

「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。

2015 師走 第107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

表紙 勿来町閑田
町家カフェ「太郎茶屋 鎌倉」いわき勿来店=記事2面



特集・鹿島街道は楽しい=4・5面

手作り甘味と和の空間で
「癒やし」のひとときを

相馬の自慢、世界一のフシカリと二年連続農林水産大臣賞受賞の醤油を堪能!
前日までのご予約で、本格的和膳・会席弁当・会席料理・会費研習会などを承っております。
“旬の食材と器と技”をお楽しみ下さい。詳細はHPをご覧ください。[別添やました]

333の駅
12月17日(木) 昼1:30開演
第80回バラエティショー
橋本妙子(ソプラノ)コンサート

郡山市生まれ。幼少の頃から音楽が好きでピアノを学び、並行してオペラに目覚める。中学時代に声楽を学び、郡山女子短期大学音楽科卒業。
20年のブランクを乗り越え7年前からボイストレーニングを再開し、毎年夏にドイツで「イタリアバルカント発声法」を学んでいる。
「歌は私の使命」を心に刻み「心の音楽」を追求し、演奏会やボランティア活動に取り組んでいる。

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。

■サービス付き高齢者向け住宅「御宿らくや」「御宿ぶどうや」 ■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(ディサービス) ■小規模多機能
■配食サービス

御宿 サービス付き高齢者向け住宅
入居者募集&ぶどうや デイサービスオープン

こんな方におすすめです。一度私たちにご相談ください!
いわきに密着して15年。有料老人ホーム1棟、サービス付き高齢者向け住宅1棟、訪問介護、通所介護2拠点、小規模多機能型居宅介護、配食サービス、整骨院を運営する総合介護事業者です!

1つでも
✓があったら
ご相談ください。

看護師・リハスタッフ
充実した健康管理

安心見守り!
冷暖房完備!ナースコール設置!!

1日3食!健康に
配慮したおいしい食事!!

要支援1~要介護5まで
受け入れ対応!!

疲れを癒やす炭酸泉で
まるで温泉のような浴室!!

果樹園も併設の広大な
庭で四季折々の催事!!

近隣にあるこころの駅の
サービスも利用可能

初期費用 **30万円** 月々**78,500円** 家賃50,000円、管理費18,500円、状況把握生活相談費10,000円
※1食あたり580円(30日3食の場合、計52,200円)の食費がかかります。

施設見学・個別相談をご希望の方は、お気軽にご連絡ください!
TEL 0246-54-5000
株式会社 こころの駅 福島県いわき市小名浜字中原16-1
http://kokoronoeki.jp/ 採用担当 よこやま

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

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!!

手まき・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 いわき市内郷町金谷8の4
TEL26-3215 日曜・第3土曜日定休

量一筋150年の実績! (有)中村置店
1枚~可 家具移動も任せ 即日納品OK (見積無料) フリーダイヤル **0120-25-2949**

薄着、防虫量 国産イグサ表 量べり種類豊富 現物見本持参 いたします

好評です!!
日替り弁当 **550円(税込)**
配達もいたします

オールドブルおせち
ご予約承り中
5,400円(税込)

〒973-8411 いわき市小島町二丁目16-5
☎26-2566 10:30~18:30 日曜・祭日

あなたかな
ぬくもりの
森ガール。
素敵なデザイン、
入りました。

おしゃれなふだん着の店
メルヘン屋

ベスト 3,182円-2,390円
ワンピース 3,182円-2,470円
レザンズ 1,882円-990円
ストール 990円
パップ 3,900円-3,270円

ヨークタウン大原(小名浜) ☎0246-92-1688
ヨークヘムビル海本南店(常盤) ☎0246-43-6685
princessメルヘン屋(小名浜) ☎0246-92-5383

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]
※火災、交通事故、骨折、脱臼、打撲、捻挫、スポーツ外傷など

リラクゼーション
全身体ラックス、クイックコース(10分単位)、足つぼ、足オイル、全身オイル

鍼灸
神経痛・腰/膝痛、五十肩・ストレッチ、慢性疾患、疲労回復などご悩みの方

〒970-8026 いわき市平字中町20-1

診療受付時間
□平日/9:00-18:30 □土曜/9:00-12:30
□休診日/日曜・祝日

急患随時 TEL 0246-25-7010

慶事・弔事のご予約承っております。
旬の食材と器と技を楽しむ料理です。

お献立
前菜 ちりめん山椒
栗里芋豆腐
もすく干し魚
百合根ぶどう豆
鮎煮漬し
枝豆響三葉
鯛南明寺子麩
松子味噌
ごまや豆腐
柳かきい
ししとう
かぼす
世界一のフシカリ

相馬の自慢、世界一のフシカリと二年連続農林水産大臣賞受賞の醤油を堪能!
前日までのご予約で、本格的和膳・会席弁当・会席料理・会費研習会などを承っております。
“旬の食材と器と技”をお楽しみ下さい。詳細はHPをご覧ください。[別添やました]

薬局・薬剤師を活用した健康情報拠点推進事業
健康の心配・不安は
かかりつけ薬局で
ご相談

お子様の健康について
生活習慣病予防のアドバイス
介護や高齢者の健康・残業の整理について
薬局では
血糖自己測定を実施しています。
ご希望の方はお気軽にお声がけください。
実施薬局は、福島県薬剤師会のホームページをご覧ください。

お問い合わせ先 一般社団法人 福島県薬剤師会 TEL.024-549-2198

パティシエが作る
本格派! Merry Christmas
Xmas cake
飼い主様も一緒に食べられる
クリスマスケーキです。

12月15日までにご予約頂けると
4号(12cm) ¥3,000(税別)
→ **¥2,700(税別)**

先着20名様限定
ワンちゃん用TOY
プレゼント

ケーキのお渡しは12/23~12/25となります。

うちの可愛いわさぎとプロのカメラマンに
撮ってもらいたい! **撮影会**
アンナ・ファクトリー

今回のテーマは
クリスマス いちごの妖精
開催日: 12月6日(日)

◎参加費 **¥3,500(税込)** [2写真フレーム付、レンタル衣装1着付き]
人気のテーマです。お早目のご予約を!!

DOG WEAR SPECIALTY STORE
B.B WANS
いわき市鹿島町走熊字西反町17-1 TEL0246-29-0100 OPEN 10:00~19:00

優しさは、私達のプライドです。多様な施設で、皆様をお待ちしております。

こころの駅 御宿らくや 保険診療整骨院 清泉 御宿ぶどうや

「グランドコンフォートステージこころの駅」では、居宅介護支援、訪問介護、通所介護、小規模多機能型居宅介護、配食サービス、住居型有料老人ホーム、管理棟と、多機能型老人施設を同じ敷地内に配置しています。

全室個室でゆったり広々の住空間で24時間専門のスタッフが常勤しています。居室にはナースコールを完備し、24時間の安心体制を目指しています。また、1階にはデイサービスを併設しております。

治療一筋25年のベテランの院長が施術を行います。高齢者施設併設の整骨院として施設や地域の高齢者様へ向けてはもちろんのこと、地域の皆様に支えられてきたという思いを胸に、老若男女問わず、お待ちしております。

2014年10月にオープンした新施設、サービス付き高齢者向け住宅「御宿ぶどうや」は、介護サービスを提供できる高齢者向けの施設です。広々とした共有スペースや、公園のような大きな庭が心地よい生活を提供します。

一緒に働く仲間募集!!

泉駅より10分ほどの区間に4施設があり、とても便利な立地となっております。こころの駅、御宿らくや、御宿ぶどうや、整骨院は全て徒歩5分以内に行ける距離にあり、目的別のデイサービスを選ぶことができ、ケアプランを立てて頂き、どの施設に入所していても無理なく利用できます。

こころの駅では、一緒に成長していける新しい仲間を募集しております。介護に関しての経験がない方も安心して仕事ができるよう、研修や教育を充実させています。私達と一緒に、成長しませんか? お気軽にお問い合わせください。

月に一度、外部講師による様々な研修を受けています。職員同士のミーティングも頻りに行われるため、不安が解消されやすいです。扱扱は大事な習慣です。爽やかな朝には全員で挨拶の練習をします。毎月、誕生月のスタッフをお祝いするアットホームな社風です。

採用をご希望の方は、お気軽にご連絡ください!
TEL 0246-54-5000 http://kokoronoeki.jp/



野口孝寛・木田聡子 作陶展

12/5→12/23 入場無料 0246-62-4188

いわき市内に何必齋を構える陶芸家野口孝寛さんと木田聡子さんの2人展。普段遣いの器の新作を展示。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38回美術サークル3B展

11/27→11/30 入場無料 9:00(初日13:00)~17:00 問い合わせ(事務局長 大塚浩司) 0246-31-0023

植田公民館を拠点に活動する美術サークル3B会の会員23人の油彩、水彩、パステル画など約60点を展示。最終日は16:00まで。

植田公民館講堂 いわき市植田町南町1丁目2-2



常設展示・販売

11/23→ 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



大内重子 絵画展

12/5→1/9 入場無料 0246-62-2327

日常生活で心に留め置きしたいもの、はっと心を奪われてしまうものを題材として描きました。12月13、14日、1月1、2日休店。

画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



ヤスタアキノリ写真展

11/27→12/15 入場無料 0246-38-3152

「掌」を「てのひら」と読むか「たなごころ」と読むか。後者を選び撮りためた「ごころ」の入ったヤスタアキノリさんの写真展。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



第3回文字絵展

12/6→12/23 入場無料 0246-56-9101

絵と書を合体した、江戸の看板に見る(合字)などに留まらない新しい表現を展示する。木曜休廊。

アートスペース泉 いわき市泉町2-12-7



小坂橋恵 裂織作品展

11/28→12/7 入場無料 0246-56-0264

古布を裂き一筋の糸のようにして織り上げた小坂橋恵さんの豊かな風合いの裂織布を展示。11:00~19:00。水曜日定休。

ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



オリジナルリース・雑貨販売

11/23→ 入場無料 不定休 詳しくは問い合わせを 090-2449-9658

リースなどのアレンジ品の注文、雑貨、アロマ・ハーブ、和物の衣類も人気。クリスマス商品もあります。開店は11:00(変更有)。

和一 nn わーん いわき市平上荒川字安草13-6



かいわい陶仏教室

12/8、9、10 受講料 各回1800円(材料費、焼成代込み) 0246-23-8411 10:00~11:45

お地蔵、観音様、来年の干支サルを制作。好きな日を選び受講できる。未経験者もOK。9日は13:30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



長谷川正治・松浦唱子 陶展

11/28→12/6 入場無料 0246-29-3826

ほっこりと楽しい食卓。長谷川正治さんの普段遣いの器、松浦唱子さんの土鍋など耐熱の器を展示する。会期中無休。

ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山60-1



金澤翔子 書の世界

11/23→ 入場料 個人800円、抹茶付きセット券1300円 0246-89-2766

天と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む。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



備前の器をつくる

12/11 受講料 4,000円(材料費込み) 定員 8人(予約制) 0246-38-9632 10:00~12:00

湯のみや皿など、思い思いに作った器を薪窯で焼き上げます。自由に作りたい器作りに挑戦する陶芸教室です。

ギャラリー青狐齋・何必齋陶芸教室 いわき市平字中町 1-1-2



真砂三千代 衣展

11/28→12/12 入場無料 0246-21-3541

真砂三千代さんのウールガーゼなどの自然素材の衣服を展示。28、29日はブラックフォーマルオーダー会を開く。12月7日休廊。

陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6



常設展

11/23→ 入場無料 0246-38-9632

味わいある普段遣いの器とアジア、アフリカの民芸品を展示販売している。陶芸教室の生徒も募集中。火曜定休。

ギャラリー青狐齋・何必齋陶芸教室 いわき市平字中町 1-1-2



佐藤建夫 漆芸展

12/12→12/21 入場無料 0246-56-0264

宮崎県鳴子の漆芸家佐藤建夫さんの漆の器と漆絵の新作を展示する。11:00~19:00。水曜日定休。

ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



木村展之 作陶展

→11/29 入場無料 0246-56-9101

天然の木灰を使い、京都らしい青瓷(せいじ)を意識し追求する木村展之さんの作品を展示する。木曜休廊。

アートスペース泉 いわき市泉町2-12-7



生活雑貨常設展示

11/23→ 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。11:00~19:00。

陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6



私のお気に入り展

12/12→12/23 入場無料 0246-29-3826

いわきのほか、全国から作家が一堂に集まり、絵、陶、木、紙、布、金属、ガラスの日常を彩る作品を展示。会期中無休。

ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山60-1



気になる衣とバッグ展

→11/29 入場無料 0246-62-4188

いわき市瀬戸町在住の裂織作家園部四万代さんの衣やバッグなど、裂き織り作品を展示する。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



来年の干支三猿をつくる

11/24→ 0246-23-5658 9:30~

来年の干支にちなみ三猿を古布で作る。初心者も歓迎です。材料費・受講料は5800円。受講申し込みは11月24日から。

布あそび工房 いわき市平字愛谷町4-4-8



和風パッチワーク教室

12/16 12:00~15:00 受講料3,000円 090-9039-0065

自宅に眠っている布地を利用してタペストリーを作りませんか? コースター作りの無料体験もあります。

市労働福祉会館 いわき市平字堂ノ前22



峰丘展

→12/1 入場無料 0246-23-8411

黄金画家峰丘さんのヨーロッパや東南アジアの光や風をみた新境地の風景の作品などを紹介する。10:30~18:00。水曜日定休。

ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

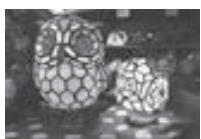


ミニサイズの着物作り

11/24→ 0246-23-5658 9:30~

ミニサイズ着物を作りませんか? 材料は持ち込み可。受講料・材料費は問い合わせる。申し込みは11月24日から。

布あそび工房 いわき市平字愛谷町4-4-8



スタンドグラスライト展

→12/24 10:00~19:00 木曜定休 0246-92-5383

アンティーク調のスタンドグラスライトを展示販売。温かな灯りが色とりどりの模様を浮かび上がらせ、落ち着いた雰囲気演出。

princessメルヘン屋 いわき市小浜浜愛宕町16-35(カーラ内向)



桃青会絵画展

→12/4 入場無料 0246-62-2327

油絵に魅せられ深く心に感動したものを自由に楽しみながら絵を描いている同会の作品展。11月28、29日休店。

画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



松尾真由美展

11/25→11/29 0246-69-2390

写真と刺しゅうで表現した作品を展示する。11:00~18:00(28、29日は17:00まで)。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



IWAKI ART 集団楽市楽座展

12/12→12/25 入場無料 0246-23-8411

いわきアート集団の絵画、彫刻、版画、書、写真、陶芸、織染布、ガラス、クラフト作品を展示。10:30~18:00。水曜日定休。

ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1



キリム・ギャッペ&亜細亜の布

12/5→12/13 入場無料 0246-69-2390

キリム・ギャッペ、アジアの布のほか、佐野千代子さんのピース作品を展示する。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



黒木国昭展

11/26→12/7 入場無料 0246-35-0383

西洋の美と和の融合。国の「現代の名工」でもあるガラス工芸作家黒木国昭さんの古希記念展。10:00~18:00(最終17:00)。

小野美術 いわき市平字中町22-2

町家カフェ「太郎茶屋 鎌倉」は兵庫県姫路市に総本店を構える手作り甘味と和の空間がテーマのカフェだ。全国に店舗を置き、いわき市でも昨年10月に勿来店、今年10月に好間店がオープン。町屋風の情緒あふれる癒やしの空間では、昔懐かしい甘味のみならず、パンケーキなどのスイーツ、オムライスやカレー、ロコモコといった食事も楽しめる。看板メニューが「鎌倉わらびもち」。本わらび粉を使い、毎日職人が手作りで練り上げる極上の逸品は、独特のモチモチとした食感と、深煎(い)りきな粉のほと長い甘さが絶妙で、お土産や贈答用としても人気が高い。また、温かみのあるオリジナルの陶器で食事を提供している。北大路魯山人が「器は料理の衣装」と評したように、器にも妥協のないこだわりを持ち、味を引き出している。営業時間は両店とも10時半~21時。好評のデザート付きランチは、オープンから14時まで楽しめる。



結果を出す運動法

体軸を意識して使える無駄のない動き



【講師】佐々木喜栄子 ホップステップ健康体操協会代表 (公財)日本体育協会スポーツプログラマー
エアロピクス・ピラティス・健康体操・介護予防体操等のインストラクター歴30年超。対象者は赤ちゃんから一般成人・高齢者・妊婦さんまで幅広い。グループ指導・個人指導 ホームページは<http://aero-fukushima.hop.daisuki.cc/> Facebook有

スパイン(背骨)ツイスト

スパインとは背骨のことです。ツイストはひねりですから直訳すると「背骨をひねる」という動きになります。ただし、このひねりは背骨の可動域を拡げる意味で捉えま

この動きの「効果・目的」は私たちの身体は大きな大黒柱である背骨をシャンと立たせて、そして緩めるといふところにあります。

注意：猫背気味の方は、まず背筋をなるべく伸ばすところから始めて徐々に背骨周辺をほぐすようにしてから今回

の可動範囲内でのひねりとなります。

ですから1人ひとり違って当たり前です。特に背中が丸くなって猫背気味の人などにとっては「動きにくい」と感じる形です。無理をしてひねるのではなく背骨を「緩める」感覚で動いてみましょう。

◆動きの例16

①両ひざを曲げて足裏は床に着け体座りをする(写真1)ハムストリング(もも裏の筋肉)の力は抜く。背筋は伸ばし背の高い状態または、ニュートラル(骨盤を立たせた状態)に入ることをお勧めします。

②腕は肩の力を抜いてリラックス。コサックダンスのように腕を組み指先はひじの方向へ向ける。

③身体の軸を中心にひねる。ひねる時に息を吐き、戻す時に吸う。滑らかな動作を心がける。(写真2)

注意：腰をひねるのではなく、中背部及び上背部のみに動作することが大事です。へその位置が正面のままひねれる範囲です。



ピラティスシリーズ 15

☆今回のポイント⇒ この動きはあくまでも骨盤安定で軸のひねりです。軸が回転したから腕も一緒についてきた！という感じ。ひじ、肩、腕自体は背骨が回転した分だけ同時に動くわけ。足は正座、あぐら座、開脚とバリエーションはありますが、目的や方法のポイントはすべて共通です(参考写真5・6)自分がやり易い形で動く。またはいろいろな形で動いてみましょう。

ピラティスって何?

ドイツのジョゼフ・ピラティスさんが考案したエクササイズメソッドで、そのままエクササイズの名前になっています。時代はさかのぼること第一次世界大戦。負傷して歩けない兵隊さんの筋力、体力が落ちないように当時看護師だったピラティスさんによって研究開発され現代まで継承されて来ました。ベッド上で①仰向け②うつ伏せ③横向き④四つんばい⑤座位の5つの基本姿勢で構成されています(マットピラティス)



(写真1)



(写真2) 骨盤安定



(写真3) 軸の回転というよりも腕が先行し、首も前傾している



(写真4) 腕が先行になり、あごも上がっている



(写真5) 脚のバリエーション



(写真6) 脚のバリエーション

シニア世代のための 役立つSNS講座 ③

ツイッターに先月、設定方法は、投稿画面新たに「投票機能」がの下部に新たに表示追加されました。自ら「円」を入力した任意の質問に「ラフ」と投

2つの回答を設け、い票のボタ

ずれかに投稿してもらをクリッ

うことができます。投クすると、

稿から投票できるまで 質問と回答

24時間という期限が自を入力でき

動設定されます。投ます。スマ

票には誰でも参加でートフォン

き、どちらの回答をのの場合、

んだかは公開されませ AndroidとIOSの公式

ん。パソコンの場合の ツイッターアプリでそ

質問への回答を求める投票機能 多くの意見を参考にしてみよう



それぞれ使うことができ ます。今まで意見を募 集する際は、ハッシュ タグを使ったり、「A はツイート、Bはお 気に入り」に追加とい った具合に、既存の機 能を工夫してました が、新たな 機能がよっ て利便性が 向上しまし た。多くの 意見を参考するなど、 新たなコミュニケーション ツールとして活用 してみませんか。

(久野 雅己)

ひさの・まさみ いわき市四倉町出身。36歳。株式会社ソーシャルスピーカー代表取締役。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/>



ピラティスのターゲット インナーマッスルの部位。このほか、内腹斜筋・腸腰筋なども対象になります



食処 くさの根

場 所 四倉町字東2丁目167-1
日 時 年中無休(元旦のみ休業)
7:00~22:00(オーダーストップは21:00)
連絡先 0246-32-6460



郷土の食の恵みを大切に

国産の産物に沿って直売 い」と言ってもらえる所と食堂を営む。たくさんの方が食を通じ、代表の新谷尚美さんへて集い、郷土の食の恵みを享受できる場所。創業は平成11年。物産館、道の駅で食堂を「いわきのものはつま 産館、道の駅で食堂を

主な商品

直売所は野菜、干物、鮮魚、加工品をはじめ、自家製商品も多数販売。食堂は7時~11時まで朝食メニューを提供。

営んでいたが、大震災で店舗は全壊した。営業再開を目指して取り組んだのが移動販売。同23年10月から現店舗で再出発したが、顧客の元へ車を走らせた経験から、これまで以上に対話を大切に豊かな味を届けている。

サンマのポーポー揚げ、ゆずやじゅつねんのドレッシングなど自家製商品の開発にも力を注ぐ。食堂は2階だが、1階にも食事スペースを設置。トイレもバリアフリー化し、誰もが安心して利用できる環境を整える。

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**

●施設入所 ●通所リハビリテーション
●ショートステイ ●訪問リハビリテーション
等のサービスを承っております

看・介護職員 募集中

介護老人保健施設 **サンライフゆもと**

☎0246-43-6116 FAX43-6118
〒972-8326 いわき市常磐藤原町大畑13-1

サンライフゆもと 検索

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
【駐車場完備】 ☎0246-23-1055

さかいケアプラン ☎0246-22-5055



(順不同)

遠ざかりし日々を描いて 戦後70年

加藤 秀雄 (洋画家・植田町在住)



11 チューインガムとの出会い

終戦から日がたつにつれて、アメリカ兵は、子どもたちに親近感を持たせようと、チューインガムを手渡そうとしたが、子どもたちは警戒してもらおうとしない。それで、近くにガムをまいて帰っていったものだった。

かとう・ひでお 昭和8年8月、小名浜生まれ。多摩美術大絵画科卒業。20代で帰郷し定年退職まで市内で中学校教諭を務めながら、制作活動を続け現在に至る。本欄のイラストは、平成27年が終戦から70年にあたるのを前に、26年8月から描き始めた。82歳。

参拾五孫



コスモス

先日、大阪にいる息子夫婦が、97歳になる祖母に合わせるために、孫娘の「花乃穂」を連れて帰省した。まだ2歳に届かないため、長旅に疲れないうと、わざわざ飛行機で来たという。その「花乃穂」だが、もう保育所で英語を習っているという。ついでに観光した桧原湖のレストランで、席札の「5番・7番」を見て「ファイブ」「セブン」。その発音の正確なこと。思わず家内に「怪しい英語は使うな」と忠告してしまった。

保育所の経営者はアメリカ人で、躰(しつけ)も厳しいようだ。花乃穂は1時間も2時間もいすに座っていても飽きずに、先生の質問には、手を挙げてみんなの前に出て答えるとか。帰りの飛行機の搭乗を待っておしゃべりしていた息子に、足をそろえて並ぶように注意した孫の姿を見て、絶句。脱帽でした。

墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一 (植田町在住)

- ★2Wオアシス かわきにつよいUVカット
- ★バイオトゥルーワンデイ 夕方までうるおいキープ
- ★エアオプティクスEX うるおいキープ1か月タイプ
- ★アイコフレ 3色そろったサークルレンズ
- ★メニコンプレミオ 高酸素透過性レンズ
- ★オリジナルハードセット 長期使用、UVカットレンズ

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 TEL.0246-22-3691
木・日曜・祝日は定休日です。 ・分割払いOK

おしゃれな洋服たちと
やさしいうつわが
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)

お売り下さい! 今が絶好のチャンス!! 金・プラチナのことは貴金属専門店 創業44年 安心取引の当店にお任せ下さい。

査定無料 ※買取の際には、身分証明書(運転免許証・保険証・パスポートなど)をご持参下さい。

金・プラチナ 高価買取 株式会社 **コクセイ宝石**
ダイヤモンド

宝石・貴金属・時計・総合ギフト

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

平成27年度 いわき民報ふるさと出版文化賞作品募集

いわき民報社は平成18年、創刊60周年を記念し、「いわき民報ふるさと出版文化賞」を創設しました。いわき市内在住者および通勤・通学者の出版物を顕彰するのが目的ですが、平成23年は震災のため延期。今回は平成26年9月1日から今年8月31日までに出版された、小説・詩・短歌・俳句・川柳などの文芸、調査・研究・報告・記念誌などの記録、伝記・随筆・その他の出版物が対象になります。応募期間は9月1日から11月30日(必着)までで、郵送するかいわき民報本社まで持参してください。

応募方法

自薦、他薦を問わない。応募出版物を2部提出。別紙に著作者、出版社(者)、推薦者、それぞれの住所・氏名・性別・職業・生年月日・電話番号を記し添付する。様式は自由

賞

最優秀賞1点(賞状および副賞10万円)・優秀賞2点(賞状および副賞5万円)・特別賞1点(賞状および副賞3万円)

応募先

〒970-8026 いわき市平字田町63の7
株式会社いわき民報社「いわき民報ふるさと出版文化賞」
係=電話0246(23)1666

その他

応募出版物は返却しない。問い合わせは応募先に同じ

12月の休日診療医

※時間無記入の場合は午前9時～午後5時

12月6日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ●平…たかはしクリニック 46-1231 山口医院 24-1811 白井外科胃腸科医院 (午前8時半～正午) 25-3788 志賀整形外科・外科 (午前9時～正午) 23-5050 ●常磐…渡辺産科婦人科 42-4567 ●小名浜…みちや内科胃腸科 58-4180 ●勿来…呉羽総合病院 63-2181
12月13日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ●平…たかはしクリニック 46-1231 白井外科胃腸科医院 (午前8時半～正午) 25-3788 須田医院 (午前8時半～正午) 27-6060 ●常磐…春山医院 44-4011 ●小名浜…かしま病院 58-8010 ●勿来…こうじま慈愛病院 63-5141
12月20日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ●平…たかはしクリニック 46-1231 山口医院 24-1811 坂本整形外科医院 38-2830 白井外科胃腸科医院 (午前8時半～正午) 25-3788 須田医院 (午前8時半～正午) 27-6060 ●常磐…常磐腎臓泌尿器クリニック 43-1200 ●小名浜…洋向台クリニック 55-5150 ●勿来…榊田病院 63-3202
12月23日(水) 天皇誕生日	<ul style="list-style-type: none"> ●平…須田医院 (午前8時半～正午) 27-6060 長谷川整形外科医院 (午前8時半～午前11時半) 25-5691 ●常磐…はたの眼科 42-2040 ●小名浜…石井医院 54-5330 ●勿来…こじま内科 74-1500
12月27日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ●平…白井外科胃腸科医院 (午前8時半～正午) 25-3788 須田医院 (午前8時半～正午) 27-6060 ●常磐…いわき湯本病院 42-3188 ●小名浜…くさのクリニック 56-1060 ●勿来…なこそ病院 65-7755
12月30日(水)	<ul style="list-style-type: none"> ●小名浜…小名浜生協病院 53-4374 ●勿来…呉羽総合病院 63-2181 ゆうクリニック 63-1611
12月31日(木)	<ul style="list-style-type: none"> ●常磐…かもめクリニック 28-1010 ●小名浜…中村病院 53-3141 ●勿来…榊田病院 63-3202 緑川内科クリニック 68-6415



プレゼントはこちら

12月のプレゼント



いよいよ師走です。慌ただしい時期ですが、クロスワードパズルもお忘れなく！

二重ます目に入る文字をつないでできる言葉、ひらがなで答えてください。ヒントは「三蔵法師が孫悟空をお蔵法師が孫悟空をお

1	2	3	4	5	6	7
8	9				12	
	10	11			14	15
		13			19	
16	17		18	21	22	23
20			24	25		

欄参照)まで、送ってください。締め切りは、10月31日です。

前回の正解

1	2	3	4	5	6	7
あ	い	づ	わ	か	ま	つ
お	し	く	ら	ぶ	ろ	く
も	ー	ば	っ	さん	ば	
り	と	る	て	い	こ	く
は	ん	て	ん	し	め	が
び	ざ	の	じ	ん	さい	
り	こん	く	ち	ば	し	

21 似たものは自然に集まることを指す。「〇〇は友を呼ぶ」(錦)

22 桜田門外の変で暗殺された江戸幕府の老。〇〇直弼

23 松本清張の代表作の1つといえは「〇〇の器」

24 細かいところまで配慮が行き届いている

1 魚を入れるかご。漢字では魚籠(2文字)

11 見かけはいいが、実質はよくないもの(5文字)

13 病気にかかること(3文字)

16 公のためや事業のために金品を贈ること(2文字)

18 定員に達すること(4文字)

20 アメリカ・ミズーリ州東部の商工業都市(6文字)

23 源義経の幼名(6文字)

24 細かいところまで配慮が行き届いている

5 抹茶をたてる際に使う竹製の道具(4文字)

4 源義経の幼名(6文字)

5 抹茶をたてる際に使う竹製の道具(4文字)

6 中国南西部にある省。省都は昆明。〇〇

7 すべてに効力があること。あらゆることに優れていること(4文字)

8 江戸時代末期の狂歌「泰平の眠りを覚ます〇〇〇〇〇〇たった四杯で夜も眠れず」

10 米を原料とする麺(めん)の1つ(4文字)

12 イースター島にある人面を模した石造彫刻。〇〇〇像

14 水を英語で(3文字)

15 中国南西部にある省。省都は昆明。〇〇

17 火山からマグマや火山灰が吹き出すこと(3文字)

19 平成17年に誕生した千葉県・房総半島東部にあるひらがなの市。〇〇〇市

21 似たものは自然に集まることを指す。「〇〇は友を呼ぶ」(錦)

22 桜田門外の変で暗殺された江戸幕府の老。〇〇直弼

希望者は、はがきには9時間、アメリカのニューヨークとは14時間差がある。〇〇

9 来年2月14日に開かれるのは「第7回いわき〇〇〇〇〇〇〇マラソン」

8 日本とイギリスで

希望者は、はがきには9時間、アメリカのニューヨークとは14時間差がある。〇〇

9 来年2月14日に開かれるのは「第7回いわき〇〇〇〇〇〇〇マラソン」

10 釣りなどでとった

25 生活の場を海外に移し定住する人(3文字)

1 デイズニーのアニメ映画でも知られる。「〇〇〇と野獣」

2 「山葵」は何と読む？(3文字)

3 セメント、水、砂、砂利を練り混ぜて固めた建築土木工事の材料(6文字)

4 源義経の幼名(6文字)

6 中国南西部にある省。省都は昆明。〇〇

7 すべてに効力があること。あらゆることに優れていること(4文字)

8 江戸時代末期の狂歌「泰平の眠りを覚ます〇〇〇〇〇〇たった四杯で夜も眠れず」

10 米を原料とする麺(めん)の1つ(4文字)

12 イースター島にある人面を模した石造彫刻。〇〇〇像

14 水を英語で(3文字)

15 中国南西部にある省。省都は昆明。〇〇

17 火山からマグマや火山灰が吹き出すこと(3文字)

19 平成17年に誕生した千葉県・房総半島東部にあるひらがなの市。〇〇〇市

21 似たものは自然に集まることを指す。「〇〇は友を呼ぶ」(錦)

22 桜田門外の変で暗殺された江戸幕府の老。〇〇直弼

【横のかぎ】

1 日本で一番大きい湖(3文字)

3 四国の中の県。旧国名は土佐。〇〇〇県

5 幼なじみのこと。「〇〇〇の友」

8 日本とイギリスで

9 来年2月14日に開かれるのは「第7回いわき〇〇〇〇〇〇〇マラソン」

【縦のかぎ】

1 デイズニーのアニメ映画でも知られる。「〇〇〇と野獣」

2 「山葵」は何と読む？(3文字)

3 セメント、水、砂、砂利を練り混ぜて固めた建築土木工事の材料(6文字)

4 源義経の幼名(6文字)

6 中国南西部にある省。省都は昆明。〇〇

7 すべてに効力があること。あらゆることに優れていること(4文字)

8 江戸時代末期の狂歌「泰平の眠りを覚ます〇〇〇〇〇〇たった四杯で夜も眠れず」

10 米を原料とする麺(めん)の1つ(4文字)

12 イースター島にある人面を模した石造彫刻。〇〇〇像

14 水を英語で(3文字)

15 中国南西部にある省。省都は昆明。〇〇

17 火山からマグマや火山灰が吹き出すこと(3文字)

19 平成17年に誕生した千葉県・房総半島東部にあるひらがなの市。〇〇〇市

21 似たものは自然に集まることを指す。「〇〇は友を呼ぶ」(錦)

22 桜田門外の変で暗殺された江戸幕府の老。〇〇直弼

【読者プレゼント当せん者 霜月号】

霜月11月号の答えは「はじめ」と「しんいち」でした。正解者の中から3人に、和in(わいん・いわき市平上荒川字安草13の6、090-2449-9658)様ご提供の「ジュエリー招き猫と草場一壽さんの陶彩画デザインポストカード1枚」のセットをプレゼントします。当せん者には、引き換え券となるお知らせはがきをお送りしますので、平字田町のいわき民報社本社窓口へご持参ください。

当せん者は次の通り(敬称略)。

鈴木ひとみ(平)小野佳子(常磐)小林伸一(錦)

小児科当番医 午前9時～正午	
12月6日(日)	草木台総合クリニック 28-1145
12月13日(日)	おおはらこどもクリニック 63-0001
12月20日(日)	森のこどもクリニック 38-7227
12月27日(日)	ながい小児科 28-2535

精神科専門当番医 午前10時～午後4時	
12月6、13、20、27日	新田目病院 28-1222
眼科当番医 午前9時～午後2時	
12月13、20、27日	中央台たなか眼科 29-1722
泌尿器科当番医 午前9時～午後3時	
12月6、13、20、23、27、30、31日	ときわ会常磐病院 43-4175

※休日診療医は変更となる場合があります