

「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。

2012 年 第64号

毎月第4月曜日発行

個処から

表紙 NHK文化センターいわき教室=記事8面

無料
浜通り地域
64,000部発行

ゴールデンウィークがやってくる!~行楽特集...4・5面



社交ダンス初級



巨木、名木を訪ねる



ネイティブに習うやり直し英会話



ストレッチパレエ



こども書道



ウクレレを楽しもう



一から始める写真



子ども将棋道場



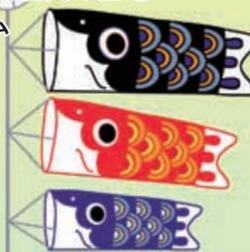
ちくちくくらぶ



5月15日(火) 昼1:30開演

第38回バラエティショー 小林幸子なりきりものまね まりもちゃん

- サービス付き高齢者向け住宅
- 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)
- 小規模多機能
- 配食サービス (ニコニコキッチンいわき南店)



幼少の頃から女性アイドルに憧れ、あの「スター誕生」に挑戦! 女性アイドルの曲を熱唱し、あまりの陶醉ぶりに審査員の失笑をかう。その後、社会人となるが、女性アイドルへの憧れを捨てきれず、そっくりさん・ものまねでテレビ出演。小林幸子のもものまねを得意とし、電飾衣装まで制作してステージを華やかに演出している。

会場: こころの駅 ※送迎についても、ご相談下さい。
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、お越し下さい。



まりもちゃん

365日 年中無休

<http://kokoronoeki.jp/>

案内資料はホームページよりダウンロードいただけます

こころの駅

検索

大好きないわきですずっと暮らしてほしいから
サービス付き高齢者向け住宅

御宿らくや 個別相談会受付中



☎ 0246-54-5000

ご相談はお気軽にお電話ください

株式会社 こころの駅

〒971-8101 福島県いわき市小名浜字中原 16-1

「好奇心の、その先へ」NHK文化センターは昭和54年、カルチャースクールとして、東京・青山に最初の教室を開講した。現在は、全国52カ所で開催延べ75万人が受講する。学ぶことで豊かな心を培う。さらに、一歩先の新たな世界への門が開ける。そうした生涯学習の「場」の提供が第一義だ。

いわき教室(いわき市平字小太郎町、NHKいわき放送会館内)では、約140講座が展開中だ。講師とバスで出掛けて学ぶ現地講座、歴史や芸術、文学、外国語といった教養講座から、パソコンなどの実用講座、さらに手芸などの趣味、ダンス・体操など健康の分野まで、幅広い講座がある。

各講座には、真剣な中にも、和気あいあいとした雰囲気があり、受講者は充実した学びを存分に楽しんでいる。また震災後、人と人とのつながりがより重視されているが、共通分野でスキルアップを目指す仲間が集う格好の「コミュニティ」の場ともなっている。

初夏は、上下綿の季節! 時には遠く自分になぞ お出かけしませんか?!

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
ヨークベニマル谷川(平) ☎0246-21-4567
ヨークベニマル湯本南店(常磐) ☎0246-43-6885

ワンピース 6,900円
ブラウス 3,690円
レギンス 1,990円
ストール 990円
ネックレス 315円

手造り料理 **よっぴ**
営業時間 月曜定休
火曜-金曜 昼の部 11:30~
夜の部 17:00~22:30
土・日・祝日 夜の部 17:00~22:00
いわき市平田町19-1 よし川ストリートビル1階 TEL(0246)22-3939

地震後の修理・お墓のリフォーム
有限会社 石昌石材
(旧江名の伊藤石材店)
いわき市小名浜中原4-32 ☎53-7002

豊一筋150年の実績! (有) 中村豊店
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

故人の想いをお伝えする
いわき市内の弔事情報は
『おくやみ情報いわき』
で検索してください。

梅沢富美男 & 中村玉緒
夢の競演

第一部: 梅沢富美男十八番 与五郎シリーズ「箱根越え」
第二部: 梅沢富美男 艶姿「華の舞踊絵巻」
第三部: 鳴神伝説「真・夜叉ケ池」

3/1(木)より 絶賛発売中

2012年 6月13日(水)
いわき芸術文化交流館アリオス

JRいわき駅より徒歩15分 (駐車場に限りがございますので公共交通機関をご利用ください)

昼の部 開場 13:30 開演 14:00 全席指定 S席 7,000円 A席 6,000円
夜の部 開場 17:30 開演 18:00 消費税込 未就学児(小学校入学前のお子様)は入場できません。

◆アリオスチケットセンター ☎0246-22-5800
※発売初日は電話、インターネット予約のみとし、窓口での販売は翌日より行います。
◆エブリアインフォメーション ☎0246-46-0100
◆桃キクヤ楽器店平店 ☎0246-25-7171
◆ローソンチケット(Lコード: 25113) ☎0570-084-002

主催 ダイサンネクスト 協力 やすらぎカラオケ教室(林)
後援 株式会社 いわき民報社 企画・制作 株式会社 明治座/株式会社ピー・エーシー
お問合せ ダイサンネクスト ☎0538-23-8500



小野忠男 絵画展

5/17→5/21 入場無料 090-4633-9327

第1回青木繁記念大賞入選等に輝く小野が油彩画と、今回はイタリアの13世紀ごろの技法である黄金背景テンペラ画の新作を展示。

ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9



フォーマックのお料理教室

5/1、8、15、19、22、29 参加費 300円 11:00~13:00 連絡先 090-7562-8675 0246-54-4755

ガスから電気への安全転換を実現したフォーマック製品を使った料理教室。5月のテーマはアップサイドダウンケーキ。定員7人。フォーマックいわき中央店 いわき市小名浜寺丹波沼 61-1

ギャラリー情報

& イベント案内

2012年4月→



安藤 麻衣子 陶展

5/12→5/22 入場無料 0246-23-8411

2006年からアート・ピオトープ那須に勤務しながら創作活動している安藤の新作を展示。初日と最終日は作家在廊。水曜日定休。ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1



阿部 眞土 作陶展

→5/1 入場無料 0246-56-9101

李朝や古伊万里の白磁が好きで、磁器の瀧田項一や阿部祐工に師事。白磁を中心に色絵、染付、ルリ釉、辰砂の新作を出品する。アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7



クレイアートハウス

4/20→ 営業時間 11:00~21:00 入場無料 0246-53-7035

透明ネンド・すけるくんを使ったクレイアートの体験教室(予約制)は材料費込み2000円で参加できます。いわき市唯一の教室開設。http://www.rakuten.co.jp/auc-clayart-house/ いわき市小名浜愛宕町 15-6



渡辺国夫陶芸展

5/12→5/22 入場無料 0246-56-9101

色彩を重ねて見えてくる表情は面白く、抽象的な線や面は器形と相まってリズムを刻んでいくという渡辺の新作展。12、13日作家在廊。アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7



児玉 良介 作陶展

→5/1 入場無料 0246-23-8411

いわきに枯淡窯を構えて15年、いわき陶芸協会顧問、いわきアート集団会員の児玉。炎で命をもらい児玉が生み出した器の新作を出品。ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1



手作り人形常設展示

4/20→ 入場無料 0246-23-5658

吉田登志手作りのじじばば、抱き人形、吊るし飾り、布地藏を展示。手作り人形講座の受講生を募集中。開講は週1回9:00~正午。布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8



島津豪亮・油彩展

5/10→5/22 入場無料 0246-35-0383

スペインの村々、特にアンダルシアの風景に魅せられた画家・島津。光と色彩と喜びにあふれた作品は、見る者を南スペインに誘う。小野美術 いわき市平字中町 22-2



絵研グループ錦 絵画展

→5/4 入場無料 0246-62-2327

春の訪れです。震災や原発事故から1年。気の重い日々を過ごしているみなさまに、心なごむひとときを一と開催。22、23日休店。画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



小さな東ティモール展

4/20→ 入場無料 火曜定休 野口さん 080-6017-2116

昔ながらの宗教が生活に根付いている東ティモールのものを十数点展示。常設新作展も開催。11:00~18:00。陶芸教室生徒募集中。何必窯陶芸教室・ギャラリー青狐齋 いわき市平字中町 1-1-2



女の子の手仕事展

→5/27 入場無料 0246-62-4188

古い布との出会いは時を超え、生まれ変わり、一つの作品が出来上がりました。4月30日~5月6日休廊。水曜定休。10:30~18:00。ギャラリーわづくりや いわき市植田町南町 1-2-14



映画会「風の又三郎」

5/5 14:00~15:30 参加無料 0246-25-1111

昭和15年に製作された島耕二監督の作品を上映。会場は3階セミナー室。定員は40人程度で、当日先着順に受け付けを行う。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



常設展示・販売

4/20→ 入場無料 0246-36-8001

益子焼、笠間焼を中心に全国各地の陶芸作品を展示、販売。毎月3回、パッチワーク教室や手ひねり体験を開催中。原則火曜定休。陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86



秤屋苑子あゆみ展

5/24→5/28 入場無料 090-4633-9327

秤屋の手ひねり時代の作品から最新の彩磁までを一堂に展示。秤屋苑子陶芸スタジオで学ぶ11人と東京清美会員の作品展も同時開催。ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9



高橋彰 クラフト展

4/29→5/6 入場無料 0246-69-2390

毎年恒例クラフトマン・高橋の新作展。彰の新作のほかよし子さんの明るい笑顔と高橋ファミリーの作品も展示。会期中は無休。ギャラリー昨明 いわき市田町南大平字川平 35-4



金澤翔子の書の世界

4/20→ 入場料 一般800円、小学生以上600円、小学生未満無料 0246-89-2766

天与の役目を持ち書の道を歩む金澤。東日本の復興を願い、思いを込めて渾身の力で書いた作品を展示。水曜休廊。10:00~16:00。金澤翔子美術館 いわき市遠野町根岸字横道 71



星野就久あな窯作陶展

5/19→5/29 入場無料 0246-56-0264

副題は焼締の食器と植器。栃木県であな窯焼締による陶芸を続ける星野。盆栽や山野草にも造詣が深く、食器と植器の2年ぶりの新作展。ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



藤森悠二・水彩画展

5/3→5/8 入場無料 0246-35-0383

東京生まれで、フランス・スペインを游学、フェルナンド美校修了の藤森。横浜、鎌倉、湘南などを描いた新作を展示。水曜定休。小野美術 いわき市平字中町 22-2



宮沢賢治・詩と絵の宇宙

4/28→ 観覧 一般300円、観覧券小学生500円、小学生200円 0246-25-1111

賢治の手による絵画などの資料で実像を浮き彫りにすると同時に、喚起された後世の作家の作品を通してメッセージを受け止める。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



シーボーンアート展

5/1→5/31 入場無料 090-2999-3913

いわき市在住の猪狩時子が貝殻とガラスを使った美しいランプシェード、海藻を使って描いた絵など猪狩ワールドを展開。8日休廊。アリオスカフェ いわき市平字三崎 1-6



一貫張り教室

5/12 10:00~15:00 受講料 材料費を含め 3000~3600円 0246-62-4188

先着10人限定。受講料はカゴの大小によって異なる。昼食、エプロン、手ふき、ふた付き容器を準備。人数により取りやめもある。ギャラリーわづくりや いわき市植田町南町 1-2-14



水墨画・木目込人形展

4/26→4/30 入場無料 090-4633-9327

水墨画を多田早苗、木目込人形を森昭子が出品。それぞれ女性の感性を生かして創作活動を展開。開廊は午前10時半~午後4時半。ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9



手づくり作品展示販売

→5/31 入場無料 0246-38-4573

アクセサリ、インテリア、小物など地元在住する作家の手づくり作品の展示と販売。火曜日休廊。開廊時間午前10時から午後6時。ギャラリー&ショップモラモラ いわき市小名浜寺廻町 5-5



宮沢賢治のこわあーいお話し

5/13 14:00~15:00 参加無料 0246-25-1111

朗読会Iの講師は、声の表現舎リュウオア代表の緑川明日香さん。会場は2階ロビー特設会場。定員は40人で、当日先着順。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4



第9回瀧田項一作陶展

→4/30 入場無料 0246-56-0264

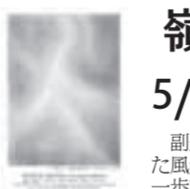
富本憲吉に学び、濱田庄司に師事し、2人の薫陶を受け、栃木県に倶門窯を構え、独自の磁器ワールドを展開する瀧田の9回目の新作展。ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



蜂谷 崇 絵画展

5/5→6/1 入場無料 0246-62-2327

蜂谷がデッサン会で描いた作品や海外旅行でのスケッチを元にしたプラハ城から眺めた風景画・小品を展示。5月13、14、27、28日休店。画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



嶺崎 茂子 絵画展

5/5→5/17 入場無料 0246-56-0264

副題は一かたへ。「あの日以来、一変した風景。みえない未来に向けて手さぐりで一歩ずつすすんでいく」と嶺崎は話す。ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



遠藤晴香・絵画展

→4/30 入場無料 090-2999-3913

いわき出身のイラストレーター遠藤。春の訪れを感じさせるゆるやかな仕上がりで、ペットの動物や植物を描いた新作イラストを展示。アリオスカフェ いわき市平字三崎 1-6



小学校教科書のあゆみ展

→6/10 入場無料 0246-22-5552

明治初期から昭和(戦前)まで市内で使用された教科書の変遷を紹介、教育内容に触れる。毎月最終月曜と、6月11~22日は休廊。いわき総合図書館 いわき市平字田町 120



上田紬+創作ジュエリー展

5/9→5/20 入場無料 0246-69-2390

ジュエリーデザイナー重田周作の新作ジュエリーと独特の模様と色彩で知られる全国3大軸の一つ、上田紬とのコラボレーション。ギャラリー昨明 いわき市田町南大平字川平 3-4



幻燈会「どんぐりと山猫」

4/30 14:00~15:00 参加無料 0246-25-1111

講師は、幻燈機が画家の小林敏也、朗読が女優の鍵本景子。会場は3階セミナー室。定員40人で、先着順。「やまなし」も上映。いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

楊名時健康太極拳二十四式

19 海底針 (ハイダイゼン)

「海底針」は、「海底にある針をそっと持ち上げる」という意味の体の屈伸運動です。体を一度まっすぐ伸ばして手を上げ、それから低く下げていく、という形は、武道的に見て相手の意表を突いた動きをするという意味があります。また、「西遊記」の中で悟空が自分にふさわしい武器として、海底にある海を鎮める針を拾って如意棒にしたという伝説があり、「海底針」は、それにヒントを得たともいわれています。

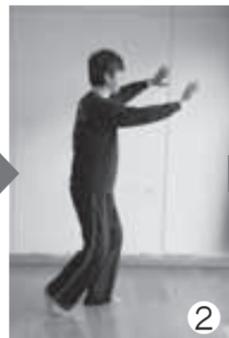
いつでも どこでも 誰でもできる 太極拳

鈴木 和子師範

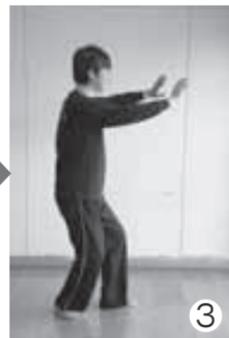
すずき・ともこ/NPO法人日本健康太極拳協会 楊名時八段錦、太極拳



①第18式の左右穿梭から始めます



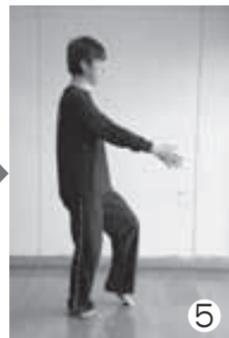
②右足つま先を左かかとの後ろに半歩引き寄せながら、上体を少し右へ向けます。そのとき左手は、少し弧を描くようにして右手と同じ高さになります



③右足かかとを下ろし、重心を右足に移して左足をつま先立ちにし、両手を下ろし始めます。視線は前方を見ます



④右足で片足立ちにしながら、両手を大腿(たい)横(もも)あたりに下げます



⑤右足で片足立ちしながら、右手をゆっくりと頭上へと上げていきます



⑥左ももを上げ、右足で片足立ちになります。左手のひらは下向きにし、左大腿(もも)に右手は頭上に上げます。※たっている右足ひざは、少し緩める



⑦右ひざを軽く曲げながら、徐々に重心を下ろし始め右手の指先は下に向けて少しずつ下げます



⑧さらに右ひざを徐々に緩めて、左足つま先を地につけます。※視線は前、首を曲げて下を見ないように注意



⑨腰を落とし、右手はさらに下ろし、左手もそえて手のひらを内側に向けて行きます。※無理をせず体調に合わせて行う



⑩海底の針を拾うような気持ちで動きます。※軸足に体重を乗せて行う屈伸運動なので、無理をして深くかがまないようにする。背中を丸くしないこと

【1】効果

・せき、ぜんそく、胸の圧迫感、息切れ、のどや口の渇き、手のひらのほてり、肩周辺の痛み、不安感など

【2】気の流れ

・右足片足立ち、右手を頭上に上げ、気を通します。左のつま先を徐々に近づけながら気を通します。

「和」です。「陰」と「陽」の和を図ることで、仲良くすることです。「和」の心こそバランスの秘けつだと私は信じています。

陰が陽を助け、陽が陰を助け、お互いに助け合いながら生きていくことが人生の哲学です。

陰と陽のバランスが取れてこそ人生は充実するのです。たとえば家庭の中では男が強すぎても困ります。女が強すぎても困ります。要はバランスです。そのバランスを生むものは何でしょうか。

太陽は陽で月は陰、男は陽で女は陰...というように、宇宙を陰と陽に分け、この陰と陽のバランスがうまく取れた状態が宇宙の摂理であることを教えてくれています。私たち人間の生活も同じです。

今回は師家楊名時先生著「心、息、動の訓(おし)え」の中から陰と陽のバランスを図るものについて紹介します。陰陽という言葉は、中国の思想で、宇宙の摂理を明解に示した哲理です。

「3」陰と陽、虚と実のバランスの中で

福島県緊急雇用創出基金事業、いわき市農業・農村活性化事業の業務委託を受けております。

復旧・復興・明日へ
 小型トラック 軽トラで
 交通手段等でお買い物に困っている方
移動販売実施中
 都市と農村の連携・交流による農産物の生産・販売 野菜・果物・魚・肉等

協賛協力 株式会社 おのざき | アンデスハム 株式会社 | 西野屋食品 株式会社 | 社会福祉法人 育成会 いわき学園

曜日	巡回場所	スケジュール	備考
火曜日	泉ヶ丘ハイタウン	9:15~13:30	
	白水仮設住宅	14:00~15:00	
水曜日	上荒川仮設住宅	9:15~11:30	
	四倉・細谷仮設住宅	12:00~13:00	
	平・作町仮設住宅	13:30~14:00	
木曜日	玉川団地	9:30~13:00	
土曜日	中央台仮設住宅	9:30~13:30	
日曜日	若葉台団地	9:00~11:30	朝市

NPO法人 シニア人財倶楽部
 いわき市平字田町120番地 ラト6階 産業創造館内 ポストインキュベーションルーム1
TEL:88-6501 FAX:88-6502
 問い合わせ受付時間:平日 午前9時~午後3時
 買い物代行等についてはお気軽にスタッフへお声掛け下さい。

いわき市内日帰り入浴案内
 お気軽に立ち寄って、のんびりとお楽しみください。

<p>さはこの湯 源泉 憩 貸 電 (0246) 43-0385 温泉保養所 料 入浴(8:00~22:00) 大人220円 小人100円 休憩(10:00~16:00) 大人710円 小人510円 (入浴料、浴衣貸出料を含みます) 営 8:00~22:00(入所21:00まで) 休 第3火曜(祝日の時は翌日)、元日 大広間の専用使用もできます。詳しくはお問い合わせください。 URL:http://www.iwakicity-park.or.jp</p>	<p>ホテル いわき湯本温泉 源泉 憩 得 予 料 料金 営 営業時間 予 予約必要 休 定休日 パームスプリング 電 (0246) 43-3011 貸 貸切風呂 憩 休憩所 電 電話番号 料 入浴 大人600円 子供300円 (3歳以上~小学生) 営 11:00~22:00(貸しタオル300円) 得 12:00~14:00 石焼ビビンバランチ1,000円から お刺身定食・天ぷら定食1,300円 憩 得 ランチご利用のお客様は、大広間利用可(無料) 予 得 11:00~15:00 客室利用1部屋4,000円(要予約) http://palm.spring.co.jp</p>	<p>新舞子温泉 流木の湯 源泉 憩 いわき新舞子ハイツ 得 料 日帰り入浴(10:00~19:00) 大人1,000円 小人500円 営 10:00~19:00(受付18:30まで) 休 毎月第2月曜日 得 15:00以降 大人500円 小人300円 回数券(12回分)10,000円 (6回分)5,000円 いわき市平下高久字南谷地16-4 電 0246-39-3801 http://www7.ocn.ne.jp/~sinmaiko/</p>
--	--	--

いわき湯本ICから一番近いゴルフ場

雄大な自然…大地に、風に、自らに挑む。
四季の美しさの中に感動のドラマが…

スパリゾートハイアンス・オフィシャルコース
クレストヒルズゴルフ倶楽部

いわき市渡辺町上釜戸字橋の上216
TEL 56-0111 FAX 56-5839 予約専用電話 **56-0113**

4月11日 ダービーコースオープン
ダービーコースはブルーレーのコースとして生まれ変わりました。

メンバー様 平日5,000円 土日祝5,000円
ビジター様 平日5,500円 土日祝9,000円

※料金に昼食代は含まれておりません。
※ハーフ休憩は20分ほどで、スタートハウスにて軽食(無料)うどん、そば、カレー)をご用意しておりますのでご利用ください。
※スタートハウスにクラブハウスは設けられていないのでご了承ください。
※15分目はオーグコースのみになります。

プリチストンオープンコンペ 5月27日(日)
オーグコース使用
メンバー様 8,500円
ビジター様 12,500円
プレー代(3~4B)・昼食・参加費・パーティー代込み

ご予約・お問い合わせは **サラブレッドカントリークラブ**
(0246)56-0800 〒972-8336 いわき市渡辺町上釜戸字上ノ代 245
電話 (0246) 56-0123 (代表)

今年の **ゴールデンウィーク**は (本店のみの開催となります)
4月28日(土)~5月6日(日)まで

恒例 **お客様感謝祭**

◎人気商品をびっくり価格でご奉仕!!
◎新鮮野菜の即売会!
◎大好評手づくりコロッケ・メンチ!

「母の日」フェア開催中!!
今年の『母の日』は
身体にやさしいお漬物ギフトを贈りませんか?

つけもの工房 西野屋
(本店) TEL.0120-66-2828 FAX.0246-28-2833
(平店) TEL & FAX.0246-68-8606
漬物・佃煮製造卸 西野屋食品株式会社
〒971-8131 福島県いわき市常磐上矢田町田端8-1

ゴールデンウィークがやってくる!

どこへ行こうか!
何をしようか!

4月も後半、さわやかな季節が到来しました。ゴールデンウィークの準備は進んでいますか? 今年こそは「楽しい休日」と張り切っている皆さんへ、「個処から」特選のいわき近郊のお出かけスポットを紹介します。

あなたの挑戦を待ち受ける魅力たっぷりの18ホール

プレー料金
特別ご優待料金(5月1日~9月30日まで)
平日 5,800円(食事付・税込)
土・日・祝日 9,000円(食事付・税込)

通常 平日 6,500円(食事付・税込)
土・日・祝日 10,500円(食事付・税込)
キャディー付は+3,000円(4B)

6月オープンコンペ
「セベ泉感謝デーオープンコンペ」
6月19日(火)プレー代 7,800円
(セルフ/昼食、パーティー、賞品/税込) 参加費が豪華!!

セベパレステロスゴルフクラブ 泉コース
TEL 0246-56-2911 FAX 0246-56-2930
〒971-8185 いわき市浪岡町の沢123-1

自然を生かし、松林に囲まれた丘陵コース

4月~6月のプレー料金(昼食別)
平日 4,500円
土・日・祝 7,000円

《ゴールデンウィーク特別料金》
5月3日~5月5日 8,000円
5月6日 7,000円
*4B・3Bセルフ昼食付き

イベント案内
☆シニア・レディースオープン 毎月第1・第3水曜日(休日は翌日) 6,500円(プレー費・食事・参加費・パーティー費込み)
☆オープンコンペ 5月13日(日)コカ・コーラオープン 9,500円(プレー費・食事・参加費・パーティー費込み)

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

野生の王国 動物達がまってるよ!

東北道二本松ICより車で15分
東北サファリパーク
動物取扱業登録 ●事業所の名称/株式会社 東北サファリパーク ●事業所の住所/福島県二本松市沢島1番地 ●動物取扱業の種類/展示 ●登録番号/福島県18北保展示第7号 ●開業年月日/平成19年5月30日 ●動物取扱期間の末日/平成24年5月29日 ●動物取扱責任者/羽川昌幸

二松市湯沢温泉 TEL.0246-24-2336
http://tohoku-safaripark.co.jp/ 営業時間/AM8:00~PM5:00 年中無休

短期集中スクール生募集中
毎週土曜日 週1回 10週のスクールです

【料 金】20,000円(実技ボール代込み)
【時 間】昼の部 午後2時~3時30分
夜の部 午後7時~8時30分
【開講日】平成24年6月2日(土)

株式会社 **ハッチェスゴルフセンター**
いわき市平南白土字八ツ坂121 ☎0246-22-3719

ジャンボシュークリーム

有限会社 **白土屋菓子店**
いわき市好間町上好間字南田36-1
TEL.0246-36-2645
営業時間/8:30~18:00

防球ネットのない300yオーバーの練習場
ゴルフスクール生徒募集中

営業時間
月~金曜日 8:30~21:30
土曜日 7:30~21:30
日・祝日 7:30~20:30

オズらんゴルフセンター
いわき市東田町菖蒲沢1 電話 (63) 6435

天川のせせらぎを聞いて、フレイクタイム
Cafe de buddy
コーヒー・紅茶・ケーキ…
定休日 毎月第1・3水曜日
営業時間 10:00~20:00(4月~8月)
19:00(9月~3月)
Tel / 0246-89-2292(キオスク付)
遠野町入遠野字天王1

いわき駅から徒歩4分。
リゾートのような
次世代ビジネスホテル。

客室タイプ	定員	料金(税込)
スタンダードルーム (13㎡・セミダブルベッド)	2名	6,300円 9,800円
デザインルーム レディースルーム	1名	12,600円

※朝食は有料です。15:00~翌日10:00の間で1日1,600円です。
※朝食は無料サービスとしてお楽しみいただけます。

ヒーリング・スパ(岩盤浴・黄土浴・大浴場・サウナ)あり

ランドホテルいわき
〒970-8026 いわき市平字大工町10-6
TEL.0246-25-1117 FAX.0246-21-0066
http://www.landhotel.jp

田人多物 **田人ラーメン**

各種宴会のご予約を承り中(予算相談)
ダンス用洋服、各種雑貨・小物も取り扱っております。

しどきの森
いわき市田人町大平字原口35-1(国道289号沿い)
TEL.0246-69-2617
営業時間/10:00~19:00 定休日/木曜日

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。
高野花見山にいらっしゃいましたら、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	3月~9月 AM 9:00~PM5:00 10月~11月 AM10:00~PM4:00
休園日	不定休
入園料	なし
年間券	1,500円(発行日から1年間有効)
一日券	一般 200円 大人(中学生以上) 300円 子ども(小学生) 100円

自然の中で草花と親しむスペース
高野花見山
いわき市内郷高野町広草1 ☎0246-27-2537
http://www.13.plala.or.jp/kohya-hanamiyama/k-hanami@teabreak.jp

どこまでもどこまでも僕たち一緒に行こう。

平成24年 **4月28日(土)~6月17日(日)**
開館時間/午前9時30分~午後5時(入場は閉館30分前まで)
休 館 日/月曜日(ただし、4月30日は開館)

観覧料:一般300円(720円)/高校・高等・大学生500円(400円)/小・中学生200円(160円)
*()内は20名以上の団体割引料金
*いわき市在住の65歳以上の方、身障者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を所持の方は無料
*いわき市内の小・中・高・専修・高等は、主に限り無料

主催:いわき市立美術館、NHKサービスセンター 後援:NHK福島放送局
特別協力:宮沢賢治記念館、宮沢賢治イートレープ、林風舎 企画協力:アート・ベンチャー・オフィス ショウ

【会期中の展覧】
◇公開制作ワークショップ「賢治ワールドを築こう」4月28、29日10:00~15:30/小2~4一般/定員20人
◇絵巻展「やまなし」/とんくつと山籠 4月30日14:00~15:00/セミナー室/定員40人(当日先着順)
◇映画展「風の三太郎」(最終二監督、昭和15年) 5月1日14:00~15:30/セミナー室/定員40人(当日先着順)
◇開館会「宮沢賢治のこころ」お話をとおしひこう道 5月13日、16日10:14:00~15:00/定員40人(当日先着順)
◇心のワークショップ(参加費は別) 5月27日14:00~15:00/小2~4
◇講演会「ミヤザキケンについて」(飯林) 6月3日14:00~15:30/セミナー室/定員40人(当日先着順)
◇イートレープ ぬりえと絵本の部屋 /5月1日~6月17日19:30~16:30/2階ロビー/特別会場/入館無料・無料
*各催しの詳細については、美術館にお問い合わせください。

「荒木経惟 花の写真を」展
アquareーこと写真家・荒木が撮影した花の写真30点が、いわき市内の仮設住宅で暮らす人々に
復興支援として贈られ、この30点を展示する。
会期 4月28日~6月17日(「宮沢賢治・詩と絵の宇宙」展と同時に開催)
主催 いわき市立美術館 協賛 積水ハウス株式会社 観覧料 無料

いわき市立美術館 IWAKI CITY ART MUSEUM
〒970-8026 いわき市平字堂根町4-4 TEL (0246)25-1111 FAX (0246)25-1115
E-mail bijutsukan@city.iwakifukushima.jp http://www.city.iwakifukushima.jp/kyoiku/museum/

365日 打ち放題
2時間 880円!!

9:00~22:00 TEL29-5971
三沢ゴルフガーデン
いわき市常磐三沢町竹ノ花32

「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・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「みゅうみゅう」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!

いわき・ら・ら・ミュウ
いわき市常磐湯本町天王崎1-26
TEL 0246 (92) 3701
URL: http://www.lalamew.jp

中高生向けにメンズ・レディース
マシヤレ
圧倒的なお値下げ!!
新商品もたくさん登場!

本場タイコットン生地100%使用。生地が違います!

いわき市常磐湯本町天王崎1-26
サンモール天王崎1F
TEL0246-43-5003 [日休]

一本坂
・東邦銀行
・常盤銀行
マシヤレ

遺言を公正証書するには？(9)

今回は、公正証書遺言を作成する場合の手数料について説明いたします。
公正証書遺言の作成費用は、公証人手数料令により定められており、遺言の目的となる財産の価額に対応して以下のとおりとなります。

(目的財産の価額)	(手数料の額)	(目的財産の価額)	(手数料の額)
100万円まで	5000円	1000万円まで	1万7000円
200万円まで	7000円	3000万円まで	2万3000円
500万円まで	1万1000円	5000万円まで	2万9000円
		1億円まで	4万3000円
1億円を超える部分については、3億円まで5000万円ごとに		1万3000円	
3億円を超え10億円まで5000万円ごとに		1万1000円	
10億円を超える部分5000万円ごとに		8000円	

がそれぞれ加算されます。

さらに、上記を基準にして以下により計算されます。

①財産を相続又は遺贈される人ごとに財産の価額を算出し、これを上記基準に当てはめてその価額に対応する手数料額を求め、これらを合算して全体の手数料を算出します。

②全体の財産の価額が1億円未満の場合は、上記基準の手数料額に1万1000円が加算されます。

③公正証書遺言書は、正本と謄本各1通の計2通作成しますので、これに必要な用紙代が1枚につき250円かかります。

④遺言者が病気等により公証役場にお越しただけでないときは、公証人が病院等に出張して作成することができますが、この場合、①の手数料額の50%が加算されるとともに日当と交通費がかかります。

あんしん生活

22



協力/いわき公証役場
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 0246 (23) 4066 FAX 0246 (38) 6463



相談は無料ですので、お気軽にお尋ねください。

韓国への理解を深める会員



磐崎公民館 いわき韓国交流会

韓国の理解を深める会員のスキルは日々向上している。2月には市教委からの依頼を受け、韓国の小学生から市に贈られたきたお見舞いの手紙を和訳した。文節的には再訪問を望む声が高まっており、実現に向けての準備も視野に入っている。昨年年度から会長となった志田幸市郎さんは「長く続けてきた雰囲気大切にしながら、本年度はボランティア活動にも力を入れていきたいと語った。

磐崎公民館で月2回活動中だ



韓語に加えて歴史や文化も学び、韓国料理の食事会なども行っている。昨年5月には、市民講座時から指導を受けてきた専門講師の手を離れて立ち。以降も講師役を担う初代会長の佐川良雄さんを中心に積極的に学ぶ姿勢を継続し、

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!!

本当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
いわき自家用自動車協会
TEL 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

★エアオプティクス2Wイーグ、堅実なあゆみ
★メダリストフレッシュフィット2Wイーグ素材と適応性の素晴らしさ!!
★シード2Wイーグ、ワンデーPure、純国産の正しさ
★2Wイーグオアシス、ワンデーアキュビューのうるおいを
★メダリスト2Wイーグ、メダリストワンデープラスでクリアな世界を
★メニコンプレミオで新しい世界を
★オリジナルハードセットの良質、安価、長期使用レンズ
<http://www.14.plala.or.jp/horusu/>

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(東邦銀行平西支店斜め向い) TEL.0246-22-3691

いわきの病院 医院 福祉施設

医療法人社団 秀友会
理事長 箱崎 秀樹

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

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

内科・循環器科・呼吸器科・消化器科
往診応じます

医療法人 酒井 医院

【診療時間】 平日/AM9:00~PM7:00 水・木曜日/AM9:00~PM6:00
【休診】 日曜・祝日・土曜日午後
福島県いわき市平字南町12
【駐車場完備】 ☎0246-23-1055

酒井ケアプラン ☎0246-22-5055

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



(順不同)

ORIGINAL TASTE

●定休日/水曜日

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)

5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 of holiday doctors for May, listing dates (e.g., 5月3日, 5月4日) and medical facilities (e.g., ニュータウン腎・内科クリニック, 常磐草木台総合クリニック).



メルヘン屋様ご提供の「花柄マグカップ」▶

◀和かふえ朝之丞様で味わうことができるケーキのうちの「抹茶のチーズケーキ」



Grid for the crossword puzzle, with numbers indicating starting positions for words.

前回の正解

Grid showing the correct answers for the previous crossword puzzle, with Japanese characters in the cells.

小児科当番医 午前9時～正午

Table listing pediatric on-call doctors for the morning shift, including names and clinic addresses.

眼科当番医 午前9時～午後2時

Table listing ophthalmology on-call doctors for the morning shift, including names and clinic addresses.

6月の読者プレゼント クロスワードパズル
いよいよ大型連休です。うきうきします。まず目をひらぐ...

希望者は、はがきに「パズルの答え②ゴールデンウィークに出掛けた所③希望する賞品と郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記して編集室に送ってください。締め切りは5月4日です。...

精神科専門当番医 午前10時～午後4時

Table listing psychiatric on-call doctors, including names and clinic addresses.

泌尿器科当番医 午前9時～午後3時

Table listing urology on-call doctors, including names and clinic addresses.

※休日診療医は変更となる場合があります

印刷制作

ご用命ください
名刺・はがき・封筒・帳票印刷・挨拶状・案内状
ポストカード・ショップカード・DM・チケット
フライヤー・チラシ・ポスター・パンフレット
事業案内・商品案内・製品カタログ

印刷制作は私達にお任せ下さい
少部数からの印刷に対応致します

Advertisement for Tairadenshi Co., Ltd. (平電子印刷所) with contact information: 〒970-8024 いわき市平北白土西ノ内13 E-mail: info@tairadenshi.jp TEL (0246) 23-9051 (代) FAX (0246) 22-5222

Advertisement for Onitake Tenjin-ya (大竹唯之商店) featuring pipe tobacco (パイプたばこ), leaf tobacco (葉巻たばこ), and hand-made tobacco (手まきたばこ).

Advertisement for the April reader gift (読者プレゼント 当せん者 卯月号) listing names of winners such as 部貴子, 後田久美子, 齊藤豊子, etc.