

2020.11月号 無料配布
【月刊206号】次号/11月22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
〒020-0026 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

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 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

木育空間で五感を刺激



1971年3月6日生まれ。京都府出身。花巻おもちゃ美術館 館長。東京おもちゃ美術館総合監修のもと、「世界で一番、『カッコいい』木材店を目指す」株式会社小友木材店が設立・運営をしている。おもちゃ美術館は現在、東京、沖縄、山口、秋田にあり岩手で5館目となる

花巻おもちゃ美術館 館長
平野 裕幸 さん(49)

木育の重要性と
おもちゃの魅力

2017年2月、花巻市で奇跡の復活を遂げたマルカンビル大食堂。かつての賑わいを取り戻すかのように2020年7月20日、同ビル2階に花巻おもちゃ美術館がオープンしました。一瞬で木のいい香りに包まれる館内は、まるで自然の中にいるような心地よさ。たくさんのおもちゃコーナーにわくわくと期待も膨らみます。館長を勤めるのは京都府出身の平野裕幸さん。子どもの頃の遊びを聞くと「レゴブロックです」と遊んでいましたね。それが今の物作りに生かされていると思えます」とのこと。小・中・高と京都の学校に通い、そ

その後、仙台のベンチャー企業に就職するも入社して3年で倒産。その時すでに家庭を持っていたため、奥様の実家である岩手に居住を置き、建築を学ぶべく28歳の時、産業技術短期大学に通い資格を取得します。その後は県産材需要拡大の事業に携わり、県内の製材工場をまわっていたそうです。「最初は知らないことばかりで、でもだんだんと木の種類もわかってきて製材工場の職人さんと親しくなりました」。仕事のおもしろさを感じるようになってきたそんなある時、東京おもちゃ美術館の情報を得て足を運んだ平野さんは、実際に体感して衝撃を受けます。

「木の空間さえあれば木育だと思っていたんですけど、でもそこではそれぞれのおもちゃの遊び方があって、それを指導してくれる人がいることにびっくりして。ひとつのおもちゃで10通りの遊び方ができるのを目の当たりにして、絶対に岩手に作りたいと思いましたね」。木育イベントの事業も経験していた平野さんは改めて木育の大切さ、おもちゃの魅力を確認しました。

「木の空間さえあれば木育だと思っていたんですけど、でもそこではそれぞれのおもちゃの遊び方があって、そのチャレンジ精神に惹かれたそうです。その後勤めていた会社を退職し、一緒に仕事をしたい一心で小友さんに連絡を取り、46歳で小友木材店に入社します。一方、東京と沖縄のおもちゃ美術館の視察に行っていた小友さん。魅力を感じた小友さん。魅力を感じた小友さん。魅力を感じた小友さん。

長に驚いたとか。小友さんのマルカンビル大食堂再建という話に「すごい人だな、この人には勝てないな」とそのチャレンジ精神に惹かれたそうです。その後勤めていた会社を退職し、一緒に仕事をしたい一心で小友さんに連絡を取り、46歳で小友木材店に入社します。一方、東京と沖縄のおもちゃ美術館の視察に行っていた小友さん。魅力を感じた小友さん。魅力を感じた小友さん。魅力を感じた小友さん。

木に触れ、木を学び木と生きる。
全国で5館目となる当館の館内には岩手産の広葉樹30種類以上を使用。宮沢賢治が愛した岩手の自然の森を再現した体験型ミュージ

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。

「家族みんなで遊んだ後、ソフトクリームを食べて帰るといふ思い出を作っていますね」と平野さん。今後の抱負を聞くと「県内にサテライトおもちゃ美術館を作りたいです。オリジナルのおもちゃをたくさん作りたいし、木を好きな大人がどんどん増えていって子どもたちに木の良さが伝わってほしい」。木育と多世代交流でより良い街づくりに励む平野さんの挑戦はまだまだ続きます。

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。

「空間を自然に見せることがとても難しかった。釘一本見せない技術ですね。どうやってうまくいくか毎日大工さんと考えるのが楽しくて、完成間際にも仲間と一緒に仕事ができないと思うと残念です。ずっとこの作業が続いて欲しいと思うくらい楽しかった」と平野さんは言います。



約1万個ある木のたまごの温泉「秘湯のもり」では木の温もりを存分に楽しめる



東京おもちゃ美術館に認定された100種類以上の「グッド・トイ」も自由に遊べる

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。



3人のシニアの新作

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

岩大で日本文学を講義してきた佐藤竜彦さん(62)の「盛岡藩と戊辰戦争」(社説高速印刷出版部)は、14冊目。藩の独自性や秋田側から見た戊辰戦争から、賢治と交流のあった中国の老詩人との出会い、エスペラント学会、ジャズ喫茶ジヨニーの話題などをエッセイ風に書き記しており、幅の広い人脈と活動をうかがわせています。次作は、岩手の建築物に照準を合わせた内容な様子。新渡戸稲造基金理事長の藤井茂さん(71)は、岩手人物史の第一人者で、新渡戸に関する多数の著書があります。新作「いわて人物夜話」(同基金)では、新渡戸のほか、漱石が生涯敬愛した教育者太田達人、クラーク博士の愛弟子で初代北大総長の佐藤昌介、盛岡市菜園の市街化を図り大通開発に尽力した

シニア作家や文化人の本が相次いで出版され、書店の棚では不動の地位を占めています。岩手在住のシニア作家からも、負けていません。健筆を振るっています。

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY
今なら! 65歳以上*を対象に サポカー補助金 最大10万円
【補助対象装備及び補助金額】
「踏み間違い衝突防止アシスト」と「インテリジェントエマージェンシーブレーキ(対歩行者)」搭載車 登録車10万円、軽自動車7万円
「インテリジェント エマージェンシーブレーキ(対歩行者)」搭載車 登録車6万円、軽自動車3万円
*2021年4月1日までに満65歳以上となる高齢運転者、および2021年4月1日までに満65歳以上となる高齢運転者となる方については、2020年3月31日までに登録(届出)または設置された場合は対象外となります。
(サポカー補助金について) サポカー補助金の対象は、事業者による高齢者向け「サポカー」(対歩行者)および「ペダル踏み間違い急発進抑制装置」搭載車となります。補助金の対象となる日以後、新車登録(届出)日より1年以上の間、原則として同一の者にのみ使用(車検証上の使用者名義を変更しないこと)が必要となります。
●自動車用自動車については、補助金の交付は、1人につき1台限りで、法人名義での購入は対象外となります。
●事業者用自動車については、法人名義の場合、65歳以上の高齢運転者の人数までが上限となります。
●申請書類が不備を指摘された場合は、再提出が必要となります。
●車両登録、届出後、一定期間内に審査機関に申請が受理される必要があります。交付決定後申請者に直接交付されます。

パステル館店長の文具発見 鎌田店長

作品を輝かせる演出

第73回岩手芸術祭が10月3日から始まりました。3日と4日には肴町アーケード他で芸術体験イベントも開催され、大いに賑わいました。新型コロナウイルス感染症の影響で中止になっている

岩手芸術祭以外にも今秋は徐々に作品展が行われているようです。画材や額縁も例年のように売れています。当店で、作品を展示するための額縁、額縁の中、作品をより輝かせるためのマット(台紙)の取り扱いをしております。

岩手芸術祭の他にも今秋は徐々に作品展が行われているようです。画材や額縁も例年のように売れています。当店で、作品を展示するための額縁、額縁の中、作品をより輝かせるためのマット(台紙)の取り扱いをしております。



額縁の中にマットを入れるとより作品が素敵になります。選ぶマットの色によって印象がだいぶ変わります

配はありません。ガラス板の額縁を使用されている方は、現在のライフスタイルに合わせて額縁を変えてみるのはいかがでしょうか。新しい額縁に変えるだけで、部屋の雰囲気も変わり、気分転換にもなります。

パステル館二階のテクニカル工房では額縁のご相談や各種印刷を承っております。年賀状の印刷受注も始まりましたのでお気軽にお問い合わせ下さい。

平金商店パステル館
盛岡市肴町8-18
(肴町アーケード南側)
☎019(655)22881



平金商店の文具博士 鎌田店長

阿部陽子の

ほくほくとトレッキング

第十四回

七時雨山は双耳峰である。一等三角点を設置した北峰1060mと、300mの距離で並立する南峰1063mには権現さまを祀っている。この二峰を20分の快適な登山道が結んでいるので、合わせて500度のワイドビューを楽しめよう。

(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」に出演中



でに転がり走るの「車之走峠」と命名されたユニークな峠だ。八幡平市西根の北側に位置する七時雨山麓は、秋田と盛岡を結ぶ鹿角街道であり、「流霞道」とも呼ばれた。盛岡城下より出立した旅人が街道を北進する場合、まず七時雨山を過ぎ、双耳峰と周辺の山並みとが重なりあうので、山塊は巨大なアコ



七時雨山の双耳峰はカッコいい。北峰と南峰をまわって編んだ毛糸の帽子を、私はいつも愛用している

うるわしき 双耳峰

登山口が二カ所。北峰へ至るコースは、県道30号の駐車広場のほか、七時雨山荘から町営牧野の草原を歩いていく。キャベツ畑の収穫が終わり、野芝をたっぶ

紅葉の秋もいけれど、降雪を待つ晩秋のシックな装い。いづれも香しい。

紅葉の秋もいけれど、降雪を待つ晩秋のシックな装い。いづれも香しい。

赤い曲がりくねる道の「くるめく」が「車」となり、広々とした草原では荷車がひとりで、ヤ貝のようにくねくね波打って見える。

盛岡より11里目の「留」の

60歳からの生活をサポートする。 **シニアプラン** または、最寄の本支店までご相談ください。

詳しくは、「ローンプラザもりん」 TEL.0120-160-656

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)

「いわぎん」フリーローン **ファイブ-α** お申込みカンタン&スピード回答!

ご旅行や冠婚葬祭に。お子さん・お孫さんのお祝いごとに。 **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

新しい営農のカタチは太陽光を農作物と発電にシェアをすること

農業 + 太陽光

ソーラーシェアリング

農業を実施されている農家の皆様!

農地の上空部分貸してください!

Q.ソーラーシェアリングとは?

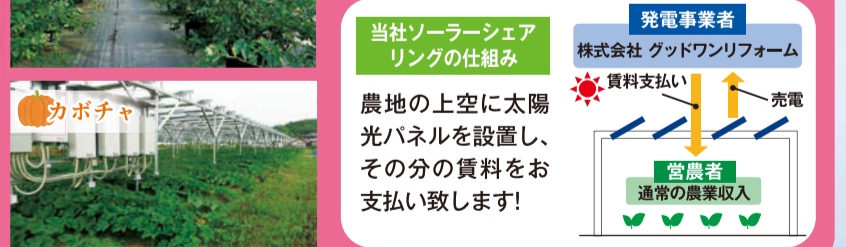
普段農地として使っている土地に、通常より背の高いソーラーパネルを設置し、同じ土地で営農しながら同時に太陽光発電を行う取り組みで、別名「営農型太陽光発電」と呼ばれています。農作物のために必要な日照量を確保しながら、ソーラー発電が可能になっており、国土の狭い日本において、自然エネルギーを拡大していくためのひとつとして注目されていると同時に、産業的に厳しく、担い手不足などの課題が多い農業にとっても、大きな副収入として期待が高まっています。

Q.日陰で植物の生育を妨げない?

作物にとって一定の量以上の太陽光は光合成に利用されず(光飽和点)、強い光は作物にとってかえってストレスとなります。また、遮光率は30%程度で作物の生育に支障がない様に考えられています。さらに日差しを浴び続ける実作業ではパネルが上空にあることで2~3℃涼しくなり作業の効率化にもなります。



- ・農地に支柱を立て、上空部分で太陽光パネルを設置させていただきます!
 - ・既存の農業に影響を与えないように、太陽光パネル設置枚数を調整します。
 - ・年間の賃料はお支払いいたしますので、農業の副収入にお役立て頂けます!
- ※農地転用できる用地が条件となります。



未来の子供達の環境が、快適でありますように!

～本気の地方創生～

次世代の環境が快適であるために、農業と太陽光発電で地域活性化を実現するため、ワクワク、ドキドキそして楽しさを大切に様々な挑戦をしていきます。

環境を大事にすること

- ・屋根上型ソーラー
- ・国内木材と間伐材バイオマス
- ・廃棄バイオマス
- ・ソーラーシェアリング
- ・小水力
- ・地元合意型風力

持続可能性が高い「再エネ」

おかげさまで 土地の取引実績 300件突破!!

土地の相談は私たちが担当します!

皆さまの土地のお困りごと、弊社にお任せください!

Good One Reform

建設業許可/岩手県知事許可(般-27)第20660号
二級建築士事務所登録/岩手県知事登録第(2104)3763号
〒020-0872 岩手県盛岡市八幡町4-18

☎0120-568-140
TEL.019-601-5914 FAX.019-601-6074
E-mail:info@good1r.co.jp URL:http://www.good1r.co.jp



とても気さくで料理が得意な瀬川さん。映画のパンフレットも多数置いてあるとか

市出身の瀬川さんは少年時... 主の瀬川光さん(45)。盛岡... 30歳手前だったという...

瀬川さん。「仕事、民間業... 者の方と会話をするなかで... 知らない言葉が多いのを痛...

古書堂を始める転機と... なったのが2018年の時。... アまで幅広く訪れるそう。

知ってる? シニアの穴場スポット

Books&Cafe シダナイ古書堂

本の魅力を届けたい

心の冠動脈バ... イパス手術を行... い、その時自分... の人生と向き合...

お店はドリンクを注文す... ることで自由に本を読める... システムで、今時期のおす...



ミルクコーヒーとナポリタン。土曜ランチは気まぐれメニュー



第十七回

近衛十四郎の巻

文 山田裕幸... 演技に味わいがある道中物... の時代劇でも楽しませてく...

のようで、不遇をかこった... 人という印象があります。... それにしても、主演であ...

から先きつとすごいチャ... ンバラシーンがあるだろう... と大いに期待を持たせる人...

命を削って出演した雷蔵へ... 「どうせあの世へ逝くのな... と俺の剣で送らせてくれ...

松方弘樹・黒黒祐樹兄弟... の父として知られ、芸歴は... 長く、東映の柳生十兵衛シ...

なっているほどですが、『座... 頭市血煙り街道』での戦い... でも、主人公の市サン勝新...

演技に味わいがある道中物... の時代劇でも楽しませてく... れました。テレビ映画でも...

健康笑顔を作る「ゆるのび体操」



中田ゆきえ先生

首周りの不調は力を抜いて... 顔を揺らし整えましょう... 寒さを感じる事が多く...



① 手を当て、上下に小さく首を動かす



② 数回繰り返したら今度は首の緊張が取れ動きやすくなります

【モニターング】横から見た姿勢が、首が前に出ていませんか。【実感ポイント】首の緊張が取れ動きやすくなります

岩手ゴルフ倶楽部 11月のお得なプレー料金ご案内. Table with columns for dates and prices.

北洲リフォーム 1周年記念 リフォーム大感謝祭. Advertisement for renovation services with a 3-point set for 850,000 yen.

HOKUSHU 北洲リフォーム 盛岡支店. Contact information and website link.

ユニオングループ. Advertisement for Union Group featuring colorful cartoon characters and safety information.



かあちゃんに頼らず自炊!おやじ応援企画!

おやじごはん

【53食目/簡単肉団子スープ】



今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

3 口からラー油やごま油を入れる。さらにごま油をまわし入れ、火を止める。
7 刻んだパセリとごまをトッピングして完成。

【肉団子の材料】
ひき肉(200g)、しいたけ(1個)、玉ねぎ(少量)、しょうゆ(5cc)、みりん(5cc)、こしょう(少々)、おろししょうゆ(少々)、ごま(適量)
【スープの材料】
しいたけ(2個)、しめじ(1/2株)、玉ねぎ(1/2個)、にんじん(1/3本)、卵(1個)、ねぎ(5cm幅3本)、水(600cc)、和風だし(適量)、めんつゆ(15cc)、しょうゆ(15cc)、おろししょうゆ(少々)
※飾り用にパセリ(みつばでも可)

【作り方】
1 肉団子のたねを作る。ボウルにひき肉、粗みじん切りにしたしいたけ、卵黄(スープに使う卵から半量取る)、しょうゆ、みりん、シヨウガ、すりおろした玉ねぎを入れる。さらにごま油を入れる。さらにごま油をまわし入れ、火を止める。
7 刻んだパセリとごまをトッピングして完成。

【材料(2人分)】
ひき肉(200g)、しいたけ(1個)、玉ねぎ(少量)、しょうゆ(5cc)、みりん(5cc)、こしょう(少々)、おろししょうゆ(少々)、ごま(適量)
しいたけ(2個)、しめじ(1/2株)、玉ねぎ(1/2個)、にんじん(1/3本)、卵(1個)、ねぎ(5cm幅3本)、水(600cc)、和風だし(適量)、めんつゆ(15cc)、しょうゆ(15cc)、おろししょうゆ(少々)

【作り方】
1 肉団子のたねを作る。ボウルにひき肉、粗みじん切りにしたしいたけ、卵黄(スープに使う卵から半量取る)、しょうゆ、みりん、シヨウガ、すりおろした玉ねぎを入れる。さらにごま油を入れる。さらにごま油をまわし入れ、火を止める。
7 刻んだパセリとごまをトッピングして完成。

【材料(2人分)】
ひき肉(200g)、しいたけ(1個)、玉ねぎ(少量)、しょうゆ(5cc)、みりん(5cc)、こしょう(少々)、おろししょうゆ(少々)、ごま(適量)
しいたけ(2個)、しめじ(1/2株)、玉ねぎ(1/2個)、にんじん(1/3本)、卵(1個)、ねぎ(5cm幅3本)、水(600cc)、和風だし(適量)、めんつゆ(15cc)、しょうゆ(15cc)、おろししょうゆ(少々)

【作り方】
1 肉団子のたねを作る。ボウルにひき肉、粗みじん切りにしたしいたけ、卵黄(スープに使う卵から半量取る)、しょうゆ、みりん、シヨウガ、すりおろした玉ねぎを入れる。さらにごま油を入れる。さらにごま油をまわし入れ、火を止める。
7 刻んだパセリとごまをトッピングして完成。

お肉と野菜たっぷりスープ

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

今回は寒い日にぴったり
の肉団子スープを作ります。
具たくさんなのでボリューム満点。体も温まりますよ。

全粒穀物とは

全粒穀物とは、精白などの処理で糠となる果皮、種皮、胚などを除去していない穀物、その製品を指します。具体的には、玄米、発芽玄米、押し麦、もち麦、アマランサス、雑穀米、全粒粉パン、オートミールなどです。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を毎日の食生活に

全粒穀物を毎日の食生活に。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい

全粒穀物を食べる人は、高血圧になりにくい。全粒穀物に置き換えることを推奨しています。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。

邪気には負けない体になる

邪気には負けない体になる。邪気には負けない体になる。



モデルルーム公開中

お気軽にご来場ください

あつたかい家
TEL 019-635-6000

岩手のりんご

厳選ギフト

- サンふじ シナノゴールド [ミックス] (5kg) 18玉 5,800円
- サンふじ (3kg) 9~11玉 4,250円
- 冬恋はるか [プレミアム] 8~11玉 10,000円

腸から健康に

クオリ酵素

900ml 8,640円(税込) 50ml 864円(税込)

あつたかい家

TEL 019-635-6000



いわて医療通信【シニア世代の睡眠事情】

1. レム睡眠とノンレム睡眠

関する誤った常識について順次説明したいと思います。

●睡眠段階

●はつぱり
 岩手医科大学附属病院では、睡眠関連疾患でお悩みの方々のお手伝いをするために、2010年に睡眠医療科が新設されました。現在、睡眠医療学として診療・研究・教育にあたっております。外来には、「寝付きが悪い」「睡眠時間が短い」「朝起きた時から疲れを感じる」「夜中や早朝に目覚める」などの悩みを抱えた方が訪れます。しかも、このような悩みは年齢とともに増加する傾向がみられます。睡眠は、心と身体の健康を維持するために欠くことができない体の働きと睡眠に

●はつぱり
 岩手医科大学附属病院では、睡眠関連疾患でお悩みの方々のお手伝いをするために、2010年に睡眠医療科が新設されました。現在、睡眠医療学として診療・研究・教育にあたっております。外来には、「寝付きが悪い」「睡眠時間が短い」「朝起きた時から疲れを感じる」「夜中や早朝に目覚める」などの悩みを抱えた方が訪れます。しかも、このような悩みは年齢とともに増加する傾向がみられます。睡眠は、心と身体の健康を維持するために欠くことができない体の働きと睡眠に

ふきのとうグループ 地域一番店への取り組み③

介護を通じて地域の人を支える



介護を必要としている人々への提案で行き詰まり、適切な生活支援を受けられるようにサポートを行う「住宅介護支援」に関わる人々を支えることができる。提供できるものと、できないものがあると感じました。家から人に焦点を当てることで、自分の本当にやりたい『人を支える』ということができる。藤井弘幸さんです。

前職は住宅会社だったという藤井さんは、住宅販売のなかで高齢者や障害のある方が多いことに気づき、介護の世界に飛び込みます。介護を始めて8年たったころ、東日本大震災によって実家の釜石が被災。積極的に自宅や地域の復興支援を行

ふきのとう居宅介護支援事業所 管理者 藤井 弘幸さん

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

●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/>

いわてシニアネット便り《11月の西部公民館パソコン教室》

●タブレット端末を使ってみよう! 20日(金)10時~12時
 ●パソコン・タブレットお助け相談会 ... 28日(金)10時~12時/13時~15時

※なお、現在のコロナウイルス感染防止の観点から、入館禁止の措置がとられることがありパソコン教室が中止になることがありますので確認の上ご参加ください。

【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

WINS本宮

自動検温 赤外線センサー設置

ウインズ本宮はお客様と従業員の安全・安心を最優先に考え 感染予防対策に取り組んでいます。

- ソーシャルディスタンス
- 飛沫感染防止シートの設置
- アルコール除菌剤の設置
- 遊技台・店内設備の除菌
- 従業員の検温マスク着用の徹底

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

サイエンスホーム

日本の伝統を科学するひのきの家

下太田榊展示場 『体感ハウス』グランドオープン!!
 毎週土・日はイベント開催!! 平日も予約対応いたします。定休日は除く

見学会の体験ポイント

- ゆったり過ごせる広々27帖のLDK
- 小上がりダイニングでゴロ寝も!
- 家族構成の変化に対応できる2Fフリースペース
- キッチン脇のパントリーでスッキリ収納
- その他、素敵な発見をしてください。

公式SNSは木の家の実例がいっぱい

お問合せ ☎019-604-6877 担当 加賀谷 ☎080-6052-3602

〈運営会社〉株式会社シリウス 〒020-0824 盛岡市東安庭二丁目12-15 〈営業時間〉9:00~18:00 〈定休日〉火・水

見学予約はコチラから

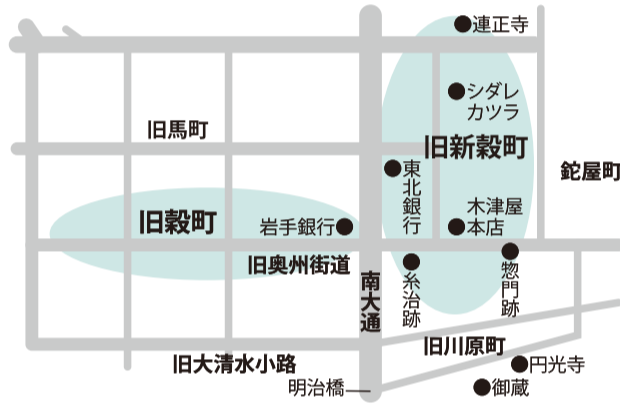
旧穀町・旧新穀町界隈



また、木津屋の先人です。シダレカツラの先を突きあたり右手にあるのが豆腐地蔵尊で知られる湯殿山連正寺。盛岡が豆腐消費額日本一なのは、きっとこのお地蔵さまが見守つてくれているおかげかもしれません。

今回の表題はちよつと紛らわしいですが、穀町も新穀町も旧町名で、現在は主として南大通二丁目と表示される地域です。このあたりは「惣門界隈」と呼んだほうがピンとくる人もいるのではないのでしょうか。

穀町は江戸初期には三日町と呼ばれ、後に石町または穀町となり、文化年間の1812年に穀町と新穀町に分けられ、明治になって丁町に戻り、1963年に南大通二丁目と清水町の一部へ編入という変遷をたどってきたという変遷をたどってきた。



GS Grand Seiko

グランドセイコー 60周年記念限定モデル(限定2,500本)
品番:SBGR321 価格:605,000円(税込)

時計 & 宝飾 MICHIMATA

盛岡市大通3丁目1-18 TEL 019-651-1234 URL http://www.michimata.co.jp/

盛岡市本宮の「泉神社」が藤原秀衡の三男忠衡を祀り、自身の亡骸も葬られている。ここでは話があること、かつて本紙で書いたが、今回は「義経北行伝説」にまつわる視点から忠衡の謎を考察したい。教科書的歴史書では兄の泰衡や國衡と対立して殺されたこととされる忠衡だが「北行伝説」では北へと落ちて行く登場人物の一人として伝わっている。

遠野や旧川井の江繋、野田や久慈と、この忠衡に特化したゆかりの伝説地が残る。そのどれもが産金や産鉄の土地柄であるのは面白い。だが、いずれも忠衡本人の伝承ではなく、同行した三人の息子が各地に残り、後にその地を治めたというような伝

承ばかりである。かつて北行伝説ルートに位置する旧川井村の江繋を訪ねた時、近隣農家のおばあさんに話を伺ったことがある。その話では江繋にある四十七代の家系を誇る旧家・泉沢家の祖が忠衡の三男。藤原氏の金庫番・経済担当だったという説がある。奥州平泉の栄華を支えた北上山地の金山を掌握していた

そりと息づく集落である。往時も華やいた町だったわけではないはずだ。江繋を拠点にするにはそれなりの理由がなければならぬ。忠衡という人物、奥州平泉の栄華を支えた北上山地の金山を掌握していた

さて、ここで考えてみよう。「北行伝説」を「北行伝説」と称したのは後年の人々である。義経主従が目指していたのは本宮に「北」であり、目的は「逃走」だったのか。一時的に平泉から姿を消したが、義経とその家臣たちは戦意喪失してはなかつたのでないのか。実は平泉は一枚岩であり、結果的には失敗に終わったものの、蝦夷の系譜ならではの戦略が実行されていたのではないかと。もはや真実を知る手立はないが、忠衡自身が平泉軍の大いなる野望を担つて、この北上山中のご真ん中で息を殺し、目をギョウかせながら来たるべき時を待った。そう思わずにはいられないのである。

遺品整理 不用品処分・解体

すべて私達にお任せください!!
無料見積り! 安心見積り!

岩手県盛岡市開運橋通5-6第五菱和ビル5F
0120-51-0358
https://www.kasouen.biz/

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

あったかいごグループが支える地域の笑顔

1 岩手県盛岡市 あったかいご本部
2 岩手県盛岡市 GHみんなのいえ
3 岩手県盛岡市 あったかいごDSみこだ
4 岩手県盛岡市 さんきょう居宅介護支援事業所
5 岩手県盛岡市 さんきょう訪問看護ステーション
6 岩手県盛岡市 GHあったかいご神子田マルシェ
7 岩手県盛岡市 あったかいごレジデンス東安庭
8 岩手県盛岡市 あったかいごGH東安庭
9 岩手県紫波郡矢巾町 アスクル事業
10 岩手県遠野市 あったかいごひといち
11 岩手県北上市 あったかいごGH大堤
12 宮城県大崎市 GHあったかいごふるかわ
13 宮城県大崎市 小規模多機能型居宅介護事業所ひばり
14 宮城県大崎市 あったかいご事業部
15 宮城県仙台市 GHあったかいごこおりやま
16 宮城県仙台市 GHあったかいご西多賀
17 宮城県仙台市 スキルアップ推進室
18 宮城県仙台市 カーブス東仙台
19 宮城県仙台市 カーブス仙台南小泉
20 宮城県仙台市 カーブススイオンスタイル仙台卸町

三協メディケア本社/盛岡市北飯岡1丁目6-8 TEL.019-601-5862

R 生活応援バンク **ろうきん**

ろうきんのキャッシュカードなら
ATMお引出し手数料

急に現金が必要になった!
深夜、タクシーで帰りたい!
朝になって気付いた子どもの給食費...

24h 実質 **ゼロ** 円

暮らしもっと輝く。

セブン銀行、ローソン銀行、イーネットをご利用の場合

他行ATM・CDお引出し手数料を
ご利用回数分キャッシュバックする
ATMお引出し手数料
「全額還元サービス」

ご利用手数料はいったんご負担いただく場合がありますが、即時キャッシュバックいたします。
※<東北ろうきん>のキャッシュカードで、銀行・信金など全国のMICS加盟金融機関、ゆうちょ銀行、コンビニエンスストアのATM・CDから「お引出し」された際のお引出し手数料を、[時間外]・[土曜日]・[日曜日]・[祝日]の手数料も含めて、ご利用回数分全額キャッシュバックいたします。

対象となるキャッシュカード
「普通預金」「貯蓄預金」「カードローン(マイプラン・教育ローンカード型・生き活きカード)」

2020年4月1日現在

東北労働金庫 **0120-1919-62**
フリーダイヤル (受付時間:平日 午前9時~午後5時)
<https://www.tohoku-rokin.or.jp>

最先端で自然なたるみ治療
さくら美容形成クリニック 田崎院長に聞いた

鏡を見るたびに気になる
しわやほうれい線、年齢と
ともに悩みが深刻化しま
すよね。

「たるみ」や「しわ」が気
になる方には、腫れや内出血
が出ない、レーザー治療「ハ
イフ」をおすすめいたしま
す。ハイフは超音波で皮膚
の土台に熱を与え、皮膚を
収縮させ、たるみを引き上
げます。自然にリフトアッ
プしたい方や、周りの人に
指摘されたくない方には適
した治療法です。持続効果
は6カ月~1年程度、お肌
の深い層でコラーゲンを増
やすので、お肌にハリが出
るような効果も感じられる
と思います。ほうれい線や
たるみだけではなく、フェ
イスラインも引き締めます
ので小顔効果も期待
できます。また、た
るみが少ない方でも
老化防止としても大
変人気のあるレ
ザーです。

●ほうれい線や口元
首のしわが気になる
い。

●こんな方に適応
お気軽にござ
相談くださ

●自然にリフトアップしたい
●腫れや内出血などが出な
い方がいい
●普段お使
いのお化粧
品やエステ
などで十分
な効果を得
られなかつ
た方、一度
お試しください

さくら美容形成クリニック
☎0120(777)392
盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F

院長 田崎 治子

盛岡市保健福祉部 長寿社会課のイベント

※会場へお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。
<地域ケア係>

■**広がれ!マスクの輪!みんなのマスクプロジェクトフォーラム**
~わたしたちの新しい「つながり」~

日時:11月25日(金)13時半~15時
会場:盛岡劇場 メインホール(盛岡市松尾町3-1)
内容:①トークセッション「わたしとマスクプロジェクト」
盛岡青年会議所理事長、マスク作りボランティア、
高齢者サロン世話人
②講話「できることから始めよう!~さらなる助け合い活動へ~」
ご近所福祉リエーター 酒井 保氏
※オンラインによる出演 など

申込先:電話またはFAX、Eメールのいずれかにて
盛岡市社会福祉協議会 ☎651-1000、FAX622-
4999、Mail:info@morioka-shakyo.or.jp
※会場への来場または、動画視聴のどちらかを選択可能。
※動画視聴の場合は、インターネット接続環境が必要。

申込期日:11月18日(木)

<生きがい推進係>

■**盛岡ゆうゆう大学ラジオ講座4**
放送局:ラヂオもりおか(FM76.9MHz)
放送日時:①11月10日(水)、②11月11日(木)いずれも11時半~12時
講座名:~FP漫談師と学ぶ 知って笑って考えて~
健康、お金、人間関係の貯め方、活かし方
講師:福々舎代表 大久保 名美氏
問合先:市役所長寿社会課生きがい推進係 ☎603-8003

■**家族介護者リフレッシュ交流会**
日時:11月19日(金)10時半~12時
会場:仁王地区活動センター
内容:ヨガ体験、交流会
対象:市内に住所がある人で認知症の人や要介護1以上
高齢者、重度の障がいがある人を介護している家族。
申込先:仁王・上田地域包括支援センター ☎661-9700

各種イベント

◆**N響メンバーによる室内楽**
シューマン&クライスラー ロマン派2大巨匠の各作
内容:NHK交響楽団精鋭メンバーによる室内楽コ
ンサート。篠崎史紀さんの楽しいお話と共に
お届けします。
日時:11月25日(金)18時開場 19時開演
※5月21日(木)からの延期公演です
会場:盛岡市民文化ホール 小ホール
入場料:全席指定 S席5,000円(S、500円)、A席4,000円
(4,500円)、U-25チケット(S・A席選択可)2,500
円(3,000円) ※(*)は当日料金
問合せ:☎019-621-5100(盛岡市民文化ホール)
★S席ペア1組様にチケットプレゼント!
(こちらの締め切りは11/6(金)迄となります)

◆**第5期 おもちゃ学芸員養成講座**
内容:花巻おもちゃ美術館では、おもちゃとあそびの案内人
となっていただくおもちゃ学芸員を募集します。子ど
もと接するのが好きな方、ご応募お待ちしております。
日時:11月17日(水)13時~16時半/18日(木)10時~16時
会場:1日目 マルカンビル7階/2日目 花巻おもちゃ美術館
定員:30名
受講料:2,000円(講座当日にお持ちください)
※別途ユニフォーム代2,500円がかかります。
問合せ:☎080-9257-7987
E-mail:htm@otomoku.co.jp
(株式会社小友木材店 花巻おもちゃ美術館 担当/高橋)

◆**「盛岡市骨粗しょう症予防教室」参加者募集**
内容:骨を元気にするお話と骨ケアレシピの紹介です。
(画像での紹介)
日時:12月18日(金)10時~11時半

掲載のイベントは発行時点の情報となります。新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴い変更となる
場合がございますので、最新情報は各事業へお問合せをお願いいたします。

会場:盛岡市保健所 4階 404研修室
対象:盛岡市に住所のある方。年齢・性別は問いません。
定員:12人 参加費:無料
申込み:電話で申込み(先着順で定員になり次第締切り)
問合せ:☎019-603-8305(盛岡市保健所 健康増進課)

◆**盛岡市民マンドリンクラブ 第37回マンドリンコンサート**
内容:秋の定期演奏会を中心に活動中の盛岡市民マ
ンドリンクラブ。今回は枯葉、愛の讃歌、ニューシネ
マパラダイスメドレーなどの名曲を演奏します。
日時:11月28日(土)13時15分開場 14時開演
入場料:前売り800円 ※高校生以下無料
会場:岩手県民会館 中ホール
申込み:チケットは完全予約制です。お名前、連絡先電話
番号、必要枚数を明記の上メールまたはお電話で
お申込みをお願いします。当日券の販売はありませ
ん。事前申し込みのない方の入場はできませんの
のでご了承ください。新型コロナウイルス感染予
防のため、座席数を減らしての公演となります。
問合せ:☎090-2849-6937(藤原)
E-mail:moriokashiminmc@gmail.com

◆**岩淵毅弘展 - Translucent Air -**
内容:抽象と具象の間に位置するようなスタイルで制
作を続けてきた岩淵。今回は近年の木炭の作品
に加え、油彩の新作を展示します。
日時:11月14日(土)~12月19日(土)11時半~18時半
休館日:月・火曜日(11/23は開廊)
会場:インプレックス・アート・ギャラリー
(盛岡市本町通1丁目8-22 トーカンマンション上の橋1F)
入場料:無料
問合せ:☎019-625-6380(インプレックス・アート・ギャラリー)

遊食屋FUJIより
盛岡じゃじゃ味噌物語

遊食屋FUJIからオリジナル
商品のご提供。じゃじゃ麺・きゅ
うりなどの野菜ディップ、各
種お料理の味噌ダレに、180g
入りを1名様にプレゼント。

シニアズ編集部より
ワンカップ キン肉マンラベル

根強い人気の「キン肉マン」と日本酒カップ
No.1ブランド「ワンカップ」との夢のコラボ商品。
180ml入り5本セットを1名様にプレゼント。

応募方法

▶郵便はがきにあなたの郵便番号、住所、
氏名、年齢、電話番号を記入し郵送してく
ださい。希望の商品、どこでシニアズを見
たか、面白かった記事・広告を記入してく
ださい。11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。
▶宛先 〒020-0026
盛岡市開運橋通3番41号 ダビンビル
株式会社ウインドクロスシニアズ編集部 読者係まで

東北デスティネーションキャンペーン プレ企画

岩手県民限定 **岩手に泊まるなら地元割クーポン**

たくさんのご応募ありがとうございます。おかげさまで、
応募受付終了いたしました。

【本クーポンの利用条件】
●本クーポンは岩手県に在住している方のみ利用が可能です。
●本クーポンの宛名本人(当選者)のみ利用可能です。ただし本人同行の場合、岩手県民
である(居住を含む)確認、証明があればグループ内での譲渡は可能です。
●GO TO TRAVEL、各地域の割引等の併用は可能ですが、合算した上で1,000円
(税別※)以上の自己負担が発生する場合には限りません。
●1泊につきおひとりさま1枚のご利用になります。
※元値の宿泊代金にかかる消費税、入湯税をいう。

参加宿泊施設など詳細は
☎020-8777 岩手県盛岡市名須川町17-10 **地元割クーポン事務局**
営業時間 10:00~17:00(土・日・祝日を含む)(12/26~1/3までは休み) TEL.019-601-8161

利用期限は
2021年3月7日(日)宿泊分まで!

ひとり一人の協力が、みんなの楽しい旅を守ります
あなたも、あなたの大切な人も、働く人も、観光地も

旅ゆけば、
何はともあれ、
手洗い・消毒。

マスク着け、
私も安心、
周りも安心。

予約とり、
並ばずスムーズ
楽しい観光。

毎朝の
健康チェックは、
おしゃべりな旅の
身だしなみ。

特設HPにも参加宿泊施設など詳細がございます
<https://jimotowari-iwate.jp/> まで
地元割クーポン 検索

UX
UX250h/UX200

LEXUS
EXPERIENCE AMAZING



PHOTO:
UX250h "version L" 車両本体価格 5,184,259円*

ボディカラーはソニックチタニウム(1J7)。NAVI・AI-AVS+パフォーマンスダンパー(リヤ)+ドライブレコーダー(Eco/Normal/Sport S+/Custom)143,000円、ブラインドスポットモニター(BSM)+パーキングサポートブレーキ(静止物+後方接近車) [PKSB]+パノラミックビューモニター 121,000円、ムーンルーフ(チルト&アウトスライド式) 110,000円、ルーフレール 33,000円、カラーヘッドアップディスプレイ88,000円はメーカーオプション。

*価格はすべて消費税込みです。
*価格には保険料、税金(除く消費税)、リサイクル料金、オプション、登録料等の諸費用は含まれておりません。 <https://lexus.jp>

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、第一火曜日

