から対象となるキーワードが含まれて人を探しているつぶやきの見つけとができます。方について、パソコン。また、の操作方法をもとに検索ボックスを明します。ツイッターに自分を開くと画面の右上に気がなっ検索ボックスがありまているキー。有名人、スポーツワードを入選手、歌手など興味をかし、En持っている人の名前を terキー検索ボックスの中に入を押すことで、キー力すると、関連するワードが含まれているさい。(久野 雅)

### 興味のある分野をフォローして ツイッターを楽しく活用しよう



つぶやきが一覧で表示され、対象となるつぶやきを探することができま。以上のように目的別に探せるので、友人や周りの方以外に興味のある分野の方をた。フォローすること。さら。さらに。ターゲットが楽しくなるので、ぜひ試してみてください。

ひさの・まさみ いわき市四倉町出身。35歳。久野システムエンジニアリング代表、久野ソーシャルプロモーション代表、いわきコンピュータカレッジ非常勤講師。福島高専卒業後、東京にてシステムエンジニアとして勤務。2011年10月にいわき市に戻り、パソコンやインターネットのサポート業務、ホームページ作成やTwitter、Facebookの専門家として起業した。

Twitterはこちらです！ <http://twitter.com/iwakicity> Facebookはこちらです！ <http://www.facebook.com/iwakisomeken> ブログはこちらです！ <http://ameblo.jp/iwakicity/>

## 座ってらくらく代謝アップ体操

100%BODY@KITAMURA...ココロからカラダまでトータルにサポートする、総合フィットネスクラブ。通常のトレーニングから、年齢・体の状態に応じ、それぞれに合った健康法・トレーニング法を提案。エステやフットリラクゼーションなど、美と癒しも提供している。いわき市小名浜字燈籠原53-17。TEL: 0246-68-7194



① 片手を反対の耳に軽くあて首を倒す。



悪い例 斜め前に倒す。



② 両手を頭の後ろに組んで背中を伸ばし下を向く。



悪い例 背中が丸まる。



③ 両肩を出来るだけ上に上げ、下げるときはゆっくり下ろす。



悪い例 回下げる速度が速い。



④ 指先を肩にあてひじを回して肩甲骨を動かす。

悪い例 動きが小さい。

## 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  
 少部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

## 富士通製リサイクルパソコン 初心者の方でも安心です

パソコンサポートの「エディックス」は、富士通製リサイクルパソコン FMV-C8250 を台数30台限定の特別価格で提供いたします。厳重に整備・クリーニング後、ワープロ・表計算ソフトとしてワードエクセルと互換性がある「オープンオフィス」をインストール。初期設定済みで届いたその日からすぐに使用できます。保証は60日間(バッテリーは除く)。商品のお届けはお申込内容を確認後に順次発送。お支払いは代金引換です。

30台限定 特価 16,800円(税込)



■ Windows 7 HomePremium 搭載！

富士通製 FMV-C8250 (中古)  
 CPU: Celeron M1.73GHz / メモリ: 1GB / HDD: 40GB  
 マルチドライブ (DVD 書き込み・CD 書き込み機能付)  
 15インチ液晶 / Windows 7 Home Premium 搭載

これから始める 入門用としてオススメ！

お申込み方法 お電話またはFAX。FAXの場合は新聞名お名前(ふりがな)、郵便番号、ご住所、連絡先電話番号をご記入下さい。

商品のお届け お申込み受付後、お電話にて内容確認後に順次発送いたします。(送料1,500円は別途)

電話でのお申込み 0297-44-8871 (受付時間: 平日午前11時~午後6時まで)

FAX申込 0297-44-8872 24時間受付

edix パソコンサポート 〒302-0128 茨城県守谷市けやき台1-25-1F  
 エディックス 古物商許可・茨城県公安委員会第401270001372号

「開かれた地域コミュニティの場として気軽に立ち寄っていただきたい」。菓谷さんとスタッフは開店に向けた準備を進めている。

ソシオあすかグループは平成10年、総合葬祭業のあすかを中心に地元の他業種会社が思いを一つに設立した。「ソシオ」は人と人とのつながりを基本に最適なサービスを提供する「ソーシャライズ」の訳語。代表取締役の菓谷聡さんは「社会をつくっていく基盤となるグループでありたい」と力を込める。社会貢献活動にも精力的だ。その一つが「グリーフケア」。死別によって深い悲しみや苦しみを負った遺族の心のケアを目的に、いわきで初めて協会を立ち上げた。グループワークの集いやカルチャークの集いやカルチャー教室などを通して、理解し合い、支え合う場をつくり、遺族の心に寄り添い続けている。今夏には内郷内町の「総合葬祭あすか」内に「あすかカフェ」を開店予定。葬儀の空き時間を利用してカフェを設け、心穏やかに過ごせる空間を提供する。



累計販売数40万箱突破

株式会社 いわきチョコレート

IWAKI CHOCOLATE

いわき市小名浜寺廻町16-6

TEL/FAX 0246-53-5265 (本社)

ホームページ http://www.shiochoco.com/

読売、民友、日経、スポーツ報知

小名浜東部

**緑川新聞店(有)**

代表 緑川 一信

いわき市小名浜字横町2 TEL(0246)54-1347

ふれ合いの健康ひろば

保険調剤・一般医薬品・化粧品

**エンゼル薬局**

いわき市小名浜玉川町東18-16

TEL/FAX 58-3603 自宅58-4465

AM9:30~PM7:00 定休日/毎週日曜

**小林眼科医院**

院長 小林 豊茂

いわき市小名浜南君ヶ塚町6-17

(小名浜バス停徒歩3分) 電54-5123

海鮮丼 1,550円

(小鉢2品、お新香、味噌汁付き)

お食事処

**小名浜市場食堂**

小名浜字栄町3-1 セラ2F TEL(0246)54-1144

■営業時間 7:00~15:00 ■定休日 木曜日

# 小名浜を

東日本大震災から2年。震災で大きな被害を受けた小名浜地区ですが、復興を乗り越えてさらに魅力あるまちを目指して前進しています。マリンエリアだけでなく、まちなかにもバラエティーに富んだお店があります。また、鹿島街道沿いの岡小名や、大原、住吉、玉川といった各地区にも見逃せないスポットがたくさんあります。ぜひ、小名浜に足を運んでみてください。

# とことん楽しもう!!

レジャーにショッピング、カルチャー、スポーツ、さまざまなジャンルが満喫できる素敵なスポットがいっぱい!



## Let's Go ONAHAMA

読売、民友、日経、スポーツ報知

小名浜西部

**藤沼新聞店**

代表 藤沼 敏起

いわき市小名浜大原字堀米176-1 TEL(0246)53-4618

**小名浜第一ホテル**

いわき市小名浜西町1-4

TEL(0246)54-8000 FAX(0246)54-2011

築料理・精し

**60's**

いわき市小名浜中町境 8-8

パレスホテル1F 52-1622

元海、願いはひとつ、

このまち、この海、小名浜が好きだから

みなとまち創造会議の目的

- (1) マリーナを広く市民の憩いの場として提供する
- (2) 海のすばらしさを、広く市民に呼び掛ける
- (3) 海と漁師のまちづくりを創出する
- (4) その他、目的達成に必要な事業を行う

みなとまち創造会議

事務局/いわき市自由ヶ丘46-10

〒971-8163 いわき市小名浜中町境4-11

TEL/FAX 0246-54-7765

定休日/月曜日 第3火曜日(祝日は営業)

営業時間/昼11:00~15:00 夜17:30~20:00

25日は定休、26日は臨時休業とさせていただきます。

「みなとまち創造会議」サポーター募集中

http://onahama-ptcm.com/

福島県唯一のれん分けのお店

佐野 実氏

**支那そばや**

いちりき

店主 箱崎 重男

〒971-8163 いわき市小名浜中町境4-11

TEL/FAX 0246-54-7765

定休日/月曜日 第3火曜日(祝日は営業)

営業時間/昼11:00~15:00 夜17:30~20:00

25日は定休、26日は臨時休業とさせていただきます。

お歳を召された方からスポーツ障害を抱えた若い方までのお役に立ちたい。

**ひろむ整骨院**

(スポーツ外傷、交通事故、各種健康保険取扱)

営業時間

平日 午前 9:00~12:00  
午後 14:00~20:00

日曜 午後 14:00~18:00

定休日 土曜・祝日

いわき市小名浜字西58-1-1

TEL(0246)54-3900

スペースクリエイター

**OHASHI**

株式会社 大橋

本社 いわき市小名浜岡小名字高田3-7

TEL(0246)54-2211

**小名浜特集**

小名浜のあずきアイスの味、おいしい、思い出に似て、どこか恋しき

小名浜のハイカラをどうぞ

舌の味を忠実に再現。手づくりのおいしさ。

**小名浜のあずきアイス**

イーエム(本多舞祭内)、ケーキランド市内各店で好評発売中

製造・販売:イーエム いわき市小名浜字西69

全国にあなたの花が贈れます。

**HANAKIYA 花季屋**

有限会社 花季屋

いわき市小名浜字蛭川南5-6

タウンモールのリスポ

TEL(0246)53-4547

タウンモールのリスポは、55の専門店と食品スーパーのショッピングセンターです。オリジナリティーあふれる専門性と地域密着のイベント、温かい接客で快適なショッピングの時間を为您提供しています。ぜひご来店ください。

ショッピングセンター

**タウンモールのリスポ**

小名浜スタンプクラブでは、皆様に喜んでいただけるような様々な事業を展開しています。

**小名浜スタンプクラブ**

事務局 いわき市小名浜本町11-1 TEL54-5456

欲しい普通免許、どこへ行こうか?

**小名浜自動車学校**

いわき市小名浜字富岡向147

TEL.0246-54-5210 Fax.0246-92-4183

http://www.onahama-drivers.co.jp/

セカンドステージの情報紙

**個処から Junction**

ライフスタイルの応援紙

大好評、発行中!!

地震後の修理・お墓のリフォーム

有限会社 **石昌石材**

(旧江名の伊藤石材店)

いわき市小名浜中原4-32 ☎53-7002

人生のセカンドステージを応援するフリーペーパー **個処から** 170カ所

設置店・施設のご案内

本紙は新聞折り込みのほか、いわき市内の下記店舗・施設に設置しております。

■平地区 コインランドリー ラスカル なかにし内科 ルネサンスいわき JTBいわき おのさき レスト口緑 ビューホテル 山内クリニック いわきふるさと楽園 和膳貴介 古田部米店神谷店 古田部米店久保町店 たまち薬局 テル美容室 喫茶フレイク あいざわ 市暮らしの伝承郷 新妻接骨院 東北住建 泌尿科胃腸科 神内科クリニック 共カハウス平店 ひろくち このちのクリニック Bar QUEEN	喫茶風車 ウタベ時計店 木薬館 本町通りクリニック 常盤交通観光 明治団地さとう医院 酒井医院 吉持藤平書店 吉持藤平書店 藤屋吉祥 鳳翔 ヨシダカ/本店 高木理容 いわきワンストップ植木庄 ホテル・いわき らぼーと整体院 テリール・ヤマサキ平並木通り店 フランス料理Kitao いわき新舞子ハイット いわき市総合観光案内所 市フラウ・センター 市文化センター 市生涯学習プラザ いわき総合図書館 神谷公民館 草野公民館 高久公民館	アンジェリーク strahl Felice のんき ハートインハート 夏井公民館 赤井公民館 飯野公民館 中央公民館 平塚公民館 豊岡公民館 特別養護老人ホーム亀崎荘 呉服処 根本 あわのや酒店 ヤマニ書房本店 ヤマニ書房ラトブ店 ヤマニ書房イオン店 ヤマニ書房コーカードー店 布あそび工房 ■小名浜・泉地区 神尾内科医院 相馬屋 タイヤヤ・デンマルヨシ ピストロ 油屋神楽堂 タウンモールのリスポ	イウキ写真館 すけがわ写真館 まちづくりステーション小名浜 アンドウ ヤマシキ食品 いわきからミュージウ 磐城中央病院 花いちもんめ小名浜店 ささきプラス(ステーション)リゾート ススキ写真館 ギャラリー・8ショップモラモラ 創作ダイニング 眩 さき酒店 しんげつ 中山医院 ヘルシーYOU 江名の家 みなとの家 美味一膳本舗 いちごクラブ キャンディ ヘアサロン トップ 小名浜公民館 江名公民館 don3 ヤマニ書房泉店 ヤマニ書房エプリア店	天地閣 マルイ石油泉店 ウェルハース ■内郷・好間地区 聖徳荘 タウンズクリニック 陶芸の対うえのぼら サンライザ/たかざか 平中央自動車学校 グー・チョコバー 虎屋多幸兵衛 W 渡辺美容室 ピノ 床屋いっちゃんのお店 サンライザ/ゆもとの店 星野製パン ごらい歯科クリニック 内郷公民館 好間公民館 ■常磐地区 いわき市 カール・イワイゆもとの いわき商工会議所常務支所 ささき 市観光まちづくりビューロー さきはこの湯温泉保養所 いわき湯温泉観光協会	いわき湯温泉旅館協同組合 市石炭・化石館 磐城観光モーター わづりや ■四倉・久之浜地区 あべクリニック 大浦公民館 大野公民館 大久公民館 久之浜公民館 四倉公民館 四倉図書館 ■小川・三和・川前地区 小川公民館 三和公民館 川前公民館 ■北茨城地区 ゆずりの湯	ブラウンチップ錦店 市勿来町文学歴史館 画廊喫茶モナミ わづりや ■四倉・久之浜地区 あべクリニック 大浦公民館 大野公民館 大久公民館 久之浜公民館 四倉公民館 四倉図書館 ■小川・三和・川前地区 小川公民館 三和公民館 川前公民館 ■北茨城地区 ゆずりの湯
---	--	--	---	--	---	---

「海と魚のフードテーマパーク」へようこそ

「安全・安心」をテーマにいわき・ら・ら・ミュウは生まれ変わりました。旬の魚介類の販売や新鮮な海の幸を味わえ、屋内には東北有数のあそび場「みゆうみゆう」が誕生し、お子様も楽しく遊べます。みなさまのお越しをお待ちしております!

**いわき・ら・ら・ミュウ**

〒971-8101 福島県いわき市小名浜字辰巳町43-1

TEL 0246(92)3701

URL: http://www.lalamew.jp

自動車保険!! 見直しませんか?

共済事業なので 掛け金は割安です!!

安い掛金! 大きな安心!

本当に必要な補償を選ぶ時代。だから自動車共済です。

無料見積り致します。お気軽にお問い合わせください

東北自動車共済代理所 **いわき自家用自動車協会**

0120-973-646

お問い合わせ・お申込み

いわき自家用自動車協会 ☎27-7521

平事務所 ☎23-5544

勿来事務所 ☎63-8813



参 始めたばかりの絵

水仙

水墨画を習い始めた当時は、やたらと描いたものを友人に配った。

今になって下手な絵を配ったことを後悔して、別な絵との交換を申し入れたが、断られた。他意はないのだろうが、こちらとしては人質を取られたようで、不安でならない。

でも、今思えば無心に描いていた時の方が、下手でも輝いていたように思える。友人はそれを知っていたのかもしれない。

墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一 (植田町在住)

身体の酷使で両側大腿(だいたい) 骨骨頭壊死という難病にかかった美空ひばりは、52歳でこの世を去りました。九州の病院で初期の治療中だった際、リハビリのために雲仙温泉に出掛けました。有名な旅館の1つである宮崎旅館の女将(おかみ)は、ひばりのために車いすを用意したり、専用のベッドを購入したり、心安らく環境を整えるために心を砕きました。

闘病中に旅館の女将と深く交流

女将の病状を思いやり、お見舞いの言葉を口にしました。そんなひばりに記念撮影やサインを請うことも忘れて、女将は懸命にリハビリの手伝いをしました。とうとう部屋

雲仙温泉の思い出



ひばりを支えた宮崎旅館の女将(左)と筆者夫妻

「美空ひばり復活不死鳥公演」を見事に成功させました。しかし数カ月後、福岡での公演を見に行った女将は、舞台の上での不具合のため、靴が履けないひばりの壮絶な病状の現実を目にすることになりました。九州から巡業公演を始めたひばりは、まだ九州の内側の小倉で公演を打ち切らざるを得ませんでした。2度とあの歌声は響いてきません。

美空ひばりファミリークラブ=ひばりプロダクション主催の美空ひばりのファンクラブ。

ひばり随想 中町五月枝

(美空ひばりファミリークラブ会員・東京都在住)

から玄関までの距離を、車いすに乘らずに歩き通

とときを過ごしたとき、したひばりは、さつそうひばりは女将の脚の具合が悪いことを知って、自身身の病気の話題より先に

★O2オプティクス うるおいキープ,1カ月タイプ
★2Weekピュア 紫外線カット,国産レンズ
★フレッシュフィットCM 高酸素透過性,2Wモイストレンズ
★2Wアテンショントーリック 乱視用なのにお手頃価格
★プロクリアワンデー とにかく汚れが付きにくい
★オリジナルハードセット 紫外線カット,長期使用レンズ

ホルスコンタクトレンズセンター
コンタクト相談室 (永井眼科医院隣)
眼科専門医の検診をお忘れなく
いわき市平字童子町2-7(東邦銀行平西支店斜め向い) TEL.0246-22-3691

セカンドステージの情報紙
個想から Junction
ライフスタイルの応援紙
大好評、発行中!!

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

お売り下さい! 今が絶好のチャンス!!
金・プラチナ 高価買取
ダイヤモンド
株式会社 コクセイ宝石
JR・NTT・学生協・教職員組合・いわき市職労組合 各指定店
いわき市平字倉前109-10 ☎21-3744

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
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
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
TEL 0246-23-1055
酒井ケアプラン ☎0246-22-5055



(順不同)

ORIGINAL TASTE
ファッションハウス シュール
いわき市平六町目5-20
PHONE25-6608
●定休日/水曜日
●駐車場完備(店舗裏側)

4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 April, listing dates (4月7日, 14日, 21日, 28日, 29日) and corresponding clinics and contact information.

小児科当番医 午前9時～正午

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

※休日診療医は変更となる場合があります

いわきアリオスでコンサートを開く紅晴美さん

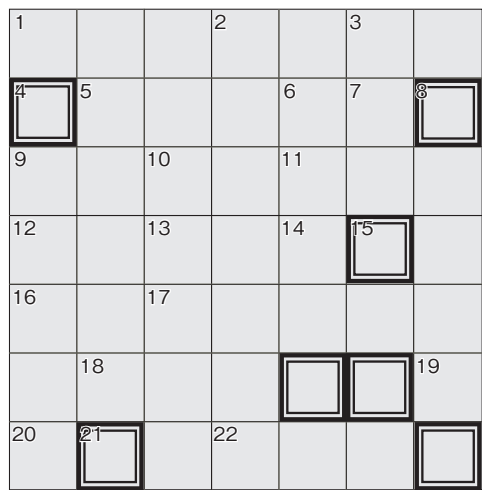


いよいよ春です。新年度、新学期と何にでも「新」がついてもおかしくない季節となり...

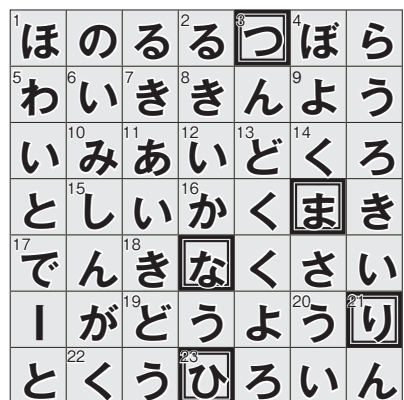
4月の読者プレゼント & クロスワードパズル



招待券をプレゼントし替えます。【TITのかわ】 1 今夏行われる国政選挙は〇〇〇〇議員選挙...



前回の正解



1 ほのるるつぼら 2 わいききんよう 3 いみあいどくろ...

9 馬から落ちること 10 水戸の偕楽園にあります。 11 青森県、長野県、福島県特産...

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

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

いわき民報社 編集/個処から・JUNCTION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

水墨画教室生徒募集!! 初心者大歓迎 平教室 いわき市労働福祉会館 第1・3土曜 14:00~16:00...

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 ウクレレ教室 手軽で簡単に弾けるウクレレは、癒しの音色で今、大人気です!