

2018.08月号 無料配布
【月刊179号】 次号/8月26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
【編集長】今野洋介 【編集スタッフ】川村龍雄/古山そのみ/大森ふじお/藤澤和哉/齊藤響

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 シニアズ 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 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

アートの方で 地域活性化を
一般社団法人岩手県芸術文化協会会長
柴田和子さん(70)
1948(昭和23)年、岩手町に生まれる。地元の小、盛岡の中学高校を経て、慶應義塾大学を卒業。母の看護のため帰郷し、30代半ばにダンス教室を開く。2011年に(一社)岩手県芸術文化協会会長に就任。ほかに(有)トモ工商会代表取締役社長、(有)ひょうえもん代表取締役社長など多くの肩書きを持つ

宝塚歌劇団の入団を夢見た少女時代
柴田和子さんという名前を聞いて、ピンと来る人も多...
線にあふ世界の都市北京...
芸術や文化との出会いを支援創造
そんな活動も当初は「3年も続けばいいかな」と思...
芸術文化の力で地域を活性化したいという思いで、...

「N.L.40°ダンサーズ」公演の様子。本格的なダンスで観衆を魅了している様子でした。

会もサポートしていくのが仕事と語ります。
最後にシニア世代へのメッセージを聞くと「自分が年を重ねて感じたことは、人生は70歳からが本当のスタートということ...」

MS&AD インシュアランスグループ
自分のライフスタイルにあった保険を設計しよう。
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。

IGRいわて銀河鉄道の岩手川口駅
園井恵子展示スペースオープン
平成29年12月、駅舎の老朽化に伴い、被爆して32歳の若さで亡く...
園井恵子さん当時の写真

創業150余年
いつまでも変わらない先祖への想い
観音像のあるお店
藤村仏具本店
盛岡市清水町3-2 ☎622-3838(代)
http://www.fujibutsu.jp/

NISSAN
出かける喜びを、一人でも多くの方へ。日産ライフケアビークル
日産セレナ セカンドスライドアップシート
定員7名
日産セレナ 助手席スライドアップシート
定員8名
盛岡日産モーター(株) 本店
盛岡日産モーター(株) 盛岡北店

パラは人生の友

奥州市生まれ。滝沢市在住。1995年からパラグライダーを始め1997年にパイロット証を取得。現在は、安比高原スキー場内の「七時雨パラグライダースクール」に所属しています。趣味に登山も併用中。



井上テツ子さん(65)

鳥のような視点で眺める景色、それぞれの場所から出てくると見つけた井上さん、私も何か趣味をやりたいと常々思っていました。主としてゴルフをやることと、晴れやかならぬ。なかなか見つからなくて。

「周りの人がゴルフや趣味を楽しんでいるのを見て、私も何か趣味をやりたいと常々思っていました。主としてゴルフをやることと、晴れやかならぬ。なかなか見つからなくて。」

「フライトへの恐怖感はないのかと尋ねてみると、「エリート」の高層や高いビルで足場が透明なところなどは、やっぱり怖いです。」

「若き頃に農家へと嫁いできた井上さんは、バブル期にご主人が始めた事業を共に支えながらがむしゃらに働いてきましたが、気づけばほぼ人生の折り返し地点。仕事をくぐりました。仕事はピード感はないです。」

「夏といえば、夏祭りですね。盛岡さんさ踊りや花火大会、七夕、各地域での神社例大祭や商店街の夏祭り。さらには舟っこ流しなど、盛岡の夏の風物詩もあり、夏は伝統行事が目白押し。市内呉服店では、着付けやシニアに合った浴衣のコーディネートをしていただけます。」

「町通のこや呉服店には、男女の浴衣や合財袋などの小物類が陳列。美子さんは「男性は、シックな無地が合います。外出時は、手に小物を持って。女性には、藍色、白、紺などがお勧め。男女共、涼やかさを出したいですね」と話していました。」

「この年まで、浴衣を着たことがなかった。この夏は浴衣を着て、街歩きしたりカフェをしよう」と初挑戦する様子。ぜひ、浴衣でシニアならではのライフを。」

「盛岡生活文化研究室大森ふじおでは、浴衣を着るのに役立つサービスや各種割引なども実施。盛岡居酒屋遊食屋FUJIでは、店内で「ゆかたのまち」と言ったり、角ハイボールがソフトドリンク一杯がサービス。鈴木茉莉乃同委員会事務局スタッフは「今年で13回目。ぜひ、シニアの方も、浴衣を着てお祭りや飲食などを楽しんでほしいです。」

「夏といえ、夏祭りですね。盛岡さんさ踊りや花火大会、七夕、各地域での神社例大祭や商店街の夏祭り。さらには舟っこ流しなど、盛岡の夏の風物詩もあり、夏は伝統行事が目白押し。市内呉服店では、着付けやシニアに合った浴衣のコーディネートをしていただけます。」

「町通のこや呉服店には、男女の浴衣や合財袋などの小物類が陳列。美子さんは「男性は、シックな無地が合います。外出時は、手に小物を持って。女性には、藍色、白、紺などがお勧め。男女共、涼やかさを出したいですね」と話していました。」

「この年まで、浴衣を着たことがなかった。この夏は浴衣を着て、街歩きしたりカフェをしよう」と初挑戦する様子。ぜひ、浴衣でシニアならではのライフを。」

「盛岡生活文化研究室大森ふじおでは、浴衣を着るのに役立つサービスや各種割引なども実施。盛岡居酒屋遊食屋FUJIでは、店内で「ゆかたのまち」と言ったり、角ハイボールがソフトドリンク一杯がサービス。鈴木茉莉乃同委員会事務局スタッフは「今年で13回目。ぜひ、シニアの方も、浴衣を着てお祭りや飲食などを楽しんでほしいです。」

「夏といえ、夏祭りですね。盛岡さんさ踊りや花火大会、七夕、各地域での神社例大祭や商店街の夏祭り。さらには舟っこ流しなど、盛岡の夏の風物詩もあり、夏は伝統行事が目白押し。市内呉服店では、着付けやシニアに合った浴衣のコーディネートをしていただけます。」

「町通のこや呉服店には、男女の浴衣や合財袋などの小物類が陳列。美子さんは「男性は、シックな無地が合います。外出時は、手に小物を持って。女性には、藍色、白、紺などがお勧め。男女共、涼やかさを出したいですね」と話していました。」



「今の風はどうか？」目に見えない風の動きを読みながら、フライトに必要な高度計で気圧の変化を目で確認。安全かつ快適な空の遊覧飛行を楽しむ井上さん



「盛岡の夏、ゆかたで歩こう」をキャッチフレーズに、浴衣を回遊して楽しんでいただくイベントを開催します。市内の飲食店などでは、浴衣を着るのに役立つサービスや各種割引なども実施。盛岡居酒屋遊食屋FUJIでは、店内で「ゆかたのまち」と言ったり、角ハイボールがソフトドリンク一杯がサービス。鈴木茉莉乃同委員会事務局スタッフは「今年で13回目。ぜひ、シニアの方も、浴衣を着てお祭りや飲食などを楽しんでほしいです。」



パラグライダーの機体。井上さんが所属する七時雨パラグライダースクールでも、シニア世代の姿がちらほら。「パラの面白さは、飛び出すことが、仲間と話すことや遠征、飲み会なども、職業も身分も関係なくできるから。ストレスなく楽しめますね。」

「盛岡の夏、ゆかたで歩こう」をキャッチフレーズに、浴衣を回遊して楽しんでいただくイベントを開催します。市内の飲食店などでは、浴衣を着るのに役立つサービスや各種割引なども実施。盛岡居酒屋遊食屋FUJIでは、店内で「ゆかたのまち」と言ったり、角ハイボールがソフトドリンク一杯がサービス。鈴木茉莉乃同委員会事務局スタッフは「今年で13回目。ぜひ、シニアの方も、浴衣を着てお祭りや飲食などを楽しんでほしいです。」



浴衣の小物や下駄 (こや呉服店協力)

「盛岡生活文化研究室大森ふじおでは、浴衣を着るのに役立つサービスや各種割引なども実施。盛岡居酒屋遊食屋FUJIでは、店内で「ゆかたのまち」と言ったり、角ハイボールがソフトドリンク一杯がサービス。鈴木茉莉乃同委員会事務局スタッフは「今年で13回目。ぜひ、シニアの方も、浴衣を着てお祭りや飲食などを楽しんでほしいです。」

大森ふじおのシニアナビ

この夏は、浴衣でシニアライフを

「この年まで、浴衣を着たことがなかった。この夏は浴衣を着て、街歩きしたりカフェをしよう」と初挑戦する様子。ぜひ、浴衣でシニアならではのライフを。」



浴衣を楽しむシニア

大好評、お得なスタンプカード! 来場1回につき1ポイント 平日無料 プレール券進呈!

岩手ゴルフ倶楽部 岩手ゴルフ倶楽部創立81周年・コース開場56周年

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 食事券プレゼント!

8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
セルフデーは、お風呂・レストランはございません。			¥6,240 食事付	¥5,700	¥6,240 食事付	レディースデー ¥7,860
(月別)みちのくコカ-Cola杯						OP中村商會杯
¥8,940	¥5,700	¥5,700		¥5,700	¥6,240 食事付	¥8,940
(OP)アサヒビール杯						レディースデー
¥8,940	¥5,700	¥5,700		¥5,700	¥6,240 食事付	¥7,860
理事長杯						レディースデー
¥8,940	¥6,240 食事付	¥5,700	¥4,300	¥5,700	¥5,700	¥7,860
(OP)大塚製薬杯						
¥8,940	¥4,300	¥6,240 食事付	¥5,700	¥5,700	¥6,240 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2,700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。

毎年恒例、今年もやるぞ!!

球-ツバサ SALE

8月8日(水)~15日(水)の8日間

全て88セール特価!!

最新作も全品 特別価格

各メーカーの最上級モデルがズラリ! はじめて選べる400個! 東北最大級の在庫量

硬式金属、硬式木製、半額!!!

営業時間 AM9:00-PM8:00 年中無休

朝9:00開店

CROWN FUN TO DRIVE, AGAIN. 発達・加速はゆるやかに。エコドライブに心がけよう。 TOYOTA

さあ、すべてを進化させよう。

世界の走りかえり。

プラットフォームを一新するなど(TNGA)クルマをゼロから開発。意のままに操れるコントロール性能に加え、あらゆる状況において目線のぶれない圧倒的な走行安定性を実現。

次世代の「つながる」クルマ。コネクティッドカー。

クルマが人や社会とつながることで、クルマの新しい魅力や価値、新たなサービスを生み出すとともに、よりよい社会の実現を目指していく。

フルモデルチェンジ

クラウン 2.5ハイブリッド RS Four(4WD) 車両本体価格 5,632,200円 (税込)

●オプションカラーのホワイトパールクリスタルシャイン(37,800円税込)は車両本体価格に含まれておりません。
●保険料、税金(除消費税)、自賠責、登録諸費用、リサイクル料金は別途申し受けます。

岩手トヨタ 本社/〒020-0125 岩手県盛岡市上堂4-12-11 TEL019-641-7111 http://toyota-dealers.jp/02201/

大人の遊びの秘密基地

山籠りに挑戦の巻



今回は自然の厳しさの中で自分を鍛えるため、私が若い頃ナタとライターと少のお米だけを持って実行したバカな『山籠り』のお話です。

自然に挑む為に最小限の装備で出かけたので、ご飯は30分程米を水に浸し野草に包んで中に埋めその上で火を焚く方法で作りました。釜が火の下にあってもいいんじゃないかって発想でこれなら鍋は要りません。

焚火で魚を焼いているうちに2時間程で炊き上がりますポイントが60分で一度火



無理せず道具を揃えましょうと笑う店長

をよけて土の上にコップ一杯分位の水を追加でかける事です。これでふっくらと焼き上がります。

テントや寝袋も持って行かなかったら地面にそのままゴロ寝です。どんな暑い夏でも夜は驚く程冷えるので直接地面に体が触れないように乾いた落ち葉等で簡単な寝床を作ります。野生動物も同じ事をしますがこれだけで結構暖かいものなんです。

月夜を下から見上げるように頭を低くすれば木の影が確認でき夜でも少しは見

える事や、魚は石の下で川上を向いているので川下から捕まえるのがいいとか、日に日に色んな知識が増えていきました。魚を掴む時は滑り止めの靴下を手にはめて水の中でじーっと待ち伏せするのがコツですね。

結果的に「俺のまま山で生きていけるな」と思える位すっきり自然に溶け込んでしまい、いわゆる厳しい山籠りにはならずすっかり自然を楽しんじゃってました。

もちろん今はきちんと道具を揃えて安全に山を楽しんでいます。山籠り、絶対真似はしないでください。

「こんないい場所は無い」と見晴らしの良い岩山頂の展望台のそばに「喫茶GEN・K」を構えて10年。「人と自然の共存」と「十年後の未来」をテーマに店を営むのはオー

「こんないい場所は無い」と見晴らしの良い岩山頂の展望台のそばに「喫茶GEN・K」を構えて10年。「人と自然の共存」と「十年後の未来」をテーマに店を営むのはオー

知ってる？シニアの穴場スポット

心と体が元気になるカフェ

喫茶GEN・K

埼玉県出身の久保田さん、以前は東京都内の計測器の会社に勤め、エンジニアとして全国各地へメンテナンスの出張サービスに出向き、行く先々ではご当地ラーメンとお酒の味を探究。「30歳過ぎたあたりに強烈に自分で何かやりたくなると、それからまもなく会社を辞め、納得の味を求めて全国のラーメンやお酒を自転車で訪ね歩きまわりました。中でも衝撃を受けたのが盛岡のラーメン「中河」の味で、「修業志願しました。早朝から足を運んでくださるシニアの方も多いため、もつこの場所を楽しんでくれる方が増えたいです」と話し、「岩手の魅力情報もこちら発信していきたい」と夢を膨らませています。

店の営業は日の出1時間前から8時まで、11時から16時まで、夜は予約制というスタイル。メニューもおかゆやスープなど体に優しい味にこだわっています。

「早朝から足を運んでくださるシニアの方も多いため、もつこの場所を楽しんでくれる方が増えたいです」と話し、「岩手の魅力情報もこちら発信していきたい」と夢を膨らませています。

盛岡芸能余話②

文斎藤五郎

衆楽座



7月号で私の仕事はイベントの裏方と書きましたが、この裏方という言葉は皆さんも今日は会社のパーティーで私は裏方だなんて、日常よく使っていると思います。このようにふだん使われている日常語に芸能用語はたくさんありますが、トひとつ立てるにしても、それは暫く擱くとして、裏方のことでした。

私の父は昭和初期から舞台芸能の裏方のチーフに当たる大道員師(舞台装置家)でしたので、当時の仕事の一例として、父から聞いた話で神社の鳥井のセツこまでくると、これをお読みになっている方は、そ

それは暫く擱くとして、裏方のことでした。

私の父は昭和初期から舞台芸能の裏方のチーフに当たる大道員師(舞台装置家)でしたので、当時の仕事の一例として、父から聞いた話で神社の鳥井のセツこまでくると、これをお読みになっている方は、そ



当時の衆楽座の様子。昭和12~17年までは衆楽座で使用、以降昭和56年までは国劇として長年親しまれたそうです。場所は紺屋町・菊の司酒造会社向いの現ライオンズマンション紺屋町

んな細部まで分かるお客さんが居るのかナアと思われるでしょうが、実は今回はそれにお答えしたく

わねが盛岡はいつごろからか、関東以北一番の芸処と呼ばれている土地柄です。総ての芸能に対して見巧者、つまり鑑賞力の高い人たちが多く、舞台の鳥井の違いなと一目瞭然です。

そんな鑑賞眼の高い観客に対してはそれ相応の劇場があるべきと、大正11年に開場の旧盛岡劇場は東北一の劇場と賞讃されました。そして昭和十一年開場の衆楽

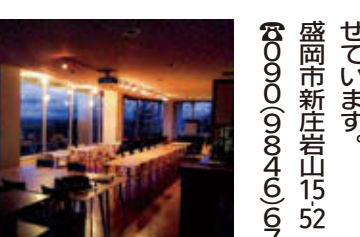
座はこれこそ一目瞭然、東北一の豪華絢爛な劇場として東北の名所となりました。

以上、東北一目の肥えた芸処の所以の一端でした。



(左)優しい味わいの「カレー葉の葉粥セット」(850円)(右)世界にも誇れる「岩山」の魅力はこの場所から発信中

毎週火曜、日の出30分前から「夜明けの音楽会」を開催。「歌や音楽が好きな方はぜひ来てみてください」



盛岡市新庄岩山15.52 090098466745

岩手が生んだヒロイン・園井恵子が活躍した宝塚大劇場での観劇、火の神「清荒神」参拝と「鉄斎美術館」を訪ねる、ちよびり

宝塚歌劇の父・小林一三邸跡でのランチ・ランチ

出発日 2018年10月16日(火)~17日(水)[1泊2日]

旅行代金 2名様1室 おとなお一人様 97,800円

募集定員 28名様(最小催行人員:15名様)

○添乗員/全行程同行 ○食事/朝1昼2夕1 ○名宿/宝塚ワシントンホテル

募集締め切り:平成30年8月31日先着順(定員になり次第、締め切り)

行程表 (凡例) +++:列車 ...:徒歩 ==:タクシー 赤印:下車観光

1日目(10月16日) 6:45皇宮前集合(7:10発)+++新幹線+++東京乗換(9:50発)+++新幹線+++新大塚駅(12:23着)+++宝塚大劇場(宝塚公演観劇(15:00-18:00)・宝塚歌劇の歴史見学)+++宝塚ワシントンホテルチェックイン(18:30着)宿屋(宝塚)と園井恵子さんを囲んで園井恵子さんを囲む(夕食19:00-21:00)泊

2日目(10月17日) 宝塚(9:00発)===清荒神清浄寺・鉄斎美術館===小林一三記念館見学・難波山荘でランチの昼食===池田+++青田+++大塚+++新大塚駅(16:23発)+++東京乗換(19:20発)+++皇宮前(21:34着)解散

○詳しい書面をご用意しております。ご確認の上、お申し込みください。

※掲載のツアーは、この広告でお申し込みをいただくと、資料(パンフレット)を下記印刷までご請求ください。

お問い合わせ 資料請求先 旅行企画・実施

銀河鉄道観光 019-601-9991

盛岡市青二丁目2-8 FAX:019-601-9996

青山駅(青山南口)改札すぐ!

宝塚大劇場 宙組公演

真風 涼帆

風間 まどか

一歩姫崎詞

白鷺の城

ミュージカル・プレイ

異人たちのルネサンス

作・演出 大野 拓史

クワイアチが描いた記憶

作・演出 田淵 大輔

暑さで傷まず水切りも不要なプリザーブドフラワーの仏花。

枯れない美しさが長く続きます。

お供えの花

花材専門店 花のまりちゃん

Tel.019-613-6572 Fax.019-613-6162

E-mail info@hanamari.biz 盛岡市みたけ 4-4-2

LINE@ 友だち登録でクーポンをプレゼント @hanamari

プリザーブドフラワー・ハーバリウム等各種の体験受付中

ホームページもごさいます。 花のまりちゃん 検索

午前10時の映画祭

デジタルで見る永遠の名作

ラインナップ

7/20~ メリーポピンズ

7/27~ 雨に唄えば

8/3~ グリース

8/17~ ボディガード

中劇 019-624-2879 一般・シニア 学生

盛岡映画館通交差点 1,100円 500円

盛岡口ケ満載!

終わった人

館 ひろし/黒木 瞳/原作:内館 牧子

大ヒット公開中! 盛岡ピカデリー 019-653-2420

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・浜民・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】

有限会社宮崎商店 019-613-7707(代表)・株式会社飛鳥商事 019-601-5575(代表)

皮膚科の診察は、皮膚だけではなく、爪、毛髪、口腔内の異常についても取り扱っています。まずは今回から2回に分けて比較的多い陥入爪について取り上げてみたいと思います。

「陥入爪や巻き爪」という病名を耳にされたことはありますか。巻き爪、陥入爪は爪の変形としてよく見られるのですが、痛みを伴うことが多くお悩みの方が多い疾患です。この病気が爪の縁が周囲の皮膚(肉)に食い込んで炎症を起こす



足爪の切り方 間違えていませんか？

陥入爪や巻き爪にならないために

「いわて医療通信【足爪】」

加齢が要因になる理由には、乾燥や運動不足といったものがあげられます。加齢に伴い皮膚の分泌や皮膚の水分量は低下しますが、皮膚だけでなく爪も乾燥します。爪は乾燥すると彎曲する傾向があるため、それにより皮膚に食い込みやすくなり陥入爪や巻き爪になるのです。

爪は本来、指先を保護する役割を担っています。年齢とともに指の腹側からの力も高くなるため、爪の機能を高めることが必要です。陥入爪や巻き爪予防のため

この病気の要因には加齢、靴選び、過度の運動などがあげられます。一般に若年者よりも高齢者の方が陥入爪や巻き爪になる可能性が高いと言われていますが、

梅雨が明けるといよいよ夏祭りの季節です。8月7日(日)は立秋ですが、厳しい暑さは処暑(8月23日頃)まで続くといわれます。体にとっては負担が大きいく体力も低下しやすい時だからこそ夏祭りは「夏越祭」といって気を入れ無事に夏を越せるようにという祈願の意味もあるようです。

夏バテ予防のうなぎは、近年高騰が続き庶民には手が届きにくくなっています。うなぎは奈良時代から食されていたように、うなぎには良質の蛋白質があり、ビタミンやミネラルのバランスも良く夏に弱い消化器の働きを助け、体を温める効果もあります。うなぎに山椒が付いていますが、これは食べたうなぎが腸内で異

あきらめないで つめ水虫!

有限会社 岩手薬店
爪水虫は爪がもろくなる

TEL019-622-2623
盛岡市本町通 1-17-26

《いわぎん》フリーローン (お申込みカンタン&スピード回答!)

ご利用や冠婚葬祭にお子さん・お孫さんのお祝いごに。

お祝いみち自由!
(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!

お問合わせは(いわぎん)ダイレクト/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

体力低下を防ぐには栄養も大切です。汗と共に水分ばかりではなく体内のミネラルも排出されます。ミネラルは食べた物をエネルギーに変える時に必要な栄養素です。汗をかく夏には多目に摂取したいものです。

夏のだるさ対策にミネラル

暑い時期、夏バテにならないため

夏バテ予防のうなぎは、近年高騰が続き庶民には手が届きにくくなっています。うなぎは奈良時代から食されていたように、うなぎには良質の蛋白質があり、ビタミンやミネラルのバランスも良く夏に弱い消化器の働きを助け、体を温める効果もあります。うなぎに山椒が付いていますが、これは食べたうなぎが腸内で異

動物のあれこれについて山手先生がご紹介

乗馬のすすめ

岩手県は古くから馬産地として有名で、昔前までは馬を飼っていた家も珍しくなく、子どもの頃は馬にまたがって遊んだという方もいると思います。馬の背から見る景色は、視点が高く視野が広く格別です。また、手綱を取り足で馬を操ることと人の意思が馬に伝わり、人と馬が一体になれるという魅力のひとつです。

シニアの皆さんも乗馬に挑戦してみませんか。岩手県内には、初心者でも乗馬体験できる施設がたくさんあり、インストラクターが手取り足取り丁寧に教えてくれます。滝沢市砂込、アピオの隣りにある「馬っこパーク」は、料金も格安なお試しコース・シニア割引のきくシニアコースなどもあり、利用しやすくなっています。また、ハンディキャップのある方には毎週(土)の午前セラピー乗馬も開催。小中学生対象の乗馬スポーツ少年団は毎週(土)に活動しています。

心身ともに健康リフレッシェ効果があり、子どもから高齢者まで年齢に関係なく楽しめるのが乗馬です。シニア世代の会員さんもたくさんいます。一度体験してみませんか。

馬っこパーク いわて
019(688)5290



hankatsu Ainas

大人の婚活 アイナス

「山手先生の動物のこと」の切り方にもポイントがあります。次回には爪の手入れについて解説します。

岩手医大皮膚科 森志朋

TEL:019-601-8105
〒020-0122 盛岡市みち3-38-20
岩手県青少年会館内 パートナー支援相談室
一般社団法人アイナス ブログも更新中!

文具専門店としてさらに品揃えを充実

平金商店 パステル館

http://www.hirakin.com

肴町アーケード南口(肴町8-18)で
2018年5月より移転オープン!!

メンバーズ会員にご入会されると
税別500円をお買い上げ毎に
50円のサービス券を差し上げます。
次回のご来店の際にお使い下さい。

申込無料

隣接駐車場有り(有料) Facebook更新中

各種検査・美容室 松園動物病院

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

やよい幼稚園 松園動物病院
県立博物館 松園第二病院

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

整体師・足つぼセラピスト 受講生募集

高レベルな実践主体!マンツーマン指導!!
シニア世代の方の受講が増えています。

お問い合わせ 019-647-6267
盛岡市天宮寺8-35 9:00~20:00
http://www.ac.auone-net.jp/~toyou-s/

再生可能エネルギーは 国が20年保証してくれる 安心の投資先

土地付き太陽光発電所販売 表面利回りは12%以上

太陽光発電で節税対策

消費税還付 課税事業者を選択することでお得になるケースがあります!

中小企業 経営強化税制 余剰、自家消費型なら即時償却が可能!

太陽光発電で安定収入

固定買取価格 「固定価格買取制度」は、再生可能エネルギー(太陽光発電、風力発電、水力発電、バイオマス発電、地熱発電)で発電したすべての電力を、電力会社が20年間固定価格で買い取ってくれる制度です。

販売数100件を超える信頼と実績

- 融資先のご紹介を致します。
- 販売後も万全のメンテナンスで手離しで運用可能です。
- ソーラーパネル定期点検
- 草刈り作業 etc

安心して当社にお任せ下さい!

北湯口第2地割発電所 コンパクトな発電所 日当たり良好
所在地▶花巻市北湯口第2地割
システム容量▶パネル57.52KW
パワコン19.8KW
売電単価▶21円

石鳥谷八重畑発電所 低圧・過積載 南向き物件
所在地▶花巻市石鳥谷町八重畑第8地割
システム容量▶パネル93.0KW
パワコン49.5KW
売電単価▶21円

北湯口第2地割発電所
所在地▶花巻市北湯口第4地割
システム容量▶パネル93.0KW
パワコン49.5KW
売電単価▶21円

North Hills 発電所 南向き敷地で好立地
所在地▶花巻市北湯口第4地割
システム容量▶パネル93.0KW
パワコン49.5KW
売電単価▶21円

ご相談・お問い合わせは 再生可能エネルギー・不動産部門
〒020-0813 盛岡市東山1丁目20-3-1
グッドワンリフォーム Good One Reform
0120-568-140
http://www.sasaki-group.jp/

もりおかにしえ散歩 ⑬ 案内役 真山重博

旧青物町界限



毎年8月16日、北上川は明治橋付近を中心に送り盆の行事として、慰霊の風物詩「舟っこ流し」が開催されます。この催しを仙北町側から観る場合の最高の場所が、現在の仙北1丁目その昔「青物町」と呼ばれていたところなのです。

この界限は以前、北上川の船運の拠点でもあったため、米屋さんや酒屋さんなどが軒を連ね商店街を形成していた場所です。町名は、かつてこのあたりが良質の土壌に恵まれていたため様々な野菜が豊富

に栽培されていたこと、青物町や種物商の店が並んでいたことからつけられたものと言われていました。市内から明治橋を渡って右手に見える瓦葺根や蔵の建物群が、藩政時代から明治にかけて盛岡を代表する豪商、大地主、実業家の系譜を継承してきた徳田屋清右衛門「徳清」の事務所と倉庫蔵と屋敷(盛岡市の保存建造物指定)。かの平民宰相原敬も子どもの頃は本宮の生家から仙北町の寺子屋に通っていたため青物町や仙北町界限に



でこの祝い事には七軒丁の芸が欠かせないものとなったのです。それらの芸は代々継承され、昭和初期まで残っていたそうです。

東北本線下の地下道をくぐれば、そこには駒形神社。鉄道がなかった頃は、青物町から一本の道で旧駒形町につながっていたはず。この町は路地や小径がいたるところにあり、歩いてみるとワクワクしてきます。

婚活パーティー随時開催しております

人生のパートナーを真剣に探す婚活サポート

中高年の婚活サポート すみれ倶楽部

NPO 法人おせっ会

〒028-0114 宇都宮市東和町土井6-20-1
Tel. 0198-29-4192
E-mail: ossekkai_1@yahoo.co.jp

〒028-0114 宇都宮市東和町土井6-20-1
Tel. 0198-29-4192
E-mail: ossekkai_1@yahoo.co.jp

古き浪漫と歩く もりおか

文・写真 高橋政彦

あなたは信じますか、世の中にあふれる怪異譚

もうすぐ梅雨が明け、真夏がやって来る。夏といえれば怪談。ということでは「納涼特別企画」と位置づけ、私(筆者)が感じた「何か尋常ではない物音」の怪異譚をいくつか紹介させていた



盛岡市内にも有名な座敷童のお宿がある。泊まって感じたままをレポートしてみたい

《その1》
渓流釣り禁漁間際の九月末。相棒とともに山間部の朽ちたキャンプ場に野営した。テントは各自一張。そして時間が早すぎる。足音がテントの回りをひたすら回っているのも不気味だった。翌朝顔を合わせた相棒も青ざめた寝不足顔をしていた。彼も同じ足音を聞いていたのだ。

《その2》
真夜中、物音に気づいて目覚めた。何者かがテントの回りを徘徊している。野生動物かと思っただけで聞き流し、足音は「三日月、あ

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

あれも、これも、買います!

眠っているアレやコレお気軽にお持ち下さい

査定無料

金・プラチナ・貴金属

お酒

買取専門店 大吉 盛岡店

営業時間 10:00~19:00 年中無休 (臨時休業を除く)

〒020-0822 岩手県盛岡市高松2-10-8 ササエビル1階 ☎0120-29-9977

新築につき入居者募集中!!

サービス付高齢者住宅 やまぼうし桜台

【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・野菜を育てて買います

電話: 019-667-1977 受付担当 松坂施設長 藤嶋部長

住所: 盛岡市桜台2丁目18-2

60歳からの生活をサポートする。

もりおかしニアライフローン

シニアプラン

詳しくは、「ローンプラザもりしん」 0120-160-656 (土曜日も営業)

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)

GOOD DESIGN 2014 2015 2年連続受賞

懐かしいのに新しい NEO NOSTALGIA

不可能を可能にした真壁づくりの家

「真壁づくりの家×オール国産ひのき」の住まいは、柱や梁といった家の構造材が現しになった日本の伝統工法です。真壁づくりの「温もり&リラックス空間」をぜひ体感して下さい。詳しくはHPをご覧ください。

盛岡市東安庭二丁目12-15 (株式会社シリウス内) TEL.019-604-6877

サイエンスホーム 盛岡店 検索

まるごと一棟分!ひのきの柱プレゼントキャンペーン開催中!

―天定まれば人に勝つ―

文芸評論家
吉見正信



伍子胥は、(前四八四?)春秋時代楚の人である。諸国争乱の世にあって、その生涯はやはり負組といつた、悲劇的結末の自殺をして果てている人物である。

楚の平王に仕えた。だがその時代の政治家であり官僚であるような人士が一種力者に従つたといふことは、いつたにどういふことにならうかを考えさせられる。

言つてもなく、一権力者(王など)に対して、その柱が倒れば、自分も待たされたばかりに、自分も排除され殺されてしまつた。だからといって、反対勢力を先手打つて無き者にできるかどうか、自ら手を汚し

てまで不条理な悪玉にはなれない高潔の人だ。た。このことは、国と国の関係ばかりか、同じ自分が忠誠を誓う政権内の人間関係の中でも、歴史的に同じことになる。歴史的に伍子胥の世に生きた至言があることを記しておきたい。「人衆ければ天に勝ち天定まれば人に勝つ」(出典司馬遷「史記」)

この至言はいろいろに解されよう。だが「民意」とか「多数決」とか「民主主義」とか、現代社会における現状認識にかかわる深く広い意味を喚起させよう。

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

TEL. 019-656-3600

〒020-0051 盛岡市下太田沢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/>

いわてシニアネット便り《8月の西部公民館パソコン教室》

●ネットで作る写真アルバム…… 9日(土)、10日(日)10時～12時
●タブレット端末で楽しもう! …… 25日(土)10時～15時
●ワード実践編 …… 28日(火)～30日(木)9時半～12時半
●パソコン・タブレットお助け相談会 …… 31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 〒020-0834 盛岡市永井17-21-11-A13 ☎090-2361-8965 Eメール isn@ksj.biglobe.ne.jp

一緒にフラを踊りましょう!

無料体験受付中

月会費(月3回)4,000円～

Relax & Refresh HULA
Hale Lehua

活動場所 盛岡市内丸6-12
TEL.080-1663-2928

シニア向けレッスン実施中!!

シニア向けグループレッスン 費用:1,000円/回
プライベートレッスン 費用:2,800円/回

ファミリー英会話教室

お問合せ TEL 019-601-9891

<https://www.kokage-english.com/>

盛岡市保健福祉部長寿社会課のイベント

＜地域ケア係＞
■岩手県シルバーリハビリ体操指導者養成講習会(盛岡会場)
日時:9月11日(水)、13日(金)、19日(木)、21日(土)、26日(木)、10月2日(土)10時～16時(9月11日は9時45分～)
会場:盛岡市総合福祉センター(盛岡市若園町2番2号)※駐車場あり。公共交通機関でお願いします。
内容:シルバーリハビリ体操指導と住民の通いの場づくりに取り組むボランティアを養成します。1日5時間 全6回の講習(介護予防の基礎知識、解剖運動学、体操実習等)
対象:次の条件をすべて満たす方・常勤の職を持たない盛岡市民で、概ね60歳以上の方。体操指導のボランティア活動を定期的に行える方。講習会6日間の全日程を受講できる方。
費用:無料
申込:市長寿社会課、地域包括支援センター、介護支援センター、老人福祉センター設置のチラシ裏面申込書(市公式ホームページからもダウンロードできます)に必要事項を記入の上、長寿社会課までファクス、郵送又は持参してください。申込締切は8月21日(必着)。定員を超えて申込みがあった場合は抽選。受講決定者には、後日、受講案内をお送りします。

■家族介護者リフレッシュ講演会
日時:平成30年8月31日(金)13時半～15時
会場:盛岡市総合福祉センター4階 講堂(若園町)
内容:講演「がんばりすぎずしれっと認知症介護」講師 工藤広伸氏
参加者同士の交流会(15時～15時半)
対象:市内に住所がある方で次のような方を自宅で介護している方・認知症の方や要介護1以上の高齢者・身体に重度の障がいがあり一人で外出が難しい方
費用:無料 定員:50名*申し込み必須。
申込:☎651-1000(盛岡市社会福祉協議会) 8月27日(月)まで電話で受付
■もりおか老人大学公開講座
日時:8月24日(金)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)
内容:講演「ヨソものだからわかる岩手盛岡の魅力」～「もり検」クイズと地元言葉を中心に～講師/フリーアナウンサー兼コミュニティFM放送局長 落合昭彦氏
費用:無料
問合せ:☎603-8003(長寿社会課生きがい推進係)

各種イベント

■盛岡市ほねケア検診(骨粗鬆症予防検診)
内容:超音波による踵の骨の骨密度測定。
日時:7月26日(水)、27日(木) 10時～11時、11～12時、14時～15時半
会場:7月26日 盛岡市保健所 27日 都南地区保健センター
受診料:1,500円(申込は電話もしくは盛岡市ホームページより)
対象:盛岡市に住所があり、平成31年4月1日現在の年齢で30～70歳の方(すでに骨粗鬆症と診断された方、治療中の方、同検診で要精密検査になった方は除く)
問合せ:☎019-603-8306(盛岡市保健所健康増進課)
■小山美穂 ピアノ・リサイタル
内容:人気・実力ともに日本を代表する、盛岡ゆかりのピアニスト・小山美穂による開館20周年記念の特別なリサイタル。
日時:9月15日(土)開演15時 開場14時半
会場:盛岡市民文化ホール 大ホール
入場料:全席指定 S席4,500円 A席3,500円 U-25チケット(S・A席選択可/25歳以下対象)1,500円 ※未就学児入場不可
問合せ:☎019-621-5100(盛岡市民文化ホール)
★1組様にS席ペアチケットをプレゼント!
■原敬記念館第59回企画展 戊辰戦争と原敬
内容:盛岡藩の戊辰戦争を振り返るとともに、戦争が原に与えた影響や、原の戊辰戦争観などについて、史料をもとに紹介
日時:～8月19日(日)9時～17時(入館は16時半まで)
会場:原敬記念館小ホール 企画展示コーナー
入場料:一般200円(120円)、小・中学生50円(30円) ※()内は30人以上の団体料金
休館日:毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)
問合せ:☎019-636-1192(原敬記念館)
■夏休みスペシャルイベント「石つこ賢さん」に学び・遊ぼう!
内容:花巻や盛岡の石を集め楽しんで宮沢賢治より石の魅力を学ぶ。一部 パンタイムで楽しむ宮沢賢治、二部 朗読とスライドで楽しむ学芸、三部 岩石・鉱物の鑑定会。
日時:8月25日(土)14時～16時
会場:宮沢賢治イートラップ館ホール
参加費:無料
申込:一・二部は参加自由(予約不要) 三部は要予約。原則として花巻市の小中高生 ※先着30名、会員優先、見学自由(申込方法はお問い合わせください)
問合せ:☎0198-31-2116(宮沢賢治学会イートラップセンター)
■ブルー・ノムナリー役に立たない機械をつかった男

イタリアを代表する芸術家・デザイナーとして、幅広い分野で活躍したブルー・ノムナリー。本展では、日本初公開となるイタリアからの貴重な作品を含めた約300点を展示。

日時:9月8日(土)～11月4日(日)9時半～18時(入館は17時半まで) ※9月22日(土)は9時半～20時(入館は19時半まで)
会場:岩手県立美術館
入場料:前売一般1,000円(1,200円) 高校生・学生600円(700円) 小・中学生400円(500円) ※()内当日料金
休館日:月曜日(9月17日、24日、10月8日は開館)、9月18日、9月25日、10月9日
問合せ:☎019-658-1715(岩手県立美術館)
★3組様にペアチケットをプレゼント!
■あらえびすよるの自然観察会
内容:昆虫・星空観察会。当日はなんと満月!今年の満月の中で一番小さいミニマムーンと言われ、スーパームーンと比べると約3割も小さい満月が観察出来ます。
日時:7月28日(土)17時半～
会場:野村胡堂・あらえびす記念館多目的広場(芝生)とその周辺
参加費:無料
問合せ:☎019-676-6896(特定非営利活動法人 野村胡堂・あらえびす記念館協力会)

金・プラチナ・貴金属 古銭・切手・刀剣・時計・洋酒 etc

無料出張査定も承り中

お気軽にご来店ください

おたからや

盛岡夕顔瀬店 ☎019-613-4393

〒020-0033 盛岡駅前北通 7-10-1 階 (841 橋ビル隣)
平日 10:00～19:00 / 日祝 10:00～17:00 / 定休日 第1・第3木曜日
古物商 岩手県公安委員会 第211170000857号 盛岡酒指 第1165号

「文芸作品」読者のコーナー

「俳句」
遠い日の 土手のスカンポがき大将
盛岡市 天沼雅子

蝉が鳴く 時の流れはひとやすみ
盛岡市 千葉裕美子

「川柳」
下水道 住めば都の小蟻かな
盛岡市 糠塚文子

食べたくも 食事制限 辛き日々
盛岡市 小泉トキミ

読者プレゼント

サッポロビール株式会社より
サッポロチューハイ99.99クリアドライ缶
純度99.99%高純度ウォッカを使用した透明感のあるクリアな味わいです。350ml缶24缶入りケースを1名様にプレゼント。

遊食屋FUJIより
元祖盛岡焼き冷麺
盛岡三大麺のひとつ、冷麺を香ばしく焼きあげました。元祖盛岡焼き冷麺3食入を1名様にプレゼント。

資生堂ジャパン株式会社より
プリオール美眉ペン
大人の薄眉に汗にも水にも負けず、美眉が一日中続く美眉ペン(ライトブラウン、グレーラウオン)を各1名様にプレゼント。

シニアズ編集部より
国菊 あまざけ
甘酒には必須アミノ酸やブドウ糖が豊富に含まれております。米麹と米でつくった本格甘酒900mlを1名様にプレゼント。

応募方法

▶「読者プレゼント」郵便はがきにあなたの郵便番号、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・広告を記入し下記へ。8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、年齢を記入し下記へ。▶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1-9 樹ウインドクロス内シニアズ編集部読者係まで

サークル紹介

介護予防ヨガ
内容:ヨガを取り入れた介護予防体操
日時:毎週金曜日13時半～14時半
場所:西部公民館
費用:月2,000円
持ち物:ヨガマットもしくはバスタオル・飲み物
連絡:070-6495-0758(松木)

芳樹会

内容:盆栽技術を学ぶ、初心者も大歓迎
日時:毎月第3月曜日10時～16時 ※但し1月を除く
場所:矢巾町公民館 立花宅(煙山)
費用:年3,000円
持ち物:お持ちの方は樹草や盆栽
連絡:019-697-3888(川村)

西部川柳会

内容:川柳を作り仲間と詠み合う
日時:第1火曜日10時～12時
場所:西部公民館
費用:月700円
連絡:事務局 019-646-6337(高橋)

ピラティスサークル

内容:ピラティスで胸式呼吸を行いながら体幹を整える
日時:第1・3水曜日10時半～11時半 第2・4火曜日19時～20時
場所:サンライフ盛岡
費用:月3,000円
連絡:090-6226-0654(佐藤)

紹介してほしいサークルさんご連絡ください!無料で掲載いたします。

お問い合わせ ☎019-623-2788
掲載には掲載規定がございます。内容を審査した上で掲載の決定を行います。

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

パチンコ スロット

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

