

2016.09月号 無料配布

【月刊156号】次号/9月25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:株式会社ウインドクロス
〒020-0024 盛岡市菜園2丁目1-9 メール info@seniorsnet.jp
電話(代表)019-623-2788 FAX019-623-3735
【編集チーム】今野洋介【編集スタッフ】川村龍雄/古山そのみ/
高見博子/セブン企画/村井由紀子/菊地陽一/細田睦

大人のための情報紙 シニアズ

Senior's

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

あなたの輝く文化生活を応援します
文具・画材・額縁・インテリア

平金商店

パステル館

肴町ななっく4階 パステル館 検索

犬が幸せに暮らせる場所を

—— 動物とともに40年 ——



わんわんらいふ代表 北條清一さん(63)

シニアパト おとめちゃん(3)

お店では犬たちがゆったりと暮らしています。中でも北條さんのパートナーはシェパードのおとめちゃん。おとめちゃんの表情からは北條さんと心が通っているのが伝わってきます。

地元岩手で長年にわたって動物に携わり、日々ペットの命と真剣に向き合っている人がいます。紫波町にあるペットショップ「わんわんらいふ」代表の北條清一さんです。

北條さんは岩手県紫波町の出身。高校時代から建築を学び関東の会社で就職しました。半年が過ぎた頃、知り合いの繋がりから造船関連の会社に声がかかり名古屋へ。まだ19という年にも関わらずまとめ役を任せられることになりました。

年齢も経験も上の人たちが多く、とにかく人の倍働かなくて済むことを目指して、努力と運が味方した結果、売が向いているんじゃないか」という言葉。以来、40年以上動物に携わる道を歩むことになりました。

県内に数店舗あるペットショップにて20年以上勤務した北條さんは、現在独立し自宅の前にドッグランなども備えた犬専門のペットショップを営んでいます。

「もし犬たちがお客さんのもとに渡らなくても、幸せに暮らせるような場所を作りたい。この思いで、51歳の時「わんわんらいふ」を立ち上げました。長年経験

してきた現場の目線で作って来た現場の目線で作ったお店です。「生き物を扱うからには気持ちや伝わりなさいいけない。古い形かもしれないけれど、正直な商売がしたい。これが命に携わる北條さんの覚悟です。

毎朝、犬たちの顔を一つずつ確認するのが日課の北條さん。環境を整え日々向き合うことで、犬たちの健康管理を気遣います。犬のことを知り尽くした北條さんは、これからの自分の子供を送り出すかのように、犬たちと新たな家族の縁を繋いでいきます。



健康面にも自信を持って送り出せるように、「365日当たり前のことをきちっとやる」のが北條さんのモットー。同じ思いを持ったスタッフとともに愛情を持って接します。

MS&AD インシュアランスグループ

MS岩手株式会社

弊社は三井住友海上グループ
直接出資の子会社です。
損害保険、生命保険の販売店です。

**保険の見直しをしてみたい、
介護にしっかり備えたい、皆様是非ご連絡ください。**

毎年「去年と同じで」と言っている方!
1度お電話下さい、お得な情報をご提供できます。

本社 盛岡支店 019-623-2400 担当 田村
〒020-0022
盛岡市大通3丁目3-10 七十七日生盛岡ビル9階
久慈支店 TEL.0194-52-1551 宮古支店 TEL.0193-77-3810
大船渡支店 TEL.0192-26-5670 北上支店 TEL.0197-72-7626

「杖道」を知っていますか

健康にも良い古武術

全日本剣道連盟に属する武術のひとつに、杖一本で相手を制する「杖道」という武術があることをご存知でしょうか。杖道は40年の伝統を持つ古武術で、攻撃せず、攻撃しつづける相手を懲らして、戒める武術とされています。目的は強くなつて戦いに勝つことではなく、自分自身の精神的な向上にあります。」と石田会長。多様で自由度の高い動きは、重要な筋肉とほとんどの経絡が使われているため、健康面でみても優れた武術だと指摘します。

参加者の山本しづえさん(85)は、岩手最年長の女性杖道家。15年ほど前、杖道を教える石田会長を新聞で見た山本さんは、その格好よさに魅せられ、体験会に参加したそうです。今現在5段の山本さんは、88歳で受ける昇段試験を励みに今日も稽古に励んでいます。

稽古に励む山本しづえさん(左)と石田会長(右)

杖は持ち方構え方・滑らせ方などで、刀にも槍にも難刀にも変わり、「相手を傷つけず、攻撃しつづける相手を懲らして、戒める武術とされています。目的は強くなつて戦いに勝つことではなく、自分自身の精神的な向上にあります。」と石田会長。多様で自由度の高い動きは、重要な筋肉とほとんどの経絡が使われているため、健康面でみても優れた武術だと指摘します。

参加者の山本しづえさん(85)は、岩手最年長の女性杖道家。15年ほど前、杖道を教える石田会長を新聞で見た山本さんは、その格好よさに魅せられ、体験会に参加したそうです。今現在5段の山本さんは、88歳で受ける昇段試験を励みに今日も稽古に励んでいます。

建物参考価格 1,150万円 (税抜)

ボーナス 払いなし 月々 32,462円

※金融機関:岩手銀行金利1.0%(当初3年固定)
35年払、ボーナス払無(自己資金0円)一例です。詳しくはご相談ください。
※掲載価格は平成28年6月現在のものです。価格は予告なく変更する場合がございます。
1階 70.38㎡(21.28坪) 延べ床面積 70.38㎡(21.28坪)
2階 70.38㎡(21.28坪) 施工床面積 74.31㎡(22.48坪)

0120-971-070
北上市くらまち1-6-23
TEL.0197-61-3670/FAX.0197-61-3677

0120-418-324
盛岡市本宮6丁目26-15
TEL.019-656-5652/FAX.019-636-3988

0120-322-147
盛岡市みたち3丁目2-37
TEL.019-648-8520/FAX.019-645-2101

岩手県持ち家着工 11年連続No.1 シリウスグループ

「パパとママ、みんな笑顔」で家づくり

SUGAR HOME シュガーホーム

2LDK 南 玄関対応プラン 21.28坪(70.38㎡)

玄関とホールの収納が
すっきりした空間を演出

0120-971-070
0120-418-324
0120-322-147

来店特典あり! 来店フォームからご予約いただけます。

検索 <http://sugarhome.jp/>

盛岡市指定無形民俗文化財保持団体 盛岡山車推進会が伝統を守る 9月14日から盛岡秋祭り



花工房らら倶楽部で演奏中のオーソドックス

若手県内で60年代〜80年代のロック・ポップスのバンド活動を続けている「オーソドックス」。結成が

幼少期から洋楽に慣れ親しんでいたという、リーダーの熊谷幸雄さん(66)は、初めてエレクトリックギターを購入した高校生の頃から音楽を続けてきたそうです。社会人になってからは友人とバンドを結成して、YAMAHA楽器主催の音楽コンテストのフォーク部門で、東北大会に2回出場。NSPや因幡晃さんなど、著名アーティストと同じステージを体験しました。現在はソロで活動している、安部光俊さんが所属していた「飛行船」のデビューアルバムが、若手県で行われた時には、一緒に県内を回って前座として演奏したこともあり、今ではいい思い出となっています。

結婚を機に、音楽をフロを

音楽は最高の贅沢 活動続ける「オーソドックス」

「オーソドックス」。結成が役でライブをしています。幼少期から洋楽に慣れ親しんでいたという、リーダーの熊谷幸雄さん(66)は、初めてエレクトリックギターを購入した高校生の頃から音楽を続けてきたそうです。社会人になってからは友人とバンドを結成して、YAMAHA楽器主催の音楽コンテストのフォーク部門で、東北大会に2回出場。NSPや因幡晃さんなど、著名アーティストと同じステージを体験しました。現在はソロで活動している、安部光俊さんが所属していた「飛行船」のデビューアルバムが、若手県で行われた時には、一緒に県内を回って前座として演奏したこともあり、今ではいい思い出となっています。

結婚を機に、音楽をフロを

毎年9月14日から16日に行われる盛岡秋祭り「盛岡山車」は、1709年、城下23町のまちづくりが完成したのを祝って始められたもので、豪華絢爛な山車の行列が、太鼓の音や音頭と共に各組ごと町を練り歩く様は、今や盛岡の秋の風物詩のひとつ。毎年多くの観光客が訪れる盛岡の伝統行事です。一時衰退しかけた盛岡山車の伝統を守るために昭和33年に発足した



昭和27〜28年頃には、高さを競うような山車も登場

が、「盛岡山車推進会」。現在、30代〜70代の10人が作り手を担っています。秋祭りは30余年の歴史があり、山車のスタイルや大きさが、参加の形式は時代と共に変化してきました。藩政時代には20メートルもの高さの山車もあったそうですが、現在の形や大きさに収まってきたのは昭和になってからのこと。「今では山



「みんなで話をするのも楽しみ」「完成を見てここは自分が手がけた部分だと思えると嬉しい」とオ川則夫さん(72)と平田稔さん(71)



盛岡観光コンベンションの山車を製作する皆さん。「今年は国体が行われるので、岩手にゆかりのあるテーマの山車で！」

現在、同企画室長で人形師、棟梁も務める川島圭さんは、「盛岡の祭りの中で、は幼児から高齢者まで幅広い年齢層が参加できるのがこの盛岡山車。先輩たちがやってきた功績を絶やさぬよう、次の世代にどう繋いでいくかが課題」と話します。

後継者不足が否めない中、推進会が着手したのは、未来を担う子どもたちへ、見て・触れてもらうための出前授業。「ほかの組で企画室次長の小國寛さんは、祭りの日を迎えるまで



指導中の平田さん(左)と小原さん(右)

小学1年生から6年生まで37人が在籍する盛岡市ソフトテニススポーツ少年団で、週2回、子どもたちを指導しているコーチ、小原文男さん(85)と平田稔さん(78)。

30歳の孫がいるという小原さん。とても85歳には見えないパワーとやさしさが感じられます。スポーツの指導者になったのは18年前のこと。旧制中学時代、岩手県のテニス大会で優勝経験を持つ小原さんが、当時のライバルに48年ぶりに再会したのがきっかけでした。卒業後ずっと遠ざかっていたテニスを再び始めたものの、はりきりすぎて、腰を痛めてしまいました。そこで始めたのがスポーツ。そこで始めたのがスポーツ。

小原さんは低学年の初心者を担当。決して怒らない、とにかく誉める、そしてやりたい心を大切に育てていくという指導法で子どもたちはテニスが好きになりました。どんどん上達していき、現に、このチームには全国大会出場の子も在籍しています。

若さと健康の秘訣を伺うと「体を動かす、節制した生活、間食はしない、子どもたちとの交流と答えます。十数年間、風邪をひいていないそうです。

一方、平田さんは元中学校の英語教師。テニス部の顧問の経験はありますが、スポーツで教えるようになったのは、約10年前。「中学生の指導とは違い、小学生は段階を踏まえて、基礎を丁寧に繰り返して指導。やっぱりかわいいよね」と。

主に高学年を指導していますが、自己評価は、厳しい先生だとか。今は、複数のテニスクラブに所属し、週5日はラケットを握る生活です。何十年前から習慣化しているのが、毎朝のラジオ体操。子どもたちが若さを吸収し体を動かす生活パターンを固定化すること、その中で共に楽しむ仲間を持つことが、元気の源だそうです。

コーチはベテランシニア 盛岡市ソフトテニススポーツ少年団

若さと健康の秘訣を伺うと「体を動かす、節制した生活、間食はしない、子どもたちとの交流と答えます。十数年間、風邪をひいていないそうです。

パソコン・OA機器廃棄

不要になったパソコンやプリンター等OA機器を安全に廃棄するサービスです。

【廃棄対応品目】
パソコン、OA機器の全般に対応しています。
・パソコン
・ディスプレイ
・プリンタ など

TEL 019-656-5300

●お問合せ・お申し込みは

株式会社 **リードコナン**

TEL 019-656-5300

〒020-0866 盛岡市本宮字六丁目32-30
FAX 019-656-5333

詳しくはリードコナンホームページ
<http://www.leadkonan.co.jp/>

いわてシニアネット便り《9月の西部公民館パソコン教室》

- パワーポイントでプレゼン作成!.....3日(土)・4日(日)10時~16時
- ワード初めて編.....7日(水)~9日(金)13時~16時
- デジカメ活用 取り込み加工.....13日(火)10時~15時
- パソコン・タブレットお助け相談会.....15日(木)10時~15時
- タブレット端末 使いこなし編.....24日(土)10時~15時
- パソコン・タブレットお助け相談会.....27日(火)10時~15時
- かんたん!ワード&エクセル.....28日(水)~30日(金)10時~15時

【お問い合わせ】西部公民館019-643-2288

NPO法人いわてシニアネット 〒020-0136 盛岡市天昌寺町1-60 ☎019-681-6160 Eメール isn@mbr.sphere.ne.jp

「あったらいいな」が実現しました

完全禁煙エリア

NO SMOKING

WINS本宮

4円 パチンコ 1円 パチンコ 50銭 パチンコ 20円 スロット 5円 スロット

住所 / 岩手県盛岡市本宮 3-51-11
TEL/019-635-0005

公業グループ 本社 / 岩手県盛岡市上堂4丁目1-20 ☎(019)645-8118(代表)

ファッションの窓

大人のスイートエレガンス

「おしゃれは引き算」と言われますが、大人の引き算には上質な素材が必須。今回は100%麻素材のセツトアップスタイルをご提案します。麻と言えは真夏のイメージのある天然素材ですが、軽重で通気性に富んでいるので、暑さが残る初秋にもおススメです。

使用したのは、しっかりとしたハリのあるダブルフェイストアップスタイルを、二枚重ねの生地。さらさらとした肌触りが特徴の上質な麻を、裏地のない一重仕立てにしました。

トップスは、緩やかな曲線で鎖骨やデコルテを美しく魅せるボートネック(船の底のような広く浅いネックライン)、肩先は内側に、丈は短めにして全体のバランスを整えました。ファスナーは背中部分に施されているので、バックスタイルも上品です。

ボトムスは股上が浅めのヒップハンガー、素材のハリ感を生かしたワイドタイプです。脇の縫い目をなくし、ラインを直線に仕上げました。スタイリッシュな

中に、スイートな雰囲気が出せるように、美シルエットの成せる業です。

上下同色同素材の肌に馴染む優しいホワイトベージュ。足元もパステルカラーと、色の切り替えを曖昧にすることで、スタイルよく着こなせます。

また、小物アイテムを選ぶ楽しみも魅力の一つです。優雅な雰囲気のあるレースグロブがしっくりくるのは、ベージュが上質なシボルスタイルだからこそ。藤で編んだバッグにお気に入りのスカーフを結べば、まだまだ力強い太陽の元でよく映えます。涼しくなる夕方にはレースのストールを羽織っても素敵です。

空高く、澄んだそよ風が爽やかな初秋。おしゃれへの気持ちが高まってくる時期です。

上質な素材を意識して、ワンランク上の大人エレガンス、いつもと違うおしゃれの季節を演出してみたいかがでしょうか。

オート・クチユールふねえとる オナー 藤原孝子



季節が進んで来たらバッグやシューズなど、小物の素材を温かみのあるものにチェンジ。夏だけではない麻素材の魅力を楽しめます。



メガネの松田代表取締役会長
松田陽一さん (65)

持っている革バッグはSPICEオリジナル。他にも革物のプレスレットや靴などもあり、合わせるものによって印象が変わるので、その日のアクセントに小物つかいも意識したいポイントです。デニムも、あえて裾をまくることでカジュアルさをプラスできるので、靴に合わせて裾も変えてみると、同じデニムでも違ったスタイルを楽しめますよ。

暑い夏が終わりを迎え肌寒さが徐々にやってくる秋。芸術・文化の秋ともいわれるこの季節に、日本の伝統を守り続ける職人達の技の逸品に出会える鹿児島県奄美大島の泥染・藍染Tシャツに、岡山県倉敷市の倉敷製ジャパンブルージーンズを合わせたスタイルを「メンズカジュアルシヨップ SPICE盛岡」から発信。

実は今回の主役は、レッド系のスリッポンでもあり、大切な愛娘からの贈り物です。モデルの松田さんの足元を引き立てつつ全体を整えるため、ヘレド・ネイビー・ブラウンと、相性のいい色の組み合わせを意識。松田さん愛用の眼鏡アームの赤と、さり気なくヘアセットに使用したレッドワックスも相まって、バランスの良いコーディネートに仕上げました。

泥染は16、17世紀頃、大島紬を作っていたある人が年貢として取られるのが嫌で泥田の中に隠し、その後泥の中から紬を取り出してみると、綺麗な黒に染まっていたびっくりした、というのが始まりという説があります。世界で類を見ない奄美大島の伝統染色技術を使ったTシャツです。

ボトムスは日本のデニムメーカー「ジャパンブルー」のジーンズ。生地作り・デザイン・縫製、全ての工程に繊細な日本の技術が注がれ、世界からも注目されています。ユーズド加工が施されているリペアジーンズは根強い人気。広い世代に愛されています。Tシャツ・ジーンズとも、世界にひとつだけ。使うごとに味わいが増す、自分色のエイジングを楽しめる一枚です。

ヘアメイク担当、理容ファースト着町の今回のモテGコースは、アレンジで秋を満喫しませんか。

自分だけのエイジングを楽しむ

【協力】
ヘアスタイリング 理容ファースト着町店(モテGコース) 担当理容師 館下大地
ファッションアドバイザー メンズカジュアルシヨップ SPICE 代表取締役 木棚裕永

【モテGコース】
カット、顔剃り、シャンプー、耳掃除、モテG仕上げ 税込2,200円

メガネの松田の補聴器

選ぶ楽しさも、驚きの性能も。

補聴器の無料相談 (実施中)

青山店/盛岡市月が丘2-1-38 ☎019-647-7660
高松店/盛岡市高松4-16-25 ☎019-665-1222
都南店/盛岡市三本柳5-25-14 ☎019-614-0678

当店の洋服でお洒落を楽しみませんか?
ファッションに飽きのない方も、着回しにコーディネート致します。お気軽にどうぞ!

倉敷製ジーンズ ~JapanBlueJeans~
奄美大島泥染 Tシャツ等
シューズ、バッグ、お財布等もご用意しております。
019-654-6555
SPICE <http://www.spice-style.com>
盛岡市内丸太(松山神社) 営業時間11:00~19:00

(019) 653-9820
9:00~19:30
定休日/水曜日
【指定駐車場有】

春町限定
モテGコース!!
(カット、顔剃り、シャンプー、耳掃除、モテG仕上げ) 税込2,200円

オーダーメイドの一点物をあなたに

オート・クチユール
ふねえとる
盛岡市本町通3丁目1-9 tel.019-653-3660

【いわぎん】フリーローン (お申込みカンタン&スピード審査!)

ご利用の目的は、お祝い・お孫さんのお祝いなどに。
お使いみち自由!
(いわぎん)で公的年金をお受け取りの方は、
2か月に一度のご返済もOK!
お問い合わせは(いわぎん)ダイレクトバンキングセンターまでお気軽にどうぞ。
受付時間/月曜~金曜9:00~17:00(休日を除きます)
0120-788-506 岩手銀行

LEXUS SUV Lineup

LEXUS
AMAZING IN MOTION

PHOTO(左):
RX450h ボディカラーはソニックオーツ(085)。三眼フルLEDヘッドランプ(ロー・ハイビーム) & LEDシーケンシャルターンシグナルランプ(フロント・リア)はメーカーオプション。

PHOTO(中):
NX200t "I package" ボディカラーはソニックオーツ(085)。225/60 R18タイヤ & アルミホイールはメーカーオプション。

PHOTO(右):
LX570 ボディカラーはソニックチタニウム(1J7)。275/50R21タイヤ & アルミホイール(切削光輝)はメーカーオプション。

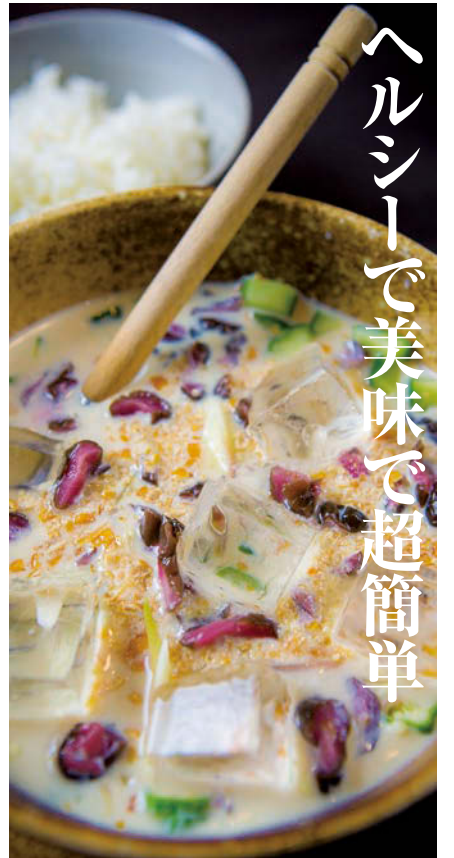
レクサス盛岡
〒020-0862 盛岡市東山北2丁目15番25号 Tel:019-631-3237 Fax:019-635-7630
営業時間: 火曜~土曜 9:30~18:30 日曜・祝日 9:30~17:30 定休日: 月曜日



かあちゃんに頼らず自炊!おやじ応援企画!

おやじごはん

今月のごはん【豆乳冷汁】



ヘルシーで美味で超簡単

夏の暑さでバテ気味の
人にぴったりの料理です。
材料費も1人分100円
ちよつとなうえ、超簡単に
短時間で調理できます。栄
養価に優れた彩り野菜とお
つまみの残りパッとお
いしい一品を作ってみま
しょう。

【下準備】1. おくらを水
洗い、濡らしたキッチン
ペーパーに包み電子レンジ
で15秒加熱したら、ヘタを
取り、薄い輪切りにスライ
スする。
2. きゅうりはタテ4分の
1に切り、中心の柔らかい
部分をそぎ落とし、さらに
タテ8分の1にしてサイコ
ロ状に切る。
3. みょうがはタテにスラ
イスしてから、灰汁を取る
ためさつと水にさらす。

4. しば漬は粗みじん切
りにする。
5. 柿の種はキッチンペー
パーにくるみ、瓶の底など
で軽くつぶす。

【手順】大きめの器に、豆乳
とめんつゆを入れ合わせか
き混ぜる。そこに、おくら
きゅうり、みょうが、しば
漬、柿の種を入れ、お好
みで一味唐辛子をさつと振
りかけて完成。ごはんにか
け入れて召し上がれ!
☆と言アドバイス☆
豆乳を使用することでカ
ロリーを気にせず食べら
れ、栄養バランスも抜群で
す。みょうがやきゅうりの
食感、隠し味の柿の種な
ど、意外な組み合わせがお
いしさを生み出していま
す。

■取材協力遊食屋FUJI

材料(2人分)

柿の種小袋1し、きゅうり
1/2本、しば漬(冷蔵)、
みょうが5〜6本、おくら
(3本)、豆乳(200cc)、め
んつゆ(30cc)、一味唐辛子
(少々、ごはん(適量))

第7の栄養素「ファイトケミカル」 抗酸化作用に注目

植物の機能性成分、ファイトケミカルをご存知でしょうか。ブロッコリースプライト(フロッコリーの新芽)に含まれるスルフォラファンが「肝機能をサポートする、抗酸化作用がある」という話題をテレビや新聞で見聞きしたことがあるかと思いますが、ファイトケミカルとは、「phyto」(ファイト)は植物、「chemical」(ケミカル)は化学成分という意味です。野菜、果物、豆類、芋類、海藻、お茶、ハー



ブなどの植物性食品の色素、香り、灰汁などの成分から発見された物質で、感染予防、抗酸化作用、ガン予防、免疫力アップなどの効果があるとされ、第7の栄養素として注目されています。特に、注目されているのが抗酸化作用です。いために、体内の細菌を駆除する働きもありますが、活性酸素の量が増えすぎると、あらゆる細胞にダメージを与えます。例えば、顔のシワ、動脈硬化、心筋梗塞、ガンなども活性酸素が関係していると言われています。

活性酸素を抑制するものとして、ビタミンA・C・Eがよく知られています。Eが表に示したファイトケミカルの抗酸化作用にも注目して頂きたいと思えます。ちなみに、今が旬のトマト、スイカに多く含まれるリコピンの抗酸化力は、ビタミンEの100倍以上とも言われています。冷えたトマトの丸かじりも絶品ですが、リコピンは加熱すると吸収率がグンと上がりま

抗酸化作用とファイトケミカル

活性酸素を増やす原因

- ・ 激しい運動
- ・ 強いストレス
- ・ 紫外線
- ・ 喫煙
- ・ 食生活の乱れ
- ・ 管理栄養士 菊池洋子

分類	名称	含まれる主な食品	食品機能
ポリフェノール	アントシアニン	ブルーベリー、ぶどう	抗酸化作用、加齢による視力低下、骨粗鬆症予防、更年期症状の緩和
	イソフラボン	大豆	抗酸化作用
	レスベラトロール	赤ワイン	抗酸化作用
	カテキン	茶	抗ガン作用、抗酸化作用
カロテノイド	ケルセチン	玉葱、ブロッコリー	抗酸化作用、脂肪吸収の抑制
	βカロテン	人参、南瓜	抗酸化作用
	リコピン	トマト、西瓜	抗酸化作用、動脈硬化予防
含硫化合物	イソチオシアネート	大根、ワサビ	肝臓、消化管での解毒作用の活性化

イベント情報

■今井奈緒子パイオリアルコンサート with 波多野睦美2016
日時:11月2日(水)19時開演(18時半開場)
場所:盛岡市民文化ホール(小ホール)
料金:【前売】S席3,000円 A席2,000円(当日各500円増)【プレイガイド】川徳、フェザン、若手県民会館、プラザおでっ、江釣子SCバブル、盛岡市民文化ホールほか
問合せ:盛岡市民文化ホール Tel.019-621-5100

■フォーラム「健康を支える栄養学」
内容:「正しい食生活による乳がん・病気予防」佐藤和子先生による講演
日時:9月17日(土)13時~15時半
場所:盛岡市中央公民館
参加費:無料(定員200名)
問合せ:NPO法人「キツキネットワーカーズ」Tel.080-2835-1075

■わっしょい!お江戸の大祭り
内容:「銭形平次捕物控」のなかで描かれている江戸の四季やお祭りを紹介
日時:10月10日(月・祝)まで9時~16時半
場所:野村胡堂・あらえびす記念館
料金:一般300円 小中高生150円
問合せ:野村胡堂・あらえびす記念館 Tel.019-676-6896

■多肉植物展示会
内容:約100点の多肉植物展示(即売多数)
日時:9月18日(日)10時~16時
場所:エスポワールひつて1Fイベントルーム
問合せ:支部長 赤石 Tel.019-623-8850

今井奈緒子パイオリアルコンサートwith波多野睦美2016チケットプレゼント:S席ペア組 ハガキに「チケット希望」とお書きください。

身体にうれしい栄養成分がたっぷり

「すだちと乳酸菌のちから」好評発売中!

安心と笑顔の快活健康家族のパートナー

株式会社 共栄薬品

0120-17-7370 岩手県盛岡市津志田西2-7-15

60歳からの生活をサポートする。

もりしんシニアライフローン

シニアプラン

詳しくは、「ローンプラザもりしん」
0120-160-656(土曜日営業)

あなたのそばに もっと身近に
盛岡信用金庫

盛岡市中ノ橋通1-4-6 ☎019-623-2221(代表)

大変お世話になった方へのご贈答に

こちら秘書室公認 接待の土産 セレクション2016 特選

ジュピター 10,400円(税込)500ml/1本

黄金 山葡萄の極

おうごん やまぶどうのきわみ

山葡萄のファイトケミカル成分である高濃度に凝縮したエキス末には、大学と研究機関により、いつもでも若々しさを保つ成分と、美容と健康に対して高い機能性があることがわかっております。

株式会社デカルト/〒020-0021 盛岡市中央通3-17-7
お問合せ ☎ 0120-983-088

今、水道水が危ない!?

一水道水をより安全に、よりおいしく

若さと免疫力は水が基本。健康な暮らしを約束する驚異の活性水器 dileka で、水道水がマイナスイオン水に変わる!

●湧水のエネルギーを研究し、健康と環境を守る水を再現! 国際特許 炭素フラレン

●おいしい水は、美味しい食と笑顔の素。

●洗剤不要で家事らく。

安心な暮らし コーディネーター 有限会社まや

盛岡市緑が丘 3-22-30
Tel.090-1930-3093/Fax.019-665-1715
おらがネット岩手

TOMATOMA とつが

その日仕入れた旬のフルーツを100%使った生ジュースは美味しくて栄養バツグン! お買い物の帰りに一杯いかがですか?

オススメ! スペシャル健康ジュース

今が旬! マンゴージュース

一番人気! キウイジュース

盛岡市フェザン本館BF/デリカタウン
【営業時間】10:00~21:00
【TEL】019-606-4755

盛岡市中ノ橋通一丁目6-8ななっく1階
【営業時間】10:00~20:00
【TEL】019-624-5090

トイレやキッチンの水漏れ 蛇口の取り替えなど

照明器具や電球の取り替え エアコンの取り替えなど

水廻り 電気

お家のトラブルはホームドクターが即解決!

岩手電工株式会社

〒020-0863 岩手県盛岡市南仙北1丁目22-61
TEL.019-636-3911

リフォーム せんかしま専科?

10周年キャンペーン 特別企画

お家のことならなんでもご相談下さい。相談・見積もり無料

オーターカーテン 50%~60% off

ブラインド・ロールスクリーン 30%~40% off

株式会社 オフィス・ケーワイ

☎ 019-656-9736
office-ky@sa2.gyao.ne.jp
☎ 滝沢室小路 661-8

担当直通→堀口 090-7014-7705

始める、使える、直せる

シニアに寄り添う、パソコンのかけつけ

はなまる通信①

パソコン教室 はなまるハート

今年10周年目を迎える、盛岡市高松3丁目パソコンライフサポート。ここには、今からパソコンを始めたい、上達したいシニア・初心者向けの「パソコン教室はなまるハート」、自宅やオフィスまで出張して修理やサポートをしてくれる「パソコン修理・出張サポート」が併設しています。さらに、整備された中古パソコンも販売。まさにパソコンのことならなんでも任せたい安心なお店です。



教室の風景。のんびり楽しく取り組みます

「自分についていけないのか」「本当に扱えるようになれるのか」など、行く前から不安がつのむのですが、ここではまず、教室に生徒さんの作品を展示し、未来の自分の成長イメージを掴みやすくしてレッスンを、みんなでも、みんなでも「せーの」で同じことを始め

「生徒さんが分からないのは100%自分の責任」と考え、100回同じ質問をしても笑顔で丁寧に教えてくれます。また、教室には練習用のパソコンが設置されていますが、自分のパソコンを持参して習うこともOK。自分で購入したパソコンで教室に通えるのも魅力の一つです。休憩時間には、お茶やコーヒー、お菓子を食べながら会話を楽しんだり、アットホームで堅苦しくない、楽しい教室です。

めめるのではなく、入門・基礎、文章作成、作品づくりなど、それぞれやりたいことに合わせて違うテキストを選び進めていくので、周り比べて「ついていけない」ということはありません。自分のペースで進めていきます。通っている生徒さんの多くは、町内会の文書や旅の記録、年賀はがきの制作、お孫さんとの通信などが始まるのですが、教室に通い続けることで、必ずできるようになります。講師の飛澤慶祐さんも



生徒さんの作品の一部。60歳を過ぎても、ここまでできるようになります。

修理・サポート

サポートでは、パソコンに関してどんな小さな困りごとにも、親身に対応しています。今までも、「電源が入らない」「パソコンが遅い」「インターネットが繋がらない」「パソコンの操作方法がわからない」など、どんなことでも丁寧に対応してきました。「どうしよう」「分からない」そんな時、うまく症状を説明できなくても大丈夫。専門用語は必要ないので、まずは相談してみてください。いざとなれば、自宅まで駆けつけてくれます。足を運んでも楽しい。パソコンが動かなくなったとき、電話1本で、家に来てもらいました」と大喜び。



信頼の声も多く、5割はリピーターなのだそう

で修理をしに行かなくても、自宅まで来てくれるのはとても助かりますよね。修理担当の伊藤康之さん「もっとお役に立てるよう皆さんの気持ちに寄り添い頑張ります」といつも笑顔で対応してくれますよ。

「無料点検」というおいしい言葉でつり回されているというので、放置できない弱みにつけこむといった悪徳な手口です。排水管やマスの交換取り付けは、盛岡市の指定下水道工事店でなければ行うことはできない工事です。しかし、悪質業者がそうでないかの見極めは大変困難なので、そのような業者が点検に来たら、その場で即判断せずに、契約前に必ず次のように確認することが大事です。

パソコン修理 出張サポート

【住所】盛岡市高松3丁目4-13
 【電話番号】教室 ▶ 019-601-6839
 修理 ▶ 019-661-2138
 【営業時間】平日 9:00 ~ 19:00
 土曜 9:00 ~ 16:00
 (第2、4土曜は定休)

「消費生活センター等に相談」
 ○即答せずに周囲や消費生活センターに相談する
 ○名刺や名札をすぐ信用せずに、実在する業者かどうか盛岡市の上下水道局給排水課に確認する(実在する指定業者名を名乗っていることもあるので必ず水道局に確認を)

地域に活気を与える拠点へ



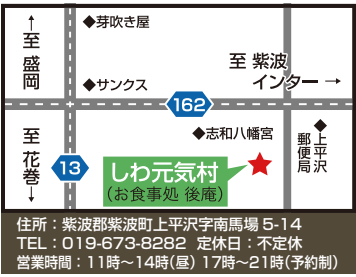
～松園一丁目子供会のみなさん～

湧く湧くする取り組み

第3弾「催し」

先日、盛岡市の松園一丁目子ども会41人が集まり、紫波産の食材を使用した料理教室を開催しました。専門講師の指導のもと、そば打ちとジャム作り。後援料理長が指導するカレー作りなどを体験しました。

粉をこねたり、紫波産のブルーベリーを使用し、厨房で料理したりと、参加した子どもたちは、初めての体験だったようで、「すごく楽しい」と笑顔溢れる時間になりました。このように、しわ元気村では食を楽しむほかに、各種イベントの開催場として貸し切りにて利用することができ、紫波町の食文化にふれ合える催しを一緒に企画してくれるので、オススメですよ。



住所：紫波郡紫波町上平沢字南馬場 5-14
TEL：019-673-9282 定休日：不定休
営業時間：11時～14時(昼) 17時～21時(予約制)

標識を良く見ましょう

規制40種以上、指示約15種

標識には規制標識と指示標識があり、規制標識は40種類以上あります。指示標識は約15種類あります。規制標識は、道路を通行するすべての方法に禁止した方法が禁止されています。道路や標識、環境に応じて細かい配慮をしなければなりません。安全に配慮すること、運転者や歩行者と



自転車歩道通行可

盛岡東警察署交通課

排水点検は要注意

指定業者かどうか確認を

「盛岡市消費生活センター」に寄せられた相談の中で、排水管の高圧洗浄や排水設備工事などの点検商というものです。さらにその件。その手口は、突然、業者が訪問してきて、「排水管の無料点検を行っています」とのこと、それにのると、さっそく汚水マスのふたを開けて点検。「つまりが原因」としての社会責任でもありません。

新型日産 セレナ & セレナハイウェイスター

自動運転技術「プロパイロット」搭載。2トーンを加えた、全12色の多彩なカラーバリエーション。

8/24 Wed DEBUT!

もっと楽しく、もっと快適に。

さらなる存在感を追い求めて。

17.2km/L (セレナS-HYBRID 2WDモーター)

高速道路での運転も、セレナならラクラク。ドライバーの笑顔も、みんなの輪の中に。

同一車線自動運転技術「プロパイロット」

高速道路でドライバーが負担を感じる長時間の巡航走行とダラダラした渋滞走行。セレナのプロパイロットなら、これら2つのシーンで、アクセル、ブレーキ、ステアリングをクルマが自動で制御してくれます。

【追従走行】▶ 自車線内で先行車に追従走行します。
 【停止・停止保持】▶ 先行車が停止すると自車も停止し、停止状態を保持します。
 【発進】▶ 運転者の捜査により再発進します。

死角を減らして見晴らし抜群。広い視野で運転も安心。

スムーズな駐車をサポートするアラウンドビューモニター、周囲の状況の変化を知らせる安心の「MOD(移動物検知)機能」など、運転者をサポートするオプションも充実のラインナップ。

盛岡日産モーター 0120-119623

盛岡日産モーター(株) 本店

岩手県盛岡市南仙北二丁目24-5
Tel.019-635-1124

盛岡日産モーター(株) 盛岡北店

岩手県盛岡市上堂四丁目1-12
Tel.019-641-5321

地域の愛に触れ尽力

八幡平南温泉郷 旭日之湯 甲斐勇社長(45)



恵まれた泉質で知られる八幡平南温泉郷。群馬県出身の甲斐勇社長は、地元の人々の愛情に触れ、宿を守り地域そのものに目を向けた活動を行っています。

甲斐社長が岩手に来たのは、ひよんなことがきっかけでした。友らには温泉は年中休まず湧き出るのだからと要望され以前あった定休日もなくなり、しかしその言葉は何よりの愛情の証。「歩けなくなるまで毎日来るから」と、常連さんに育ててもらったと話します。

自然の美しい地に導かれ、宿に来る人々と地域を元気にする新たな夢を甲斐社長は追い続けます。

ここで甲斐社長「歩けなくなるまでではなく、ずっと歩けるようにしてほしい」と、健康を目指す取り組みも始めました。温泉には間違いなく定評がありましたが、馬糞の肥料で作ったマッシュルームや無農薬の野菜を食に取り入れ、リハビリに特化したデザイナーも併設。現在周囲と協力しながら「八幡平らしさ」を発信する企画も進めています。

岩手の経営者 今月のボス!

プロフィール
1971年群馬県前橋市生まれ。22歳の時に友人のいるオーストラリアに渡り、現地の日本人ツアーガイドとして2年を過ごす。帰国後、「八幡平南温泉郷旭日之湯」を手伝うべく岩手県八幡平市へ。その後先代から引き継ぎ社長に就任。現在は「プライベート温泉コートジブティ」「イサービスあさひ」も開業し、八幡平地熱活用プロジェクトの副理事長としても八幡平の活性化に取り組んでいる。

町内会と連携が大切 芽生えの会(東新庄)



町内会主催の敬老の集いに参加した芽生えの会の皆さん

片道1時間程度の近場で実施。また、所属地区の山王老人福祉センターは、交通量の多い国道4号バイパスを超えて行かねばならず、とのことです。

後継者となる若い会員を増やし、これからも会を継続していきけるように、対策を考えているが、問題は多いとか。地域の中でのつながりを大切にしながら、まずは今、自分たちがやれる範囲で、無理をせず細く長く活動を楽しんでいきたいと、このことです。

中国故言の叢智

「他山の石」

文芸評論家 吉見正信



「他山の石」という格言、諺がある。御多聞に洩れず、これも出典は紀元前の中国最古の古典『詩経』である。時代は紀元前千二百年代(周王朝)、孔子によって諸国より収集された歌謡三千五百の中から選ばれた三百五編にまとめられた中国最古の歌の文献・詩集である。

文字によってまとめられているので、詩集といっことは、原典『詩経』では、

「他山の石」という言葉は、原典『詩経』では、

「他山の石」と表記されている。「鶴鳴」と題された作品の結びとリフレイン(繰り返し)されているが、「他」も「他」も意味は同じである。

何れにしても、この作の結論は、「他山の石」がリフレインされていることからも、そうした古代社会にもかなり重要な提言・発信となっていたらしい。

この作品の学術的諸説・諸論とは全く無関係に、後世今日にまで、「他山の石」という言葉だけで独立し、独り歩きしてきている。

大意は、「他人の長所に学べ」「自分より劣っている人の言行でも、自分の才能や人格を磨く反省材料に

「他山の石」と表記されている。「鶴鳴」と題された作品の結びとリフレイン(繰り返し)されているが、「他」も「他」も意味は同じである。

現代語には、ややそれと同義語とされる日本の「反面教師」なる流行語もあつたが、「他山の石」では他人の山の取るに足りないところでも、石器や鉄器を磨き研ぐ砥に使えるのだという、語感が感じられてこれこれ空想に耽る(耽)ことしきりである。

太古石器時代の人間たちの本性は、まさしく人間原石だったにちがいない。他人の山、他国の山からの石とて……という具合に自然(他)との和合を介して人間を磨き文明をいかに発達させてきたのかもいろいろ考えさせられることは

盛岡市保健福祉部長寿社会課のイベント

- ＜地域ケア係＞
 - はなまるシニア筋力アップ教室
 - 内容:簡単筋力アップ体操 参加費:無料
 - 対象:概ね65歳以上の方(申込み不要)
 - 持ち物:中スック・タオル・飲み物
 - ①9月13日(火)午前10時～11時30分 青山地区活動センター 3階 ホール
 - ②9月21日(水)午後1時30分～3時 都南文化会館(キャラホール)1階 小ホール
 - ③9月27日(火)午後1時30分～3時 高松地区保健センター
 - ＜生きがい推進係＞
 - 健康づくり! マッサージ指導教室
 - 内容:介護予防の講話で学んだ後、個別にマッサージを受けます。
 - 参加費:無料 持ち物:タオル
 - 対象:概ね60歳以上の盛岡市民
 - 定員:25人(申込み不要。開始10分前から1時間程度受付します。定員に達した場合は、お断りすることもあります。)
- いきいき健康体操「介護予防ヨガ教室」
 - 内容:ヨガを取り入れた健康体操 参加費:無料
 - 対象:概ね60歳以上の盛岡市民(申込み不要)
 - 日時:9月9日、23日(いずれも)午前10時から11時30分まで
 - 会場:仙北老人福祉センター(東北1丁目) Tel.635-1190※駐車場に限りあり。
 - 持ち物:タオル・水などの飲料 その他動きやすい服装で。
 - もろおか老人大学公開講座
 - 日時:8月23日(火)午後1時30分～3時30分
 - 場所:市民文化ホール 大ホール(盛岡駅西通二)
 - 対象:「岩手の民俗芸能の存在意義について」
 - 講師:早池峰大儀神楽顧問 佐々木 隆氏
 - 参加費:無料
 - 「結婚祝賀会」
 - 対象:結婚50年を迎えたご夫婦
 - 日時:11月9日(水) 午前10時から午後1時まで
 - 場所:盛岡グランドホテル
 - 参加費:ご夫婦で6,000円(集合写真代含む)
 - 申込期間:9月1日(木)から9月23日(金)まで
 - 問い合わせ:生きがい推進係 Tel.603-8003

大好評、お得なスタンプカード! 岩手ゴルフ倶楽部 岩手ゴルフ倶楽部創立79周年・コース開場54周年

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。

9月お得なプレー料金のご案内 019-673-7121

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
8/28	29	30	31	9/1	2	3
(オープン)大規模薬研			全国	セルフデー		レディースデー
¥8,950	¥5,710	¥5,710 食事付	都道府県対抗	¥3,800	¥5,710 食事付	¥8,200 食事付
	5	6	7	8	9	10
(オープン)盛岡コーヒール		新	山友の会	定例コンペ		レディースデー
¥8,950	¥5,710	¥5,710	¥5,710	¥5,710	¥5,710 食事付	¥7,870
11	12	13	14	15	16	17
(月例杯) 十字屋杯						レディースデー
¥8,950		¥5,710	¥6,150 食事付	¥6,150 食事付	¥5,710 食事付	¥7,870
18	19	20	21	22	23	24
(シニア杯) 盛岡杯	(オープン)増設コース体験Pay1			(オープン)増設コース体験Pay2		(オープン)増設コース体験Pay3
¥8,950	¥8,950	¥5,710 食事付	¥5,710 食事付	¥8,950	¥5,710	¥7,870
25	26	27	28	29	30	
(シニア杯) 盛岡杯	セルフデー	(オープン)増設コース体験Pay4		シニアサーキット第5戦		
¥8,950	¥3,800	¥5,710	¥5,710	¥5,710	¥5,710 食事付	

※上記は乗用カート・セルフプレーの料金となります。キャディー付きは2,500円(4B)追加となります。※消費税・諸経費込み、利用税(700円)は別途頂戴します。

読者プレゼント サッポロビール 極ZERO

「文芸作品」読者のコーナー

「短歌」 哀しくて空を仰げば岩手山元氣を出せと吾にははは笑む 盛岡市 佐藤春元

「俳句」 手まり花思いが言葉に足りなくて 盛岡市 天沼雅子

「川柳」 梅雨晴間紫陽花の色また変わる 盛岡市 中村美奈子

「川柳」 姑よりは先には進けぬ喜寿の嫁 盛岡市 山本つづ江

「川柳」 乾杯が済む悲し酒になる 盛岡市 田中士郎

「川柳」 大声で国歌をうたい、五輪 滝沢市 田中士郎

「川柳」 道開かれセガール人トモロイスター 盛岡市 小泉トモミ

「読者プレゼント」郵便はがきにああなたの郵便番号、住所、氏名、年齢希望の商品、どこでシニアズを見たか、面白かった記事・広告を記入し左記へ。

9月20日消印有効です。商品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

「文芸作品」俳句・短歌・川柳の三部門の作品を募集しています。各部門3〜5編を掲載予定、毎月末締め切りです。郵便はがきに三編以内の作品(部門名を明記)を書き、住所、氏名、性別、年齢を記入し左記へ。

▼宛先〒020-0024 盛岡市菜園2丁目1の9 (株)ウィンドクロス内

シニアズ編集部読者係まで

平成28年度 シルバー110番 特別相談デー

法律 医療 介護サービス 税金 年金 認知症 ※各専門分野の先生が相談に応じます。

9月17日(土) 時間/10:00~15:00 相談/秘密厳守です

相談無料

電話してみよう!

来所による面談にも応じております。 場所/岩手県福祉総合相談センター 3階

相談してみようか?

相談電話 0120-84-8584

主催/岩手県高齢者総合支援センター 運営/(公財)いきいき岩手支援財団 【お問い合わせ】〒020-0015 盛岡市本町通3-19-1 ☎019-625-0110

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

酒蔵見学 受付毎日 9:00~15:30

見学・お酒や甘酒の試飲ができます(無料)

お問い合わせ・ご予約
あさ開地酒物産館
019-624-7200
盛岡市大慈寺町10番34号
(レストラン ステラモンテ併設)

Senior's

大人のための情報紙 シニアズ

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

RM 76.9
Radio Morioka

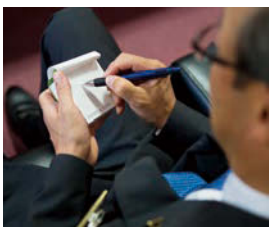
HP <http://radiomorioka.co.jp>

株式会社 ラヂオもりおか 盛岡市中ノ橋通1-1-21
769@radiomorioka.co.jp

常考即動で改革

花巻温泉の魅力を生かす

安藤昭さんがホテル業界に飛び込んだのは22歳の時のこと。料飲部への配属をスタートにさまざまな部署での経験を積み、2010年、一國一城の主として富士屋ホテル株式会社代表取締役社長に就任しました。130年を超える伝統あるホテルの責任と重圧の中で取り組んできたのは、従業員のやる気をいかに引き出し、仕事がやりやすい環境を作るかということ。花巻温泉株式会社の取締役社長を務める現在も、その頃から培ってきた先見性や実行力が発揮されています。



いつでもアイデアや気になることはすぐにメモに取るそう

昭和2年の創業当時から変わらぬ「お客様本位で親切丁寧」という経営理念の元、88周年を迎えた花巻温泉。今もさらなる改革が進められています。

花巻温泉の社長に就任した安藤さんが、最初に着手したのは、全従業員への業績報告と中長期計画の開示でした。2020年に向けて会社はどういう方向に向かっていくのか社員への透明化を図り、さらにプライベート部門にも力を入れチャペルの雰囲気も一新。新たにプロジェクトを立ち上げ



国際興業グループ花巻温泉株式会社 代表取締役社長 安藤昭さん

1959年、神奈川県松田町生まれ。1982年富士屋ホテル株式会社。料飲部門を皮切りに、支配人、企画室長、総務部長、管理本部長、総支配人などを経て、2010年同ホテル代表取締役社長に就任。2014年花巻温泉株式会社代表取締役社長に就任。

グを導入しました。「お客様は非日常を求めている。館内を変えていくのはもちろんですが、スタッフが楽しく働き、やりがいを感じ、認められる実感がないと、せっかくの力も発揮できないのです。そのためにも、トップの考え方を「変えない」と安藤さん。3年後はさらに見違えるようにしたい」と、スタッフが自主的に提案できる環境づくりや人材確保にも積極的に取り組んでいます。

花巻温泉というブランドを高めるために現在行っている改革は「バラ園」。周りが地元の魅力に慣れていたところへ、安藤さんが出した新たな提案は、「花巻温泉」に「バラ園」というイメージは定着してきているものの、来て楽しいものや遊びの要素がまだまだ」と、アイデアが絶えません。

また、花巻温泉88周年を機に、安藤さんは花巻温泉の公式キャラクター「フクロ」も考案。今年の「ゆるキャラグランプリ」にもエントリー中、様々な商品展開も進めています。さらに今年の「秋のバラまつり」(9月17日~11月3日)では、収穫祭と称して、秋の味覚のふるまいなど、楽しい企画も用意しているとか。

ますます新たな魅力を創造し続ける花巻温泉に、今後も期待が高まります。



花巻温泉公式キャラクター「フクロ」



検品済みの部品は大切に保管

車を売るなら廃車ドットコム 不動産、事故車も買い取れる理由

新しい車を買おうと思つたとき、同時に今ある車をどう処分しようか悩みますよね。どこのお店なら高く買い取ってくれるのか。古い傷もあるし、もしかしたら逆に処分費用が必要になるかも...

廃車ドットコム盛岡では古くて傷のある車でも、車検が切れていても、事故車であったとしても買取してくれます。なぜなら壊れた車であったとしても、まだまだ使える部品が眠っている宝箱のようなものだからなんです。熟練のスタッフがまだ使用できる部品を選

新しい車定して取り外し洗浄。検品動作確認など、様々なテストを行い、自信を持ってお渡りできる部品を中古販売しているからこそ、本来なら廃車になるしかなかった車に値段をつけることができわけです。さらに車検の残り月によっては重量税をプラスして買い取ってくれるのも嬉しいポイント。

廃車手続きにお金が必要と言われた人は、ぜひ一度ご連絡ください。県内どこでも出張見積もり無料。面倒な廃車手続きもすべてお引き受けします。



廃車ドットコム盛岡 住所：紫波郡矢巾町高田11-24-1 お問い合わせ：0120-814-565

HOUSE DO 盛岡中央店

不動産 リフォーム 住宅

株式会社理創生活

0120-48-2348 理創生活 検索

〒020-0805 岩手県盛岡市東新庄1-28-3 国道4号線沿い

乗らずに眠らせたままの車ありませんか?

え!? そんな車もお金になるの!?

廃車 事故車 中古車

買取手続・引取すべて無料! 価値が下がる前にご相談を!

廃車ドットコム盛岡

紫波郡矢巾町高田11-24-1 廃車ドットコム 検索 0120-814-565

花巻温泉公式キャラクター **フクロ** 誕生記念宿泊プラン!!

期間 9/29まで

年齢・誕生月日に2・9・6が入っているとお得!!

平日1室4.5名様のご利用で **9,000円** (消費税込)

1泊2食/お1人様

ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館共通特別企画

フクロ特典

① 館内利用券500円分進呈
●年齢の末尾が「2・9・6」●誕生月が「2・9・6」●誕生日の末尾が「2・9・6」いずれかに該当の大人の方のみ(重複不可)

② フクログッズが当たる「フクロくじ引き」
●当プランでお申し込みのお客様全員が対象

ゆるキャラグランプリ2016 花巻温泉 フクロも参戦!!

みんなも投票してね~♪

パソコンや携帯電話でアクセス!! 181票 投票できるよ!

※投票期間は10/24まで

3館共通かに食べ放題 さらに!! ★10種のアイスクリーム ★ソフトドリンク無料 ★花巻温泉名物バラロールケーキ

朝食 3館共通 和洋バイキング

ホテル千秋閣 和洋バイキング バラに包まれた新食空間「ロースダイニング」で味わう

ホテル花巻 ふるさとバイキング 釜飯や揚げたて天ぷらなど和食中心のメニューが豊富

ホテル紅葉館 和洋中旬彩バイキング 串揚げやステーキなどライブコーナーが充実

おかげさまで 創業88周年 **花巻温泉 TEL 0198-37-2111**

ご予約の際に「フクロプラン」とお申し込みください。 〒025-0304 岩手県花巻市湯本1-125 花巻温泉 検索