

2017.5月号 無料配布
【月刊164号】次号/5月28日第4日曜日発行!!

UD Font シニアズは本組に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
【編集長】今野洋介 【編集スタッフ】川村龍雄/古山そのみ/
セブン企画/村井由紀子/菊地陽一/細田睦

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

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

着町ななく4階

大人のための情報紙 シニアズ

Senior's

興味の矛先は 建築から楽器へ

盛岡市本町通にあるカメラのキウヤ2階に工房を構え、ヴァイオリンやチェロなど弦楽器の制作や販売、修理、調整を手掛ける「松本伸弦楽器工房」。この場所から何挺もの弦楽器を世に送り出しているのは、製作者の松本伸さんです。

「木を扱う宮大工のような仕事が好きで」と建築工学科へ進学。そのルーツを辿れば、なるほどと頷けるものが...

「親父は「カメラ屋」、祖父は「指物師」と職人気質の家系。特に祖父の仕事はとも細やかで、自分にはとてもかなわないほどの腕でした」と松本さん。

「建築を学んでいたのに、なぜ楽器職人」と訊ねると、「大学でヴァイオリンを弾く同級生がいて、教えてもらったのがきっかけ」とのこと。

さらに、大学時代の欧州旅行で楽器工房を訪ね歩いたことも、楽器製作への意志を固めることへつながったのだとか。

唯一無二の弦楽器を製作

弦楽器製作者 **松本伸さん** (61)

既に決まっていた建築系の就職を辞退し、東京の植木繁氏の元へ弟子入りした松本さん。「あの頃は、食べるか食えないかなんて全く考えず、とにかく楽器を作りたい一心でした」と当時を振り返ります。

それから6年の修行の後、一念発起して独立。自分の工房を構えた松本さんですが、順風満帆とはいかないのが世の常。1986年春、工房をスタートするも暇続き。ようやくポツリポツリと仕事が舞い込んできたのは、開業から1年半

「親父は「カメラ屋」、祖父は「指物師」と職人気質の家系。特に祖父の仕事はとも細やかで、自分にはとてもかなわないほどの腕でした」と松本さん。

「建築を学んでいたのに、なぜ楽器職人」と訊ねると、「大学でヴァイオリンを弾く同級生がいて、教えてもらったのがきっかけ」とのこと。

さらに、大学時代の欧州旅行で楽器工房を訪ね歩いたことも、楽器製作への意志を固めることへつながったのだとか。

既に決まっていた建築系の就職を辞退し、東京の植木繁氏の元へ弟子入りした松本さん。「あの頃は、食べるか食えないかなんて全く考えず、とにかく楽器を作りたい一心でした」と当時を振り返ります。

それから6年の修行の後、一念発起して独立。自分の工房を構えた松本さんですが、順風満帆とはいかないのが世の常。1986年春、工房をスタートするも暇続き。ようやくポツリポツリと仕事が舞い込んできたのは、開業から1年半

「木を扱う宮大工のような仕事が好きで」と建築工学科へ進学。そのルーツを辿れば、なるほどと頷けるものが...

「親父は「カメラ屋」、祖父は「指物師」と職人気質の家系。特に祖父の仕事はとも細やかで、自分にはとてもかなわないほどの腕でした」と松本さん。

「建築を学んでいたのに、なぜ楽器職人」と訊ねると、「大学でヴァイオリンを弾く同級生がいて、教えてもらったのがきっかけ」とのこと。

さらに、大学時代の欧州旅行で楽器工房を訪ね歩いたことも、楽器製作への意志を固めることへつながったのだとか。

「親父は「カメラ屋」、祖父は「指物師」と職人気質の家系。特に祖父の仕事はとも細やかで、自分にはとてもかなわないほどの腕でした」と松本さん。

「建築を学んでいたのに、なぜ楽器職人」と訊ねると、「大学でヴァイオリンを弾く同級生がいて、教えてもらったのがきっかけ」とのこと。

さらに、大学時代の欧州旅行で楽器工房を訪ね歩いたことも、楽器製作への意志を固めることへつながったのだとか。

ひとつひとつ丁寧に、丹念に製作を進めています。夢は、18世紀の古楽器「Baryton」の製作

工房には松本さんの手によって息を吹き込まれたものや、蘇ったものがたくさん並んでいます

MS&AD インシュアランスグループ

保険のお悩みなら、私たちに相談ください。

保険のプロが、お客様ひとりひとりのライフスタイルにあった保険を設計いたします。

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。

MS岩手株式会社 019-623-2400 担当 加藤

本社/盛岡支店 〒020-0022 盛岡市大津3丁目3-10 七十七日生産盛岡ビル9階

他支店 久慈支店 宮古支店 大船渡支店 北上支店

大森ふじおのシニアナビ

あの商店街に郊外からも

アーケードや核店舗のななつなどには、休憩できる椅子がたくさんあり、シニアに優しくゆったり感で買物ができ、シニア時代の先取りを感じます。そんな商店街に郊外からもシニアがやってきて、あちこちにたまり場ができます。

梅津拓子さん(79)は、松園からバスでほぼ毎日。まちなかおでかけバス(6カ月5400円)を利用しており、「友達にあって会話を楽しんだり、食事や買い物を楽しみます。

梅津拓子さん(79)は、松園からバスでほぼ毎日。まちなかおでかけバス(6カ月5400円)を利用しており、「友達にあって会話を楽しんだり、食事や買い物を楽しみます。

不動産エージェントがお手伝します!!

エイゲル

ネットワーク盛岡駅前店 盛岡市盛岡駅前通 9-12 TEL.019-604-3344

売買 賃貸 仲介 管理 査定

岩手県持ち家着工 12年連続No.1 シリウスグループ

SUGAR HOME シュガーホームの6つの保証

3LDK 東・西玄関対応プラン 26.55坪(87.77㎡)

シリウス 24時間緊急ダイヤル

地震補償が1年標準

瑕疵保証が10年標準

20年の地盤保証

10年のシロアリ保証

お引き渡しまで責任持って完成引き渡しサポート

1,270万円 (税抜) ボーナス 払いなし 1,270万円をお借入した場合 月々 35,850円

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。 シュガーホーム <http://sugarhome.jp/>

岩手の魅力を一堂に

「おでんせ館」リニューアル

フェザンでは、3月17日「おでんせ館1階」がリニューアルオープン。食のゾーンを一部拡大し、岩手県を代表する店舗や東北の銘菓を37店舗集めお土産や...



古き良き岩手を表したような内装は必見。開放的で居心地のいい空間です

お弁当、レストランなどバラエティ豊かな店舗が勢ぞろいしました。内装のテーマはナンブモダン。天井や柱は、南部鉄器をイメージした意匠を施し、床には南部古...



色とりどりの旬のおかずを詰め込んだお弁当

ブン。こだわりの食をお届けする「クロサリー」店「食彩工房」や、老舗「川徳」が全国銘菓や生活雑貨など、百貨店ならではのこだわりをセレクトした「カワトクキューブミニ」が新たに仲間入りします。日々の食からファッションまで新しいフェザンをお楽しみください。

【営業時間】(※一部店舗は営業時間が異なる場合がございます)
・本館1～3階 10時00分～20時30分
・本館地階デリカ 10時00分～21時00分
・レストラン 10時00分～22時00分
・おでんせ館1階 9時00分～21時00分
・おでんせ館地階 10時00分～22時00分
・めんこい横丁 10時00分～22時00分

「ビッグブルー滝沢」誕生

滝沢に新たな憩いの場

この春、滝沢市役所向かいに、交流拠点複合施設「ビッグブルー滝沢」がグランドオープンしました。「みんなでつくる ふれあいの大屋根」をコンセプトに、利用者と共に作り上げていく施設として完成したこの施設は、飲食制限など禁止事項を極力抑えて、より自由に利用できるよう配慮されています。

ホールや会議室などを備えた「コミュニティセンター」、知の集積の「図書館」、観光情報やアンテナショップを担う「産業創造センター」の3つのゾーンから成り立ち、シニアにおすす

めのヨガや、エアロビックといった健康系やフラワーアレンジメントなど文化・教養系の各種教室も充実。施設内はバリアフリーで快適に利用できるよう利用者と共に作り上げています。待合いに便利なふれあい広場や、産直コーナー、物産コーナーもあります。また、館内レストランでは、滝産の新鮮な食材を使ったメニューを提供。天気の良い日には屋外で飲食できるカフェテラスもあります。



悪天候でも、子どもがのびのび遊べるキッズルームがあるので、親子はもちろん、お孫さんを連れて時

ゴールデンウィークはイベントが盛りだくさん!

- 4月29日(土)・30日(日)10時～16時 フリーマーケット
4月30日(日)10時～14時 劇団ゆうミュージカル公演
5月3日(水)10時～16時 木工教室
5月3日(水)・4日(木)10時半～16時 エアトランポリン体験教室
5月5日(金)10時～16時 エコバックづくり

ホール、和室、音楽やクッキングスタジオなど、多様性のあるさまざまなスペースを備えています

GWイベント情報



ゴールデンウィークは孫や家族とおでかけ!

GWは、祖父母から孫まで親子三世代でおでかけする機会も多くなりますね。でも、「かわいい孫のためとはいえ、遠出するのは大変…」というシニア世代も多いのでは?そこで、遠出しなくても近場でたっぷり遊べちゃう、孫サービスにもぴったりの2つの場所をご紹介します。

2001年に始まり、17回目を迎える今年も、昔遊びコーナー、動物のちのちの会いわてによる譲渡会、このほり展示、アーケードジャンぐる、ゲームコーナー、消しゴムハンコをつくらう、グルージャ盛岡コーナー、成田クッキング教室、写真展、スイーツデコなど、たくさんの方のブースを用意。今年初登場のイベントとして、「ヤマハ 弦ギターを作ろう」もお目見え。楽しいステージイベントもありますよ。飲食コーナーも予定されています。

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

補聴器でもっとアクティブに春を楽しみませんか。
補聴器 取り扱い店
青山店 盛岡市月が丘2-1-38
高松店 盛岡市高松4-16-25
都南店 盛岡市三本柳5-25-14

盛岡市鉦屋町の新名所「もりおか町家物語館」は、2006年まで酒造りが行われていた旧岩手川鉦屋町工場を盛岡市がリニューアルし、2014年7月にオープンした施設です。「懐かしの賑わいに出会う」をコンセプトに、母屋(総合案内所、カフェ・文庫蔵、鉦屋町界隈ゆかりの著名人を紹介、絵本コーナー)・浜藤の酒蔵(ホール)・大正蔵(お土産販売、酒造り道具の展示、昭和のおもちゃや人形の展示)の4つの棟と、下屋(げや)と呼ばれる路地空間、そして多目的広場の6つのエリアから成り立っています。

GWは、昨年大好評のまじやのあそびばGWスペシャルを今年も開催!ちびっこたちに人気の、まじやスタジアム、ボールプール、なつかしのおもちゃ、段

日時/5月3日(水・祝)～7日(日)
9時～18時(7日は17時まで)
会場/もりおか町家物語館内(大正蔵2階 時空の展示室)
入場/無料
対象年齢/10歳以下
問合せ/もりおか町家物語館 ☎019(654)2911



シニア世代にとっても懐かしさと共に盛岡の歴史や文化に触れられる場所が盛りだくさんです。ボールカーなど、お楽しみもたくさんあります。

着町こどもフェスティバル
盛岡市着町では、5月5日(木・祝)こどもの日に、「子どもの健やかな成長を街のみんなでお祝いしよう」ということで、「着町こどもフェスティバル」が開

日時/5月5日(木・祝)11時～15時
会場/着町商店街(アーケード)
参加費/無料
対象年齢/0歳～小学校6年生
問合せ/盛岡市着町商店街振興組合 ☎019(625)1515

子どもたちが夢中になるイベントがいっぱい。商店街でたっぷり楽しめます。

いわてシニアネット便り《5月の西部公民館パソコン教室》
●デジカメ写真の取り込み・整理・加工・・・10日(水)10時～15時
●ワード入門編・・・13日(土)・14日(日)10時～16時
●エクセル入門編・・・27日(土)・28日(日)10時～16時
●パソコン・タブレットお助け相談会・・・31日(水)10時～15時

岩手ゴルフ倶楽部
大好評、お得なスタンプカード!
平日無料プレー券進呈!
5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

円楽さんをびっくりさせた補聴器。
聴く力を生きる力に
三遊亭円楽 x ワイテックス
補聴器でもっとアクティブに春を楽しみませんか。
補聴器 取り扱い店
青山店 盛岡市月が丘2-1-38
高松店 盛岡市高松4-16-25
都南店 盛岡市三本柳5-25-14

自然空間を現出

5月20・21日マリオスで展示会

『自然の風景をそのままの形で切り取り、自然の趣を再現する。』

盆栽は古き良き日本を代表する、芸術的な趣味趣向と言えども、それらに自然の趣を再現する。『自然の風景をそのままの形で切り取り、自然の趣を再現する。』

盆栽協会3代目会長の佐藤守さん(70)です。佐藤さんが盆栽に興味を持ち始めたのは40代前半のころ。さつきブームが全国



岩手県盆栽協会会長の佐藤守さん(左)と、ご主人の影響で盆栽を始めた妻の佳代子さん(右)

「盆栽の原点は茶道にあり、園芸の世界へと足を踏み入れた。盆栽という高貴・難しいといったイメージを持つ人が多いと思いますが、難しく考える必要はありません」と佐藤さん。「盆栽の原点は茶道にあり、園芸の世界へと足を踏み入れた。盆栽という高貴・難しいといったイメージを持つ人が多いと思いますが、難しく考える必要はありません」と佐藤さん。



庭を彩る、佐藤さん自慢の盆栽の数々

2017年5月20日(土)17時～19時、5月21日(日)16時～18時。場所：盛岡市マリオス4階展示ホール。料金：無料

自分で壁塗りしてみませんか?

三陸産「かき殻漆喰壁材」

家は長く住むほどに気になる部分。かき殻が、生活臭をはじめ、タバコやペットの臭いなど空気中の有害物質や原因物質を吸着し、光触媒の分解力で除去。ホルムアルデヒドなどの化学物質が引き起こすシックハウス症候群にも効果を発揮し、細菌・カビの繁殖を抑え、きれいな空気環境を作り出す。壁塗り初心者や女性にも扱いやすく、選べるカラーが豊富なのも嬉しいところ。



シミやカビでボロボロの壁

空気がきれいになるので、特に高齢者や小さいお子さんのいる家庭におすすめ

「小原商店」では、かき殻漆喰壁材「海と太陽のめぐみ」で自分で塗り壁リフォームしてみたい人を応援しています。様々な相談に応じます。道具のレンタルもOK。漆喰の塗り方も丁寧に教えてくれます。



実際に漆喰塗りに挑戦した森静子さんの自宅

「大掛かりなリフォームをせすとも、自分で気軽に壁を塗り替えるなら、やってみようかな?」と興味がある方、職人の技で仕上げたい方も、ぜひ気軽に問い合わせを。

盛岡市高松2-13-10 019-666-3301 見積無料 担当 小原小松

新築につき入居者募集中!! サービス付高齢者住宅 まぼろし桜台

徳清倉庫 TOKUSEI WAREHOUSE CO., LTD 代表取締役 佐藤重昭

新緑の季節に心を和ませて... 旬花 緑の風

一緒にフラを踊りましょう! 無料体験受付中

お昼の献立 5月8日(月)～14日(日) 母の日ランチ 1,500円

忠衡を祀る「泉神社」 謎めく忠衡の終焉の地は志波郡だったのか

100%電気で走る新世代のクルマ e-POWER 盛岡日産モーター

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



かあちゃんに頼らず自炊!おやし応援企画!

おやしはん

【11食目/半熟卵のたれキャベツ添え】



半熟卵のとろりとした食感に甘みがあるキャベツなど、栄養バランスも彩りも良いサラダです。

ごま風味でヘルシー

作り方

①卵のお尻に軽くヒビを入れ、鍋に水を張り、半熟茹で卵を作る。沸騰して5分、火を止め、水に入れて冷やしたら、殻をむき、縫い糸を使って縦半分に切る。

②ビニール袋にキャベツ、白ま(ひとつまみ分)、麵つゆ、ごま油(少々)、焼き肉のたれ(少々)を入れて、よく混ぜる。

③袋の中身を皿にとりだし、プチトマトやパセリ、卵を添える。卵の上にみじん切りにした小ネギと白ごま、焼き肉のたれをかけて完成。

ポイントアドバイス
卵のお尻(とがっていないほう)に少しヒビを入れることで、ツルンと殻がむけるようになります。卵を包丁で切ると刃に黄身がくっついてしまいますが、縫い



材料

卵(2個)、キャベツ(50g)、小ネギ(少々)、白ごま(少々)、プチトマト(2個)、パセリ(少々)、麵つゆ(小さじ2)、ごま油(少々)、焼き肉のたれ(少々)



ご主人の須永勇さん(左)と、妻の三保子さん(右)

夫婦二人三脚で43年

世代をこえた憩いの居酒屋

盛岡市八幡町で開業して43年、世代を超えてたくさんの人たちを優しく受け入れ、懐かしい雰囲気、慣れない仕事でも、「正直に、誤魔化さない仕事」をポリシーに、お店を続けてきた須永さん夫婦。今では多くの常連さんに愛される憩いの場となりました。

「家にも暇だし、ボケ防止にもなるから、死ぬまで働きたいと思っていました。今ではお客様の顔を見るのが何よりの楽しみですから」と、意気込みを見せていました。



棚に並べきれないほどのキーボトル。その数が常連さんの数を物語っています

「常連客が、結婚してきまして、子どもができて、孫まで連れてくるようになった。熊本の料理店の修行を経て、流れ着いたのが八幡町。熊本出身の友人がやってきた店を譲り受ける形で、居酒屋を始めました。

須永さんは「最初は1日1万円売れば良い方で、お客さんが一人も来ない日もありましたね」と、当時の苦勞を語ります。妻の三保子さん(66)は、私は猛反対したんです。本職は寿司なのに居酒屋なんて...でも勢いが凄いなだから説得は諦めました」と苦笑い。

「砂糖っこ舐めて、甘いなり、美味しいな」と感じる人じゃないと、この仕事は無理なもの」と、一代で作り続けています。



「ぶちょうほうまんじゅう」は失敗から出来上がったそうです。「今でも何でもうまくいったのかわからない」という、偶然から生まれた逸品

「まず、食べてみて」と出されたのがその菓子。食べるに溶いただけでも「美味し

不調法のない老舗

陽月菓子舗 江刺家陽三さん(79)

て思っただけで、下小路中学卒業後、材木町の菓子店へ弟子入り。12年程修行を経て独立し、店を構えました。当時、団子1本10円、1日7~8000円ほどの稼ぎでしたが、「雨雪降っても365日稼げる仕事を持つてた」と、陽三さん。酒は飲まない、たばこも吸わない。以前は煎餅屋や菓子屋がいくつも軒を連ねていた八幡町界隈で、今ではただ一軒。「老舗が次々消えちゃったからね」と寂しそう。



店先に並ぶのは、手づくりの餅や団子など、心が和むほっこり和菓子の数々

しっかりと見定めて

食生活では補いきれない物を保的に



冒頭で示した様に、機能性表示食品は平成27年度にスタートしました。この制度は発売の60日前までに、科学的な根拠を示す研究論文などを添えて国に届け出る。国の審査(論議)を経て国に届け出る。国の審査(論議)を経て国に届け出る。国の審査(論議)を経て国に届け出る。

購入の決め手は「イメージ」。機能性表示食品について紹介している某新聞の見出しです。機能性表示食品制度は2年前の平成27年4月にスタートしました。この制度の前からある「特定保健用食品(トクホ)」「栄養機能食品」と、何がどの様に違うのでしょうか。そのあたりがあまりよく分からないことも、購入の決め手が「イメージ」になってしまっているかもしれません。今回は「特定保健用食品(トクホ)」「機能性表示食品」「栄養機能食品」について紹介したいと思います。

ヨーグルトやヤクルト、お茶、ビスケットなどよく目にする人型の万歳マーク。これが特定保健用食品のマークです。特定保健用食品制度は平成13年に制度化されました。トクホは安全性や有効性について、(消費者庁)の審査があります。企業側は国の許可を得るために臨床試験を行う必要があります。許可申請が通れば、一般の食品では認められていない特定の保

健康効果、「お腹の調子を整えることができる」「血中コレステロールが高めの方の血中コレステロールを下させる」などと、表示できます。特定保健用食品制度も平成13年に制度化されました。トクホは安全性や有効性について、(消費者庁)の審査があります。企業側は国の規格基準を満たしているか、カルシウムは、歯や骨の形成に必要な栄養素です」と、決められた表現で表示することができ、国の許可申請や届け出の必要はありません。

「機能性表示食品(論文を添えて国に届け出る。国の審査なし)」

冒頭で示した様に、機能性表示食品は平成27年度にスタートしました。この制度は発売の60日前までに、科学的な根拠を示す研究論文などを添えて国に届け出る。国の審査(論議)を経て国に届け出る。国の審査(論議)を経て国に届け出る。

青果の直営店だから新鮮!美味しい!
菜園カワトクにNEW OPEN!
テイクアウトOK

TOMATOMAキッチン

【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(LO18:40)
【TEL】019-651-1111(内線3943)

「あったらいいな」が実現しました
完全禁煙エリア

NO SMOKING

タバコを吸う人も吸わない人も
どちらも楽しめる店舗へ

WINS本宮

4円 1円 50円 20円 5円

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

公 楽 本社 / 岩手県盛岡市上堂4丁目1-20 (019)645-8118(代表)

ワンマンでの注意

「ワンマン」は愛犬をリードなしで自由に遊ばせることができる施設です。誰でも楽しく利用できるようにルールとマナーを守ることが大切です。

トッグランは愛犬をリードなしで自由に遊ばせることができる施設です。誰でも楽しく利用できるようにルールとマナーを守ることが大切です。

トッグランでは、トッグランに集まる犬の数が多いため、犬同士が喧嘩をすることがあります。また、小さな子どもは、急に犬を触ったり、大声を出したりなど、犬に驚かす可能性があります。最低でも「お座り、待て、来い」はできるように練習をしましょう。

トッグランデビューをする場合、初日はリードを付けて、まずはその場に慣れさせることから始めます。初めての場に来た緊張と興奮で、飼い主さんの指示が全く届かず、コント

慢性B型肝炎の特徴



慢性B型肝炎とは、その名の通り、B型肝炎ウイルス(HBV)による慢性肝炎を指します。

HBVは感染した時期やその時の健康状態によって、一過性の感染が終わるもの(一過性感染)と、ほぼ生涯にわたり感染が継続するもの(持続感染)に大別されます。

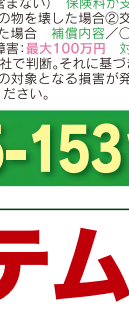
多くの場合、3歳くらいまでの間に感染すると慢性肝炎(キャリア)になりやすく、思春期を過ぎると自己の免疫力が増強し、HBVを異物(病原原物質)であると認識できるようになるため、リンパ球がHBVを体内から排除しようと攻撃を始

めまします。この時、リンパ球がHBVの感染した肝細胞も一緒に壊してしまつたため、肝炎が起り始めます。一度感染してしまつて体内から排除することが困難で、肝臓の中に一生残るのがHBVの特徴で、時としてこのウイルスが再び活動し、重い肝炎に進展する場合があります。これは、がんの化学療法や免疫抑制剤などの治療を行った場合に多く起ります。

思春期以降、一過性の肝炎を起した後はそのまま一生、肝機能が安定したままの人がおよそ80〜90%ですが、残りの10〜20%の人は慢性肝炎へと移行し、そ

の抗原や抗体の存在を確認することで診断できます。治療の適応や方法は、肝臓の状態により異なりますので、かかりつけの医師と相談してください。

岩手医科大学は2017年創立120周年を迎えます



岩手医科大学

松園動物病院

各種検査・美容室・入院
治療・手術

午前 9:30~12:30 ※(水)予約制
午後 15:00~19:00 ※(土)17:00迄(水・日・祝)休診

松園動物病院
盛岡市西松園4丁目20-2
019-661-0500

エフエム岩手 ラジオ番組

毎週 火曜日/10:55~放送中

山手先生の動物のこと

出演/松園動物病院 院長 山手寛嗣

原因不明の体調不良が続く...
口や体の筋肉が衰えてきた...
でもどんな運動をすればいいのかわからない...

そんな「悩み」を治療と運動でサポートします!!

1 うしぶくろ F 歯科医院
2 健康サロン F ももも

019-647-8668 019-601-5668

咬み合わせ治療+ツボ療法 保険診療可
健康運動教室(要予約)参加費500円!

【住所】盛岡市中堤町13-43(国立盛岡病院近く)
【時間】9:00~12:30 / 14:00~18:00
【休診日】毎週水、日・祝祭日 駐車場10台可

今回は、不正咬合が原因で起る、不定愁訴を伴う病状(肩こり、偏頭痛等)を和らげるための具体的なツボ療法の話をしていきます。

不正咬合が原因で起る病状なので、主に「歯」に関するツボが効果的です。その中でも、手の人差し指と親指の骨が合流する所から、やや人差し指より

エッ! それ本当に歯の話? ⑧

症状に合わせて選択

歯のツボが全身にも有効

「合谷」というツボがあります。上半身の症状にも特効のあるツボですが、これを刺激するとかなり効果が出ます。特に口の中、顔、頭などに良く効くツボで、歯や歯茎が痛いときなどに有効です。

その他、「下関」(目の穴から5センチくらい前方のくぼんだ所)、「や」(顎の骨の線と、鼻の下端の水平線の交点の所)、「頰車」(顎のえらの角の所)、「百会」(頭のてっぺんで少しくぼんだ所)などがあります。いずれも押すと重苦しく感じる所、歯だけでなく、全身症状に効果があるツボでもあります。これらのツボに針を打ったり、低周波電流や微弱電流を通电すると、より効果があります。

その他、ツボは多数有りそれぞれの症状にあわせてツボを選んで刺激していきます。なお、顎関節症の症状は、筋肉の疲労によって起ることが多いので、このツボ療法と微弱電流治療がとも有効で、痛みなどの症状がかなり軽減されるので、ぜひ試してみてください。

うしぶくろ歯科医院・健康サロンも、院長 牛袋徳道

ご家族が認知症でこんな不安ありませんか?

徘徊中に交通事故に遭う
ふと手をすべらせてお店の商品を壊してしまう
出かけた先で備品を壊し賠償請求をつける
電動カートや自転車などで歩行者にケガをさせてしまう

パナソニックエイジフリーで徘徊感知器をレンタルいただくと...

CAREAI 超音波センサーで離床・徘徊をキャッチ!

1割 600円
2割 1,200円
レンタル/月6,000円(税込)

最大1億円補償

無料! ケガや損害賠償を補償する「ご家族安心サービス」付き!

補償内容
補償対象者/レンタル契約者(ただし個人情報の使用同意をいただいた方) 保険料/無料 加入方法/加入手続き不要(レンタル時に自動付帯) 補償期間/レンタル開始日よりレンタル契約終了日まで(※デモ期間を含みません) 保険料が安くなるケース/①日常生活で他人をケガさせたり、他人の物を壊した場合の交通事故によって死亡もしくは後遺障害(1~7級)に陥った場合 補償内容/①個人賠償責任補償:最大1億円 ②交通事故死亡・後遺障害:最大100万円 ③対応時の必要書類/「事故報告書」+保険適用の可否を保険会社で判断。それに基づき、必要書類を準備してください。事故時のご連絡/補償の対象となる損害が発生したら、直ちに下記のエイジフリーショップまでご連絡ください。

お問い合わせやご相談は電話
専門スタッフが対応させていただきます
020-0403 盛岡市乙部28丁目25-2

019-675-1531

パナソニックエイジフリーショップ

認知症のご家族がいる「岡」では、介護用品のレンタルに「徘徊感知器」が有効です。徘徊感知器は他社でも扱っていると思いますが、レンタル料だけでケガや損害賠償を最大1億円まで保障できる「ご家族安心サービス」が付いているのは、パナソニックエイジフリーならではです。

「徘徊感知器」は、パナソニックエイジフリーの「徘徊感知器」です。徘徊感知器は他社でも扱っていると思いますが、レンタル料だけでケガや損害賠償を最大1億円まで保障できる「ご家族安心サービス」が付いているのは、パナソニックエイジフリーならではです。

「徘徊感知器」は、パナソニックエイジフリーの「徘徊感知器」です。徘徊感知器は他社でも扱っていると思いますが、レンタル料だけでケガや損害賠償を最大1億円まで保障できる「ご家族安心サービス」が付いているのは、パナソニックエイジフリーならではです。

「徘徊感知器」レンタル

ケガや損害賠償を補償

「徘徊感知器」は、徘徊感知器は他社でも扱っていると思いますが、レンタル料だけでケガや損害賠償を最大1億円まで保障できる「ご家族安心サービス」が付いているのは、パナソニックエイジフリーならではです。

「徘徊感知器」は、徘徊感知器は他社でも扱っていると思いますが、レンタル料だけでケガや損害賠償を最大1億円まで保障できる「ご家族安心サービス」が付いているのは、パナソニックエイジフリーならではです。

「徘徊感知器」は、徘徊感知器は他社でも扱っていると思いますが、レンタル料だけでケガや損害賠償を最大1億円まで保障できる「ご家族安心サービス」が付いているのは、パナソニックエイジフリーならではです。

医療用一般撮影システム、今だけ特別キャンペーン!!

周辺機器とスムーズに連携で可能性を広げます。

小さなスペースに設置できる自慢のコンパクト設計

入り口幅70cmで搬入可能
ビルのエレベーターからでも搬入OK
壁、天井へのレール取付け不要

暗室も 現像機も 必要なし!!

【機能・特長】
・内蔵メモリで単独の撮り溜めが可能
・IPX6準拠の防水性能
・新スリープ機能で約48時間待機
・自動X線検出機能「SmartSwitch®」搭載

据え付けが容易です

最小設置スペース
3畳(2.7m x 1.8m)

診断用 X線装置
※リーダー撮影台は含まれません

北東北の医療用画像診断装置の専門商社
江渡商事株式会社

〒020-0822 盛岡市茶畑二丁目11-23 eto-morioka_1953@water.ocn.ne.jp お問合せは TEL.019-624-3399 江渡商事株式会社 検索



伊藤康之(2級パソコン整備士) 企業向け業務ソフトの導入支援や操作方法の指導、大学などの教育機関でのパソコンヘルプデスク業務などを経験。また、世界最大手のシスコシステムズという情報機器メーカーのネットワーク技術者認定を持っているため、パソコン以外のインターネットトラブルにも対応

盛岡でたった2人の2級パソコン整備士

パソコン販売店の数に對し、購入後を支える修理・サポート店が少ない現状の中、購入後に色々な不安を感じることと思います。そんな時、パソコンに関するあらゆる知識、技術をもった人が近くにいたら安心ですね。

当店には、県内に5人、盛岡市内には2人しかいない「2級パソコン整備士」の伊藤康之がいます。パソコン整備士とは、メーカーや販売店にとらわれず、使い手のために現場で役立つ技術をもった、パソコンのプロである資格です。その為、確かな知識や豊富な経験を活かして、様々なトラブルに対応できます。

実際に、1か月に80件もの修理を一人でこなしている伊藤は、現在でも知識の向上に努め、「どうしたら今よりもっとお客様に分かりやすく説明できるか」と日々模索しながら頑張っています。

伊藤は、「私の説明が分からない時は遠慮なく『わからない』と言ってほしいです。その一言が、私達全員の成長に繋がるんです」とこの言葉をいつも掲げてお客様のもとへ走ります。

併設のパソコン教室とも、どんな小さなことでもみなさんの「困った!」を解決していきます。

パソコン教室 はちまるハート

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】019-601-6839
 教室 ▶ 019-661-2138
 修理 ▶ 019-661-2138
 【営業時間】
 平日 9:00 ~ 19:00
 土曜 9:00 ~ 16:00
 ※修理部門は第1、3、5水曜日定休

「もしも」に備えて、葬儀にかかる費用の中身はどんなものがあるのか

「もしも」に備えて、葬儀にかかる費用の中身はどんなものがあるのか、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

「もしも」に備えて、葬儀にかかる費用の中身はどんなものがあるのか、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

エンディング・プラン盛岡代表 菊池安信(株)



葬儀の現状がよくわかる

「葬儀の現状がよくわかる」というのが、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

「葬儀の現状がよくわかる」というのが、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

「葬儀の現状がよくわかる」というのが、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

「葬儀の現状がよくわかる」というのが、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

中国故言の叢智

「絶句」と題された五言絶句がある。これは杜甫(七一二~七七〇)の作品であるが、『絶句』と題名のように扱われていることに読者は「おや」と変に思うにちがいない。

なぜなら、「絶句」とは漢詩の形式を言う語(名詞)だからである。

『唐詩選』の場合、唐の時代を中心にした名作を編した詩集で、その構成は五言・七言をもつて、古詩・律詩・排律・絶句という形式を選んで七巻にまとめられている。

そうした、しっかりした編集方針によつてまとめられているが、あ、といった



文芸評論家 吉見正信

「絶句」と題された五言絶句がある。これは杜甫(七一二~七七〇)の作品であるが、『絶句』と題名のように扱われていることに読者は「おや」と変に思うにちがいない。

なぜなら、「絶句」とは漢詩の形式を言う語(名詞)だからである。

『唐詩選』の場合、唐の時代を中心にした名作を編した詩集で、その構成は五言・七言をもつて、古詩・律詩・排律・絶句という形式を選んで七巻にまとめられている。

そうした、しっかりした編集方針によつてまとめられているが、あ、といった

「絶句」と題された五言絶句がある。これは杜甫(七一二~七七〇)の作品であるが、『絶句』と題名のように扱われていることに読者は「おや」と変に思うにちがいない。

なぜなら、「絶句」とは漢詩の形式を言う語(名詞)だからである。

『唐詩選』の場合、唐の時代を中心にした名作を編した詩集で、その構成は五言・七言をもつて、古詩・律詩・排律・絶句という形式を選んで七巻にまとめられている。

そうした、しっかりした編集方針によつてまとめられているが、あ、といった

「葬儀の現状がよくわかる」というのが、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

「葬儀の現状がよくわかる」というのが、葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。葬儀の現状と内容がよくなるのかもしれない。

盛岡市保健福祉部 長寿社会課のイベント

- ＜地域ケア係＞
- 元気はなまる筋力アップ教室
- 内容: 簡単筋力アップ体操と健康講座 参加費: 無料
- 対象: 概ね65歳以上の盛岡市民(申込み不要)
- 持ち物: 中スック・タオル・飲み物
- 問合せ: ☎613-8144(長寿社会課地域ケア係)
- ①5月9日(火) 午前10時~12時 青山区活動センター3階ホール
- ②5月16日(火) 午後1時30分~3時30分 山岸老人福祉センター
- ③5月17日(水) 午後1時30分~3時30分 都南公民館(キャラホール)1階 小ホール
- ④5月23日(火) 午前10時~12時 仙北地区活動センター
- ＜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: 15~25人(申込み不要。開始10分前から受付します。定員に達した場合は、お断りすることもあります。)

- ①5月13日(土)、23日(火) 午前10時15分~12時15分 愛宕山老人福祉センター(愛宕下) ☎624-2208
- ②5月26日(金) 午前10時~12時 太田老人福祉センター(上太田細工) ☎659-2133
- ③5月12日(金)、26日(金) 午後1時30分~3時30分 青山老人福祉センター(青山三) ☎646-1593
- ④5月25日(木) 午前10時~12時 都南老人福祉センター(湯沢1) ☎638-1122
- ⑤5月16日(火) 午後1時30分~3時30分 上堂老人福祉センター(上堂三) ☎643-0330
- 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: 5月18日(木) 午後1時30分から3時まで
- 会場: 下太田老人福祉センター(下太田) ☎658-0681
- 持ち物: タオル・水などの飲料
- その他: 動きやすい服装
- もりおか老人大学公開講座
- 日時: 5月26日(金) 午後2時~3時30分
- 会場: 盛岡市民文化ホール 大ホール
- 演題: 「一人十色の人生観」
- 講師: 特別養護老人ホーム光寿苑施設長 太田 宣承氏
- 参加費: 無料

各種イベント

- 岩手県民長寿文化祭第29回作品展
- 内容: 岩手県在住の60歳以上のアマチュア作品展【作品部門: 日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真】
- 日時: 6月2日(金)~6月4日(日) 場所: 盛岡市民文化ホール 展示ホール(マリオス4階)
- 問合せ: 公益財団法人いきいき岩手支援財団 ☎626-0196
- 樹木別の剪定講座
- 内容: 知りたい樹種の手入れを、適した時期にピンポイントで学べる園芸塾
- 日程: 5月12日(金) ユニファー・ヒバ類、6月9日(金) サツキ・つつじ類、7月7日(金) 枝垂れモミジ・糸ヒバ等
- 時間: 各回午前10時~午後3時
- 場所: 盛岡市本宮字大宮48番地
- 料金: 5,000円(税別)
- 申込、問合せ: おおみや園芸 ☎635-1288
- さくらコンサート2017
- 内容: さくら吹奏楽団による昭和の名曲の演奏会
- 日時: 4月29日(土) 午後2時開演 料金: 無料
- 場所: オガール市民交流ステージ
- 問合せ: シンフォニエッタ盛岡事務局 (紫波郡紫波町紫波中央駅前二丁目3番地3) ☎090-1061-9972

- シンフォニエッタ盛岡 2017 春のコンサート
- 内容: 丸岡千奈美さんが歌う日本の歌メドレー「花」「おぼろ月夜」「浜辺の歌」「夏の思い出」「小さい秋見つけた」「赤とんぼ」「雪」他
- 時間: 開場17:30 開演: 18:00
- 日時: 5月20日(土) ・チケット: 500円(自由席)
- 場所: 盛岡市民文化ホール 小ホール
- 問合せ: シンフォニエッタ盛岡事務局 ☎090-1061-9972

読者プレゼント

盛岡焼き冷麺 × 鬼の手唐辛子

「おやじごはん」でおなじみ、遊食屋FUJIからオリジナル商品のご提供。第45回中華料理業全国大会料理コンクール金賞受賞。盛岡三大麺のひとつ、冷麺を香ばしく焼き上げました。3食入り1名の方にプレゼント。独自の調合で生み出された唐辛子。圧倒的辛さと旨さでやみつきに。40g入り1名の方にプレゼント。

麦とホップ 魅惑のホップセッション

セッション! PA風の麦とホップが新発売。しっかりとした苦味がありながらも、甘い香りのホップと、柑橘のように爽やかに香るホップ、2つのフレーバーホップを絶妙にブレンドすることで、清らかな苦味と、驚くほどフルーティーな香りを引き出しました。350ml缶 24缶入り1ケースを1名様にプレゼント。

シニアズ編集部読者係まで

「読者プレゼント」郵便はがきにあなただの郵便番号、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。

5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。

▼文芸掲載作品の作者には粗品を進呈します。

▼宛先〒020-0024 盛岡市菜園2丁目1の9 (株)ウィンドクロス内

「俳句」 春の夢をこに父母居たよ うな 盛岡市 天沼雅子

男役さんかの宿忘年会 盛岡市 小泉トモミ

赤青黄難饅頭がほほえみて 盛岡市 中村恵如

「川柳」 春らんまん逢いたい人は みな遠く 盛岡市 阿部悦子

スマホよりこうして書いて 盛岡市 高橋勝子

「さわや書店」文庫川柳 美女と野獣 ぼくのおじさん 化けてます

さわや書店本店で文庫川柳フェア開催中!

文庫の作者を当てた方に抽選で川柳使用文庫プレゼント、奮って応募ください。

「文芸作品読者のコーナー」

LEXUS LC Debut

LC500h/LC500

レクサス盛岡

〒020-0862 盛岡市東仙北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

シニアズの定期購読
毎月ご自宅へ郵送します
料金は、切手代12ヶ月分と手数料で合計2,304円(1年分)です。ご希望の方は振込用紙をお送りしますので下記宛にお申し込みください。
TEL019(623)2788
〒020-0024 盛岡市菜園2丁目1-9 メール: info@seniorsnet.jp

大人のための情報紙 シニアズ
Seniors

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

先を見据えて 帽子職人へ転向
「昔気質の帽子職人ではないので、何でも挑戦してみます」そう語るのは、盛岡市松園一丁目にある「柴田製帽」を営む柴田効吉さん、京子さんご夫妻。
お父さんも帽子職人だったという効吉さんですが、中学校卒業後は電気系技術職を夢見て上京。40歳を迎えるあたり、先の定年の事を考え機一転、岩手へ帰郷して帽子職人としてスタートを切りました。それまで縫製をしたことがなかった効吉さんは、京子夫人と共に「親父の仕事を見て必死で覚えたと話します。」



ご夫妻が作った斬新な素材使いや珍しいデザインの帽子の数々。大事な作業道具のミシンは、それぞれ役割の違うものが9台、ところ狭しと配置されています

あらゆる帽子に柔軟に対応している柴田製帽には、東京からの受注が多いのですが、「珍しい仕事がいりる来るけれど、儲かりませんよ。時間をかけて作り、慣れた頃には終わってしまおうので大変。昔気質の

夫婦で作り上げる1点1点 仕事に興味の日常
柴田効吉さん(75)
柴田京子さん(65)
盛岡市出身。効吉さんは下ノ橋中学校卒業後、東京の秋葉原の電化店へ就職。その後、昭和電線協会への転職を経て帰郷。京子夫人と共に「柴田製帽」を営んで30余年。最近では手仕事つなぐりで「さき」を織り、との共同作品も手掛けています

職人が新しく珍しい帽子作りから逃げるのはそこ。うちがあえてそこをやるんです」と効吉さん。
どんなものが来るかわからない東京からの依頼は、製作意欲を駆り立てられるという柴田夫妻。イッセイミヤケブランドからも依頼があるなど、名の知られたブランドからの依頼も少なくありません。「斬新なデザインは、とても悩まされるけど、次の仕事につながるのと、出来上がった帽子を見つめるその表情は、どこかなく嬉しそう。」



注文があればどんな帽子でも作るという柴田さん。この手で作り出した帽子は数えきれないほど

帽子作り講座でもお二人で講師を務めているとのこと。いつも奥様と二人三脚で歩んできた効吉さん曰く、「職人の夫婦はみんな言いますが、お互い半分ずつ補い合っているので片方がダメになったらおしまいだね。」
盛岡で唯一の帽子製造所「柴田製帽」。パートナーを慈しみつつ、末永く作り続けてほしいものです。

貯蓄・運用する
仮に今から10年後に1,000万円を貯めるためには、毎月8万円程度の積み立てが必要になります。また、毎月5万円を10年間積み立てると、600万円になります。仮に今から10年間は働き続けると仮定して、勤務先の制度や金融機関の商品で、半ば強制的に積み立てられるものがないか検討してみましょう。

老後に備え貯める・増やす
シニアのための人生いきいきマネー相談 ④

今回は、**ろもあります** ※事業主が掛金を拠出するが、選択性やマッチング拠出で掛金を給料天引きできる制度もあります。
②口座振替で利用できる制度、商品
・自動積立定期預金(金融機関で申し込み)
・投資信託積立(取り扱い金融機関で申し込み)
・確定拠出年金個人型「DeCo(デコ)」「iDeCo(アイデコ)」(取り扱い金融機関で申し込み)
※公的年金を補完する税制の優遇が多い私的年金の一つです。今年1月に加入範囲が拡大され、基本的に20歳から60歳までのすべての加入することができるようになりました。
シニアのなんでもお助けコンサルタント 大久保名美

特製うなぎ 仕出し 美藤
自家製たれで丁寧に焼き上げています。ハレの日にご自宅でもちょっと贅沢してみませんか。春の土曜日の日/一の丑は4/20 /ニの丑は5/2
盛岡市全域周辺市町村配達します。
盛岡市上田3-7-26 ☎019-653-1421
WEBで検索 美藤 お弁当 検索

HouseDO 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

花巻温泉春まつり 2017 さくらフェア
期間 5/7⑩まで
春らんまん さくらパンケーキ (ドリンクセット) 850円(税込)
さくらロールケーキ (1本) 1,100円(税込)
さくらロールケーキ (カット) 350円(税込)
さくらあんパン (1個) 180円(税込)
さくらパフェ 650円(税込)
ホテル千秋園前 Café de 蔵 Since 1885 9:00~18:00(無休)
期間限定メニューです。この機会をお見逃しなく!!

花巻温泉の約500本の桜が見頃を迎えております。
お得な情報が満載! 詳しくはホームページで!
TEL0198-37-2111 〒025-0304 岩手県花巻市湯本1-125 花巻温泉 検索