

「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 師走 第71号

個処から

無料
浜通り地域
64,000部発行

毎月第4月曜日発行



特集
鹿島街道をエンジョイしよう!

～…4・5面

表紙の人
トモ・ハウス（中之作）スタッフの皆さん=記事3面

震災復興接骨院 双葉町 矢口接骨院 いわき店
がんばる接骨院

接骨 各種保険取扱
労災・交通事故、骨折・脱臼、打撲・捻挫、スポーツ外傷など

リラクゼーション 全身リラクゼーション、クイックコース（10分単位）、足つぼ・足オイル・全身オイル

鍼灸 神経痛・腰・膝痛、五十肩・ストレス・慢性疾患、疲労回復などお悩みの方

〒970-8026 いわき市平字中町20-1
TEL 25-7010

豊一筋150年の実績! (有)中村書店

薄巻、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**

国産イグサ表
畳べり種類豊富
現物見本持参
いたします

遺品整理 おまかせください!!
おかたづけ職人
フリーダイヤル **0120-219-002**

パーティーへ...
エスツツで
粋に決めてみませんか?
ストールもたくさん
入りました。

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
ヨークハニマル谷川(平)
☎0246-21-4567
ヨークハニマル湯本南店(常盤)
☎0246-43-6685

ジャケット ¥9900円 **5,990円**
サロベット **2,990円**
カットソー ¥1000円 **690円**
ストール **690円**

冬も暖かい裏地付
地厚生地の新作です!

現地直輸入!円高によりさらに低価格になりました!

中高年からの**アジア**衣料専門店

マシャレ
いわき市常盤湯本町天王崎1-26
TEL0246-43-5003 [日休]

女性ゆったりヨガ

- 中・高齢者少人数クラス
- 腹式呼吸でやさしいヨガです

火曜 **平・労働福祉会館**
10:20~11:20 13:30~14:30
青木 八重子
☎090-5352-4050

ライフスタイル応援紙 セカンドライフの応援紙
JUNCTION 個処から

広告を載せてみませんか?
お問い合わせは
いわき民報社 TEL (0246) 23-1666

今年最後の相談会!
借金問題・過払い金返還請求
第6回 いわき市
無料法律相談会

完全予約制の個別スペースで行いますので、他の方と顔を合わせません。
当日、費用は一切かかりません。
正式にご依頼頂く場合は、費用がかかります。
出張無料相談会以外でも、無料相談会を行っていますのでお気軽にお電話下さい。

相談会でよくある質問?
Q.既に払い終わった借金でも過払い金返還請求すると、ブラックリストに載りますか?
A.金融庁の方針により過払い請求は、ブラックリスト(信用情報の事故情報)には載らなくなりましたのでご安心ください。

平地区 11/30日 **いわき産業創造館 latov** 6F 展示ホール
平地区 12/1日 **いわき市社会福祉センター** 5F 第1会議室
小名浜地区 12/2日 **小名浜市民会館** 1F 小会議室

※前回はいわき市相談会開催実績・2012年11月9日(金)～11日(日)

返済が終了している方の過払い金調査は無料!
※もし過払い金が発生しない場合は費用をいたしません。

予約受付電話番号 (受付時間) 平日 9:00～20:00
0120-31-3961 ※当日は予約制ですので、必ずお電話下さい。

代表司法書士 高山芳伸
(東京司法書士会所属 第4716号)
(信託訴訟代理関係業務認定番号 第601376号)

司法書士 たかやま事務所
TAKAYAMA LAW OFFICE
東京都新宿区新宿 4-3-15 レイフラット新宿 6F (新宿高島屋タイムスクエア近く)
TEL: 03-5363-7466 http://www.takayama-office.com E-mail: soudan@yotsuba-gr.jp

ORIGINAL TASTE

●定休日/水曜日

fashion house
シユール

いわき市平六町目5-20
PHONE25-6608
●駐車場完備(店向かい側)

こころの駅

サービス付き高齢者向け住宅
保険診療整骨院(清泉)
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)

12月21日(金) 昼1:30開演 開場1:00

第44回バラエティショー
岬花江とかもめパン工房のゆかいな仲間たち

子供の頃から歌が好きで高校1年の時、民謡原田会で唄と三味線を習い始める。高校2年の時、重度身体障がい者施設を訪問した際、少しでも障がいを持った人の役に立ちたいと、人生の最終目標を「福祉」に決める。その後、キングレコードから歌手デビュー。平成8年に長年の夢が叶い、浜通りでは初めての障がい者のパンづくりを通して人間的・社会的自立を目指す福祉施設「岬学園 かもめパン工房」を設立。現在、歌手活動と福祉施設の園長として学園生と一緒に、共に生きる街づくり(ノーマライゼーション)の実現を目指し、障がい者に対する差別や偏見をなくす啓蒙活動を全国に展開している。

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。

365日 年中無休

岬花江とかもめパン工房のゆかいな仲間たち

保険診療整骨院 清泉

こころの駅に「保険診療整骨院 清泉」が仲間入り

大好きないわきで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



織舎・佐藤京子の手織り服
 12/5→12/16 入場無料 0246-69-2390
 JR 横須賀線の北鎌倉駅近くに手染め・手織りの織舎（おりや）を開いて 20 年になる佐藤の新作手織り服を展示。月曜、火曜休廊。
 ギャラリー-昨明 いわき市田人町南大平字川平 35-4

コンサート・イタリアの調べ
 12/2 14:00~ 参加無料 0246-25-1111
 ヴェナンツォ・クロチェッティの生誕 100 年記念展に併せて開催。声楽アンサンブル秘密結社セグレタ、リュート・田村仁良が出演。
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

ギャラリー情報
 & イベント案内
 2012年11月⇒

生誕100年クロチェッティ展
 →12/16 入場料 一般800円、
 学生500円、小学生200円
 0246-25-1111
 イタリア具象彫刻の伝統を築いたヴェナンツォ・クロチェッティの生誕100年記念展。彫刻26点、素描19点、版画6点で真髄を紹介。
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

IJO20周年コンサート
 12/2 開場14:30 入場料 一般1000円(当日1200円)、
 学生500円(高600円)
 問い合わせ0246-25-4660サトウ
 IJO=いわきジャズオーケストラ(川口美岐男代表、団員19人)の20周年コンサート。暖みえこ、藤田圭、伊藤直子が友情出演。全席自由。
 アリオス中劇場 いわき市平字三崎 1-6

冬期休廊
 11/20→3/13 入場無料 090-4633-9327
 年明け3月13日まで冬期休廊。休廊明けの第一弾は3月14日から同18日までの石井光栄・遊心齋展。石井が創作した新作を展示する。
 ギャラリー-木もれび いわき市好間町榎小屋中平 65-9

ファンパブロ マルトゥラーノ展
 12/8→12/16 入場無料 0246-92-2009
 多摩美大博士課程で学ぶアルゼンチンの彫刻家、パブロの最新作を展示。開廊 10:00 ~ 17:00。火曜日休廊。初日 17:00 から開会式。
 ギャラリー-アイ いわき市小名浜字古湊 91

小坂橋弘 日本画展
 11/24→12/4 入場無料 0246-56-0264
 北茨城市郊外の山里の暮らしの中で心に触れた風景や静物を描く小坂橋の2年ぶりの新作展。副題はSATYA・GRAHA一静かなる抵抗。
 ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

金澤翔子 書の世界
 11/24→ 入場料 個人800円、
 抹茶付きセット券1300円
 0246-89-2766
 天与の役目を持ち書の道を歩む金澤。復興を願い渾身の力で書いた常設作品のほか心、夢、龍作品を展示。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

常設展-単純明快な迷路
 →12/16 観覧料 一般210円、
 観覧券 小学生140円、中学生70円
 0246-25-1111
 ロベルト・マッタの「ハート・プレーヤー」(油彩)など 20 点を展示。小企画は題「美術の現場」で、祭壇強の画冊など 48点を展示。
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

陶仏教室
 12/4 13:30~15:30 受講料 1500円
 0246-23-8411
 ギャラリー-界限オーナーの佐藤界が「お地蔵様をつくる」と題して指導する。会場は同ギャラリー。受講料には材料費と焼成代が含まれる。
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1

小さな私のコレクション展
 11/24→ 入場無料 火曜定休
 野口さん 080-6017-2116
 今までに集まってきたさまざまな古今東西のものを並べてみました。お楽しみください。陶芸教室生徒募集中です。お問い合わせください。
 ギャラリー-青狐齋・何必齋陶芸教室 いわき市平中町 1-1-2

アンティーク・ジュエリー展
 12/13→12/17 入場無料 0246-35-0383
 英国貴婦人を彩った繊細で優美、気品に満ちたエドワード・ジュエリーを一堂に展示。英国製カップ&ソーサー展を同時開催。
 小野美術 いわき市平字中町 22-2

今泉木主 絵画展
 →12/7 入場無料 0246-62-2327
 新世紀美術協会の今泉が、今年、真鶴半島や熱海、網代に出掛けて描いた風景画の新作油彩を展示する。11月25、26日休廊。
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

生活雑貨常設展示
 11/24→ 入場無料 0246-21-3541
 厳選した和陶器を中心に磁器、バッグ、布製品、台所用品などを展示・販売。企画展も随時開催。開廊11:00~19:00。日・月曜定休。
 陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

いわきアート集団 楽市楽座展
 12/7→12/17 入場無料 0246-23-8411
 いわきアート集団会員の7回目の楽市楽座展。絵画、彫刻、版画、書、写真、陶芸、織染布、ガラス、クラフト等各ジャンルから出品。
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1

第13回音楽の捧げもの演奏会
 12/7 昼開場13:00 夜開場18:00 入場料 全席自由3000円、475000円
 問い合わせ 0246-43-6795溝井
 演奏はチェロ中田有、チェンバロ&ピアノ溝井麻佐美。副題は時を超えて~バロックから近現代へ。300年の時を超えた音楽を聴かせる。
 アリオス音楽小ホール いわき市平字三崎 1-6

常設展示・販売
 11/25→ 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の展示・販売。毎月3回、パッチワーク教室や手びねり体験教室開催。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

山下真佐美と仲間のキルト展
 12/1→12/23 入場無料 0246-62-4188
 山下がトップカラーの素材で手作りのかわいらしい小物と仲間が創作したキルト作品を展示・販売。開廊 10:30 ~ 18:00。水曜日定休。
 ギャラリー-わづくりや いわき市植田町南町 1-2-14

中村真ジャズピアノコンサート
 12/8 開場18:30 入場料 一般2000円、大学生2000円、
 高校生1500円、中学生1000円、小学生500円
 問い合わせ090-2959-2871 鈴木
 自転車での全国ソロツアーや中津江ミュージックキャンプ主催で知られる中村。ジャンルにこだわらない美しい多層的な音色を聴かせる。
 アリオス音楽小ホール いわき市平字三崎 1-6

峰 丘 展
 →11/27 入場無料 0246-23-8411
 いわき市で創作を続け、春陽会理事を務める情熱と炎のアーティスト・峰の新作展。会期中は作家在廊。開廊 10:30 ~ 18:00。水曜日定休。
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1

織田 千代 展
 12/14→12/24 入場無料 0246-56-0264
 1978年からいわき市に在住して主に織りの手法でファイバーアートなどを創作する織田。ひたすら手を動かすことで生まれた新作を展示。
 ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

第14回室内楽演奏会
 12/9 開場13:30 入場無料 問い合わせ
 0246-25-2512高木
 白鹿山弘源寺木管五重奏団(宮崎真、早水桜蘭、添田麻紀子、湯田公夫、高木昭道)の定演。サウンドオブミュージック、童謡などを演奏。
 アリオス音楽小ホール いわき市平字三崎 1-6

秋の特選会 (I、II)
 →11/27 入場無料 0246-56-9101
 美術品を身近に感じていただけるよう青木オーナーがコーディネートを提案。開廊 10:30 ~ 18:00。木曜日休廊。最終日は 16:00 まで。
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

橋本 昌彦 陶芸展
 12/15→12/25 入場無料 0246-56-9101
 日本工芸会正会員。宮城県岩沼市で独特の質感やさまざまな発色が美しい塩釉の手法を取り入れて創作を行う橋本の最新作展。水曜休廊。
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

干支巳手作り講座
 12/10 受講料 2匹分材料費込み3500円
 0246-23-5658
 干支、巳の手作り講座。詳しくは問い合わせを。11.24 から手作り人形、つるし飾りなど表情豊かな作品を常設展示。月・水曜定休。
 布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

Yuri Osanai 写真展-INDIA
 →11/30 入場無料 090-2999-3913
 海外で写真を撮り歩いている Yuri Osanai の初めての個展。2011年インドを旅して撮影した写真を展示。開廊時間 10:00 ~ 18:00。
 アリオスカフェ いわき市平字三崎 1-6

小野美術 歳末恒例感謝大市
 12/20→12/28 入場無料 0246-35-0383
 小野美術が今年1年の感謝の思いを込めて日本画、洋画、版画、陶芸、漆芸、茶道具など200余点を展示、5~3割引の特別価格で奉仕する。
 小野美術 いわき市平字中町 22-2

14代酒井田柿右衛門特選展
 11/29→12/11 入場無料 0246-35-0383
 1982年に14代を襲名、2001年には重要無形文化財保持者(人間国宝)に認定された柿右衛門の濁手作品から焼物の原点、食器を展示。
 小野美術 いわき市平字中町 22-2

第53回創美会絵画展
 11/24→12/2 入場無料 0246-29-0700
 中村亨司会長、相野谷信男、国井一男、佐藤義文、庄司重夫、鈴木麻子、高木久美子、船生政廣、吉田武男が新作を出品。水曜休廊。
 ギャラリー-兎夢 いわき市郷ヶ丘 3-33-7

桃青会絵画展
 12/8→1/5 入場無料 0246-62-2327
 すばらしい風景や感動した美しいものを自由に油彩で表現して楽しんでる女性だけのサークル展。12月9、10、23、24、1月1日休廊。
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

あたたかい布と衣
 12/1→12/14 入場無料 0246-21-3541
 真木テキスタイルスタジオのウール×シルクの衣、タッサー絹紡糸とシルクを織り交ぜたストールなどの最新作を展示。会期中は無休。
 陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

ヤギ・マリと染織工房創作服
 →12/2 入場無料 0246-69-2390
 楽しいアイデアをこつこつ編み上げるマリさんのニットと染織工房糸ぐるまの田中夫妻が染めて織る創作服の競演。月、火曜休廊。
 ギャラリー-昨明 いわき市田人町南大平字川平 35-4

日常生活でできる のんびり ゆつたり 健康法

(2)



北村 順子
パーソナルボディクリエイター 筋肉の美しさに魅せられ、パワーリフティングを始め、南アフリカのナショナルチームに所属経験も。2009年に帰国し、地元での健康運動を始める。2年前に100%BODY@KITAMURAをOpen。

そのころ運動しなければ...と思う時は、皆さんはどんな時ですか？ 日常生活でふとひざが痛いとか、腰が痛いとか、肩のコリがなかなか取れないなど思った時ではないでしょうか？ 体調の不調を感じてからの改善は時間がかかります。日ごろの日常生活で体を動かすことにより、予防をすることができ、不調を感じてからではなく、毎日の積み重ねが大切です。毎日毎日、不調を感じながら生活するよりも、何の不調も感じず楽しく生活する方がよいとは思いませんか？

続けるって

そのためには「毎日続けること」を忘れないでください。
それではどうしたら続けられるのでしょうか？ いくつかのパターンを考えてみましょう。テレビを見ていて、コマーシャルになったら、今回の首の運動を1つずつ行ってみてください。そうすれば、毎日忘れずに気軽に運動ができますね？ このように、日ごろの行動に運動を無理なく上手に取り入れて、これなら出来ると思っただけは続けてみてください！

今回のポイント

年齢・性別を問わず誰でも簡単にできる、簡単な健康法の初級編その2

身体に対する効果

首と肩の周りの筋肉を動かすことにより代謝や免疫力を高め、首こり、肩こりの予防や改善を促します。

シニア世代のための 役立つSNS講座②

前号より始まりまし 4月に日本語版が公開したSNSについての本が本されました。芸能人や歌手、スTwitterについて ポーツ選て、ご説明します。手などがTwitterは 使い始め、2006年10月に米国 日本ではでスタートしたサービ 2009年です。開始当初は英の秋頃から語版のみが提供されて 利用者が増えましたが、2008 えました。年1月に日本のデジタ Twitter ルガレイジとの提携が terは「やえすり」発表され、2008年などの意味があり、一

Twitterを理解しよう① ロゴには羽ばたく青い鳥

一般的に「ツイッター」と読みます。Twitterで使われているロゴの青い鳥は、頭部、胴体、翼、それぞれ三つの円を基にデザインされ、友人や知人などとの絆、関心事、情報発信としての象徴、羽ばたく鳥の自由と希望、無限の可能性が込められていると言われています。

次回の連載では、Twitterの機能について説明をしていきます。たいと思えます。

Twitterはこちらです！ <http://twitter.com/iwakicity>
Facebookはこちらです！ <http://www.facebook.com/iwakisomeken>
ブログはこちらです！ <http://ameblo.jp/iwakicity/>

座ってらくらく代謝アップ体操

100%BODY@KITAMURA...ココロからカラダまでトータルにサポートする、総合フィットネスクラブ。通常のトレーニングから、年齢・体の状態に応じ、それぞれに合った健康法・トレーニング法を提案。エステやフットリクゼーションなど、美と癒しも提供している。いわき市小名浜字燈籠原53-17。TEL: 0246-68-7194



① 首を左右に傾ける。



② 横を向く。



③ 両肩を位置は真横で真上に上げる。



④ 横から見たときに円を描くように肩を回す。



悪い例 首が前や後ろに傾く



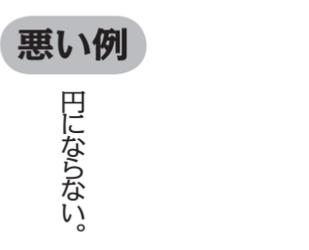
悪い例

首が下を向く



悪い例

肩が斜め前に上がる。



悪い例

円にならない。

中之作のトモ・ハウスは、これまでのサービス、グループホーム、ケアマネジメントオフィスに加え、12月から小規模多機能型居宅介護事業所を開設する。これで「通う」「泊まる」「訪問する」の各サービスを一つの事業所で、顔なじみのスタッフが提供できることになった。東日本大震災での津波被害を乗り越えて踏み出す一歩。管理者の渡辺健二さんは「利用者の方々の尊厳を守ることを何よりも大切に考え、地域に貢献していきたい」と標を正す。

「相互支援社会の実現」を理念に地域とのつながりを大切にしながら、スタッフのスキルアップにも力を注ぐ。「資格を取っても力を発揮できるポストがなければ意味がない。気持ちよく働ける環境をつくっていきたい」と渡辺さん。前述の理念は、利用者はもちろん、28人のスタッフに向けられた温かいまなざしでもある。

シンボルマークはふくろう。利用者や家族の「不苦勞」の願いが込められている。



乳酸菌シロタ株(L.カゼイ YIT 9029) **Yakult**

ヤクルト400 カラダ本来のチカラを呼び覚ます、400億個の乳酸菌シロタ株。

健康社会に貢献する **いわきヤクルト販売株式会社**
いわき市小名浜林城字向田2-1 TEL58-8960 FAX58-8910

厚生労働省許可 保健機能食品 (特定保健用食品)

生きてまます腸内に到達する乳酸菌シロタ株(L.カゼイ YIT 9029)の働きで、良い菌を増やし悪い菌を減らして、腸内の環境を改善し、おなかの調子を整えます。

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 温泉保養所</p> <p>源 憩 貸 電 (0246) 43-0385</p> <p>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)</p> <p>営 8:00~22:00(入所21:00まで)</p> <p>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 憩 得 予 パームスプリング 電 (0246) 43-3011</p> <p>料 入浴 大人600円 子供300円 (3歳以上~小学生)</p> <p>営 11:00~22:00(貸しタオル300円)</p> <p>得 12:00~14:00 ◎1,300円=石焼ビビンバ定食、お刺身定食、天ぷら定食、焼肉定食、魚のかま定食、天ぷらそば・うどん ◎1,000円=そば、うどん</p> <p>憩 得 ランチご利用のお客様は、大広間利用可(無料)</p> <p>予 得 11:00~15:00 客室利用1部屋4,000円(要予約)</p>	<p>新舞子温泉 流木の湯 源 憩 いわき新舞子ハイツ 得</p> <p>料 日帰り入浴(10:00~19:00) 大人1,000円 小人500円</p> <p>営 10:00~19:00(受付18:30まで)</p> <p>休 毎月第2月曜日</p> <p>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</p> <p>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>
---	--	--

源 源泉掛け流し 料 料金 営 営業時間 予 予約必要 休 定休日
得 まる得情報 貸 貸切風呂 憩 休憩所 電 電話番号

鹿島街道をエンジョイしよう! いわきのにぎやかカストリート

グルメにショッピング、アミューズメントにカルチャー、あらゆるジャンルを満喫できるショップやスポットが並んでいる鹿島街道…いわきの魅力が凝縮されたにぎやかカストリートです。

リラックス整体院グループでたくさんの卒業生が活躍しています!



今だからこそ手に職を!

卒業後は、グループ店で働くこともできます。健康であれば、男女、年齢に制限はありません。就業率100%収入も安定

グループ店勤務地
 ●マルト高坂店 ●マルト下湯長谷店 ●マルト蓮田店 ●マルト磯原店
 ●すりのマルト中岡店 ●すりのマルト錦店 ●ラパークドン・キホーテ店
 ●ヨークベニマル大原店 ●サンユーストア大津店 ●リラックス整体院鹿島店
 ●すりのマルト玉川店 ●下湯長谷2号店 ●郡山1号店、2号店 ●ヨークベニマル泉店12月12日
 続々出店予定

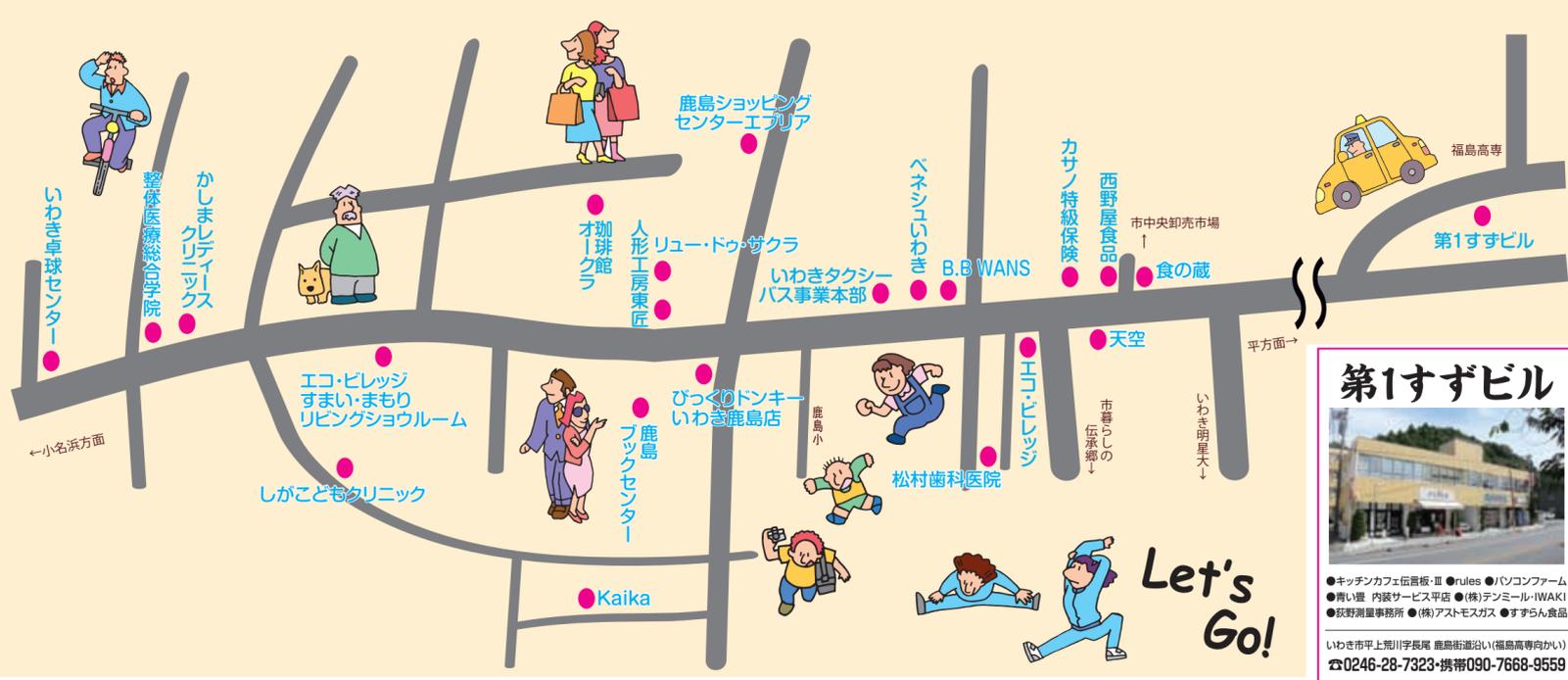
1 上級整体認定コース 授業料14万円
 ●1日30時間・20日間取得 ●認定証付き(教材込み) ●18歳以上・60歳以下

2 上級定つば認定コース 授業料6万円
 ●1日2~4時間程度(5日間) ●認定証付き(教材込み) ●18歳以上・60歳以下

3 エステティシャンコース 認定証付き
 ●1日2~4時間程度(5日間) ●18歳以上・60歳以下 ●6種20万円

当学院の資格があれば全国各地の
 ①リラクゼーションサロン ②整体院 ③接骨院 ④介護施設 ⑤スポーツジム ⑥フィットネスクラブ
 ⑦エステティックサロン ⑧温泉施設 ⑨外資系ホテルSPA ⑩公共入浴施設 ⑪デパート・百貨店
 ⑫プロスポーツ選手施設 ⑬総合病院 ⑭整形外科 etc. で働くことができます。

整体医療総合学院 TEL:0246-58-6838 FAX:090-2886-9914
 リラックス整体院グループ いわき校:いわき市鹿島町御代字橋端6-2 http://www.riryokugakuin.com



来テ! 見テ! 西野屋

松前白菜漬(500g)2個
 松前キムチ(500g)1個
 詰合せ

松前白菜漬はじまりました!

【本店】いわき市中央卸売市場入口 TEL.0120-66-2828 FAX.0246-28-2833 営業時間/9:00~18:00

【平店】銀座通りラトブ裏 TEL & FAX.0246-68-8606 TEL.0246-52-9811 営業時間/10:00~18:00

【小名浜リホ店】タウンモールのリホ1F TEL.0246-28-1301 営業時間/10:00~18:00

トップでいたい カサノ保険グループ

業界最高位・特級代理店 藝カサノ特級保険

本社/いわき市常盤上矢田町田端8(いわき市中央卸売市場入口)
 TEL(0246)28-1300(代) TEL(0246)25-0001 FAX(0246)28-1301

車検・BPセンター 製鉄くるまるく自工

本社/工場/いわき市豊間支所 TEL(0246)98-6006(代) FAX(0246)28-1301
 モータープール湯本・沼ノ内・走馬ほか

ビジネス&ドライブ 製鉄けんけんレンタカー

いわき市中央卸売市場入口 TEL(0246)28-9009(代) FAX(0246)28-1301

しがこどもクリニック
 小児科・アレルギー科・小児内分注科

しがこどもクリニックでは子供の健康、子育て一般について、なんでも気軽に相談できる町の小児科医院を目指しております。一般小児科・内分注・代謝・アレルギーを中心に治療をしています。その他ほとんどの子どもの病気の一次診療に対応しております。当院では管理栄養士による栄養相談を行っております。アレルギー疾患(アトピー・ぜんそく)の食事、離乳食の進め方、肥満児あるいは偏食児童の食事など、何でもお気軽にご相談ください。

予約用QRコード
 携帯用 スマートフォン用

アクセス
 鹿島駅西口から徒歩10分
 鹿島駅前バス停から徒歩5分

診療時間
 AM9:00~12:30 ●●●●●●●●●●
 PM2:30~6:15 ●●●●●●●●●●

いわき市鹿島町久保反町26-1
 TEL:0246-58-5505
 http://shigakodomoclinic.jp
 休診日 水曜日・土曜日午後・日曜日・祭日

卓球の指導いたします。

小学生(月・木)月謝6,000円(火・金)6,000円
 中学生(月・水・金)7,000円(火・木・土)7,000円
 ラージボール(月・金)7,000円
 個人指導もいたします
 1時間3,000円

いわき卓球センター
 鹿島町・鹿島街道沿い
 ☎58-5618

かしまレディースクリニック
 婦人科・内科

院長・医学博士 蛭田益紀

診療時間
 月・火・木・金 9:00~12:00
 14:00~18:00
 水 9:00~12:00
 土 9:00~13:00
 日 休診日 日曜・祝祭日

〒971-8145 いわき市鹿島町船戸字沼田13-1
 TEL(0246)58-8577 FAX(0246)58-8578

Cafe-Konditorei Kaika

いわき市鹿島町下蔵持字中沢目1-1
 TEL&FAX 0246-68-8797
 営業時間 10:00~19:00
 定休日 毎週水曜日・第3水曜日

珈琲館 本町

有限会社 小野久商事
 代表取締役 小野 光弘
 鹿島街道沿い
 TEL0246(28)2222

X'mas cake
 ご予約承り中☆

個数限定
 12/20まで

リュウ・ドゥ・ザクラ
Rue de SAKURA
 いわき市鹿島町久保一丁目1-3
 TEL:0246-38-6257

新鮮な魚介類を贅沢に使用した和風創作料理
 和食をメインにお刺身・煮魚・焼魚・丼物・ソバ・温野菜・天ぷら・定食など多彩なメニュー

味 KANEHON 食の蔵
 株式会社かねほん
 いわき市常盤上矢田町田端 15(鹿島街道沿い)
 TEL.0246-29-6161 FAX.0246-28-0754

国土交通省、省CO₂先導プロジェクトに選ばれたエコビレッジのゼロエネルギー住宅モデルハウス中央台高久4丁目 **OPEN!**

木の会社 三栄住宅グループ
ECO-VILLAGE
 株式会社 エコビレッジ

いわき市中央台飯野4丁目2-4 いわきニュータウンセンタービル2F
 お客様ダイヤル TEL(0246)28-0111(代)
 Eメール eco.v@eco-vnet.com ホームページ www.eco-vnet.com/

Panasonic わが家、見なおし隊。
リビングショールーム
 住まいのリフォーム相談受付中!!

エコ・ビレッジのリフォーム。
 エコ9割削減保証

すまい・まもり

〒971-8144 いわき市鹿島町久保反町20-2(西松屋さん隣)
 TEL(0246)58-8100 AM10:30~PM6:30 定休日/水曜日
 Email:sumai.m@eco-vnet.com www.sumai-mamori.com

人形工房 東匠(とうしょう)

いわき店/福島県いわき市鹿島町久保1丁目1-3
 TEL.0246-76-1161 FAX.0246-76-1262

郡山店/福島県郡山市鳴神3丁目73
 TEL.024-966-0520 FAX.024-966-0521

歩くことがラクになります。

あります。

『歩く』をサポートする靴をご体感ください。
足と靴のお悩み専門店 ベネシュ いわき
 いわき市鹿島町走熊西反町1-1 ☎10:00~19:00
 詳しくはコチラから ▶ **ベネシュいわき** 検索 🔍 **46-1192**

○診療時間 月~土 午前の部 9時~12時30分
 午後の部 2時~6時00分
 ○休診日 日曜・祭日、木曜日午後

村松歯科医院
 院長 村松 信正

〒971-8132 いわき市鹿島町下矢田字沢目13-3
 電話(0246)29-6480

IWAKI TAXI GROUP

バス事業本部 〒971-8141 いわき市鹿島町走熊小神山48-3
 TEL 0246-29-4649 FAX 0246-29-6199
 E-mail iwakikankou29-4649@water.ocn.ne.jp http://www.iwakitaxi.co.jp

びっくりドンキー
 といったらコレ!

今年も冬限定メニューのハンバーグとステーキのびっくりドンキー。
 是非ご賞味下さい。

チーズバーグデッシュ
 150円690/300円995

びっくりドンキー いわき鹿島店 11:00~26:00 ☎0246-29-8855

衣・食・住・遊! 100の専門店

Everia
 KASHIMA SHOPPING CENTER

株式会社 鹿島ショッピングセンターエプリア
 いわき市鹿島町米田字日渡5 ☎0246-46-0100
 AM10:00~PM8:00
 http://www.everia.co.jp

天空

いわき市鹿島町下矢田字十王前5-1
 TEL 0246-29-0811
 営業時間 火~金 11:00~15:00 17:00~19:00
 土日祝 11:00~16:00 17:00~19:00
 定休日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

最高のクリスマスディナーを...
Christmas Special Dinner

高級シェフ・フットセラピストによるデリタスタイル

ワンちゃんが大好きなお肉をクリスマス限定でセットにしました!

スペシャルセット ¥2,100(税込)
 ●鹿肉のグリエ ●馬肉のハイパイク ●チキンテリーヌ
 ご予約承り中! お渡しは12/22~12/25です。

DOG WEAR SPECIALITY STORE B.B WANS
 いわき市鹿島町走熊西反町17-1 TEL.0246-29-0100 OPEN 10:00~19:00 水曜定休

確定日付とは？

〈確定日付とは？〉確定日付とは、変更のできない確定した日付のことで、文書に公証人が確定日付印を押印することにより、その文書が公証役場に持参した日に存在していたことを証明するものですが、文書の成立や内容の真実性について証明するものではありません。

〈確定日付の効力とは？〉その効力としては、確定日付印が押印された文書は、その日付の日に存在していたことの証明力や第三者に対する対抗力があります。例えば、文書が何時作成されたかについて将来の紛争が予想される場合で訴訟等になったときの証明手段となり、指名債権の譲渡、質権の設定、抵当権の処分等の際、確定日付のある文書で通知又は承諾をすることにより、第三者に対抗することができます。

〈確定日付の対象となる文書は？〉確定日付の対象となる文書

は、私文書に限られ、それは、文字その他の記号により、意見、観念又は思想的意味を表示しているもので、作成者が氏名又は名称を記載し、署名又は記名押印したものでなければなりません。

次のような文書は、対象となりません。

- ①官公署又は官公吏がその権限に基づいて作成した公文書
- ②違法・無効な内容の文書
- ③空白部分のある未完成文書あるいは訂正箇所のある文書
- ④図面や写真のみの文書
- ⑤外国語で作成された文書

〈確定日付を受けるには？〉確定日付を受けようとする文書を公証役場に持参して受けます。持参する人は、文書の作成者に限らず使者でもよく、委任状や代理人の証明も必要ありません。確定日付の手数料は、1件につき700円です。

あんしん生活

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。

「歌うと元気になる」と笑顔のメンバー



月1回が楽しみで待ち遠しい

なつかしい童謡を歌う会

毎月約3時間、季節に合わせた歌など、20曲程度を歌う。冬が近づいた11月には、「かさの歌」や「たきび」、「シンゲルベル」、「きよしこの夜」などを歌った。指導者でも

公民館まつり時の発表と活動風景



主にいわき市の平津地区の女性たち18人が集う「なつかしい童謡を歌う会」(平島節子会長)は月1回、平津公民館で活動している。発足から十数年、70〜80代となったメンバーは、毎月の活動日を楽しみに待っている。毎回の活動に合わせた歌など、20曲程度を歌う。冬が近づいた11月には、「かさの歌」や「たきび」、「シンゲルベル」、「きよしこの夜」などを歌った。指導者でも

富士通製リサイクルパソコン 初心者の方でも安心です

パソコンサポートの「エディックス」は、富士通製リサイクルパソコン FMV-C8240 を台数30台限定の特別価格で提供いたします。厳重に整備・クリーニング後、ワープロ・表計算ソフトとしてワードエクセルと互換性がある「オープンオフィス」をインストール。初期設定済みで届いたその日からすぐに使用できます。保証は60日間(バッテリーは除く)。商品のお届けはお申込内容を確認後に順次発送。お支払いは代金引換です。

30台限定
特価 16,800円 (税込)



Windows 7 HomePremium 搭載モデル!

富士通製 FMV-C8240 (中古)
CPU: Celeron M1.73GHz / メモリ: 1GB / HDD: 40GB
コンボドライブ (DVD再生機能・CD書き込み機能付)
15インチ液晶 / Windows 7 Home Premium 搭載

これから始める
入門用としてオススメ!

お申し込み方法 お電話またはFAX。FAXの場合は新聞名お名前(ふりがな)、郵便番号、ご住所、連絡先電話番号をご記入下さい。商品のお届け お申込み受付後、お電話にて内容確認後に順次発送いたします。(送料1,500円は別途)

電話でのお申込み 0297-44-8871 (受付時間: 平日午前11時~午後6時まで) FAX申込 0297-44-8872 24時間受付 edix パソコンサポート 〒302-0128 茨城県守谷市けやき台1-25-12-1F 古物商許可・茨城県公安委員会 第401270001372号

湯本ビルカルチャーセンター
趣味の講座
受講生募集
お問い合わせは
0246-43-6947

フラダンス教室
生徒募集
講師 舟木 君子 (フラガール2期生)
日時 火曜日19:00~20:30
受講料 3ヵ月(10回)分 15,900円

	昼 (9-17時)	夜 (17-21時)	終日
平日	1,600円	1,800円	15,000円
土日祝	1,800円	2,200円	18,000円
平日	1,100円	1,300円	8,200円
土日祝	1,300円	1,500円	9,600円

*1回2時間以上の使用になります。

セカンドステージの情報紙
個想から
Junction
ライフスタイルの応援紙
大好評、発行中!!

スナック
ペガサス
いわき市平字田町30 高木ビル 2F
0246-24-7013

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/

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

◎お問い合わせ、お申し込みは
有限会社 平電子印刷所
〒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
スタッフ募集 電話にてお問い合わせ下さい

●●● 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
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 (順不同)

12月の休日診療医

※時間無記入の場合は午前9時～午後5時

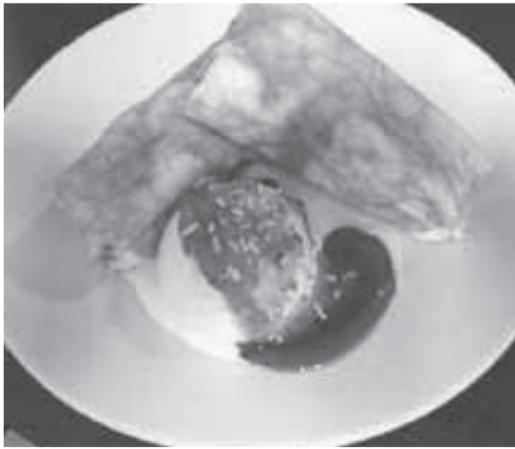
Table of medical services for December holidays, listing dates (e.g., 12月2日, 12月9日) and corresponding clinics and contact numbers.

産婦人科当番医 午前9時～午後0時半

Table for obstetrics and gynecology on-call doctors, listing dates and clinic information.

眼科当番医 午前9時～午後2時

Table for ophthalmology on-call doctors, listing dates and clinic information.



朝之丞様ご提供のクレープ

A crossword puzzle grid with numbers 1 through 23 indicating starting positions for clues.

前回の正解

A grid showing the correct answers for the previous crossword puzzle, with words like 'どくしょばんく' and 'くじらまくひき'.

Answers and names for the crossword puzzle, including '阿部 梧生(小島) 瀬尾' and '田 成男(泉ヶ丘) 吉'.

小児科当番医 午前9時～正午

Table for pediatric on-call doctors, listing dates and clinic information.

精神科専門当番医 午前10時～午後4時

Table for psychiatric specialist on-call doctors, listing dates and clinic information.

泌尿器科当番医 午前9時～午後3時

Table for urology on-call doctors, listing dates and clinic information.

※休日診療医は変更となる場合があります

12月の読者プレゼント

3日です。当選者には賞品引換券となる当選はがきをお送りします。12月23日は天皇陛下の御誕生日です。...

早いものでもうすぐ師走です。寒さが増してきますが、体調はいかがですか。...

希望者ははがきに、①答え②新年の抱負、③郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記して編集室(下欄参照)に送ってください。締め切りは12月9日。...

読者プレゼント 当せん者 霜月号

霜月70号の正解は「きんろう」でした。正解者の中から47人に当選はがきをお送りします。...

いわき民報社

編集/個処から・JUNCTION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

©いわき民報社 2012

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

手まき・葉巻・きざみ・パイプ いかがですか。 (有)大竹唯之商店 内郷綴町金谷8の4 TEL26-3215 日曜定休