

「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。

2010  
水無月  
第42号

# 個処から

毎月第4月曜日発行

**無料**  
いわき市内  
6万部発行

特別保存版

## ギャラリー情報 行って見よう!!

6月16日「和菓子の日」和菓子特集



表紙の人  
橋本 秀子さん  
大黒様の宝くじ  
平一町目宝くじセンター 宝くじ担当



宝くじファンがご利益を求める大黒様

# お墓は家族の宝です



時代とともに、人の心はさまざまに変わっていきますが、祖先を敬う私たちの思いはひとつです。いわき展示場では、石を造る工場内を見学できますので、安心して選びいただけます。私たち富士神苑は、真心を込めてお墓を造り、やすらぎの広場を築いてまいります。

工場に直結した大展示場。  
選んで納得、だから安心です。



お墓を造り続けて38年。やすらぎ広場を真心で築く

**富士神苑株式会社いわき工場**  
いわき市久之浜町末続字上長沢 128

工場に直結した大展示場

いろいろなよいし  
**0120-167-414**  
選んで納得、だから安心



つけもの工房 西野屋



## 「焼きおにぎり」 はじめました。

- 大葉みそ……………¥120
- ニンニクみそ……………¥120
- おにぎり(鮭・昆布・梅)… ¥100

コロッケ・ハンバーグ大人気!!



**西野屋食品株式会社**  
いわき市常盤上矢田町田端8-1(中央卸売市場入口)  
TEL:0246-28-2828 FAX:0246-28-2833  
営業時間/9:00~18:00

### 第17回[6月開講] シニアにやさしい パソコン初級コース

- 日 程 6月8日(火)、11日(金)、15日(火)、18日(金)、22日(火)、25日(金)
- 時 間 午後の部 午後1時30分~3時30分
- 場 所 お申込みされた方に案内します。
- 受講費用 8,000円 資料、ロッピー、ファイル代を含みます。
- 定 員 午後の部9人(先着順)

パソコンの基礎(電源の入り・切りから)ワード(文書作成)の初歩、インターネットで検索の仕方、メールの送受信の仕方を1回(2時間)合計7回行います。パソコンは施設のデスクトップ型を使用します。

### 第2回[6月開講] はじめてのパソコン かんたん基礎コース

- 日 程 6月9日(水)、16日(水)、23日(水)
- 時 間 A 午前の部 午前10時~12時  
B 午後の部 午後1時30分~3時30分
- 受講費用 3,500円 ※資料(テキスト)代含む
- 定 員 午前、午後各5人

第5回パソコン中級コース[6月開講]受講生も募集しております。  
お申し込みは、住所・氏名・連絡先を電話、郵送、又はFAXでお願い致します。

NPO法人 シニア人財倶楽部  
〒970-8026 いわき市平字田町120 ラトフ館 産業創造館内  
TEL:0246-88-6501 FAX:0246-88-6502 E-mail:shiniaz@ratof.co.jp  
※お問い合わせは、平日の午前9時から午後3時までにお願いします。



# 365日

【年中無休】

## よらんしょ ころんしょ とまらんしょ



通所介護(デイサービス)



訪問介護



地域密着型サービス



Grand Comfort Stage ココロの駅

参加無料 **バラエティショー**  
2010年6月18日(金) 開場 PM1:00 開演 PM1:30  
会場 ココロの駅 ※送迎についても、ご相談ください  
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、お越しください

### ゲスト 江戸曲独楽 三増小紋

江戸曲独楽(えどきょくごま)の第一人者、三増流の後継者。独特の芸風を持ち、数少ない女性の曲独楽師として活躍中。コマ芸にコミカルな話術で味付けをし、笑いを取り入れて女性ならではの出しもの「未広」「糸渡り」など、子供たちからご年配の方々まで幅広い年齢層に楽しんで頂けます。

- 事業内容
- ・有料老人ホーム
  - ・居宅介護支援
  - ・訪問介護
  - ・通所介護(デイサービス)
  - ・地域密着型サービス
  - ・配食サービス(ニココキッチンいわき南店)

※ご相談はお気軽にお電話下さい



株式会社ココロの駅 いわき市小名浜字中原16-1 TEL.0246-54-5000 FAX.0246-54-5001

ホームページの検索は



山内泰次漆芸展

6/5→6/15 入場無料 0246-56-9101

会津塗伝統工芸士の山内が、会津漆器の伝統技法にこだわり、木製、本漆、手塗り、手描きで一つ一つを仕上げた最新作を展示。アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7



蜂谷 崇 絵画展

→6/4 入場無料 0246-62-2327

いわき市勿来町関田で創作活動を行っている蜂谷が旅先でのスケッチや裸婦デッサン会での作品を油彩、水彩で描いた近作を展示。画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

ギャラリー情報

& イベント案内

2010年5月→



菅野裕久版画展

6/17→6/21 入場無料 090-4633-9327

いわき市出身で、いわき版画の会、県版画会の会員、日本版画会会友の菅野の新作を展示。19日午後1時からは草笛演奏会を開催。ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9



アートバザール展

5/28→6/6 入場無料 0246-23-8411

日本画、洋画の絵画はじめる版画、陶芸などが一堂にそろう初夏の掘り出し市。併せて斎藤清の木版画 15 点を特別展示する。ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1



公開制作、作家講話

5/29,30 入場無料 0246-25-1111

29日は、みることをかかえるーに出品している野村和弘が公開制作、30日は東島毅がアーティスト・トークを行う。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



安部直人展

6/11→6/22 入場無料 0246-23-8411

安部が、確かな技で描いた動植物は精緻の極みに達し、まるでそこに生きているような生命感にあふれる。新しい銅版画の世界。ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1



峰 丘 新作展

6/3→6/7 入場無料 090-4633-9327

12～15世紀にイタリアで行われた油絵以前の古典絵画技法、黄金背景テンペラ画を駆使した峰の最新作を展示する。5日13:00から公開実技。ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9



星野就久穴窯作陶展

→5/30 入場無料 0246-56-0264

自然釉が出す質感、こだわりの形からシャープさが増した星野独自の「植器」。星野自ら植えた山野草とのバランスは見もの。ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



奈良博四の心象界6

6/12→6/27 入場無料 0246-24-0004

あかり、花器はじめ漆アート、グラフィック、タペストリーなど奈良ワールドが広がる。12、13、19、20、26、27日は作家在廊。エリコーナ いわき市平大町 10-3



工房セ・ら・ヴィ展

6/4→6/8 入場無料 0246-56-0264

彫金、アクセサリーを手がける工房セ・ら・ヴィの最新作を一堂に展示する。公開時間は午前11時から午後6時、会期中無休。ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



真木未波陶展

→5/30 入場無料 0246-29-3826

森のゆったりと蓄積された自然の中から生まれた器。素朴でダイナミック感のある真木新作の食の器を展示。5.30は作家在廊。ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山 60-1



常設展・前期 I

→6/30 一般210円、小・中学生70円 高校・高専・大学生140円 0246-25-1111

アメリカン・パラダイスをテーマに収蔵ポップアート作品を展示。小企画は、絵画のからだ。5.24、31、6.7、14、21、28は休館。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



ガラス・器展

6/5→6/13 入場無料 0246-29-3826

杉山洋二が透明感あふれたガラスの器、佐々木恒子を使って心地よい陶の器、2人の生活の中から生まれたウツワの新作を展示。ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山 60-1



VAGRIE 子安一子

→5/30 入場無料 0246-69-2390

サブテーマはスプリング&サマー・コレクション、流行や時勢を追うことなく女性の目線で作られたバッグや小物を展示。ギャラリー昨日 いわき市田人町南大平字川平 35-4



斎藤 武 写真展

6/5→7/2 入場無料 0246-62-2327

斎藤が余暇の散策で出会った風景など、つい見逃してしまうような一コマを被写体にした写真を展示。6月20、21日は定休日。画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



出羽の織座 原始布展

6/2→6/13 入場無料 0246-69-2390

山形県出羽地方に残る原始布、古代織。結いに支えられ貴重な技の復元に40年をわたり情熱を注いでいる山村父子の力作を展示。ギャラリー昨日 いわき市田人町南大平字川平 35-4



山崎淳司作陶展

→5/30 入場無料 0246-62-4188

田人の山間に「常磐焼唯芳窯」を構える山崎が地元の原料を元に制作した常磐焼を主体に出品。日常使いの器のほか茶道具の器も展示。ギャラリーわづくりや いわき市植田町南町 1-2-14



野村和弘・東島毅展

5/29→7/4 一般900円、小・中学生200円 高校・高専・大学生500円 0246-25-1111

作品の提示において対照的なアプローチを示す野村と東島の作品世界を通して、あらためて作品をみることの意味を問い直す。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



木彫展

6/9→6/13 入場無料 0246-27-1151

NHK文化センター講師を務める鈴木千代代さんの指導を受けている浜通り能面会といわき木彫クラブ会員の新作を展示、販売する。ギャラリーアート光明 いわき市小島町 1-4-2



藪内佐斗司展

→5/30 入場無料 0246-35-0383

古典研究を基にした独自の彫刻技法を駆使、木彫やブロンズ、版画など幅広い分野で創作活動を広げる藪内ワールドを公開する。小野美術 いわき市平字中町 22-2

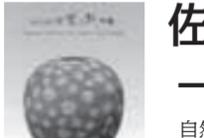
ギャラリー情報&イベント案内は、主催者(団体)の情報提供に基づいて掲載しています。変更になる場合もありますので、詳しくは主催者にお問い合わせください。ギャラリー情報&イベント案内を募集しています。ご希望の主催者(団体)は、いわき民報社フリーペーパー室(電話 0246-23-1666)にご連絡ください。掲載は、右上から下に開催日、最終日の順です。作家、出演者等は、敬称を略させていただきます。



秤屋苑子展

6/10→6/15 入場無料 0246-35-0383

テーマは香りの器。場面に合わせ香りを自在に遊ばせる器、そんな香合を中心に水差し、アクセサリーなど100余点を一堂に展示。小野美術 いわき市平字中町 22-2



佐久間信辻が花展

→6/1 入場無料 0246-56-9101

自然の変化に手を差し伸べたいーと願い、青で文明の融合と変化、命の再生と復活を表現した佐久間の新作を展示。木曜日休館。アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

人生のセカンドステージを応援するフリーペーパー

個想から

設置店・施設のご案内

160カ所

H22.5.1現在

本紙は新聞折り込みのほか、いわき市内の下記店舗・施設に設置しております。

- 平地区
コインランドリー ラスカル
平サロン
なかにし内科
ルネサンスいわき
JTBいわき
おのざき
ピストロ緑
平ビューホテル
山内クリニック
街路
いわきふるさとの楽園
和膳貴介
古田部米店神谷店
古田部米穀店久保町店
櫻井耳鼻咽喉科
たまち薬局
テル美容室
喫茶ブレイク
あいざわ
市暮らしの伝承郷
新妻接骨院
東北住建
渡辺内科胃腸科

- ネモト内科クリニック
共力ハウス平店
もく屋
ひとくち
こころのクリニック
Bar QUEEN
喫茶風車
みよし本店
ワタナベ時計店
木楽館
本町通りクリニック
常磐交通観光
明治団地さとう医院
酒井医院
吉祥庵平窪店
吉祥庵童子町店
麵屋吉祥
鳳翔
ヨシダカバン本店
高木理容
いわきワシントンホテル榊山荘
ホテルα-1いわき
らぼーと整体院
大河原寝具店

- デイリーヤマザキ平並木通り店
フランス料理Kitao
いわき新舞子ハイツ&プール
いわき市総合観光案内所
市プラワセンター
市文化センター
市生涯学習プラザ
いわき総合図書館
神谷公民館
草野公民館
豊間公民館
高久公民館
常盤公民館
夏井公民館
赤井公民館
飯野公民館
中央台公民館
平窪公民館
特別養護老人ホーム亀崎荘
呉服処 根本
あわのや酒店
ヤマニ書房本店
ヤマニ書房ラトブ店
ヤマニ書房サティ店
ヤマニ書房ヨーカドー店

- 小名浜・泉地区
神尾内科医院
相馬屋
タイヤガーデンマルヨシ
ピストロ
油座神美堂
タウンモール・リスボ
イワキ写真館
すげが写真館
まちづくりステーション小名浜
アンドウ
ヤマシギ食品
いわきらら・ミュウ
磐城中央病院
花いちもんめ小名浜店
みさきプレステージリゾート
スズキ写真館
創作ダイニング 眩
さき酒造
しんげつ
とんかつ大宝
美保薬局
スタジオYOU
江名の家

- みなとの家
いちごクラブ
泉接骨院
キャンドウ
ヘアサロン トップ
小名浜公民館
江名公民館
don3
ヤマニ書房泉店
ヤマニ書房エプリア店
ギャラリー創芸工房
天地閣
■内郷・好間地区
聖徳荘
タウンズクリニック
陶芸の村うえのはら
ビューティサロンたかさか
平中央自動車学校
武田陶器店
グー・チョコキパー
石城・光明の癒
市観光まちづくりビューロー
大阪虎屋
床屋いっちゃんの店

- 星野製パン
ごらい歯科クリニック
内郷公民館
好間公民館
いわさき荘
サンライフゆもと
おおくら
いわき商工会議所常磐支所
ささき
湯本おかめ
さはこの湯温泉保養所
いわき湯本温泉観光協会
いわき湯本温泉旅館協同組合
市石炭・化石館
磐崎公民館
常磐公民館
藤原公民館
ヤマニ書房湯本店
■植田・勿来・遠野地区
うつつ庵
塩屋菓子店
美保薬局
植田公民館
錦公民館

- 勿来公民館
山田公民館
上遠野公民館
田人公民館
JR勿来駅前「関の子広場」
■四倉・久之浜地区
太平洋健康センター
道の駅よつくら港
なぎさ亭
あべクリニック
喫茶イブキ
大浦公民館
大野公民館
大久公民館
久之浜公民館
四倉公民館
四倉図書館
■小川・三和・川前地区
小川公民館
三和公民館
川前公民館
■北茨城地区
ゆずりはの湯

# 気功八段錦 第七段錦 攢拳怒目増気力

ザンチュアンヌムゼンチリ

「攢拳」は拳（こぶし）をにぎること。「怒目」は、目を怒らせること。「増気力」は、気力を増すこと。つまり、拳を握り、目を怒らせて気力を増すということです。拳で「突き」のような動きをするので、血圧を上げそうですが、雑念を払い、精神を統一するので、血圧を下げる動きをします。

## いつでも どこでも 誰でもできる 太極拳

鈴木 和子師範 すずき・ともこ/NPO法人日本健康太極拳協会 楊名時八段錦、太極拳



①閉足立ち。足先をそろえて立ちます  
②自然立ち。左足を左へ、肩幅くらいにつま先正面に向

③さらに足を開く。さらにもう一步足を開きます  
④手を胸の前まで上げる。

⑤息を吸いながら、両手を両脇から胸の高さまで上げます  
⑥息を吸いながら、腰も軽く上げ、拳をやきつめに作り、胸の高さまで上げ、拳の目を上向き

⑦拳の目を横にして、ゆっくりと息を吐きながら、腰を沈め、斜め左前方に拳を突き出します  
⑧息を吸いながら、両拳を胸

⑨息を軽く吐きながら、両拳と腰を少し下げます  
⑩息を吸いながら、両拳を頭上へ上げ、同時に腰も少し上げます  
⑪息を吐きながら、両拳を開

⑫息を吸いながら、徐々に拳を作りながら、胸の高

⑬右拳を右斜前方に突き出します。⑦の動作の反対を行います

⑭両拳を戻す。⑧の動作を行います

⑮両拳を少し下げます。⑨の動作をします

⑯左足を自然体にもどす。左足先を少し内

⑰両拳を開いて下げます。⑪の動作を行います

⑱左足を自然体にもどす。左足先を少し内

⑲自然立ちに戻ります。少し間を取りま

⑳閉足立ちになる  
※体調の悪い人、ひざの悪い人は、無理をせず自然立ちのままで行ってください。

### 効果

- ・集中力、体力アップ、足腰の鍛錬
- ・騎馬立ちの姿勢は、足腰を強くして下肢、下腹とヒップのぜい肉を取り、バストを豊かにする
- ・筋肉を引き締め、骨格を作るのに効果がある
- ・丹田（下腹）に力を入れると、健康と勇気が出るといわれる
- ・深長呼吸法とゆっくりとした動きが一体化することによって経絡を流れる気を鍛錬し、体の内側から気力がにじみ出る
- ・呼吸と動きの中にあつてその途中でふっと息を吐いたり、強く握り締めた拳をスッと開いたりすることで、急にち緩させると流れがよくなり、血圧が下がるといわれている

●七段錦は、目を怒らせるように見開き、上半身はリラックスさせて下半身の足腰を充実させる運動です。騎馬立ちのときは、足心に気が通るようにつま先に力を入れて立ち足心にゆとりをもたせます。  
※ゆっくりと、呼吸に合わせて気功の運動として行います。気を養う健康法です。

## 表紙の人

「みなさん本場に夢を追いかけています」と話すのは、大黒様の宝くじ「平一町目宝くじセンター」11平字一町目IIの宝くじ担当、橋本秀子さん。平成14年のオープン以来、宝くじを求め、大黒様をまつる売り場横の大國魂神社分社に願掛け参りをする人々を8年間見つめてきた。

売り場には、ドリームジャンボ1回、サマージャンボ2回、年末ジャンボ1回の1等をはじめ、2等もドリーム1回、サマージャンボ1回、年末2回など、大当たりの歴史がある。遠方からも多くの人が億万長者を夢みてやってくる。

「この売り場から、1等を当ててほしいといつも願っています。当たる確率が高いのは、バラ20枚、連番10枚の30枚を買う人だそうですね」。橋本さんは大安の日など、行列ができるワクワクしながら、訪れた人たちの幸運を願っている。



## 炎のダンス魂



・2009年、2010年ラテンダンス世界選手権シニア部門日本代表  
・入賞歴（カナダ国際大会3位、スペイン国際大会6位、ロンドンインターナショナル選手権=世界大会=5位、ロンドンオープン選手権優勝）  
・ドニー式ウォーキング（50歳代後半からのエクササイズ）、30歳代からのスーパーコアリズム（半年でウエスト6センチダウンが目標）、ラテンダンスなどのサークルを開設中  
・現在、ツイッターでつぶやき中  
tel (26) 5050

## なみだの東京 愛する故郷へ

あ～もう、この歳か！ やりたいことが自由にできた東京生活も終盤になった。そう、何やってもいいけど30歳になったら帰ってきなさい、と言われていた。理由は、長男だからだ。不動産営業も絶好調、ダンスの純子と破竹の勢い。しかし、約束は大切。

なんとも、重すぎる約束だ。なぜ、長男というだけで家に束縛されなければいけないのかという思いはあった。また、ドニーの不動産営業のお客さまはどうすればいいのか！ 時が近づくにつれていろいろなものが走馬灯のように、ドニーの頭の中を駆け巡るのであった。この約束を知る不動産会社の社長さんたちからは、「田舎に帰ってどうするの？」「今までと同じ生活はないよ！」「東京はドニーの好きな営業もダンスも思いっきりできるよ！」「満面の笑みで感謝してくれたお客さまを見捨てるのか！」と。この言葉は、いまでもドニーの心の奥底で山びこのように響くことがある。生活や職場を東京から田舎に変えるとはこんなにも苦しいのかと思った。人生だれでも分岐点は

ある。そこをどのような形で進むかは人それぞれだ。しかし、何が何でも真っ直ぐにいかねばいけない時もある。しかし、ドニー自身、この時が来るのはわかっていたので時期が近づくにつれ定期的に帰っていた。そこまでは、1年に1週間も帰らず、帰ってもすぐお友達と遊びにいってしまい、実家には寝に帰っている感じだった。華やかな東京の真ただ中にいたドニーだけに故郷はとにかく寂しい。人ごみの中でもがき苦しみながらはい上がっていくのが自分には合っているなど思っていただけに！ 時間は、確実に進行する。いわきに帰り、何ができるのか、何をすればいいのか！

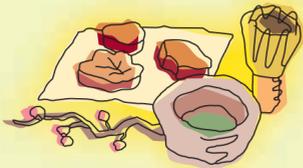
いろいろ考えるとなかなか答えが出ない。そんな時、いわき市の多くの市民の方に会いたいという思いが出てきた。

世の中を見たとき、いろいろな世代に支持されている遊びにカラオケがあった。この商売だったら多くの人に一気に会える。ドニー自身ダンスをしていたのでダンスでも何でも使えるイベントホールがあると楽しい、そういう発想から今のプリンセスアイが誕生した。

名の由来は、いわき市のイニシャルのアイから。そして、いわき市に何か自分にできることがないかと思い、ダンスで世界（シニアラテン部門、男女とも35歳以上）を目指すことを誓った。だから、ドニーの世界への道は、出場する14年前に決めたことだ。このいばらの道を歩くことによって多くの方に勇気をあたえることができるかもしれない！ 果てしない道がスタートした！

和洋菓子  
**大正堂**  
代表取締役 大河内 浩勝

いわき市錦町江栗2-31  
TEL(0246)62-5351  
FAX(0246)62-5381  
営業時間 AM8:00~PM7:00  
定休日 毎週水曜日

# 6月16日は 和菓子の日

平安時代中期の承和年間に疫病が流行し、仁明天皇は年号を嘉祥とあらためました。その元年(848年)の6月16日に、16個の菓子やもちを神前に供え、疾病よけと健康招福を祈ったのが起源といわれています。この故事にちなみ、全国和菓子協会がこの記念日を制定しました。

## ☆手づくりの和洋菓子☆

- ◎京わらびもち 1箱 630円
- ◎大好評 丸ごとグレープフルーツゼリー 1個 892円

いわき市小浜浜西町6-16  
TEL・FAX(0246)92-2554  
営業時間/AM8:30~PM7:00  
休日/毎週水曜日




レンタルStudio  
**カネタツ**  
小倉あん 豆乳クリーム ゴマあん  
ハムチーズ ビザソーセージ etc.  
パラエティたいやき あります  
テイクアウト、電話予約出来ます  
Pizza Toast Curry Beerも用意  
いわき市常磐湯本町天王崎32-3  
TEL 0246-68-7364 10:00~19:00(水曜定休)  
http://cafekotatsu.web.fc2.com/



和菓子工房  
**しら石**  
○本店 いわき市常磐湯本町三番164  
TEL&FAX(0246)42-2711  
○湯本中央店 いわき市常磐湯本町吹合91  
TEL(0246)43-0164  
○いわき市小浜浜字辰巳町43-1  
TEL&FAX(0246)92-1177

カステラと餅菓子のハーモニー!  
お菓子の **高月堂**  
〒974-8261 いわき市植田町中央一丁目2-5  
TEL・FAX(0246)62-2756



手づくり和菓子  
**ふくみや**  
1個.....90円  
5個入り...450円  
10個入り...900円  
いわき市内郷郷町秋山25  
TEL.0246-26-2007  
営業時間/8:30~18:00 定休日/火曜日




水ようかん  
みずみずしく、清々しく、  
三種の涼をお楽しみ下さい。

水ようかん(こしあん・小倉・抹茶)  
●6コ箱詰め.....1,365円(税込)  
●9コ箱詰め.....2,047円(税込)  
●12コ箱詰め.....2,730円(税込)

まごころに おいしさ咲かせて  
**かんのや**  
いわき谷川商店  
〒970-8036 いわき市平谷川原一丁目1番7号  
TEL.0246-24-2416 営業時間/9:00~19:00



たい焼き一筋 **たっぷり庵**  
おぐら、クリーム、白あん、小倉チーズ...たっぷりあんの人気商品。  
期間限定(6月末まで)みそあんに130円で販売する。  
いわき市平月見町33-5(一二三屋地内)  
9:30~20:00 年中無休  
TEL 0246-23-0181



遠野 まんじゅう  
菓子処 **芝崎**  
いわき市遠野町上遠野字若宮 57-5  
TEL 0246-89-4717  
営業時間/8:00~18:30  
定休日/水曜日(祝日は営業)



菓子処 **アムール三好ま**  
6月15日・16日(2日間限定)に恒例の感謝セール実施。柏餅5個入り630円を500円ポッキリで販売する。数量限定。支店アムールでも販売。  
本店/いわき市四倉町字五丁目112  
8:30~19:00 本店/日曜日  
TEL 0246-32-2347

量一筋150年の実績!  
薄量、防虫量表替え、裏返しその他白アリ駆除ご相談承ります  
1枚~可 即日納品OK (見積無料) フリーダイヤル 0120-25-2949

エレガントなチリムック、大人かわいいスカート...  
おしゃれな洋服がたっぴん入りしました。  
価格も抑えています。見に来て下さいね!!

ジャケット 2,290円  
カットソー 2,290円  
スカート 2,290円  
レギンス 1,880円  
ストール 990円  
ネックレス 315~390~490円

おしゃれなふだん着の店 **メルヘン屋**  
ヨークタウン大原(小名浜) 0246-92-1688  
ヨークニール谷川瀬2F(平) 0246-21-4567

いわきシティバレエスクール  
チャイルドクラス 3歳~  
小名浜教室 土曜日 14:45~15:45  
・クラシックバレエクラス(3歳~大人)  
・美容バレエクラス  
お気軽にお問い合わせください。  
お問い合わせ 0246-54-6307  
いわき市小名浜大原字北君ヶ塚73-7



助成金を使った **介護リフォーム**  
ご相談・お見積り無料  
お電話頂ければ無料で伺いいたします。  
耐震診断無料!  
株式会社 共力ハウス 0120-297-971

えっ!? そのメーカーの太陽光パネルで、本当にいいの!?  
メーカー各社の製品を扱っているデンカコムだから、あなたの家に最適なメーカーをご提案できます!!

複数のメーカーから、最適な製品をご提案します!!  
オープン7周年決算セール開催中!! 見積相談は無料です!!  
補助金の申請など、面倒な手続きもお任せください!!

(株)デンカコム 0120-918-544  
http://www.denka.com  
いわき市平字三倉 66-4  
SANIX SHARP 日立 三菱電機 東芝 SANYO KYOCERA MITSUBISHI CanadianSolar SUNTECH



◆制作者=市川和子さん(内郷)  
◆タイトル=「トルコキキョウ」(色紙判)

◆ちぎりの絵の風景も花も好きです。このトルコキキョウは、4月ごろから夏に咲くことを知りました。色は紫とピンクがあるんですよ。ちょっと変わったかわいらしい花だと思えます。これからは、ちぎりの絵を続けていきたいと考えています。

◆いわきに転居し、ちぎりの絵を習得させていたとき、このグループ教室に入会させていただきました。今でも難しいですが、皆さまに指導していただき、頑張って作品を作っています。

◆制作者=大野正枝さん(中央台高久)  
◆タイトル=「兜(かぶと)」(色紙判)



お庭巡り  
訪問先 三和町 折笠 順子さん宅  
今年初めて咲いたシタレザラ

主治医の一言がきっかけ  
植物が元氣や喜びをくれる

会社員・農業折笠 うち、値引き品で順子さん(56)に三和町に3年前からアラスタの苗を買って来て植えたのが最初だった。更新障害を体調不良が重なり、10年以上無気力状態が続いていた。環境を整えてあげると、かわいいからと、ジヤコウチを植えた。ヤガイモやプロッコ笠さんの背中を押し、せめて植物は、折笠さんに喜びを与えた。元気をくれた。花を咲かせた。に収める新たな趣味もできた。そして何より、いつも笑顔に庭づくりをしてみようと思った。



# 「公正証書」とは、どのようなものですか？

今回は、「公正証書」について説明いたします。「公正証書」というのは、公証人が、皆さまの依頼を受けて、公証人法やその他の法令に基づいて作成する公文書のことです。

＜公正証書は、どのようにして作成されるのか？＞皆さまが、契約や遺言などについて①公正証書にして欲しい内容を公証人に説明し②公証人が、その内容を法律上問題のないよう明確にして文書を作成し③それに当事者が署名押印し④さらに公証人が署名押印して作成されます。

＜公正証書の作成を依頼するには、どうすればいいのか？＞原則として作成を依頼する当事者本人が事前に公証役場にお越しいただき①本人確認のため、個人の場合は、印鑑登録証明書又は自動車運転免許証の写しなど、会社などの法人の場合は、法人の代表者の資格証明書（法人の登記事項証明書）と法人の代表者の印鑑証明書を提出していただき（個人・法人とも発行日から3カ月以内のもの）②公正証書にする契約書あ

るいは契約や遺言などの骨子を記載したメモ、その他関係資料を持参していただきます。③その際、公証人が、それらに基づき契約内容等について説明を受けて確認します。④その場ではすぐに公正証書を作成できませんので、後日、日程調整の上、あらためて当事者の方々に実印（登録印）を持参してお越しただいて作成します。

＜公正証書には、どのような効用があるのか？＞①公正証書は、公文書ですから、極めて高い証拠力・証明力がありますので、仮に裁判になったとしても、立証に強い効力があります。②公正証書の原本は、公証役場に厳重に長く保管されますので、紛失とか改ざんの心配はありません。③金銭の支払いに関する公正証書に強制執行ができる旨の条項を入れることにより、債務者が金銭債務を履行しないときは、裁判によらなくても直ちに強制執行ができる執行力を付与することができます。

## あんしん生活 ②

協力/公証役場  
公証人 本間 透  
平字菱川町1の3（市社会福祉センター4階）  
TEL&FAX (23) 4066



相談は無料ですので、お気軽にお尋ねください。

**又兵衛 「平さん」**

毎年この時期市内7店舗限定、本数も限定で販売している人気商品。搾りたて吟醸本生原酒で、1本720円、杉入り2520円。平のあわのや酒店、大喜多や、セラーズまのめ、浜田屋、丸伊酒店、矢吹酒店、好間町の吉田酒店で好評販売中。

**いわき七浜 海鮮彩**

浜の名門丸木屋 (22) 0182

サーモン、イカソーメン、ウニ、イクラ、メカブの彩り豊かな逸品。そのまま酒のさかなとして楽しめる。また、ご飯にのせれば、簡単においしい海鮮丼に。賞味期限は冷凍保存で20日ほど。税込み480円。

**読者プレゼント 当せん者 皐月号**

皐月号の答えは「たんのせつ」でした。正解者の中から15人に、麵屋吉祥楼提供の「麵屋吉祥特製つけ麺」を贈呈します。本社からお送りする「当選お知らせがき」を持参して、麵屋吉祥楼様へお味ください。当選者（敬称略）次の通り。

高秋静子（常磐）阿部ひるみ（平）星野孝（泉ヶ丘）鈴木みどり（平）高橋京子（内郷）秋元高義（常磐）中根豊子（平）横田真知子（佐藤町）岩崎ケサ（平）三瓶忠雄（錦町）四家富起子（平）藤井睦三（常磐）渡辺サチ子（平）佐藤幸子（平）佐藤健次（平）



合唱が大好きなメンバー

# ハーモニータがたまらない

## 女声合唱団 月曜コール

毎週月曜日の午前、常磐公民館の展示ホールには女声合唱が響きわたる。女声合唱団・月曜コールだ。昭和50年に発足し、会員は中尾眞枝会長を中心に40〜70歳の21人。根本尚恵さんが指導する。みんな歌が大好き。合唱の魅力を「1人で頼りなくても、細かい糸をより合わせるように集まって醸し出すハーモニータがたまらない」と、中尾会長。母であり、妻であり、子どもでもある会員21人が一緒に歌いながら、歌に



定期演奏会へ向け練習に励む

共感する思いを紡いでいく。歌いながら言葉や旋律に触れ、ほろりと涙することもあって、会員の結束が強いのも、サークルの魅力だ。6月19日午後2時から、市文化センターで定期演奏会を開く。「ふるさと」がテーマ。4部構成で、詞・安野光雅、曲・森ミドリ、組曲「津和野」を中心に18曲を披露する。混声曲の「津和野」を、作曲者が女声曲に編曲し、月曜コールが初めて女声合唱として歌う。入場料は1000円。問い合わせは中尾会長（電話090-5236）6178。

**医療法人社団 秀友会**  
理事長 箱崎 秀樹

**グループホーム サンファミリー**  
いわき市常磐藤原町大畑13-1  
TEL 0246-72-1325 FAX 0246-72-1326

**介護老人保健施設 サンライフゆもと**  
〒972-8326 いわき市常磐藤原町大畑13-1  
介護老人保健施設 ☎43-6116

**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

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

いわき市常磐上湯長谷町上ノ台88-1  
TEL 0246-44-5660  
FAX 0246-44-1307

福島県緊急雇用創出基金事業・いわき市農業・農村活性化推進事業業務受託をしております

# 農業道場塾生募集

農地法第3条改正に伴い、平成22年4月1日より農業に主体的に取り組むことができるようになったNPO法人です。私たちは「都市と農村の連携・交流による農産物の生産・販売」を通じて地域貢献を目指しています。



## 仲間になりませんか？

農業・農村活性化に熱き思いがある方で、  
●都市居住者で近い将来農業を主体的に行い方  
●援農ボランティア等で農業支援の経験がある都市居住者で、農産物の栽培方法を本格的に勉強したい方

実践場所・三和町合戸地内

募集期間 平成22年5月31日(月)

詳しい内容については下記に問い合わせください。



## NPO法人 シニア人財倶楽部

いわき市平字田町120番地 産業創造館内 インキュベートルーム1

TEL:0246-88-6501  
FAX:0246-88-6502

問い合わせ受付時間:平日 午前9時~午後3時

6月の休日診療医

※時間無記入の場合は午前9時～午後5時

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Rows for 6月6日, 6月13日, 6月20日, 6月27日.

小児科当番医 午前9時～正午

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Rows for 6月6日, 6月13日, 6月20日, 6月27日.

泌尿器科当番医 午前9時～午後3時

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Row for 6月6、13、20、27日.

眼科当番医 午前9時～午後2時

Table with 2 columns: Date and Clinic Name/Address. Row for 6月6、13、20、27日.

メルヘン屋 タオルマフラー&UV手袋セット



プレゼントされるUVセット

クロスワードパズル

Crossword puzzle grid with numbers 1-18 and some filled cells.

16 大きな、大きなトカゲ、アリのゲーター、クロコダイル、カイマシとも

15 ○○○クロ、アカ○

12 漢字で書くこと花魁、読めるかな

11 酔いしれよう油で食べるのが一般的、夏の味

10 昔流に言えば帳面

9 おばあちゃんがコックリ、コックリ、ついうたた寝、昔はこういう光景が見られました

8 求め、要求、希望

7 いわき市の周囲の山々にあります、森林浴が楽しめます

42号は和菓子店を特集しました。私は年を重ねるごとに好みが変わり、和への変化したように感じますが、読者はいかがですか。ところで基地と金の問題で政治のうねりが伝わって来ます。次回の国政選挙では、和菓子に渋い緑茶でも用意して、この国の未来と残り少ないわが身の行く末を考えて投票したいと思います。(憲)

編集後記

いわき民報社 編集/個処から編集室 発行/いわき民報社 〒970-8026 いわき市平字田町63-7 TEL(0246)23-1666 FAX(0246)24-2168 E-mail adv@iwaki-minpo.co.jp

ファッション&ギャラリー おおくら おしゃれな洋服たちとやさしいうつつが待っています。 ☎44-5367 (マルト浅貝店そば)

D-Print Shop デジタルデータ・プリントショップ お客様が作成した完全データから高品質な印刷物を早く、安くご提供できるデータ印刷・製本・加工システムをご活用ください。 ポスター・チラシ・パンフレット・リーフレット 会社案内・製品案内・報告書・統計書 ホームページ http://www.tairadenshi.jp をご覧下さい。 あなたの想いを本にしませんか? 自分史・伝記・追悼集・社史 記念誌・論文集・年鑑・記録集 小説・絵本・漫画・詩集・歌集・俳句集・エッセイ集 写真集・画集・コレクション集・家族の記録 見本は多数展示してございます。お気軽にお立ち寄りご相談ください。 企画立案からプロのスタッフがお手伝いします。 有限会社 平電子印刷所 出版部 纂修堂 〒970-8024 いわき市平北白土字西ノ内13 E-mail:info@tairadenshi.jp TEL(0246)23-9051(代) FAX(0246)22-5222

ORIGINAL TASTE fashion house シュール いわき市平六町目5-20 PHONE25-6608 ●駐車場完備(店向かい側)

今月の読者プレゼント

まず目をかな文字で埋めて★に入る文字をつないでできる言葉を答えてください。ヒントは冬服から夏服へ。6月1日からお巡りさんの制服ははっきりと変わったのが分かります。正解者の中から

季節にぴったりで、綿素材のタオルマフラーは日よけはもちろんスポーツにも最適、手袋はドライブの日よけ防止です。 はがきに ①パズルの答え ②個処から読んだ感想と住所、氏名、年齢、電話番号を明記して編集室(下欄参照)に6月10日(当日消印有効)までに張り巡らします

9 泣き顔、しかめっ面、いろいろあります が、これが一番 【タテのカギ】 1 入学祝にプレゼントされた方もいるはず、イスがセットです 2 正しくはヨルガオ、朝顔とは逆です 3 これがある人はうらやましい、若い人にはかないません 4 求め、要求、希望 7 いわき市の周囲の山々にあります、森林浴が楽しめます 8 昔流に言えば帳面 9 おばあちゃんがコックリ、コックリ、ついうたた寝、昔はこういう光景が見られました 11 酔いしれよう油で食べるのが一般的、夏の味 12 漢字で書くこと花魁、読めるかな 15 ○○○クロ、アカ○ 16 大きな、大きなトカゲ、アリのゲーター、クロコダイル、カイマシとも