

2024.5月号 無料配布
 【月刊248号】次号/5月26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 ダビンチビル
 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 検索

あったかいごグループ
 齊藤会長の今月の一言
 「金と権力を握ると人は変わる。謙虚に驕らずさらに努力を。」
 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

釣竿×浄法寺漆の初めの試みに挑戦
 盛岡近郊の漆工作家の作品が並ぶ「漆屋」。お客さまと会話をしながらお椀に漆を塗っているのは「エキキチ力の漆市」代表の稲垣元洋さん。釣竿に浄法寺漆を塗装した漆塗フライロッドで「グッドデザイン賞2018」を受賞するなど、漆の可能性に挑む漆工作家です。

稲垣元洋さん(54)は、学生時代から続いていた原因不明の腹痛が悪化してしまいました。「体調が悪化したことで仕事を続けられなくなり、大船渡市で休むことになりましたが、体調に波があっても自営業なら仕事ができるかもしれないと、会社を作って釣竿の組み立てやオーダーメイドの仕事を始めました。」

その後、学生時代から続いていた原因不明の腹痛が悪化してしまいました。「体調が悪化したことで仕事を続けられなくなり、大船渡市で休むことになりましたが、体調に波があっても自営業なら仕事ができるかもしれないと、会社を作って釣竿の組み立てやオーダーメイドの仕事を始めました。」

「漆は産地によって特性が違います。塗りやすく乾きやすい加工が施された中国産の漆を試すと、簡単に塗装できましたが、私が塗りたいのは浄法寺漆。品質は最高ですがサラサラとして乾きも遅く、扱いが難しい漆です。それを直径14ミリの釣竿の先端に塗るのはものすごく難しかったです。カーボン素材の釣竿と浄法寺漆の掛け合わせは、誰も試したことがない未知の領域で、何度やってもうまくいかなかった、諦めようと思いましたが」と振り返ります。

しかし、その後5年かけて苦勞の末に完成した稲垣さんの漆塗フライロッドは「グッドデザイン賞2018」を受賞。今年2月には「東京インターナショナルギフトショー」にも出展しました。「緑が丘周辺には多くの作

漆で広がった人生

稲垣元洋さん(54)

1969年、神奈川県厚木市生まれ。アルバイトをしながら青山学院大学・夜間部に通信教員免許を取得。卒業後は学習塾に就職。友人に誘われ25歳で北上市に移住し教員に。26歳で釣具製作「Aonswate」設立。八幡平市漆工技術研究センターで研修し41歳で漆器職人に。昨年6月アネックスカフトクに「漆屋」をオープン。岩手漆工研究会副会長

家さんが住んでいるので、常設の紹介ができるいい場所になると思いましたが」と稲垣さん。器だけでなくアクセサリーなど、高い技術と新しい感性が融合した作品は、評判も上々。「盛岡近郊には技術の高い漆工作家がたくさんいるので、いずれは『南部塗師』とか『盛岡塗師』のような旗印を作り、若手の作家仲間と一緒に漆の町・盛岡を盛り上げていきたい。そのために、漆の魅力をもっと知ってもらえるよう活動していきたい」と話します。

人生の大半を持病に苦しめられてきたという稲垣さん。しかし、この持病がなければ仕事を辞めることもなく、漆と出会うこともなかったらどうしようか。「食欲がない時も、漆器で食べると思えば箸が進みました。入院中も、退院して漆を塗ることを励みに過ごしました。漆のおかげで気持ちも元気でいられたのかもかもしれません」と稲垣さん。昨年ようやく持病の正体が国指定難病の「クローン病」と分かり、専門的な治療を開始しました。「持病が漆と巡り合わせてくれたようなもので、病気も売りにして『難病の漆塗り』としてやっています」と力強く話す稲垣さんは今日も漆に向かいます。

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**
 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

大森ふじおのシニアナビ

岩手と台湾、新たな交流

台湾地震にビックリ。地倒させられ、宇宙に持って震のほんの数日前に、台湾から帰国したばかりだったので驚きました。滞在中、県人3人を案内してくれた台北の人は、みな無事だったので一安心。岩手とゆかりの深い台湾とは、今後も市民レベルでの交流を進めたいと改めて思いました。

さて初めての台湾。3時間ほどのフライトで、台北の空港に到着しました。絶品の美術工芸品を有する世界屈指の故宮博物院、岩手医大の発展に寄与した三田定則が総長を務めた台北帝国大学(現台湾大学)などの歴史的建造物を見学。台湾料理店などが並び活気あふれる夜市、ださひ。岩手を舞台にしたびっしり軒を連ねるノスタルジックな間屋街などに圧倒された。手に行きたいですと流暢な日本語で話していました。岩手と台湾の新たな交流が深まりそうです。

盛岡生活文化研究室 大森ふじお

盛岡日産モーターへ



新型NOTEを見に行こう!

盛岡日産モーター 盛岡北店

車のお悩み、ご相談ください!

Tel.019-641-5321

岩手県盛岡市上堂四丁目1-12

盛岡日産モーター 本社仙北店

中古車に強い店舗です!

Tel.019-681-6623

岩手県盛岡市南仙北二丁目24-5

盛岡日産モーター 本店

親切丁寧に対応いたします!

Tel.019-611-1123

岩手県紫波郡矢巾町高田第14地割6-2

阿部陽子の

ほくほくトレッキング

第55回 見晴山 930m

兜明神岳の西に、標高 930mの小ピークがある。区

とため息をつく。

春番で咲くスミシは、30種ともそれ以上ともされる。名前を覚えきれないの

花と展望の隠れスポット

5月〜6月に群生するアスマギクも見事だ。花言葉が「また会う日まで」とか



兜明神が見晴山に語りかけている。「雪が消えた。さあ山野よ、カラフルに染まれ輝け！」見晴らしのきく平坦な尾根を歩く

ね。今回は、撮影した写真の確認方法「アルバム」について

「アルバム」で写真を見よう

シニアに向けてのスマホ講座②③

クが並ぶ最初の画面を。スクロールして見よう。その中に

岩手の先人 ことば話 第31回

「岩手博物界の太陽」 鳥羽源蔵

宮沢賢治学会 前副代表理事 佐藤 竜一



鳥羽源蔵に関して展示している陸前高田市立博物館

陸前高田市出身の博物学者として知られている鳥羽源蔵は1872(明治5)年

から学問を続け、植物分類学を牧野富太郎に学んだほ

宮沢賢治は源蔵の学問の深さに尊敬を覚えていて、

「アルバム」や「写真」アプリと示されているアプリ

「ストレイジ」容量がいっぱいなんです」という文言が

岩山で 出会いのランチ婚

5/12(日) 11:00 受付 11:30 スタート

【対象年齢】50~63歳
【場所】喫茶GEN・KI(ゲンキ)
【参加費】男性5,000円・女性2,500円

お申込先 一般社団法人 アイナス 会員募集中
konkatsu.ainas@gmail.com 019-613-4935

スマホに関する質問募集中!

一般社団法人 トナリノ

「一般社団法人トナリノ」は陸前高田市に拠点がある団体で、県内各地でスマホや、パソコンの講座をしております。今回はこのシニアのなかでスマホ講座を展開させていただきます。

デジタル活用支援員 安城 亜美

お茶会、着物女子会、成人式...

| 通常料金プラン | 成人式料金プラン |
|------------|------------|
| 着付け ¥7,700 | 着付け ¥9,900 |
| セット ¥4,400 | セット ¥4,950 |
| メイク ¥3,600 | メイク ¥4,400 |

一緒に働く美容師さん、募集中!

山田美容院 019-654-0007

未来をつなぐ創造力

株式会社 渡辺工業所

TEL.019-638-8951 FAX.019-638-8953

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

50代に入り、定年退職が近づいてくると、ついのおみかはどうしよう、退職金をどのように運用すればよいかなど考えている方も多いのではないのでしょうか。



今回は、60代以降のライフイベントについて解説したいと思います。ライフイベントという代表的なものに結婚や住居購入などがありますが、50・60代の皆さまはリタイア後の暮らしをイメージすることが大切です。

60代以降のライフイベント



賢くお金を育てよう - マネ育のすすめ -

50代に入り、定年退職が近づいてくると、ついのおみかはどうしよう、退職金をどのように運用すればよいかなど考えている方も多いのではないのでしょうか。今回は、60代以降のライフイベントについて解説したいと思います。ライフイベントという代表的なものに結婚や住居購入などがありますが、50・60代の皆さまはリタイア後の暮らしをイメージすることが大切です。時間ができたら夫婦で海外旅行がしたい、冬の雪かきが辛くなってきたから市内中心部のマンションに移住したい、反対に戸建て住宅の庭で家庭菜園を楽してみたいなどあるかと思えます。ほかにも、子どもの結婚費用を出してあげたい、孫が生まれたらランドセルを買ってあげたいなど自分だけでなく家族のライフイベントが関わってくることもあります。そして、最近よく聞くようになった「リスキング」といわれる学び直しもしてみたいなど、自分自身への投資も考えているという方も増えています。しかし、それを楽しめるのも健康があるからこそ。自分の健康のこれから考えなくてはなりません。介護費用の平均は500万円を超えるといわれていますが、要介護になる原因は、脳卒中や転倒による骨折など日常生活と関連が深いものが約3割とのこと。そうならないためにも40代、50代から健康や予防にも力を入れましょう。運動やボランティアなどの社会活動をする中で心身を健康に保ち、介護状態一步手前のフレイル予防ができるといわれています。定年後も働くことも視野に入れ、今後のライフイベントを見据え資金計画を立てていきましょう。日本FP協会 岩手支部 昆 浩司

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29回】春菊と豚バラ肉の炒め物

遊食屋Fuji Next 藤原 和広さん



独特な香りが特徴の春菊。ペリルアルデヒドという香り成分で、免疫力を高めたり、胃腸の調子を整える効果があります。クセがあり苦手な方もいるかもしれませんが、そんな春菊をおいしく食べられるレシピをご紹介します。

材料(2~3人分)

ニンジン 60g、ブロッコリー 1/4株、エリンギ 大1本、シイタケ 4個、タマネギ 1/2個、春菊 1/2束、豚バラ肉 100g、水 40cc、オリーブ油 大さじ1/2、ごま油 大さじ1、こしょう 少々、和風だしの素 小さじ2、しょうゆ 少々、白ごま 少々、万能ねぎ 少々

1人分約241kcal

香り成分で免疫力アップ

独特な香りが特徴の春菊。ペリルアルデヒドという香り成分で、免疫力を高めたり、胃腸の調子を整える効果があります。クセがあり苦手な方もいるかもしれませんが、そんな春菊をおいしく食べられるレシピをご紹介します。

- 1 ニンジンとエリンギは縦に4等分し乱切りにする。ブロッコリーは房と茎に切り分ける。春菊、豚バラ肉は3cm幅に切る。
- 2 タマネギはくし切り、一口大に切る。春菊、豚バラ肉は3cm幅に切る。
- 3 ニンジン、ブロッコリーは水をかけ、ラップをして電子レンジ600Wで1分加熱する。
- 4 フライパンにオリーブ油を引き、豚バラ肉を炒め、こしょうで味付けをする。
- 5 ④にニンジン、タマネギ、シイタケ、エリンギを入れ、水40ccを加えて1分間蒸し焼きにする。

に切り分け、房は乱切り、茎は皮をむいて小さめの乱切りにする。

岩手県内どこでも出張買取
昔の物、古い物いろいろ買います!

買取のことなら **和泉屋**

終活 生前整理 遺品整理

080-1697-8180

サービス付高齢者住宅 **ゆまぼうし桜台**

【農業を柱に運営しております】隣接する農地で自分の好きなお花・野菜を育てて買えます

電話: 019-667-1977

今年も華やかに開園



ホテル森の風鶯宿が誇る本格的ガーデン「森の風」フラワー&ガーデン森の風。広大な園内は木々の緑と川のせせらぎがやすらぎを

今年も華やかに開園。ホテル森の風鶯宿が誇る本格的ガーデン「森の風」フラワー&ガーデン森の風。広大な園内は木々の緑と川のせせらぎがやすらぎを

真を撮っていく人も多いいいます。そんな華やか満点のフラワー&ガーデン森の風ではフルール倶楽部会員を募集しており、200円で入会可能。会員になると800円の入園料がいつでも半額の400円になり、季節を通してさまざまな庭園を満喫することができます。

フラワー&ガーデン森の風 **GRAND OPEN**

2024.4/27 sat

5~6月は 芝桜、ネモフィラ、ピオラなどが咲き誇ります

お泊り 入園無料!

TEL.0120-123-389

ASK x HOUSING

毎週週末は 見学会 開催

0120-83-3737

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

分譲地も販売中

46坪 990万円

0120-0051



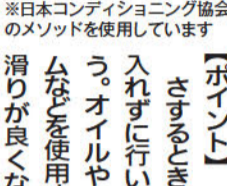
みなさんは脳神経内科を
ご存じですか。脳神経内科
がどんな病気を診療してい
るのか、どんな研究を行っ
ているのか、ピンとこない
という話を多くの方から
伺います。高齢者の方の病
気としてよく知られ、なじ
みのある病気の診療を担当
しているのですが、意外と
知られていないのではない
かと自身感じています。
もっとよく知っていただ
くために今回から全6回シ
リーズで私たち脳神経内科
医のお仕事について紹介し
たいと思います。



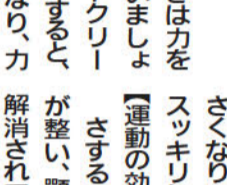
長かったマスク生活も終
わり、マスクを外したら顔
のしわやたるみが気にな
る。そんな声が聞かされて
きた。今回は顎下のたるみ
を改善するエクササイズを
紹介します。顔の半分ずつ
行い、効果を確かしてみ
ましょう。



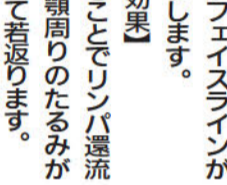
【モニターング①】
鏡で顎周りを確認し、気
になるところがあれば覚え
ておきましょう。正面から
顔の写真を撮ってみるのも
OK。半分行った後にもう
一度写真を撮ると変化がわ
かりやすいです。



【モニターング②】
1人さし指を鍵のように
折ります。
2顎の先から耳の下に向
かよりにさすりします。



【ポイント】
さするときは力を
入れずに行いませよ
う。オイルやクリ
ムなどを使用すると
滑りが良くなり、力



【運動の効果】
さすることでリンパ還流
が整い、顎周りのたるみが
解消されて若返ります。

顎下のたるみ改善

健康笑顔を作る「ゆるのび体操」

人体の加齢に伴う機能的
な変化は、ある程度の年齢
までは「成長」と呼ばれます。
しかし、それが過ぎると「老
化」といわれるようになり
ます。いわゆるこの「老化」
は脳や神経、血管、内臓、筋
骨格系にも現れるため、病
気の発生やその治療にも影
響を及ぼすこととなります。

鏡で顎周りを確認し、気
になるところがあれば覚え
ておきましょう。正面から
顔の写真を撮ってみるのも
OK。半分行った後にもう
一度写真を撮ると変化がわ
かりやすいです。

【やり方】
1人さし指を鍵のように
折ります。
2顎の先から耳の下に向
かよりにさすりします。

【ポイント】
さするときは力を
入れずに行いませよ
う。オイルやクリ
ムなどを使用すると
滑りが良くなり、力

【運動の効果】
さすることでリンパ還流
が整い、顎周りのたるみが
解消されて若返ります。



盛岡市公式
「かんたん体操」監修・出演
中田ゆきえ先生

1. 脳神経内科とは

脳神経内科は超高齢化に伴
って患者数は増加の一
途を辿っており、早
めの専門医への相談
が呼びかけられてい
ます。
日本では世界的にも
トップクラスの長寿
国家です。ですが超
高齢化社会が医療に
もたらす影響はとて
も大きく、成人を対
象とする多くの診療
科がすでに高齢者を
対象として診療を
行っています。年齢
では65歳以上の方が
高齢者に該当します
が、より高齢化率の
高い岩手県ではその
状況が顕著に認めら
れています。日本も
国策として、難病法
法、認知症基本法など病
気

【作り方1】
くるくる巻こう！
【立体の花の作り方】
作り方①をしたら、
紙の先を直角に折る
折ったまま巻きつけ、
数回同じように繰り返す
完成形

【作り方2】
巻いて折って
繰り返す！
【完成形】
紙の色や幅を変えたり、
平面から立体と幅広く作れ
るペーパーリング。ぜ
ひ挑戦してみてください。
平金商店バステル館
盛岡市着町8-18
(着町アーケード南側)
☎019(652)2881

感謝の気持ちに彩りを



平金商店
藤原店長

涙型、リーフ型な
どにして組み合わせ
せるという様な作
品が作れます。フ
ラワーワイヤーを
芯にして花瓶にさ
せば立体的なペーパー
フラワーとしても楽し
めます。

転ばぬ先の夏バテ予防

今は胃腸を整えて

胃腸を整えて
胃腸を整えて
胃腸を整えて

胃腸を整えて
胃腸を整えて
胃腸を整えて

胃腸を整えて
胃腸を整えて
胃腸を整えて

胃腸を整えて
胃腸を整えて
胃腸を整えて

胃腸を整えて
胃腸を整えて
胃腸を整えて

胃腸を整えて
胃腸を整えて
胃腸を整えて

胃腸を整えて
胃腸を整えて
胃腸を整えて

アミノ酸の医薬品
滋養強壮 **コンクレパン**
こんな時にオススメ！
◆色んな病気で体力が衰えているとき
◆発熱で体力が消耗しているとき
◆肉体的疲労のとき ◆胃腸障害や栄養障害
◆妊娠中・授乳期などの栄養補給
有限会社 **宮手薬店** TEL.019-622-2623
盛岡市本町通1-17-26

人気の **三段折弁当** シリーズ
発売3年
25万食を超える
ヒットシリーズ
水月 3,500円
- すいげつ - 8%税込 3,780円
岩手山 2,000円
- いわてさん - 8%税込 2,160円
松風 3,000円
- まつかぜ - 8%税込 3,240円
当店は五つ星お米マイスターが精米した
盛岡産 特A米 銀河のしずくを使用しております。

4/28(日)~5/6(月)まで
桜スイーツ 期間限定
桜あんがたっぷり！
フルーツコト
¥480(税込¥518)
フルーツの
オムレット
¥360(税込¥388)
桜モンブラン
¥450(税込¥486)
桜の
オムレット
¥370(税込¥399)
中に苺の
クリーム入り

旧三戸町境界



JR上盛岡駅を起点とらに市道の本町・上田線と交差して中央通に至る。現本町通三丁目の沿道は、1964(昭和38)年の住居表示法が施行されるまで、「三戸町」と呼ばれていました。

この境界は城下盛岡が造成された最初の町人町で、南部26代信直公から盛岡城造営事業を引き継いだ27代利直公が、1617(元和3)年、それまで南部の居城であった三戸城下(現青森県三戸町)から町人移設されています。



現在、櫻山神社鳥居脇の「鶴が池」畔にある鐘楼は元々「三戸町の時鐘」といわれ、赤川の土手(現中央郵便局裏手)にあって、城下に時刻を知らせていたもの。明治維新後、現在地に

三戸町は市日も最初に公認されるなど河北地区でも有数の繁華街だったので、現在、この境界を歩いてもその面影を探することは困難です。町の名称が変わるころに町並みも一変してしまつたからです。

カトリック四ツ家教会の交差点から三戸町の道路と交差(現3丁目交差点)して岩手医大本町キャンパス(元三戸町分院)前を通り、山田線を超えて岩手大学方面に抜ける都市計画道路「本町・上田線」が開通する一方、3丁目交差点から中央通までの区間に歩道を新設するために両側の建物がセットバックを迫られ、町家の風情を残す商店や格子窓の民家が軒角も並ぶ光景もすっかり姿を消してしまつています。1970(昭和45)年、最初の岩手国体開催の

3丁目交差点から北側の道路は、幸か不幸か幅員計画から外れたため、佐々木米穀店や武蔵置店など現存する貴重な店の姿が見られます。

三戸町時代の風景は消えつつありますが、町内会や子ども会の呼称に「三戸町」が今も使われているのは嬉しいことです。

掲載されるころには、大賞受賞作が発表されているはずの「2024本屋大賞」。今年も力作ぞろいの10作品がノミネートされていますが、私の予想では大賞に輝くのはスバリこの「成瀬は天下を取りにい

く」。宝くじの当選経験がまだまだなく、直木賞の予想にも「ごくごく」振られてかららしい。東北史は近年どんどん見直されているのである。

だが、今なお生き続ける「田村麻呂超英雄伝説」は多い。見直すことが難しい、あるいはすでに価値観として土地に根付いているものがある。それが田村麻呂が創建縁起に関係する東北の神社仏閣の類いだ。それらは、まるで陣取りゲームの占領地を示しているかのよう

に見える。征服軍側からすれば、これだけ鬼を服従させたという歓喜の証しであり、先住民からすれば蹂躪、略奪された悲しみの証しとも読み取れる。私たちに課せられているのは、ただ漫然と神社仏閣を訪ねるのではなく、その背景をあれこれ想像しながら巡ることかもしれない。

超英雄伝説

田村麻呂を信じていいのか



文 高橋政彦

「超英雄」「スーパーヒーロー」とされてきたのだが、それを本当に信じていいのだろうか。勝者側の押し付け、刷り込みを鵜呑みにしてきただけではないか。それらは脅迫、洗脳と言いつてもいい。

そもそも田村麻呂は「蝦夷征伐」と称し、先住者の権利を踏みにじった武闘派

取っていったが、むしろ本当の悪鬼とは朝廷側であり、その悪鬼の親玉が田村麻呂だったと私は考える。

その理不尽な勢力と戦った蝦夷側のリーダーにアテた美談めいたものも勝者側のルイヤモレがある。戦闘し

たつた5%しか変わらないといわれる。私に先住していた民の血が混じっているかはわからないが、今もアテルイらと同じ土地に暮らす民の未裔の一人と思えば、皮膚感覚で、すべてに胡散臭さのようなものを感じざるを得ないのである。

さて、そんな中、捉え方を考え直す再検証が行われている。

田村麻呂がルーツにある、あの「青森ねぶた祭」にも変化が見られた。かつての「ねぶた祭」最高賞「田村麻呂賞」が今は廃止されているという。田村麻呂に征服者と捉えられるようになった

「成瀬は天下を取りにい

「成瀬は天下を取りにい

「成瀬は天下を取りにい

「成瀬は天下を取りにい

「成瀬は天下を取りにい

「成瀬は天下を取りにい

「成瀬は天下を取りにい

「成瀬は天下を取りにい

シニアズブックカフェ さわや書店 栗澤順一

最強主人公が奔走する

舞台である滋賀県大津市のローカルなネタを随所に織り込みながら、成瀬の青春が小気味よく描かれており、読後に爽快感を残してくれ

舞臺である滋賀県大津市のローカルなネタを随所に織り込みながら、成瀬の青春が小気味よく描かれており、読後に爽快感を残してくれ

舞臺である滋賀県大津市のローカルなネタを随所に織り込みながら、成瀬の青春が小気味よく描かれており、読後に爽快感を残してくれ

舞臺である滋賀県大津市のローカルなネタを随所に織り込みながら、成瀬の青春が小気味よく描かれており、読後に爽快感を残してくれ

舞臺である滋賀県大津市のローカルなネタを随所に織り込みながら、成瀬の青春が小気味よく描かれており、読後に爽快感を残してくれ

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

成瀬は天下を取りにい

宮島未奈

著:宮島未奈 新潮社刊 1,705円(税込)

あなたの身近に、「シリウスグループ」

私たちは、マイホームを取得することがゴールではなく、建てた後に家族で楽しく暮らすことが大切で、家はその思い出の舞台になってほしいと考えております。「シュガーホーム」はシリウスグループが運営するオリジナルブランドです。岩手県の気候に合わせた仕様を考え、岩手県にあった価格帯で、地元ならではの情報を提案してまいります。

私たち「シュガーホーム」はお客様の思い出作りのパートナーでありたいと願っています。

「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

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!



高千穂ひづるの巻

文 山田 裕幸

松竹映画は、松本清張の推理小説を何本も映画化し、しかも名作揃いで、私などいつも感激しながら観てきたのですが、中でも高千穂の峰を羽を広げた鶴が悠々と空を舞う姿が若名にされた「高千穂ひづる」の演技力を高評価したい『ゼロの焦点』(松竹)でのミスティアスな過去をもつ中年女性の役は演技賞もいただいたと思います。有馬稲子、久我美子といった名女優が能登の岬で優れた演技の火花を散らす様を撮り抜いた野村芳太

今年、年初に発生した大きな被害をもたらした能登半島での地震災害が連日報道されてきましたが、日本列島から離れているわけではないのに、なぜかこの半島は孤高と申しましようか、日本海に面してひっそりとたたずむ地域を象徴するかのようないイメージで他を寄せ付けられないものがあり、断崖絶壁に打ち寄せる荒波の音がそこを訪れる人の心を寒々としたものにさせるようなところがあります。以前東京で『ゼロの焦点』(永統経営開発研究所

金ケ崎町 金ケ崎町 おすすめ 金ケ崎町 金ケ崎町 おすすめ



駒ヶ岳山麓にある千貫石森林公園。豊かな水をたたえる堤と林間歩道、キャンプ場やバンガローもあり、四季折々の美しい景色や自然と親しむことができるアウトドアスポットです。広い公園内には「もりの学び舎」があり、ぬくもりのある木のおもちゃで遊ぶことができます。木の大切さを学ぶことができ、自然を活かした遊びや山の素材を活用したクラフト体験もできます。

- お子さんやお孫さんと一緒に里山の自然を感じる時間を楽しんでみてはいかがでしょうか。
- 岩手県胆沢郡金ケ崎町西根後千貫石
- 【キャンプ場】閉鎖期間12月1日～3月31日 0197-44-3682(指定管理者:有限会社 小沢興業)
- 【もりの学び舎】開館時間:9時～16時 休館日:月曜(祝日の場合は翌日)、12月1日～3月31日 0197-43-2002(もりの学び舎)



各種イベント 金ケ崎町 各種イベント

もりおか西太極拳サークル 太極拳無料体験 5/7(火)・14(火)・28(火) 各回13時半～15時

ゴールデンウィーク スペシャルイベント よみがえった古代のボードゲーム かりうちで遊んでみよう! 5/4(土)～6(月) 10時半～11時15分、14時～14時45分

館長講座2024 作り手の視点 5/25(土)・8/24(土)・11/9(土)・2025年2/22(土) 各回14時～15時半(13時半開場)

彫刻家でもある薬谷収館長が、専門の彫刻を中心に「作り手の視点」で語る美術講座。岩手の彫刻界の現状や彫刻の新たな可能性などをテーマとして、全4回シリーズでお話しします。

第1回 5月25日(土)「彫刻・新しい表現を求めて」新しい彫刻表現に焦点を当て、実技を交えながら紹介します。 第2回 8月24日(土)「盛岡彫刻シンポジウム50周年から」盛岡彫刻シンポジウムが50周年を迎えるにあたり、その歴史を振り返ります。

定員:各回100名(先着順) 問合せ:☎019-658-1711(岩手県立美術館)

没後五十年 池田龍甫展 6/2(日)まで開催 9時～17時(入館は16時半まで)

日本画家・池田龍甫(1885～1974)は、大正から昭和にかけて優雅な女性や花鳥図などを描き活躍したほか、盛岡短期大学美術工芸科教授などをつとめ後進の指導に尽力しました。盛岡市先人記念館収蔵の作品のほか、下絵やスケッチブックなどの遺品も展示します。

すきまの時間 -おとなのためのおはなし会- 5/11(土)・6/1(土) 各回14時～14時40分

おはなしボランティア「おはなしポット」による、詩やエッセイ、文芸作品の朗読や、おはなしの

語りなどを行います。 会場:盛岡市中央公民館 第2講義室 (盛岡市愛宕町14-1)

料金:無料 対象:おむね中学生以上の方 申込:不要 問合せ:☎019-654-5366(盛岡市中央公民館 図書室)

清衡の平泉 -伊豆山神社の紺紙金銀字交書経- 8/25(日)まで開催中 9時～17時(入館は16時半まで)

中尊寺金色堂建立900年を記念し、藤原清衡が奉納した紺紙金銀字交書一切経のうちの「佛説無所帰経」を完全公開します。紺紙に金字と銀字で行ごとに交互に書写された金銀字交書経は中尊寺経とも呼ばれ、美術的にも優れ、また奥州藤原氏の莫大な富を象徴するものです。およそ400年ぶりの里帰り展示をご覧いただければと思います。



写真からも仲の良さが伝わる武田さんと谷藤社長。そんな武田さんの人柄を表すエピソードが、谷藤社長が商談でお店を利用する

盛岡市の841ビルに、眺望抜群の喫茶店があることをご存知でしょうか。ゆったりと流れる北上川を見下ろせる「カフェテラス841」は、40年前にビルが建った当時から変わらぬ姿で営業を続けています。

お店を切り盛りするのは武田満利子さん。実はスタッフに応募した当時、募集対象年齢を過ぎていたとか。しかし「憧れのお店で働きたい」という熱意が伝わったのが、多くの応募者の中から採用に。以来20年間お店を守り続けてきました。

お店は橋市が経営しているため、休憩やランチ、時には商談のために社員が訪れます。谷藤大樹社長もそんなお一人。小さな頃から祖父に連れられてきたという谷藤社長は「カフェテラス」に座ってサイフォンを眺めながらクリームソーダを飲んだのがすごく良い思い出です。

レアウトは当時のまま、メニューもほぼ変わっていません。武田さんも人柄が良く話しやすい。ここはほっと一息つける場所です。そんな武田さんの人柄を表すエピソードが、谷藤社長が商談でお店を利用する

と、そのたびに違った飲み物が出てくるそう。「疲れを癒している」とトマトジュース。おやつ時間はアイスクリーム。コーヒークップにコーラが入っていると驚いたことも。武田さんは何も言わなくてもこちらを気遣ってくれる母のような存在です。



今もメニューにある谷藤社長思い出のクリームソーダ

岩手県内 11店舗 営業中!!

GOOD LUCK!

株式会社 公 楽

住所:〒020-0125 岩手県盛岡市上堂四丁目1-20
TEL:019-645-8118 FAX:019-645-2500

WINS全店の情報満載 (ホームページ) http://www.nk-group.co.jp/

- ウインズ本宮
- ウインズ松園
- ウインズ紫波
- ウインズ奥州
- ウインズ一関
- ウインズ三関
- ウインズ宮古
- ウインズ盛岡ライト館
- ウインズ北上ライト館
- ウインズ奥州ライト館
- ウインズ一関ライト館

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 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 |
| 金石 79.2MHz | 遠野 80.7MHz | 山田 82.0MHz |

衰え知らずの好奇心

創造ライオンクリエイター 佐藤邦彦さん(77)



1946年、一関市生まれ。高校卒業後、山形大学工学部機械科へ進学し、横浜の自動車会社に就職。28歳のときに帰郷し県内の工業高校機械科の教員として38年勤める。タミヤ主催の「人形改造コンテスト」のほか数々のコンテストでプラモデル作品を出品し、模型雑誌での連載も18年間続けている。座右の銘は「継続は力なり」

小さな世界にかけける情熱

約5cmの兵士人形を自由に变身させた改造作品を発表するプラモデルメーカー「タミヤ主催の「人形改造コンテスト」」。53年前の第一回目から参加している佐藤邦彦さんは高い技術と表現力が評価され、2年連続金賞を受賞しました。

「父が戦闘機乗りだったから昔から飛行機や機械が大好きでね」と話す佐藤さん。バレーボール選手でもあった父親が各地の大会に行くたびに買ってくるソリッドモデル(木製の模型)を作るのが楽しみで夢中で作っていたと振り返ります。そして世の中でプラモデルが流行し始め、高校生になると佐藤さんも作り始めます。「誰が作っても同じだと思っていたのですが段取りを考えた改造と塗装によりオリジナリティを出せることに気づきました。面白くなってきたので、一気にのめり込みました」と持ち前の器用さと

自由な発想力で個性溢れるプラモデルを作るようになります。

その後、大学に進学し横浜の自動車会社へ就職。機械の知識と経験が広がったことで好奇心が増し、プラモデル作りへの情熱もさらに加速したといいます。「給料で好きに買えるようになったので、東京中の模型店を見て回っていました。そしてある日、模型店で買ったプラモデルの本で人形改造コンテストの開催を知ります。「自分の実力を高めるために参加を決めました。ちょうど作りかけの人形があったので、コンテストに向けて作品づくりを始めました」と2体のパイロットの人形を出品。道真や服のシワなど細かく再現し、表情も緻密に作り上げた自信作でしたが結果は銀賞でした。しかし他の作品もレベルが高く、思い思いの世界観を作り出しているものばかり。それを見た佐藤さんは人形改造の魅力を知り、人形制作にも力を入

自分も見るとも楽しい作品を

仕事に追われながらも人形作りにも励む佐藤さん。28歳のとき、両親からの頼みで帰郷することになり工業高校の機械科の教員になることに。当時はほとんどの生徒がプラモデルを作っていて、模型好きな先生として親しまれました。教員の仕事しながら、毎年欠かさず人形改造コンテストにも出品。しかしなかなか金賞には届きませんでした。「賞を取れない年もありましたが見た人にこんなよかったですねと言われると嬉しくなりました」と2体のパイロットの人形を出品。道真や服のシワなど細かく再現し、表情も緻密に作り上げた自信作でしたが結果は銀賞でした。しかし他の作品もレベルが高く、思い思いの世界観を作り出しているものばかり。それを見た佐藤さんは人形改造の魅力を知り、人形制作にも力を入

れていくようになります。こだわらだと話します。「毎年、話題性が高いものは人と被るので様子を伺うのですが、去年は大谷選手と同じ岩手卓出身の自分が作らなくてはと思い、WBCをテーマに作ることにしました」と優勝し歓喜に沸く日本代表を人形で表現することに。「もとの人形を削ったりパテを盛って、選手一人一人の身長や体格差を出しました。新聞の写真を元に人形をライターや蚊取り線香で加熱してポーズを決め、選手のスパイクの色や柄裏側の形も調べて再現しました」とあの感動を表すためにかなり細かく作り込んだといいます。「全工程楽しいけれど顔を似せて描くのが至難の技で、それだけにやりがいがあります。人形を合体させるのも難しく、跳んでいる選手を他の選手が支えるように並べるのが大変でした」と人形に命を吹き込む大事な作業だからこそ気が抜けないと話します。そんな苦勞の末に完成した作品が昨年のコンテストで4度目の金賞を受賞。自身初の連続受賞となりました。

「金賞に届かなかった時代に取ったらやめると公言したけど、取ってみたいなら新たに作りたいテーマやアイデアが次々に湧いてくるのでやめられませんでした。今度は60回出品を目指したいです」と佐藤さん。ユニークな1/35スケールの世界は佐藤さんの手によってこれからも生み出され続けていきます。

シニアズが自分や家族の人生をより良くするための特別号を作りました

想活 2024

オンラインでも読めます!



QRコード

皆さんもよくご存知のドライアイスは個体となった二酸化炭素。溶けても水にならない手軽さから、冷凍食品の保冷などに幅広く使われる身近な存在です。そんなドライアイスが原因となった、葬儀の場での痛ましい事故が報告されました。

宮城県では、ドライアイスを敷き詰めたいつぎの小窓を開けたそばで、男性が意識不明の状態で見送られ搬送先の病院で亡くなりました。同様にいつぎの小窓に顔を突入れた状態で発見された死亡が確認された事例が、他にも2件報告されています。

人が亡くなった後は、火葬までの間に遺体を保つ目的で大量のドライアイスが使用されるので、いつぎの中は二酸化炭素の気体が充満することになります。空気中には二酸化炭素が0.04%程度含まれていますが、この濃度が高くなると中毒症状が現れ、生命に危険が及びます。濃度が3%程度で頭痛やめまい、吐き気などの症状が現れ、10%では5〜10分で意識を消失。30%になると18分へ。

ほとんどの人が即座に意識を失うといわれています。国民生活センターが行った実験では、いつぎにドライアイスを入れてふたを閉めた状態で、20分後には内部の二酸化炭素が危険な濃度30%を超えたことが確認されました。

また、二酸化炭素は空気よりも重いので、小窓を開けていてもいつぎ内に残り続けます。

以上をふまえて、故人とお別れの際はいつぎの中に顔を入れないようにし、室内の換気を十分に怠らないうちに、もし気が悪くなったからすぐにいつぎから離れるなど安全を確認してください。また、寝る前の換気も大切です。

お別れは換気とともに

お別れの場ですら悲劇が起こらないよう気を付けたいものです。情報提供は消費者ホットライン(電話188)へ。

THEかに祭り

10種類のかに料理が食べ放題!

ステーキ&陶板焼き

20種類のフルーツ&デザートbuffetも食べ放題

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~ |
|------------|----------|------------|----------|------------|----------|

期間 2024年9/30日まで

花巻温泉 ゴルフプレー付き 宿泊パック

1Rプレー+宿泊がセットになった花巻温泉ゴルフ宿泊パックです

平日/ 宿泊+ゴルフプレー 1泊2食 お1人様 22,000円~ (消費税込)

期間 2024年6/30日まで (除外日 4/27~5/5)

盛岡南ゴルフ倶楽部・江刺カントリー倶楽部・きたかみカントリークラブ・栗駒ゴルフ倶楽部・岩手ゴルフ倶楽部

※ゴルフ場、宿泊日により料金は異なります。詳しくはホームページをご覧ください。

花巻温泉 バラ園 ホテル紅葉館(露天風呂) 夕食・朝食 バイクینگ

【ご宿泊】ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館いずれかのご利用。お部屋タイプは指定いただけません。【その他】食事代、利用税、キャディー費、割増料金等はゴルフ場にて精算。別途入湯税150円がかかります。