

「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。

2014
第88号

個処から

毎月第4月曜日発行
無料
浜通り地域
64,000部発行



旅館「昌龍館」新館がオープン



表紙
内郷小島町 旅館「昌龍館」



どこへ行こう、何をしよう
春の行楽シーズン!=4・5面

接骨 各種保険取扱
● 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・肩こり、五十肩・ストレートネック、慢性的腰痛、腰痛回復などでお悩みの方

リラクゼーション 全身リラクゼーション、マッサージ、足つぼ、足オイル、全身オイル

〒970-8026 いわき市平宇中町20-1
急患随時 TEL. 0246-25-7010

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 ● 中・高齢者人数クラス ● 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 青木 八重子
☎ 090-5352-4050

地域密着の情報紙
市民の夕刊
いわき民報

峰丘 絵画教室展

薄美 美可
志賀 葉月
四家 友幸
田原口 稔
矢野 孝子
矢野 友美
横山 千晶
吉田きみ子
渡辺 光江

2014
5.8(木)~5.12(月)
10:00AM~4:30PM
(最終日3:30PMまで)

◆ギャラリー木もれば 好間町神小屋 090-4633-9327

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

1枚~可、家具移動も任せ、即日納品OK (見積無料) 7/24ダイヤル **0120-25-2949**

女性ゆったりヨガ

● 中・高齢者人数クラス
● 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
青木 八重子
☎ 090-5352-4050

着心地がさらさら
ホワイチなな
ゆるゆるの森ガール

おしゃれなふだん着の店
メルヘン屋

ストール 1,300円→990円
スモッグ 2,900円→2,350円
タンクトップ 1,706円→1,270円
レギンス 1,280円→940円

ヨークタウン大原(小名浜) ☎0246-92-1668
ヨーク・エンジェル海本町(常盤) ☎0246-43-6665
princessメルヘン屋 ☎0246-92-5383

手まき・葉巻・さざみ・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

いわき市内内郷町金谷8の4
TEL.26-3215 日曜・第3土曜日定休

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!!

家賃5万円~ いわきに根差して15年! 介護が必要な方も安心! 介護サービスや健康プログラムも提供!

9月に新築オープン! 小名浜にサービス付き高齢者向け住宅

個別相談会を実施中
地域との交流も充実

株式会社 こころの駅

「サービス付き高齢者向け住宅 御宿ぶどうや」(限定募集)は、ものごとき、一人では不安というシニアから、認知症や介護度が高、自らの身を守るという方まで安心の暮らしが実現しています。

「こころの駅」では毎週月・水曜日個別相談会を実施している。このため、興味のある方は直接足を運んでみてはいかがでしょうか。

介護のプロが考えた自慢の住宅
● 介護が必要な方も安心の住宅!
● 24時間ヘルパー勤務で安心!
● 退院直後の方も入居可能!

高齡者安心住宅 御宿ぶどうや

【お問合せ】TEL:0246-54-5000
いわき市小名浜字中原16-1
※歩いてすぐ!現地を確認頂けます!

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

5月27日(火) 昼1:30開演 開場1:00
第62回バラエティショー
紺野裕子コンサート - フルートのひととき -

国立音楽大学フルート専攻卒業。日本クラシック音楽コンクール優秀賞などを受賞。平成21年、いわき芸術文化交流館アリオスオーディションに合格し、おでかけアリオス研究会アーティストとしていわき市内の小・中学校でコンサートを数多く行う。震災後、ドラゴンアシのダンサー ATUSHI さんの誘いで福島チームアーティストとして全国を回る。現在は音楽教室を主宰。

会場:こころの駅 ※送迎についても、ご相談下さい。
対象者:65歳以上の方とそのご家族ご友人。
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

こころの駅 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

清泉駅、ローソン、旧国道6号、国道6号バイパス、磐城通運、藤原川、共力、シオヤ産業、山菱水産、東邦キャリア、御宿ぶどうや建設中、小名浜消防署、福浜一建設、CoCo、小名浜市街交番

株式会社 こころの駅
〒971-8101 福島県いわき市小名浜字中原 16-1
☎ 0246-54-5000
ご相談はお気軽にお電話ください

吉田重信写真展「光る虹」
 5/10→5/24 入場無料 0246-38-3152
 福島の中で美しく輝く虹の向こう側の世界を記録したいわき市出身の現代美術家吉田重信さんの作品を展示する。水曜休廊。
 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

絵研「錦」絵画展
 →5/2 入場無料 0246-62-2327
 それぞれのテーマで絵を描いています。自由な発想・個性を感じていただければ幸いです。28日は休廊。
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

ギャラリー情報
 & イベント案内

5月体験陶芸「ボウル」
 5/14、18 受講料 3000円(材料費込み) 定員 各8人(予約制) 0246-38-9632
 14日は10:00~12:00 18日は10:00~12:00 13:00~15:00
 とっても便利なボウルを作ります。大き目はサラダに。小さく作ってカフェオレボウルに。手作りボウルで食卓を飾りましょう。
 ギャラリー青狐齋・何必窯陶芸教室 いわき市平字中町 1-1-2

第9回安藤栄作彫刻展
 5/3→5/13 入場無料 0246-56-0264
 彫刻家安藤栄作さんの同ギャラリー9回目の作品展。小品を中心に展示する。5月3、4日作家在廊。11:00~19:00。水曜休廊。
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

つるし雛作り教室
 応相談 9:30~ 0246-23-5658
 子どもの健やかな成長を願い、来年に向けてつるし雛を作ります。初めての方も歓迎。日程や材料費、受講料は問い合わせを。
 布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

パッチワーク土曜教室
 5/17 10:30~12:00 受講料1500円(材料費別) 0246-36-8001
 13:30~15:30
 脇本喜久代さん(内郷)が講師となり、ポシェットやポーチ、バッグ、タペストリーなどを制作する。初心者でも楽しめる。
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86

蜂谷崇絵画展
 5/3→6/6 入場無料 0246-62-2327
 蜂谷崇さんが勿来の自宅から近い場所を描いた作品と海外旅行で買った土産物を描いた作品などを展示する。5月11、12、25、26日休廊。
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

オリジナルリース・雑貨販売
 4/28→ 入場無料 11:00~ 詳しくは問い合わせを 090-2449-9658
 オリジナル品のオーダー、雑貨、衣類などのほか、テレビで話題の「生活の木」「カリス成城」の精油も取り揃えています。
 和一 nn わーん いわき市平上荒川字安草 13-6

瀧田項一作陶展
 5/17→5/26 入場無料 0246-56-0264
 会津に窯を築いて以来、60年以上。瀧田項一さんの大らかな白磁や明るくきらめく色絵の器などを紹介。11:00~19:00。水曜休廊。
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

吉永陽一写真展「緑の空鉄」
 →5/6 入場無料 0246-38-3152
 空撮鉄道写真家吉永陽一さんが「緑の風景を走る鉄道」にスポットを当て、牧歌的な鉄道風景作品を展示する。水曜休廊。
 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

常設展示・販売
 4/28→ 入場無料 0246-36-8001
 益子焼、笠間焼を中心に厳選した全国各地の陶芸産地の逸品を展示、販売する。アジアン衣料も同時販売中。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

手作り時計とガラスの器、アクセサリ展
 5/17→5/31 入場無料 0246-21-3541
 ガラス作家5人の器とアクセサリ、シーブレンの手作り時計を展示。26日休廊。17、18日、橋本幸代(シーブレン)在廊。
 陶 和楽 いわき市平字童子町1-6

かわい陶仏教室
 5/6、7、14、20 10:00~11:30 受講料 1500円(材料費、焼成代込み) 0246-23-8411
 界限オーナーの指導でお地藏様、観音様を制作する。陶芸未経験、初心者でもOK。14日は午後1時半も開講。申し込みは電話で。
 ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

金澤翔子 書の世界
 4/28→ 入場無料 個人800円、抹茶付きセット券1300円 0246-89-2766
 天与の役目を持ち書の道を歩む金澤翔子さんの作品を展示。日本茶カフェ飛翔庵では抹茶を楽しめる。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

パッチワーク水曜教室
 5/21 11:00~14:00 受講料3000円(材料費別) 0246-36-8001
 福島はんりの古布作家渡辺真理さんが指導し、古布を使い和風のタペストリーやのれんを作る教室。初心者でも楽しめる。
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86

峰丘絵画教室展
 5/8→5/12 入場無料 090-4633-9327
 峰丘絵画教室で学ぶ9人の油彩画、黄金背景テンペラ画など、約40点の自由な作品を展示する。最終日は15:30まで。
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9

多肉と器展
 4/28→ 入場無料 0246-38-9632
 多肉植物と器のコラボレーションをお楽しみください。アフリカの民芸品なども展示。陶芸教室の生徒も募集中。火曜定休。
 ギャラリー青狐齋・何必窯陶芸教室 いわき市平字中町1-1-2

チクチクお針展
 5/22→5/26 入場無料 090-4633-9327
 渡邊好子、木村幸枝2人展と題し、「パッチワークキルト作品」を展示、紹介する。2人展を開くのは初めて。
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9

光跡 吉田重信展
 5/9→5/18 入場無料 10:30~18:00 0246-23-8411
 テーマは「光跡」。いわき在住の美術家吉田重信さんの平面作品を中心に、立体作品など約20点を展示する。14日定休。
 ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

生活雑貨常設展示
 4/28→ 入場無料 0246-21-3541
 厳選した和陶器を中心に磁器、バッグ、布製品、台所用品などを展示・販売。企画展も随時開催。開廊11:00~19:00。日・月曜休廊。
 陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

漆芸展 山内泰次となかまたち
 5/25→6/10 入場無料 0246-56-9101
 山内泰次さんは会津を代表する作家で、四季草花シリーズで全国に愛好家が多い。3人の若手も参加する。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

Tシャツ・2人展
 5/10→5/18 入場無料 0246-69-2390
 陶芸家さかかわはるなさんとメキシコ・アクセサリ作家川上のぶよさんが絵付けや刺しゅうをしたTシャツを展示する。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

6代波草柳造展
 →4/29 入場無料 0246-35-0383
 6代波草柳造を襲名し30余年、柳造窯の伝統を受け継いだ波草柳の陽春の季節にふさわしい作品を展示する。10:00~18:00。
 小野美術 いわき市平字中町22-2

赤津純子・万華鏡作品展
 5/29→6/3 入場無料 0246-56-0264
 「万華鏡の中には小宇宙があるんです」と語る赤津純子さんの万華鏡作品を展示する。同画廊では初個展。11:00~19:00。水曜休廊。
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

夏の衣展—6
 5/10→5/18 入場無料 0246-29-3826
 この夏を涼しく過ごせる洋服やストール、バッグ、タペストリー、ガラスのアクセサリなどを展示する。会期中は無休。
 ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山 60-1

春のglass展
 4/29→5/6 入場無料 0246-69-2390
 ガラス作家西郷匡史、難波波子さんの春の作品展を開く。優しく涼やかな2人のガラスの器を紹介する。会期中無休。
 ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平 35-4

進・縁筆
 →5/31 入場料 個人800円 0246-89-2766
 我以外皆我師をモットーに、縁あるごとに進化する作品を展開する縁筆書家soyamaxの作品を展示。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

福野道隆彩陶展
 5/10→5/20 入場無料 0246-56-9101
 「柔らかく温かみのある作品になるように」と制作する福野道隆さんの作品を展示する。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

しな織逸品展
 5/1→5/13 入場無料 0246-35-0383
 日本の伝統的工芸品しな織の作品展。樹皮から作られた伝統の古代布が織りなす素朴で生命力あふれた逸品を展示。10:00~18:00。
 小野美術 いわき市平字中町22-2

個処から編集室では、イベント情報(展示会、コンサートなど)の掲載希望者を募集しています。新規は税込みで3000円となります。

詳しい問い合わせは、同編集室＝電話0246(23)1666＝まで。

日常生活でできる (19) のんびり ゆつたり 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。2010年から100%BODY@KITAMURAをOpen。

○ 疲れの取り方 ○

しっかり寝ていても疲れが取れない、そんな方が多いのではないのでしょうか？
疲れるのは年だから仕方ないとか、忙しくて身体が疲れているから理由でしょうか？ 私はその思いません。寝ている時にいかに身体をリラックスできるかだと私は思っています。
人は姿勢が悪いと猫背になります。猫背の方は胸が縮んで背中が丸くなります。寝た時にまっすぐになれば力が抜けてリラックスできて疲れが取れますが、姿勢の悪い方は寝た時にまっすぐになりませんので、寝ている間力が入った状態なので、疲れが取れないのです。肩・背中など身体の後ろ全体がすべてつくことによりリラックスした心地よい状態となるのです。
例えば寝た時に自分の肩をさわってみてください。肩が浮いていませんか？ もし浮いていたら、身体がリラックスできていませんよ。
ぜひ皆さんもリラックスしながら質の良い眠りを体感してください。

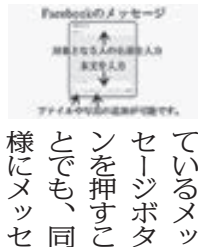
今回のポイント 年齢・性別を問わず誰でも簡単にできる、簡単な健康法の初級編その19

身体に対する効果 使っていない筋肉を動かすことにより姿勢を良くする効果に役立ちます。

シニア世代のための 役立つSNS講座 ①

今回はフェイスブックの「メッセージ」を書くのメッセージの送り方と、確認の方法を説明します。パソコン画面左上の自分の名前の下にある「メッセージ」という項目をクリックしてください。上にある追加ボタンを押すと、エクセルやワード、PDFなどのデータ、複数枚の写真を送ることが

データや複数枚の写真を送って共有できる空間を広げよう



きます。また、複数人に同時にメッセージを送ることも可能です。スマートフォンでメッセージを送る際は写真のみが送信できます。対象者にアクセスし、相手の画面に表示されているメッセージボタンを押すことで、内容を確認できます。(久野 雅子)

ひさの・まさみ いわき市四倉町出身。36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> ホームページはこちらです！ <http://hisanosystem.com/>

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

良い例	① 両手を組んで前に伸ばす。背中を伸ばす。		② 両手を後ろに組んで肩を引く。胸・肩を伸ばす。		③ 両手を組んで下に伸ばす。さらに胸・肩を伸ばす。	
	悪い例	① 背中が伸びていない。		② 方が後ろに引けていない。		③ しっかり伸びていない。



紙の★ 尼子橋の色鮮やかな橙色の欄干が目印の旅館「昌龍館」。創業100年を超える老舗は、かつては行商などでいわきに足を運ぶ人々を受け入れ、高度経済成長期も地方都市の産業振興を陰から支えた。祖母、父が紡いできた「おもてなし」の心を受け継ぎ、三代目として旅館を切り盛りする林義功代表は、市旅館・ホテル業連絡協議会長の要職も担う。震災、原発事故から続く風評は依然として根強いが、「一日も早く震災前の状況に戻すべく、より一層誘客活動に取り組みしていきたい」と意欲を示す。国の復興補助を活用して建設した新館が、4月待望のオープンを迎えた。和洋合わせて7つの客室と、中浴場を備えた木造2階建て。木のおいにお包まれた空間で、心安らぐ時間を楽しめる。「わが家に戻ってきたような気持ちになれるよう、目に見えないサービスも大切にしていきたい」と林代表。おもてなしの原点を胸に、新たな一歩を踏み出す。

不要になったパソコン買取ります。

宅配買取 ダンボールで送るだけ

パソコン専門店だから安心！

- 古く壊れたパソコンも無料引取。
- 全てデータ消去を行います。
- データ消去証明書を発行します。

パソコンをダンボールに入れて着払いで当店へ送るだけ！

不要なパソコン周辺機器も一緒に処分！

ダンボールがご用意できない場合は無料でダンボールをお送り致します！

まずはお電話下さい。

申込書や着払伝票をお届けします。

申込書記入後ダンボールで送るだけ。

当店に到着後査定し代金をお振込。

※無料でお送りできるダンボールの数は3箱までとなります。
※ブラウン管タイプのCRTモニターはお引き取りできません。その他お引き取りできない周辺機器もございましたらお問合せ下さい。
通話料無料のフリーダイヤルにお気軽にお問い合わせ下さい。(受付時間：平日午前11時～午後6時まで)

0120-29-39-49 edix パソコンサポート エディックス ホームページからも受付中 <http://www.keitaipc.jp>

〒302-0128 茨城県守谷市けやき台1-25-12-1F 古物商許可・茨城県公安委員会第401270001372号

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)

★エアオプティクス2WEEK、堅実なあゆみ
★メダリストフレッシュフィット2WEEK素材と適応性の素晴らしさ!!
★シード2WEEK、ワンデーPure、純国産の正しさ
★2WEEKオアシス、ワンデーアキュビューのうるおいを
★メダリスト2WEEK、メダリストワンデープラスでクリアな世界を
★メニコンプレミアムで新しい世界を
★オリジナルハードセットの良質、安価、長期使用レンズ

<http://www.14.plala.or.jp/horusu/>

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

新鮮な魚介類を贅沢に使用した和風創作料理
和食をメインにお刺身・煮魚・焼魚・丼物・ソバ・温野菜・天ぷら・定食など多彩なメニュー

カラオケルーム
ランドオープン



和風創作料理・ダイニング
味 KANEHON
株式会社かねほん **食へ蔵**

いわき市常盤上矢町田端 15(鹿島街道沿い)
TEL.0246-29-6161 FAX.0246-28-0754

3ヶ月から選べる 春の宿泊プラン



【1泊2食付(平日)】
おすすめプラン 9,800円(税込)
お手頃プラン8,500円(税込) 贅沢プラン12,000円(税込)
*土曜・GW(4/26・5/5)は1,000円プラス

いわき新舞子ハイム
いわき市平下高久字南谷地16-4
TEL 0246-39-3801(代)

家族そろって ボウリング



アクアマリンふくしま 向かい
いわきゴールドレーン
(0246) 54-5556

ゴールデンウィークは
家族でボウリング!

全館個室完全予約制

GW中も通常通り営業致します

●ボウリング ●ビリヤード ●アミューズメント

月~月/10~24時 金/10~27時 土/8~27時 日/8~24時

スポーツ平 TEL:0246-22-1614

いわき駅から徒歩4分。リゾートのような次世代ビジネスホテル。

客室タイプ 定員 料金(税込)

スタンダードルーム 1名	7,000円
(13㎡・セミダブルベッド) 2名	9,800円

※駐車場は有料です。15:00~翌日10:00の間で1台1,000円です。
※朝食は無料サービスとなっております。

ヒーリング・スパ(岩盤浴・黄土浴・大浴場・サウナ)あり

ランドホテルいわき
〒970-8026 いわき市平字大工町 10-6
TEL.0246-25-1117 FAX.0246-21-0066
http://www.landhotel.jp

ジャンボシュークリーム



有限会社 白土屋菓子店
いわき市好間町上好間字南田36-1
TEL.0246-36-2645
営業時間/8:30~18:00

《テラツツァ》とはイタリヤ語で「テラス」という意味です。女性シェフが作り出す、新鮮で安心・安全な野菜をたっぷり使用したお料理...心ゆくまでご堪能ください。

■ランチセット ¥1,296~
■ディナーセット ¥1,944~
※税別
●テラス席 限定セットメニュー

女子会などの各種パーティー等にご利用しております。テラス席もご用意しております。

Terrazza
(テラツツァ)

TEL/FAX 0246-29-8810
いわき市中央台高久1-13-3 中央台東小向かい(信号機角)
Lunch/11:00~14:30(O.S. 14:00)
Dinner/17:30~21:30(O.S. 21:00)

春の行楽シーズズン!

荒川ゴルフクラブ
ダンロップゴルフスクール

料金	月謝	ボール代
週1回コース	¥17,280	込
週2回コース	¥29,160	込
ジュニア料金	週1 ¥10,800 週2 ¥16,200	ボール代無料

荒川ゴルフクラブメンバー
会員新規・継続受付中

年会費 10,800円(有効期間1年)
*有効期限前の更新で1,000円フリカプレゼント

いわき市平上荒川字林作58-5 TEL(0246)28-2502
http://www.arakawa-gc.jp E-mail:info@arakawa-gc.jp
早朝営業 5:00~7:00 営業時間 9:00~23:00

家族や仲間と元気に
楽しく充実の休日を
満喫しよう!

ゴールデンウィークが
やってきました!

心地よい陽気に連休が加われば、気分は最高!
さあ、皆さんはどこへ行きますか? 何をしますか? 『個処から』おすすめの、いわき市内・県内外のレジャー&カルチャースポット、美味どころなどなど、一挙に紹介します。

天川のせせらぎを聞いて、75レイトタイム

コーヒー・紅茶・ケーキ...

定休日/毎週水曜日
営業時間/10:00~19:00(OS 18:30)
Tel./0246-89-2292(キオスク付)

遠野町入道野字天王 1

300yオーバーの練習場
ゴルフスクール生徒募集中



— 営業時間 —
月~金曜日 8:30~21:30
土曜日 7:30~21:30
日・祝日 7:30~20:30

すだらんゴルフセンター
いわき市東田町葛瀬1 電話(63)6435

いわき湯本ICから一番近いゴルフ場

「ハイアンスに泊まってゴルフ」
¥13,300~ セルフ1.0R
1泊朝食付き、ハイアンス入場券付き(2日間有効)

「5くらりリゾートカップ」
好評開催中!
(参加費無し、表彰式無し)

スパリゾートハイアンス・オフィシャルコース
クレストヒルズゴルフ倶楽部
いわき市遠辺町上釜戸字橋の上216 予約専用電話 **56-0113**
TEL 56-0111 FAX 56-5839

自然を生かし、松林に囲まれた丘陵コース

ゴールデンウィークプレー料金
期間:4/26~5/6]

平日 5,800円(食事付き)
土日祝 9,200円(食事付き)

5月・6月のオープンコンペ

★ハピネス60&などで
5月7日(水) 5月21日(水)
6月4日(水) 6月18日(水)

★ココ・コーラオープンコンペ(ハーフ)
6月15日(日)

湯本スプリングス カントリークラブ いわき市遠野町滝字山ノ神 24-5
TEL 0246(89)2421
http://www.yumotospcc.jp

上質な思い出のステージに。

三層吹き抜けの開放的な空間では悠々と鯉が泳ぎ、癒しと寛ぎの時間が流れます。
お風呂は、美しい日本庭園に6つの露天風呂と広々とした内湯、サウナも完備しごゆっくりお過ごしいただけます。室内温水プールもあり、お子様から大人の方まで楽しめます。
またホテル自慢のバイキングレストランでは、7/18まで新・和lasteバイキング&ずわい蟹食べ放題プランを開催中。ご家族そろってお越しください。
また気軽に利用できる日帰り入浴プランもご用意しております。

宿泊料 1泊2食 平日1室5名以上 9,950円~(GW期間の料金はお問い合わせ下さい)
日帰り 入浴料1,330円 利用時間10:00~15:00

仙台・秋保温泉 〒982-0241
瑞鳳 仙台市太白区秋保町湯元字除26-1
TEL 022-397-1111

磊々峡の四季を愛でる宿

四季折々の美しさを愛でながら、ゆっくりと湯の癒しを満喫できます。
さらに3月から「お食事処だまり」がOPEN。
職人が目の前で握る寿司コーナーや新鮮なお刺身、炭火焼コーナーには仙台名物牛たんをご用意。またお子様に人気のチョコレートフォンテンなど目にも鮮やかな料理の数々をご用意してお待ちしております。
広くて明るく秋保の紅葉をイメージした、新しい和風ダイニングでお楽しみください。

宿泊料 1泊2食 平日1室5名以上 7,500円~(GW期間の料金はお問い合わせ下さい)

仙台・秋保温泉 〒982-0241
秋保グランドホテル 仙台市太白区秋保町湯元字枇杷原1-2-2
TEL 022-397-3131

自然豊かないわきの「花の名所」

高野花見山では河津桜、藤、牡丹、芍薬、ラベンダー、アジサイ、芝桜、ニッコウキスゲ、そのほか、200種を超える草花が四季を通じて楽しめます。
また、のんびりと花を愛でることが高野花見山のコンセプトのひとつです。園内各所に東屋や大きな花見台があり、ゆっくりと花を眺めることができます。
高野花見山にいらっしやいましたら、思い切ったのんびり、ゆっくりお過ごしください。

営業のご案内

営業時間 4~7月・9月 AM9:00~PM5:00
10月・11月・3月 AM9:00~PM4:00
休園日 不定休(悪天候の日と8月・12~2月は休園)
入園料 年間券 1,500円(発行日から1年間有効) 一日券

	一般(団体20名様以上)	大人(中学生以上)	小童(小学生)
入園料	300円	200円	100円

自然の中で草花と親しむスペース
高野花見山
いわき市南郷高野町広敷1 ☎0246-27-2537
http://www13.plala.or.jp/kohya-hanamiyama/khanami/teabreak.jp

ハッ坂ゴルフセンター 営業のご案内(年中無休)

■営業時間 [平 日] 午前8時~午後10時 [土日祝] 午前7時30分~午後10時

■料金 入場料(座席使用料)300円 会員(ボール50個)300円 一般(ボール50個)貸クラブ200円

★キッズコース [平 日] 午前9時までの受付
入場料(座席指定料)300円 1籠(200個)会員800円→600円 一般1,000円→800円

★初級/中級コース [平 日] 午前8時~午後8時30分 [土日祝] 午前7時30分~午後8時30分
入場料(座席使用料)300円 会員800円 一般1,000円

★インターサービス [毎 日] 午後8時30分~午後10時
入場料(座席使用料)無料 会員(ボール50個)300円 一般(ボール50個)400円

株式会社 **ハッ坂ゴルフセンター** フレキシブルなシティホテル
いわき市平南白土字ハッ坂121 ☎22-3719 **Hotel Soleil**
ホテルソレイユ
いわき市平南1丁目2 ☎22-9555

ゾウライド オープン!! **動物たちに大接近!**
ふれあう感動

東北道二本松ICより車で15分
野生の王国 東北サファリパーク 二本松市塩沢温泉 一年中無休
http://tohoku-safaripark.co.jp/

☎0243-24-2336
動物取組推進員 ●氏名 株式会社 東北サファリパーク ●事業所の住所 福島県二本松市塩沢温泉1丁目 ●動物取組の種別 展示
●登録番号 福島県24-4-2(登録)第7号 ●登録年月日 平成19年5月30日 ●登録有効期間の末日 平成23年5月29日 ●動物取組責任者 杉川直幸

何をしよう

美味しいおそばを
ゆったりとおそそばを

お食事処 なごみハウス
素人手打ちそば

本格的な手づくり「素人手打ちそば」を
三和町にある **なごみハウス** で、味わってみませんか。
そして、ゆったりした時の流れの中、スローフードにかえてみてはいかがでしょう。

福島県緊急雇用創出事業「6次産業化による三和地域コミュニティ活性化モデル事業」を受託しております。

NPO法人 シニア人財倶楽部 〒970-8026 いわき市平字童子町2-10
TEL:0246-88-6501 FAX:0246-88-6502

❖ 家族で動物園(常磐・22歳) ❖ 息子たちと映画観賞(小名浜・28歳)
❖ 孫の初節句のお祝い(植田・63歳) ❖ 庭の手入れ(内郷・56歳) ❖ 登山(四倉・35歳)
❖ 家でのんびり(平・71歳) ❖ 田植え(四倉・42歳) ❖ 家族旅行(勿来・49歳)

読者のゴールデンウィークの過ごし方ピックアップ

素人手打ちそば

●手打ちそば(温かいもの/冷たいもの)
●天ぷら手打ちそば(温かいもの/冷たいもの)

定食もご用意しておりますので、お気軽にお越しください。

スローフード定食A 田舎料理とお肉料理
スローフード定食B 田舎料理とおまかせ料理

募集 そば打ちをやってみませんか。 月2回程度、そば打ち教室を実施します。
野菜つくりをやってみませんか。 土地(休耕地)を提供します。
※そば打ち・野菜つくりに興味のある方はご連絡下さい(応募者多数の場合は抽選)。

なごみハウス
〒970-1261 いわき市三和町渡戸字宿60-1
TEL:0246-87-2255
【営業時間】11時~15時 【定休日】毎週月曜・金曜日

三和町にある **なごみハウス** で、味わってみませんか。
そして、ゆったりした時の流れの中、スローフードにかえてみてはいかがでしょう。

福島県緊急雇用創出事業「6次産業化による三和地域コミュニティ活性化モデル事業」を受託しております。

NPO法人 シニア人財倶楽部 〒970-8026 いわき市平字童子町2-10
TEL:0246-88-6501 FAX:0246-88-6502

❖ 家族で動物園(常磐・22歳) ❖ 息子たちと映画観賞(小名浜・28歳)
❖ 孫の初節句のお祝い(植田・63歳) ❖ 庭の手入れ(内郷・56歳) ❖ 登山(四倉・35歳)
❖ 家でのんびり(平・71歳) ❖ 田植え(四倉・42歳) ❖ 家族旅行(勿来・49歳)

読者のゴールデンウィークの過ごし方ピックアップ



拾六滝桜

桜

わが家から真正面に見える畑に、滝桜が植えてある。母と家内と3人で三春の滝桜を見に行った時に、苗木を買って植えたものだ。普通、大きくなる植木は土手に植えるものだが、家内は畑の真ん中に植えてしまった。大きくなって花が咲いたら、近くの保育所の子どもたちを花見に招待するという。その時に平らな土地でない都合が悪いというのが理由だ。でも、いざ花が咲いてみると原発事故の放射能騒ぎである。とても花見どころではなかった。

考えてみると、三春の滝桜は1000年もたった桜。果たして家内は、生存中に同じ姿をこの木に見ることができると思ったのだろうか。

墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一 (植田町在住)

ひばり随想 17 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)

沖縄県那覇市小禄(おもしろ)という町に「がじやんびら公園」(蚊の坂)の意)があります。平成の初めころはタクシートの運転手も知らないくらい目立たない公園でした。戦争中に特攻機のための気象観測をしていた気象台と避難防空壕を兼ねた横穴の上にできた公園です。そこに美空ひばりの歌碑「花風(はなふう)の港」があります。昭和48年に、ひばりの

地元民謡の雰囲気漂う「花風の港」

ために全国各地の民謡を取り入れた12曲が、1人「歌は我が命」シリーズの作詞者によって創作されました。「花風の港」は、そのうちの1曲で、昭和57年、那覇市で沖本領土で過酷な地上戦の復讐10周年記念美空ひばりファミリークラブ主催の美空ひばりのファンクラブ。ひばりの写真を胸に沖縄を訪ねた筆者夫妻(右写真)と「花風の港」の歌碑の前で、筆者

沖繩に立つ歌碑



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。

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

いわき民報社 個処から・Junction編集室

©いわき民報社 2014

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

ライフスタイル応援紙 セカンドライフの応援紙
Junction 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

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

ORIGINAL TASTE
●定休日/水曜日
fashion house
シユール
いわき市平六町目5-20
PHONE25-6608
●駐車場完備(店舗裏側)

●●●●● 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
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
内科・循環器科・呼吸器科・消化器科
在宅訪問診療応じます
医療法人 酒井 医院
【診療時間】平日/AM9:00~PM6:00 金曜日/AM9:00~PM7:00
【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】 さかいケアプラン ☎0246-22-5055 (順不同)

5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 May, listing dates (e.g., 5月3日, 5月4日) and corresponding clinics and phone numbers.



プレゼントは「ちらり」

正解者の中から10人に、小野園次郎商店(平中平窪・21-2111)で提供の「い



突入しました。ゴールデンウィーク。皆さん、どうお過ごしですか? 今回もクロスワードパズルをお楽しみください。二重ま

Grid for the crossword puzzle, with numbers indicating starting positions for words.

【横のかぎ】

- List of clues for the crossword puzzle, including '1 苦勞話は「○○○」(2文字)', '2 娘の夫(2文字)', etc.

前回の正解

Grid showing the correct answers for the previous crossword puzzle, with words like 'まどみちおくら' and 'とりのきうつみ'.

- List of correct answers for the previous puzzle, such as '18 漢詩や和歌を独特の節回しで吟じる日本の伝統芸能(3文字)', '19 クロコダイルやアリゲーターの総称(2文字)', etc.

読者プレゼント

お月4月号の答えは「らんせる」でした。正解者の中から3人に、MINIPURAに、MINIPURAに、いわきラトブ店様で提供の「お菓子3点詰め合わせ」(3000円相当)をプレゼントします。当選者には、お知らせがきを郵送します。いわき民報社本窓口までご持参ください。賞品と引き換えます。

Table of pediatric general practitioners (小児科当番医) for May, listing dates and clinic names.

Table of specialized ophthalmology (眼科当番医) and urology (泌尿器科当番医) services for May, listing dates and clinic names.

いわゆる床暖房とは暖ちがいです。

真冬の冷たい廊下に陽だまりの暖かさが欲しい。真夏の昼間、帰宅時の室内に木陰の涼しさが欲しい。そんな願いをOMソーラーの家は叶えます。太陽の光と熱と空気を上手に利用し使用エネルギーを自給自足する家



完成住宅見学会 5/3(土)4日5月6(火)
●見学会場/いわき市四倉町上仁井田地内
●見学時間/AM9:00~PM5:00

【建築条件付き宅地】四倉町上仁井田宅地販売
1区画497.92㎡(150.62坪)
販売価格1,500万円 3.3㎡(坪)10万円



ミツキホームは、地球環境を考えた家づくりを進めています。●近くの山の木を利用して、山の自然の循環的な活用。●古民家の再生(リサイクル)。●土に環る建材の使用、森林保護や地球温暖化の防止(CO2の削減)など、健全な地球環境をめざしています。