

2024.4月号 無料配布
【月刊247号】次号/4月28日第4日曜日発行!!

UD Font シニアズは本文組にUD(ユニバーサルデザイン)フォントを使用しています。

企画・編集・発行: KOHOメディア株式会社
〒020-0026 盛岡市開運橋通3番41号 ダビネビル
メール info@seniorsnet.jp
電話(代表)019-623-2788 FAX019-623-3735
【編集長】今野洋介 【編集スタッフ】川村龍雄/古山そのみ/大森ふじお/太田有紀/及川知史

元気をつくる情報紙 シニアズ

Seniors

シニアズホームページ <https://seniorsnet.jp> 検索はこのワード

シニアズ 検索

あったかいグループ
齊藤会員の今月の一言
「親しき仲にも敬意あり」

ホームページリニューアル
グループ全20事業が変える地域の笑顔

三協メディケア 検索

老舗の娘と結婚し 菓子職人の道へ

「元祖明がらす」で知られる遠野市の「まつだ松林堂」。創業156年の歴史を紡ぐ四代目の松田勝夫さんは早朝5時から工場に立ち、50年以上伝統の菓子を作り続ける84歳の現役職人です。

「私の姉と妻の叔母が同じところに嫁いだご縁で、妻と出会いました」。この出会いをきっかけに東京の会社を辞め、明治元年創業の老舗に婿入りし店を継ぐことになりました。「当時は店を継ぐことはあまり深く考えないで結婚しました」と勝夫さん。結婚する前の年に三代目である義父が急逝し直接教わることはできませんでしたが、二代目が残したレシピを基に「明がらす」の製法を再現した義母と妻の和子さんから菓子作りを教わりました。「そうやって仕事を覚えながら、だんだんと自分が継がなきゃなら



まつだ松林堂四代目 **松田勝夫さん(84)**

続けることが私の仕事

1940年、宮城県栗原市生まれ。6人きょうだいの末っ子。高校卒業後、東京の電気系企業に就職。岩手に嫁いだ姉が縁を結び「まつだ松林堂」の長女・和子さんと27歳で結婚。四代目として半世紀以上工場に立つ菓子職人。運動が好きで70代まではスポーツクラブで汗を流し現在もウォーキングを欠かさない。趣味はおいしいものを食べる

ないという気持ちに変わっていきました」と振り返ります。三代目と一緒に仕事をしていた職人が時々手伝いに来ることもあり、一つ一つの動きを見て実際にやってみると、体に染み込ませて今に至るといいます。

「何も言いませんが、だいぶ苦労したと思いますよ」と和子さん。その日の気温や湿度によって微妙に違う材料の配合などを何となくのあんばいで教えることが多かったそう。そんな中でも勝夫さんは日々研究しながら「これくらいなら上手にやれる」という感覚を積み重ねてきました。「かまごも新しかったから新割りもしました。今は機械だけ、当時は生地も手でこねました。でも苦労とは思わなかった、それが当たり前前の私の仕事だから」と真摯に仕事に向かっています。そんな勝夫さんを家族は気にかけており、「勝夫さんのことを一番に考えなさいとい

うのが母の口癖でした」と和子さん。東京から極寒の遠野へ来た勝夫さんのために綿入のはんてんや厚い靴に迎えたと言います。3歳で実母を亡くした勝夫さんにとって遠野の母ともいえる義母。その義母が亡くなる間際には「こんなに立派になつてくれて、ありがと」と感謝の言葉を残し旅立ったと言います。途絶えそうになった伝統の味が今も変わらずあるのは、勝夫さんの遠く離れた遠野に身を置くという覚悟と慣れな環境でも必死に仕事を覚え、続けてきた苦労があったからでしょう。

「おかげさまで忙しくなりましたが、それでもわざわざ遠くから店に買いに来てくれる方もいてとても嬉しく和子さん。昔と今で時代が変わっても、これまでと変わらず伝統の味と作り手の思い、遠野の温もりを届けていきたい」と信念を貫きます。

「おかげさまで忙しくなりましたが、それでもわざわざ遠くから店に買いに来てくれる方もいてとても嬉しく和子さん。昔と今で時代が変わっても、これまでと変わらず伝統の味と作り手の思い、遠野の温もりを届けていきたい」と信念を貫きます。

そして勝夫さんに会うため、遠くは北海道、沖縄から足を運ぶ方もいるそう。お客さまに写真撮影を頼まれるなどインスタグラムの反響について「自分の動画は見たことがないから分らないけど、その辺を歩いていると知らない人に声をかけられて、ちよっと恥ずかしいね」と笑顔の勝夫さん。店のアイドル的な存在として、新たなファンを増やしています。

インスタグラムの影響でネットでの取り寄せなど顔の見えないやり取りが増えましたが、それでもわざわざ遠くから店に買いに来てくれる方もいてとても嬉しく和子さん。昔と今で時代が変わっても、これまでと変わらず伝統の味と作り手の思い、遠野の温もりを届けていきたい」と信念を貫きます。

MS&AD
三井住友海上エイジェンシー・サービス株式会社
東北エリア 岩手秋田統括 盛岡支店

保険の相談は **019-623-2400** (岩手県 大森ふじお)

盛岡市大通3丁目3-10 七十七日生盛岡ビル9階
保険に関することなら何でもご相談ください

シニア推し活
大森ふじおのシニアナビ

盛岡市の梅津さん(86)は「大谷の結婚は、どっきりしました。これからの活躍にわくわく。ロッテの佐々木投手も行けば4人も。岩手はずちと頑張ってもらいたい」と仲間との話題が尽きないようです。昭和の時代、岩手の野球は甲子園で

メジャー6年目の雄星、1回戦敗退が多く、大差でドジャース移籍1年目の大谷に加えて、スタンフォード大進学の佐々木麟太郎の文武両道の学生生活も始まり、次世代を担う若き岩手人のアメリカでの二拳一投足がさらに注目されそうです。シニアにとって、孫のような彼らの活躍は、生き甲斐の一つで、推し活になっていくようです。

盛岡市の梅津さん(86)は「大谷の結婚は、どっきりしました。これからの活躍にわくわく。ロッテの佐々木投手も行けば4人も。岩手はずちと頑張ってもらいたい」と仲間との話題が尽きないようです。昭和の時代、岩手の野球は甲子園で

地域の魅力と、地元みんなの思いに私たちの技術やノウハウを合わせ、ソーシャルイノベーションを実現。

地域の魅力 × みんなの思い ↓ ソーシャルイノベーションの創造

つぎのミライは、あなたの街からはじまる。

NTT東日本グループ

盛岡日産モーター

NEW **NISSAN ROOX** 日産ルークス

家族が、ぐっと近づく軽。

ルークスの先進技術

- インテリジェント エマージェンシーブレーキ
- プロパイロット
- インテリジェントアラウンドビューモニター
- ハンズフリーオートスライドドア

※車両仕様並びに装備が写真の車両と異なる場合がありますので店舗にご確認ください。

シニアズ9周年記念 読者プレゼント

| | | | | |
|---|--|---|--|---|
| <p>① 和泉屋 様より</p> <p>和泉屋 商品券 3,000円分 10名様</p> <p>アンティークやレトロな雑貨が置いてある和泉屋で使える商品券3,000円分(1,000円×3枚)。お店でおしゃれな小物に出会えるかも。</p> | <p>② 和泉屋 様より</p> <p>ウエディングドレス 3名様</p> <p>中古ウエディングドレス(中古価格1~3万円)を3名様にプレゼント。サイズはさまざまあります。※直接、和泉屋様店舗に行ける方限定となります。</p> | <p>③ 岩泉ホールディングス 様より</p> <p>岩泉ヨーグルトセット 3名様</p> <p>・岩泉ヨーグルト(加糖)1,000g・雷ちゃん保冷トートバッグ・岩泉ヨーグルト(プレーン)1,000g・専用レードル</p> <p>こだわりの素材と製法で作られた、もちもち濃厚な味わいの岩泉ヨーグルトと可愛い保冷バッグとレードルのセット。</p> | <p>④ 岩手トヨタ自動車株式会社 様より</p> <p>トヨタ クラウンミニカー 3名様</p> <p>(1/30 スケール クリアケース付き)</p> <p>シックなシルバー、おしゃれな黒×シルバーのバイカラー、いずれか1台をプレゼント。色は届いてからの楽しみ。</p> | <p>⑤ 株式会社エーデルワイン 様より</p> <p>五月長根 リースリング・リオン白 1名様</p> <p>青リンゴや柑橘を感じる爽やかでフルーティーな香りが特徴のエーデルワインを代表するやや辛口の白ワイン。※ワイナリー直売店「ワインシャトー大迫」での受け取りになります。</p> |
| <p>⑥ 株式会社田清 様より</p> <p>お食事券・お買物券 3,000円分 10名様</p> <p>清次郎・田清魚店で使えるお食事券・お買物券3,000円分を10名の方にプレゼント。※利用可能店舗は「清次郎」のホームページにてご確認ください。</p> | <p>⑦ 有限会社戸塚商店 様より</p> <p>季節のフルーツ 詰め合わせ (3,000円相当) 5名様</p> <p>新鮮でみずみずしい青果を扱う戸塚商店の季節のフルーツ詰め合わせ。※TOMATOMOとつかフェザン店での受け取りとなります。受取期間は5月13日~19日まで。当選者の方には後日、編集部よりご連絡いたします。</p> | <p>⑧ ホテル森の風 鶯宿 様より</p> <p>露天風呂付き客室「四季彩」ペア宿泊券 1組様</p> <p>天空露天風呂と旬の食材にこだわった創作会席が自慢のホテル森の風鶯宿のペア宿泊券。※ご利用は平日限定で9月未まで、お盆期間等は除外となります。</p> | <p>⑨ 仕出し 美藤 様より</p> <p>花の折り弁当 2名様</p> <p>花見をしながら食べる華やかなお弁当。2,160円相当を2名の方にプレゼント。※案内書を送付します。電話連絡の上、美藤様店舗での受け取りとなります。</p> | <p>⑩ 盛岡日産モーター 様より</p> <p>車載用 防災キット 1名様</p> <p>万一のときのために備えていると安心な、品質にもこだわった防災キット。突然の車のトラブル発生時に、役立ちます。</p> |

シニアを応援している地元企業の皆さま

※五十音順掲載

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>株式会社 TMホーム 紫波郡矢巾町広宮沢1-2-840 TEL.090-8922-6243</p> | <p>テレビ岩手アカデミー テレビ岩手アカデミー (カルチャースクール) 盛岡市内丸2番3号 TEL.019-624-1170</p> | <p>東京土地販売 株式会社 盛岡市菜園一丁目7番22号 TEL.019-652-4111</p> | <p>生活応援バンク 東北労働金庫 岩手県本部 盛岡市長田町6-7 TEL.019-622-4104</p> |
| <p>とつか 有限会社 戸塚商店 盛岡市向中野字畑返1-1 TEL.019-634-0303</p> | <p>肉の横沢 株式会社 Yokosawa's Meat Co., Ltd. 八幡平市大更21-52-1 TEL.0195-76-3026</p> | <p>(一社)日本盆栽協会 岩手県支部 盛岡市開運橋通3-41ダビンチビル TEL.019-652-6854</p> | <p>橋市 HASHI-ICHI 盛岡市盛岡駅前北通7-17 TEL.019-624-0841</p> |
| <p>花巻温泉 花巻市湯本1-125 TEL.0198-37-2111</p> | <p>株式会社花耶 盛岡市本宮5丁目13番10号 TEL.019-631-1364</p> | <p>東日本交通株式会社 盛岡市山岸字大平17-2 TEL.019-663-6610</p> | <p>ビッグルーフ 滝沢 滝沢市下鶴岡1番地15 TEL.019-656-7811</p> |
| <p>株式会社 平金商店 パステル館 盛岡市肴町8-24 TEL.019-624-2121</p> | <p>ヒロキャリア ひろがるキャリア 盛岡市開運橋通3番41号 ダビンチビル TEL.019-623-0707</p> | <p>Blue Advisors ブルーアドバイザーズ株式会社 盛岡市青山3丁目3番50号 TEL.019-646-6864</p> | <p>森の風 鶯宿 HOTEL MORI NO KAZE OUSYUKU 岩手郡雫石町鶯宿10-64-1 TEL.0120-123-389</p> |
| <p>誠 マルセイ建設 盛岡市山岸字大平19-4 TEL.019-613-6343</p> | <p>みちのくキャンティーン株式会社 紫波郡矢巾町流通センター南2丁目4番21号 TEL.019-637-4711</p> | <p>有限会社 緑の風 滝沢市大釜風林3-24 TEL.019-686-1787</p> | <p>美藤 Since1945 デリバリー&ケータリング MIFUJI 盛岡市上田3-7-26 TEL.019-653-1421</p> |
| <p>盛岡日産モーター 盛岡市南仙北二丁目24番5号 TEL.019-635-1123</p> | <p>盛高書店 MORITAKA BOOK STORE 盛岡市南大通1丁目5-7 TEL.070-6950-8771</p> | <p>日本料理 利衛門 盛岡市大通2-1-23サンクイーンビル5階 TEL.019-651-7888</p> | <p>LIS BLANC -リスブラン- 盛岡市菜園2-3-22バンベルビル1F TEL.019-624-3796</p> |

シニアズ9周年記念 プレゼントの応募方法

▶郵便はがき、または応募フォームから郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、どこでシニアズを見たか、面白かった記事・広告をご記入・ご入力の上、ご応募ください。

▶宛先 〒020-0026 盛岡市開運橋通3番41号 ダビンチビル KOHOメディア棟内 シニアズ編集部 読者プレゼント係まで

▶応募締切は4月21日当日消印有効。当選は商品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

▶宛先 〒020-0026 盛岡市開運橋通3番41号 ダビンチビル KOHOメディア棟内 シニアズ編集部 読者プレゼント係まで

応募フォーム

イベント情報も詳しくチェックできる!

記事のお店はどこにあるの? マップで確認!

プレゼントの応募もスマホから

創刊当時のシニアズも読めちゃう!

いろんな楽しみ見つけてみてね! 公式SNSもオープン!
<https://seniorsnet.jp/>

本気です! UNION 3つの約束

- 1 日々の癒しや潤いを探究し、お客様が求めるエンターテイメントへ進化させていく。
- 2 お客様にとっての明日、遊技業界にとっての未来を変えていく。
- 3 街に笑顔と潤いを与え、街を変えていく。

GROWING UP UNION GROUP

ユニオン サ・プライム二戸
ユニオン サ・プライム上堂
ユニオン サ・プライム太子堂
ユニオン沼宮内
ユニオン西根
ユニオン北上
ユニオン宮古
ユニオン磯崎
ユニオン山田

情報紙シニアズ

おかげさまで

9周年

ANNIVERSARY

2015年4月に創刊された「大人のための情報紙 シニアズ」が、4月で9周年を迎えました。紙媒体がデジタル化する現代においても、私たちの活動を支えてくださっている関係各社、読者の皆さま、そして何よりこの紙面を通してシニアの活躍を支援し、広告出稿をしていただいている各企業さまの変わらぬご協力に、心からの感謝を申し上げます。

皆さまに支えていただいた9年間の思いを受け、本日よりキャッチコピーを新たに「元気をつくる情報紙 シニアズ」と掲げ、今後も一人でも多くの元気なシニアが社会に輝くよう努めて参ります。私たちは、皆さんの毎日がより充実し、活力に満ちたものになるような情報とインスピレーションを提供し続けることをお約束します。

シニアズ編集長 今野 洋介

シニアを応援している地元企業の皆さま

| | | | |
|--|---|--|--|
| <p>株式会社 アート不動産 盛岡市本宮3-11-11 TEL.019-634-0440</p> | <p>ART HOTEL アートホテル 盛岡 盛岡市大通3-3-18 TEL.019-625-2131</p> | <p>Adpos 株式会社 アオバヤ 盛岡市門2丁目9-48 TEL.019-623-3571</p> | <p>和泉屋 いずみや 盛岡市相屋町7-2 TEL.019-656-0016</p> |
| <p>岩泉ヨーグルト 岩泉ホールディングス株式会社 下閉伊郡岩泉町乙茂字大向23-2 TEL.0194-32-3008</p> | <p>岩手トヨタ 岩手トヨタ自動車株式会社 盛岡市上堂4丁目12-11 TEL.019-641-7111</p> | <p>WE 株式会社 イワテブライダルセンター 盛岡市中央通 3-3-23 TEL.019-654-5533</p> | <p>岩手ヤクルト販売株式会社 盛岡市上堂4丁目3番4号 TEL.0120-14-8960</p> |
| <p>いわて 日本ワイン 株式会社 エーデルワイン 花巻市大迫町大迫10-18-3 TEL.0198-48-3037</p> | <p>一地域と共に歩みつづける 株式会社 遠忠 八幡平市大更第24地割8番地の1の5 TEL.0195-76-2126</p> | <p>桜心警備保障株式会社 盛岡市上堂3丁目19-4 TEL.019-641-4411</p> | <p>OLUCK コワーキングスペース オラック 盛岡市開運橋通3-39ダビッチビルⅡ TEL.019-601-2337</p> |
| <p>盛南温泉 開運の湯 盛岡市本宮三丁目8番 TEL.019-656-4126</p> | <p>120th ANNIVERSARY 川口印刷工業株式会社 盛岡市羽場10-1-2 TEL.019-632-2211</p> | <p>株式会社北日本ライフサービス 盛岡市津志田14-200 TEL.0120-386-630</p> | <p>株式会社 コスモ通信システム 盛岡市天神町13-29 TEL.019-652-2200</p> |
| <p>料亭 駒龍 盛岡市本町通1-8-4 TEL.019-624-5243</p> | <p>株式会社 三櫻 盛岡市本須川町24番1号 TEL.019-625-3030</p> | <p>あったかいごグループ 株式会社 三協メディケア 盛岡市北飯岡一丁目6-8 TEL.019-601-5862</p> | <p>SANRIKU The Ecology of Recycling 有限会社 三陸パーツセンター 下閉伊郡山田町織笠第15地割21-1 TEL.0193-81-1155</p> |
| <p>SARL 昭和レンタリース盛岡株式会社 盛岡市津志田南3丁目14番70号 TEL.019-632-6055</p> | <p>株式会社シリウス 盛岡市東安庭2丁目12番15号 TEL.019-604-6860</p> | <p>有限会社 菅勝不動産 奥州市水沢南町5番22号 TEL.0197-24-1717</p> | <p>ダイナリアルティ株式会社 盛岡市本宮6丁目30-21-1F TEL.019-613-3661</p> |
| <p>株式会社田貝石材 盛岡市本宮字上越場2-2 TEL.019-658-1458</p> | <p>清次郎 株式会社 田清 盛岡市羽場10-100 TEL.019-632-8611</p> | <p>FRESH & HEALTHY 株式会社たもり 紫波郡紫波町 桜町一丁目12番地1 TEL.019-676-3078</p> | <p>丹内建設株式会社 滝沢市藤木黒畑56番地1 TEL.019-687-1605</p> |

気になるコーナーがさかのぼって見られるよ!

もっと元気に! もっと健康に! もっと楽しくなれる場所! 100K presented by seniors forward

シニアズ公式サイト「ルックフオワード」

健康 仕事 学び 生き方 つながり イベント

サークル仲間を探したり

毎週週末は見学会開催

ASK x HOUSING

0120-83-3737

〒020-0051 岩手県盛岡市下太田下川原100番1号

盛岡市中太田新田 3LDK

アスクハウジング 建売展示場 完成!

販売価格 **3,290万円**

土地 + 建物 + 消費税

物件概要 ●盛岡市/盛岡市中太田新田(地目/宅地)●権利/所有権●用途地域/第一種低層住居専用地域●築年数/50%●容積率/80%●工法/軸組在来工法●設備/公共下水、公共水道、電気●建築確認番号/第R4-1-2084-1号●引渡時期/相談●取引形態/売主 [広告有効期限]令和6年4月

住宅DATA ●土地面積/154.00㎡(46坪) ●建物床面積102.67㎡(31.00坪) ●1F延床面積/54.85㎡(16.50坪) ●2F延床面積/48.02㎡(14.50坪)

アスクハウジング <https://ask-h.jp/>

分譲地も販売中!

【建売展示場】**46坪 990万円**

TOP FIELDS 中太田IV

建売展示場

●土地面積 154.00㎡・坪数 46.55坪
●坪単価 21.3万円・引渡条件 更地渡し
●建ぺい率/容積率 50%/80%・取引形態 売主

アスクハウジング 建売展示場

TOP FIELDS 中太田IV② TOP FIELDS 中太田IV③

食生活が気になるシニアたちに向けた簡単料理企画

健康 おやじごはん

【第28回】うるいの春チャーハン



遊食屋FujiNext 藤原 和広さん



春の味覚、うるい。山菜の中でも最もビタミンCが豊富で酸化作用が期待できます。また、エビに含まれる天然色素「アスタキサンチン」にも酸化作用の効果があります。春らしさを味わいながら酸化しない体を目指しましょう。

作り方

ごはん 2杯分、卵 2個、うるい 1把、しいたけ 2個、ポイルえび 6尾、紅ショウガ 少々、小エビ 2つまみ、万能ネギ 少々、オリーブオイル 大さじ1、塩コショウ 少々、和風だしの素 少々

材料(2人分)



1人分約435kcal

うるいはアクが少ないのでゆでたりするなど下処理の必要がなく、水溶性であるビタミンCをなるべく多く残したまま調理できることが期待できます。

〈ひと言アドバイス〉

うるいはアクが少ないのでゆでたりするなど下処理の必要がなく、水溶性であるビタミンCをなるべく多く残したまま調理できることが期待できます。

春の味覚でさびない体に

フライパンに油を引き、温まったら溶いた卵とごはんを入れ、さきながら混ぜるようにつぶしながら混ぜる。うらいは白い部分を1cm幅に切り、葉の部分はみじん切りにする。

皆さま、ご自身のスマホで写真を撮影されておりますか。この連載が始まった最初のほうに、一度カメラについて解説いたしました。今回は復習を兼ねて、改めてカメラについて学んでいきましょう。

スマホの中に入っているカメラは、ガラケー時代の比ではないほど大変、質の良いものになりました。写真の撮影は難しいんじゃないかと講座に参加される皆さまは口々に「おっしゃいます、実はとても簡単なことなんです。」と、先程とは異なる画面になります。

シニアに向けてのスマホ講座②

スマホのカメラは便利だな

スマホのカメラは便利だな。撮ることもできます。カメラと違い、数十枚の思い出をスマホの中に詰めることができます。そのままだけ戻すように戻せば、アップにしたい分だけ戻すことができます。

ご自宅やお出かけ先で、気軽に撮影をして、たくさん思い出をスマホの中に詰めることができます。そのままだけ戻すように戻せば、アップにしたい分だけ戻すことができます。

ご自宅やお出かけ先で、気軽に撮影をして、たくさん思い出をスマホの中に詰めることができます。そのままだけ戻すように戻せば、アップにしたい分だけ戻すことができます。

ご自宅やお出かけ先で、気軽に撮影をして、たくさん思い出をスマホの中に詰めることができます。そのままだけ戻すように戻せば、アップにしたい分だけ戻すことができます。

お問い合わせの際は「シニアズを見た」とお申し付けの上、お電話ください。【お問い合わせ・求人応募先】TEL.0120-123-389 FAX 019-695-3330

鷹がこのむ絶好の頂

鷹がこのむ絶好の頂。鷹は今、鹿害からカラマツの幼木を保護するネットを進んで頂上の電波反射板が良き目印になる。

鷹は今、鹿害からカラマツの幼木を保護するネットを進んで頂上の電波反射板が良き目印になる。

鷹は今、鹿害からカラマツの幼木を保護するネットを進んで頂上の電波反射板が良き目印になる。

鷹は今、鹿害からカラマツの幼木を保護するネットを進んで頂上の電波反射板が良き目印になる。

鷹は今、鹿害からカラマツの幼木を保護するネットを進んで頂上の電波反射板が良き目印になる。

鷹は今、鹿害からカラマツの幼木を保護するネットを進んで頂上の電波反射板が良き目印になる。

鷹は今、鹿害からカラマツの幼木を保護するネットを進んで頂上の電波反射板が良き目印になる。

お問い合わせの際は「シニアズを見た」とお申し付けの上、お電話ください。【お問い合わせ・求人応募先】TEL.0120-123-389 FAX 019-695-3330

阿部陽子の ほくほくトレッキング

第54回 鷹巣山 341m



(公社)日本山岳会岩手支部 支部長 / 阿部陽子

IBCラジオ放送 「いわての山トレッキングガイド」 (毎週土曜日6:45~7:00) に出演中

鷹巣山に登る方法は3つある。左須集落から入る場合は作業道を歩く。尾崎白浜の尾崎神社本宮をスタートする。工事途中の治山ダム上部から沢沿いに作業道を進み、出入口では鹿除けネットを元に戻す。3つ目は白浜集落から道なりに高度を上げて、作業小屋付近に駐車。100m先の沢筋を登り、鞍部より電柱のある尾根を登り、つめ、20m下の作業道から鷹の通る尾根を縫う。どこを進んでも頂上の電波反射板が良き目印になる。



鷹の目で釜石湾を眺める。左手前はしま模様に植林された鷹巣山の山肌。「森よすくすく育て、戻ってこいワシタカ」

パステル館店長の 文具発見 一足早い、桜の便りを



平金商店 藤原店長

桜の開花は、春の到来を感じられる嬉しい便りです。平金商店では、桜の便りを手取りしました。作りたいサイズに簡単にカットできる、桜の便りをご用意しています。お電話でもお問い合わせください。

桜の開花は、春の到来を感じられる嬉しい便りです。平金商店では、桜の便りを手取りしました。作りたいサイズに簡単にカットできる、桜の便りをご用意しています。お電話でもお問い合わせください。

桜の開花は、春の到来を感じられる嬉しい便りです。平金商店では、桜の便りを手取りしました。作りたいサイズに簡単にカットできる、桜の便りをご用意しています。お電話でもお問い合わせください。

桜の開花は、春の到来を感じられる嬉しい便りです。平金商店では、桜の便りを手取りしました。作りたいサイズに簡単にカットできる、桜の便りをご用意しています。お電話でもお問い合わせください。

お問い合わせの際は「シニアズを見た」とお申し付けの上、お電話ください。【お問い合わせ・注文先】TEL.019-653-1421 info@mifuji-morioka.com

森の風 鷹宿 HOTEL MORI NO KAZE NO U S U Y U K U

シニアも安心して働ける環境です！

スタッフ大募集!

増った経験を当ホテルで再び活かしましょう! まずはお気軽にご連絡ください。

| | |
|--|---|
| <p>施設管理【就業時間:概ね9:00~18:00 年齢不問】</p> <ul style="list-style-type: none"> ①第一種電気工事士取得者 時給 1,200円~ ②第三種電気主任技術者取得者 時給 1,500円~ ③通常(経験者) 時給 950円~ | <p>接客【就業時間:時間帯による 70歳まで】</p> <ul style="list-style-type: none"> ①朝食サービス(6:00~11:00) 時給 1,000円~ ②夕食サービス(16:00~22:00) 時給 1,000円~ |
| <p>清掃【就業時間:9:30~15:30 年齢不問】</p> <ul style="list-style-type: none"> 客室清掃 時給 900円~ ※就業時間は集客の状況により前後あり(応相談) | <p>調理【就業時間:概ね9:00~18:00 年齢不問】</p> <ul style="list-style-type: none"> ①調理師(調理師免許取得者) 時給 1,200円~ ②洗い場・簡単な盛り付け 時給 950円~ |

お問い合わせの際は「シニアズを見た」とお申し付けの上、お電話ください。【お問い合わせ・求人応募先】TEL.0120-123-389 FAX 019-695-3330

ちよつと嬉しい日の お食事

総額 5,000円以上で 盛岡市内 配達無料 (※玉山除く)

お花見、ご会合にも ご利用ください。

花の折り弁当

HANANO ORI 送料別

2,160円(8%税込) 2,700円(8%税込)

※写真は2,160円の花の折り弁当です。

Since1945 MIFUJI 美藤

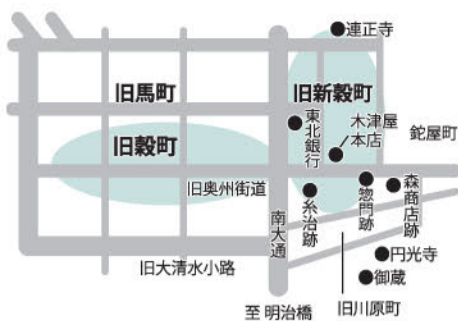
お問合せ・ご注文は 019-653-1421 info@mifuji-morioka.com

予約受付時間/9時~19時 住所/盛岡市上田3-7-26 詳しくはHPをご覧ください

旧穀町・新穀町境界(後編)



新穀町から穀町にかけての道筋には、味噌・醤油の醸造店、米穀商、油屋、質屋、繊維問屋、葉屋、旅館などたくさんのお店が軒を連ねていました。



中でもひと際広い間口(国指定重要文化財)旧中でのれんを下ろしていたのが、南部藩特産の紫根染を一手に扱うなどして財を成した呉服商の「糸屋(糸治)」と筆墨紙類の文具や金物雑貨など萬小間物を扱う「木津屋」でした。糸屋は1782(天明2)年創業、木津屋はさらに古く1638(寛永15)年創業の老舗です。

1835(天保6)年から1861(文久元)年にかけて建てられた糸屋の商家は、かの有名な1884(明治17)年の河南大火の類焼も免れ現存しているのは、これらの防火対策や用具が大いに役立ってきたことには言うまでもありません。糸屋も同様で、この2つの貴重な歴史的建造物を今なお目にすることができるとも両家の高い防災意識があつてこそです。盛岡にとつて誇るべき宝物といっても良いと思います。

子だった七之助は、原敬の書生をした後、渡米してジャーナリストになり、日系人の地位向上や敗戦後の日本に食料を送る「フラ物資」の活動を進める一方、渡米した岩手県人の面倒をみるなど「望郷の国際人」といわれた人です。

木津屋本店のわき道の先を突きあたると、右手には豆腐を食べる母の病気が治ったことに感謝して孝行息子が「豆腐買地蔵尊」を寄進したと伝えられる湯殿山連正寺がありま

源義経には生前、死後を問わず、たくさんの伝承が全国各地に残されている。とりわけ奥州から北に向かつては生存(不死)伝説が一本の線をつないだように点在する。そんな義経には静御前という愛妾がいたが、この静にも義経同様、多くの伝承が残る。その範囲は義経を凌ぐ全国規模だ。各地の「静御前の墓」が今も地元で愛され続けているのはその生涯が深い悲しみに満ちているからだろう。

山口県山口市——生きる希望を失い、剃髪して尼に。諸国を流浪した後に当地でひっそり没した。香川県東かがわ市——母と諸国をお遍路するも、建久元年11月、病死の母を追うように亡くなる。

この世を去った。埼玉県久喜市——文治5年9月15日に亡くなり、高柳寺境内に埋葬され、墓上に杉が植えられた。群馬県前橋市——鎌倉に放免され、京へ向かう途中、この地で病死。「静様なる祠あり。

福島県郡山市——義経が備知識なしに偶然出会った静御前にまつわる話である。仙台の奥、秋保温泉から山形の山寺に抜ける県道62号を車で通過していた時のこと。「静御前の墓」と記された標識があったことに気づいた。すぐに調べるとこの地は清水窪とい

いた。その読みは「しずがくほ」で、かつては「静ヶ久墓」と表記していたらしいことがわかった。「静ヶ」という表記で思

い出すのが、宮古市川井・鈴久名の「鈴ヶ神社」だ。「鈴ヶ」の名は静が詠ったが、あの時悲劇に見舞われたのは日本に住む外国人も同じです。

このデータ管理された社会の中で外国人犠牲者の正確な数がわからないことに驚きを感じました。また、その数が認識されていないのは、その人たちの人生がなかったもののように扱われている気がして悲しみを感ずります。さまざまな縁で日本を、そして東北を好きになってくれた外国人

270プランがセミオーダー 全ての価格が「完成価格」

本体価格や基本坪単価という制度をやめ、お客様が住まうために知りたい工事内容を表示価格に盛り込みました。

「パパとママ、みんな笑顔」で家づくり

SUGAR HOME シュガーホーム

北上店 0120-971-070 盛岡店 0120-418-324 盛岡西店 0120-322-147

信頼と満足

毎日の生活に安心をお届けします

- LPガス・オートガススタンド (LPガス容器充填・オートガススタンド)
- 灯油配達
- 電化製品・灯油及び器具販売
- エコ・テナント賃貸業

東邦スワン株式会社

〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通2-3-10

☎019-651-6771 FAX.019-651-6773

価格もサイズもリアルでフル装備の住宅展示場

まちなか展示場

待望の平屋がご覧いただけます!

最新情報が盛りだくさんのHP! キャンペーンに見学会などのイベント情報も更新中! 岩手の土地情報もチェックできます。まずはwebへ!

シュガーホームがよくわかるホームページはこちら検索

シュガーホーム 検索

健康笑顔を作る「ゆるるのび体操」

若返るペンギン体操

【モニターングA】

横の姿を写真に撮り、腕は体のどの位置にあるか確認してみましょう。

【モニターングB】

もう一度横の姿を写真に撮ってみましょう。背筋が伸びた感覚、腕が体にくっついた感覚を感じます。



※日本コンディショニング協会のメソッドを使用しています。

腕を寄せます。

【ポイント】

首を長く、肩を下げましょう。体がそらないよう、背筋を伸ばします。



岩手の先人 宮沢賢治と「岩手病院」

宮沢賢治と「岩手病院」

宮沢賢治学会 前副代表理事 佐藤 竜一

盛岡市内丸の岩手医科大学一号館玄関傍に、宮沢賢治「岩手病院」の詩碑が...



宮沢賢治「岩手病院」の詩碑

盛岡市保健福祉部 長寿社会課のイベント... 会場へお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

和泉屋 買取のことなら 終活 生前整理 遺品整理 080-1697-8180

サービス付高齢者住宅 ままぼろし桜台 019-667-1977

野を学ぶ本校講座(7回)・地域校講座(9回)と、地域活動など社会参画につながるきっかけを学ぶ特別講座(5回)を受講できます。

Amphis Chor&Coro felice ジョイントコンサート~Wa~ 5/6月(振休) 14時開演(13時半開場)

会場:盛岡市民文化ホール 小ホール (盛岡市盛岡駅西通2丁目9-1) 入場料:一般1,000円(1,500円)、高校生以下500円(1,000円)

岩手県保険医協会歯科部会 ヨイ歯デーテレホン相談 4/18(土) 10時~19時受付(回答は19時以降)

歯に関する相談を電話で受け付けします。歯やお口のどんなお悩みでもお答えしますので、お気軽にお電話ください。

掲載のイベントは発行時点の情報となります。変更となる場合もございますので、最新情報は各事業所へお問合せをお願いいたします。

堀内誠一 絵の世界 4/13(土)~6/2(日) 9時半~18時(入館は17時半まで)

「ぐるんぱのようちえん」、「たろうのおでかけ」など今でも愛される絵本を多く生み出し、絵本作家として活躍した堀内誠一。本展では、油彩画から、絵本の原画や書籍の挿絵、雑誌のカット画、そして晩年に世界の街を描いた風景画まで約200点を、多数の資料と共に紹介し、その画業の全貌をご紹介します。

★ペア3組様にチケットプレゼント!

イベントチケットプレゼントの応募方法... 郵便はがき、または応募フォームから郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、どこでシニアズを見たか、面白かった記事・広告をご記入・ご入力の上、ご応募ください。

大黒屋 DAIKOKUYA 大黒屋 質盛岡大通店 019-645-8118

大切な思い出の品々... 未来のために買取致します 生前整理 019-604-6431

未来をつなぐ創造力 株式会社 渡辺工業所 020-0842

GOOD LUCK! 岩手県内 11店舗 営業中!! 株式会社 公楽 WINS 全店の情報満載 (ホームページ) http://www.nk-group.co.jp/

広告内に『ミック』が隠れています！
みつけてね！



公式キャラクター
ミック

元気をつくる情報紙 シニアズ

Seniors

シニアズホームページ <https://seniorsnet.jp> 検索はこのワード 検索

FM岩手

盛岡市内丸 2-10 / <http://www.fmii.co.jp>

| | | |
|-------------|-------------|------------|
| 盛岡 76.1MHz | 釜淵田 85.9MHz | 大槌 78.4MHz |
| 大船渡 79.7MHz | 岩泉 78.3MHz | 宮古 89.3MHz |
| 野田 77.0MHz | 二戸 82.2MHz | 一関 80.3MHz |
| 釜石 79.2MHz | 遠野 80.7MHz | 山田 82.0MHz |

未来に響け、不來方サウンド



村松 玲子さん(66)
不來方高校非常勤講師
兼部活動指導員

1958年、盛岡市生まれ。東京学芸大学を卒業し、音楽教員として青山養護学校(現盛岡青松支援学校)、岩手県立軽米高等学校を経て、岩手県立不來方高等学校に赴任。音楽部顧問として33年間合唱指導にあたり、全日本合唱コンクール全国大会に28回出場し、金賞22回、文部大臣奨励賞8回を受賞する。県内外や海外でも公演し、現在は岩手県合唱連盟理事長として県内の学校や一般の合唱部を盛り上げるため邁進する

どんなときでもピンチはチャンス

透き通った歌声が印象的な「岩手県立不來方高等学校音楽部」。長年、合唱指導してきた村松玲子さんは「険しい道を選びなさい」、「ピンチはチャンス」と生徒に教えながら共に夢に向かって走り続けてきました。

村松さんと合唱の出会い。小学校3年生のとき。両親の勧めで地元合唱団に所属したのが始まりでした。学校の合唱部にも入部し、高校では部長も務め、いつか全国大会の指揮台に立ちたいという夢を抱きます。そのため東京の大学に進学し音楽の教員免許を取得。赴任先の軽米高等学校で念願の音楽部顧問に就任します。「部員が2人しかいないので、なんとか人を集めて4年後には東北支部大会に出場できました」と次の大会に向けて意気込む矢先、不來方高校への転勤の話が舞い込みます。「生徒に話す」と「先生はいつまでもここにいない、私たちが」

と一歩で全国大会を逃してしまいがち。後悔は毎日練習に来るようになってから。合唱は一人ではできません。いろんな声が集まり、一人一人が歌いたい、表現したいと思つて歌つてこそ素晴らしいサウンドになります」と村松さん。不來方高校に赴任して2年後、切磋琢磨して築いた不來方サウンドは大会会場を圧倒させ、全日本合唱コンクール全国大会出場が決定。16年前に抱いた「全国大会の指揮台に立ちたい」という夢を叶えることができました。

不來方サウンドは愛のサウンド

不來方高校を合唱コンクール全国大会の常連校にまで成長させた村松さん。「心が変わらなければ歌声も変わらぬ」と信じて指導しており、その信念を強く感じさせられたのが東日本大震災だったと言います。「登校できるような環境、生徒からの第一声が被災地

に歌に行きたいという声でした。そこで父母会や卒業生、地域の協力で支援物資を届けながら被災地向かうことになりました。しかし、被災地の現状を目の当たりにしてショックを受けたそう。「生徒たちから本当に避難所で歌つてもいいのかわからない」と言ってきました。けれど、励ますために来たのだからと、避妊所に向かいました。「到着し避難所に入るといふか、馴染みのある歌から子ども向けの歌を歌い、だんだんと空気が溶けていくのを感じたそう。「その光景を見て、歌声には魂を突き動かす力があると実感しました。その体験を機に歌の力、指導の考え方が変わった村松さん。公演後、感謝を伝える一通のハガキが避難所から届き、今でも大切に保管している」と。

令和7年4月に統合された新しい学校になる不來方高校。そのことをお聞きする村松さん。「音楽部がなくなるわけでもないで落ち込んでいません。ピンチだと思わずチャンスだと思つて新しい学校の仲間と一緒に新しいサウンドを作つてほしいです」と笑顔で答えてくれました。村松さんが作り上げた愛の不來方サウンドは形が変わっても未来に響き続けていくでしょう。

勧誘トークを知って身を守ろう

ある60代男性の事例では、隣家の新築工事をしている業者だと名乗る人物が「工事の音がうるさくないか」と訪ねてきました。その際「屋根が剥がれているからついでに直してあげると言われ点検したところ「雨漏りの心配があるのですね」と修理した方が「いい」と勧められました。その時は断りましたが、隣家で工事をしている業者に尋ねたところ、全く関わりのない業者だったと分かりました。

このように、点検商法には典型的な勧誘トークがあります。まず「近所で行う工事の挨拶に来た」、「ドローン撮影をしていたら屋根が傷んでいるのが見え

令和6年4月1日スタート

相続登記の申請が義務化されます

詳しくは、[こちら](#)



盛岡地方法務局
TEL.019-624-9852

かに祭り

10種のかに料理が全部食べ放題!

ステーキ&テーブルで出来立て陶板焼き

20種類のフルーツ&デザートbuffetも食べ放題フェア

かに盛り かにサラダ かに釜飯 かに汁 かに握り寿司
かにクリームコロッケ かにの茶碗蒸し かにグラタン かに海鮮鍋 かに玉

平日 1泊2食付(大人) お1人様(消費税込)

和室1室 2名様利用 **15,000円**~
和室1室 3名様利用 **14,000円**~
和室1室 4名様利用 **13,000円**~

プランの詳細・ご予約はこちら

パンケットリニューアル記念

リニューアル会場限定で会場使用料55,000円OFF
さらに衣裳の割引も!

申込期間 3/1(金)~6/30(日) 開催期間 5/1(水)~9/30(月)

パンケット使用料55,000円OFF(税込)
ご衣裳おふたり合わせて3点着用で
衣裳代最大50%OFF
※既に着式・披露宴をお申し込みの方は対象外となります。

おまつり広場

ホテル紅葉館 1階ロビー

開演時間 20:30~(郷土芸能他)※休演日あり
※都合により公演内容の変更又は休演する場合がございます。

客室リニューアル さらに快適な空間へ

佳松園・ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館

2022年~2024年 190室全面リニューアル