

夢ふぐふぐ

きたぎんボールパーク1周年記念



くわしくはこちら



ジャンボ宝くじ付き

定期預金キャンペーン

2024年7月17日(水)～2025年1月31日(金)まで



300万円で最大45枚、
1,000万円で最大150枚etc...
金額上限なし!

定期預金100万円お預入れごとに、

ジャンボ宝くじ年5枚(最大3年15枚)プレゼント!

※本定期預金は、100万円以上(100万円単位)でお預入れいただけます。※宝くじは、宝くじ番号を記載した「番号通知はがき」にて進呈いたします。

さらに

インターネットバンキング「ネットダイレクト」からの
お預入れの場合は 店頭表示金利 +年0.05%金利上乘せ!

《宝くじ進呈スケジュール》お預入れ時期によって、もらえるジャンボ宝くじが異なります!

お預入れ期間	宝くじ種類	1回目		2回目		3回目	
		基準日	宝くじ番号の進呈時期	基準日	宝くじ番号の進呈時期	基準日	宝くじ番号の進呈時期
2024年7月17日～2024年10月31日	年末ジャンボ	2024年10月末日	2024年10月末日	2024年10月末日	2025年12月上旬	2026年10月末日	2026年12月上旬
2024年11月1日～2025年1月31日	サマージャンボ	2025年6月末日	2025年7月下旬	2026年6月末日	2026年7月下旬	2027年6月末日	2027年7月下旬

《キャンペーン概要》●ご利用いただける方:満18歳以上で総合口座をお持ちの個人のお客さま ※インターネット支店は満20歳以上の方が対象となります。●新規でのお預入れに限らせていただきます。●総合口座を新規開設する方も対象となります。●取扱店:当行本支店・インターネット支店●対象商品:スーパー定期(3年もの・自動継続型)●お預入れ方法:当行本支店窓口・当行ATM・インターネットバンキング「ネットダイレクト」●お預入れ金額:100万円以上(100万円単位)、金額上限なし ※ATMは、キャッシュカードでのお振替によるお預入れの場合は1回500万円まで、現金によるお預入れの場合は1回200万円までお預入れいただけます。●お預入れ利率:【窓口・ATM】店頭表示金利(スーパー定期3年もの)【ネットダイレクト】店頭表示金利(スーパー定期3年もの)+年0.05%※初回満期後は、預入れ金額にかかわらず、店頭表示金利(スーパー定期3年もの)にて自動継続となります。●留意事項:◎預金利息に対しては、復興特別所得税が附加され、20.315%(国税15.315%、地方課税5%)の源泉分離課税が適用されます。(マル優をご利用の場合は非課税扱いとなります。)◎スーパー定期(複利型)の商品概要説明書は店頭・ホームページにご用意しております。

《宝くじに関する留意事項》●宝くじは、当行にて保護預りとさせていただきます。宝くじの現物はお取扱いたしません(宝くじの保護預り業務は、株式会社みずほ銀行に委託します)。●宝くじ番号を記載した「番号通知はがき」は、基準日時点におけるお客さまのお届け住所に普通郵便にて送付いたします。なお、この「番号通知はがき」は再発行しませんので大切に保管してください。●宝くじは、「連番」となります。(最大10枚単位。お客さまによる宝くじ番号の指定はできません。)●基準日時点で定期預金が解約されている場合は、以降の宝くじの進呈はございません。●当せん金は、宝くじの抽せん日から1ヵ月以内にお客さまの総合口座普通預金に自動でお振込みいたします。●当せん金が振込まれる前に当該口座を解約された場合は、当せん金はお振込みとなりません。この場合、当行および株式会社みずほ銀行は、本当せん金のお受け取りに係る一切の責任を負いません。●宝くじの抽せんにはずれ、毎年9月2日に行われる「宝くじの日記念お楽しみ抽せん(敗者復活戦)」において当せんされた場合は、株式会社みずほ銀行よりカタログ商品ギフトが郵送されます。また、「宝くじの日記念お楽しみ抽せん(敗者復活戦)」の対象宝くじについては、宝くじを発売する都道府県および指定都市の決定に従うものとします。

《キャンペーンに関する留意事項》◎当行の都合により、お客さまへ通知することなくキャンペーンを中止・変更・延長する場合があります。キャンペーンの中止・変更・延長により生じた損害については、当行は一切責任を負いかねます。◎本キャンペーンと当行が実施するその他のキャンペーンと重複適用ができない場合がございます。

北日本銀行

本キャンペーンについて、
くわしくは店頭・ホームページ
にてご確認ください

お預入れは

当行本支店窓口



当行ATM

インターネットバンキング
「ネットダイレクト」

(2024年7月17日現在)



2色混ぜてグラデーションにすることができます



水でぼかすことができます



完成!

Merry Christmas

いよいよ本格的な冬がやってきました。寒さが厳しい日には、暖かいお部屋でのんびり趣味を楽しむのも良いですね。私はカラーペンでイラストを描いてみました。書きなれない筆ペンで挑戦してみました。いかがでしょうか。

乾く前だったら混色も可能で、にじみもいい表現になります。水性染料インクが使われているので水でぼかすこともできます。これからの季節、クリスマスカードに、年賀状にと大活躍しそうですね。リフィルインクがあるもの、使い切りのもの、穂先がサインペン状のもので「シ」が

信頼と満足を

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

LPガスゴールド保安協定事業者

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

冬の味覚

蟹会席

2024年12月
2025年3月末まで

【1泊2食付 2名1室ご利用の場合】

30,800円~

お問合せの際「シニアズを見た」とお申し付けください。ドリンク1杯サービスいたします。

TEL.0120-123-389

〒020-0574 岩手県岩手郡紫石町鷺宿10-64-1

FAX 019-695-3330 森の風薫宿 検索

色のない世界より
カラフルな方が心がはずむ
あなたの街にHAPPYな色を

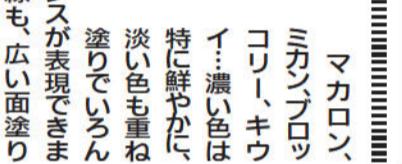
with the best smile!

UNION THE PRIME

ユニオンザ・プライム

パステル館店長の文具発見

表現いろいろカラー筆ペン

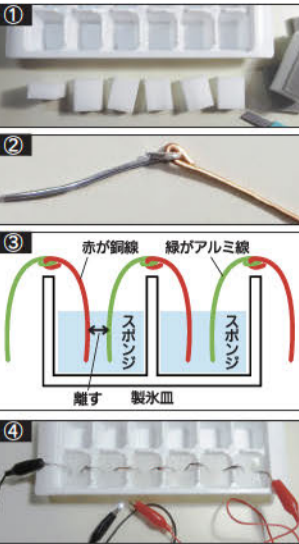


マカロン、ミカン、プロット、コリー、キウイ...濃い色は特に鮮やかに、薄い色も重ね塗りできる。なニエンスが表現できます。細い線も、広い面塗りも1本で自由自在に描けるので便利です。

この生命保険料控除について、活用している割合は①82.2%②55.8%③19.3%(国税庁「平成30年民間給与実態統計調査」となっています。③の個人年金保険料控除は約5人に

1人しか活用されておらず、多くの人が個人年金保険料控除の活用余地があると意識する必要があります。個人年金保険料控除は8万円以上支払うと、4万円の控除が受けられます。控除が増え、税金の優遇を受けながら将来の資産形成もできるので、ぜひ活用したいところです。

岩手支部所属会員 花輪 忍



準備するもの

製氷皿、スポンジ、銅線、アルミ線、LEDライト、10%塩水、オキシドール

詳しくはウェブサイト

今回は身近な素材で電池を作ってみましょう。100円均一の店などで手に入る部品で作った塩水電池です。LEDを1週間程度、連続点灯できる電力があります。

しかし、一極のアルミニウムは溶けてだんだん小さくなり、最終的になくなってしまう。さらにこの反応で液体の中に水素が発生し、電気が流れにくくなる現象(分極)が起こり、発電の性能が落ちてしまいます。

収入から差し引かれる控除は、基礎控除や配偶者控除など14種類がありますが、その控除額が大きければ大きいほど、還付される金額も増えることとなります。

①は死亡または重度障害、後遺障害などの保障にかかわる保険料。②は病気になる入院・通院の保障にかかわる保険料。③は税制適格特約(契約者や受取人、保険料払い込み期間、年金の受け取りについて要件を満たしている契約)が付いている個人年金保険の保険料が対象になります。

くらしとお金の^{参加無料}セミナー&相談会

くらしとお金のセミナー 13:00~14:00 各回30名

12/22日 年金について学ぼう ~知っておきたい年金のはなし~ 阿武勝之氏

1/26日 将来への備え~成年後見制度~ 加藤静香氏

3/23日 定年後に備えるお金のはなし ~セカンドライフプランニング~ 大久保名美氏

くらしとお金の個別相談会 ①14:00~14:50 ②15:00~15:50 セミナー後各回2組(1組50分) ※要予約

会場:岩手県立県民生活センター(盛岡市中央通3-10-2)

日本FP協会岩手支部(平日9:30~17:00)

参加申込問合せ TEL.0120-874-251

主催:日本FP協会岩手支部/共催:岩手県/後援:盛岡市

佐藤先生の やってみよう! かんたん工作

塩水電池を作ろう

① スポンジを3cm×1.5cmほどの大きさにカットし製氷皿のマス1列に入れる。② 銅線とアルミ線を約5cmの長さに切り、端同士をつないでペンチなどでしっかりと締め付ける。製氷皿の仕切りの数だけ作る。③ ②を製氷皿の仕切りをまたぐようにスポンジに差し込む。線の端同士が触れないようにする。

年終わりの近づいてきます。そのため、年末調整の時期を迎えているのではないのでしょうか。年末調整は1月から12月までの給与や賞与などの収入から各種控除を差し引いて所得を確定し、個人の代りに会社が納税する制度です。会社員の給与は、収入の予測で計算した所得税があらかじめ天引きされて

います。そのため、年末調整によって所得税が引かれすぎていたら還付され、足りなければ徴収されることとなります。収入から差し引かれる控除は、基礎控除や配偶者控除など14種類がありますが、その控除額が大きければ大きいほど、還付される金額も増えることとなります。

① 一般の生命保険料控除 ② 介護医療保険料控除 ③ 個人年金保険料控除

の3種類があり、支払う保険料によってそれぞれ所得税4万円(合計で12万円)・住民税2.8万円(合計で7万円)までの控除が受けられます。

①は死亡または重度障害、後遺障害などの保障にかかわる保険料。②は病気になる入院・通院の保障にかかわる保険料。③は税制適格特約(契約者や受取人、保険料払い込み期間、年金の受け取りについて要件を満たしている契約)が付いている個人年金保険の保険料が対象になります。

1人しか活用されておらず、多くの人が個人年金保険料控除の活用余地があると意識する必要があります。個人年金保険料控除は8万円以上支払うと、4万円の控除が受けられます。控除が増え、税金の優遇を受けながら将来の資産形成もできるので、ぜひ活用したいところです。

岩手支部所属会員 花輪 忍

くらしとお金の^{参加無料}セミナー&相談会

くらしとお金のセミナー 13:00~14:00 各回30名

12/22日 年金について学ぼう ~知っておきたい年金のはなし~ 阿武勝之氏

1/26日 将来への備え~成年後見制度~ 加藤静香氏

3/23日 定年後に備えるお金のはなし ~セカンドライフプランニング~ 大久保名美氏

くらしとお金の個別相談会 ①14:00~14:50 ②15:00~15:50 セミナー後各回2組(1組50分) ※要予約

会場:岩手県立県民生活センター(盛岡市中央通3-10-2)

日本FP協会岩手支部(平日9:30~17:00)

参加申込問合せ TEL.0120-874-251

主催:日本FP協会岩手支部/共催:岩手県/後援:盛岡市

ユニオンザ・プライム

ユニオンザ・プライム二戸

ユニオンザ・プライム西根

ユニオンザ・プライム上堂

ユニオンザ・プライム太子堂

ユニオン沼宮内

ユニオン北上

with the best smile!

UNION THE PRIME

ユニオンザ・プライム

免疫力アップで感染症予防



小田島アクティ
管理栄養士
山崎 久美子

風邪やインフルエンザが流行する季節です。手洗い、うがいはもちろんですが、それ以外にも毎日の生活習慣を見直すことで予防できます。今回は腸内環境と免疫力について紹介します。

腸内細菌について

腸にはたくさんの免疫細胞が集中し、外敵の侵入から体を守っています。

腸の健康を左右する力がある「腸内細菌」です。腸にはおよそ100兆個、1千種類以上の細菌が存在しています。

①「善玉菌」腸の蠕動運動を促して消化吸収をサポートしたり、免疫細胞を活性化させて免疫力を高めたりする。

②「悪玉菌」増えると腸内環境を悪化させたり、有害物質を作りだしたりして、病気や老化の原因となる。

③「日和見菌」善玉菌、悪玉菌のうち、優勢なほうに一見、体に有害な働きをするように見える悪玉菌ですが、ビタミン合成などに

④朝食後はトイレタイムをつくる。

⑤食事は食物繊維を含む食品（海藻、きな粉、切り干し大根など）を積極的に取り入れる。

⑥夕食は寝る3時間前までに済ませる。

⑦朝はまずコップ1杯の水を飲む。

ウイルスや細菌などの病原体から体を守る「免疫」の働きは私たちに備わった自然の防御システムです。腸には私たちの体に存在する免疫細胞の約7割が集まっています。消化管は口から肛門まで1本のトンネルが通っているようなもの。腸の内側の空間は、体の外から入ってきた物質と直接接する「体外」です。そのため、免疫細胞を

①「善玉菌」腸の蠕動運動を促して消化吸収をサポートしたり、免疫細胞を活性化させて免疫力を高めたりする。

②「悪玉菌」増えると腸内環境を悪化させたり、有害物質を作りだしたりして、病気や老化の原因となる。

③「日和見菌」善玉菌、悪玉菌のうち、優勢なほうに一見、体に有害な働きをするように見える悪玉菌ですが、ビタミン合成などに

④朝食後はトイレタイムをつくる。

⑤食事は食物繊維を含む食品（海藻、きな粉、切り干し大根など）を積極的に取り入れる。

⑥夕食は寝る3時間前までに済ませる。

⑦朝はまずコップ1杯の水を飲む。

⑧朝食を必ず取る。

阿部陽子の

ほくほくトレッキング

第62回 大六山 514.8m

ルートのない斜面や尾根を登り、時にはヤブをこがねばならないことがある。枝に叩かれ、スポンは力ギ裂き、最悪だとガナゲツが飛ぶ。ヤブが好きというわけではないけれど、山頂を踏むためには致し方ないときがある。それだけに達成感が深いし、大声で「ヤブ山ヤッター」と叫びたい。

島の中央にあって、登山路もなければ看板もない。が、ササや低木が薄く、晩秋から初冬にかけて明るい大六山は、チャレンジしやすいヤブ山の1つだろう。登るヒントは4つ。①登り口は羅生峠、三差路で潮風トレイルの青い椅子がある。

根に取りつき381mの矢筈山へ。④アップダウンを数回繰り返しながら三角点のある山頂に到達する。その後

尾根を回りこんで西の林道へ下る。桓武天皇の時代、蝦夷地に住む土着の民は、朝廷にまつるわぬ民とさげすまれ、「鬼」と呼ばれた。伝承によると、大船渡の猪川に赤頭、陸前高田の熊井、小友に早虎という名の首領が統率していたそう

だが、征夷大将軍の坂上田村麻呂によって退治された。鬼が峠を越えて逃げた場所が越鬼来。鬼と喜をリンクさせて「鬼が喜んで来た」と変化。鬼の体はバラバラに流れ、各地に足跡を残した。例えば、鬼間ヶ崎・首

「あれだー」。奥の頂きは「六以外の何ものでもない。大六山は吉浜駅近くで直感的に判別できた。

約が生える所だ。黒沢明監督の映画「羅生門」は平安時代の荒廃した世情をもつて、人間の善悪や生への執着を余すところなく表現。そもそも真相は「藪の中」と芥川龍之介はこの本質を突いた。

「霧のむこうのふしぎな町」は、1974年に第15回講談社児童文学新人賞を受賞。それから50年にわたり作家として活躍されています。ファンタジー作品の名手で「竜が呼んだ娘」やアニメ映画化もされた「岬のマヨイガ」などさまざまな作品を生み出してこられました。

「霧のむこうのふしぎな町」では、霧のむこうのふしぎな町という不思議な場所に迷い込んだ主人公のリンナが、いろいろなお店で働きながら住人たちと仲良くなっています。ファンタジーをより身近なものとして感じさせます。子どもやお孫さんのプレゼントにも最適。大人になっても読んで感じ方も変わります。忘れかけていた子どもの頃のワクワクに、この本を通してもう一度触れてみましょう。

(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



右の後線をたどって左奥の頂へと登りつめる。吉浜から見上げ、大きな「六」と読んだ

「ヤブ山」やったー

大船渡市三陸町に鬼の山と伝承される「大六山」がある。北の吉浜湾と南の越喜菜湾を分ける半

る。② 峠を下らず作業道へ進む。③ 電波塔の裏の尾

くり返しながら三角点のある山頂に到達する。その後

脚崎・鬼越・鬼沢・死骨崎・首

「あれだー」。奥の頂きは「六以外の何ものでもない。大六山は吉浜駅近くで直感的に判別できた。

「霧のむこうのふしぎな町」は、霧のむこうのふしぎな町という不思議な場所に迷い込んだ主人公のリンナが、いろいろなお店で働きながら住人たちと仲良くなっています。ファンタジーをより身近なものとして感じさせます。子どもやお孫さんのプレゼントにも最適。大人になっても読んで感じ方も変わります。忘れかけていた子どもの頃のワクワクに、この本を通してもう一度触れてみましょう。

「霧のむこうのふしぎな町」は、霧のむこうのふしぎな町という不思議な場所に迷い込んだ主人公のリンナが、いろいろなお店で働きながら住人たちと仲良くなっています。ファンタジーをより身近なものとして感じさせます。子どもやお孫さんのプレゼントにも最適。大人になっても読んで感じ方も変わります。忘れかけていた子どもの頃のワクワクに、この本を通してもう一度触れてみましょう。

「霧のむこうのふしぎな町」は、霧のむこうのふしぎな町という不思議な場所に迷い込んだ主人公のリンナが、いろいろなお店で働きながら住人たちと仲良くなっています。ファンタジーをより身近なものとして感じさせます。子どもやお孫さんのプレゼントにも最適。大人になっても読んで感じ方も変わります。忘れかけていた子どもの頃のワクワクに、この本を通してもう一度触れてみましょう。

「霧のむこうのふしぎな町」は、霧のむこうのふしぎな町という不思議な場所に迷い込んだ主人公のリンナが、いろいろなお店で働きながら住人たちと仲良くなっています。ファンタジーをより身近なものとして感じさせます。子どもやお孫さんのプレゼントにも最適。大人になっても読んで感じ方も変わります。忘れかけていた子どもの頃のワクワクに、この本を通してもう一度触れてみましょう。

考えませんか？終活のこと シニアズの特別増刊号！
想活 2025
2024年12月8日発行予定

お金や 住まいや 健康のこと などなど

年越折箱 万福
限定 150セット 5,000円 (8%税込 5,400円)
限定 50セット 25,000円 (8%税込 27,000円) +送料 (クール便ご利用の方)
おせちを店頭受取でご予約のお客様
そば出汁プレゼント！
019-653-1421
info@mifujimorioka.com

TOMATOMAとつか
クリスマスケーキ
予約受付中 12/15日(日)まで
予約期間中にお支払いの方には予約限定特典あり！

母のシャルロット 5号 3,800円 (税込)
甘さ控えめ クリームで包んだ クリスマス デコレーション 5号 4,200円 (税込)
フルーツをふんだんに使った ベリーのリースタルト 4,000円 (税込)

TOMATOMA 【フェザン店】盛岡市盛岡駅前通1-44盛岡ビルフェザン本館 B1F (営業時間) 10:00~20:30 (TEL) 019-606-4755
とつか 【モナカ店】盛岡市中ノ橋通一丁目6-8 monaka1F (営業時間) 10:00~19:00 (TEL) 019-656-1511

成人式、卒業入学式、七五三などの「晴れの日」に…
お着物のイベント、ご家族のお祝い事に着付け・ヘアメイクのお支度、ご好評いただいております。

通常料金プラン	成人式料金プラン	七五三料金プラン
着付け ¥7,700	着付け ¥9,900	着付け ¥3,300~
セット ¥4,400	セット ¥4,950	セット ¥2,200~
メイク ¥3,600	メイク ¥4,400	メイク ¥1,100~

019-654-0007
山田美容院



医療 【免疫に関する病気のあれこれ】 いわて医療通信

今回は、関節リウマチや膠原病(免疫の異常によって骨や軟骨などに炎症を起こす病気の総称)といった免疫に関する病気について述べたいと思います。私が医師として働き始めた約40年前、リウマチや膠原病で外来を訪れる患者さんの多くは、若い方や働き盛りの中年の方々でした。しかし、最近では高齢者の患者さんが増え、待合室でも高齢者の皆さんの姿が目立つようになりまし

1. 関節リウマチなどの診療における最近の傾向

これは医療技術の進歩により、リウマチや膠原病を抱えながらも長く生きられるようになったためです。また、年を取ったからこれらの病気を発症する方も増えてい

健康笑顔を作る「ゆるのび体操」 冷えを改善して 調子がいい体へ



体のお悩み募集中!
リクエストにお答えします!

盛岡市公式「かんたん体操」監修・出演
中田ゆきえ先生

50歳以上の中高年の方が多く発症します。RS3PE症候群は高齢者に多く見られる手足のむくみや痛みを伴う病気です。手や肘、膝、足などの関節に左右対称の腫れや痛みが現れます。側頭動脈炎は頭部の血管が炎症を起こす病気です。こめかみにある側頭動脈の頭痛と発熱が見られ、夜間に悪化する特徴があります。

寒さが増し、冷えを感じている方も多いでしょう。コリハリも冷えが原因です。冷えは血流と大きな関係があり、血流の良し悪しは体温で知ることが出来ます。健康体温は36.7℃前後といわれています。今回は冷えの改善に役立つ「指分け足首回し」をご紹介します。

秋の夜長、夜更かししてはいませんか。一日のスタートは前夜の就寝から始まります。「睡眠を削る」とは命を削ることと同じ」といわれ、睡眠は精神活動にも昼間の血流にも影響するそうです。人は大自然の中に生かされており、四季ごとに変化する自然現象と密接につながって生活しています。春・夏は大自然のエネルギーが亢進し、草木が伸びるのと同様、人の体も活動的になるため、多少の夜更かしにも耐えられます。逆に秋・冬は大地が休眠状態となるにしがって、人の体も「夏の疲れを癒して来年の活動期に備える」状態になります。そのためには睡眠時間を確保し、休養をしっかりとることが必要です。

体内時計を整えて

睡眠は「骨休め」

中国古来の養生に「四時り、ひいては体の老化の進行を鈍らせること」につながっていること、そして睡眠は重力から解放される「骨休め」の時間でもあります。この時に約1兆個の細胞(血液細胞・腸や皮膚細胞など)が作り変えられるように、体の健康と美しいお肌のために睡眠は重要だと言えます。

夜間の睡眠を促すために「朝に太陽光を浴びる」、「決まった時間に朝食をとる」など、体内時計をリセットする工夫が大切です。体内

正官庄紅参
こだわりの紅参六年根
体が冷える 疲れやすい
体質に自信がない 病中・病後の方
食が細い・食欲がない 胃腸が弱い

有限会社 宮手薬店 TEL.019-622-2623
盛岡市本町通1-17-26

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
住所：盛岡市桜台2丁目18-2

2025年1月5日(日)まで
旬の魚介と国産牛ホホ肉など
中華の忘年会 プランコース
ご予約・お問い合わせ 中国料理 豪華

Tel. 019-626-9087

ご予約は2名様より どちらもお一人様 **6,600**円(消費税別)

ホテル内レストランのプラン **Restaurant 忘年会**
アートホテル盛岡

ART HOTEL 盛岡
〒020-0022 岩手県盛岡市大通3丁目3-18

2024年12月31日(火)まで
黒毛和牛、三陸いくら飯など
和食の忘年会 プランコース
ご予約・お問い合わせ 日本料理 介寿荘

Tel. 019-626-9086

予約受付 12/29日(日)まで
限定60個 おせち **結(ゆい)**
2-3名様用 **13,000**円(消費税別)

おせちのご予約は「介寿荘」▶ Tel.019-626-9086

販売期間 2025年 **3.31**月まで

秀峰・栗駒山が一望できる **一絶景温泉**

「季節の会席」 その時期に美味しい食材を会席料理で楽しむご夕食
4名様1室 1泊2食付き **9,050**円より

亀の井ホテル一関
土曜/休前日、4名様1室以外のご利用の際は、ホテルへお問い合わせください。(※年末年始は予約対象外です)
お申し込みお問い合わせ **Tel.0191-29-2131**

WEB予約がおトク!
こちらをチェック▶

季節・日程により宿泊料金は変動します。※写真は全てイメージです。

もりおかいにしえ散歩 ⑨1

くみちくさ編

旧上小路界限(後編)

わ こう じ

案内役 真山 重博



前号で紹介したレトロ古街道は、昭和40年代に4口銭湯「菊の湯」の閉店を号線バイパス道路で東西に分断され、さらに106号線のコース切り替えによって幹線道路の役目を終え、すっかり生活道路になってしまいました。そのおかげで最近まで町家や長屋など比較的古い建物が残っていたところでしたが、さすがに近年は次々に建て替えたり取り壊されたりしているようです。それでも盛岡町家の形態を継承し、その特徴を守っている米重(旧



盛岡八幡宮 ●松尾神社
●十六羅漢 旧十人丁
●糸治田屋跡 ●あさ開酒造 ●永泉寺
●米重(旧塩屋)商店 ●野村屋米穀店 ●中野小 ●古澤家のオチヤンキ
●河南中 ●至砂留石碑群 ●国道4号線
景観重要樹木 上小路のエゾエキ

塩専商店や明治後期の造りである野村屋米穀店など旧街道筋の表情を今に残しています。現在、この界限は茶畑の中野という地名が変わってしまっています。決して城下町風な町名ではありませんが、これはこれで歴史のある地名なのです。

まず「茶畑」ですが、慶長年間初頭といいますが、まさに盛岡の地にお城を移す大事業が緒に付いた400年以上前の話です。26代南部信直公が大和の国(奈良県)から茶商を招聘し、現在の茶畑地区で茶の栽培を命じた事から、文字通りの地名と

傍らに「ロン」と大きな岩があり、文字が刻まれているのがわかった。これが案内されている石碑のようだった。早速、説明文を読む。

「この石碑は大きく、正面になっている。右正面に天照大神を中にし、右に八幡大神、左に春日大神、左正面には土佛観世音と刻まれている。明治二十四年十一月十七日大興寺第二十

世祖皇國宗大和尚の時松林寺、大興寺、長谷堂、富澤の講中の村人が西山より石運び安倍道の三叉路に建てた。南の衣川柵から、北の厨川柵まで「安倍道」を縦断踏破しよう、そう誓った。そこにはきつと往時と変わらない風が吹き渡っていることだろう。一千年前の口マンが心をくすぐり始めた。

風のうた

イワテ奇談漂流 文 高橋政彦

一千年前の風に吹かれる旅へ。

安倍道

さて、前置きの説明がだいぶ長くなってしまったが、話は「安倍道」についてである。ふと敷地のはずれに「石碑由来」と記された案内板が立っているのに気づいた。近づくにつれて

が、同時に実務遂行のため下級の地方官人(在庁官人)が現地採用されていた。それが陸奥国の豪族 安倍氏。この長・安倍頼良は、やがて律令体制が崩れると力を強め「六箇郡の司」と呼ば

れる奥六郡の南と北、衣川柵

しかし、先日、県道13号盛岡和賀線の花巻市石鳥谷の産直に立ち寄った時のことである。ふと敷地のはずれに「石碑由来」と記された案内板が立っているのに気づいた。近づくにつれて

ものであり、二正面石はこの石だけである。(後略) (表記は原文のまま)

私は静かな感動を覚えた。ここが「安倍道の三叉路」であり、少なくともこの石碑が建立された明治24年に

未来をつなぐ創造力

(株)渡辺工業所

建設業・重機輸送・重機リース

〒020-0842 岩手県盛岡市 湯沢 10-59-1
TEL.019-638-8951 FAX.019-638-8953
Eメール w-kougyou@r5.dion.ne.jp

生前整理

大切な思い出の品々... 未来のために買取致します

遺品整理 終活 現金買取 外貨両替

始める方が増えています

- 貴金属、骨董品、記念金貨、酒、ブランド時計、商品券、ギフト券、株主優待券、各種金券類...
- 欠けや付属品なし、状態の悪いものでもOK!
- 迷ったらまずは一度ご相談ください!

古物商許可番号: 岩手県公安委員会 第211010000756号

大黒屋 DAIKOKUYA 大黒屋 質盛岡大通店
年間買取件数150万件以上

〒020-0022 岩手県盛岡市大通2-6-10 オオムラビル1階
019-604-6431

270プランがセミオーダー すべての価格が「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。

まちなか展示場

価格もサイズもリアルでフル装備の住宅展示場
待望の平屋がご覧いただけます!

「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

北上市さくら通り1-6-23 盛岡市本宮6丁目26-15 盛岡市みたけ3丁目2-37

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

の一本『黒の超特急』での



文 山田 裕幸

加東大介の巻

りが見込めるオイシイ話を

屋を訪れ、新幹線の開通に

加東大介は、僕が好きなの俳優の一人です。その演ずる人間の立居振舞に断然説得力があるからです。黒澤明監督の時代劇大作『七人の侍』では、志村喬扮する「総大将」とかつて戦国の世で生死を共にしたことがある侍として登場、その精神的支柱となる頼もしさはさすがでした。また、兜町で相場師としてのし上がる男を演じた『大番』などは、彼の持つ明るさが発揮された好例でしょう。

悪党ぶりなどは、その稀有な演技力を証明していました。主人公田宮二郎が営む地方都市の小さな不動産

彼は、文筆家としても名を残しました。小説にも映画にもなった『南の島に雪が降る』は、彼の陽性な本領が発揮された感動作です。南洋の戦地で、兵隊たちが自ら演劇で気持ちを共にし、お互いの不安な日々を癒やす姿が描かれ、僕は、この人たちがそれぞれの戦後はどういうようになって行ったのだろうと思わされたものです。

～自分史は一枚でもOK～
自分史入門講座
 12/13(金) 13時半～15時

初めて自分史を作りたいと思う方を対象に、自分史づくりの大切さ、面白さや記憶の思い出し方などに留意しながら、一枚でもできる自分史作りを目指します。簡単に作

れる自分史を皆で楽しく作りませんか。唯一無二の一枚の自分史づくりを始めましょう。

会場：喫茶ルパン（盛岡市松園3丁目17-1）
 講師：大森ふじお（元新聞記者/シニアズライター）
 参加費：1,000円（飲み物＋ケーキ付）
 申込：要予約 お電話にてお申し込みください
 締切：12月10日(火)
 問合せ：☎090-4374-8046（喫茶ルパン 早坂）

麻雀で認知症予防

初心者 **ゼロ**から覚える麻雀講座
 盛岡市内で開講予定
 まずはお電話ください

高齢者限定 いわて桜の会
 コミュニティスペース
TEL.080-8471-8664

木の実とスパイスのクラフト by Blumen
クリスマス・マルクト in Morioka & 作品展2024
 12/5(木)～8(日) 10時半～17時(最終日は16時まで)

ドイツ、オーストリアの木の実とスパイスのクラフトの展示、販売です。シュトラウス(花束)を作る講習会もあります。ぜひ、香りを楽しんでみませんか。

会場：盛久ギャラリー（盛岡市中央通1丁目1-35）
 入場料：無料
 【講習会】
 参加費：3,500円（材料費・ケース代込） 所要時間：30分程度
 予約：不要。ただし、ご予約の方を優先させていただきます。
 定員：開催期間4日間を通して限定8名
 問合せ：☎090-6789-6005（西崎）

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、最新情報は各主催者へお問合せをお願いいたします。

丸亀のおせち

創業五十五年

限定20個 **三段重 税込42,000円**

限定30個 **二段重 税込28,000円**

年越し折料理 **税込6,000円 100個**

おかげさまで創業55周年を迎える仕出し料理「丸亀」同グループの優良茶屋「義亀」うなぎ料理「多賀」の3店の職人が創意を結集し、三段重に詰め込みました。一家団らんを華やかに彩りませんか。

丸亀 予約窓口 019-652-3774
 〒020-0813 岩手県盛岡市東山一丁目11-2
配達無料 おせちの配達は12月31日限定

岩泉町 岩泉町歴史民俗資料館

今年4月に移転、リニューアルした岩泉町歴史民俗資料館は、閉校となった旧小川小学校を活用した施設で、岩泉町の自然・地質・民俗・文化についての資料を展示しています。

敷地内には毎年見事に色づく名物のモミジ、地域の皆さんが守ってきた中庭があり、いくつかの神社や小本川も近いので、資料館の見学と併せて散策もできます。

岩泉の文化や歴史を知りたい方、ふれたい方はぜひおいでください。

■ 岩泉町雲綿字関屋57-1 ■ 0194-25-5125
 ■ 開館日：毎週木曜～日曜 ■ 開館時間：9時～16時
 ■ 入館料：一般300円、団体200円(20人以上)
 ※高校生以下は無料

校舎の中に岩泉町の新たな発見が詰まっています。
モシリュウ
 遮光器土偶、閉校となった**学校資料**など盛りだくさんです。

岩泉町 地域おこし協力隊 **和山さん**

蘭学の先駆者 大槻玄沢

江戸時代、日本人は当時の先進国オランダから多くを学びました。一関出身の大槻玄沢はオランダの学問(蘭学)の先駆者として知られています。一関藩外科医の長男として1757(宝暦7)年に生まれた玄沢は一関藩の侍医・建部清庵に入門し9年ほど医師を修めた後、江戸に出ます。清庵は文通を通じて接点があった杉田玄白や前野良沢から学ぶことを勧めたのです。二人から蘭学を学んだ後、玄沢は長崎に遊学し研鑽を重ねました。江戸に戻ってからまもなく、玄沢は一関藩の本藩である仙台藩から藩医として召し抱えられ、日本で初めての蘭学塾・芝蘭堂を開きました。33歳の時でした。

玄沢は蘭学の入門書として重宝された『蘭学階梯』を出版したほか、熱心な研究態度を評価していた師の玄白から『解体新書』の増補改訂を依頼されました。玄沢は28年を費やし、1826(文政9)年に『重訂解体新書』13巻を完成させるなど、医学の進歩に貢献しました。玄沢の息子が蘭学者の大槻磐彦です。一関市にある大槻玄沢邸宅跡には文彦によって碑が建てられました。

宮沢賢治学会元副代表理事 佐藤竜一

大槻玄沢邸宅跡(一関市)

GOOD LUCK!

岩手県内 11店舗 営業中!!

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/>

- パチンコ&スロット **ウインズ本宮**
- パチンコ&スロット **ウインズ松園**
- パチンコ&スロット **ウインズ紫波**
- パチンコ&スロット **ウインズ奥州**
- パチンコ&スロット **ウインズ一関**
- PACHINKO&SLOT **ウインズ三関**
- パチンコ&スロット **ウインズ宮古**
- パチンコ&スロット **ウインズ盛岡ライト館**
- パチンコ&スロット **ウインズ北上ライト館**
- パチンコ&スロット **ウインズ奥州ライト館**
- パチンコ&スロット **ウインズ一関ライト館**

あなたのお店に
シニアズを!
紙面設置店募集中!
詳しくは編集部へ電話かメールを!

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

広告内に『ミック』が隠れてます! 見つけてね!




物語の良さを伝えたい

演じる楽しさとそれを伝える苦悩

昭和スタイルの紙芝居自転車と腹話術人形「けんちゃん」と共に地元の公園に登場した紙芝居師のちーぼりこと小川千春さん。腰につけた小さい太鼓を鳴らすと、楽しい雰囲気誘われ、公園中の子どもや大人たちが集まってきました。

今年、紙芝居師として公園デビューした小川さん。市民劇団「劇団ゆう」に所属しており、その活動が原点になっていると振り返ります。「小学6年生の春に、旗揚げ公演を見て私もやりたいと思いました。親から反対されましたが、どうしても演劇をやりたい、どうしても演劇をやりたい、どうしても演劇をやりたい」と、反対を押し切って入団しました。そして、大人の団員と一緒に稽古に励み、中学一年生の時に主演の初舞台を迎えます。「本番中、セリフを言い間違えてしまい、劇の世界観を壊してしまい反省しました」と念願の初舞台は苦しい思い出。しかし、その失敗から演者が物語の世界に引き込む大変さを学んだと言います。

高校卒業後は資格を取得し盛岡市内の幼稚園に勤務。出産を機に退職し、劇団で管理する公共施設で働くことに。読み聞かせやお話会など子ども向け企画を担当することにになります。「子どもも大人も楽しんでもらえるにはどうしたら良いかと企画のアイデアを出し続けるのが辛かったです」と観客の反応が気になり、レッシャーに。それでもリピーターになる親子も増え、企画がある日はたくさんの方が集まったと言います。

この日以降、紙芝居の様子をSNSで次々と発信。投稿を見て幼稚園や保育園、イベントや老人ホーム、町内会や朝市など大人が多い場所からも依頼が舞い込むように。経験を積むため、どんな依頼も受けています。最初は大人相手に何をしたらいいか悩んだそう。「反応があまりなくて落ち込んでいたと、依頼をくれた施設の人からその場の楽しい空間と一緒にいるだけ

話聞いた巨那さんから紙芝居を披露してみないかと声をかけられます。「巨那さんの仕事の関係でイベントで紙芝居をしました。来てくれた女の子と一緒にいた腹話術人形の「けんちゃん」を見て、最初は怖がっていたのですが、最後にはハグして可愛がってくれたのを見て幸せな気持ちになりました」と紙芝居での初舞台は嬉しい思い出。もっと子どもたちを笑顔にしたいと決意を固め、自転車や紙芝居の木箱など本格的に準備に取り掛かりました。

楽しい時間を共有する

紙芝居は幅広い世代が楽しめる自分しかできない「コミュニケーションツール」だと考える小川さん。年代に応じて季節や地域にも合った紙芝居を用意していると言います。「紙芝居師を始め、いろいろな地域の人たちと関わるようになり、自分の紙芝居とお話で子どもたちや大人の笑顔が見られると嬉しくなります。これからも紙芝居を通してたくさんの人と交流していきたいです」と今後の活動に意欲を見せる小川さん。今日も相棒のけんちゃんとお話をお話載せて紙芝居自転車を走らせます。

年末調整が近いこの時期、気をつけたいのが還付金詐欺です。2022年度の相談件数が過去5年間で最高となったこの詐欺は、トラブルにあっていて約95%が60歳以上となっています。ある70代女性は、年金事務所の職員を名乗る人物から、保険料の還付金がある」と電話を受けました。手続きに必要と言われたため利用している金融機関を伝えるところ、その金融機関の行員を名乗る人物から電話があり、指示通りにATMを操作すると、20万円振り込んでしまったと言います。別の70代女性は、市役所の職員を名乗る電話を受け、還付金がある」と告げられた後「こちらで手続きをするので、インターネットバンキングの口座番号と暗証番号を教えてください」と言われたため、答えましたと言います。

この還付金詐欺は、近年手口が多様化し、ATMのほかインターネットバンキングを使って振り込まれる手口も増えています。しかし、

70歳以上の方やその同居家族でしたら無料で利用できますので、確認してみてください。不安に感じた時やトラブルに巻き込まれた時は、消費者ホットライン(電話188)へ。

役所などから還付金に関する電話がくることは絶対にありません。もし「お金が返ってくる」という電話がきても、話を聞かずにすぐに電話を切りましょう。お金を返すために必要といった理由で個人情報をお聞かされても絶対に答えてはいけません。還付金に心当たりがある場合でも自分で調べた番号に連絡して確認してください。不審な電話への対策には、防犯機能付き電話機の導入や、電話機の留守番電話機能を活用しましょう。またNTT東日本が提供している「ナンバーディスプレイ」や、「ナンバーリンク」などの機能も効果的です。

ネットバンキングを使う手口にも注意

還付金詐欺への対策

ネットバンキングを使う手口にも注意

還付金詐欺への対策

家族を想い・故人を偲ぶ

令和4年度 盛岡市都市景観賞受賞

New open 浄光会館 加賀野 駒木葬祭 社屋

やすらぎの会 会員募集中

事前入会金3万円(積立金・年会費なし)

(株)駒木葬祭

盛岡市南大通二丁目2-6

電話 019-622-2343

-お気軽にご相談ください-

ホテル千秋閣 ホテル花巻 ホテル紅葉館 三館共通

3/31 2025 まで

かに & ステーキ & 牛すき焼き

テーブルであったか 3種の鍋フェア

20種類のフルーツ&デザートbuffetも食べ放題

朝食は! テーブルで出来立て オリジナル 目玉焼き!

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 13,500円~

和室1室 3名様 利用 12,500円~

和室1室 4名様 利用 11,500円~

●料金は1室のご利用人数・ご利用日により変動いたします。●小学生、3歳~未就学児のお子様料金はお問い合わせください。●表示価格は消費税込みとなります。●大人には別途入湯税150円がかかります。●チェックイン15:00/チェックアウト10:00となります。

開放的な空気が広がる露天風呂が花巻温泉 ホテル花巻に新しく誕生。花巻の自然と温泉を満喫しながら満天の景色をお楽しみいただけます。

花巻の自然、花巻の空、花巻の湯 五感で満喫する

ホテル花巻 庭園露天風呂

花巻満天の湯

2024年11月26日(日) 14:00

新設グランドオープン

※冬季休業期間がございます。詳しくはお問い合わせください。※佳松園・ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館にご宿泊の方は、無料でご利用いただけます。