

毎月第4月曜日発行 2023 1月 睦月 第192号 無料 いわき・南相馬・相馬 63,000部発行

ここの読者をつくる情報紙 個処から

- 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)



「明けの月に映える君よ／勿来関」Artist:金澤裕子 ゆうことけすんのおでかけトーク:5面をcheck! 1/21(土)~1/29(日) 個展「春夏秋冬の旅」ギャラリーいわきにて開催!

家庭内・事業所内の除菌、抗菌、消毒サービス... DUSKIN 株式会社アイウェイナバ TEL 26-9001

有限会社石昌石材 ISHIMASA いわき市小名浜字中原4-32 TEL(0246)53-7002

出張買取いたします! 古書・レコード・古美術品 阿武隈書房 TEL 25-0105

からだ元気治療院 訪問 機能訓練・はり・きゅう・マッサージ 0246-51-8090

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!

「個処から」の担当になり、1カ月あまり、12月号を発行しホッとしたのもつかの間、バズルが間違っているよとの電話で真ッ書になりました。クロスワードパズルで表内、解答に必要な「E」「F」の表記がなかったのですね。お電話のほか、おはがきでもたくさん指摘いただきました。応募はがきに担当、やっちゃったなのメッセージも。ご迷惑をおかけしましたが、ご応募いただいた皆さまは、正解でしたので、救われました。こんなすっごく担当ではあります。皆さまにとって新しい年が良い一年になりますように。

いわき市内の情報満載!! いわき民報を購読しませんか? 1週間無料で、試読紙を配達します

迎春の器&インテリア タペストリーからちりめんのお供え餅、羽子板、漆の雄雉碗、伊万里の器、箸置き

予告 新春初売り 福の市 1/5(土)~7(日)

新着物の丸洗い 2,900円... 丸洗い券入り福袋

あなたの笑顔に出会える場所 株式会社 こころの駅 TEL 0246-54-5000

入居者募集 一緒に働く仲間募集!! 株式会社 こころの駅 TEL 0246-54-5000

新春恒例 古伊万里展
1/7→1/16 入場無料 0246-56-0264
 旧年中のご愛顧、誠にありがとうございます。本年も宜しくお願ひ申し上げます。初回は古伊万里展です。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

常設展示・販売
12/27→ 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。手作り洋服販売中。火、水曜日定休。(年末年始は要問合せ)
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原86

ギャラリー情報
& イベント案内

**「春夏秋冬の旅」
金澤裕子 絵画展**
1/21→1/29 入場無料 0246-56-0264
 四季折々のいわき市、双葉郡の景色を、2羽の鳥たちと一緒に旅する心地をご覧ください。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

アクアマリンのお正月
12/28→1/9 一般 1,850円 0246-73-2525
 おめでたい生き物を紹介するパネル展や、恵比須様をイメージした釣りゲーム、和太鼓演奏など新春らしいイベントを行います。
 アクアマリンふくしま いわき市小名浜字辰巳町50

第53回諸流いけばな展
1/28・29 入場無料 28日10:00～16:30 29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 4階大会議室 いわき市平字一丁目1

新春 茶の湯道具展
1/5→1/16 入場無料 0246-35-0383
 軸、釜、花入、香合、水差、茶盃など300点あまりを一堂にとりそろえました。10:00～18:00(最終日は17:00)。
 小野美術 いわき市平字中町22-2

**“君ヲ迎エル詩”
金澤裕子絵画展**
→1/3 観覧無料 0246-65-6166
 いわき市・双葉郡の風景を描いた作品と詩、「安寿と厨子物語」絵本原画を展示。グッズ販売も。9:00～17:00。1/1は休館。
 いわき市勿来関文学歴史館 いわき市勿来町関田長沢6-1

**第52回いわき市民美術展覧会
募集中** 事務局(いわき市立美術館) 0246-25-1111
 書の部は1/31、絵画・彫塑の部は2/14、陶芸の部、写真の部は2/28に搬入すれば良い。作品の規格などは要項まで。
 主催 いわき市民美術展覧会運営委員会 など

いわき市小・中学生版画展
1/5→1/22 入場無料 0246-25-1111
 新春を飾る展覧会として開館以来開催を続けている版画展。今年も子どもたちの力作が集う。9:30～17:00。休館は1/10,16。
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町4-4

**動乱の中の猪狩家
～戦国時代の岩城氏家臣～**
→2/14 一般330円 0246-65-6166
 岩城氏の家臣で、楢葉町が拠点の猪狩家がテーマ。伊達政宗の礼状など貴重な史料も。9:00～17:00。1/1、18は休館。
 いわき市勿来関文学歴史館 いわき市勿来町関田長沢6-1

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(38)7171＝まで。

2022年の出来事～プライベート編

今回はみなさんの1年間の印象的な出来事を募集しました。「プライベート編」では、ご自身のことや家族のこと、みなさんの個人的なニュースを取り上げたおはがきを紹介します。

【テーマ】
 ・今年1年の印象的な出来事は？



- ・今年娘の影響で「マカロニえんぴつ」のファンになり、35年ぶりにライブに行きワクワクとドキドキが止まらなかったことです。一瞬で20代に戻れたようでした。(女性・54歳・内郷)
- ・娘の「婚」と実父の「葬」を一年の間に経験したこと。(女性・64歳・内郷)
- ・通院しながらこの1年無事生活できること。(男性・73歳・内郷)
- ・孫の成人式の晴れ姿を見せてもらったこと。思わず涙が出てしまいました。(女性・78歳・常磐)
- ・高校生の孫が高体連100歳で県1位になり、スポーツ新聞に大きく取り上げられたこと。(女性・73歳・泉)
- ・孫の誕生。(女性・64歳・平)
- ・3月末で退職したこと。(男性・73歳・小名浜)
- ・大きな木を移植して整理したこと。好きな植物を中心に少数に一つひとつついでに育てている。(女性・78歳・小名浜)
- ・3年ぶりに旅行に行けたこと。(女性・60歳・渡辺町)
- ・県民割を利用してたくさん県内の温泉に1泊旅行に出かけられたこと。(女性・69歳・相馬)
- ・たくさんありすぎて書ききれないです。それくらい素晴らしい1年だった。(女性・46歳・平)
- ・県外に就職して3年目の次女からのプレゼント！母の日に希望のお財布をプレゼントしてもらいとてもうれしかった。自分ではとうてい買える品ではなかったので、重ねて喜び倍！(女性・59歳・内郷)
- ・定年退職後しばらくブラブラしていたが今年再就職をしました。今までの仕事とは畑違いの職種ですが、いろんなことが新鮮で気持ちが若返ったような毎日を送っています。(男性・61歳・四倉)
- ・10月18日、救急車でいわき医療センターへ入院(26日まで)したこと。腸閉塞と診断された。(男性・73歳・小名浜)
- ・コロナ禍のなか団体の会合の開催を決定することの職になり、生活パターンが変わってしまった。(男性・66歳・平)
- ・生垣として植えた山茶花が今年はきれいに咲きそろったこと。(女性・73歳・内郷)
- ・今年6人目の孫誕生と子犬ミックス犬をかい、にぎやかな年になりました。(女性・70歳・相馬)
- ・75歳まで働かせてもらった会社の卒業(男性・75歳・泉ヶ丘)
- ・娘孫5歳の七五三で宮司さんに教えられた作法でお参りできました。(女性・68歳・泉)
- ・今年は平穏無事に過ごせたこと(昨年は夫婦ともども入院してしまった)。ささやかだけど一番でした(笑)。(女性・68歳・好間)
- ・中之作港で59歳のカレイを釣り上げたこと。持ち帰らず、リリースしました。(男性・71歳・常磐)
- ・ご朱印巡りを娘としたことです。(女性・65歳・小川)
- ・令和4年3月9日、親愛なる父が永眠したこと。(女性・61歳・平)
- ・新人に送るエールで紙面に載り、こんなこと初めてでうれしかった。(女性・67歳・桜が丘)
- ・夫のひざの手術(女性・76歳・四倉)
- ・「いがっぺ」に入社したこと。(女性・67歳・南台)
- ・「個処から」のプレゼントコーナーに当選したことです。(男性・78歳・南相馬)
- ・いわき民報本紙「くらし随筆」3か月間にわたり毎週月曜日の担当になり、しめきりに間に合わせたり、字数を削ったり、何より今までの自分を振り返ることができて大変有意義でした。(男性・73歳・好間)

【Essay】 論語素読教室に参加して 日本語教師・福田貴之(78)

仕事で、いわきに住んでみて、5年になります。山あり、川あり、温泉あり、そして人情ありで、すっかり好きになりました。先般、いわき市の東日本国際大学の一般公開講座で毎月2回、土曜日の午後(2時間)、論語素読教室を知り、参加しています。近在の女性パワーが中心で毎回20名前後が集まります。行使の含蓄ある解説と説明を聞いた後、一人ずつ声を出し口誦します。実は私は11年前に、5年間、論語の主役、「孔子」の故郷、中国の山東省の「曲阜」に住んでいました。当時は論語に関心も薄く絶好のチャンスが無駄に過ごし、悔いています。「曲阜」は孔子の故郷(約2500年前の魯の国)で、現在は中国有数の観光地としてにぎわっています。昨今はコロナ禍、子どもの虐待、理不尽な殺人、そしてロシアのウクライナへの侵攻と殺伐な世の中になってきました。20世紀の急激な科学文明の進歩が人間意識と倫理観念の低下が要因の一つかもしれませぬ。2500年前に提唱された、人生指南書(哲学書)をゆっくりと時間をかけて、声を出して皆で読むのもいいものです。

心霊の世界

「数々の神秘体験と心霊との出会い」

29 霊界からの夢での啓示

私は元旦の初夢で一足を骨折して即入院と年を判断することになりました。その日はにしています。51歳の時の初夢は卒塔婆でした。夢判断によると身近な人と死別するとあり、母が亡くなりました。私はこの時、母は90歳の高齢なので別れがあるのかと心配しましたが、何の病氣もなく元気なので安心していました。しかし、3月13日に玄關の段差につまづいて転倒し、

震、津波を心配して孫娘2人を起こして高台に避難させる。平成22年1月20日、目が回るほど、大地が大きく揺れる大地震でびっくり日の朝、病院から電話があり、母が亡くなつたこと知らされ、びっくりしました。まさに予知夢でありました。

東日本大震災の兆候を知らせる夢もありました。平成19年7月19日、海岸近くのウナギが水槽で暴れて

大泣きした時に目が覚めました。夢で安心したので覚えています。そのころ、人の役に立ちたくて、70歳で

いる。翌日、東日本大震災が発生しました。

また、平成26年2月5日、私が71歳の時、妻とともに観光旅行に参加。私が先頭車でカラオケなどを楽しんでると、見知らぬ人が呼びに来て「あなたの奥様が橋から落ちて重体だ」という。現場に行ったら妻は意識不明の状態。私が大声で「死ななさい」と叫び、未熟さを思い知らされました。

私たちは霊界と常に深いつながりを持っており、夢という形で啓示されることがあり、決して疎かにしてはな

【プロフィール】
志賀 功 (しが・いさお)
1942年、いわき市好間町生まれ。スピリチュアリスト。2019年に『数々の神秘体験と心霊との出会い』(文芸社・700円+税)を出版、最寄りの書店、インターネット通販等で販売している。



パールのお酒で運氣も上げよう

年末年始、パールパウダー入りの華やかなキラキラ系リキュールを、お酒の席に添えてはいかがでしょう。今回はTinkTokでも話題になった(株)北岡本店の「アフロディーテ」を紹介いたします。

パールパウダー配合なので、揺らすたびに光の渦がうねり魅惑的。ラインナップも豊富で、ホワイト、ブラック、レッド、ブルーと彩り華やか。すべて味が違います。柑橘のホワイトキュラソーがベースになっています。そのまま飲むものではなく、炭酸で割ったり、カクテルにするのが基本です。

【プロフィール】
緑川 明日香 (みどりかわ・あすか)
42歳。市内在住。SSI認定酒匠・日本酒学講師。日本ソムリエ協会認定ソムリエ。



安心の国産リキュール。間違いない世界に誇れる日本の一本

シニア世代のための 役立つSNS講座

講師 久野 雅己

今回の連載では、インスタグラムの新機能について解説します。通常のフィード投稿とルール投稿時にダイレクトメッセージボタンを追加することが可能になりました。

通常のフィールド・リール投稿へのDMが可能に

SNSとは…ソーシャル・ネットワーク・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。

今回の新機能により、投稿のすぐ下にダイレクトメッセージボタンが追加できることで、自分の投稿を見て、興味を持ってくれた人などすぐに直接やり取りができ、新たなコミュニケーションが生まれるきっかけになるかと思えます。

【手順1】通常の投稿もしくはリール投稿の作業を進める。

【手順2】文章を入力する画面に「メッセージボタンを追加」という項目が新たに追加されていますのでタップし、次の画面で完了ボタンをタップすることで設定します。

実際に投稿をすると投稿のすぐ下に「Send Message」という項目が表示され、投稿を見た人がタップすることで投稿主にダイレクトメッセージを送ることが可能です。



ひさの・まさみ 株式会社ソーシャルスピーカー代表取締役。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。

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>



- 2022年の出来事～ニュース編
- ・11月6日、サッカーいわきFCのJ3優勝が決定&J2昇格したこと。感動と勇気の感謝を忘れません。(女性・35歳・南相馬)
 - ・サッカーワールドカップ。(男性・74歳・相馬市)
 - ・今年のサッカーW杯ベスト16
いつもはサッカーの試合がよく分からずあまり観ない私は、今年はライブでサッカーの試合を観ていたのですがすごいなあと感じています。(女性・45歳・南相馬)
 - ・北京冬季パラリンピック(女性・72歳・常磐)
 - ・ヤクルト村上選手の三冠達成(男性・71歳・平)
 - ・ロシアのウクライナ侵攻(女性・61歳・小名浜)
 - ・ウクライナのロシア侵攻、それによる物価高の世の中。(男性・72歳・桜丘)
 - ・食料品の値上げが2、3度あり、生活の切りつめに追われた。(女性・71歳・内郷)
 - ・3月16日福島県沖の大地震。(男性・相馬市)
 - ・安倍元首相が凶弾に倒れた事件。元首相は憲政史上最長期間在任してリーダーシップを発揮されただけに、衝撃的な出来事でした。(男性・68歳・自由が丘)
 - ・安倍元首相の銃撃を機に、旧統一教会のいろいろな問題が明らかになったこと。(女性・67歳・四倉)
 - ・高齢者の車の事故が多発していること。(男性・78歳・金山町)
 - ・コロナ禍のなかでも元気が出るニュースが多かったかなの印象です。観光・スポーツなど。(女性・62歳・平)
 - ・福島県出身の大相撲3兄弟の活躍。(女性・68歳・相馬市)
 - ・オリックスバファローズ山本由伸投手の活躍と昨年のリベンジによる日本シリーズ優勝(男性・79歳・常磐)
 - ・サッカーW杯で日本がドイツに勝利(男性・72歳・好間)

【テーマ】
今年1年の印象的な出来事は?



2023年1月1日 新春のご祝詞を申し上げます

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。

NAGAYAMA STORE 青果 ナガヤマ

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

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

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



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!!
※一部除外品有り

[初売り期間の営業時間/AM10:00~PM6:00]

adidas asics PUMA

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~PM7:30
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/>

謹賀新年

旧年中はお世話になりました
本年も皆さまのご多幸とご活躍を
お祈りいたします

令和五年



☆面白い母親や家族のちょっとした話を
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。

このただっぴろい
いわきの片隅で
〜いわきのひと〜

コンパッション力

思いやりを意味する英語だ。この力を使うと自分にも他者にも優しくなれる。▼「双子用のベビーカー、バスに乗車拒否される!」NHKのニュースでやっていた。双子を乗せたベビーカーは、重くてお母さん一人ではバスに乗せられない。そこで、乗務員なり同乗(同情)者がコンパッション力を発揮して行動を起こす。このへんのは、たぶん北欧などの福祉先進国ではフツーにやられているのだろうが、日本では、バスの運転手がドアを開けなかったり、頼まれてげん(理由や事情がわからなくて、不思議に思うこと)な顔をしたり、バス会社が「これから研究・研さんを積んで…」というところらしい。環境整備は大切だが、個人の持つ思いやる力を発揮することはもっと大切だ。▼4歳のときに重度の心身障がい者になった今は亡き妹が、7歳ぐらいのころ、手術をして治るか否かの検査を受けに東大病院に行った。その途中、どこかの駅で汽車に乗るとき、「大学生の兄(あん)ちゃんが車いすごと(こ)子(妹)を抱え上げてくれた!」と母がうれしそうに話してくれたことがある。もう55年も前の話だが、人情は昔のほうが厚かった。▼最近、家内が要介護1になった。歩くときフラつくことがあるので、思いやり駐車場の利用許可証を取った。店側の配慮で確保(標識や標示がある)されたスペースを利用して、車内は見るところに許可証を置いて、車体には百均で買った青い車いすマークのステッカーをはる。走行中は両方とも外してドアポケットに入れておく。面倒だが、最近はそのが愉快(たの)しめるようになった。

ホロスーK (元保健体育教員・65歳・常磐)



TUF

「今」をみんなでつくる。

N
スタ
ふくしま

毎週月一金

夕方 6時15分



拡大版

個処から川柳

今月のお題

「唄う」「月」



唄聞くと明治生まれの母懐(おも)う
月食の宇宙の不思議、感動し
「天文学者皆々様の予測に心より感謝です」
(美紀・80歳・内郷)

祝い酒娘嫁いで我唄う
「泪(なみだ)が邪魔でした」
見てみたい月の裏側何故見せぬ
「月の砂漠かなあ」
(佐久間宏邦・78歳・南台)

コロナ禍でコーラスストップ一人唄
三百年一度の月食感無量
「天王星食×皆既月食はもう二度と見られない
と思いつつ赤銅食を眺めました」
(ジエーン・小浜)

手術後に唄いたくても唄えない
「喉の手術をしてまだ声もとに戻らない」
月を越え令和五年がやってくる
「年を重ねると月日が早く流れる」
(ヨシミ・四倉・68歳)

成り切つて唄えば聴き手引き込まれ
「どつぷりと歌の世界の人になる」
満月を闇に閉ざしたかぐや姫
「見納めの天体ショーに堪能す」
(賢治郎・82歳・勿来)

発表会歌詞に合わせて赤ドレス
窓をあけ月の光に夫(フ)を感じ
「誘われても体の部分が痛い」と逃げ口上」
(江尻紅梅・77歳・郷ヶ丘)

孫が問う月で兎は何してる
「答えに詰まる爺の脳(笑)。この手の質問は
怖いですわね」
故郷のさんさ時雨がまだ唄え
「不思議なもので我が両親の故郷の民謡いつ覚
えたんだろ」
(内海将行・80歳・小名浜)

冬うららら鳥も唄うピーヒョロロ
山寺の静寂を攫(さら)う冴える月
(布施敏家・73歳・泉)

皆思う唄は世界の共通語
勇気沸く日々月を観る
老夫婦(ふたり)です
(すずや・82歳・内郷)

我が余生夫婦唄夫随で水入らず
若き日のロマンチックな月明かり
(猪狩泰英・84歳・内郷)

満月の明かりで見える別世界
人生の歩みに唄が付いて来る
「原発で避難した時ふるさとの唄を聞きました」
(小澤アイ子・86歳・南相馬)

バスのなか唄うのダメとマイク持つ
長唄の聴ける歌舞伎が遠くなり
値上げした月には足を運ばない
コロナ禍の寂しい月が目に浮かぶ
月旅行に行けるのはもう真近
(高野尚之・77歳・明治団地)

懐かしい昭和の唄 歌くちづさむ
「昨今の歌は横文字単純
昭和は遠くなりました」
お正月コロナ ウクライナの終息を
「令和5年1日も早くこの2大事件が終わるこ
とを願っています」
(中野喜久・89歳・平)

「どんな様」唄う気持ち忘れな
「夫は私に言いたいのでは」と
昔から好きな童謡「月の砂漠」
(前向き・61歳・四倉)

昔から唄は人々の寄り処
太古より月こそ大事な暦なり
(ヤスさん・72歳・四倉)

思い唄、祈りと平和届けたい
満月に祈りと平和届けたい
毎月のカレンダーめぐり年感じ
(門馬アサ子・71歳・平)

コーラスの楽しさ教わる師徳
お伽噺の月から石持ち帰る
「明るいニュースがあるといい」
鼻唄が出るような新年迎えたい
月毎に大臣変わる日本です
「これからも変わる予感が」
(片寄隆司・73歳・好間)

来年もしゃべって笑い唄うボク
早いねえもういくつ寝るとお正月
「明るいニュースがあるといい」
鼻唄が出るような新年迎えたい
月毎に大臣変わる日本です
「これからも変わる予感が」
(根本洋子・80歳・相馬)

2023年は、「個処から川柳」の
コーナーへたくさんの作品をお寄せ
くださりありがとうございました。
新しい年も皆様の力作のご投
稿を心よりお待ちしております
おります♪



個処から編集室

【募集】 編集室では、川柳を募集しています。お題は「のむ」「鏡」。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8日(必着)。

Let's Cook

レシピ紹介

刻み野菜&魚介類のカルパッチョ

【材料2人分】 刺し身用のタイ
150g、生食用ホタテ貝柱6個、
赤と黄のパプリカ各20g、トマ
ト60g、キュウリ20g、玉ネギ
10g、白ゴマ少量、大葉2枚、リン
ゴ少量、エキストラバージンオイル
大さじ1、白ワイン小さじ2、マ
ヨネーズ小さじ2分の1、アンチ

ウ、白ワイン小さじ1、アンチ
ウ、白ワイン小さじ1、アンチ
ウ、白ワイン小さじ1、アンチ

①パプリカはみじん切りにし
て、さっと湯を通して冷水に取
る。トマトは種と汁を除き、み
じん切りにする。キュウリは種
の部分をそぎ、みじん切りにす
る。玉ネギはみじん切りにして、
さっと水にくぐらせた後、よく
水気を切る。大葉1枚は洗って
みじん切りにする。リンゴはみ
じん切りにして塩水に取り、水
切りする。

②オリーブオイルに塩、コシ

ウ、白ワイン小さじ1、アンチ
ウ、白ワイン小さじ1、アンチ
ウ、白ワイン小さじ1、アンチ

③タイはできるだけ薄く斜めに
そぎ切りにする。ホタテ貝柱も薄
切りにしてタイとともに白ワイ
ン小さじ1をふりかけ、ラップ
をして乾かないようにする。

④冷やした器にタイ、ホタテを
平らに盛り、半分に切ったも
う1枚の大葉と①の野菜を散ら
し、ソースをかける。

(栄養士・鈴木秀人)



タイとホタテのカルパッチョ

個処から173号(2021年6月)から
画家・イラストレーター金澤裕子さんが表紙
を担当しています。

金澤さんはいわき市勿来町出身で、筑波大
芸術専門学群を卒業後、幅広く創作活動に取り
組んでおり、いわき市や都内などで個展を
開催しています。特に空と2羽の鳥をモチ
ーフとし、平和への願いと愛と情熱を込めた作
品は、多くの人の共感を得ています。
ぜひ表紙や、けすんのインタビューへの感
想などをお寄せください。

〒971-8131
いわき市常盤上矢田町叶作13-3
いわき民報社「個処から」編集室
メールは adv@iwaki-minpo.co.jp まで

ゆうことけすんの おでかけしよう! けすん、おはよう! 今日勿来間に来たわよ! けすん、おはよう! 今日勿来間に来たわよ! けすん、おはよう! 今日勿来間に来たわよ!

山茶花



百貳拾

生きる

今朝、庭先の畑の隅で「きゅうり」を発見した。間もなく12月という寒い日なのに「きゅうり」が実を付けている。思えば傷んだ「きゅうり」を畑の隅の堆肥のところに捨てたことがあったが、その種が発芽したのだらう。なんとたくましいことか。捨てられても必死で生きるその姿に感動してしまった。最近、少しばかりの悲運に滅入っていた自分が恥ずかしくなった。何か前向きに生きることを教えてもらったようで、晴れ晴れとした気分になった。その「きゅうり」のパワーにあやかろうと早速収穫し、寝たきりの状態になった妻の回復と、家族の安寧を祈り仏壇に供えた。新しい年を迎えるまであとわずか。来年の干支の「うさぎ」のように、元気で飛び跳ねてみたいものだ。

墨と水の世界

水墨画教室講師 園部榮一 (植田町在住)

絵手紙 スケッチ 逢いたくて

四国八十八ヶ所めぐり・関伽井嶽薬師常福寺にて

- 9 -



法輪寺

平子正子さん (小名浜在住)

絵手紙ティーンワン

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、「のむ」「鏡」。
 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(38)7171
E-MAIL adv@iwaki-minpo.co.jp
〒971-8131
いわき市常磐上矢田町叶作13-3
いわき民報社「個処から」編集室

1 揚げぎんなん さつぱり塩味。サクッと香ばしい! ほっと一息! 人気No.2 70g	2 プレミアムりんごバター 国産りんご使用。ドレッシングにも! 人気No.3 200g	3 いか割干し 干いかのうまみと醤油の風味が利いた乙な味わい。 250g	4 焼きネギなめ茸 焼いたネギの香ばしさがなめ茸をグレードアップ! 400g	5 おばあちゃんのむかしのふ ポリウム満点高たんぱく低カロリーの注目食材。 100g	6 シヤリシヤリ梅きくらげ きくらげコリコリふんわり鰹風味。 190g
12 ブルーベリー寒天 ブルーベリー濃縮果汁使用。爽やかな味わいで大人気! 280g	13 根こんぶおやつ 酸味と旨味が絶妙。柔らかヘルシーおやつ。 90g	14 梅ぼん酢 効その風味がとつとも爽やか! 360ml	15 しじみのみそ汁 お手軽なのにしじみの旨味。ギョウの本格派。 8袋入り	16 わさび茶づけ 真空凍結乾燥させたわさびが風味豊か。 10パック入り 430g	11 彩り野菜塩麹漬 国産野菜使用。甘口のわさび風味。 人気No.1
17 じゃばら寒天 和歌山県産じゃばら使用で甘みと酸味がやさしい。 210g	18 焼干し芋スティック 少し炙るかレンジでチンでうまさ倍増! 220g	19 柚子割干 割干大根のホリホリ食感に柚子の風味が爽やか! 300g	20 だいちもち餅 水だけでもちもち! 53g×4袋		

あれもよし!!これもよし!!是非迷ってください人気の「道の駅」お土産を自宅にいながらお買い物

道の駅 20選

お土産 バイキング

6点お選びください (税込) **3,980円**

10点お選びください (税込) **5,780円**

送料770円 代引き手数料265円 (合計5,015円) 送料無料で代引き手数料無料

お申し込みはお電話で **050-1866-1688** とお伝えください

営業時間9:00~17:00(日・祝休)

お届けはご注文後2~3週間程度。お支払いは代引きで。◎北海道・沖縄へのお届けは別途送料がかかります。食品につき返品はお断りいたします。お客様の個人情報は、商品と当社からのご案内の発送以外に使用することはありません。

日本の神仏占い

2023年 1月

神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。その神様は時に人々にメッセージを伝えてきます。今月のメッセージは何でしょう？

占い師ミエル <http://www.mielstar.jp/>

- 1月占**【弥勒菩薩】2023年は「菓立ち」や「羽ばたき」の運氣です。今はまだあまり自信がないことも、やってみれば「自分にもできる！」と思えるはず。年末年始は難しく考えず、何でも楽しむと幸運に。◆開運の鍵…リビングに家族写真を飾る
- 2月占**【木花咲耶姫】2023年は「自分を好きに」になることで幸運が舞い込む運氣。人と比べて落ち込まず、自分の個性を愛して。◆開運の鍵…おしゃれをして素敵なレストランで食事する
- 3月占**【建御名方命】2023年は「ふりかえり」が未来を輝かせる運氣。やみくもに進むのではなく、一旦立ち止まりふりかえることで物事の本質を理解できます。元旦は早起きして初日の出を拝むと吉。◆開運の鍵…ピスタチオ味のデザートを食べる
- 4月占**【国常立神】2023年は「急がば回れ」の運氣。確実な方を選択することで成功率が上がり、より大きな実りが手に入るでしょう。◆開運の鍵…年末年始はまわりの人たちに感謝を伝えると、離れそうなき縁もつながるはず。◆開運の鍵…不要な物を捨てる
- 5月占**【豊受大御神】2023年は「豊かな実り」を手にする運氣。単に物質的な豊かさを求めると虚しくなりそう。心から豊かさだと思える時間を過ごすことで幸運に。◆開運の鍵…家族やお雑煮を食べる
- 6月占**【観音菩薩】2023年は「歩み寄る」も誰も幸せになりません。時間をかけてもお互いの妥協点を見出して。◆開運の鍵…足元をあたためる
- 7月占**【磐長姫】2023年は「手放す」こと。握りしめているものを手放せば、空いた手で新たな幸せがつかめます。◆開運の鍵…展望台など高い所から街を見渡すと吉
- 8月占**【月読命】2023年は「流れに任せて」の運氣。人生が複雑に絡まってしまったと思ったら一度気持ちをリセットを。◆開運の鍵…昔からの友人と語り合う、当時のアルバムを見るなどが吉
- 9月占**【天之御中主神】2023年は「原点復帰」の運氣。人生が複雑に絡まってしまったと思ったら一度気持ちをリセットを。◆開運の鍵…昔からの友人と語り合う、当時のアルバムを見るなどが吉
- 10月占**【瓊杵尊】2023年は「リニューア」の運氣。古い時代を刷新させたりして。◆開運の鍵…古い時代にあふれる物事をアップデートすると年始からスムーズに。◆開運の鍵…自分の気持ちを書き出す
- 11月占**【文珠菩薩】2023年は「好奇心」が鍵。気になることを追求して。◆開運の鍵…好奇心が鍵。気になることを追求して。◆開運の鍵…好奇心が鍵。気になることを追求して。
- 12月占**【不動明王】2023年は「チャレンジ」の運氣。ただ行動に移して。◆開運の鍵…チャレンジの運氣。ただ行動に移して。◆開運の鍵…チャレンジの運氣。ただ行動に移して。

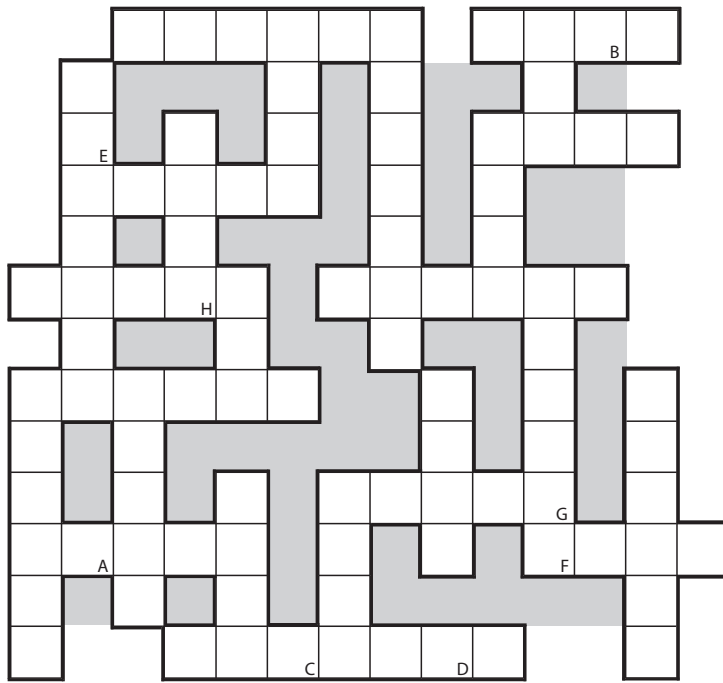
大正時代スケルトン

- 3文字
キング（雑誌）
ロマン（浪漫・当時の思想文化を表す言葉）
- 4文字
エノケン（役者、榎本健一の略）
エンボン（円本・1冊1円的全集）
コロケ（大正時代の三大洋食）
ジカタビ（地下足袋・大正時代に普及）
タンビハ（耽美派・文学の流派）
ナリキン（成金・大正時代に登場）
ハイカラ（当時の流行語）
マラソン（当時の人気競技）
ヤガスリ（矢絣・流行した着物の柄）
- 5文字
アカイトリ（赤い鳥・童謡童話誌）
アララギハ（アララギ派・短歌の流派）
チクオンキ（蓄音機・大正時代に普及）
ハラタカシ（原敬・首相）
マガレイト（当時流行の髪形）
- 6文字
カチューシャ（芝居の主人公）
スペインカゼ（スペイン風邪・流行した感染症）
プロレタリア（賃金労働者、当時の文学に影響）
マツイスマコ（松井須磨子・女優）
ヨイマチグサ（宵待草・流行歌）
ヨサノアキコ（与謝野晶子・歌人）

大正時代スケルトン

大正時代をイメージする言葉をいろいろ集めてスケルトンにしました。A～Hの文字をつなげて答えを出してください。

ヒント：「大衆娯楽として広く普及しました」



解答欄

- 7文字
アサクサオペラ（浅草オペラ・当時上演されたオペラの総称）
ゴンドラノウタ（ゴンドラの唄・流行歌）
ロシアカクメイ（ロシア革命・大正時代に勃発）

先月号の答え

コ	ウ	タ	イ	コ	マ	ク
ク	イ	モ	タ	レ	ク	リ
ミ	ゾ	オ	チ	ス	ロ	ー
ン	ン	マ	テ	ン	ニ	ン
ト	ケ	イ	ロ	テ	ン	グ
サ	イ	ン	ナ	ー	グ	ナ
ウ	ミ	コ	ル	イ	グ	ナ
ナ	ト	リ	ウ	ム	カ	ゲ

【訂正】前回のクロスワードパズルで、一部表記に誤りがありました。お詫言いたします。

3名様 クイズ&プレゼント
いわき民報社提供

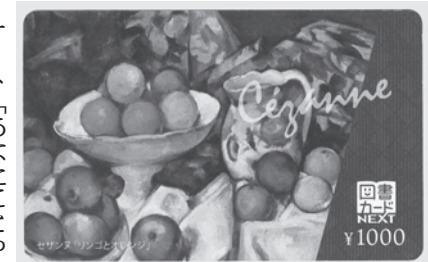
「図書カード(千円分)」

今回のクイズは大正時代スケルトンです。そして、正解者の中から3人に、いわき民報社提供の「図書カード」1枚をプレゼントします。

図書カードNEXTは全国の取り扱い書店で使用でき、本や雑誌が購入できるプリペイドカードです。ぜひ、ご応募ください。

希望者ははがきに① クイズの答え②アンケート③あなたのとってのパワースポットはどこですか?への答え④郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、1月8日まで編集室(下記参照)へご応募ください。当日必着です。

※11月1日から会社移動とともに住所が変わっておられます。ご注意ください。商品引き換えはがきを発送致します。



プレゼントはこちら

遠藤絃子(小名浜) 村上広美、橋本華与子、斎藤まゆみ(内郷) 山田加代子(常磐) 村上孝(好間) 国枝正博(白由ヶ丘) 村田光江(後田町) 根本和江(平沼尾美幸(南相馬))

12月号の当選者

<1月のいわき市内街頭献血予定>

2日 10:00~11:30 13:00~16:00 ヨークベニマル新谷川瀬店	8・15日 10:00~11:30 13:00~16:30 鹿島ショッピングセンター	25日 13:00~16:30 ヨークベニマル湯本南店
6日 9:15~10:45 いわき南警察署	22日 9:30~16:30 イオンいわき店	

※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

読者とつくる情報紙 **こゝから**

広告を載せてみませんか?

広告についてのご連絡先
TEL.0246-38-7171 FAX.0246-88-7494
広告部 E-mail adv@iwaki-minpo.co.jp