

**2017.12月号 無料配布**  
 【月刊171号】次号/12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: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@sensorsnet.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/  
 村井由紀子/大森ふじお/藤澤和哉/齊藤晋

# 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://sensorsnet.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

### 民謡を唄い紡ぐ

民謡歌手・司会・ラジオパーソナリティ  
**佐野よりこさん**



釜石市出身。東洋大学短期大学英文科卒業。東京アナウンスアカデミー・タレント科卒業。民謡のど自慢大会、日本コロムビア民謡コンクール全国大会など数々の優勝経験をもつ。民謡は日本民謡協会岩手県連合委員会委員長・菊池信夫に師事。司会者、FMラジオのDJ、テレビ岩手アカデミーの講師(よりこのうたてみん)より、民謡歌手として各方面で活躍中。

**就職内定もあえなく岩手に強制送還**

「声を鍛えることで誤嚥性肺炎を防ぐ効果も期待できるそうですので、シニア世代には民謡を唄うことをぜひおすすめしたいです」  
 明朗快活な語り口でそう話すのは、小柄ながらも大きな存在感を醸し出している佐野よりこさん。現在、民謡歌手・司会・ラジオのパーソナリティなどマルチにこなして活躍中。

「もともと子どもの頃から歌えるアナウンサーになりたかった」と話す佐野さん、娘を民謡歌手に「と願う民謡好きの両親のもとに育ち、民謡は3歳から、三味線は小学生の頃から習っていたそうですが、唄だけでは食べていけない。これからは英語も必要な時代になるはず」と考え、短大の英文科へ進学。同時にアナウンススクールにも通い、語力を身に付けていきました。卒業後は東京の音楽事務所に内定も決まり、ホッとしていた矢先、父親に東京に残ることを強く反対され、岩手に送還。でもね、父に従って帰るのもイヤだし、釜石には戻らず盛岡で暮らすことにしたんです。盛岡でゼロからのスタートに、コンクールで知り合った伝手を辿り、ラジオ局で活動するようになった佐野さん。なんと、番組の制作会社で働き始め、その間、民謡からは遠ざかっていた。

「25歳でフリーになり、IBCラジオの『歌って笑って民謡まわり舞台』という長寿番組の司会をさせていたときに、やっぱり唄いたい」と思い、佐野さんは、岩手に戻り、民謡を学び直し、その後、南部牛追唄、外山節、南部よしやれ、沢内基句ほか全国大会で次々と優勝を果たしていきまし。自分にとって民謡はやっぱり生き甲斐。ライフワーカーにしていかなくや」そう思った矢先、東日本大震災により、釜石の実家は流され、両親も亡くすという悲しい出来事に見舞われたのでした。

**亡き両親の願いに背中を押されて**

震災からまもなく、ショックで唄う気力を失った佐野さんのもとへ届いたのは、全国のチャンピオンたちが出場するNHKホールで開催された日本民謡フェスティバルへの出場話。「私は前年に沢内基句で優勝したためエントリーされていたのですが、震災から三か月後の開催でも歌う気になれず辞退したいと言いました。でも、師匠や周りから「一番応援していたのはあなたのご両親でしょ、せっかく与えられたチャンスと辞退するのは両親も望んでないはず」と背中を押していただいて」

野さんはみごと奨励賞を受賞。それを機に、応援してくれる人たちのためにと、少しずつまた民謡と向き合い始めました。「被災地を訪ねて唄うと、下を向いていた方が知っている民謡でふと顔を上げてくれる、笑顔で手拍子してくれる、そんな様子を目の当たりにして、改めて民謡の持つ力の凄さを実感。これはやっぱり唄い継いでいかねばならないと再認識しました」

震災から5年経った昨年、佐野さんは「郷土民謡協会民謡舞全国大会」で優勝。さらに名誉ある内閣総理大臣賞を受賞。失って初めて気付いた故郷の大切さと自分に残された民謡の尊さを胸に、今後は、民謡ファンを増やす窓口を担っていきたいとのこと。

「師匠や先輩から教わってきたことを、これからは私が伝える役目」と目を輝かせて話してくれました。

テレビ岩手アカデミーで講師を務めている佐野さん、11月より夜コースもスタート

「亡き両親の願いに背中を押されて」

### 超高齢社会の現状

80歳以上のハイシニアが増加傾向

近年、日本で高齢化が進んでいるという事をよく耳にします。シニアズでは、実際に進む高齢化の実態と岩手県内の年齢別推移を、資料をもとに、シニア層の現状をお届けしたいと思います。

国内の平均寿命は年々延伸傾向にあり、1980年頃には男性73歳、女性78歳だったのが、約40年後の2017年現在で男性80歳、女性87歳と男女共に8歳近くの延伸が見られています。さらに、この傾向は続くこととみられ2060年には男性

資料: 東国調査計課「岩手県人口移動報告年報」	
平成24年10月	45~64歳 367,180名
平成27年10月	45~64歳 344,297名
平成24年10月	65~84歳 304,722名
平成27年10月	65~84歳 318,801名
平成24年10月	85歳以上 57,729名
平成27年10月	85歳以上 67,782名

84歳、女性90歳の平均寿命になるとも言われています。県内のご数年のシニア世代の年齢別人口推移を見ると、45歳~64歳までは減少傾向にあるものの、80歳以上のハイシニア世代は年々増加にあり、なんと100歳を超える方も数年で40人近く増えています。県内でも高齢化の波は強いと思えますが、その反面、元気なハイシニア層が多く、健康で元氣な方々がまだまだ活躍できる環境があるのだと実感させられます。

### 水中ウォーキングで健康づくり!!

ゆびあす

盛岡市熱利用健康増進センター

営業時間 AM10:00~PM8:30(浴場PM8:00)

料金 プール:大人700円 高校生400円 小中学生300円 各幼児浴場:大人400円 高校生250円 小中学生150円

プールシニア無料日(毎月第2・4金曜日) シニア割引(全日)→490円

岩手県交通バス「松園ゆびあす線」運行中

指定管理者: NPO法人盛岡市水泳協会 盛岡市上田字小鳥沢 148-103 無料駐車場 200台

TEL019-662-1414

### 自分のライフスタイルにあった保険を設計しよう。

MS&AD インシュアランスグループ

保険のプロが、お客様ひとり一人のライフスタイルにあった保険を設計いたします。

MS岩手株式会社 019-623-2400

### 不動産エージェンがお手伝いします!!

## エイゲル

売却 賃貸 仲介 管理 査定

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

### 岩手県持ち家着工12年連続No.1 シリウスグループ

暮らしではじまる、老後の笑顔

「あなた」と平屋で身近に暮らす楽しみを

建物参考価格 1,150万円 (税別)

月々 32,462円

2LDK 南玄関対応プラン 21.28坪(70.38㎡)

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

年末年始は海の幸で乾杯

# 年の瀬を彩る海鮮料理

早いもので2017年ももう12月。1年経つのが年々早くなっているのは年齢のせいと  
思ってはいませんか。いえいえ、そんな事は決してないですよ。毎日  
が充実して、日々の生活が満喫しているから  
です。そんな

釜石市 海宝漬 中村家

## 職人のこだわりが詰まった海の宝石箱



黄金海宝漬冬便り 4,629円、三陸海宝漬 (150g)1,640円※税込

「海宝漬 中村家」の、冬季限定の特別な商品「黄金海宝漬冬便り」。あわび、うに、数の子、いくら、4つの美味しさを堪能できる贅沢な詰め合わせは、お世話になったあの方への贈り物としてはもちろん、「黄金海宝漬冬便り」ひとつで、年越しの準備も万全です。

お求めはお近くの販売店もしくは ☎ 0120-56-7070

紫波町 鮭清次郎 紫波店

## 紫波町役場向かいにある 鮭清次郎紫波店で宴会しませんか



年内4と8の付く日は紫波町内の出前が10%オフとお得

忘・新年会ご予約承り中の「鮭清次郎紫波店」お勧めは、燕(つばめ)Bコース(写真右)！他、飲み放題コースも人気。最大28名様まで可能な掘りごたつ式の座敷はゆっくりできます。ご家族や仲間と贅沢な時間をどうぞ！また、年末鮭もご予約承り中。

住所：紫波郡紫波町紫波中央駅前 2-3-48 ☎ 019-601-5971

「贈答から」宴会まで、年の暮れは来年も健康で光輝く年でありますように。と、家族みんなで笑顔になる逸品の品々。海の幸で豪華絢爛に祝ってみませんか。

盛岡市 魚屋直営 海鮮 鮭 和食 鈴徳

## 魚屋直営ならではの新鮮な海の幸に舌鼓



より詳しく知りたい方は「食べログ 鈴徳」で検索を

老舗魚屋がお届けする海鮮料理店「鈴徳」。宴会でも人気の毛ガニ丸ごと大根鍋(夜限定、二名様~完全予約制)は、この豪華さでなんと一人2,138円(税込)と大特価！大将自慢の屋メニュー、鈴徳の欲張り井やお刺身・天ぷら御膳、各1,480円(税込)もお勧めです。

住所：盛岡市南大通 1-11-17 ☎ 019-654-2727

ワンコールでタクシー出動

## いざという時に安心

岩手県はここ数年、脳卒中での死亡率が全国1位。働き盛りの若い世代でも増す。

「ワンタク」は、いざという加傾向にありますが、特に50代以降で高血圧が原因で、結果、脳卒中を発症するというケースも少なくありません。また、冬場になるとヒートショックを起すことも多くなります。

特に、独り暮らしの場合、在宅中や夜中に調子が悪くなっても独りでうまく対応できない場合や、救急車を呼ぶにも近所を気にして気おくれしてしまい、その結果「孤独死」に至るといったことも。世間には、さまざまな見守りサービスも出てきているものの、いざというときにすぐ対応してくれるサービスではなく、ほとんどが介護サービスなどを受けている人に限定されてしまっています。

「独り暮らしで頼る人がいない」「健康不安を抱えている」「すぐ来てほしい」「夜中に救急車を呼びづらい」…そんなときに使える高齢者支援サービスをと10年以上前から試行錯誤を重ね、このたび「ワンタクサービス」の運用を開始したのが、盛岡市中央通の

「ワンタク」利用料は月500円(別途入会金2500円)。タクシー運賃は別請求。指定タクシー割引チケット520円分進呈。問合せ/フリーダイヤル 0120-9803-0888



自分で救急車が呼べないような緊急時を想定し、安心して暮らすためにもぜひ



### THE NEW LS Debut

LS500h/LS500

レクサス盛岡

〒020-0862 盛岡市東北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

## パチンコ&スロット ユニオングループ

【岩手県】メガステージユニオン本宮・盛岡南  
ユニオン盛岡・菜園・北上・二戸・西根  
沼宮内・岩手・渋民・宮古・磯鶏・山田  
【宮城県】ユニオン ザ・プライム太子堂 【合計14店舗】



気づけば笑顔。そんな時間がここにはあります。

築240年の蔵を利用

昔からのものの温かみを



店内には大黒様の展示もあります

盛岡の中心を流れる中津川。当り前の生活の中、ゆったりと流れる川の流れを感じながら、上ノ橋を渡るとそこには、更に風情のある風景が目に付きま...

「普段、朝食や昼食、お茶、ヒール派がいることがわかった。時などに何を飲んでいました。コーヒーが健康にすか」...

今年で3年目を迎えました。キッチン家電を実際に使ってみながらオリジナルメニュー1品を作ってみよう...

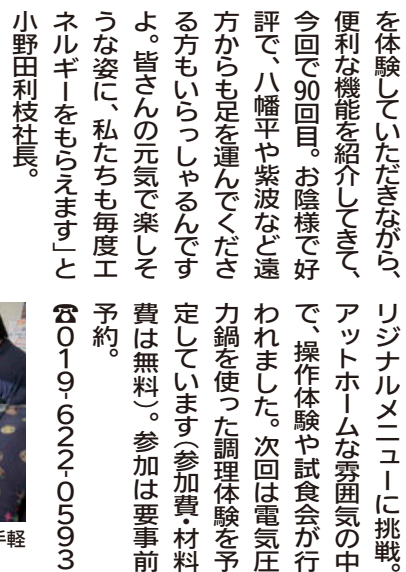


今どきの家電性能に追いつけないシニアも講師の澤館さんに習い楽しく操作体験

盛岡市上田3丁目にある街のでんきやさん「柿沢電器」では、パナソニックの調理家電を使用...

「コーヒー(カフェ)派のシニアが急増」。大森ふじおのシニアナビ。加賀野の戸田忠男さん(90)は着町界隈のカフェで飲むのが日課...

今年で3年目を迎えました。キッチン家電を実際に使ってみながらオリジナルメニュー1品を作ってみよう...



楽しくワイワイとおしゃべりしながら手軽なオリジナルメニューに挑戦

楽しく美味しく家電お試し。月2回のキッチン家電無料体験&試食会。この日は、ホームベーカリーの餅つき機能を試験...

「食彩工房盛岡なつく店」では、コーヒーの棚を拡充。特設コーナーに並ぶお勧め商品は早々に完売するケースも...

街のでんき屋さんだからできる!! シニアの暮らしに合わせたケア・サポート。【よくあるご依頼例】蛍光灯、電球交換... 2,000円~

もりもん 年金定期 年金定期II型。あなたのそばに 盛岡信用金庫。盛岡市中ノ橋通1-4-6

ベアレンビールまつり inビッグルーフ滝沢 2017。滝沢市の食と岩手のお酒の物語がここから。滝沢市初開催!!

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY. いきなり、新次元。100%電気自動車、新型日産リーフ誕生。専用メンテナンスパック NISSAN EV あんしんプラス 登場。

※リサイクル料金が別途必要となります。※保険料、税金、登録等に別途費用は別途申し受けます。※メーカー希望小売価格は参考価格です。...

高齢者女性のうち、低栄養傾向の人の割合は22%

# 調理方法による栄養の損得

毎日、何気なく作っている事で酵素や水に触れる味噌汁、煮物、サラダ。実は、調理の仕方その栄養がグンとアップしたり、美味しくなったりする一方、大事な栄養の多くが捨てられてしまっている事があります。今回は、調理の方法による栄養の損得を取り上げたいと思います。

キノコ類は冷凍保存で旨味、栄養素アップ

冷凍時と加熱時の2回細胞にダメージを与えられたキノコは、旨味が倍増し栄養も溶け出しやすくなり栄養価もアップします。



じゃが芋は皮付きで水から茹でる

今年新じゃがが続々と出回っています。じゃが芋はデンプンの塊のイメージですが、実は加熱しても、みかんと同じ位のビタミンCを含んでいます。その理由、デンプンに包まれて

「こぼこ」と言えば金平。皮をむき、繊維切りにし、水につけアク抜きをしてから調理するのが一般的です。しかし、皮をむき水につけてアクを抜く事は栄養の大半になります。こぼこを水

こぼこは皮をむかずアク抜きもせず

「こぼこ」と言えば金平。皮をむき、繊維切りにし、水につけアク抜きをしてから調理するのが一般的です。しかし、皮をむき水につけてアクを抜く事は栄養の大半になります。こぼこを水

「こぼこ」と言えば金平。皮をむき、繊維切りにし、水につけアク抜きをしてから調理するのが一般的です。しかし、皮をむき水につけてアクを抜く事は栄養の大半になります。こぼこを水

「こぼこ」と言えば金平。皮をむき、繊維切りにし、水につけアク抜きをしてから調理するのが一般的です。しかし、皮をむき水につけてアクを抜く事は栄養の大半になります。こぼこを水

「こぼこ」と言えば金平。皮をむき、繊維切りにし、水につけアク抜きをしてから調理するのが一般的です。しかし、皮をむき水につけてアクを抜く事は栄養の大半になります。こぼこを水

## 超豪華！パーティーキャベツ

クリスマスはもちろん、年末年始など人が集まる時などにぴったりの豪華な一品。子どもから大人までみんなで楽しくつまみながら盛り上がりましょう。

### 作り方

①キャベツはまるごとアルミホイルで巻き包む。受けておく(あれば、カマン

ベールチーフをひくと口大に切り、塩コショウを振ってレンジで1分半加熱。うすら

の卵を紅しょうがの汁につけておく(あれば、カマン

ベールチーフをひくと口大に切り、塩コショウを振ってレンジで1分半加熱。うすら

の卵を紅しょうがの汁につけておく(あれば、カマン

ベールチーフをひくと口大に切り、塩コショウを振ってレンジで1分半加熱。うすらの卵を紅しょうがの汁につけておく(あれば、カマン



# おやじはん

【18食目/パーティーキャベツ】



クリスマスはもちろん、年末年始など人が集まる時などにぴったりの豪華な一品。子どもから大人までみんなで楽しくつまみながら盛り上がりましょう。



### 材料

キャベツ(1個)、うすらの卵(1パック)、ワイン(適量)、レモン(1個)、パセリ(少々)、きゅうり(1本)、ちくわ(4本)、エリンギ(3本)、プチトマト(6個)、にんじん(1/2本)、ペールチーフ(例)、カマンベールチーフ(1パック) ※飾りつけ用にリンゴや海苔などは尚可

**TOMATOMA とつが**

**鍋の季節!**

寒い時期は野菜たっぷりの鍋がオススメ!

フェザン店長 谷地さん

●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

「流し目のスナイパー」竜小太郎が大好評につき2018年も岩手にやってくる!

**竜小太郎一座**

森の風特別公演2018

《平成30年 特別公演日程》  
1月20日(土)~2月26日(月)

公演時間14:00~16:00 休演日/1月24日・30日・31日・2月7日・14日・15日・16日・21日(休演日変更の場合がございます)

【料金】当日券 3,000円(税込)  
前売券 2,500円(税込)  
指定席料金追加500円(税込)

席には限りがございますお早めにご利用の際は事前に予約ください

竜小太郎 4歳の時から日舞を習い始め、初代流し目の名手として名を馳せ、現在は現役のトップアーティストとして活躍中。大活躍の時代を築き上げた。大活躍の時代を築き上げた。大活躍の時代を築き上げた。

日帰りにはシャトルバスが便利!!  
予約制シャトルバス運行時間  
盛岡駅 森の風  
12:50 ⇄ 16:30

ご予約・お問合せ 019-695-3333

〒020-0574 岩手県岩手郡平町常宿10-64-1 森の風 検索

**Christmas Cake Faire Plaisir 2017**

6号 19cm **スペシャルフレーズ** ...5,800円  
純白の純生クリームと大粒の国産苺を使用したゴージャスでスペシャルなXmasアントルメ(毎2段サンド)

6号 19cm **ロワイヤル・ショコラ** ...5,800円  
グラサージュで屋根の雪解けをイメージし大粒の国産苺を飾ったXmas限定生チョコアントルメ(毎2段サンド)

6号 18cm **タルト・オ・フリユイ** ...4,300円  
ほのかに香ばしいアーモンドタルトの上に色鮮やかなフレッシュフルーツをたっぷりと飾り付けました

ノエル・ブラン ...3,400円  
ホワイトチョコムースと苺とラズベリージュレをピスタチオスポンジでふんわりと包んだXmas限定ノエル

12月20日(水)までにご予約いただいた方には「シャンメリー1本」&「本体価格から5%OFF」をプレゼント!!

お電話での問い合わせはコチラ  
**風月堂** 0120-51-8211  
http://www.m-fugetsudo.co.jp

購入・受取り店舗  
●ベルフ牧野林店 ●ベルフ山岸店 ●ベルフ青山店 ●都南店  
●ベルフ仙北店 ●アルコ店 ●ベルフまつその店 ●ベルフ八幡平店  
●FairePlaisirイオン盛岡南店 ●FairePlaisirカワトク店

ご予約締切日 **12月20日(水)**  
予約限定品になります。予約限定数に到達次第各商品終了となります。

動物のあれこれについて山手先生がご紹介

### 猫にお酒はとっても危険

猫は人間のようにアルコールの代謝が上手くできません。お酒を飲むと少量でも死に至ることがあり、とても危険です。

人間はアルコールを摂取すると、胃や腸で吸収し、肝臓で酵素によって分解し、アセトアルデヒドに変化、さらに分解を進め、無害になっていきます。しかし、アセトアルデヒドが分解できないとそれが毒素として体内にまわり、「二酔いや中毒になったりします。」

猫はアルコールを分解する酵素を持っていないので、一旦摂取すると、無害化されることなく、長時間体内を循環し、悪影響を及ぼすことになりま。

症状としては、意識が朦朧したり、昏睡状態、心肺機能低下や嘔吐物による窒息など、重度の中毒症を引き起こし、命を落とすこともありま。

お酒を飲んでいいる時、猫が誤って飲んでしまうことがありますが「酔った姿がかわいい」と飲ませるの、もってのほか。

猫のアルコール致死量は体重1kgあたり56ml。クリスマス、年末年始とお酒を飲む機会が多くなります。誤飲した場合には、動物病院に連絡ください。

「山手先生の動物のこと」11月分放送より

**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

**松園動物病院**  
各種検査・美容・手術・入院  
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

盛岡市西松園4丁目20-2  
019-661-0500

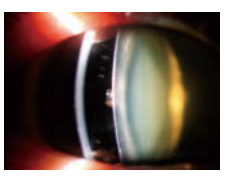
### 医療 かわて医療通信 白内障

夜間の運転中に信号や対向車のライトが強く感じて見にくかったり、以前より近くも遠くもかすんで見えたりするような症状はありませんか。もしかしら、白内障の原因がもしも、白内障は50歳で4割、60歳で7割70歳以上ではほとんどの方が持つ身近な病気です。

白内障では、物を見るときにピンと合わせる役割をする水晶体という部位が濁ってきます。この水晶体の中身は生まれた時は透明ですが、加齢や紫外線、たばこ、糖尿病、薬剤(ステロイド)が誘因となり、水晶体の中のタンパク質が変性して濁ります。一度濁りが出てくると消えないため、年々進行していきま。

水晶体の濁りはカメラのレンズの濁りと似ており、かすんでみえたり、光がまぶしくなったり、二重にみえたりという症状がでてきます。濁りが進むと視力が低下します。

白内障はゆっくり症状が進むことが多いため、様子を見ていても問題ないことが多いです。しかし、白内障の症状から何が原因なのかを調べる



実は違う病気が隠れている可能性もあります。一時的な見にくさはドライアイなども起こりますが、視力低下は緑内障や加齢黄斑変性などの目の奥の病気による可能性もあります。これらは眼科を受診し、診察を受けないと判断できません。白内障以外の病気がある場合、様子を見てうちに症状がどんどん進み、気づいた頃には視力が上がらない状態になることもあります。目に症状が出てきた時は放って置かず、本当に視力が下がっているか、視力が下がっているとしたら何が原因なのかを調べる

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



この上流に伝説に満ちた「蛇の島」がある

「前九年合戦」の折、安倍貞任に捕らえられた源義家、が捕虜として入れられた牢屋が、現在の北大橋の北、北上川の西岸にあったという伝承を知った。

五十代以上の盛岡市民にとって郷愁溢れるキーワード「サニランド蛇の島」の対岸付近のことである。

ちなみに「サニランド蛇の島」は、昭和42年6月に開園した私設遊園地だ。ジェットコースター、ウォータースライダー付きプール、スケート場などの遊戯施設があり賑わっていたが、わずか3年で閉園。それ以降、蛇の島は立ち入り禁止になっている。廃墟ブームの昨今だが、厳密には持ち主や管理人の許可を得ない限り不法侵入となるので注意願いたい。

この施設があった蛇の島は、北上川の巨大な中洲であり、盛岡市の環境保護地区に指定されている。実は中洲ではなく、草の根に繋がれた浮島とも伝えられる。そんな「蛇の島」にまつわる古くからの言い伝えを、さらにいくつか……。

また、「蛇の島」は、北上川の中洲に赤い小さな蛇が現れ、娘がいた場所から離れない。人々は娘の化身に違いないと小さな祠を建てて祀った。小蛇はいつしか姿を消していた。

北上川は、しばしば洪水を起して来たが、なぜか蛇の島は一度も荒れることはなく、祠も永く安泰だったという。今改めて、この地を地域の財産として見直す必要があるようだ。

「前九年合戦」の折、安倍貞任に捕らえられた源義家、が捕虜として入れられた牢屋が、現在の北大橋の北、北上川の西岸にあったという伝承を知った。

五十代以上の盛岡市民にとって郷愁溢れるキーワード「サニランド蛇の島」の対岸付近のことである。

ちなみに「サニランド蛇の島」は、昭和42年6月に開園した私設遊園地だ。ジェットコースター、ウォータースライダー付きプール、スケート場などの遊戯施設があり賑わっていたが、わずか3年で閉園。それ以降、蛇の島は立ち入り禁止になっている。廃墟ブームの昨今だが、厳密には持ち主や管理人の許可を得ない限り不法侵入となるので注意願いたい。

この施設があった蛇の島は、北上川の巨大な中洲であり、盛岡市の環境保護地区に指定されている。実は中洲ではなく、草の根に繋がれた浮島とも伝えられる。そんな「蛇の島」にまつわる古くからの言い伝えを、さらにいくつか……。

古き浪漫と歩く **もりおか**  
文・写真 高橋政彦

平安時代の伝説が残る大河の中州 「蛇の島」の言い伝え

まず、蛇の島付近は安倍貞任の軍船の隠し場所だったという。北上川本流に張り出す蛇の島の陰に、ちょうどいい入り江もあったのだらう。

「前九年合戦」で囚われた身となった義家に食事を運んだのは貞任の娘だといわれる。娘が崖を降るたびに、手を掛けた松の木があり、以来それは「手掛の松」と呼ばれた。

また、「蛇の島弁天」という、こんな昔話がある。

昔、北上川の中洲に美しい娘がいた。夏の夕方、中洲で足を洗っていると美男の若者に会った。二人は良い仲になり、毎夕会うことを約束した。だが3カ月ばかり経つと若者は来なくなり、それ以来娘は毎日待っていたが冬の寒い日に凍死してしまつた。

春、その中洲に赤い小さな蛇が現れ、娘がいた場所から離れない。人々は娘の化身に違いないと小さな祠を建てて祀った。小蛇はいつしか姿を消していた。

北上川は、しばしば洪水を起して来たが、なぜか蛇の島は一度も荒れることはなく、祠も永く安泰だったという。今改めて、この地を地域の財産として見直す必要があるようだ。

寒い時期にも力強く咲く花々があります。冬も美しい花に心癒されてはいかがでしょうか。

**プリザーブドフラワーも各種取り扱っております**

3,240円以上で無料配達いたします。

旬花緑の風 住所 / 盛岡市中 / 橋通1-6-8 Nanak1階 電話 / 019(652)8710

**渡辺俊治 Interior Bouquet Seminar 2017**  
世界的に有名なブーケのスペシャリスト 渡辺俊治さんのセミナー開催。

実技：インテリアオブジェ

12/23(金) 場所 アイーナ 岩手県民情報交流センター 時間 10:00~15:00 締切 12/16(土) 受講料 12,000円(税込) 予約受付中

花材専門店 **花のまりちゃん**  
Tel.019-613-6572 Fax.019-613-6162

**土地を売りたい方・貸したい方**

**求む!**  
風力・太陽光 発電用地募集

300坪以上の土地から設置可能

これまで遊ばせていた土地を有効活用しませんか?  
**相談・現地調査無料!**

ご相談・お問い合わせは 再生可能エネルギー・不動産部門 0120-568-140

**Kaneka** カネカヘルスケア株式会社

最近、疲れを感じている方、ぜひお試しください!

**還元型コエンザイムQ10 14日間分お試し用**

お試し価格 **500円** (税込)

送料・手数料無料 通信販売限定

お申し込みは **0120-091-072**

**続けて実感!!**  
ご愛飲の方々から、よろこびの声が届きました。

**朝から元気で爽快です。**  
飲んでいて朝スッキリしないというのがある。朝からスッキリして、気持ちも晴れやかです。

**目覚めもスッキリ。**  
スポーツ仲間を紹介されたのがきっかけです。目覚めが違ってくる。分も変わり、山や川、海に行つて何かしたくなります。

荒木様 60代  
太田様 50代  
寺下様 60代

※お客様個人の感想です。※お客様の年齢は取材当時のものです。

“疲れ”を感じやすい、現代人の皆さまへ

現代人は、様々な要因から「疲れ」を感じやすいと言われます。そしてそれは、現代人の乱れがちな生活習慣に起因しているのです。

例えば...

- つついシャワーですませる
- 長時間のパソコン
- 栄養不足
- 運動不足
- 不規則な睡眠

もちろん、生活習慣を整えることは大切ですが、現代人とこれらの習慣はなかなか切り離せません。

そこで、皆さまにお試しいただきたいのが **還元型コエンザイムQ10** です!

# 平泉町の“秋”は賑わいの秋

エフエム岩手「平泉ひかるエフエム」×シニアズ



この日の為に練習した歌や踊りを披露していました

エフエム岩手  
ふるさと元気隊  
平泉ひかるエフエム  
放送 毎週月曜日  
12:00~12:30  
【ハガキ・お便り】  
〒029-4102  
平泉町平泉字毛越248  
浄土の館  
エフエム岩手 平泉支局

10月18日(水)、平泉町第2行政区(鈴木四郎区長)では、多彩なプログラムが披露された。お昼には、地区公民館において、第3回「ふれあいサロン」が行われ、あいらずの世話人の皆さんの美味い芋の子汁が振る舞われ、10月21日(土)、「第9回」公民館にイーストinひらひらみ稲刈り体験が開催されました。今年も平泉町内外から沢山の皆さんが参加し、5種類の稲を使って、東福山の桜の美しさを歌に詠んだ平安時代の歌人、西行法師と桜、平泉大文字送り火などを田んぼに描きました。また、有色稲を手で刈り取って色ごとに束ね、棒がけ体験も行いました。稲刈りの後は、はっと汁と金色の風で作られたおにぎりの振る舞い、そして神楽が披露され、参加者は大いに喜んでいました。

# 青山町界限 後編

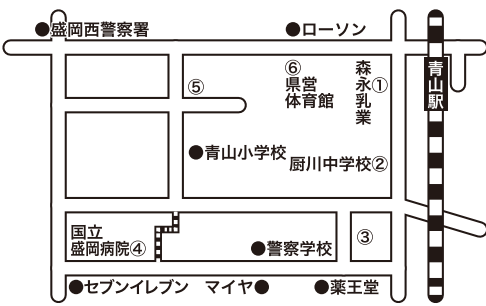
もりおかにしえ散歩 ⑧ 案内役 真山重博



前号の「青山町界限 前編」では、明治後期から陸軍の騎兵隊の軍事施設が建設されていた町として、駐屯の名残を感じる門柱や塙所(①④)を紹介してきましたが、今号では赤レンガの歴史的建造物が目を引く、「旧陸軍騎兵連隊覆(おおい)馬場練兵場」(現在の盛岡ふれあい覆馬場プラザ)を中心に紹介していきます。

青山1丁目の「国立盛岡病院」から北へ、青山小学校を右手に眺めながらさらに進んでいくと、赤レンガ造りの建物「盛岡ふれあい覆(おおい)馬場(マゼ)」が現れます。刻み続けています。

## 青山町界限 MAP



## いわてシニアネット便り《12月の西部公民館パソコン教室》

- ワード入門編.....5日(火)~7日(木)13時~16時
- ワードで作る年賀状.....9日(土)10時~15時
- タブレット端末で楽しもう!.....14日(木)10時~15時
- パソコン・タブレットお助け相談会.....20日(水)10時~15時

いわてシニアネットは毎週1回西部公民館内でIT講習会を開催して皆様の疑問質問にお答えします。お気軽にご来場ください。

【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 〒020-0834 盛岡市永井17-21-11-A13 ☎090-2361-8965 Eメール isn@ksj.biglobe.ne.jp

## 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

●お問合せ・お申し込みは  
株式会社 リードコナン  
TEL. 019-656-3600  
〒020-0051 盛岡市下太田沢田68-40  
FAX 019-656-3601  
詳しくはリードコナンホームページ  
<http://www.leadkonan.co.jp/>

### 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

### 中高年の婚活サポート

3年連続 成婚実績 岩手県No.1

すみれ倶楽部 会員募集中 登録料

女性 1,080円  
男性 32,400円

NPO法人おせつ会 〒028-0114 岩手県盛岡市南沢町6-20-1  
Tel.0198-29-4192  
E-mail osekkai\_1@yahoo.co.jp  
パンジークラブ

### 仏事・葬儀の不安

お悩みを解決する無料相談室

葬儀費用・寺院など 後継者  
入壇・離壇 墓じまい・遺品整理

エンディングプラン 専門家のネットワーク

弁護士・司法書士・行政書士・葬儀業者・解体業者  
霊柩事業者・生花店・料理店・仏具店・石材店等

エンディング・プラン盛岡  
TEL.019-613-5335  
〒020-0127 盛岡市前九年一丁目7番31号

## 建築鉄骨製造業【新卒・既卒・一般】

# 正社員募集中

知識・経験は入社してから!!  
まずはお気軽にお電話ください。

## 3年後、同年代でトップを走るため

虎ノ門ヒルズ (東京都港区)  
GINZA SIX (東京都中央区)

iwate-kagaya.jp

株式会社カガヤ  
盛岡市芋田字武道9番地95  
《人事担当直通》  
TEL.019-683-2882

岩手の経営者 今月のボス!

興味あるものに向心

「岩姫観光有限会社」代表取締役 井原一禎さん(52)



「ボスが悪くて、25歳の時に父から家を出ていく...」

NINA RICCI PRESTIGE 岩手県特約店 MICHIMATA 時計 & 宝飾

中国故言の叢智 32 仲麻呂と王維の緑(承前)

文芸評論家 吉見正信



前稿で述べてきた日本人の安倍仲麻呂(晁卿衡)...

盛岡市保健福祉部 長寿社会課のイベント

各種イベント

読者プレゼント

読者プレゼント

サークル紹介

KOURAKU お客様に「愛」を込めて。パチンコ・スロットに「愛」を込めて。 I LOVE PACHINKO & SLOT

**さくら美容形成クリニック**

院長 田崎 治子

診療科目  
・美容皮膚科  
・美容外科  
・形成外科

0120-777-392

〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F  
http://sakura-keisei.jp Twitter @sakurakeisei

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

**エフエム岩手**

盛岡市内丸2-10 / <http://www.fmii.co.jp>

盛岡 76.1MHz 陸前高田 85.9MHz 大槌 78.4MHz  
大船渡 79.7MHz 岩手 78.3MHz 宮古 89.3MHz  
野田 79.7MHz 二戸 82.2MHz 一関 80.3MHz  
釜石 79.2MHz 遠野 80.7MHz 山田 82.0MHz

**人が集つて理想郷をめざして**

昭和2年11月27日に、東洋一のリゾート地を花巻に築き上げようと金田一国土氏により設立された株式会社花巻温泉。その歩みの中で、天皇・皇后両陛下や皇太子殿下・妃殿下など、皇室の方々が利用される皇室御用達の温泉宿としても信用と名声を博してきました。一大リゾート施設として確固たる地位を築き上げた現在、創始者の意志



**90周年、花巻にさらなる加速を**

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(58)

「2年前に88周年を迎え、人生で例えれば米寿という区切りのいい年でしたので、大々的に行事を行いました。その時点で、100年へのプロローグとして、ヒト・モノ・カネを最適化しようとしてスタートしましたので、90周年はまさに100年に向けての通過点ととらえています。いろいろな物事をさらにスピードを加速してやっていくかなと、10年後という長きに、今年、創業90周年を迎えるの取り組みや今後の展望について伺いました。

「ヒト」については、従業員の労働環境を整えるべく待遇や初任給の見直し、寮や住宅の改修を今後10年間で順次行っていく方針です。モノは、客室ハッチェジやバブリックスペースなどハード面の整備、カネの部分は新たな投資...と、今後新たな改新



人離れを防ぐためにも地域一番になるよう待遇改善を



「花巻温泉全景」万寿山(まんじゅさん)より望む昭和5年)。写真手前の道は現在の県道123号線。

**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

**使わないなら早く解約を**

**配置薬の契約は慎重に**

「何年も前に契約した配置薬の業者が、5年ほど薬の入れ替えに来なかつたので、もう来ないと思いい、残っていた使用期限切れの薬を1年前に廃棄しました。ところが、最近になって突然、業者が来て「もう一度置かせてほしい」と勧誘してきました。断わったところ、廃棄した分を含む薬代3万5000円を支払うように言われました(70代・女性)。

「配置薬」は置き薬とも呼ばれ、販売業者が各家庭に風邪薬などの医薬品が入った薬箱を預け、定期的に来訪時には提示を求めましよう。

消費者ホットライン(電話188)が義務付けられています。来訪時には提示を求めましよう。

たとえ長期点検訪問がない場合でも、自分の判断で処分せずに、引き取ってもらいましょう。配置薬の販売員には法律により都道府県知事の許可が必要で、販売者は身分証明書の携帯が義務付けられています。

しかし、事例のように薬を廃棄して請求を受けたという相談や、強引に置いていかれたというトラブルが発生しています。配置薬は薬や薬箱を保管する義務が消費者に生じます。このため勝手に処分はできず、処分した場合は、支払い義務が発生します。

たまたま長期点検訪問がない場合でも、自分の判断で処分せずに、引き取ってもらいましょう。配置薬の販売員には法律により都道府県知事の許可が必要で、販売者は身分証明書の携帯が義務付けられています。

**美藤**

特選おせち三段重 30,000円 (4~5人前)

特選おせち一段重 20,000円 (2~3人前)

盛岡市内・近郊へは無料配達

お届きは12月30日午後、31日ご来店引取りのお客様は500円引き

盛岡市上田3-7-26 ☎019-653-1421

WEBで検索 美藤 お節 検索

花巻温泉株式会社 創業90周年記念

# 特別宿泊券

## 500セット限定販売!

【販売期間】2017年12月20日(水)まで

※限定販売ですのでお早めにお求めいただけます。

「創業90周年記念特別宿泊券」は、佳松園に1泊の「ホテル1泊朝食付宿泊券」がセットになった大変お得な宿泊券です。佳松園とホテルをのんびり2泊、また別々の日にこの宿泊も可能です。お料理・サービスはそのままのおもてなしですので、大切な方への贈り物などにもご利用いただけます。

創業90周年は本年、11月27日に創業90周年を迎えます。

TEL0198-37-2111

〒025-0304 岩手県花巻市湯本1-125

お得な情報が満載! 詳しくはホームページで!

花巻温泉 検索

創業90周年特別記念宿泊券とは

平成29年11月19日回~平成30年4月15日回

年明けは土曜日でも利用できます。

11/25、12/2、12/9、12/16、12/22、12/23、12/29~1/3は除く。  
※施設点検等で休館する場合がございます。  
※佳松園は4月1日からの全室禁煙化に向け、3月1日より禁煙室へのご案内となります。館内喫煙所を設けてございますので、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。

お食事

◇佳松園(お部屋:和室12畳+踏込4.5畳) ◇ホテル千秋閣/ホテル花巻/ホテル紅葉館(お部屋:和室10畳間)

夕食:お部屋にて佳松園会席膳 ホテル紅葉館(お部屋:和室10畳間) 朝食:お食事処にて和食膳 朝食:バイキング

佳松園 宿泊券 1泊2食・お二人様

ホテル千秋閣/ホテル花巻/ホテル紅葉館 宿泊券 1泊朝食付・お二人様

1枚 + 1枚

ホテルは3館からお選びいただけます。

料金 1口 48,000円 (諸税込)