

2017 5月 第124号

読者とつくる情報紙

個処から

毎月第4月曜日発行 **無料** いわき・南相馬・相馬 64,000部発行



「白カタクリ」撮影日：2016/04/08

撮影者：大山登
全写真福島県本部会員（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 71歳

コメント：カタクリが白花変種で自生するのは非常にまれで数万年に一本といわれていますが、参道の途中溪谷を横切って雑木林の根元で見つけた白花です。今年もいわき市内の同じ場所に咲いていました。

先祖様の供養・親孝行のお墓

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

ISHIMASA

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

フリーペーパー **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

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

〒970-8026 いわき市平字中町20-1

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

急患随時 TEL 0246-25-7010

平地区 送迎無料!!

時には個性的な エスニックで いつもと違う自分に なりませんか?..?

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
ヨークヘメル海老名本店(常盤) ☎0246-43-6685
princessメルヘン屋 ☎0246-92-5383

インポートお洒落 3,470円
タンクトップ 880円
スカート 2,880円
ネックレス 300円
ストール 880円

量一筋150年の実績! (有)中村畳店

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**

好評です 日替り弁当 550円(税込) 5個から配達もいたします

にしん・さんまの煮魚、焼魚、サラダ、煮物、揚げたてのトンカツ やから揚げなど豊富な品揃え

オードブル 3,500円~ (税別)

〒973-8411 いわき市小島町二丁目16-5 ☎26-2566 10:30~18:30 日曜・祭日

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/

手まき・葉巻・きざみ・パイプ

たばこ たばこ たばこ

いかがですか。

(有)大竹唯之商店 いわき市内郷御殿町1丁目137 TEL26-3215 日曜・第3土曜日定休

いわき市内の情報満載!!

新しいいわき民報

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下さい。いわき民報ご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

オープン 盛況御礼 **大感謝祭**

AM10時~PM6時

本日4/24(月)最終

いわき市立総合 健康共生病院

いわき市小島町1丁目137 TEL.0246(85)5298

「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「みゆうみゆう」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

〒971-8101 福島県いわき市小名浜字辰巳町43-1 TEL)0246(92)3701 URL:http://www.lalamew.jp

格安で大好評!! **きもの丸洗い**

一度に出される点数が多いほどお得!

- 振袖 留袖 喪服 訪問着 色無地 小紋 紬 コート 襦袢 袋帯 袴等
- 1点 特価 2,900円
- 2点 通常価格5,800円を 5,200円
- 3点 通常価格8,700円を 7,200円
- 4点 通常価格11,600円を 8,800円
- 5点 通常価格14,500円を 10,000円
- 6点 1点につき 2,000円

●シミ抜き ●色ヤケ直し ●寸法直し ●お見積り致します。 ●洗い張り 通常価格15,000円を... 8,000円

着付無料・格安レンタルきもの (全品 90%OFF)

- 振袖フルセット..... 39,000円
- 留袖フルセット..... 38,000円
- 喪服フルセット..... 8,000円
- 訪問着(袴・単衣)..... 25,000円
- 色無地(袴・単衣)..... 15,000円
- 小紋(袴・単衣)..... 15,000円
- つむぎ(袴・単衣)..... 15,000円
- ハカマ(ポリエステル)..... 5,000円

着付予約制 ※当館、着付け受付時間は営業時間内(AM10:00~PM6:00)と致します。

(レンタル付商品) ●着物 ●帯 ●襦袢 ●帯揚 ●帯巻 ●補整用具 ●腰紐 ●伊達巻 ●きものベルト ●厚履 ●バッグ (郵送料は別途)

5月30日(火) 昼1:30開演

第97回バラエティショー

木村みどり なつかしき愛の歌

国立音楽大学音楽科卒業。4歳よりピアノ、歌を始める。伊藤受子、村田健二、鈴木幸江、各氏に師事。2000年以降、イタリアで活躍中の鈴木幸江氏と出会い、日本の音楽教育との大きな違いに衝撃を受ける。音楽の追求に新たな出発を始め、日々研鑽(さん)を積んでいる。2010年までは毎年、夏のリサイタルにおいてイタリア歌曲、宗教曲、シューマン組曲、オペラアリアなど、体系的にコンサートを重ねてきた。2008年ミラノ・スカラ座の音楽監督と鈴木幸江氏による音楽家のためのマイスタークラスに参加し、歌唱テクニックや表現法の研修を受ける。自宅には小さなホールを設置して、教室を充足し指導やミニコンサートなどを開催している。

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。

■サービス付き高齢者向け住宅「御宿らくや」「御宿ぶどうや」 ■ファミリー整骨院「清泉」 ■有料老人ホーム ■居宅介護支援 ■訪問介護 ■通所介護(ディサービス) ■小規模多機能 ■配食サービス

御宿 サービス付き 高齢者向け住宅

入居者募集&ぶどうや デイサービスオープン

こんな方におすすめです。一度私たちにご相談ください!

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!

1つでも があったら ご相談ください。

- 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。

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!!

要支援1~要介護5まで受け入れ対応!! 疲れを癒すや炭酸泉でまるで温泉のような浴室!!

1日3食! 健康に配慮したおいしい食事!! 果樹園も併設の広大な庭で四季折々の催事!!

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** (内訳:家賃50,000円、管理費18,500円、生活支援費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 http://kokoronoeki.jp/ 採用担当 よこやま

優しさは、私達のプライドです。

多様な施設で、皆様をお待ちしております。

こころの駅 御宿らくや ファミリー整骨院「清泉」 御宿ぶどうや

「グラウンドコンフォートステージこころの駅」では、居宅介護支援、訪問介護、通所介護、小規模多機能型居宅介護、配食サービス、住居型有料老人ホーム、管理棟と、多機能型老人施設を同じ敷地内に配置しています。

冷暖房・浴室・ナースコールを完備した全室個室の「御宿らくや」。24時間専門のスタッフが常動していますので、落ち着いた雰囲気の中、安心して過ごしていただけます。また、1階にはデイサービスを併設しております。

治療一筋25年のベテランの院長が施術を行います。高齢者施設併設の整骨院として施設や地域の高齢者様へ向けてはもう思ひのこと、地域の皆様に支えられてきたという思いを胸に、老若男女問わず、お待ちしております。

広々とした共有スペースのカフェ「こころ」では、大きな庭を眺めながらお茶を楽しめます。全室、冷暖房・ナースコール完備。各階に浴室を設けております。1階のデイサービスでは炭酸泉で疲れを癒していただけます。

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。

月に一度、外部講師による様々な研修を受けています。 職員同士のミーティングも頻りに行われるため、不安が解消しやすいです。 挨拶は大事な習慣です。爽やかな朝には全員で挨拶の練習をします。 毎月、誕生月のスタッフをお祝いするアットホームな社風です。

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/

加藤勝海日本画展
 5/11→5/16 入場無料 0246-56-0264
 草花の香りを表現できたら、と制作する日本画家加藤勝海さんの作品を紹介する。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

遊佐みどりキルト展
 4/29→5/7 入場無料 0246-69-2390
 遊佐みどりさんのキルト作品展。大作の他、日々の暮らしを楽しむバッグやエプロンも展示。11:00～18:00。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

ギャラリー情報
 & イベント案内

女の手仕事展10
 5/11→6/18 入場無料 0246-62-4188
 古い布との出会いは時を超えた物語を感じる。古布で制作したバッグや人形などの作品を展示する。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

絵研「錦」絵画展
 →5/5 入場無料 0246-62-2327
 水彩・油彩・アクリルなどで個性豊かな絵を目指す絵画グループ絵研「錦」の作品を展示。4月23、24日休廊。
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

常設展示・販売
 4/24→ 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

阿部幸洋 新作絵画展
 5/13→5/22 入場無料 0246-23-8411
 題は灯のともる時。いわき出身で、いわき市立美術館などに作品を収蔵する画家阿部幸洋さんの新作展。水曜定休。
 ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

織りの体験教室
 5/6、7、13、14 3000円(ランチ・講習料) 0246-29-3826
 戸田登美子さんのランチ付き織り体験教室。ストール・テーブルセンターを作る。午前の部 10:30～、午後の部 13:30～。
 ギャラリー創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山60-1

オリジナルリース・雑貨販売
 4/24→ 入場無料 不定休 詳しくは問い合わせを 0246-84-6855
 カフェは有機コーヒーが人気。雑貨、ハーブ・アロマ商品も充実。アレンジメントオーダーも受付中。開店は11:00(変更有)。
 和一 nn わーん いわき市平上荒川字砂屋戸29-1

菊地弘・赤荻はるい 作陶展
 5/13→5/23 入場無料 0246-56-9101
 作陶歴40年を超える陶芸家菊地弘、赤荻はるいさんの多様な作品を紹介する展示会。10:30～18:00。木曜休廊。
 アートスペース泉 いわき市泉町2-12-7

パッチワーク土曜教室
 5/6、20 受講料1500円(材料費別) 0246-36-8001
 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。会期中無休。
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原86

金澤翔子 書の世界
 4/24→ 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翔子さんの作品を展示。日本茶カフェ飛翔庵では抹茶を楽しむ。火、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

ORIGINAL PRINTS III
 5/14→5/28 入場無料 0246-38-3152
 有名無名に限らずさまざまな写真家の作品を展示。個性溢れるモノクロ・カラープリント作品が並ぶ。水曜休廊。
 ギャラリーコール・ピット いわき市平字紺屋町45紺屋町ビル3F

爽やかに暮らす 夏の衣展-9
 5/6→5/14 入場無料 0246-29-3826
 15人の作家による夏を涼しく過ごせる洋服やストール、バッグ、アクセサリなどを展示。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

針仕事をしておばあさんを作る
 4/24→ 0246-23-5658
 9:30～
 針仕事をしておばあさんの人形を作ります。受講料等は問い合わせる。申し込みは4月24日から。着物の持ち込み可。
 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
 5/17、23、24、25 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。24日は13:30～も。未経験者OK。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

蜂谷 崇絵画展
 5/6→6/2 入場無料 0246-62-2327
 蜂谷崇さんが以前滞在した南インドタミル州の田舎でスケッチした作品や土産物を描いた作品を展示。5月14、15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
 4/24→ 入場無料 0246-21-3541
 和陶器を中心に磁器、バッグ、布製品、台所用品、アクセサリなどを販売。世代を問わず、良品がそろそろ。11:00～19:00。
 陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

瀧田史宇 作陶展
 5/20→5/28 入場無料 0246-56-0264
 染付と色絵の世界。会津若松市出身の陶芸家瀧田史宇さんの独自の色絵磁器の世界を紹介する。11:00～19:00。
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

sind 春夏の衣
 5/10→5/21 入場無料 0246-69-2390
 トータルコーディネーションをテーマに、シルクなどが素材のジャケットやワンピースなど春夏の装いを紹介。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

アンコール 着物作り
 4/24→ 0246-23-5658
 9:30～
 たんすに眠る着物で着物(寸法高さ45×幅43ヅ)を作る。受講料等は問い合わせる。申し込みは4月24日から。着物の持ち込み可。
 布あそび工房 いわき市平字愛谷町4-4-8

手作り時計とガラス展
 5/20→6/2 入場無料 0246-21-3541
 文字盤からベルトまで、すべてオーダーできる時計と、初夏を感じるガラスがそろいます。
 陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

児玉良介 作陶展
 5/11→5/15 入場無料 090-4633-9327
 いわきに築窯し20年の陶芸家児玉良介さんの焼き締めを中心に織部、黄瀬戸、粉引などの作品を展示。最終日は15:00まで。
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9

石森功夫 竹細工展
 4/27→5/1 入場無料 090-4633-9327
 市技能功労賞を受賞した石森功夫さん(いわき市遠野町)の竹細工作品展。天ぷらかご作り体験もある。最終日は15:30まで。
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9

漆芸展 山内泰次と会津工芸舎
 5/27→6/11 入場無料 0246-56-9101
 四季草花シリーズで会津を代表する漆芸家山内泰次さんと会津工芸舎の若手の作品を紹介する。10:30～18:00。木曜休廊。
 アートスペース泉 いわき市泉町2-12-7

十六代金谷五良三郎展
 5/11→5/16 入場無料 0246-35-0383
 寛永年間に創業し、代々続く金工金谷五良三郎の16代襲名記念展。茶道具を中心に展示。10:00～18:00(最終日は17:00)。
 小野美術 いわき市平字中町22-2

伝統的工芸品しな織逸品展
 4/27→5/8 入場無料 0246-35-0383
 山形県の伝統工芸品羽越しな布。帽子や傘など、しな織創芸石田の素材で力強い逸品を展示。10:00～18:00(最終日は17:00)。
 小野美術 いわき市平字中町22-2

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、エッセイなどを募り、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、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、「結婚」「飲む」
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. エッセイ…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

寄稿



東日本大震災が分かってきたかのように100歳まで生きた母。平成23年3月20日午前2時、気がついた時は冷たくなっていた。

お母さんありがとう



3月11日の2日後、3月13日昼頃、特別養護老人ホームから電話が入った。原発事故で放射能被害の恐れから、従業員がいなくなり、職員のみでは入所者の世話に手が回らないので、迎えに来てほしいとのこと。私は美

世界の一杯

- 1 -

お酒が持つそれぞれの個性



世界には知らないお酒がいっぱい

みなお酒にまつわるエピソードや味を紹介していきますので、どうぞ宜しくお願いいたします。私がきき酒師の資格に挑戦したとき、日本酒だけではなく、ワイン、ビール、焼酎、ウイスキー、リキュールといった酒類全般を学ぶ必要がありました。ソムリエも

【プロフィール】 緑川 明日香 (みどりかわ あすか) 36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。



お酒にまつわる話など紹介

はじめましての皆さま、またお会いできました皆さま、こんにちは。私は日本酒学講師でソムリエの緑川と申します。これまでいわき民報で女性向け日本酒コラムを

うのは、他の酒類との比較があつてはじめて、そのお酒の個性が明確になるからです。それぞれの特性を知ることはとても大切です。さて、ここまで酒類全般を指し、「酒」という言葉を使ってきましたが、本来、酒は日本酒のみを指す言葉でした。けれど、明治時代

シニア世代のための 役立つSNS講座

講師 久野 雅己

今回は、先月、ツイッターに追加された3つの新機能を紹介いたします。1つ目は、迷惑アカウントへの新たな対策方法が発表された件です。ユーザーからの報告の有無に関わらず、攻撃的な行為を行うアカウントをツイッター側で識別できるように

迷惑アカウントへの対策など ツイッターに3つの新機能

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。



DMの文字数制限も1万文字に

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

いま注目のスポット!!

店舗・施設情報

カーネットいわき



中古車販売・買取店 小名浜に移転し開店 オートオークション代行による中古車販売・買取専門店が小名浜に移転しリニューアルオープンした。5月7日まで、成約者に有名テーマパーク(浦安市)のペーナケットプレゼントキャンペーンを実施している。

【住所】いわき市小名浜小名字作前10-2 【電話】0246-88-9520 【営業】10:00~19:00 年中無休



優しくて可愛く丁寧に 完全予約制のサロン 完全予約制のペットトリミングサロンがオープンした。ひとりひとり丁寧に時間をかけたケアで、大切なペットそれぞれに合うスタイルを提案している。「新規さん大歓迎! 気軽に問い合わせ」と同店はPRしている。

【住所】いわき市内郷御殿町四丁目28-1 【電話】070-2025-7819 【営業】10:00~18:00 不定休

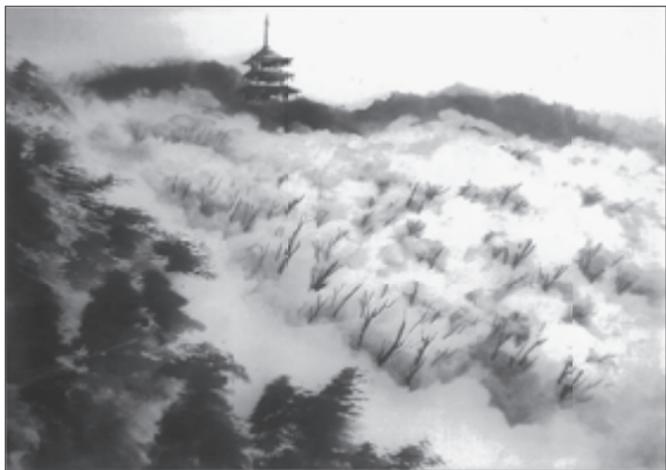
萬屋(よろづや)いわき店



内郷に呉服店が開店 日本茶カフェを併設 「着物・和のある暮らし」をテーマに、着物や帯、和装小物、和雑貨、香などを提供する呉服店がオープンした。着物のレンタル、丸洗いも扱う。店内にある日本茶カフェ「ちゃ屋」では、無料でお茶を振る舞っている。

【住所】いわき市内郷御殿町一丁目137 【電話】0246-85-5298 【営業】10:00~18:00 水曜定休

五拾弐 私のお袋



古都の春

私のお袋は現在 97 歳。八王子市の娘の所に出掛けた折に多摩の墓苑へ寄ったときのことである。娘が「ここに墓地を買っておこうかな」と言ったら、「こんなに遠くては墓参りに来れないなあ」と真剣な顔で言ったという。「おいおい、私が先かよ！」と娘が悲鳴を上げた。お袋は、眼鏡なしで新聞は読むし、帽子、セーターなどは自分で編んでしまう。カラオケ大好きな元気者で、まさか自分の方が長く生きると思ったわけではないだろうが、自分の歳はあまり気にしていないようだ。

墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一 (植田町在住)

昭和忘れまじ

加藤 秀雄

(洋画家・植田町在住)

少年の日の記憶

—13 掻い乾し



真夏。雨が少なくなると、田圃や沼池の水が涸れそうになる。それを見計らって水を汲みとったり濁らせて、小魚を捕る。それを掻い乾しとって大人も子供も一緒に楽しんだ。小魚はフナ、コイ、ナマズ、ウナギなどだが、食うより捕るのがおもしろかったなあ。

かとう・ひでお 昭和8年8月小名浜生まれ、多摩美術大絵画科卒業。60歳までいわき市内で中学校教諭を務めながら、制作活動を続け現在に至る。平成26年夏から、少年時の戦争体験を水彩で描き始める。本欄では「加藤少年」が過ごした昭和10～20年代の市民の暮らしを、水彩画と述懐で紹介する。83歳。

暮らしの知恵

メモを取るとき

自宅でも職場でもメモを取ることは大切な習慣です。「これくらい覚えておける」と思ってメモを取らずに後悔した経験はありませんか。メモを取る際の利点は、記録を残すことです。その事項について保留しておいても後で確認すればよいので、他の仕事の能率も上がります。

しかしメモを取っても、それを有効に使えなければ意味がありません。「どこかに書いてはす……と探すようでは時間の無駄です。急いでその辺にあった紙に書き留めたとしても、決まったメモ用紙や付箋紙、手帳などにすぐに書き写し、見える所に置きましょう。大切なメモは片面だけに書き、裏には書かないようにします。うっかり片面の内容だけを見て「これはもういらぬ」と捨てた失敗をしないためです。不要となったメモは赤でチェックするなど区別を明確にしましょう。

★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ー 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 3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
 ★オリジナルハードセット 長期使用、UVカットレンズ

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

おしゃれな洋服たちとやさしいう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 (マルト浅井店そば)

慶事・弔事のご予約承っております。旬の食材と器と技を楽しむ料理です。

お献立

前菜	あなご卵の花
小鉢	じゅうねん和え
刺身	蛤姫皮
煮物	空豆うど
造り物	くるみ百合根
肴	白魚辛子酢
活真鯛	鯛 筍 丁子麩
よもぎ麩	竹紙昆布 木の芽
ひじき豆腐	
高野豆腐	
パプリカ	木の芽
相馬の毛蟹	
レモン	
白魚ご飯	
フルーツゼリー	

相馬の自慢、世界一のゴシヒカリと三度目の農林水産大臣賞受賞の醤油を堪能！
 前日までのご予約で、本格的和膳・会席弁当・会席料理・会費制宴会などを承っております。
 “旬の食材と器と技”をお楽しみ下さい。詳細はHPをご覧ください。[割烹やました]

相馬市中村字大手先四二(中村城跡近く)
 ☎〇二四四(三六)〇三三七
 営業時間 午前十一時～午後一時 午後五時半～午後九時
 定休日無予約制とさせていただきます
 ホームページ http://www.soma.or.jp/~yamashita/
 メールアドレス kappo_yamashita@yahoo.co.jp

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王ノ台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

看・介護職員 募集中

介護老人保健施設 **サンライフゆもと**

☎0246-43-6116 FAX43-6118
 〒972-8326 いわき市常磐原町大畑13-1

サンライフゆもと 検索

内科・循環器科・呼吸器科・消化器科
 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
 福島県いわき市平字南町12
 【駐車場完備】 ☎0246-23-1055
 さかいケアプラン ☎0246-22-5055

(順不同)



日本の神仏占い

2017年 5月

神様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/

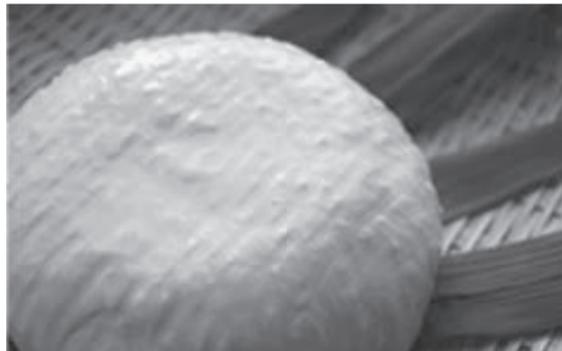
- 1月 天字 愛売命** わたしは芸事の神。芸に触れたい。見ていただけが良いのですが、歌って、踊って、描いてください。自分を表現することが生きる喜びになるでしょう。◆開運の鍵…コンサートホール
- 2月 天字 矢乃波波木神** わたしは箭(ほうき)に宿っています。過(あや)しやう空間になるように、わたしもお手伝いいたします。家をスッキリさせれば、人生もスッキリするでしょう。◆開運の鍵…足湯
- 3月 天字 平将門** あなたに勝負の運を授けよう。決断力と立ち向かう覚悟があれば何でも切り抜けるのを覚えておきなさい。心で負けるということが人生に負けるといふことなのだ。◆開運の鍵…白いハンカチ
- 4月 天字 久能智神** わたしは草木をつかさどるに、あなたの人生もこれから芽吹き、豊かな実りが手に入ります。その実りをどう得ていくか、どう使っていくかが今後の課題になるでしょう。◆開運の鍵…貯金通帳
- 5月 天字 大國主大神** 良い縁とは待っているだけではできません。それには、まずは自分からほほ笑みかけ、語りかけること。すると、縁が生まれていくでしょう。◆開運の鍵…疲れ目用の目薬
- 6月 天字 月読命** 月日は巡りゆくものです。間とともに消えてゆきます。心穏やかな日々がくるまでは、あなたの心の暗がりや月の光がやさしく照らしてくれるでしょう。◆開運の鍵…ユリの花
- 7月 天字 龍神** あなたがた人間の魂には龍が潜んでいます。それをいかに使こなすかはあなたの意識次第です。人生に改革を起こすエネルギーがあなたの中にも潜んでいるのです。◆開運の鍵…ミネラルウォーター
- 8月 天字 天照大神** 誰かに光を与えてみましょう。簡単なことではないのです。ほほ笑むだけでもいいのです。光と光のやりとりが、あなたと周囲に豊かな心を産むでしょう。◆開運の鍵…心理学の本
- 9月 天字 建速須佐之男命** 勇気を出すこと、行動を起こすことが大切です。自分にはもう無理だと思ったら、そこですべては終わります。思い切ってやってみれば、道は徐々に開けるでしょう。◆開運の鍵…スニーカー
- 10月 天字 弥勒菩薩** この世で大切なものは、例えすべてを失っても良い縁があったら、そこに救いの手が差し出されます。敵対心や嫉妬心より、一緒に喜ぶ心を持ちましょう。◆開運の鍵…手紙
- 11月 天字 愛染明王** 嫉妬や束縛では愛は深まりません。愛を深めるのは思いやりです。思っているだけでは伝わらないので、言葉と行動にして伝えてください。日々顔を合わせる人にこそ伝えるのです。◆開運の鍵…花束
- 12月 天字 天之御中主命** わたしは混沌としたこの世です。人の世にも秩序や調和が必要である。あなた方ひとりひとりの人生に調和があれば、世の中は自然と平穏になるのです。◆開運の鍵…座禅や瞑想

クイズ&プレゼント! とうふ屋大楽の500円お買物券

今月のクイズはクロス

マス目を文字で埋めて、クロス地完成させたら、A~Eをつなげて答えを出してください。【ヒント・ウコンなどに含まれる成分。肝機能を高めるとか】

希望者ははがきに① クイズの答え②父の日を前に、「父との思い出や伝えたい言葉」③ 郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、5月6日(必着)まで、編集室(下記参照)へ送ってください。プレゼントは500円お買物券です。写真は商品のイメージとなります。



4月号の答え & 当せん者
4月号の当せん者を発表します。プレゼントは、家具の丸ほん様(いわき市鹿島町久保(三和町) 亀岡マサノ字梅田1、0246(76)0211) 提供の「ムレスナハウスのムレスナティー」です。当せん者には、引き換え券となるお知らせはがきをお送りしますので、家具の丸ほん様

まで持参され、商品とお引き換えください。当せん者は次の通り。池辺緑さん(常盤) 大和田たつえさん(中央台) 小野ヒロ子さん(三和町) 亀岡マサノさん(常盤) 北倉澄江さん(内郷) 鈴木世津子さん(平) 根本マキ子さん(泉) 平山ユキ子さん(平) 山田とも子さん(相馬市) 渡辺幸子さん(平)

答え

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	

A: 胃腸
B: 心
C: コットン
D: ヨコのカギ
E: サウナ

1 腸に住みついている細菌を腸内ともいいます。
2 カルシウム不足が法です。
3 心や体を休めること。のひととき。
4 コットンを漂白したもの。医療にも用います。
5 ビタミンCを多く含むキントランオ科の果実。
9 インド発祥の健康法です。

失調症

シ	ク	ブ	メ	ケ
ツ	ラ	ク	ミン	ン
チ	イ	ク	エ	シ
ヨ	ウ	ケ	エ	キ
ウ	キ	ズ	シ	ヨ
ウ	イ	ザ	ン	ウ
シ	ク	ゼ	ワ	ク
ヤ	キ	ン	ア	ケ

ヨコのカギ
1 海藻のヌルヌルとした成分に含まれる多糖類。
5 サウナでこれかかいて爽快気分。

<5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「エプリア」	19日 9:00~16:00 小名浜市民会館	21日 10:00~11:30 13:00~16:30 鹿島ショッピングセンター「エプリア」	28日 9:30~11:30 13:00~16:30 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
ともに50℃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

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

いわき民報社 個処から編集室

©いわき民報社 2017