





### 阿萬リヨ子のガーゼ服

5/15→5/26 入場無料 0246-69-2390

医療用ガーゼを柿渋や染料で染めたり、布の形を自由に組み合わせ作られた阿萬リヨ子さんのガーゼ服展。11:00～18:00。5月21日休廊。  
ギャラリー-昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4



### - 陶と絵と - 伊達義道作品展

→4/28 入場無料 0246-29-3826

伊達義道さんの市内の風景を描いた水、油彩作品や壺、花器、動物細工など陶芸作品を展示。10:30～18:30 (最終日 17:00)。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



### パッチワーク土曜教室

5/18 受講料1500円 (材料費別) 0246-36-8001

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



### 大山登写真展

→5/3 入場無料 0246-62-2327

風景写真の楽しさと、撮影現場で気づけなかった被写体の背景を今までと違った視点で撮影した作品展。  
画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



### 編み物をするおばあさん

4/22→ 0246-23-5658

9:30～11:30  
楽しく編み物をするおばあさんの人形(約30センチ)を作ります。材料費・受講料は問い合わせる。受け付けは4月22日から。  
布あそび工房 いわき市平字愛谷町4-4-8



### 時計と布と洋服と

5/18→6/1 入場無料 0246-21-3541

シーブレンの手作り腕時計、シンドのアジアの布、C.P.KOOの洋服を多数展示。11:00～19:00。5月27日休廊。  
陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6



### 伊藤一朗絵画展

5/4→6/7 入場無料 0246-62-2327

伊藤一朗さんのモナミでの初の個展を開く。絵画作品を展示する。5月12、13、26、27日休廊。  
画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



### 常設展示・販売

4/22→ 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



### 木もれび-春のコンサート-

5/19 入場無料(予約制) 0246-23-1034 (菊田)

12:00～  
フルート、クラリネット、箏、ギター、カホンの演奏で音楽を楽しむ恒例コンサート。  
ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9



### 第19回レコードコンサート

5/7 12:00～ 入場無料 090-4633-9327

昔のステレオで懐かしいレコードを鑑賞する会。今回は「ソノシートを聴こう!」をテーマに、好みの曲を選んで楽しむ。  
ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9



### 来年に向けてつるし飾りを作る

4/22→ 0246-23-5658

9:30～11:30  
来年に向け、49個の細工物を作ってつるし飾りを作ります。材料費・受講料は問い合わせる。受け付けは4月22日から。  
布あそび工房 いわき市平字愛谷町4-4-8



### 佐藤淑子 作陶展

5/23→5/27 入場無料 090-4633-9327

土からうまれるものがたりⅢ。いわき市陶芸協会佐藤淑子さんの人形、器、小物などを展示。10:30～16:00 (最終日 15:00)。  
ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9



### 藤 70人の作品展

5/9→5/13 入場無料 090-4633-9327

中村藤教室グループの70人が全員集合し、それぞれが作り上げた藤バッグなどを展示する。10:30～16:30 (最終日 15:00)。  
ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9



### 第43回心画会展

4/25→4/29 入場無料 090-1370-0413

発足から46年となる絵画グループ心画会の作品展。17人の個性溢れる作品を展示する。10:30～16:30 (最終日 14:00)。  
ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9



### - 染付と色絵 - 第9回瀧田史字作陶展

5/25→5/26 入場無料 0246-56-0264

陶芸家瀧田史字さんの作陶展。染付と色絵を施した作品を紹介する。5月25、26日は作家在廊。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



### - 布を楽しむ - 鈴木理正 古布展

5/11→5/19 入場無料 0246-29-3826

鈴木理正さんの古布を使い一針一針丁寧に縫い上げたバッグや人形、小物作品を展示。作家在廊。10:30～18:30 最終日 17:00) 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



### 伝統的工芸品 しな織逸品展

4/25→5/7 入場無料 0246-35-0383

しな織創芸石田による樹皮から作られた伝統の古代布が織りなす素朴で力強い生命力溢れる逸品展。10:00～18:00 (最終日 17:00)。  
小野美術 いわき市平字中町 2-2-2



### 女の手仕事展12

→5/31 入場無料 0246-62-4188

布を中心とした恒例展。5月飾りを中心に夏服やバッグ、木工品など多数展示。4月28日～5月8日休廊。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



### 長谷川浩子 木彫新作展

5/11→5/20 入場無料 0246-56-0264

彫刻家長谷川浩子さんの当画廊2年振り10回目の新作展。5月11、12日作家在廊。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



### 遊佐みどりキルト展

4/27→5/6 入場無料 0246-69-2390

遊佐みどりさんによるバッグ、ポーチ、クッションなど色とりどりのキルト作品を展示。11:00～18:00。4月29、30日休廊。  
ギャラリー-昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4



### 鷺茂樹と猫アート展

5/31→6/3 入場無料 0246-23-8411

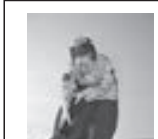
「かるーい紙粘土ねこの世界その4」。鷺茂樹さんの紙粘土で作った猫たちを展示する。10:30～18:00。会期中無休。  
ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1



### 箱崎りえ 陶芸展

5/11→5/20 入場無料 0246-23-8411

いわき市出身の陶芸家箱崎りえさんの作品展。大作から普段遣いの器などを展示する。10:30～18:00。水曜休廊。  
ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1



### 金澤翔子書展

4/27→5/14・5/17→6/2 一般800円、65歳以上600円、小学生未満無料、障がい者400円 0246-89-2766

翔子30年の書の歩みと題し金澤翔子さんの屏風を多数展示。4/27午後2時から金澤翔子さんが席上揮毫(書道パフォーマンス)を行う。  
金澤翔子美術館 いわき市遠野町根岸字横道71



### NHK油絵・水彩画教室合同展

→6/12 0246-35-6885

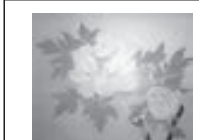
近郊の街並みを楽しみスケッチしたものや、静物、風景画など十余人の油彩・水彩作品を展示。8:00～21:00  
珈琲市場讃香 いわき市平字田町 62-3



### 漆芸 山内泰次・村上修一二人展 ~暮らしを彩る器~

5/12→6/11 入場無料 0246-56-9101

日常に漆器を取り入れる生活を始めませんか。新しい発見と日本の伝統を食卓で楽しんで下さい。10:30～18:00 5月12日作家来廊。  
アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7



### 青砥昭修 日本画展

→4/28 入場無料 0246-56-9101

会津飯豊山の麓に移り住み、半自給自足の生活を始めて26年。こうした生活の中で目にする四季折々の自然の表情を描いた作品を展示。  
アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

### 【募集】

編集室では、川柳を募集しています。お題は「時代」探る。お気軽に編集室までお紙7面参照。※氏名(またはペンネーム)、住所、年齢も添えてください。5月8日必着

- お題「新人」「目指す」
- 新人の 元氣な介護に 父笑顔 一歩ずつ 土手の頂上 目指す孫 (ゆうじい・67歳・泉)
- 新入社時の写真を 孫と見る 八十路坂 越えれば見える 白寿塔 (石井利水・勿来・91歳)
- 四十して 親方(おや)に言われた まだ新前 夢多い 幾度目指すも 途中下車 (小林武・77歳・常磐)
- 内郷へ「新人です」と 嫁入りす どこまでも 目指してゆこう 我が道を (すずや・78歳・内郷)
- 一年生 迎える準備 白ライン 目指します ノーベル賞かイチローか (渡辺牧衛・83歳・小名浜)
- 新人で 決まる花見の日取りかな 無い袖を 目指す五輪と 振らせてる (布施敏家・69歳・泉)
- 新人類 そんな言葉も 今や死語 目指したい マイナス10キロ ダイエット (エリザベス・57歳・常磐)
- 新元号 新人連れて 各乗り上げ はやぶさの 目指すりゅうごう 夢多し (日和田剛・83歳・四倉)
- ラインでは 新人若い 日和田さん 取り敢えず 米寿を 目指す 腹八分 (賢治郎・79歳・勿来)
- 新人は 長短学べ 先輩の 新年号 目指す平和と 人の和を (中野喜久・85歳・平)
- 新社員 目上パートへ 頭下げ サンシャイン 完走 目指すも 香中止 (浮世人・76歳・内郷)
- 道譲る 青葉マークの 新人に 百歳を 目指す 食運 目指す 食運 (内海将行・77歳・小名浜)





# 世界の一杯

- 25 -

・シャンパンとスパークリングワインの違い

## スパークリングワインは総称

シユウシユウと泡立つワインを「シャンパン」と呼んでしまいがち。だけど、気をつけて！

スパークリングワインの種類の一つがシャンパンということ

ではスパマンテ。ドイツではシャウムヴァインと呼ばれます。さらに産地、原料、製法などによって呼び方が違ってきます。製法は大まかに3つ。1つ目は瓶内二次発酵。白ワインを瓶に詰め、糖分と酵母を入れて瓶の中で二次発酵させるという伝統的な製法です。2つ目はタンク内で二次発酵させる方式（シャルマ方式）で、大量生産が可能。3つ目は人工的な炭酸

【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認定日本酒学講師。日本ソムリエ協会認定ソムリエ。



【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認定日本酒学講師。日本ソムリエ協会認定ソムリエ。

- ・原発事故 (男性・59歳・内郷)
- ・震災 (女性・70歳・常磐)
- ・平成元年4月2日に結婚しました。4月1日に消費税が導入され、旅行の間、1円が財布に溢れたことが楽しい思い出になっています。(女性・61歳・泉)
- ・結婚して、子どもが生まれたこと。(女性・52歳・三和)
- ・忘れられない災害の時代でした。(原発、津波、地震)(女性・75歳・好間)
- ・東日本大震災。(女性・58歳・平)
- ・東日本大震災で屋根瓦がずり落ちたので、私が修理をしました。(男性・81歳・郷ヶ丘)

- ・仕事の関係で、平成元年に愛知県でマンション生活をスタートしました。平成25年に妻の実家のあるいわき市へ転居しましたが、ほぼ平成を通してマンションで過ごした日々が思い出されます。特に自治会の役員となって多くの人たちと交流したことが懐かしいです。(男性・64歳・自由ヶ丘)
- ・地震や豪雨の多い平成時代でした。(男性・65歳・泉)
- ・新しい時代が来る希望を抱いたのですが、自然災害が多かった気がします。個人としては有意義な30年でした。(女性・80歳・小名浜)
- ・忙しかった。(男性・56歳・泉)

## 【テーマ】 ・「平成」の言葉で 強く思い出すこと



- ・なんといっても、2011年3月11日の東日本大震災ですね。これは東京電力の原子力発電所の原子炉の崩壊ですね。単なる地震災害ではなく、原子炉の崩壊による高濃度放射能の発生によるこの進歩した時代においても処理に40年以上という非常に長い時間を要する大きな問題であると考えからです。平成の時代にあらためて放射能の扱いの難しさを再認識させられました。(男性・71歳・錦町)
- ・平成時代は地震などの震災が多かった。(男性・83歳・平)
- ・東日本大震災。(男性・76歳・郷ヶ丘)
- ・やっぱり平成元年に結婚式を挙げたことかな。(女性・53歳・四倉)
- ・我が家の息子(長男)が平成元年生まれです。1月28日です。昭和にお腹にいて、平成で生まれて名前が、祖母が『和成』と名付けました。その息子も今年結婚します。幸せになってほしいです。(女性・60歳・平)

- ・『絆』。平成23年3月11日以降、特にこの言葉の大切さを感じています。(女性・69歳・内郷)
- ・職場に平成生まれの新入生が入ってきたとき。(女性・62歳・内郷)
- ・子どもたちが結婚して孫4人になったこと。(女性・69歳・勿来)
- ・「昭和」が終わってしまうことの一瞬の寂しさと、「平らかな時代と成ってほしい」と思いました。次の年号が何に変わっても、それは同じです。子や孫のため。(男性・60歳・錦)
- ・災害が多かったことと、子どもの成長。(女性・62歳・四倉)
- ・東日本大震災。(女性・80歳・四倉)
- ・今年3月末で退職。平成が終わった。(男性・71歳・東田町)
- ・周りには平成生まれの人ばかりで、昭和生まれの私は寂しいです。(男性・75歳・湘南台)
- ・「平成」を発表した時の小淵さん。(女性・69歳・平)

## 暮らしの知恵

グループ旅行のルール

友人や知人とのグループ旅行には、家族旅行や一人旅とは違う楽しさがあります。ただし、協調性に欠ける人が一人でもいれば、楽しいはずの旅も苦痛に変わります。単にわがままだからというだけではないようです。「あれが食べたい」「あそこに行きたい」とズバツと言えたい人は、旅をアクティブなものにする原動力になります。反対に「駄目」と言える人がいれば問題ありません。一番嫌われるのは、楽しい気分を減退させる「ひと言」を発する人。旅には良くも悪くも予想外のことが起こります。アクシデントも含めて楽しめるかどうかにかかってきます。全て周囲の人がお膳立てしてくれた旅に参加して、自分は何もせずに文句ばかり言うのはルール違反。計画者に感謝して、みんなで旅を楽しもうという気持ちが大切です。

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)

- ★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

## 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  
等のサービスを提供しております

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

看・介護職員 募集中

サンライフゆもと 検索

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)

# 家族で仲間で出掛けよう! ゴールデンウィーク、 がやって来ます♪

今号では、『個処から』  
がおすすめする市内外の  
レジャー施設やおいしい  
ものが食べられるお店な  
どを紹介しします。

ぜひ、ご利用ください。



**天王川のせせらぎを聞いて、フレイクタイム**

**コーヒー・紅茶・ケーキ...**

定休日 毎週水曜日  
営業時間 4~8月11:00~17:30  
9~3月11:00~16:30  
Tel / 0246-89-2292 (ホスト・フリータイム)

遠野町入道野字天王 1

**300ヤードの練習場**  
ゴルフスクール生徒募集中

**荒川ゴルフクラブ**

**ダンロップゴルフスクール生徒募集**  
\*レッスン時間80分/ホール代込  
\*携帯、パソコンから24時間予約OK!

料金	月4回制(通1コース)	月8回制(通2コース)
正会員月会費	¥17,280	¥29,160
ジュニア月会費	¥10,800	¥16,200

いわき市市平上荒川字林分58-5 TEL(0246)28-2502  
FAX(0246)28-2524  
http://www.arakawa-gc.jp E-mail:info@arakawa-gc.jp  
早期営業(4月~9月) 5:00~7:00 営業時間 9:00~23:00

**動物たちに大接近!** **ふれあう感動**

放牧飼いの動物たち大接近!  
ふれあう動物たち大接近!  
動物たちと触れあう感動!  
動物たちと触れあう感動!

東北道二本松ICより車で15分 ☎0243-24-2336

**野生の王国 東北サファリパーク**

動物取扱職員 氏名 株式会社 東北サファリパーク 事業所の住所 福島県二本松市沢田1番地 年中無休  
http://tohoku-safari-park.co.jp/ 動物取扱職員の氏名 氏名 株式会社 東北サファリパーク 事業所の住所 福島県二本松市沢田1番地 動物取扱職員の氏名 氏名  
動物取扱職員の氏名 氏名 株式会社 東北サファリパーク 事業所の住所 福島県二本松市沢田1番地 動物取扱職員の氏名 氏名

**ゴールデンウィーク**  
**ランチバイキングプラン**  
4/28(日)~29(月・祝)  
5/3(金・祝)~5(日) 予約制

日帰りでのんびり温泉とお食事!

大人 3,500円 小学生 1,500円

※お食事(12:00~13:30)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(13:30~15:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(15:00~17:30)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(17:30~19:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(19:00~21:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(21:00~23:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。

**秋保グランドホテル** ☎022-397-3131

**Seasons ランチバイキング**  
ゴールデンウィーク限定  
5/3~6の4日間

温泉につかって、ランチして、ゴールデンウィークは大満足!!

10:00~15:00のロングステイ

日帰り温泉+Seasons ランチバイキング

大人 5,000円 小学生 3,500円

お食事(12:00~13:30)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(13:30~15:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(15:00~17:30)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(17:30~19:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(19:00~21:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。お食事(21:00~23:00)は「お食事 湯だまり」にてバイキングとなります。

**瑞鳳** ☎022-397-1111

**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。高野花見山にいらしゃいまして、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) 500円 200円  
子ども(小学生) 100円 100円

自然の中で草花と親しむスペース  
**高野花見山**  
いわき市内高野町広草 ☎0246-27-2537  
http://www13.plala.or.jp/koye-hanamiyama/k-hanamiteabreak.jp

**NGFハッパゴルフ教室 10週でレベルアップ!**  
**短期集中ゴルフスクール生受付中**  
毎週土曜日、週1回10週間のスクールです

【募集要項】 ●今からゴルフをはじめたいと思っている人  
●もう一度基本から学びたい ●安定したスイングを身につけたいと思っている人など、ぜひご参加下さい。

【料 金】 入学金 なし  
受講料 20,000円(実技使用ボール代込み)

【時 間】 ①午後2時~3時30分 ②午後7時~8時30分  
【開 講 日】 6月8日(土)  
※スクール中は、「ハッパ会員」扱いになります。

**株式会社 ハッパゴルフセンター** フレキシブルなシティホテル  
いわき市平南白土字ハッパ121 ☎(0246)22-3719 **Hotel Soleil**  
いわき市平南白土5丁目1 ☎(0246)22-9555

**いわき湯本ICから一番近いゴルフコース**

コンペ上位20名のスコアがプロのトーナメントのようにリアルタイムで楽しめる  
**リーダーズボード付GPSナビゲーションシステム搭載**

ゴールデンウィークのゴルフコンペご予約  
まだ間に合います!!!  
コンペをするならハワイアンズ!!!

**スパリゾートハワイアンズ ゴルフコース**  
〒972-8336 福島県いわき市湯本町上釜戸字橋ノ上216  
お問い合わせ専用電話 TEL0246-56-0113

**自然を生かし、森林に囲まれた丘陵コース**

**ゴールデンウィーク(10連休)プレー料金**

4/27(土)~5/4(土) ..... ¥8,500[食事付]  
5/5(日)・6(月) ..... ¥7,000[食事付]

●10連休中、ポイント2倍!

5月11日(土)~土・日・祝 早朝プレーはじまります。

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

**我笑用亭** お座敷カラオケ わっしょい

時間を気にせず楽しめるフリータイム制。  
カラオケは無料で歌い放題!

別室では囲碁・将棋も楽しめる!

☎0246-38-8333  
いわき市小川町下小川字上ノ台121  
営業時間 10:00~16:00  
利用料金 1,000円(持ち込み自由)  
日曜日は貸し切りも対応(要予約)

**鶏もも肉の一枚揚げ**

鶏もも肉の一枚揚げと、野菜の素揚げを薬味たれで食べる一品を作ろう。

①鶏肉と、作っておいた下味用調味料をよく混ぜ、20分ほど漬けておく。

②薬味たれの材料を合わせる。

③ナスは縦半分にした後、くし形に8個に切る。ピーマンは4分の1に切り種はたを除去。ニンジンも皮をむき、乱切りにする。パプリカは小さめの乱切りで2個。170度の油で素揚げし、油を切る。

④①の鶏肉を180度の油でからりと揚げ、器に盛り、野菜を添える。

⑤鶏肉を一口大に切った後、油を切って②のたれにくぐらせ、パットに取る。そして、熱したごま油を鶏肉にかける。続いて④の野菜も、②のたれにくぐらせる。

⑥鶏肉を一口大に切った後、油を切って②のたれにくぐらせ、パットに取る。そして、熱したごま油を鶏肉にかける。続いて④の野菜も、②のたれにくぐらせる。

お好みで、薬味たれに香葉、大葉、小ネギを加えてもおいしい。

◆材料(2人分)  
鶏もも肉1枚、ナス2分の1個、ピーマン1個、ニンジン5枚、赤いパプリカ少量、下味用調味料1酒大さじ1、しょうゆ小さじ1、かたくり粉大さじ2、塩、コショウ各少量、薬味たれ1酒大さじ2、薄口しょうゆ小さじ2、梅肉、おろしショウガ、おろしニンニク各小さじ2分の1、長ネギみじん切り小さじ1、揚げ油適量、ごま油小さじ2。

**鶏もも肉の一枚揚げ**

薬味たれをかけて

**平安会の作品が優秀賞**

いわき民報創刊60周年を記念し、平成18年に創設された「いわき民報ふるさと出版文化賞」の受賞作品がこのほど、決定した。本年度は10点が寄せられ、このうち、平安会(松村耕三会長)による、「古文書が語る野城の戊辰史」が優秀賞に選ばれた。

いわき民報ふるさと出版文化賞は、いわきの文化の発展に寄与することを目的としている。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、その他伝記・随筆など幅広い分野を対象に、市内在住者や市内に通勤・通学している人の出版物を毎年表彰している。

表彰式は3月19日、正月狂で開かれ、関係者約40人が出席し、受賞者に野沢達也本社長から賞状と副賞が贈られた。

受賞者のみなさん(選考委員もご一緒)

**自動車保険!! 見直しませんか?**

共済契約の手続きは簡単!!  
無事故による割引はそのまま継続

お得な掛け金で、**大きな補償!!**

あなたと創る...安心の**自動車共済**

※無料見積いたします!

**東北自動車共済代理所**  
一般社団法人 **いわき自家用自動車協会**  
☎0120-973-646

【本部事務所】  
いわき市内郷郷町1-138 ☎27-7521

【平事務所】  
いわき市平字尼子町1-21 ☎23-5544

【軽事務所】  
いわき市中部工業団地4-4 ☎72-0502

(TJK(業)02 2012.3)-01

**想いを一冊に。**

あなたの言の葉を本にしてみませんか?

写真集 小説 記念誌 自分史

印刷のことなど何でもお任せ下さい。

**八幡印刷株式会社**  
本社 福島県いわき市平字田町82-13  
TEL(0246)23-1471 FAX(0246)23-1473  
内郷工場 福島県いわき市内郷内町桜本135-2  
TEL(0246)45-1257 FAX(0246)45-1286  
E-mail:yahata@yahata-p.co.jp URL:http://www.yahata-p.co.jp

**四季折々のお料理**

割烹料亭 **正月荘**  
いわき市平字大町33-1 ☎23-3104(代)

別館 **月の花籠**  
いわき市平字大町43 ☎0246-25-2733

総合冠婚葬祭仕出し一式 仕出しセンター  
いわき市平字神谷字六本榎11-2 ☎85-5100

**ヤマニ書房**

代表取締役 小田 吉郎

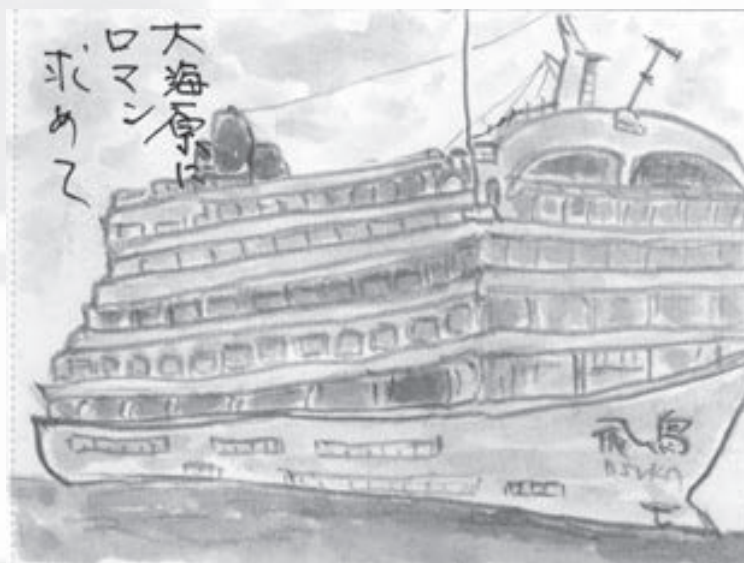
●本店/いわき市平字二町目7 ☎23-3481(代)  
●ラトブ店 ●エプリア店 ●湯本店  
●泉店 ●イオンいわき店 ●外部部

本の都市型専門店  
CULTURE AND FUTURE

**鹿島ブックセンター**  
代表取締役社長 小野 光弘  
いわき市鹿島町走熊字小神山18-8 TEL0246(28)2222

# 絵てがみ いわき だあいすき

— 5 —



## 「小名浜港2号ふ頭 豪華客船『飛鳥』入港」

でっかい、でっかいのにびっくり  
初めて近くで眺めましたが  
すごい一言です

平子正子さん (小名浜在住)

絵手紙教室あす実会

## 七拾六 薬



たんぽぽ

以前ある病院に入院した折、隣の患者さんの薬の飲み方が上手で、感心したことがあった。粉薬の袋の切り口を口に含むと、その袋の底の方を指でパンパンと弾くそのしぐさが、実に堂に入っていて、ベテランの患者さん(?)だと感服したものだ。なるほど、それをやらないと薬が底の方に残ってしまうとか。医師に指示されたわけでもなく、生活の知恵である。そう言えば、最近同じようなことをやっている自分に気付く。とうとう薬のみのベテランになってしまったかと、苦笑いしてしまった。それにしても年々薬の数が多くなった。しみじみと歳を感じるこの頃である。

# 墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部栄一 (植田町在住)

シニア世代のための  
設立つSNS講座 ⑦⑧  
【講師】久野 雅己

今回は、三大キャリア (au、Docomo、Softbank) のスマホ以外の格安スマホについてです。メールや写真撮影ぐらいで、スマホをそれほど使用しない場合でも月々の支払いが5,800円の方がいいのではないのでしょうか。

格安スマホの最大の特徴は、月額料金が安いことです。相場は、1600〜2500円 (端末代別) で、三大キャリアに比べ、月額3000〜5000円程度安いです。音声通話プランかデータ通信専用プランのどちらかを選択することになりますが、データ通信プランを選ぶと、月額料金が数百円のプランもあります。データ通信プランは電話ができなくなりませんが、通話アプリで代用が可能です。

その他、SMS (ショートメッセージ) をつける・つけない、基本データ容量を低容量に

## メリットやデメリットを把握し 自分に合った「スマホ」を選ぼう

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。

分ですることやLINEの年齢認証ができない、実店舗が少なく直接相談ができない、三大キャリアで使っていたメールアドレスが使えないことなどです。

その他、通信回線はレンタルのため、通信速度が遅くなる時間帯があったり、支払いはクレジットカードが必須なことが多いです。

三大キャリアのメリットは、通信速度が安定しており、店舗も多く直接相談が可能、家族向けプランも充実し、LINEの年齢認証ができることなどが挙げられます。

三大キャリアのスマホと格安スマホの特徴を理解し、メリットやデメリットを把握し、自分に合ったものを選びましょう。



格安スマホについて

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>



共同  
企画

# いわき民報で振り返る「平成のいわき」展開催

2019年4月26日(金)~5月6日(月) 10:00~20:00 **入場無料**

会場: 鹿島SC「エブリア」2Fギャラリー

新元号「令和」のスタートを記念し、いわき民報に掲載された「平成」の時代を象徴する記事と写真、約140枚を展示し、「平成のいわき」を振り返ります。

~記者が選んだ~【お気に入りの1枚】コーナー  
記者が撮った会心の写真をご覧ください。



■お問い合わせは、いわき民報社=☎(23)1666=まで。

主催: いわき民報社・株式会社鹿島ショッピングセンター



※展示する記事・写真は変更になる場合もあります

# 日本の神仏占い

2019年 5月

神様仏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ます。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いている神様仏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** 【天・木・五】 毎日コツコツ仕事をしてい  
はありませぬ。ですが、ときおり人々は考えすぎ幸運を逃  
してしまします。幸運をつかみ取るには勇気も必要なので  
す。◇開運の鍵…冒険映画
- 2月 命** 【天・御中・主神】 せっかくこの地球に生まれ  
大き、宇宙の広大さに目を向けて。家に閉じこもったり、  
仕事のことばかり考えていたりしてはもったいない。  
◇幸運の鍵…旬の野菜
- 3月 命** 【磐・長・娘】 見えるものだけにとらわれ  
します。目には見えないけど確かにそこにあるものを感じ  
ましょう。愛はそうしないと感じられないものなのです。  
◇幸運の鍵…メッセージカード
- 4月 命** 【倭・建・命】 何事も乗り越えてしまいう人  
信じて進みます。意識から「できなかったら他のことをし  
よう」という逃げ道を消し去れば成功に近づきましょう。  
◇幸運の鍵…根菜類の料理
- 5月 命** 【神・武・天・皇】 この街、この国の行方はひ  
決まるもの。世の中に文句を言うだけでなく自分自身も動  
くこと。小さな活動が広まれ流れも変わっていくのです。  
◇幸運の鍵…街の情報誌
- 6月 命** 【市・杵・島・姫・命】 小さな町を飛び出して大き  
小さなところでは気づけないたくさんの刺激があるでしょ  
う。そして、人生を左右する「本物」にも出会うでしょう。  
◇幸運の鍵…博物館
- 7月 命** 【埴・山・姫・命】 伝統的な行事や儀式を大切  
の祭具や手順には、古の時代から豊穡と無事を祈る魂が宿  
っているのです。あなたにも必ず幸せが訪れるでしょう。  
◇開運の鍵…お香
- 8月 命** 【天・細・女・命】 パートナーとの関係で大切  
を信じて。危機の時こそ長期的な視点で未来を信じ進  
みましょう。苦しい時はやがて記憶のなかに去っていく  
ます。◇開運の鍵…姿勢
- 9月 命** 【櫛・名・田・比・売】 身体とは、魂を乗せて運命  
物です。自分の身体がポロポロでは、しっかりと天命を  
全うできません。身体をいたわる時間を大切にしましょう。  
◇開運の鍵…郷土料理
- 10月 命** 【天・火・明・命】 内側から湧き上がる情熱を  
は無理だと思わずに、人がどう思うかなんて気にせず、  
自分に素直に進んでいきましょう。そこに必ず道は開けま  
す。◇開運の鍵…スニーカー
- 11月 命** 【つくよみのみこと】 命をつなぐのは食べ物であ  
る人。思いついた野菜や料理には、人の愛がこもってい  
ます。わたしたちは他の生命と愛で生かされているのです。  
◇開運の鍵…手をかけた料理
- 12月 命** 【少・彦・名・命】 壁を乗り越えるには、一人  
で考えて知恵を出し合うことです。さらに、悩んでいる  
より行動を。動くことで壁は少しずつ壊れていくのです。  
◇開運の鍵…インターネット

**クイズ&プレゼント**  
西野屋食品様提供  
10人に「みそしそ巻(はちみつ入り)」

今回のクイズはクロ  
スワードパズルです。  
お楽しみください。

マス目を文字で埋め  
て、クロス在完成させ  
たら、A-Iをつなげ  
て答えを出してくださ  
い。

【ヒント・人間ドッ  
グでおなじみ。体の断  
面を見ることができま  
す】

●タテのカギ

- 1 アニマルは動物
- 2 妊娠したお母さん
- 3 蒙古は幼児のお
- 4 うが甘いと相手に
- 5 少ないと貧血の一
- 6 風邪予防のため婦
- 7 子どもに人気のス
- 8 ポールなどが当た
- 9 急に運
- 10 砂蒸し風呂で有名
- 11 海水から作りま
- 12 紫外線
- 13 フレミ
- 14 働き過ぎはく死を
- 15 安産のお守りとし
- 16 子は何を映す鏡と
- 17 長十郎、豊水、二
- 18 針でチクツ。はん
- 19 く先三寸は口先だ

正解者の中から、10  
人に西野屋食品様(い  
わき市常磐提供の「み  
そしそ巻(ハチみつ入  
り)」(15本入り) 1個  
をプレゼントします。  
福島県産のハチミツを  
いわき市産の玄米みそ  
にたっぷり練り込み、  
しその葉を巻いて揚げ  
た西野屋オリジナルの  
みそしそ巻です。軽  
い食感としっかりとし  
た味わいで、お茶うけ  
に、ごはんのおかず  
にぴったり。お酒のお供  
にもオススメです。  
引き換え場所は、西



野屋本店直売所となり  
ます。詳細は、引換券  
となる当選はがきに記  
載します。  
希望者は、①クイズ  
番号、住所、氏名、年  
齢、電話番号を明記し、  
5月8日(必着)まで、  
編集室(下記参照)へ  
送ってください。

**4月号の  
当選者**

佐藤三子(平)  
国枝正博(自由ケ  
丘)六田沙登(中  
央台)熊谷まさえ(平)  
(四倉)遠藤紘子(小名浜)  
坂本潤子(内郷)草野雅仁(内郷)  
久保田ひさ子(平)山田加代子(常磐)

●ヨコのカギ

- 1 くポリーフは喉頭
- 2 ゴーヤチャンプ
- 3 薬液や血液などを
- 4 静脈に一定の時間をか
- 5 針でチクツ。はん
- 6 皮膚下、筋肉
- 7 子どもに人気のス
- 8 く先三寸は口先だ
- 9 急に運
- 10 生薬に
- 11 生産量世界
- 12 紫外線
- 13 フレミ
- 14 働き過ぎはく死を
- 15 安産のお守りとし
- 16 子は何を映す鏡と
- 17 長十郎、豊水、二
- 18 針でチクツ。はん
- 19 く先三寸は口先だ

＜前回の答え＞

ク	ル	ケ	ツ	カ	ク
ヨ	ツ	ウ	フ	ウ	カ
シ	ン	ド	フ	ウ	カ
ヤ	ゲ	ン	ド	フ	ウ
ザ	コ	ウ	マ	ス	ベ
イ	グ	サ	マ	ス	ベ
ザ	コ	ウ	マ	ス	ベ
イ	グ	サ	マ	ス	ベ

ザイタクケア  
在宅ケア

＜5月のいわき市内街頭献血予定＞

5日 9:00~13:30 大東銀行植田支店隣 (植田町歩行者天国会場)	16日 9:00~16:30 小名浜市民会館
12日 9:30~11:30 13:00~16:30 イオンいわき店	26日 10:00~11:30 13:00~16:30 鹿島ショッピングセンター

※いわき血液センターの献血受付  
【400ml献血基準】  
男性17~69歳、女性18~69歳で  
ともに体重50kg以上  
毎週火、木、土曜日(祝祭日含む)  
時間は9:00~11:30、12:45~  
16:30(全血献血は17:00まで)

問い合わせ 福島県赤十字血液センターいわき出張所 0246(29)5624

いわき市内の情報満載!!  
新いわき民報を  
購読しませんか?

●タブロイド判 ●日曜日・休刊日以外毎日発行  
●購読料:月額2,150円(税込)

**1週間無料で、試読紙を配達します**

※一部配達できない地域がございますのでご了承下さい。

いわき民報購読についてのお問い合わせ、お申し込みは  
株式会社いわき民報社 販売部  
TEL0246-23-1666 FAX0246-24-2168  
http://www.iwaki-minpo.co.jp E-mail:adv@iwaki-minpo.co.jp