

毎月第4月曜日発行 2019 1月 新春 無料 1月 新春 新 144号 144号 144号 144号

個処から

- ◆ギャラリー情報 (2面)
◆世界の一杯 (3面)
◆シニアのSNS講座 (3面)
◆新年のごあいさつ (4・5面)
◆絵がみスケッチ (6面)
◆墨と水の世界 (6面)
◆日本の神仏占い (7面)



「波頭虹彩」

撮影場所：いわき市菊多浦海岸 撮影日時：2017/12/25
撮影者：大山登 全写連福島県本部会員(いわきマリン支部)
二科会福島支部 フォト光詩 フォト四樹会員
フォトマスターEX 錦町在住 73歳
コメント：冬の強風の日、菊多浦海岸は夕日に波頭が虹色に染まる

お墓ドクターの店・お墓の困り事相談は
有限会社 石昌石材
いわき市小名浜字中原4-32
TEL(0246)53-7002

景一筋150年の実績!
薄畳、防虫畳表替え、裏返し
国産イグサ畳 畳べり種類豊富
現物見本持参いたします

日替り弁当 550円(税込)
(5個以上の注文で 配達もいたします)
※スポーツ弁当500円(税込) 始めました。
3,500円(税別)

1・2月の特別教室
多肉のジュエリー
ポツクスミ
【磐植直売所】
日程 1/28日、29日 時間 10:00~
定員 各15名 料金 1,000円~(税別)

新年も
おすすめ素敵に...
おしゃれなファッションの店
メルヘン屋
ヨコタウン大塚(小名浜)
ヨコヘニマル通本南店(常盤)

双葉町 矢口接骨院 いわき店
がんばる接骨院
接骨 鍼灸 リラクゼーション
診療受付時間
平日/9:00-18:30 土曜/9:00-12:30

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!
東北自動車共済代理所
(一社)いわき自家用自動車協会

加熱式たばこ、あります。
(有)大竹唯之商店
いわき市内郷郷町金谷8の4
TEL0246-26-3215 日曜・第3土曜日定休

お部屋に直接お伺いする鍼灸マッサージの治療院はご存知ですか?
からだ元気治療院
訪問 リハビリ・はりきゅう・マッサージ
0246-51-8090

2019 NEW YEAR'S FAIR
新春吉例 初売り
開催期間：1月4日・5日・6日・7日
会場：萬屋いわき店内
2019 縁起福袋新春
5千円 1万円 2万円

第117回バラエティショー
いわき交響楽団 演奏会
午後のひととき、あたたかなハーモニーをお楽しみください
プロフィール
1983年に「市民のオーケストラ」として結成以来、35年にわたり活動を続けている、いわき市唯一のアマチュア・オーケストラ。

脳活カフェ
元気塾
最近、物忘れが多くて困る... 何もないとこでつまづくと...
シナプソロジーとは...
「左右で違う動きをする」など、普段慣れない動きをすることで、脳に適度な刺激を与え、認知機能低下の予防や集中力の向上などを図る「脳活性化プログラム」です。

Table with 7 columns: 日, 月, 火, 水, 木, 金, 土. It shows a calendar for January with event markers for 'N' (脳活カフェ), 'O' (思い出サロン), and 'S' (シルバーリハビリ).

竹中敏子 思い出サロン
歌謡曲からポップス、演奏まで竹中先生のピアノ演奏で、楽しく歌ってみませんか。
1月11日金・29日火
参加費1,500円 お菓子・お茶付き

シルバーリハビリ体操
市長認定指導士が、丁寧に指導します。
1月15日火
参加費無料

入居者募集
多様な施設で、皆様をお待ちしております。
こんな方におすすめです。一度私たちに相談ください!
いわきに密着して18年。有料老人ホーム1棟、サービス付き高齢者向け住宅2棟、訪問介護、通所介護3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!

このころの駅
看護師・リハスタッフが充実した健康管理
安心見守り! 冷暖房完備! ケースコール設置!!
1日3食! 健康に配慮したおいしい食事!!
初期費用 30万円 月々88,500円
TEL0246-54-5000

一緒に働く仲間募集!!
このころの駅では、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。

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。
このころの駅、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密集しており、移動に便利のため、施設ごとの交流も盛んです。
採用をご希望の方は、お気軽にご連絡ください!
TEL0246-54-5000 http://kokoronoeki.jp/

新春恒例 古伊万里展
1/11→1/21 入場無料 0246-56-0264
その美しさゆえ遠くヨーロッパにまで輸出されるようになった染付と色絵磁器展。11:00～19:00。水曜定休。
ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

つるし雛展
1/4→1/31 入場無料 0246-75-1666
期間中、工房がたくさんのつるし雛で埋め尽くされる。12、19、26日には体験会も行う。10:00～12:00。材料費千円。裁縫道具持参。
夕月 いわきかまぼこ工房 いわき市泉町滝尻字松原 51

ギャラリー情報
& イベント案内

かいわい陶のおひなさま教室
1/16、23 受講料 各回2800円 (材料費、焼成代込み) 0246-23-8411
16日10:00 23日13:30
陶でおひなさまを作る。日を選び受講できる。未経験者もOK。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

大内重子絵画展
→1/6 入場無料 0246-62-2327
大内重子さんの四季折々の花や果物を描いた静物画の作品展。8:00～19:00。1月1、2日休店。
画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

常設展示・販売
12/24→ 入場無料 0246-36-8001
益子焼、笠間焼を中心に全国各地の陶芸産地の逸品を展示、販売。アジアン衣料も同時販売中。火、水曜定休。
陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原86

パッチワーク土曜教室
1/19 受講料1500円 (材料費別) 0246-36-8001
10:30～12:00
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

新春特別展
第12回新春特別展
1/6→1/27 入場無料 0246-56-9101
今年で12回目となった恒例の新春特別展。題は「精鋭作家たちを迎えて」。10:30～18:00(最終日は16:00)。木曜休廊。
アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

おめでとうございます
12/24→ 0246-23-5658
9:30～11:30
着物を着てあいさつするおめでたい人形を1体作る。受講料2時間1,500円、材料費2,800円。受け付けは12月24日から。
布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

竹谷 出 写真展
1/24→1/29 入場無料 0246-56-0264
1850年仏のエヴァールが発明し20世紀初頭まで親しまれた写真印画法を使用した竹谷出さんの写真展。作家在廊 11:00～19:00。水曜定休。
ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

モナミ会新春展
1/7→2/1 入場無料 0246-62-2327
新春恒例展。濱田正弘、大塚浩司、大山登、斎藤武、広瀬諭、今泉木主、大内重子さんが出品。8:00～19:00。
画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

金澤翔子 書の世界
12/24→ 入場料 一般800円、65歳以上600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。1月27日の第7回書き初め展表彰式には翔子さんも来館する水曜休廊。
金澤翔子美術館 いわき市遠野町根岸字横道71

唯野廣見 刻字作品展
1/25→1/27 入場無料 0246-34-6034 (唯野)
刻字作品創作を続けて21年。日本刻字協会委嘱作家会員となり、これまでの刻字作品を展示する。10:00～16:00。
六十枚公民館 いわき市平下神谷字土井 64

ランチ付き織り+仕立て教室
1/9→1/13 9～11日は織り日 13日は仕立て日 0246-29-3826
10:00～
裂き織りバッグを作る。9～11日から1日を選び織りを、13日に仕立てる。料金は1万円。定員6人で要予約。詳細は問い合わせる。
ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山60-1

ひよっこスローチを作る
12/24→ 0246-23-5658
9:30～11:30
面白い表情のひよっこスローチを作る。1点材料費、受講料込で2,000円。受け付けは12月24日から。
布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

陶・木の器とカトラリー展
1/29→2/9 入場無料 0246-21-3541
陶の加藤芳夫・えみこ・木の朝倉康登、親子の3回目の3人展。2月4日休廊。11:00～19:00(25～30日は17:00まで)。
陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

キダサトコ陶展
1/9→1/20 入場無料 0246-69-2390
陶芸家キダサトコさんの作品展。ユニークな普段遣いの器が並ぶ。月・火休廊。11:00～17:00。
ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4

ヴァグリエと冬のおくりもの
→12/30 入場無料 0246-69-2390
ヴァグリエのバッグと仙台、喜多方、東京、鎌倉、高知の作家などによる小物が並ぶ。月・火休廊。11:00～17:00。
ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4

冬期休館
→2/28 入場無料 090-4633-9327
平成30年12月から平成31年2月28日までの3ヶ月間、冬期休館する。
ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9

新春に飾る和の心展
1/10→1/26 入場無料 0246-62-4188
新春にふさわしい掛け軸やびょう風、ついたてを展示する。和の心展。10:30～18:00。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

プエンテアルパカニット展
→12/30 入場無料 0246-21-3541
ふんわりやさしく体をあたためるアルパカニット、手作り腕時計を展示。10、17日休廊。11:00～19:00(25～30日は17:00)。
陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

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(有料)。詳しい問い合わせは同編集室＝電話0246(23)1666＝まで。

伊藤文夫陶展
1/11→1/20 入場無料 0246-23-8411
須賀川市で鉢の子窯を構える陶芸家伊藤文夫さんの陶展。12、13、20日在廊。水曜定休。10:30～18:00(最終日17:00)。
ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

日本の古布展18-手仕事の技と美-
1/2→1/14 入場無料 0246-29-3826
年を経てより味わいを深める豊かな日本の布文化から集めた丁寧な手仕事展。洋服や細工物など並ぶ。10:30～18:30。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

みなさん、個処からに、載ってみませんか？

いわき民報社発行のフリーペーパー『個処から』をいつもご愛読くださり、ありがとうございます。編集室では、読者のみなさまから川柳や写真、エッセイなどを広く募り、ともに紙面を作っていければと考えております。みなさまの趣味や楽しみ、思いなどが紙面に載ることで、他の読者のみなさまが共感したり、何かを始めるきっかけになったり…そんなフリーペーパー『個処から』を目指していきたくて考えております。

と言うことで、募集項目です。

【1】川柳…今回のお題は、「医者」「もらう」

【2】『私の宝物』シリーズ

子どもの頃から大事にしている特別な物、ペットや孫、子どもたち、奥さん、旦那さん、庭、作品など、みなさんの宝物を、その画像と説明文(100字程度)を添えて、ぜひご紹介ください。

【3】エッセイ

日頃、何気なく感じたことや、ぜひ多くの人に伝えたいことなど。



- ・掲載の可否は当編集室にて判断します。
- ・頂いた情報は当フリーペーパー「個処から」でのみ使用します。
- ・ペンネームを希望する人は、ペンネームも添えてください。
- ・場合によっては、当編集部より取材のご連絡をさせていただくこともあります。
- ★寄稿は、郵送かメール、持参で受け付けております。ぜひ、お寄せください。

お問い合わせは、個処から編集室まで。
☎0246(23)1666 E-MAIL adv@iwaki-minpo.co.jp
〒970-8026 いわき市平字田町63-7
いわき民報社「個処から」編集室

世界の一杯

- 21 -

・爛道具「ちろり」

ワンランク上の爛酒ライフ

爛酒(かんざけ)はおいしい。そして、優しい。体温なし高い温度の爛酒はアルコールの吸収が早く、じんわり酔いが回ります。酔いを自覚しながら飲めるので、

飲み過ぎる心配が少ないです。そんな爛酒を自宅で本格的に楽しめる爛道具「ちろり」をご存知ですか? この冬はワンランク上の爛酒ライフを楽しみましょう!

ブルで爛酒が楽しめますよ。陶器にお湯を入れて、木枠にセットすれば持ち運びOK。値段は高いけれど、一生ものの価値がある! 日本酒ラヴァーの私はこう思わずにはいられません。

最後に忘れちゃいけない日本酒計。じっくり自分好みの温度を探していく…。自分の「おこころ」

を追求するってせいたくたと思いません。湯せんの爛は時間がかかるけど、手間をかけた分だけおいしいが返ってくるお酒。爛酒で温まったら、師走の慌ただしさも冬の寒さも超えられそうです。

爛向きの日本酒は純米系のセオリーを捨てて、まずはいろいろ試すこと

「ちろり」は、取っ手が付いた金属製の器。(写真中央スズ、銀、銅製で日本酒を入れて湯せんをします。中でもおすすめはスズ。スズは熱伝導率が高いので爛あがり

【プロフィール】
緑川 明日香 (みどりかわ あすか)
38歳。市内在住。
SSI認定日本酒ソムリエ
学講師。日本ソムリエ協会認定
リエ。



「ちろり」は、取っ手が付いた金属製の器。(写真中央スズ、銀、銅製で日本酒を入れて湯せんをします。中でもおすすめはスズ。スズは熱伝導率が高いので爛あがり



Instagram
ショッピング機能

ひさの・まさみ 四倉町出身。株式会社ソーシャルスピーカー代表取締役、福島高専卒。東京でシステムエンジニアとして勤務後、2011年にいわき市に戻り、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。問い合わせは久野さん=電話0246(84)8298=まで(月~金の9:00~18:00)

Twitterはこちらです! <http://twitter.com/iwakicity> Facebookはこちらです! <https://www.facebook.com/socialspeaker> ホームページはこちらです! <http://www.social-speaker.co.jp>

薄く切った大根、ハム、ジャガ芋を重ねてミルカツを作ろう。

①大根は皮を厚めにむき、2cm幅にスライスする。耐熱皿にキッチンペーパーを敷き、大根を重ねならないように並べて電子レンジ(500W)に5分ほどかける。水分が抜け、しんなりするまで何度か加熱する。

②ジャガ芋は洗って、丸ごと電子レンジにかけて、竹串が通るほどになったら皮をむき、8枚にスライスする。

③ロースハムは水気があれば拭いておく。

④トマトは洗ってへ

⑤大根3~4枚、ジャガ芋1枚、ハム4枚、ジャガ芋1枚、大根3枚の順で重ね、まとめて押す。それを四つ作る。

⑥⑤に多めの小麦

Let's Cook

レシピ紹介



粉、溶き卵、パン粉を根×5枚、ジャガ芋1個、ロースハム16枚、塩、コショウ各少量。衣小麦粉、卵、器に盛る。トマト、細目のパン粉、サラダ油各適量。サラダートマト1個、モッツアレラチーズ4枚、ベビーリーフ各適量、オリーブ油少量。

◆材料(2人分)
直径8センチくらいの大

大根とハムのミルカツ



彩りよいサラダを添えて

お正月に使った重箱やおわん、おとこの酒器など、めったに使わない漆塗りの器は、片付ける前にきちんと手入れをしましょう。食品の汚れやアルコールの汚れが残りやすい場所。綿棒などを利用して、カビやシミ、変色の原因に。翌年に柔らかい布巾で拭いて、布や和紙で包んでからしましましょう。

暮らしの知恵

漆塗りの器の手入れ

漆塗りの器は、片付ける前にきちんと手入れをしましょう。食品の汚れやアルコールの汚れが残りやすい場所。綿棒などを利用して、カビやシミ、変色の原因に。翌年に柔らかい布巾で拭いて、布や和紙で包んでからしましましょう。

シニア世代のための 役立つSNS講座

【講師】久野 雅己

Instagramに、今年6月追加されたショッピング機能についてです。

この機能を使うことで、Instagramで見て気に入った商品の写真をクリックするとECサイトへの移動が可能になりました。ただし、販売者はECサイトを持っていることが前提です。必要条件下で、公式ページには、「提供者契約とコマースポリシー」に準拠した物理的な商品販売「インスタグラムアカウントがビジネスプロフィールに移行済み」アカウントが所有権のあるフェイスブックページと接続「フェイスブックページでショッピングセクションを追加もしくはビジネススマネージャーでカタログを作成(あるいはB ASE、EC、Cubeなど、カタログ作成をサポートする国内事業者のECプラットフォームと連携)」。上記の要件を満たすとアカウ

商品購入までスムーズに移動 写真のクリックでECサイトへ

SNSとは…ソーシャル・ネットワーキング・サービスの略。共通の趣味や考えを持っている人同士の出会いの場であったり、友達や家族と情報交換したり、気軽に交流を楽しむことができるサービスです。

①ショッピングコレクション: ほしい商品の保存が可能になり、後からいつでも商品や詳細を確認できる②ビジネスプロフィール: ショッピング機能を利用した投稿が9件以上ある場合、ショッピングボタンをタッチすると商品の一覧が表示③動画投稿からのショッピングが可能: 動画にも対応。動画左下に表示されるアイコンのタップで、紹介している商品のカードが表示され、購入ページに誘導されるように。複数の商品が紹介可能。

Instagramから商品購入までスムーズに移動できるようになりました。商品販売している方はショッピング機能を使ってみてはいかがでしょうか。

いま注目のスポット!!

大野観光いちご園

イチゴもぎ取り放題
今シーズン営業開始

12月23日、今シーズンの営業を始めた。ハウス内で水耕栽培しているイチゴを自由にもぎ取り食べ放題が楽しめる。品種は「章姫(あきひめ)」「ふくはる香」「紅ほっぺ」など4種で、中学生以上は1500円で楽しめる。

【住所】いわき市四倉町玉山字森内23
【電話】0246-33-3434
【営業】10:00~16:00

いわき蟹洗温泉

平日の営業時間延長
ゆつくりお楽しみを

平成25年7月の再オープン以来、平日の営業時間を短縮していたが12月1日から、午前10時から翌午前9時まで営業を延長することに。年末年始はイベントも盛りだくさん用意しているのでぜひお楽しみを。

【住所】いわき市四倉町字六丁目64-2
【電話】0246-32-2500
【入浴】10:00~翌9:00

Everia 鹿島ショッピングセンター エブリア

初売りは元旦~4日
人気の福袋や抽選会

恒例の初売りは、元旦から4日まで。大人気の「福袋大市」をはじめ、「福袋いすびードくじ」(元旦のみ)、特賞3万円分の買物券が当たる「お年玉大抽選会」(2~4日)などが繰り広げられる。お正月はエブリアへ。

【住所】いわき市鹿島町米田字日渡5
【電話】0246-46-0100
【営業】10:00~20:00
(元旦は19:00まで)

すし屋の山崎

平・並木通り
電話 0246-23-4115

■すし屋が厳選した新鮮なネタと選りすぐりの銘酒を味わってください。

1月2日~4日初売り
店内全品2割引!!
大人気の福袋は数量限定
早い者勝ち!!



スポーツするなら
EN'SPOで!!

(有)遠藤スポーツ

TEL23-8134(代)

営業時間/AM10:00~PM8:00
いわき市平中町7-4 ●駐車場あり
第2水曜日定休

ホームページ <http://www.sports-nakama.com/endo>
モバイルサイト <http://k-sal.jp/endorsp/>

2019年1月1日

新春のご祝詞を
申し上げます
みなさまのご多幸とご活躍を
お祈りいたします



Happy new year



flowers.
HANNA
いわき市平字一丁目34-2
TEL.0246-22-1980

亥の由来

亥(いのしし)は、猪肉の栄養価が高く病気予防になることから、無病息災の象徴とされています。2019年の干支は己亥(つちのとい)。植物の成長に例えると、「草木が成長を終えて姿が整い、植物の生命が種の中にエネルギーとしてこもっている状態」です。



HAU'OLI MAKAHIKI HOU
新年あけましておめでとうございます

2019

Lei Hokulani
LEI HOKULANI YOSHIDA HUIZA STUDIO

レイホクラニ遊田フラスタジオ
主宰 吉田千恵子
〒979-8026 いわき市平字田原56
TEL 0246-23-4400

あ い

2018年は、「個処から」をご愛読くださり、ありがとうございました。
2019年もどうぞよろしくお願ひいたします。
皆さまにとって、
2019年も、幸多き1年でありますように。

個処から編集部一同



「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・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!



〒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>



欲しいものが必ず見つかる。

おせち料理にアクセントを加える器から
干支の置物、タペストリーまで、多彩なお正月グッズを揃えました。

キャラリー きと

いわき市小名浜岡小名
(小名浜一小的のぼり口)
☎0246-52-0174

今年もテレビユー福島をよろしくお願ひします!

年始は1月7日(月)から放送します!

おいしい朝を毎日お届け ホット一息生放送

げきん

MON-FRI
月~金 あさ9:55放送



中嶋 絵美 (TUFアナウンサー) 宮尾 俊太郎 (パレエンター) 中村 陽介 (パレエンター) 田中 沙朋 (TUFアナウンサー) 森山 愛子 (現職選手) ムツシュ サイトー (びくしまボンカーズ) 杉浦 敦 (TUFアナウンサー)

ライブで ときどき ホットな 出会いと 発見の ほっこり 見れば お得な ゆったり 気ままに
月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日
毎週土曜日 夕方5:00放送

年始は1月4日(金)から放送します!

福島のニューススタジオ 今を臨場感とともに

N スタジオ

毎週月一金

夕方6時15



杉浦 祐治 小野 美希 渡辺 文嘉 釜井 美由紀 気象予報士 大野 治夫

創業33周年の感謝を込めて
びっくり得クーポン券
2019年1/15~3/30期間限定
※この広告をご持参ください



ランチ50円引き

月火水木 PM5:00~PM9:30限定
日本酒・ビール 焼酎・ウイスキー **半額**
●1階でご飲食の方のみ●宴会では使用できません

田村
0120-77-1345

SUVな 軽ハイトワゴン
新型スペースギア
デビュー

GEAR
Space




スズキアリーナ小名浜
(株)大井川モーター商会
いわき市小名浜大原甲新地8-1
TEL.0246-53-3834 FAX.0246-53-3962

2019年1月1日

新春のご祝詞を
申し上げます

みなさまのご多幸とご活躍を
お祈りいたします



木村ミルクからおいしさと健康をお届けします



命の雫 木村こだわり ヨーグルト スパウトタイプ 好評発売中!

木村ミルクプラント株式会社
いわき市平下神谷字宿135
TEL:(0246)34-2542

第10回 **ワールド・ドニー**
ダンス&健康フェスティバル
2019年 2/24日 14:00開演 (13:30開場)

10周年記念
今回は豪華スーパースターも舞います!! お楽しみに!!

会場/アリオス 中劇場
前売り2,000円(当日2,500円)
高校生以下無料(整理券をアリオスで配布中)
※チケットはアリオスにて

プリンセス・アイ **ドニー** 検索
TEL0246-26-5050

新年もよろしくお願いたします。

豆処
ROAST HOUSE
BROWN CHIP
ブラウンチップ

いわき平下店
いわき市平上荒川字長尾41-11
TEL 0246-29-3639
営 10:00~18:00
休 水曜日

錦店
いわき市錦町江栗馬場61
TEL 0246-77-1414
営 10:00~18:00
休 水曜日

モーニングとランチの店
パーシモン

栄養バランスのとれた内容が皆様からの好評を得て37年となりました。

納得の モーニングセット 800円
日替わりランチ 1000円
健康ランチ 1000円 (ライスは16穀米入りもあります)

是非一度ご来店ください。

住 いわき市平上荒川字桜町12-5
TEL 0246-29-5909
営 9:00~17:00
休 日曜、水曜、祝日

Vegetable&Fruit
季節感あふれ、彩りある野菜・果物を豊富に取りそろえてございます。



ナガヤマ 株式会社 **ナガヤマストア**
ラトプ店 いわき市平上荒川120 ラトプ1F
TEL/FAX (0246) 24-9098
石森店 いわき市石森1丁目17-1
TEL/FAX (0246) 22-9090

ジュエリーリフォーム
リングに、ネックレスに...
ジュエリーにもう一度輝きを...

before → after

お見積無料!
担当:ジュエリーモデル
カウンセラー 高橋せい子

金 プラチナ 買取ります!

宝石・貴金属・時計・総合ギフト
株式会社 コクセイ宝石
【じっくり相談できる店】
いわき市平上荒川109-10 ☎21-3744

読者の声

【テーマ】・今年の抱負

- ・たくさん本や新聞を読んでボケないようにちょっとした知識を深めていきたい。(女性・60歳・中央台)
- ・朝の散歩を少し工夫・強化し健康増進につなげたい。(女性・76歳・中央台)
- ・仕事に健康に十分気をつけて家庭を守っていききたい。(女性・69歳・石森)
- ・最近健康が一番とつくづく思うようになりました。なので、来年は体力をもっとつけて健康に気をつけて、運動などで筋力アップしたいと思う。(女性・57歳・平)
- ・カメラを始めて3年。初歩の域から出られずいますが、何とか脱したい。(女性・69歳・泉)
- ・健康に気をつけて毎日ラジオ体操する。(男性・66歳・内郷)
- ・貯金と貯筋(筋肉をつける)。(女性・47歳・中央台)
- ・古希を期に少し英語に親しもうと思います。(女性・69歳・平)
- ・変な詐欺にひっかからないようにしたい。(男性・62歳・中央台)
- ・世の変革と共に、家族の絆も強めていきたいと思う。(女性・67歳・自由ヶ丘)
- ・ダイエット。来年というより、毎年の抱負ですね。来年こそは本気で頑張ります!!(女性・31歳・泉)
- ・九州旅行。(女性・51歳・平)
- ・平成最後の年に何か思い出になるようなことをしたい。結婚30年にもなったので、夫婦旅行とか。(女性・61歳・勿来)
- ・仕事を続ける。(女性・57歳・平)
- ・転ばないように、寝込まないように、運動に頑張る。(女性・78歳・好間)
- ・毎日5000歩以上歩く。(女性・59歳・平)
- ・ペットのカメをもっとかわいがってきたい!(女性・49歳・内郷)
- ・Uターンの子息との生活が始まる予定なので、楽しい日々が過ごせるよう頑張る!?(男性・55歳・平)
- ・フラダンスの上達。(女性・73歳・小川)
- ・一日一日平凡な日々から幸福を感じたい。(女性・67歳・小名浜)
- ・ずっとやらないでしまっておいた布地を出して、パッチワークをまたやりたい。目の疲れと肩こりが心配...(女性・57歳・平)
- ・少しでも健やかに元気で頑張りたい。(女性・78歳・平)
- ・宝くじで高額を当て、孫たちと暮らせる家を手に入れたい。(女性・67歳・東田)
- ・地区の近郊を歩くさんぽ会に参加できる心身のゆとりを持つこと。(男性・67歳・内郷)
- ・グラウンドゴルフの腕を上げる。(男性・63歳・内郷)
- ・年女なので、健康に気をつけ親との旅行を計画したい。(女性・47歳・中央台)

創業は江戸時代!! 信州小諸の老舗味噌蔵が開発しました!!

本日より **1週間** お申込締切日

真田の郷 上田産米仕込み **味噌蔵の麴甘酒**

・ノンアルコール
・無添加・砂糖不使用
・お米だけの甘み

【500ml】通常価格648円(送料650円) **5本以上で 送料無料** (税込) **540円**

【900ml】通常価格972円(送料650円) **3本以上で 送料無料** (税込) **780円**

山吹味噌すや久のご注文が初めての方に限り
どちらのサイズでも **6本以上で 山吹味噌こがね(200g) プレゼント!!**

江州時代、1674年より信州味噌を造り続ける山吹味噌すや久より、今真田の里として話題の信州上田産のお米から造った甘酒をお届けします。材料は国産の米、麴だけ。ノンアルコールで添加物は一切不使用です。甘酒は様々なところで見かけるようになりましたが、美味しさに自信があります。くだい甘さや妙な酸味はありません。お店通販でもこれは美味しい!と好評です。初めての方には500ml、甘酒ファンには900mlとサイズも2種類。栄養満点の甘酒をこの機会に是非お試しください。

山吹味噌すや久(株)群馬店
〒384-0014 長野県小諸市荒町1-7-12

050-8887-8045

お申し込みは電話で。●お支払いは代金引換配送、ご自宅お届けのみ(手数料無料) ●お届けは1週間前。●送料650円。500mlは5本以上、900mlは3本以上で送料無料。(沖縄県につきましては、送料一律1,300円頂戴いたします。) ●商品は未開封に限り7日以内(送料はお客様負担)。●お預かりした個人情報は商品の発送・サービスのご案内のみに使用いたします。



初雪

七拾二 旅の魅力

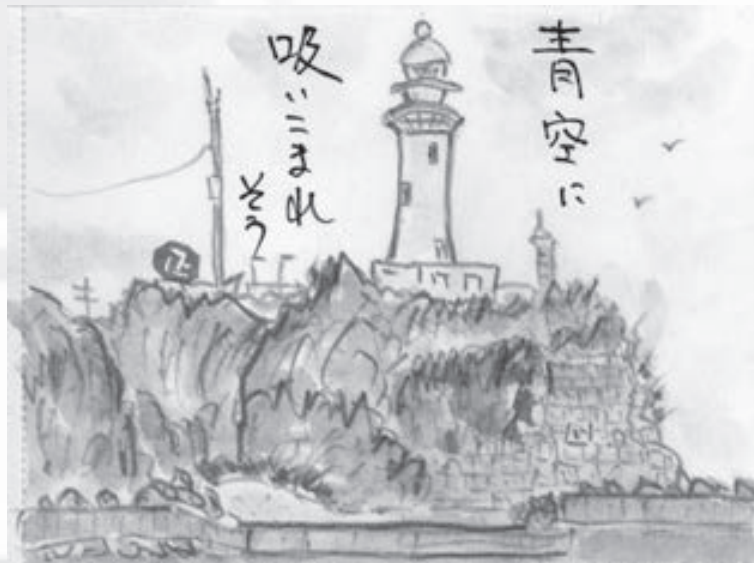
先月、家内と共に高尾山の登山に挑戦した。紅葉は期待はずれだったが、山頂から眺めた秋晴れの富士山は素晴らしかった。何とか山頂までは登ることが出来たが、帰りが厳しく途中からケーブルカーで下りる始末。時間が空いたので、一休みしようと麓のコーヒー店に入ったら、オーダーストップですと断られてしまった。仕方なく店の入り口のベンチで休んでいたら、「特別ですよ!」と、おかみさんが二人を招き入れてくれた。疲れ果てて座っている老夫婦を気の毒に思ったのでしょうか、何とありがたかったことか。お陰で極上のコーヒーと温かい人情の味で、至福のひと時を過ごすことが出来た。旅はこれだからいい…。

墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一 (植田町在住)

絵てがみ いわき だあいすき

- 1 -



「豊間海岸より 塩屋埼灯台」

海の底まで照らしてください
震災で不明になっている方たちが
早くわが家に帰れますように

平子正子さん (小名浜在住)

絵手紙教室あす実会

【募集】

編集室では、川柳を募集しています。お題は「医者」も「目」。お気軽に編集室まで本紙7面参照。※名前またはペンネーム、住所、年齢も必ず添えてください。

- ・お題「目」選ぶ」
- 見る目ある私を選んだわが夫
誕生日目に付くように印付け
(エリザベス・56歳・常磐)
- 選んでも期待に添わぬ 永田町
目に余る 師走見込んで
(渡辺牧衛・82歳・小名浜)
- 振り向かぬ わが選んで
目に見えぬ 忍者のごとき
来た道を
(石井利水・90歳・勿来)
- 喜寿まぢか
目からろろこがある 未熟
妻選び 答え金婚式で 出て
(内海将行・76歳・小名浜)
- 難題に 目を輝かす 一句かな
選挙後に 顔を隠している 希望
(布施敏家・69歳・泉)
- 目が動く 四つ葉探しの 散歩道
選ばれて いわきに嫁ぎ 半世紀
(すずや・78歳・内郷)
- 健体操 この目加齢か みな美人
孫6人 選ぶ人生 正道を
(中野喜久・85歳・平)
- ままごとの 孫と会話し
目が覚める
松せん定 我流ながらも
枯れぬなり
(ゆうじい・66歳・泉)



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/

おしゃれな洋服たちと
やさしいうつつわが
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)

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ノ台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
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

内科・呼吸器科 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
☎0246-23-1055
福島県いわき市平字南町12 【駐車場完備】



(順不同)

- ★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 4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

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

日本の神仏占い

2019年 1月

神様様はわたしたち人間が魂を磨いていけるよう、毎日見守ってください。そして時に、人々にメッセージを伝えてきます。生まれ月ごとに、その時期に見守ってくださっている神様様からのメッセージをお届けします。

占い師ミエル 070(6629)8830
http://www.mielstar.jp/

1月 命 【大 命】自分が信じて進むこと。そかむために一番大切なことなのです。過去への執着は手放して身軽になって進みなさい。すると、新たな扉が開きます。◆開運の鍵：白いセーター

2月 命 【通 命】あなたはどんな人生を送りよんを明確にして過ごさない。そのビジョンが明確ならば、いつか分かれ道が来たとしても迷うことなく進めるでしょう。◆開運の鍵：藍色のバッグ

3月 命 【天 命】太陽のような人であり、人の心をあたためる笑顔の人になりましょう。すると、あなたの周囲からは幸せになっていき、あなたも幸せになるのです。◆開運の鍵：オレンジのこたつカバー

4月 命 【天 命】難しいことよりも、好きなこと、興味のあることを学び始めること、脳が喜び生き返ります。物覚えが悪くなったと思ったら、その、興味のあることを学ぶ時です。◆開運の鍵：公民館や図書館

5月 命 【親 命】慈悲の心を持ちましょう。返ってくるのです。心の余裕を無くしてしまおうと、人にも厳しくなりがちです。そんな時は自分に優しく過ごしましょう。◆開運の鍵：藤色のハンカチ

6月 命 【天 命】健康で幸せであるために生になったなら、どんなに忙しくても休みを取って。責任や義務ばかり生きていくと心も体も病気にむしばまれていかねません。◆開運の鍵：おいしいコーヒー

7月 命 【天 命】食べ物が一番の薬です。その日々、自然の恵みを頂き、生活のリズムを整えていれば、厳しい時期でもなんと乗り切っていくでしょう。◆開運の鍵：土鍋のごはん

8月 命 【天 命】もつともつとと求めると、ばかりですが、すでに与えられている物に目を向ければ、豊かな恵みに気づくでしょう。どこに目を向けて生きるかです。◆開運の鍵：家族のだんらん

9月 命 【天 命】本当に自分らしく自然体でも美しく輝いている時です。そんな時間があれば、どんな魂としてのパワーは増します。病さえも癒されていくでしょう。◆開運の鍵：朝の深呼吸

10月 命 【天 命】考えれば考えるほど物事は、いりよりも行動しましょう。どんなに難しくても、考えて事も、動いていけば突破口が見つかり、クリアしているのです。◆開運の鍵：トマトジュース

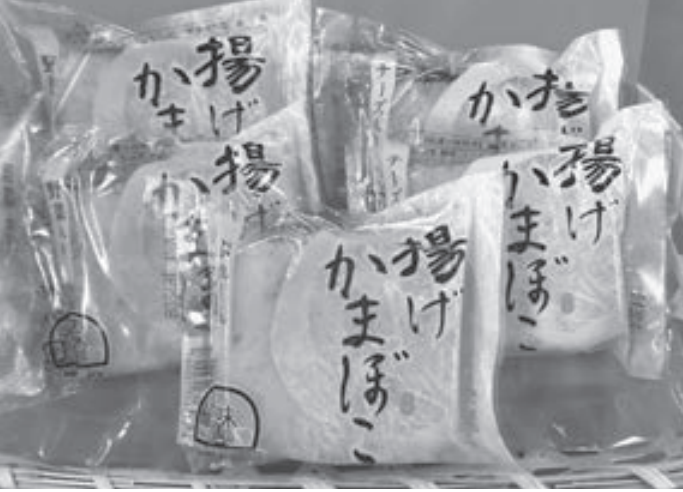
11月 命 【天 命】答えは自分の中にあります。分らなく生きていきなさい。それでうまく行けば自信になります。もし失敗しても人生の知恵と経験値が上がるのです。◆開運の鍵：歩きやすい靴

12月 命 【天 命】未来へは心配よりも希望をたの進む道の先にはこれまで経験したことのない喜びや幸せが待っているのですから。自分の運命を信じましょう。◆開運の鍵：天体観測

クイズ&プレゼント 美味一膳様提供 10人に『揚げかまぼこセット』

今月のクイズはクロスワードパズルです。お楽しみください。そして、正解者の中から10人に、夕月グループの高級かまぼこ

直売店の美味一膳様提供の『揚げかまぼこ』(プレーン1枚、野菜2枚、チーズ2枚)を1セット(税別600円)をプレゼントします。ご希望の方は、お正月おせちに欠かせないかまぼこを丹精込めて創り上げ、その味を守り続けている美味一膳様の逸品かまぼこ。プレゼントするのは、油っぽくないのが自慢の揚げかまぼこセット。おいしくふっくら肉厚のプレーン、野菜のうま味がぎゅー詰まった野菜入り、風味まろやかなチーズ入りの3種類の味が楽しめます。



プレゼントは、ぜひ、ご応募ください。引き渡し場所は、美町滝尻字松原55、20120(78)9511、水曜日定休)となりま。詳細は、引換券となる当選はがきに記載します。希望者ははがきに、①クイズの答え②寒いときにお勧めのわが家の鍋料理(その理由も添えてください)③郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、1月5日(土)まで、編集室(下記参照)へ送ってください。

12月号の当選者
水野祐子さん(遠野町) 杉原恒起さん(平)

クロスワードパズルの図表

答え
A B C D E F

マス目を文字で埋めて、クロス在完成させたら、AとFをつなげて答えを出してください。【ヒント・脳卒中に

める疾患】 ●タテのカギ 1 食事と治療は同じ根源だという中国の思想。 2 体温計に入っている元素記号Hgの液体

は? 3 昔は物を研ぐ時に茎を使用。漢字で「木」を用いた蒸し風呂で

前回の答え
ミゾオチイ クジ
ンオヤシ ラズ
カイタイ クサ
ンカイボ カサ
ンリハビ リル
キシン ムイ
スシマ ムシ
ウオノメ ヤカ

6 休暇は子育てのため会社を休むこと。 7 韓国伝統の多年草

<1月のいわき市内街頭献血予定>
2日 10:00~11:30 13:00~16:30 鹿島ショッピングセンター
6日 9:30~11:30 13:00~16:30 イオンいわき店
11日 9:00~11:30 13:30~16:30 いわき南警察署 13:30~16:30 吳羽総合病院
13日 11:30~16:30 ヨークベニマル新谷川瀬店
17日 15:00~16:30 とさわ会常磐病院
20日 9:30~16:30 イオンいわき店
24日 13:00~16:30 ヨークベニマル湯本南店

フリーペーパー
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