

2026.5月号 無料配布

【月刊272号】次号/5月24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 ダビッチビル
メール info@seniorsnet.jp
電話(代表)019-623-2788 FAX019-623-3735
【編集長】高村明彦 【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

働き手が集まらない!
特定技能外国人を雇用しませんか?
日本グローバル人材協同組合 019-654-2320

市の職員として仕事をす
るうちに、自然と「遠野を
またっていました。大学4
年の時にイラン・イラク戦
争が激化して、日本の企業
は現地から撤退せざるを得
ない状況でした。予期せぬ
事態に改めて将来を見つ
め直した多田さんは、地元
に戻り遠野市役所に入庁し
ました。

その後、首都圏で都市開
発やプランニングの仕事
に就いた多田さんは、行政
書士、一級土木施工管理技
士の資格を取得し、34歳で
「行政書士多田一彦事務
所」を設立。仕事も軌道に
乗り50歳を目前に控えた
頃、遠野市の公営企業の経
営再建の依頼を引き受け、

再び故郷のために汗を流す
ことになりました。「遠野
と東京を行き来しながら仕
事を2年くらい経った
頃に東日本大震災が起き
て、とにかく状況を確かめ
なければと思い、翌日大槌
に行きました。」

すぐに仲間を集め被災地
のニーズを拾い、全国から
集まるボランティアの受け
入れ窓口を一本化し、渋滞
やトラブルを避け活動がで
きる体制を整えました。「遠
野でやらなければならな
いことがあり過ぎて、東京
に戻る暇がありませんでし
た」と、東日本大震災を機に
遠野へのUターンを決め、
遠野被災地支援ボランティ
アネットワーク「遠野まご
ころネット」を立ち上げ、被
災地支援に専念。遠野から
全国、世界へと支援の輪を
広げ、2021年10月に遠
野市長に就任するまで活動
をけん引し続けました。

今年2月には「オーガニッ
クビレッジ宣言」を行い、
環境に優しい農業で遠野
の「土」を次世代につな
いでいく取り組みにも着
手しました。ホップなど
特色ある作物の生産体制
の強化と稼げる農業を推
進し、移住者の新規就農
もサポート。3月には「遠
野特定地域づくり事業協
同組合」が開始し、農畜
産業の人手不足を補い、
産業を守り維持する仕組
みも整えました。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

最後に「何があってもた
まげないで、やるべきこと
をしっかりとやって、多様性
の時代に適応するチャレン
ジが必要です」とのこと。
刻々と変化する社会で人生
を楽しめるよう、新しい価
値観や環境を受け入れる
「しなやかさ」を身につけ
たいものです。

子ども頃からスポー
ツが得意で、遠野高校では
サッカー部に所属し3年連
続で全国大会に出場。青山
学院大学では法学を学び、
卒業後はプラント系企業に
就職する予定でした。「サ
ウジアラビアへの赴任が決
まっていました。大学4
年の時にイラン・イラク戦
争が激化して、日本の企業
は現地から撤退せざるを得
ない状況でした。予期せぬ
事態に改めて将来を見つ
め直した多田さんは、地元
に戻り遠野市役所に入庁し
ました。

もともと良くしたい」と考え
るようになったという多田
さん。インターネットもな
い時代に観光や企業誘致の
情報を集めるには、遠野の
アンテナ拠点を首都圏に置
くべきだと考え、起案書を
作成しました。「大学の先
輩でもあった当時の市長の
家に3日間通って説得しま
したが、採用してもらえま
せんでした」と多田さん。
もどかしさを感じながら26
歳で市役所を退職したこの
時の思いが、後に市長を目
指すきっかけになっている
と話します。

再び故郷のために汗を流す
ことになりました。「遠野
と東京を行き来しながら仕
事を2年くらい経った
頃に東日本大震災が起き
て、とにかく状況を確かめ
なければと思い、翌日大槌
に行きました。」

具体的に取り組むとして、
保育園や児童館・児童セン
ターの活動に英語教育を取
り入れ、グローバルな人材
の育成を進めています。小
学生の放課後学習支援に加
え、小中高生を対象に無料
の「遠野市公営塾」を開講
し、学力向上にも注力。「遠
野の素晴らしさを実感し、
故郷へのプライドを育てる
真のグローバル教育を目指
しています」と話します。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

遠野市長
多田一彦さん(67)

もともと良くしたい」と考え
るようになったという多田
さん。インターネットもな
い時代に観光や企業誘致の
情報を集めるには、遠野の
アンテナ拠点を首都圏に置
くべきだと考え、起案書を
作成しました。「大学の先
輩でもあった当時の市長の
家に3日間通って説得しま
したが、採用してもらえま
せんでした」と多田さん。
もどかしさを感じながら26
歳で市役所を退職したこの
時の思いが、後に市長を目
指すきっかけになっている
と話します。

再び故郷のために汗を流す
ことになりました。「遠野
と東京を行き来しながら仕
事を2年くらい経った
頃に東日本大震災が起き
て、とにかく状況を確かめ
なければと思い、翌日大槌
に行きました。」

具体的に取り組むとして、
保育園や児童館・児童セン
ターの活動に英語教育を取
り入れ、グローバルな人材
の育成を進めています。小
学生の放課後学習支援に加
え、小中高生を対象に無料
の「遠野市公営塾」を開講
し、学力向上にも注力。「遠
野の素晴らしさを実感し、
故郷へのプライドを育てる
真のグローバル教育を目指
しています」と話します。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。



1958年、遠野市生まれ。岩手県立遠野高等学校、青山学院大学卒。
81年に遠野市役所入庁。85年に首都圏のデベロッパーに転職。行政書士、一級土木施工管理技士の資格を取得し93年に「行政書士多田一彦事務所」開設。遠野市公営企業の再生、東日本大震災の被災地支援活動にも尽力。2021年10月に初当選、現在2期目。座右の銘は「人生意気に感ず 功名誰かまた論ぜん」

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

また、15年のネパール
地震の際、現地に中小学
校や日本語学校などを作
り生活再建を支えてきた
多田さん。その縁で24年
12月に遠野市とネパールの
アルジュンドラ市は国
際交流協定を締結し、現地
に職業訓練校設立を計画
しています。「国際交流だ
けでなく遠野の人材不足
解消にもつながる取り組
みです。ほかに遠野のた
めにやりたいと思ってい
ることを全部実現したい」と
意欲を語る多田さん。「遠
野をもっと良くしたい」と
いう思いを原動力にチャ
レンジを続けています。

皆様の
かかりつけ
歯科医院として
Airo Dental Produce
タケダ歯科盛岡
0120-22-4618

ブックサロン・パピルス10年目突入
大森ふじおのシニアナビ
もり、さまざまな人の読
書感想文を聞けて、とても
刺激になっていま
す。会を開いてく
れた熊谷さんに感
謝」と話していま
した。小原隆夫さ
ん(81)は、文豪の
作品を取り上げる
ことが多く、毎回、
紙一枚の表裏に
びっしり書評を書
いてきます。
この日は、大江
健三郎の「個人的
な体験」について
持論を展開し「若
いときも読みま
したが、今読むと印
象が違いますね」と
普読した本の再
読なども勧めてい
ました。藤井茂さ
ん(75)は「長い文
章の中より短い文
章の中に真理が書
かれてある」とも
コメントしていました。
膝を突き合わせなが
ら、自由に本の感想を語り合
える読書会。リアルでない
味わえない楽しさに溢れて
いました。皆さんの周りで
も気軽に読書会を始めたい
いかがですか。
MOROKA生活文化研究室
大森ふじお

新型 ROOX ルークス
先進技術で見えルークス!
1.インテリジェントFCW(前方衝突予測警報)
2.プロパイロット
3.踏み間違い衝突防止アシスト
4.インテリジェントアラウンドビューモニター(3Dビュー)
5.インテリジェントアラウンドビューモニター(インビジブルフードビュー)
6.RCTA(後退時車両検知警報)
盛岡日産モーター
本社仙北店
盛岡北店
本店

春のお悩み 解決します!!

暖かくなる春先は庭木の成長も早く、枝の広がりやお手入れの負担に頭を悩ませる時期です。今回は、そんなお悩みの解決に役立つ特集です!

今年の草刈りはクロノスにお任せ

草刈りは、シニア世代の皆さまにとって大変な重労働です。長時間の作業で腰や膝を痛める方も。対応面積は最大4千㎡。設定したエリア内を全て自動で草刈りし、集草作業もいりません。バッテリー残量が少なくなると充電ステーションへ戻り、充電完了後、作業を再開します。クロノスは安全に雑草を刈れる頼もしいパートナーです。ぜひ今年の草刈りはクロノスに任せて、空いた時間を有意義に使いませんか。



そんな時、ロボット草刈機「KRONOS(クロノス)」があれば、作業のほとんどをロボットに任せられます。体力的に

庭木のお悩みを解決

草木の成長が早まるこの季節。庭木の手入れをしないと枝葉が伸びて近隣迷惑がかかったり、台風での倒木や蜂・害虫が巣を作るなど危険も多く、こまめな庭の手入れが推奨されています。また「盛岡市空き家等対策協

植木伐採の専門店「庭人」では「お客さまと長くお付き合いいただける会社」をモットーに近郊、県北、沿岸、県南など県内全域出張可能ですので、遠方の実家が気になるなど空き家の悩みもぜひ一度お問い合わせください。



庭木の伐採・剪定屋
庭人 -にわびと-
盛岡市黒石野

盛岡市近郊・県北・沿岸・県南など
岩手県全域対応可能

・岩手県内出張費無料
・剪定、刈込、植木伐採、草刈り、防虫対策、オールインワンサービスで低価格を目指します!

☎090-1498-8393
見積・相談無料、お気軽にお問い合わせください
【受付時間】8時~20時 土曜・日曜・祝日も対応可能

クロノスの 和同産業株式会社 まで
ご購入・お問い合わせは

和同産業株式会社
☎0198-24-3221

〒025-0035
花巻市実相寺410
【営業】9時~17時
【休業日】土曜・日曜・祝日

想活

~そうかつ~ 2026

オンラインで紙面をチェック!

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・野菜を育てて賣います

電話: 019-667-1977
住所: 盛岡市桜台2丁目18-2

お近くの年金のもらいしんぞ

お受け取りは

特典1 年金定期特別金利の適用
特典2 お誕生日プレゼント!
特典3 毎年好評の年金旅行!

盛岡信用金庫 電話 019-623-2221(代表) 盛岡市中ノ橋通1丁目4番6号

和泉屋

空き家の買い取り・片付けいたします!

生前整理・遺品整理・断捨離

080-1697-8180 岩手県内どこでも出張買取!

私たちは 遠野市 を 応援 します!!

地域とともに未来を創る遠野市。そんな遠野市の魅力発信と地域活性化を応援する企業の皆さまをご紹介します。遠野市のさらなる発展と、新たなつながりを生み出すきっかけとなることを願っています。

遠野市ってどんなまち?

遠野市は、岩手県内陸部に位置する、豊かな自然と民話の世界が息づくまちです。市内には昔ながらの農村風景が広がり、懐かしさを感じさせてくれます。

遠野ふるさと村 道の駅 遠野 風の丘
遠野 伝承園 たかむろ 水光園

車検・整備・車販・リース・レンタカー・保険・24時間レッカーサービス

有限会社 小井口自動車工業

遠野市鷺崎町1-10 TEL.(0198)62-3154

木の復権! 住まいに・環境に・地域産業に...

一級建築士事務所・特定建設業(建築・造園)

株式会社 リンデンバウム遠野

遠野市青笹町中沢8-1-11 TEL.0198-62-4163
info@lindenbaum-ono.jp FAX.0198-62-4164

地域に寄り添い、カーライフを支える。

TONO CAR CENTER 遠野カーセンター

TEL 遠野市松崎町 0198-62-7869 白岩18-35-22

創造とチャレンジで、地域に役立つ企業へ

株式会社 テラ

遠野 テラ

売地、売家から新築、リフォームまで、ワンストップで対応します

物価高騰による生活への影響は大きくなる一方です。立石工務店ではお客さまの負担を減らすために独自の気密・断熱施工による

株式会社 立石工務店

TEL 028-0542
遠野市早瀬町二丁目7番31号
TEL 0120-19-1731
TEL 0198-63-1731
FAX 0198-63-1735
営業時間 8時~17時

岩手の美しい四季。しかし、近年は夏が増え、冬は厳しい寒さなど独特の風土は、住まいへの大きな挑戦でもあります。私たち立石工務店は、地域に根差し、岩手での暮らしがもっと楽しくなるプランをゼロから一緒に作り上げます。 株式会社 立石工務店 高性能住宅の促進や補助金を活用し、世代を超えて住み続ける、頑丈で健やかな家をご提案します。お客さまの将来の生活も考え、経済的負担も考慮して進めてまいります。地元だからこそできる、きめ細やかなサポートをお約束します。

100th 文芸書・実用書・専門書等、大手出版社の書籍を遠野で制作しています。

萩原印刷株式会社

Hagiwara Printing Co., Ltd.
遠野市中央通り4-6 TEL.0198-78-3100

遠野の地に従業員が誇れる、働きがいと夢のある会社を築く

SEIKO 遠野セイコー株式会社

Tono Seiko Co., Ltd.
遠野市下組町11-44 TEL.0198-62-2327

遠野商工会

会長 佐々木 精太郎
会員一同

本所 遠野市新穀町6-1 TEL.0198-62-2456
宮守 遠野市宮守町下宮守29-77 支所 TEL.0198-67-2230

遠野市金融団

岩手銀行 遠野支店
支店長 漆 沢 隆文

東北銀行 遠野支店
支店長 小田島 正則

北日本銀行 遠野支店
支店長 澤 里 拓

盛岡信用金庫 遠野支店
支店長 鮎 田 保

花巻信用金庫 宮守支店
支店長 佐々木 陽子

東北労働金庫 遠野支店
支店長 関 哲三郎

新しい趣味を始めよう!

暖かくなり、過ごしやすい季節になってきました。何か新しいことを始めたいと感じている方も多いのではないのでしょうか。今回は、春から始めるのにぴったりな情報をお届けします。



お得なプランでピアノデビュー

大人の趣味として人気のピアノ。子どもの頃に習っていたが、ピアノの基礎から学べ、個人のペースに合わせながら一曲マスターを目指す。子どもから大人まで「音楽する人(生徒)を育てる」という姿勢を一貫して音楽スクール60年以上の実績を誇るカワイ音楽教室では、お得意にピアノを始められる初心者向け「ピアノスタート特別プラン」を期間限定で実施中。3カ

初心者のための
ピアノスタート特別プラン
受講料 **3,300円/月** 入会金 無料
※コース終了後、継続をご希望の場合は4カ月より規定額となります。

カワイ音楽教室

〒020-0022 盛岡市大通1-10-21PIVOT盛岡大通ビルⅡ 2F

019-636-0044

【受付時間】10時~19時(月~日曜日)

新感覚な経木クラフト

繭クワフトで有名な工房「繭・花」。繊細な繭の置物やブーケが人気な繭・花ですが、令和6年度より「盛岡市森林(もり)づくりイノベーション事業」に参加し、南部赤松の経木を使った花飾り「経木フラワー」を開発。盛岡の森林産物の活用・普及のため、経木フラワーを使った人気のワークショップ「もりおか森

参加者募集中!
もりおか森の恵みクラフト教室
日時:6月・7月・9月・12月・2月 第2・4 火曜日
会場:岩手県公会堂 時間:10時~12時、13時半~15時半
定員:各回15名 材料費:各回2,200円程(受講料無料)

工房 繭・花

〒020-0884 盛岡市神明町1-24 マロン・クレール1階

019-623-6509

メール:emi@yumemayuka.com

【営業時間】10時~18時【定休日】月曜・その他曜日不定休



- ①デラックスきせかえリカちゃん ショウワノート ¥330
- ②B5ぬりえ ジョアンナ ショウワノート ¥275
- ③NEWアーム筆入 サンスター ¥880
- ④デザイン定規 レモン ¥110
- ⑤マジックインキ 大型 寺西化学 ¥176
- ⑥U型磁石 クツワ ¥396
- ⑦フェキくん どうぶつつり 160g ¥275 / 60g ¥165
- ⑧油性ボールペン BOXY-100 黒 BX100,24 三菱鉛筆 ¥110
- ⑨ソフトステンレスボールペン SAR 三菱鉛筆 ¥77
- ⑩事務用鉛筆 9852(消しゴム付) 三菱鉛筆 ¥77
- ⑪20色 ポケットカラーペン レモン ¥143
- ⑫ロケット鉛筆3本セット ファンシードリームレモン ¥176



平金商店
バスター館内に
レトロ文具
コーナー登場!!
※表示されている価格は税込みです。掲載時に価格変更の可能性がございます。

懐かしのレトロ文具

あの「象がふんでもこわれない」のキャッチコピーで大人気になった「アーム」の文具を、紹介し、ぬりえやきせかえ、ロケット、トえんぴつ、色の芯を差し替えて使う20色の色鉛筆、ケットカラーペン、幾何学

パステル館店長の文具発見



藤原店長

61年。今回はそんな懐かし模様がデザインされた、マジックインキ、愛らしい動物の顔のケースののりなど、思い出もみがえり嬉しくなります。中でも、スーパーカー消



広々としたコースでプレーした後は、おいしいランチをどうぞ

岩手ゴルフ倶楽部は今年やラウンド経験のない方のために「気軽にラウンド体験」のほか、今年から新たに「TGAゴルフまるっと体験会」が始まります。スタッフサポート付きで、ゴルフ場の利用方法やターゲット練習、コースラウンド(2~3ホール)を約2時間で学べます。参加費は1千円(税別)で特典として東北ゴルフ連盟加盟倶楽部で使えるプレー補助券2千円分がもらえます。完全予約制になっていますので岩手ゴルフ倶楽部への電話予約または東北ゴルフ連盟のHPからお申し込みください。

お得にゴルフを始めよう

今年も期間ごとのお楽しみ限定メニューを2種類ご用意。5月は、ハンバーグ・目玉焼き・エビフライのワンプレートランチ、ハンバーグコンボと「タルタ

すべてのお客さまに安心してお客さまに安心してプレーしてもらおうため、コース内でのマナーの呼びかけも実施。「たばこのポイ捨てなどないよう喫煙場所への案内など行ってきたい」と辰口支配人は話します。プレーを楽しんだら、レストも健在です。おなかも心も大満足できそうです。丁寧、親切をモットーにしている岩手ゴルフ倶楽部。始めたいけど不安がある人にも親身になってフォローしてくれるので、今年こそ何か新しいことに挑戦したいと考えている方は、ぜひ一度、岩手ゴルフ倶楽部で素晴らしいゴルフの魅力を感じてください。

人生100年時代を安心して自分らしく生きていく

50代~60代のためのセカンドライフマネー講座

参加無料



タルトタタンお菓子セット付

年金だけに頼らない老後資金準備

家族に迷惑をかけない介護の準備

人生の最期を笑顔で迎える相続対策

5/31 定員20名 (日)
①10:00~12:00 ②13:30~15:30
【会場】キオクシアアイーナ802

6/7 定員20名 (日)
①10:00~12:00 ②13:30~15:30
【会場】キオクシアアイーナ702

講師

(株)ワオナス 菊地 尚基
ファイナンシャルプランナー 相続診断士



お申込はこちら



阿部陽子の

ほくほくとトレッキング

第79回 わどり山 677m

真っ白い大羽根がゆったり回っている。九戸村と一戸町を東西に分ける長い尾根に13基の風力発電塔が並んだ。北の折爪岳851mを頂点に小倉岳・就志森769m、傾城峠735mと南下するが、実際には標高を計測しただけで、地形図に山名のないピークがいくつも連なっている。九戸村の登山愛好家が、歴史に登場する山名を

渡り鳥ハイクで春を飛ぶ

や峠を越え、九戸村の瀬月内川を渡ってさらに西へ向かう。わどり山の山頂直下の九戸峠640mまで上がった牛は、大珪化木(化石)で有名な一戸町根反に下った。だが、陸中海岸と陸羽に小沢を渡り、明るい斜面に折れて急斜面を登れば山

(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

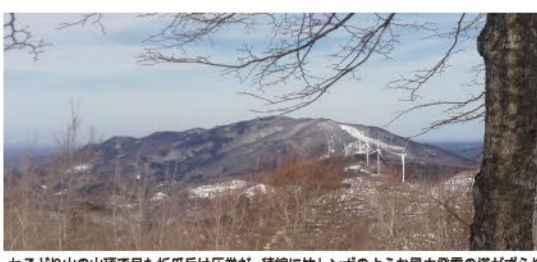


頂だ。「ここ眺める折爪が一番好き」と登山仲間Mさんが叫んだ。いつもと違う山容の折爪岳が、北方の王者の威厳を誇示していた。八甲田連峰が横一列に浮かぶ。岩手山は木立に遮られて見えない。山頂には質素な山城があったのぞきながら、牛のように

ゆるゆる登っていく。グワーンと唸る風車が頭上にいきなり出現。工事用道路より九戸峠までトラバース気味に進む。「盛岡藩・八戸藩」の看板を鋭角に折れて急斜面を登れば山

町側には「鳥」の字をあてた地名がいくつかある。白鳥・鳥越・似鳥・小鳥谷・毛鳥・鳥海、そして町村の境が「わどり山」だ。渡り鳥ハイクで

春を飛べー。ある医師はこの現状を「日本では、悲惨な医療事故が起る度に、医療バッシングが起り、医療不信に拍車がかかる。その度に『日本の医療はひどい』『欧米に比べて遅れている』などの声が聞かれる」と述べています。



わどり山の山頂で見た折爪岳は圧巻だ。稜線に竹トンボのような風力発電の塔がずらり

読者の皆さまは世界における日本の医療レベルをどう認識していますか。ライター通信が、世界各国で「家族が重病になった際、自国で良質で手ごろな医療を容易に受けられるか」という質問をしたところ、「容易に受けられる」と回答した割合が多い国は、スウェーデン、ベルギー、カナダがベスト3で、ワースト5は中国、韓国、

岩手医科大学 学長の ほんとは言いたい医療話

日本の医療レベルと国民の認識の解離

「日本では、悲惨な医療事故が起る度に、医療バッシングが起り、医療不信に拍車がかかる。その度に『日本の医療はひどい』『欧米に比べて遅れている』などの声が聞かれる」と述べています。では、世界に比べて日本がどう評価されているのでしょうか。世



岩手医科大学 学長 小笠原 邦昭

「ここ眺める折爪が一番好き」と登山仲間Mさんが叫んだ。いつもと違う山容の折爪岳が、北方の王者の威厳を誇示していた。八甲田連峰が横一列に浮かぶ。岩手山は木立に遮られて見えない。山頂には質素な山城があったのぞきながら、牛のように

骨粗しょう症の定義
骨粗しょう症とは、「骨量の低下と骨質の劣化により骨強度が低下し、骨折のリスクが増大する骨格疾患」と定義されています。骨の強度の70%は骨量、30%は骨質によって規定されると考えられています。

骨粗しょう症の予防
骨粗しょう症の予防には、女性は閉経後の骨量減少を、男性は加齢による骨密度低下をできるだけ抑えることが大切です。予防の目的は骨密度を保ち、骨折リスクを下げることにあります。

森の風 鶯宿

HOTEL MORI NO KAZE O USYUKU

フラワー&ガーデン森の風

2026 SEASON OPEN!!

【営業時間】10:00~18:00(最終入場17:30)
【入場料】大人800円、シニア(60歳以上)600円
小学生400円(未就学のお子様無料)
※16時からのイベント料金は大人500円、小学生200円
※ペット同伴可(無料)

ご宿泊のお客様は **入場無料!**

日本最大級の **本格ガーデニング園**
5~6月は芝草、ネモフィラ、ピオラなどが見頃です!

お問合せの原「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

金額に合わせた

チラシやウェブサイト

制作

ご相談ください!

他にもできます!

- 各種デザイン
- ウェブサイト制作・保守管理
- 各種メディア掲載
- 撮影業務

TEL:019-623-2788

信頼と満足を

東邦スワン株式会社

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ガスゴールド保安認定事業者

〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通2-3-10
☎019-651-6771 FAX.019-651-6773

岩手公園散策(後編)



案内役 真山 重博

前号に続き、今年で開園120周年を迎える「岩手公園」を散策します。

岩手県が南部家から30年間の無償貸与を受け、盛岡城跡を公園として整備したのは1906年、日露戦争が終った翌年でした。公園整備は県の失業対策事業でもあり、4月から延べ2万6千人の職工や人夫を雇用し、桜や梅、紅葉などの植栽と花壇や藤棚を作り、8カ所の四阿と石段や橋、運動場などを整備し、9月15日の開園を

迎えたのでした。開園式では楽隊演奏や神楽、獅子舞、さんさ踊りなどで盛大に祝い、屋台も出てにぎわったそうです。設計は東京・日比谷公園など近代公園の先駆者として知られる長岡安平氏によるものです。

「県民の幸福に役立つのであれば」と県の公園計画に土地の無償貸与を快諾したのが、家督を継いだばかりの42代南部利祥公でした。日露戦争で戦死したその南部中尉騎馬像台座①がある本丸から歩き始めます。

本丸から馬場跡へ続く石段②は「岩手公園」が整備された時にできたもので、盛岡城があった当時は、当然ですが石垣で閉ざされていました。この石段を右手に下り「吹上門跡」③を出て石垣の外側を進むと、二ノ丸西側に「石垣普請奉行跡」④があります。石垣には1686(貞享3)年の石垣工事を指揮したお奉行さんの名前が刻まれています。

三ノ丸の石垣下には、後に漫画「六三四の剣」の舞台となる柔剣道場「武徳殿」⑤がありました。老朽化により1982年に解体され、現在は広場となっています。

先ごろ修復工事が行われた三ノ丸北西部の石垣の一角にも「石垣普請奉行跡」⑥があります。こちらは、先ほどより少し時代が遅い1705(寛永2)年のもの。石に刻まれた野田弥右衛門、川守田弥五兵衛のお二人は、お殿様からどんなご褒美を賜ったのだろうかなどと考えるのが「鳩御門跡」⑦を通り、桜山横丁の「綱御門跡」⑧へ戻ります。

当然の事ながら私にはお城の記憶はありませんが、子どもの頃には鶴ヶ池畔に三動物園があり、熊や鹿、猿、タヌキなどの檻が並んでいたことが懐かしく思い出されます。盛岡城を思いながら歩いた「岩手公園」周辺、だいたい3000歩のみちくさでした。

一本の映画が1人の女優の存在感を突拍子もなく高懸わす、ましてや不貞などめることがあります。『東海道四谷怪談』(新東宝)で思いもしない健気さを体現する姿は、若杉に一人の女性としての芯だけではなく、母性の強靱さを感じさせ、この映画を単なる怪談話には終わらせませんでした。この映画を観る者をしてお岩に「母なるもの」を感じさせるとは、新東宝撮影所に中川監督の優しさを口にする俳優スタッフが多かったという言い伝えが残っていたことにも頷けます。

映画界から身を引いてから、一人娘を育てるため着物の販売員も務めたそう、お岩さんの苦勞と何やら重なります。(永続経営創発研究所)



今回は受け売りの話。もたまたま見かけた動画。そこで知らないお坊さんがしていた説法が、目からウロコだった。

まずは問いかけた。今、自分がいるのはなぜか。答えは、産んでくれた両親がいたから。当たり前のことだ。

いや、自分には両親はいない。子どもの頃に両親は離婚したとか、若くして母は亡くなってしまった。だから自分にはいるのは片親だけなんです、という人も確かにいる。だが申し訳ない、そういう話ではないのである。「一つの生命体である自分が生まれて来たためには父と母が存在した」という話なのだ。今の自分が有るための

おかげ様
自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

風のうわさ

イワテ奇談漂流 文 高橋政彦

自分は奇跡の連続で存在する

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

自分には両親がいる。その父と母にもそれぞれ両親がいた。父と母の分で2組の祖父と祖母、計4人だ。そんな調子でどんどん遡っていく。すると4人の祖父母にもそれぞれに両親

若杉嘉津子の巻

第七四回 文 山田 裕幸

江戸の街中の葉売りの姿を織り込んだ江戸情緒のさりげない描き込みから、侘しき風情を醸すもたれ屋で暮らす伊右衛門とお岩の上に、夜空を彩る花火の破裂音が二人の行く末を暗示させますが、中川の監督と美術の黒沢治安の手練は見事でした。

お岩が乳飲み子を抱き、夢からも希望からも見放されたような暮りの中にあ

お岩が乳飲み子を抱き、夢からも希望からも見放されたような暮りの中にあ

2026 ぼんぼり祭り

5月10日(日) 花と泉の公園

4/29(水)~5/24(日)

入場料 通常券 大人700円/中学生350円
ライトアップ券 大人500円/中学生250円

ライトアップ 5/2(土)~10(日) 18時~21時まで(最終入場20時半)

花泉観光開発(株) tel.0191-82-4066

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。

岩手県持ち家着工棟数 21年連続 第1位

シリウスグループ 31周年 Anniversary

「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!



オンライン診療のイメージ(厚労省「オンライン診療について」より引用)

近ごろ耳にするのが増えた「オンライン診療」。言葉だけ聞くと難しく感じますが、簡単にいえば「病院に行かずに、自宅などから医師の診察を受ける方法」です。高齢化が進む中で、移動の負担を減らす手段として注目されています。

シニアに向けてのデジタル講座⑥

オンライン診療とは

特に、風邪の軽い症状や高血圧などの定期的な診察、花粉症などの慢性的な症状では利用しやすいといわれています。体調が悪い中で移動しなくてよいことや、待ち時間が少ないことが大きな利点です。また、家族が遠方に住んでいる場合でも、診察内容を共有しやすいという利点があります。付き添いが難しいときでも、事前に相談しておけば家族がオンラインで同席できるケースもあります。

ただし、すべての症状においてオンライン診療が可能というわけではありません。直接触れなければならないときは家族や講座で相談しながら、少しずつ試してみましょう。

一般社団法人 トナリノとは

「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しをお伝えします。

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

今年も春闘では、労働者の希望に対して満額回答の企業も多く見られました。県内のスーパーなどが加盟する組合も正社員よりパートなどの給与の上昇率が高くなっています。

NISAが気になるがまだ踏み出していない30、40代の方、葬式費用を用意しておきたいという70、80代の方、50、60代の方はリフォームしたいけど物価高で生活が苦しい...など、一人一人目的や状況が違うので、貯蓄計画を立てる時には、目標額と期間から積立額を決めましょう。

貯蓄計画を立てる

この先が見えてきた方もいるかと思えます。貯蓄の目的は、老後の生活資金や教育費、住宅ローンなど、一人一人の目的や状況が異なるので、貯蓄計画を立てる時には、目標額と期間から積立額を決めましょう。

シニアの皆さんの中には、そろそろ教育費や住宅ローンの先が見えてきた方もいるかと思えます。貯蓄の目的は、老後の生活資金や教育費、住宅ローンなど、一人一人の目的や状況が異なるので、貯蓄計画を立てる時には、目標額と期間から積立額を決めましょう。

貯蓄の目的は、老後の生活資金や教育費、住宅ローンなど、一人一人の目的や状況が異なるので、貯蓄計画を立てる時には、目標額と期間から積立額を決めましょう。

くらしとお金のセミナー

参加無料 & 相談会

くらしとお金のセミナー 13:00~14:00

5/24 知らないで損する「年金改正」のすべて
~現役世代からシニアまで、自分に合わせた働き方・増やし方~

7/26 資産形成基礎編 講師 5/24 昆浩司氏
7/26 川崎 竜太郎氏

9/27 30~40代向け ライフプランセミナー 9/27 藤原 弘道氏

くらしとお金の個別相談会 要予約 各回限定4組

①14:00~14:50 ②15:00~15:50

会場:岩手県立県民生活センター(盛岡市中央通3-10-2)

お申し込み 0120-874-251

日本FP協会岩手支部【平日受付 9:30~17:00】

【主催】日本FP協会岩手支部【共催】岩手県【後援】盛岡市

寺田寅彦記念館内部(高知市)

物理学者兼工芸家として活躍した寺田寅彦は、岩手と縁が深い人です。

1878(明治11)年11月28日、東京・麹町区(現千代田区)に生まれますが、1881(明治14)年父母の故郷である高知市に転居します。

高知県尋常中学校(現大手前高校)を経て1896(明治29)年第五高等学校に入学しますが、大きな出会いがありました。

英語教師の夏目漱石(本名:金之助)、物理学教師の田丸卓郎との出会いです。寅彦は二人との出会いにより、文学と物理学を志すことになりました。

田丸は1872(明治5)年、盛岡に生まれています。帝国大学理学科大卒でやはり岩手出身(二戸)も知られていますが、寅彦も二人の恩師の影響を受け、ローマ字に大きな関心を寄せました。『Unito Buturigaku』というローマ字で執筆した多くの作品を残しています。

宮沢賢治学会元副代表理事 佐藤竜一

岩手の先人 寺田寅彦とローマ字

郡福岡村の物理学者・田中館愛橋と出会い、研究者の道を歩んでいきました。愛橋は1944(昭和19)年岩手県人として初めて文化勲章を受章した人です。田丸と寅彦とは6歳しか違わず、田丸は恩師というより兄貴分として親しくつきあっています。

寅彦は上京し、1899(明治32)年東京帝国大学理学科大学に入學、田丸と同様に、田中館愛橋の教えを受けました。

田中館愛橋と田丸卓郎は日本式ローマ字の普及(ローマ字運動)に尽力したことで知られていますが、寅彦も二人の恩師の影響を受け、ローマ字に大きな関心を寄せました。『Unito Buturigaku』というローマ字で執筆した多くの作品を残しています。

宮沢賢治学会元副代表理事 佐藤竜一

認知症予防に!

0から覚える麻雀講座

毎週午後 アイーナ会議室で 火曜日本曜日 開催中!

受講者随時募集中

初心者歓迎!丁寧に教えます

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

お財布に優しい納得の車検料金!

盛岡車検専門店

総額最大 15,000円引

高品質! 低価格! 軽自動車 36,640円~

軽自動車	小型乗用車	中型乗用車	大型乗用車	小型貨物車
重量税 6,600円	16,400円	24,600円	32,800円	6,600円
自動車保険 17,540円	17,650円	17,650円	17,650円	12,850円
印紙代 2,200円	2,200円	2,200円	2,300円	2,200円
法定費用合計 26,340円	36,250円	44,450円	52,750円	21,650円
車検基本料 16,500円		17,600円		
車検検査代行料 8,800円				
合計 51,640円	62,650円	70,850円	79,150円	48,050円
最大15,000円割引後 36,640円	47,650円	55,850円	64,150円	33,050円
減税対象車 35,040円	41,250円	46,250円	51,350円	31,450円

カーポケット盛岡 車検・整備・費用 019-601-8291

空調のプロが洗う

エアコン洗浄

臭い・雑菌も一掃!

キレイな空気 安心・安全

効率上がり 電気代節約

家庭用 ルームエアコン 16,000円~	お掃除機能付 エアコン 21,000円~	業務用 エアコン 35,000円~
----------------------	----------------------	-------------------

さらに今なら 安心の無料点検 付き!

株式会社ユートー 019-641-0055

国産の確かな品質と鮮度を

日本の榊

本榊

榊は国内で最高品質の和歌山県龍神村のものを取り扱っております。

ヒサカキ

榊-シキミ

緑の風

注文・お問合せはお電話にて

TEL.019-686-1787

滝沢市大釜風林3-24 webサイトはこちら

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

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

Eメール w-kougyou@r5.dion.ne.jp

ミツケをみつめてね!
 広告のどこかに
 隠れているよ!
 先月号の
 答えは
 こちらから

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	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
釜石 79.2MHz	遠野 80.7MHz	山田 82.0MHz



結の心で遠野を支える

一般社団法人遠野かやぶき保存会
 理事 **照井文雄さん(78)**

1952年、岩手県遠野市生まれ。大工である父の後を継ぐため、大船渡工業高等学校建築科を卒業し、父の経営する工務店(盛岡)に勤める。37歳のときに工務店を遠野市に移し、帰郷後は遠野のかやぶき文化を残すため活動を開始。54歳のときに遠野市議会議員となり、4期16年にわたり市政にも従事する

結の心でつなぐ 遠野のかやぶき文化
 かやぶき屋根の文化が今も息づく岩手県遠野市。重要文化財「旧千葉家住宅」をはじめ、市内に点在するかやぶき屋根の建物は、実に40棟にものぼります。「かつて大半がかやぶきだった遠野では、葺き替えは地域総出で行う大切な仕事でした」と語る遠野かやぶき保存会理事の照井文雄さん。その技術を次世代へ残すため奮闘してきました。照井さんが初めて葺き替えの現場に立ったのは、20歳の頃。「旧千葉家住宅」で大規模な葺き替えが実施されることになり、当時、父と共に盛岡の工務店で働いていた照井さんも、遠野へ向かうことになりました。「地域の人たち30人ほどが集まりました。分家の奥さんたちが食事を用意して、もてなしてくれてね。使う茅が足りなければ互いに補い合う。そんな、地域が助け合う『結』の精神で協力してきました」と振り返る照井さん。困りごとがあれば皆で支え合う結の心こそが、かやぶき文化の根幹にあるのだと話します。しかし、この頃から照井さんの仕事には、時代の波による変化が。生活の近代化で、かやぶきからトタンや瓦屋根へと替える家が増えていったのです。「茅を剥がすことで、中を見ることのできたのは、職人として大きな喜びになりました。それでも、慣れ親しんだ遠野の風景が消えていくのは、寂しく感じましたね」。盛岡でも新興住宅が次々と建ち並ぶようになり、照井さん

伝統を守り 未来へつなぐ

「相談例」
 電話がかかってきて分電盤の点検を勧められた。業者が来訪した。分電盤を点検してすぐに「これは古いのですぐに交換しなければ漏電して火事になる」と言われた。今までは10年交換していましたが、信用して約15万円の交換工事の契約を結び、前金を支払った。しかし、後からよく考えると高額ではないかと思う。工

不安をおおる勧誘に注意

分電盤の点検商法

特定商取引法上の訪問販売に該当する場合は、契約書面を受け取った日から8日以内であればクーリング・オフができます。困ったときは、消費者ホットライン(電話188)へ。

創業150年の安心と信頼と納得を
今の安心が 未来の支えになる

明瞭価格での提供	充実したサポート	分かち合う評価を提供
----------	----------	------------

(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-



思い出も大切に 廃車・ボロボロ車
 軽自動車 **4万円**
 普通車 **最低でも 5万円以上**
 ※年式・車種問わず! 不自動車もOK!



引取料・査定 無料 | 手続き代行 安心サポート
令和産業(株)
 TEL 019-658-1515 | 平日・土・日・祝 8:00~17:00(年中無休)
 ウェブサイト: reiwa-recycle.com | 令和産業(株) 検索

