

タクシー配車がスムーズに

移動が困難な人の頼もしい存在

免許を返納した方はもちろん、運転に不安を感じ始めた方、会合や宴会など外出の多い方にとってもタクシーは心強い味方。通院時の移動による体への負担や買い物帰りの重い荷物を持ち帰る大変さも、タクシーを利用すればぐっと軽減できます。

タクシー会社3社による新サービスとは

これからの季節に嬉しいサービス

一方で、コロナ禍の影響により約2割のタクシードライバーが離職。高齢化や働き方の変化もあり、ドライバー不足が深刻化しています。その結果「タクシーがつかまらない」「希望の日時に予約ができない」とお困りの方も多いのではないのでしょうか。

そんな悩みを解決するため始まったのが、盛岡市内でグループを構成するヒノヤタクシー・盛岡タクシー・富士タクシーによる「3社連携タクシー」です。

今回の新サービスは、ヒノヤタクシー・盛岡タクシー・富士タクシーのいずれかに電話を一本かけるだけで利用可能。これまで空車がない時は別のタクシー会社へかけ直す必要がありましたが、このサービスにより連携する他2社の空車状況も同時に確認できるようになりました。

日常の移動をより快適にしてくれる今回の新サービス。日が沈むのが早く、寒さが増していくこれからの季節、暗い夜道や雪道の移動もタクシーを使えば安心です。新しい移動手段として、ぜひ一度、便利になったタクシーサービスを利用してみてください。

病气やけがで入院は予期せぬ時にやってくる。皆さんは備えていらっしゃるでしょうか。備えは預貯金、共済、医療保険などいろいろですが、まずは実際にかかる費用を考えてみましょう。

病院で受診し、窓口で支払う医療費の負担は年齢により異なりますが、2割から3割負担となります。手術や通院が長く続き、医療費が高額になった時には自己負担額を一定の上限までに抑えてくれる制度、高額療養費制度があります。年収や年齢によって上乗金が変動し、年収が高い方は自己負担が高額になります。ほかにも、ベッド代、食事代、パジャマ代、先進医療費などは自己負担となります。そんな医療費や自己負担をまかなうのが医療保険の役割となります。

各社のがん・医療保険や共済などさまざまありますが、選ぶのは迷うところ。つい勧められるがまま加入していらっしやる方も多いのではないのでしょうか。

加入する際、また現在ご加入の医療保険で確認しておきたいポイントがあります。お話をさせていただきます。

① 保険期間を確認

岩手県警と県内金融機関が連携!!

二七警察詐欺・詐欺電話 注意!!

監修：岩手県警察



3社連携で/ タクシー配車がよりスムーズに!!

いつもの 3社の中から タクシー会社に電話するだけ!

ヒノヤタクシー TEL.019-653-1551

盛岡タクシー TEL.019-622-9121

富士タクシー TEL.019-623-9111

※交通状況などにより、ご希望に添えない場合があります。 本社：盛岡市中央通1丁目8番18号

賢くお金を育てよう-マネ育のすすめ-

がん・医療保険の基本

加入する際、また現在ご加入の医療保険で確認しておきたいポイントがあります。お話をさせていただきます。

① 保険期間を確認

岩手県警と県内金融機関が連携!!

二七警察詐欺・詐欺電話 注意!!

監修：岩手県警察

生活応援バンク ろうきん

東北労働金庫

TEL:0120-1919-62

受付時間 平日9:00~17:00(月曜日~金曜日)

二七の警察手帳や逮捕状

あなたを逮捕する!

SNSでの連絡を指示

捜査のため資産を調べる!

還付金がある! ATMで受け取れる!

国際電話の休止措置

【固定電話・ひかり電話】国際電話不取扱受付センター 0120-210-364(通話無料)

【携帯電話】国際電話の着信制限アプリをご利用ください

「+」から始まる海外の番号を使った特殊詐欺の電話が多発しています!

県内金融機関と岩手県警察の連携協定について

県内各金融機関と岩手県警察は、特殊詐欺など被害拡大防止や未然防止のため協定を締結しています。本協定では、特殊詐欺に悪用された可能性のある不正利用口座の情報を本協定を締結している金融機関に共有し、迅速な対応を目指しています。

いつもあなたのそばに

JAバンク岩手

岩手県信用農業協同組合連合会

〒020-0022

岩手県盛岡市大通1-2-1

TEL:019-626-8780

岩手銀行

〒020-8688

岩手県盛岡市中央通一丁目2番3号

TEL:019-623-1111

さあ、ユニークバンクへ。

北日本銀行

〒020-8666

岩手県盛岡市中央通一丁目6番7号

TEL:019-653-1111(代表)

これまでも これからも 地域と共に

Kiki&Lala

「リトルツインスターズ」はとうぎんのイメージキャラクターです。

© 2025 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. L660296

東北銀行

本店/盛岡市内丸3番1号

TEL:019-651-6161

TOHOKU BANK

75周年

キキ&ララ50周年

もりん

明治36年1月 創立

122年の感謝とこれからも地域とともに

あなたのそばに もっと身近に

盛岡信用金庫

岩手県盛岡市中ノ橋通1丁目4番6号

TEL:019-623-2221(代)

食生活が気になるシニアたちに向けた簡単料理企画

健康おやぢはん

【第43回】枝豆のジャーマンポテト風



ジャガイモと枝豆。実は栄養面でも理想的な組み合わせです。枝豆は植物性タンパク質やビタミンB群、鉄分、食物繊維が豊富で、代謝やエネルギーづくりをサポート。一方、ジャガイモにはビタミンCとカリウムが多く、疲労回復やむくみ対策にも効果的です。丈夫な体づくりのため、栄養をしっかりと取って寒い冬に備えましょう。

1 枝豆をゆでてさやから取り出す(冷凍でも可)。
2 ジャガイモは4等分に水にくぐらせ、濡らしたキッチンペーパーに包んでラップをし600Wの電子レンジで7~9分加熱する(串を刺して通ればOK)。
3 ジャガイモは皮をむいて乱切りに(熱いので注意してください)、タマネギとベーコンはあらみじん切りにする。
4 熱したフライパンにオリーブ油を入れタマネギ、ベーコン、フライドガーリックを入れて炒める。
5 枝豆とジャガイモ、調味料を加えて火が通るまで炒める。

材料(1~2人分)

枝豆(豆のみ) 約100g、ジャガイモ 大1個、タマネギ ¼個、ベーコン60g、バター30g、フライドガーリック少々、オリーブ油 5g

【調味料】
塩 少々、コショウ少々

1人分約386kcal

枝豆×ジャガイモで冬支度を

糖原病の原因・症状

糖尿病には自己免疫異常などの関与が考えられている1型糖尿病と、遺伝や生活習慣などが原因で発症する2型糖尿病があり、今回は2型糖尿病について紹介します。

糖原病は血液中のブドウ糖(血糖)が正常より多くなる病気です。初期の頃は自覚症状がほとんどありませんが、血糖値を高いまま放置すると、徐々に全身の血管や神経が障害され、いろいろな合併症を引き起こします。

原因には遺伝と高カロリー、高脂肪食、運動不足などにより引き起こされる「インスリンの作用不足」が考えられます。インスリンは、膵臓のランゲルハン

11月14日は「世界糖尿病デー」です。2021年は2型糖尿病について紹介しました。

糖原病は血液中のブドウ糖(血糖)が正常より多くなる病気です。初期の頃は自覚症状がほとんどありませんが、血糖値を高いまま放置すると、徐々に全身の血管や神経が障害され、いろいろな合併症を引き起こします。

原因には遺伝と高カロリー、高脂肪食、運動不足などにより引き起こされる「インスリンの作用不足」が考えられます。インスリンは、膵臓のランゲルハン

糖尿病を食事で予防



小田島アクティ 管理栄養士 山崎 久美子

筋肉でのエネルギー消費量が低下したり、インスリンの分泌量が低下する上に、その働きも悪くなります。

糖原病予防のため食事では気をつけること

食事に必要な血糖値の上昇を抑えるためには野菜から食べ、次にタンパク質の取れる肉や魚、大豆製品にしてください。野菜でお

筋肉でのエネルギー消費量が低下したり、インスリンの分泌量が低下する上に、その働きも悪くなります。

糖原病予防のため食事では気をつけること

食事に必要な血糖値の上昇を抑えるためには野菜から食べ、次にタンパク質の取れる肉や魚、大豆製品にしてください。野菜でお

筋肉でのエネルギー消費量が低下したり、インスリンの分泌量が低下する上に、その働きも悪くなります。

糖原病予防のため食事では気をつけること

食事に必要な血糖値の上昇を抑えるためには野菜から食べ、次にタンパク質の取れる肉や魚、大豆製品にしてください。野菜でお

マイナ受付

マイナ保険証をかざして受付(厚労省サイトより引用)

皆さんは「マイナ保険証」といいますか。これは、マイナンバーカードに健康保険証の機能を持たせたもので、保険証を持ち歩かなくてもマイナンバーカード一枚で病院や薬局の受付ができる仕組みです。使い方はとても簡単で、受付に設置されたカードリーダーにマイナンバーカードをかざし、画面の案内に従って暗証番号を入力するだけで

いわたの文学は君に続いている

文学の国 いわて

カフネ 影裏 熊鷹 氷柱の声 風又三郎 孤狼の血 一握の砂 南部せんべい

文学の国いわて 2025

～文学とくらす、文学がてらす、いわて～

令和7年11月15日(土)

会場/キオクシア アイーナ 7階 アイーナホール (いわて県民情報交流センター)

時間/13:30~15:15(13:00開場)

第1部 13:30~14:15 講演 [出演]阿部 曉子氏 [司会]テレビ岩手アナウンサー

第2部 14:30~15:15 クロストーク [出演]阿部 曉子氏、担当編集者等

申込方法 専用応募フォームまたは往復はがきからご応募ください。

定員 50名 応募締切 令和7年11月4日(火)

※往復はがきの場合は当日消印有効 ※当選通知は11月5日(水)以降、当選者の方のみメールでお送りいたします。

往復はがきの場合 〒020-0023 岩手県盛岡市内丸2番10号 テレビ岩手 「文学の国いわて2025事務局」宛に以下をご記入の上、お申し込みください。 ①氏名 ②年齢 ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号 のうえ、ご応募ください。

主催/岩手県 問い合わせ先:文学の国いわて2025事務局(テレビ岩手内) TEL.019-624-9043

ホームページ:文学の国いわて2025(テレビ岩手ホームページ)https://www.tvi.jp/bungakunokuni/

シニア向けのデジタル講座②

マイナ保険証を使ってみよう

最近では顔認証での利用もできるため、暗証番号の入力が難しい方も安心して利用できます。

マイナ保険証を使うと、過去の履歴や特定健診の結果を医師が確認できるので、重複処方などのリスクを減らし、より安全で適切な診療につながります。また、窓口での手続きがスムーズになり、待ち時間の短縮にも役立つ場合があります。さらに医療費の情報もマイナポータルで確認できサポートを頼るのも良いです。

「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。今回はこのシニアズのなかでデジタルに関するお話をお伝えします。

デジタルに関する質問募集中!

デジタル推進委員 佐々木 信秋

「(一社)トナリノより訂正とお詫び」シニアズ2025年8月号に掲載した【Googleレンズとは】において、執筆者名の表記に誤りがございました。正しくは【デジタル推進委員 佐々木信秋】であり、「安城亜美さん」の表記は誤りでした。お詫びして訂正いたします。

NEW!

カワトクB1階 トマトマキッチン

今年もきました!

あったか ぽかぽか カレー

ホワイトミートカレー 中辛のみ

野菜と食べる カレーうどん 1,100円

レギュラーサイズ (税込)

レギュラーサイズ 1,320円 レディースサイズ (税込) 1,200円

テイクアウト好評中! テイクアウト対応していないメニューもあります

※各メニュー、数に限りがございます。 ※仕入れ状況により、食材が変更になる場合があります。

住所:盛岡市菜園1-10-1カワトク地下1F

営業時間:10:00~19:00(LO.18:40)

テイクアウト 予約電話番号 019-681-1704

大好評!お得なスタンプカード!

岩手ゴルフ倶楽部

毎週土曜日はレディースデー 来場の女性全員に1,000円分のお食事サービス!

平日無料 プレー券進呈!

コンペ割引実施中お気軽にお問い合わせください

11月のお得なプレー料金ご案内

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						レディースデー ¥9,230
2	3	4	5	6	7	8
(月例)盛岡ガス杯	(特別企画)三陸祭D	ラストゴルフプライベートコンペ幹事会	シニアサーキット納会	幹事会		レディースデー ¥9,230
¥10,330	¥10,330	¥7,030	¥7,030	¥7,030	¥7,030	¥9,230
9	10	11	12	13	14	15
¥10,330	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	レディースデー ¥9,230
16	17	18	19	20	21	22
(OP)ラストゴルフ杯						
¥10,330	¥5,750	¥5,750	¥5,750	¥5,750	¥7,030	¥9,230
23	24	25	26	27	28	29
クロス直前キャンペーン セルフデー						
¥7,110	¥7,110					

※上記は乗用カート・セルフプレーの料金となります。 ※消費税・諸経費込み、利用税(700円)は別途頂戴します。



3. 更年期障害の治療

いわて医療通信【女性のケアを考える】

今回は更年期障害の治療として、次のようなものについて紹介します。

① バランスの良い食事(図)



図 栄養バランスの良い食事

主菜	汁物	副菜
体を作るもととなるたんぱく質の供給源 魚介類・肉・卵・大豆	野菜やきのこ、いも類を多めにすれば副菜にも みそ汁・スープ	体の調子を整えるビタミンやミネラルの供給源 野菜・きのこ・海藻 いも類
主食		
体のエネルギー源となる炭水化物 ごはん・パン類		

図 使用される代表的な漢方薬と対象の症状

加味逍遙散	当帰芍薬散	桂枝茯苓丸
かみしょうようさん	とうきしゃくやくさん	けいしぶくりょうがん
【こんな症状に】 ・気持ちの落ち込み ・イライラ・不眠 ・のぼせ・発汗 ・肩こり・めまい ・頭痛 など	【こんな症状に】 ・冷え・貧血 ・めまい・動悸 ・頭痛・肩こり ・疲れやすい など	【こんな症状に】 ・のぼせ・発汗 ・肩こり・頭痛 ・めまい など

② 毎日30分くらいできる運動をする。

③ 音楽や映画などを楽しみ、リラックスできる時間を持つ。

また、ホルモン補充療法を選択する場合も...

徳川幕府が諸大名を統制する手段の一つとして実施されたのがお預け(流刑)です。

大膳は家老として黒田藩、福岡藩、主黒田長政に仕え、長政の死後は嗣子...

大膳は翌年、一忠之に謀反の疑いがある...

大膳は翌年、一忠之に謀反の疑いがある...

大膳は翌年、一忠之に謀反の疑いがある...

背骨を整えよう②

岩手の11月は「体を冬仕様に切り替える」時期。冷えやコリを放っておくと、真冬に痛みが悪化しやすくなります。

【やり方】
1 仰向けになり、膝を立てたら、丸めたタオルを首の後ろに入れてください。

【やり方】
2 立った膝を骨盤の幅くらいに左右に小さく揺らします。

【運動の効果】
・腰痛の改善や予防。
・腰周りの血流改善。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。



【やり方】
1 仰向けになり、膝を立てたら、丸めたタオルを首の後ろに入れてください。

【やり方】
2 立った膝を骨盤の幅くらいに左右に小さく揺らします。

【運動の効果】
・腰痛の改善や予防。
・腰周りの血流改善。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。

岩手の先人 話 第40回

盛岡に眠る 元福岡藩家老 栗山大膳

大膳は家老として黒田藩、福岡藩、主黒田長政に仕え、長政の死後は嗣子... (text continues)

生体調節に働く油

脂質のバランスを見直そう

脂質は3大栄養素の一つとして、人体の構成や健康に不可欠なものです。... (text continues)

岩手のおせち 2026

年越料理 人気商品!! 数量限定

年越折箱 [1名様用] 5,000円 (税込5,400円)

万福 [1名様用] 2,300円 (税込2,484円)

特製ちらし寿司 [1名様用] 2,300円 (税込2,484円)

二重重 27,000円 (税込29,160円)

TEL: 019-653-1421

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~

TEL: 019-654-0007

ビクトリアアロード散策(後編)



案内役 真山 重博

前号に続き、盛岡市とビクトリア市(カナダ)の姉妹都市提携10周年にあたる1995(平成7)年に整備された「ビクトリアアロード」を歩いてみます。

下の橋から中の橋に至る盛岡城跡に広がる芝生公園

は、藩政時代には南部家の重臣屋敷や隠居した側室方の隅御殿などがあった所で、維新後は起業の拠点となる勤業場が置かれ、製糸所、陶器所、製紙場、物産陳列所、機業所などが配置された。1876(明治9)年には東北幸中の明治天皇が視察しています。

昭和30年代には、岩手日報旧本社、ラジオ岩手(現IBC岩手放送)、貯金局、杜陵高校などがあつたなあと遠い記憶をたどりながら歩くと、2匹の鯉の彫刻「友情」①が見えてきます。姉妹都市提携25周年に当たる2010(平成22)年に設置されたこのプレートに刻まれています。

さらに進むと、中の橋のそばに年中つきっぱなしの「ガス燈」②があり「ガス燈」②が「アミマ盛岡下ノ橋町」です。案内板によります。

交通量の多い中の橋通りの横断を避け、少し戻り河川敷から橋の下をくぐりましょう。この辺りには明治から昭和中期まで料亭や洋食店があり、政財界人や高級官僚たちの社交の場になっていました。現在のテレビ岩手の場所にあった「秀清閣多賀」は、盛岡出身の平民宰相「原敬」ゆかりの料亭として知られています。

テレビ岩手裏の庭園には、たが、実はこれ、もともと盛岡藩の家紋の一つ「違い菱」なのだそう。向かい「鶴」しか藩の家紋を認識していなかった私は頭をかいて話の続きを聞いた。

「本来、このような彫りが柄の中の茎に掘られるのが一般的。しかし、わざわざ見えるように刀身に掘られていた。なぜだと思いませんか」

もちろん、私に答えられる知識はないし、想像もできない。ハシノ君は居住まいを正して言葉を続けた。

「盛岡藩が管理を徹底して



友人の一人にハシノ君という好青年がいる。何を思ったか、いつからか彼は抜刀術を修練し、時おりその見事な腕前を披露する人になった。どうしたらこういうことを趣味にしようと思ふのか。ハシノ君を観察してわかった。武士然とした彼の佇まいである。そっか、おそらく彼の前世は侍なのだ。

そんな彼は自前の真剣も持っている。新造品ではなく、盛岡藩の武士が所持していた歴史を持つ古の刀だ。ひどく興味を持った私はハシノ君に所持する刀について細かく聞いてみる。

一振り目は、新藤國義作

風のうわさ

イワテ奇談漂流 文 高橋政彦

ハシノ君の盛岡藩刀

製造し、武器庫に保管していた備品刀なのです」と、彼はやや興奮しながら教えてくれた。よく見ると「武庫」の彫りの上に、現在も盛岡市役所に記されている盛岡市の市章が刻まれている。後になって市章に採用され

の奥州盛岡住國義。筑前福岡の生まれの新藤國義は、江戸に出て鍛刀をしているところ、盛岡藩3代藩主・南部重信に見出され、五十年の俸禄で召し抱えられた盛岡藩初のお抱え刀匠「これは【武庫刀】。読んで字のごとく、盛岡藩が戊辰戦争に備え大量に製造し、武器庫に保管していた備品刀なのです」と、彼はやや興奮しながら教えてくれた。よく見ると「武庫」の彫りの上に、現在も盛岡市役所に記されている盛岡市の市章が刻まれている。後になって市章に採用され

丸電のおせち

創業五十六年

限定100個 年越し折料理 三段重 43,000円(税込) 6,000円(税込)

限定20個 豪華 二段重 28,000円(税込)

限定30個 豪華 一人前ミニおせち(三段重) 12,000円(税込)

初登場

広告商品12,000円以上お買上げで、優待茶屋 義亀(鉾町12-10)にてお受取りの方へ 丸電グループ3店舗(丸電、多賀、義亀)で使える お食事券2,000円分プレゼント!

丸電 019-652-3774 配達無料

あなたの困ったを解決します!

初回相談 無料

- ◆相続・遺産分割協議書作成
- ◆産廃収集運搬許可申請
- ◆補助金申請
- ◆自賠責保険への被害者請求手続など

お気軽にご相談ください!

プロスペアード 行政書士事務所

TEL 019-613-3536 prosperaid@outlook.jp

【行政書士】 山本 康典 (岩手県行政書士会 会員番号 1432) (日本行政書士会連合会 登録番号 25033832)

KIKUCHI きくち葬儀店

杜の会会員募集中

お葬式は、「きくち」に相談してから...

株式会社 きくち 葬儀店

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。

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 盛岡市みたち3丁目2-37

検索



入江若葉の巻

文山田 裕幸

萬屋錦之助が一世を風靡した東映時代劇のトップスター中村錦之助であった頃の代表作として忘れられないのは、名匠内田吐夢監督とがっつり四つに組んで吉川英治の世界を顕現化した大作「宮本武蔵」五部作があります。さすがに見応えがありました。

さてこのシリーズ、人間武蔵の成長ぶりがみっちり描かれ、武蔵を取り巻く武者たちをはじめ多彩な登場人物が満遍なく描かれ、一作ごとに見応えが増していきましたが、目立つ役回りではないものの、手の付けられない暴れん坊だった頃から武蔵への静かで深い慕情を秘め、どこまでもついて行こうとするけげない娘お通を演じた入江若葉は、このシリーズに咲く一輪の花でした。

武蔵が心の成長とともに剣豪としても磨きをかけてその名を高め、並みいる剣や槍の使い手と対決を重ねていけばいくほど、あくまでも剣の道の方に突き進んでいく武蔵を静かに見守るお通役の入江若葉には「やはりこの人でなければ」と思ってしまったものです。

（永続経営創発研究所）

入江若葉といえば、母は入江たか子、知る人ぞ知る怪談話でお客を震え上がらせた。何せ入江たか子演ずる化け猫、たか子「怪談佐賀屋敷」などは怖いもの。こんな猫に引っかけられたら一生傷が残るに違いないと思っただけ。母の「名声」のおかげで、デビューしたての頃は化け猫女優の娘という有難くない言われ方をされたこともあったとか。

とはいえ彼女の品性の勝ちでした。百鬼夜行の映画界であつても。

田野畑村 にとっておき穴場スポット



村出身の指導者による「三閉伊一揆」の資料を中心に展示している資料館です。

幕末、三陸では農民たちが飢饉や重税に苦しめ、切牛弥五兵衛や、それに続いた田野畑太助らが南部藩・仙台藩に改善を訴えました。ついには要求を認められ、「処罰はしないから安心して村に帰るように」との「安堵状」を得ることができたのです。

館内では、貧しい暮らしを変えようと奔走した先人の歩みをわかりやすく解説しており、敷地内には一揆の像も建立されています。

■岩手県下閉伊郡田野畑村田野畑128-9
■0194-33-2210
■休館日：月曜日(休日の場合はその翌日)、年末年始
■入館料：一般310円、団体(20人以上)260円



バリー来航の裏で、偉人や殿様ではない三陸の先祖たちが刻んだ大切な歴史の1ページ。歴史好きにはたまりません!

※会場へお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。
＜生きがい推進係＞
■意見発表大会
「あのなはん～私の思いを言葉に込めて～」
内容：高齢者が生きがいや、これまでの体験から学んだこと、日常の暮らしの中で感じたことなど、豊富な人生経験で培った思いを発表する、意見発表大会を開催します。

参加費：無料
申込：不要。どなたでもお聴きいただけます。当日会場へどうぞ。
日時：11月13日(日) 13時半～15時半
会場：市民文化ホール 大ホール(盛岡駅西通二)
問合せ先：長寿社会課生きがい推進係 ☎603-8003

岩手県保険医協会
イイ歯デーテレホン相談
11/7(金) 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。
受付：11/7(金) 10時～19時
回答：同日19時以降(受付時間に相談を一旦受け付けた後、折り返し協会歯科医師より相談者にお電話します)
受付内容：歯あるいはお口に関する悩みについて何でも相談料：無料(ただし、相談受付時の通話料は相談者負担となります)
問合せ：☎019-651-7341
(岩手県保険医協会イイ歯デーテレホン相談係)

第21回(一社)日本盆栽協会 岩手県支部
岩手大盆栽展
11/23(日)・24(月)(振休)
23日 9時～17時/24日 9時～15時半

盆栽協会の会員の方々が出展する盆栽の展示会です。24日10時～13時には日本を代表する盆栽作家 大町祐吉氏による実演会「石付盆栽の作り方」も開催されますので、どうぞお気軽にお越しください。
会場：ふれあいランド岩手 1階ふれあいホール(盛岡市三本柳8-1-3) ☎019-637-7444
入場料：無料 席数：25席予定
問合せ：☎019-652-6854(盆栽協会岩手県支部)

★23日・24日会場にて、先着20名様に粗品プレゼント!

すきまの時間-おとなのためのおはなし会-
12/6(土) 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、文芸作品の朗読などを行います。
場所：盛岡市中央公民館 2階 第2講義室(盛岡市愛宕町14-1)
料金：無料 申込：不要 対象：おおむね中学生以上の方
問合せ：☎019-654-5366(盛岡市中央公民館 図書室)

コール・ネネム演奏会
11/29(土) 開演19時(開場18:30)

ルネサンス・ポリフォニーを中心に歌う、創設51年のアカペラ合唱団の演奏会です。今年が生誕500年にあたるパレストリーナのミサ曲やイギリスのクリスマスキャロルなどを演奏します。
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：800円(高校生以下は無料)
購入先：盛岡市内のプレイガイド
問合せ：☎090-7666-7353(沼田)

「カフネ」(阿部暁子著・外ミュージシャンを売り出した姿も今は昔、プロモーションが環境変化に伴い、バックにもそれぞれ徐々に変化が現われ…)。

現在は、業界の環境変化に伴い、バックにもそれぞれ徐々に変化が現われ…。

22年19回本屋大賞において「正欲」で初の入賞を果たした朝井リョウ氏。25年も「生殖記」が8位にランクインしました。今回、娘で大学生「推し活」の深部をテーマにした本書で初の本屋大賞を受賞、作家生活15周年に花を添えることができるのでしょうか。大賞発表の来春が今から待ち遠しいものです。

サービス付高齢者住宅
【農業を柱に運営しております】
電話：019-667-1977
住所：盛岡市桜台2丁目18-2

シニアズ ブックカフェ さわや書店 栗澤順一

「カフネ」(阿部暁子著・外ミュージシャンを売り出した姿も今は昔、プロモーションが環境変化に伴い、バックにもそれぞれ徐々に変化が現われ…)。

現在は、業界の環境変化に伴い、バックにもそれぞれ徐々に変化が現われ…。

22年19回本屋大賞において「正欲」で初の入賞を果たした朝井リョウ氏。25年も「生殖記」が8位にランクインしました。今回、娘で大学生「推し活」の深部をテーマにした本書で初の本屋大賞を受賞、作家生活15周年に花を添えることができるのでしょうか。大賞発表の来春が今から待ち遠しいものです。

サービス付高齢者住宅
【農業を柱に運営しております】
電話：019-667-1977
住所：盛岡市桜台2丁目18-2

姫神ホール開館30周年記念
芸能の祭典 姫神寄席
11/15(土) 14時開演(13時半開場)

盛岡市市民文化会館姫神ホールの主催事業として長年継続してきた落語会「姫神寄席」。開館30周年を記念した芸能の祭典として、人間国宝の五街道雲助による落語と神田松鯉による講談、人気演者による浪曲、曲芸など、盛りだくさんの特別公演をお送りします。
会場：盛岡市市民文化会館 姫神ホール(盛岡市浪民字鶴塚55)
入場料：全席指定 一般4,000円(4,500円)、U-25チケット2,000円(2,500円) ※U-25は当日料金
問合せ：☎019-683-3526(姫神ホール)

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
●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

朝井リョウ
「推し活」の深部をテーマにした本書で初の本屋大賞を受賞、作家生活15周年に花を添えることができるのでしょうか。大賞発表の来春が今から待ち遠しいものです。

著：朝井リョウ
日本経済新聞社刊
2,200円(税込)

「カフネ」(阿部暁子著・外ミュージシャンを売り出した姿も今は昔、プロモーションが環境変化に伴い、バックにもそれぞれ徐々に変化が現われ…)。

現在は、業界の環境変化に伴い、バックにもそれぞれ徐々に変化が現われ…。

22年19回本屋大賞において「正欲」で初の入賞を果たした朝井リョウ氏。25年も「生殖記」が8位にランクインしました。今回、娘で大学生「推し活」の深部をテーマにした本書で初の本屋大賞を受賞、作家生活15周年に花を添えることができるのでしょうか。大賞発表の来春が今から待ち遠しいものです。

姫神ホール開館30周年記念
芸能の祭典 姫神寄席
11/15(土) 14時開演(13時半開場)

盛岡市市民文化会館姫神ホールの主催事業として長年継続してきた落語会「姫神寄席」。開館30周年を記念した芸能の祭典として、人間国宝の五街道雲助による落語と神田松鯉による講談、人気演者による浪曲、曲芸など、盛りだくさんの特別公演をお送りします。
会場：盛岡市市民文化会館 姫神ホール(盛岡市浪民字鶴塚55)
入場料：全席指定 一般4,000円(4,500円)、U-25チケット2,000円(2,500円) ※U-25は当日料金
問合せ：☎019-683-3526(姫神ホール)

GOOD LUCK

岩手県内 10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
パチンコ&スロット 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

広告内に『ミック』が隠れてます！
みつめてね！



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

エフエム岩手

盛岡市内丸 2-10 / <http://www.fmii.co.jp>

盛岡 76.1MHz	盛岡南 85.9MHz	大槌 78.4MHz
大船渡 79.7MHz	岩手 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

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

人生を変えた好奇心の力

「ミツバチって巣から半径2〜3kmの範囲を飛んで蜜を集めてくるんですよ」と生き生きとした笑顔で話すのは全国組織の「一般社団法人日本在来種みつばちの会」事務局長の藤原由美子さん。貴重なニホンミツバチの保護活動を中心に、ミツバチの生態や自然環境について数多く講演し、ワークショップの開催や絵本、会報誌の執筆など幅広い世代に向けてミツバチをはじめとする昆虫の重要性、気候や自然環境の変化について強く訴えてきました。

「自分を見つめ直して、生き物や自然に関わることをしたかった」ということに気づきました。

「43歳という年齢が気がかりなのか、面接で試験官の先生方から『本当に大丈夫ですか』と何度も聞かれました。それでもミツバチについて学びたいこと、研究して仕事に生かしたいことを必死に伝えました。」

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

ミツバチが結ぶ無限の可能性

一般社団法人 日本在来種みつばちの会 事務局長 藤原由美子さん(69)

1956年、神奈川県鎌倉市生まれ。慶應義塾大学法学部卒業後、結婚を機に盛岡に移住。51歳で岩手大学農学部大学院の応用昆虫学研究室にて博士(農学)の学位を取得する。日本在来種みつばちの会の事務局も運営しながら岩手県環境アドバイザーとしても活動。1997年絵本『はちみつ』(5カ国語に翻訳)、2019年絵本『ミツバチだいすきほくのおじさんはようほう家』を出版。座右の銘は「人間は自然の一部」。今秋からは事務局内の資料室や養蜂場での体験見学を実施予定。(一社)日本在来種みつばちの会 事務局 (080-8254-8033)

も足りませんでした。それでも周囲の支えもあってなんとか論文をまとめ、博士の学位を取得することができました。とても無謀なチャレンジだったけども貴重な経験ができて達成感もひとしおだったと笑顔で語ります。

大学院修了後、日本在来種みつばちの会の運営、修学旅行や一般の方に向けての体験会を長年担当し、約7千人にミツバチと触れ合う体験をしてもらったといひます。「最初はハチを怖がっていた子たちが最後には『ミツバチって可愛いね』や『蜂の巣の中って温かいんだね』と触れ合っている姿は今でも心に残っています。やはり実際に体験をしてみようことは重要だと思えました。多くの人にミツバチと自然環境が深くつながっていることを感じてもらいたい」と藤原さん。近年は虫を嫌厭する必要以上に駆除する人が増えたり、猛暑で蜜蝋が溶け、ニホンミツバチの巣が落ちるなど昆虫が暮らす環境の変化を危惧していると話します。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

「やらずに後悔するより興味を湧かせば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたくて笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

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

シヨッピングセンターや商業施設でよく見かけるウォーターサーバーのキャンペーン。冷水だけでなく温水もすぐに使えるため、赤ちゃんのミルク作りや温かい飲み物をサッと用意したいときに大活躍します。

そんな便利なウォーターサーバーですが、勧誘時に聞けるトラブル相談が増加しており、2023年は前年と比べ、約14倍にも増えているといひます。

事例として「説明が不十分で強引な勧誘を受けた」という相談が多く寄せられています。

「現契約の解約料をキャンセルバックする」と強引に勧誘を受けたが、実際はキャンセルバックの適用外だった。

「お得だ」という説明のみで解約時の違約金などについて全く説明がなかった。

「レンタルだ」と思っていたが実際は売買契約になっていた。

このように外出先で不意に声をかけられ、冷静に判断できないまま勧誘されたり、しつこく契約を迫られたり、契約を急かすその場で

契約させようとするケースが後を絶たないようです。注意するポイントとして、まずは本当に必要な契約か、価格や機能などを複数の事業者と比較してしっかりと検討するようにしましょう。その上で不要な勧誘であればきっぱりと断ることが大切です。

もし契約をする場合は焦らず、契約前にレンタル品が購入品になるのか、契約相手の事業者の名称、月額の支払いや契約期間の総額などを聞くようにしましょう。契約内容を十分に理解し、解約料・違約金・残債の有無についても忘れずに確認することが大切です。

そして、販売員の説明と契約書の内容が一致するかを必ず確認してください。それでも契約や勧誘のことで困ったことがあれば消費者ホットライン(電話188)へ。

忘年会・新年会

花巻温泉での忘年会・新年会

ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館 3館共通

夕食個室宴会場 宿泊プラン

2025 11/14(金)~2026 2/20(金)まで

料金 15,400円~ (消費税込)

日帰りの場合は、料金の70%となります。

プラン限定 特別料金 2時間飲み放題 2,500円 (消費税込)

※ホテル指定銘柄となります。※ご宴会は、21時までとなります。

※12/30~1/21/12~1/18は除外日となります。※上記の料金は1室4名様の利用となります。※大人には別途入湯税150円がかかります。※宴会場の空き状況確認が必要となりますので、お電話にてお問い合わせください。

夕食時の飲み物も含まれた期間限定宿泊プラン

佳松園の忘年会・新年会

2025 11/14(金)~2026 2/20(金)まで

一年の終わりと始まりを至福の空間で

ホテル3館の湯めぐりをお楽しみいただけます

料金 お1泊2名様

月~金・日曜日ご利用の場合 27,500円~ (消費税込)

土曜日ご利用の場合 33,000円~ (消費税込)

2時間飲み放題、指定銘柄となります。ご宴会は21時まで

1室3名利用お一人様+3,300円 1室2名利用お一人様+6,600円

※11/22,23/12/27~1/3,10~1/18は除外日となります。※上記の料金は1室4名様の利用となります。※大人には別途入湯税150円がかかります。※宴会場の空き状況確認が必要となりますので、お電話にてお問い合わせください。

花巻温泉 佳松園・ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館・バラ園

TEL 0198-37-2111

プランの詳細・ご予約はこちら