

毎月第4月曜日発行

2020 1月 新春 第156号

無料 いわき・南相馬・相馬 63,000部発行

こころ 個処から

読者をつくる情報紙

- ＜今月の紙面＞
- ◆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)
 - ◆年始のごあいさつ (4・5面)
 - ◆絵手紙スケッチ (6面)
 - ◆墨と水の世界 (6面)
 - ◆日本の神仏占い (7面)



飛翔

撮影場所：錦町鮫川河口 撮影日時：2019/1/28
 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 74歳
 コメント：「鮫川河川には一年を通じてシラサギが渡りの途中に見かけます。ダイサギの飛翔にシャッターを切りました」

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

量一筋150年の実績!
 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
 1枚〜可 家具移動もお任せ 即日納品OK (見積無料) フリーダイヤル 0120-25-2949

県知事許可 (有) 中村畳店 平材木町19

好評です! 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。
 にしん・さんまの煮魚、各種焼魚、オードブル から揚げ、コロッケ、サラダ、 各種煮物など豊富な品揃え
 〒973-8411 いわき市小島町二丁目16-5 ☎26-2566
 ◎10:30~18:30 ◎日曜・祭日(予約があれば営業します)

味の蔵 手づくり惣菜

Princessメルヘン屋はプチ改装しました!素晴らしいお洋服、バッグ、雑貨がたくさん! お立ち寄り下さいね。車のアプリース...199エンレッドスムーラー¥6000...399エン (賞味期限が近いためこのお値段!)

10歳まで見せるお洋服を 見つけに来て下さいね...

素敵なお洋服を... 年末年始に 素敵なお洋服を...

おしゃれなファッションの店 **メルヘン屋**

インナー	2,470円
ジャケット	4,900円→3,990円
パンツ	6,900円→4,270円
レギンス	770円
ストール	1,880円

ヨークタウン大原(小名浜) ☎0246-92-1688
 ヨークベニマル浦本南店(常盤) ☎0246-43-6685
 princessメルヘン屋 ☎0246-92-5383

社員募集

▷記者兼広告営業職 1名

- ◎普通自動車運転免許
- ◎委細面談
- ◎電話連絡後、履歴書郵送下さい 追って面接日を連絡致します

〒970-8026 いわき市平字田町63-7 ☎23-1666
 いわき民報社総務局

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

車スペース併設で お子様連れでも安心!

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 ☎0246-25-7010
 〒970-8026 いわき市平字中町20-1

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!!

本日に必要な補償を選ぶ時代。だから自動車共済です。

安い掛金! 大きな安心!

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 (一社) 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

加熱式、そろってます。

(有) 大竹唯之商店
 いわき市内郷綱町金谷8の4
 TEL0246-26-3215 日曜・第3土曜日定休

訪問 機能訓練・はり・きゅう・マッサージ

からだ元気治療院

●「体験治療」を受けて頂きながら、ご要望やご相談をお聞きしてまいります。まずは、お電話にてお問い合わせください。

☎0246-51-8090

【営業】9時~18時(日・祝定休)
 いわき市内郷綱町金谷9-1-101
 ※鍼灸師・マッサージ師募集中!!

お部屋に直接伺いする治療院はご存知ですか?
 《病院や治療院に通うのが困難な方》のための治療院です。
 お身体にお悩みのある方は、お気軽にご相談ください。

※お医者様の同意書があれば「健康保険証」が使えます。

様々な着こなしが楽しめる「さかさま2wayボンチョ」。
 着物・洋服どちらにも合わせやすく、カンマイ100%なので、これ1枚で寒い冬も暖かく着物生活を楽しめます!

◆さかさま2wayボンチョ フリーサイズ・モンゴル産カンマイ100% 65,000円(税別)

よるづ屋 オリジナルブランド

新春イベント予告
 今春の大規模な買い
新春初売り 福の市
 正月9日・10日・11日・12日
 ●ご来店感謝お年玉 ●プレゼントが当たるおみくじ ●福袋

新春オリジナル草履お話し会
 浅草草履の老舗「柏美」の職人が、あなただけのオリジナル草履をお話しします。草履はあんなに地とおしゃれな花柄が決め手!是非、この機会にご利用下さい。
 ●オリジナル草履のお話し ¥16,200(税別)〜
 ●花緒と台の交換 ●草履・バッグの修理

和装館 よるづ屋いわき店
 いわき市平字三倉69-8
 TEL0246-85-5298
 営業時間 10:00~18:00
 定休日 毎週水曜日

第129回バラエティショー 東京チンドン倶楽部 新春ショー

～皆さまとご縁をつなぐ、昔懐かしいチンドン屋さん～

プロフィール
 全国のチンドンコンクールで上位入賞など、豊富な経験と確かな実績を持つ実力派のちんどん屋。チンドン太鼓やゴロス(大太鼓)など、様々な楽器を使って、懐かしの名曲から流行りのメロディーまで奏でる。全国の商店街の賑や、飲食店・パチンコ店等の新規開店イベント、福祉施設でのパフォーマンスや出し物など、幅広く活動している。

1月6日(月) 開場 午後1:00 開演 午後1:30 場所 こころの駅御宿ぶどうや
 どなたでも参加できます。詳しくはお電話にてお問い合わせください。

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!

- ☑特別養護老人ホームを待っているが、なかなか空かない。
- ☑ショートステイを使っているが、自宅との行き来が大変だ。
- ☑病院から退院したばかりで、自宅で生活するのが大変だ。
- ☑認知症や介護度が高いため、自宅での介護が難しい。
- ☑遠方に住んでいるが、住み慣れた「いわき」で安心して暮らしたい。

1つでも ☑があったら ご相談ください。

看護師・リハスタッフが充実した健康管理 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し!! 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88,500円(内 家賃50,000円、管理費18,500円、元付 状況別生活相談費20,000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 採用担当 よこやま http://kokoronoeki.jp/

一緒に働く仲間募集!!

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。各施設のデイサービスの行き来など、利用者様はその日の気分によって、利用する施設を変えることが可能です。

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/

脳活カフェ 元気塾 第2火曜 午前10:00~午前11:30 参加費:500円

生活習慣を身に付けて、仲間と元気で健康な毎日!

特定非営利活動法人 いわき介護予防支援の会(かこ) 理事長 関内きえ子

シルバーリハビリ体操 参加費無料

概ね60歳以上の方向けの体操です。飲み物・タオル・運動靴をご持参ください。市長認定指導士が、丁寧に指導します。

第1、第3火曜 午前10:00~午前11:30

株式会社 こころの駅 TEL 0246-54-5000 福島県いわき市小名浜字中原16-1 http://kokoronoeki.jp/

冬のおくりもの
PART I →12/29 入場無料
PART II 1/3→1/12 0246-69-2390
恒例展。Vagrieの財布やバッグ、小物の他、和紙の干支、器物、布物などを展示している。11:00～17:00。月、火休廊。
ギャラリー昨明 いわき市田人町南大平字川平 35-4

-手仕事の技と美-日本の古布展-19
1/2→1/13 入場無料 0246-29-3826
古布を使った洋服・バッグ、人形、細工物などを展示し、丁寧な仕事の日本の布文化を紹介する。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

ギャラリー情報
& イベント案内

パッチワーク土曜教室
1/18 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

新世紀福島支部小品展
→1/5 入場無料 0246-62-2327
新世紀美術協会福島支部会員の小品展を前・後期に分けて開催する。8:00～19:00。
画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

常設展示・販売
12/23→ 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

伊勢崎卓紳創競展
1/18→1/26 入場無料 0246-29-3826
当画廊で7回目となる伊勢崎卓、紳、創、競さんの4兄弟展。4人それぞれが土と炎で創り出す備前の器を展示。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

モナミ会新春展
1/7→2/7 入場無料 0246-62-2327
新春を飾るモナミ会員の絵画展。濱田正弘、大塚浩司、大山登、斎藤武、今泉主、広瀬諭、大内重子さんが出展。1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

乳母車のおばあさん
12/23→ 0246-23-5658
9:30～11:30
乳母車で子守りをするおばあさんを作る。材料費・受講料は問い合わせる。受け付けは12月23日から。
布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

かいわい陶仏教室
1/21、22、23 受講料 各回1800円 (材料費、焼成代込み) 0246-23-8411
10:00～11:45
お地藏、観音、歳時記、動物などを制作。好きな日を選び受講できる。未経験者もOK。1月22日は13:30に開講。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

年始めアートのある生活展
1/11→1/19 入場無料 0246-23-8411
日本画や絵画、版画、陶芸作品を展示。心に残るアートとの出会い。会期中無休。10:30～18:00。
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
12/23→ 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。「第八回書き初め展」を開催いたします。詳細はWebまたは電話で。水曜休廊。
金澤翔子美術館 いわき市遠野町根岸字横道 71

第50回諸流いけばな展
1/25・26 入場無料 25日10:00～16:30 26日10:00～16:00
池坊、小原流、梶井華道会、いけばな松風、草月流、龍生派(流派名順不同)の作品展。いわき市華道連合会主催。
市生涯学習プラザ大会議室 いわき市平字一丁目 1

新春恒例 古伊万里展
1/11→1/20 入場無料 0246-56-0264
江戸年間肥前の国で生まれた染付や色絵の磁器を紹介する、当画廊新春恒例の古伊万里展。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

おめでとうございます
12/23→ 0246-23-5658
9:30～11:30
新年のごあいさつをする振り袖姿の女の子を作る。材料費・受講料は問い合わせる。受け付けは12月23日から。
布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

鈴木久幸 木漆芸展
1/25→2/3 入場無料 0246-56-0264
今展で当画廊10回目となるいわき在住の鈴木久幸さんの木漆芸作品を展示する。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

新春を飾る和の心展
1/11→1/26 入場無料 0246-62-4188
新しい年にふさわしい掛け軸やミニびょう風、はがき掛け、器などを展示する。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

第7回文字絵展
→12/24 入場無料 0246-56-9101
絵と書の合体した、平安の蘆手描きや江戸の看板に見る合字のユーモアにとどまらない新しい表現を試みる。10:30～18:00 水曜休廊
アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

山本一仁陶展
1/28→2/8 入場無料 0246-21-3541
織部にこだわって作陶する山本一仁さんの同ギャラリー6回目の展示会を開催。使い勝手の良い作品が並ぶ。2月3日休廊。
陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

新春特別展
第13回新春特別展
1/11→1/28 入場無料 0246-56-9101
恒例の新春特別展。「精鋭作家たちを迎えて」と題し絵画、陶芸、創作人形ほかを展示。10:30～18:00(最終日は16:00) 水曜休廊
アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

あたたかいもの展
→12/30 入場無料 0246-21-3541
真木テキスタイルスタジオ、余白の洋服、シーブレーンのはなもっこ、はりやの時絵の時計が届きます。
陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

靴を脱ぎ玄関に上がる際は、前を向いたまま上がり、自分の靴をそろえて向きを変えます。中央の上がりやすい場所を空けるように、端の方に置きます。先客の靴が乱れていたら、ついでに整えましょう。前向きに入ったままの靴があったら、さりげなく直しておきましょう。自分の靴は先客の靴よりも外側に置くようにします。迎える側が手を離せず出迎えられる時、代わりに玄関に行くこともありますが、中央に靴があれば端に寄せ、来た人が入りやすいようにします。迎える人が誰でも履けるようにサンダルを用意をしましょう。

玄関で脱いだ靴
ホームパーティーなどで、集合時間を決めずに人が集まってくる場合、玄関の靴が雑然としやすいものです。招いた人が出迎えた時に整えるのは当然ですが、客として迎えられる場合でも気配りをしたいものです。

暮らしの知恵

個処から川柳

お題は「抜く」「腹」

松を抜けば 豊かな香り 新ワイン
外交も 夫婦も腹の 探り合い
手を抜かず やりきる姿 懐かしい心打つ
腹一杯 食べた昔が 懐かしい心打つ
先輩を 抜くまで投稿 川柳を
晩節に 心も腹も よどみなし
解かってます 脂肪を抜けばよい事は
お年玉 腹づもりする 孫の 年齢
孫勝ちで 悔しさ抜いた 負け将棋
バイキング あっという間の 腹まわり
右脳左脳 腹筋一寸生真面目 抜いてみる
隆々の左脳 腹筋あつた 二十歳ごろ
白髪抜く 會孫の指先 柔らかし
朝ドラの 信楽狸 白き腹
カケツコは 昼まで待てぬと 子どもたち
合図する 昼まで待てぬと 腹が鳴る
福島の 銘酒自慢した 栓を抜く事
増税にの 腹は据わった 買わぬ事
時々 氣を抜き心は 洗いの友
腹割って 話せる夫は 終いの友
振り向く 孫を抜く 腹掛けを
孫寝冷え 金太郎の 腹掛けを
しょうじんで レンコンシルシ つら抜いた
腹をさめ 感謝の氣持ち かつらに
會孫に 身丈越されて 嬉しがら
腹八分の 守り守りて 今が有り
歳だけは 抜かれもしない 抜きもなし
おかげ様 正確ですよ 腹時計
息抜かぬ 教皇核廃 平和道
B29 勝利信じて すすき
マラソンで やってみたいわ ござり抜き
腹八分 わかってるけど 欲に負け
(深瀬あけみ・65歳・四倉)

【募集】 編集室では、川柳を募集しています。お題は「至る」「福」。お気軽に編集室まで(本紙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。1月7日必着





世界の一杯

- 34 -

・お屠蘇
気分です...

元旦の朝に家族で「屠蘇」を

もういくつねるとお正月うら
あつという間に年の瀬ですね。
来年はオリンピックイヤー。だか
らこそ日本の伝統文化をあらため
て見直す年でもあるように感じま

す。そこで今回はお正月に飲む祝
い酒「屠蘇(とそ)」のお話です。
屠蘇とは酒やみりんに生薬を
漬け込んだ薬草酒で、日本のリ
キュールの元祖ともいわれていま

す。そこで今回はお正月に飲む祝
い酒「屠蘇(とそ)」のお話です。
屠蘇とは酒やみりんに生薬を
漬け込んだ薬草酒で、日本のリ
キュールの元祖ともいわれていま

屠蘇散はドラッグストアで入手可
能。お好みの日本酒に浸せばOK。
皆さま、良いお年を!

す。元旦の朝に家族全員で屠蘇を
飲み、向こう一年間の邪気払いと
延命を願うのです。もとは中国の
風習でしたが、日本へは平安時代
に伝わり、次第に庶民へと浸透し
ていきました。諸説がありますが、
屠蘇の文字は「邪気を屠(ほころ)
たましいを蘇(よみがえ)らせる」
という意味を持つそうです。

【プロフィール】
緑川 明日香 (みどりかわ あすか)
39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。

2つ目の変更
は、サムネ
ルの下に、チャ
ンネルのアイコン
が表示されるよ
うになりました
。3つ目は、
プレビューの解
像度が上がり、
より鮮明にプレ
ビュー動画を見

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

今日は、牛肉のうま
味で大根をしっかりと煮
詰めて作る「牛肉と大
根の炒め煮」を作りま
す。

- ①まず、牛肉は、や
や厚めの一口大に切
る。大根は皮をむき、
6等分にくし形に切っ
てから、一口大の乱切
りにする。シメジは根
元を除いて、1本ずつ
にほぐす。ホウレン草
は、洗ってから下ゆで
をして冷まして水切り
をし、根を除いて長さ
5センチ切る。
- ②ホウレン草に塩、
コショウとごま油をも
み込んでおく。
- ③フライパンに炒め
油を熱して牛肉を炒め
る。大根を加えてよく
炒める。シメジと中華
味調味料、酒、水、しよ
うゆ、砂糖を加え、焦
げないように煮詰めて
いく。味の調整は、しよ
うゆと砂糖で行い、全
体のバランスを取る。
- ④器に③を盛り、ホ
ウレン草の上に添え
る。



牛肉と大根の炒め煮



しっかりと煮詰める

みのもろもろで使えま
す。また、長ネギ、小
口切りの唐辛子、粒ざ
んしょうを加えてもい
いでしょう。

◆材料(2人分)
牛もも肉160g、
大根4分の1本、シメ
ジ4分の1パック、ホ
ウレン草1株、酒大き
じ2、しょうゆ大きじ
1、中華味調味料(か
りゅう、またはガラ
スープのもと)、砂糖
各小さじ1、水100
cc、塩、コショウ各少
量、炒め油大さじ2、
ごま油少量。

暮らしの知恵

・お酒を無理に
勧めない

自分が飲むと同時に人
にも勧めがちですが、
体質によってアルコー
ルを全く受け付けない
人もいるので、無理強
いは禁物です。お酒が
飲めないことを「つま
らない」とか「気の毒
だ」とかいう人がいま
すが、これも一種のハ
ラスメントと受け取る
場合もあります。飲め
る人も飲めない人も居
る人も飲み過ぎるよう
に心当たりがあるよう
にしましょう。

最近ノンアルコール
のビールやカクテル
も豊富で、飲めない人
も雰囲気を楽しめるよ
うになりました。幹事
はその点も配慮すると
よいでしょう。

「パソコン」版で新機能を追加 ホーム画面のデザイン変更も

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。

「キュー」に追加の
使用で好きな順番で動
画再生が可能となりま
すが、「後で見る」と
は違い、ブラウザを閉
じると、キューは消え
てしまいます。

シニア世代のための 役立つSNS講座

【講師】久野 雅己

デザイン変更と新機
能が追加された、ユー
ザーインターフェース
です。デスクトップ及び
タブレット版のユー
ザーインターフェース
の「ホーム」画面
デザインが変更され
、新機能の追加も発
表されました。パソ
コンでユーザーの画
面を開くと、二つの
動画のサムネイルの文
字が大きく表示される
ようになっています。

その結果、画面上に
表示される動画の数は
減少しました。サムネ
イルは、動画の内容を
表現している画像で
す。表紙のようなもの
で、動画を見るか選択
する際に、サムネイル
が判断基準となるた
め、タイトルと同様
に、再生階数を増やす
ために欠かせないもの
です。

計のマークの上にカー
ソルを置くと「後で見
る」というボタンが表
示され、選択すると「追
加済み」と表示がかわ
り、スマートフォンや
タブレットでも指定し
た動画を見ることがで
きます。「追加済み」は、
後で見るとして保存さ
れた状態が解除されま
す。時計の下のマーク
の上にカーソルを置く
と、パソコン版のみ
で「キュー」に追加」と
いう機能が使用できま
す。現在再生中の動画
を中断せずに、次に再
生する動画を指定する
機能です。

いま注目のスポット!!

つげもの工房 西野屋

恒例の新春初売り!
お得なセットを販売

1月2、3日の両日、個数限定商品「お漬物
福箱」を販売する。人気商品の松前白菜漬
けやいかん参、えごまだレッシングなど、20
00円相当の商品4種を詰め合わせたお得な
セットを1000円(税別)で販売する。

【住所】いわき市常盤上矢田町田端8の1
【電話】0120-66-2828
【営業】9:00~18:00

あいばるホール アデイ勿来会館 ファミリーホール アデイ勿来館

アデイ勿来会館移転
国道6号沿いに開場

アイバルグループが運営する葬儀場「アデイ
勿来会館」が国道6号沿いに移転開場した。
通常90~100席まで対応、最大300席ま
で用意できる。家族葬、小規模葬儀用として
「ファミリーホール勿来館」も新設した。

【住所】いわき市錦町ウツギサキ59
【電話】0246-63-7000

ステーキハンバーグ&ブレッドパ ー KEN(けん)いわき泉店

チョコレートフォン
デュ期間限定で提供

期間限定でチョコレートフォンデュを店内の
「ブレッドバー」で提供している。本格的な
味わいとおいしい好評だ。メイン料理を注
文すると利用できる。平日ランチタイムは
「ブレッドバー」の注文が必要となる。

【住所】いわき市泉町滝尻字南坪48
【電話】0246-68-6129
【営業】11:00~22:30(L.O.22:00)

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】
いわき市平字倉前109-10 ☎21-3744

新年もよろしくお願いたします。



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

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

2020年1月1日

みなさまのご多幸と
ご活躍をお祈りいたします。



新春のご祝詞を
申し上げます。



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



2019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。

2020年も、どうぞよろしくお
願いいたします。

皆さまにとって、

2020年も、幸多き1年であり
ますように。

個処から編集部一同

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。

木村ミルクからおいさと
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

ゴルフの上達は、正しい基本から!

1月期生 受付中

【毎週木曜日コース】

①午後2時~3時半 ②午後7時~8時半

入学金 無料

テキスト代 5,000円

受講料 20,000円(1教程10通分・実技使用ボール代込み)

※4教程40週にて修了となります。同時に修了証を発行いたします。

開講日 1月30日(木)

無料体験ゴルフ教室

★ゴルフを始めたい。(貸クラブがあるので手ぶらでOK)

★ゴルフを始めたいけど、どうしたら上手くなるの?

★スコアの伸び悩み…

★ゴルフ教室って、どんな感じ?

1月16日(木)・23日(木)

午後2時~ 午後7時~

30分程度の教室体験です。

株式会社 ハッ坂ゴルフセンター

いわき市平南白土字ハッ坂121 ☎(0246) 22-3719



伊万里の赤絵皿等
お正月を彩る
器の数々……。
ぜひご覧ください。

ギャラリー さとう

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いたします!

年始は1月7日(火)から放送します!

あなたといっしょに
ホッとひと息生放送



げんきん
MON-FRI

あさ月~金 9:55放送

年始は1月6日(月)から放送します!

ニュースは早く、深く、やさしく、

福島の今を皆さんと。



スタふくしま

毎週月一金

夕方 6時15分

第11回 ワールド・ドニー
ダンス&健康フェスティバル
2020年
2/23日
14:00開演
(13:30開場)
出演
ドニー&Junko, Alka
ペリー・ダンス・オブ・ザ・ランド
ドニー・カル・ダンス・オブ・ザ・ランド
ダンス・オブ・ザ・ランド

いわきの元気印ドニー&ジュンコ
キンスマよりライブでしょう!

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
TEL0246-26-5050

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。



有限会社 ナガヤマストア
ラトブ店 いわき市平字田町120 ラトブ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

2020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。



35周年特別企画
平日月火水のみ
放題コース
90分飲み
12月・1月限定
ご予約受付中



5,000円

お田村
0120-77-1345

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 900円
日替わりランチ 1100円
健康ランチ 1100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 9:00~16:00
休 日曜、水曜、祝日

◆子の由来◆
子(ねずみ)は、
子の本来の読み方は「し」。「子」は、「増える」を意味し、植物が子孫を増やそうと成長しはじめる種子の状態を表していると解釈されています。これを「ねずみ」としたのは、庶民に十二支を浸透させるため、動物の名前を当てたそうです。



HUSTLER
新型ハスラー
COMING SOON!



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字甲新地8-1
TEL.0246-53-3834 FAX.0246-53-3962

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・4水曜日定休
ホームページ <https://endosp.jimdo.com/>

このただつぷるい
いわきの片隅で
〜いわきの女性(ひと)〜
-4-

私にできること

「今日も、ヒラコボに行ってみようかと思っ
てんだけど!息子が言った。『昨日の大雨で、
また浸水したの?』」家内が尋ねた。「先輩ら
の実家?」「いや、それは、行ってみねっか
分かんねけど...」息子が続けた。「何か、作
業着みたいなねえげ?」家内は、縫い物を
置いて立ち上がった。「これはどう?」と
奥の方から家内の声が聞こえた。「ありがと
う!」でも、もういいわ!と息子。

「筋子のおにぎりつくるか?」仕度を終え
た息子に私が尋ねた。「これから、力使っ
たっべがら!」「いいねえ。好物の筋子に、
朝飯はいらないと言っていた息子の食指が動
いた。あいにくろりを切らしていたので、お
わんにラップを敷き入れ、白米、筋子、白米
の順にラップごと握って息子に見せた。「塩
つけてねえけど?」「えっ!塩なし?」そ
れはないでしょう、という顔で息子が笑っ
た。

私は、ラップをはがして手のひらに塩をつ
け、直に白米を握った。それを息子に渡しな
がら(今、私にできることは、これくらいか
な?)と、その時、「どんな災難にも、どの
ような不快な状況、失敗あるいは肉体的苦痛
であっても、そこには、それに見合うだけの
利益のタネが含まれている」ナポレオン・
ヒルの声が、続いて(曲がり角を曲がった
先に何かあるのかは、分からないの。でも、
きっと一番良いものに違いないと思うの)
という赤毛のアンのつぶやきが聞こえた。

何かを成し遂げようとしている全体的の方
に、今(個処から)これらの言葉をおくりま
す。

ホロスーK(元保健体育教員・62歳・常盤)

☆面白い母親や家族のちょっといい話を
通して『ライフスキル(心の能力)』を
描くホロスーKさんのエッセーを連載し
ます。

・毎年思うことですが、健康のためにもダイエットしよう!! (女性・58歳・鹿島町)

・ずばり健康です。今、私は歯科に通っています。来年はすてきな歯になりますよと、先生がおっしゃりました。にっこり笑える一年でありますように。(女性・52歳・小名浜)

・仕事で周りに迷惑をできる限りかけない。(女性・50歳・四倉)

・買い過ぎない!! 今回水害で予期せぬものを捨てることに...。逆に言えば、必要最小限で大丈夫ということに気付くことができたから。(女性・52歳・平)

・2020年は生きる。台風19号でもう少しで命がなくなるところだったから!! (女性・58歳・四倉)

・太極拳を習って数年、来年は中伝に挑戦し、ますます健康な体を維持したいと思います。(女性・71歳・平)

・テニスの上達。優勝したいので。(女性・67歳・平)

・宝くじに当選すること。一年健康で。(女性・67歳・桜ヶ丘)

・来年からはいろいろ悩んだりせず、少しわがままに生活したいと思います。残り少ない人生です。(女性・73歳・平)

・オリンピックの都市ボランティアで活動し、福島、日本のために少しでも応援して頑張る!(女性・54歳・平)

・今年健康状態が悪くなかったから、来年は健康で乗り切りたい。(女性・55歳・平)

・いわき市民俳句大会で入賞。長年俳句をたしなんでいるが、2019年は不発に終わったので、2020年はぜひ入賞を狙いたい。(女性・74歳・小名浜)

・じぶんのしたいことをたくさんしたい。毎日笑って過ごしたい。(女性・52歳・中央台)

・趣味・孫の世話など、元気で続けていきたい。オリンピックを見に行きたい。(女性・64歳・平)

【テーマ】
・2020年の
抱負とその理由

読者の声

海鮮市場
いわきららミュージアム



いわき・ら・ら・ミュージアムは、新鮮な魚介類を販売する鮮魚店や、美味しいグルメが楽しめるお食事処、いわき土産などの個性あふれるお店が揃う、いわきのいいものがギュッと詰まった観光物産センターです。その他、小名浜港観光遊覧船やいわきの文化・歴史が学べるミュージアムなどいわきを存分に満喫いただけます。ご家族やご友人のみなさんで楽しい一時をお過ごしください。



いわき市観光物産センター
〒971-8101 福島県いわき市小名浜字辰巳町43-1
TEL.0246(92)3701
HPアドレス <http://www.lalamew.jp>

配達アルバイト員急募

■業務内容■ 夕刊配達(いわき市内各地区)
■時間■ 午後3時ごろから2時間ぐらい
■資格■ 年齢不問

地元にお住まいの方、バイクを持ち込める方大歓迎
配達経験のない方でも丁寧に指導、説明致します。
お気軽にお電話ください。

お問い合わせは
いわき民報社・販売部 ☎23-1666へ

絵手紙 スケッチ 羅漢さんのひとりごと

— 1 —

羅漢（阿羅漢の略）とは、最高の悟りを得た尊敬や施しを受けるにふさわしい聖者のこと

（平藤間地区・安祥院にて）



平子正子さん（小名浜在住）

絵手紙ティーワン

八拾四

また会えますように



雪中南天

お金を数える仕事をしていると、お札の表情が気になる。表情といっても皺（しわ）のほうである。細かに折ってあるもの、無造作に丸めたようなもの、角が千切れたもの等々。たまに新券のような折り目のないきれいな札に出会うと何故かホッとします。

ある時、一万円札の裏側に落書きのあるものを発見、書かれてある文字を見て思わず笑ってしまった。「また会えますように」…いたずらとは思えないような達筆な字である。…その気持ち分かるなあ、でもお札に落書きはいけない。そんなときは、そっと心に念じればいい。どなたか分からないが、思いが叶うことを祈るばかりである。

墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一（植田町在住）

みなさん、個処からに、載ってみませんか？

編集室では、読者のみなさまから川柳や写真、エッセーなどを募り、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『個処から』を目指していきたいと考えております。

1. 川柳…今回のお題は、「至る」「福」
 2. 『私の宝物』シリーズ…子どもの頃から大事にしている物、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. エッセー…日頃、何気なく感じたことや、ぜひ伝えたいことなど。
- ・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、当編集室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

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)

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/>

★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 看・介護職員 募集中

☎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・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)

日本の神仏占い

2020年 1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。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 占**【猿田彦神】思い切って一歩を踏み出せないような未来が待っています。大丈夫、あなたは守られています。◇幸運の鍵：梅の絵柄
- 2月 占**【石長姫】時は必ず流れます。今がどい出となる日が来るのです。苦しみも悲しみもあなたの強さになるでしょう。強く優しいあなたはきつと幸せになるでしょう。◇幸運の鍵：手鏡
- 3月 占**【大國主命】変化の時代がやってきました。苦難を乗り越えました。そして、今度は自分のために未来を生きなければなりません。自分を幸せにあげましょう。◇幸運の鍵：勾玉
- 4月 占**【天照大御神】これまでは分断の時代でした。今こそ一つになって進む時。新しい未来に向けて、良い仲間と理想と希望を語り合いながら進みましょう。◇幸運の鍵：日光浴
- 5月 占**【八咫鳥】広い視野と高い視点を持つ鳥のような視点で全体を俯瞰（ふかん）するのです。すると、問題の根本的な部分や解決の糸口などが見えてくるでしょう。◇幸運の鍵：哲学の本
- 6月 占**【菩提達磨】魔の手は心の隙や弱みに人々からは距離を置き、本当に真面目に生きていく人たちと付き合います。すると、良い人生となるでしょう。◇幸運の鍵：ミニ達磨
- 7月 占**【倭建命】この世は全て自分という窓を通して見ている世界。人それぞれに見える世界も景色も違うもの。もしも相手に賛同できなくても、まずは相手の世界を知ろうとする事が大切です。◇幸運の鍵：ペーパーナイフ
- 8月 占**【兼師如來】心の健康、体の健康は自分自身を大切にすれば、あなたをないがしろにする人は去っていきます。◇幸運の鍵：木のスプーン
- 9月 占**【須佐之男命】今、大切なのは腹を決める前に進むこと。うまくいか、いかに、そればかり心配していても何も変わりません。前に進めば展開はあります。◇幸運の鍵：白濁の温泉
- 10月 占**【伊弉那美命】ファミリアと呼べる仲間あなたにとって大切な場所になっています。そこで心を癒し、そこで元気をもらい、また前に進むエネルギーとなるのです。◇幸運の鍵：赤いブローチ
- 11月 占**【天宇受売命】好奇心とは、常識を生きる心の動き。好奇心が湧いたら、好きなこと、気になることを楽しんで。自分が満たされると生きる力が戻ります。◇幸運の鍵：月齢カレンダー
- 12月 占**【市杵島姫命】お金を適当に使えばお金にしてお金に嫌われます。お金の付き合いか、人付き合いかと同じように誠実に。すると、お金に好かれて過ごせます。◇幸運の鍵：新しい財布

クイズ&プレゼント 善林庵様提供 5人に「オーサワのおやつ昆布」

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5人に、オーサワのおやつ昆布(10グラム入り)1袋をプレゼントします。天然みついし昆布を使用した食べやすい一口サイズの乾燥昆布です。無添加なので噛めば噛むほど昆布本来の自然

なうまみと甘みが広がります。ぜひ、ご応募ください。引き渡し場所は、善隣庵様となります。詳細は引換券となる当選クで楽しみにしてください。



希望者ははがきに①クイズの答え②「東京2020オリンピック」で楽しみにしていること③郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、1月7日(必着)まで、編集室(下記参照)へご応募ください。

12月号の当選者
松本静さん(平) 高木千代子さん(常盤)

いわき市内の情報満載!!
新し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ください。

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

マス目を文字で埋めて、クロスワードを完成させたら、A～Fをつなげて、答えを出してください。

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

答え

A
B
C
D

- 1 「国際看護師の日」はこの人の誕生日が由来。
- 2 心に受けた傷のこと。
- 3 儒教の言葉。「医は術なり」といいます。
- 4 「健康的」という意味の英語です。
- 5 日帰り専門的な介護を受けられるサービス。
- 6 人間が1日周期でリズムを刻む「時」。
- 7 クリニックです。
- 8 喉の上部にある、声を出すための器官です。
- 9 我慢すれば成功するたとえ。何の上にも三年?
- 10 ハチャトリアン作曲「剣の」は体育祭の定番。
- 11 移植手術の際、臓器などを提供する人のこと。
- 12 投薬などで治すのは内科。
- 13 頑丈で強い体力と精神力があること。
- 14 虫歯の予防に使われる物質。元素記号はF。
- 15 適正、血液、遺伝子。
- 16 熱中症や脳の障害などでこれを失うと危険です。
- 17 フルーツはニュージランドの鳥の名の由来。
- 18 ソバに含まれる、血流

ミトコンドリア

テ	イ	キ	ア	ツ	■	ミ	ソ
ツ	■	ヨ	メ	■	ジ	カ	ン
ブ	ド	ウ	■	シ	マ	ン	ト
■	■	ソ	■	シ	■	■	ク
■	■	コ	ウ	■	■	シ	■
ウ	メ	■	■	リ	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■

＜前回の答え＞

<1月のいわき市内街頭献血予定>

3日 10:00~11:30 13:00~16:30 鹿島ショッピングセンター	9日 14:30~16:45 呉羽総合病院	19日 9:30~16:30 イオンいわき店
5日 9:30~11:30 13:00~16:30 イオンいわき店	14日 9:30~11:00 いわき南警察署 13:00~16:30 ヨークベニマル湯本南店	

※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