

岩手女子高等学校の沿革

- 大正10年3月15日 「盛岡実科高等女学校」認可される。(修業年限3年、定員150名)創立者 三田俊次郎
- 10年4月5日 開校。盛岡市内丸57(岩手公園下)元作人館中学校を校舎とする。初代校長 三田てる
- 12年3月15日 「盛岡女子芸芸学校」認可される。(普通科・高等科・専攻科=修業年限各1年、定員150名)
- 昭和2年4月7日 「盛岡実科高等女学校」の組織を変更し、「岩手高等女学校」とする。(本科=修業年限4年、定員200名、実科=修業年限3年、定員150名)
- 2年4月20日 財団法人「岩手女子奨学会」認可される。
- 7年8月20日 実科を廃止、本科の定員を400名とする。
- 15年1月30日 本科の定員を600名とする。
- 15年6月24日 現住所に移転する。
- 16年3月5日 「専攻科」認可される。(修業年限2年、定員80名)
- 18年2月20日 第二代理事長 三田俊定就任。
- 19年4月1日 「盛岡女子芸芸学校」を廃止する。
- 21年4月1日 「岩手高等女学校」の修業年限を5年とする。
- 22年3月1日 学制改革により「岩手女子中学校」を設置する。(定員150名)
- 23年3月19日 学制改革により「岩手高等女学校」を廃止し、「岩手女子高等学校」を開設する。(定員450名)
- 26年3月10日 私立学校法により、財団法人「岩手女子奨学会」を学校法人「岩手女子奨学会」に組織変更する。
- 36年10月1日 創立40周年記念式典を挙げる。
- 39年4月1日 定員を900名(普通科)とする。
- 40年4月1日 衛生看護科を新設。(定員120名)
- 43年3月31日 「岩手女子中学校」を廃止する。
- 46年10月19日 創立50周年並びに東校舎落成記念式典を挙げる。
- 56年10月14日 創立60周年並びに本校舎落成記念式典を挙げる。
- 59年4月1日 衛生看護専攻科を新設する。(定員80名)
- 平成2年4月1日 岩手女子奨学会は「岩手女子看護短期大学」を創設。(定員180名)※現在は校名変更し岩手看護短期大学
- 3年5月27日 創立70周年記念式典を挙げる。北京師範大学附属中学と姉妹校提携する。
- 6年4月5日 寄宿舎を岩手公園下から天神町6-15に移転する。
- 7年12月12日 体育館、特別教室落成記念式典を挙げる。
- 8年2月21日 第三代理事長 三田明子就任。
- 10年4月1日 岩手女子看護短期大学に専攻科(地域看護学、助産学)開設。
- 10年12月14日 工芸館(陶芸、染色)落成。
- 12年4月1日 福祉教養科新設(定員120名)。
- 13年6月13日 創立80周年記念式典を挙げる。
- 13年12月22日 名誉理事長 三田明子就任。
- 14年4月1日 第四代理事長 澤野桂子就任。
- 16年3月31日 衛生看護科閉科。
- 17年4月11日 普通科募集定員180名とする。
- 18年3月31日 衛生看護専攻科閉科。
- 21年10月29日 新寄宿舎落成。
- 23年11月9日 創立90周年記念式典を挙げる。
- 28年4月1日 「岩手看護短期大学」の設置者を岩手医科大学に変更する。
- 令和3年11月3日 創立100周年記念式典(予定)

100年を支える



「気高く、優しく、凛々しく」

100年という節目に
建学の思いを重ねて

「気高く、優しく、凛々しく」。これは、初代校長・三田てるが定めた、岩手女子高校の校訓です。

女子高等教育機関が岩手にはまだなく「女子は小学校まで」だった時代。てるは鉄道もまだ通っていない岩手から単身上京して高等女学校に進み、東京女子高等師範学校現・御茶の水女子大学を卒業。帰郷して岩手師範学校(岩手大学の女子部の創立に関わり教師としても教壇に立つ)に「女子教育」の実践に並々ならぬ情熱を注いだ人でした。

その後、岩手医科大学の創設者でもある三田俊次郎と結婚。2人は岩手の女子教育の遅れを憂い、岩手女子高校の前身である盛岡実科高等女学校を創設しまし



歴史を語る澤野理事長

私が岩手女子高校の講師として着任した55年前、学校の周辺は建物もまばらで静かでした。今では中心市街地に隣接する「まちなかの学校」になり、学校を取り巻く環境は大きく変わりましたが、生徒たちののびのびとした明るさは、今も昔も変わらないです。

女子校ですから、リーダーを務めるのも力仕事を担うのも女子生徒。性別による役割分担意識などに囚われず、自分の希望や適性に合った役割を全うできる、

自由闊達な雰囲気があります。学年を超えた生徒同士の仲もいいですね。また、私立学校で先生の異動がないので、いつ来ても知っている先生がいっぱいいます。ですから、卒業生がよく顔を出してくるんです。子どもを連れて来てくれる卒業生や、ふらっと立ち寄ってくれる卒業生も多いです。何年経っても、こうして顔を見せてくれるのは嬉しいですし、学校という場所をベースにして、卒業生同士のつながりも生まれています。これも、私立ならではの良さだと思いますね。

まちなかに学校があることもあり、地域との関わりが多いのも本校の特徴だと思います。学校行事には、いつも周辺の町内会長さん方を招待していますし、中津川の河川敷清掃にも、本校の生徒が自主的に参加しています。また、夏の風物詩「盛岡さんさ踊り」も、高校のチームとしては一番早

くから参加しています。そのほか、福祉教養科は、介護施設などへの訪問も多く、地域の方々と触れ合う機会が多くありますし、看護科は高校総体などで救護係として活躍。経験を通して成長できるフィールドが、学校の外にも広がっています。

岩手女子高校についてのご意見をどんどん寄せたいですし、これまで以上に母校に関心を持っていただけたら幸いです。

100周年のこの先、変化の激しい時代、これからはその変化に適応する教育が求められていくでしょう。しかしその一方で「人としてのあり方」はずっと変わりません。いつの時代も誠の心をもつ人間の育成」は、私たちの教育の根幹です。岩手女子高校はこれからもやわらかな感性と確かな判断力を養い、心身共に健全な、人間的魅力にあふれる女性たちを育てたいと思っています。

生徒を育てる地域との関わり

私立女子校ならではの魅力

100周年のその先へ

本校は今年で創立100周年を迎えます。秋にはマリオスにて記念式典を開催。生徒たちも司会や裏方などで活躍する予定です。

世の中が目まぐるしく変化し、女子教育にも変化の波が押し寄せているなか、無事に100周年を迎えることができるのは、ひとえに周りの方々、歴代の校長先生、教職員、そして卒業生のご支援があったからであり、みなさまに深く感謝をいたしております。

創設者/三田俊次郎先生・初代校長、三田てる先生
参考資料/岩手女子高校創立80周年記念誌「未来への扉」、創立90周年記念誌「未来への架け橋」

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

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/>

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

または、最寄の本店までご相談ください。

シニアプラン

詳しくは、「ローンプラザもりしん」
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 (お申込みカンタン&スピード回答!)

ファイブ-α

ご旅行や冠婚葬祭に。お子さん・お孫さんのお祝いごとにも。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(インキングセンター)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

フラワー&ガーデン 森の風

4/24(土)OPEN

5月～6月は芝桜・バラ・ネモフィラ等それぞれが四季折々の美しい花を咲かせ、訪れる人を癒します

通常営業期間 4月24日(土)～11月7日(日)

イルミネーションガーデン リニューアル!

営業時間 10:00～19:00(最終入場18:00)
入園料金 大人700円 小学生350円(未就学のお子様無料)
16時からのイブニング料金 大人500円 小学生250円

日本ハウス・ホテル&リゾート

森の風 鶯宿

TEL.020-0574 岩手県岩手郡雫石町鶯宿10-64-1 森の風鶯宿

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 5 プレー券進呈!

岩手ゴルフ倶楽部 創立84周年・コース開場59周年

岩手ゴルフ倶楽部

http://www.iwategolf.co.jp

毎週土曜日は **レディースデー** 来場の女性全員に **1,000円分のお食事サービス!**

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
2	3	4	5	6	7	8
(月例)岩手ヤクルト杯	OPキャスコ杯	OP桜桜杯	OP風童社杯			レディースデー
¥9,430	¥9,430	¥9,430	¥9,430	¥6,130	¥6,130	¥8,330
9	10	11	12	13	14	15
¥9,430	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥6,130	レディースデー
16	17	18	19	20	21	22
OP食肉祭り	セルフデー					レディースデー
¥9,430	¥4,700	¥6,680 食事付	¥6,130	¥6,130	¥6,680 食事付	¥8,330
23	30	24	31	25	26	27
OP タイスト杯	OP 大塚製菓杯	食事付	食事付	セルフデー	シニアサーキット	レディースデー
¥9,430	¥6,680	¥6,680	¥6,130	¥4,700	¥6,130	¥6,680 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。※消費税・諸経費込み、利用税(700円)は別途頂戴します。



おやじはん

【59食目/タコの雑炊】

タコを使って少し贅沢感を



へんとミッドバ イス

今回使うタコですが、足より柔らかい頭の方を使います。スーパーでも比較的安く手に入りやすいので、おすすめですよ。食感もいいので、より満腹感を感じられる一品です。

作り方

- 1 たけのこは縦半分に切った後、水を入れ、たけのこの皮を剥いておく。
- 2 鍋に水を入れ、たけのこ、しめじを入れて煮る。
- 3 煮立ってきたらあくをとり、ごはんを入れてひと煮立ちさせる。
- 4 三つ葉、ごまをトッピングして完成。

材料(2人分)

- ごはん(1杯)、タコの頭(30g)、しめじ(1/2房)、たけのこ(水煮)1/4個、卵(1個)、三つ葉(適量)、水(500cc)、和風だし(の素)適量、塩(少々)、しょうゆ(適量)、ごま(適量)

タコから塩気が出るので、塩は控えてOKです。味変で、途中でポン酢をたらして食べるよりおいしく食べられますよ。

取材協力 遊食屋 F.U.J.I

岩手もやっと桜が咲いてこれから運動会の季節。運動会はお孫さんの成長を間近に感じられるイベントです。楽しみながら、多岐にわたる活動が盛り込まれています。この「孫との交流で楽しむこと」を聞くと、「近居」の親世帯の方々はやはり「運動会」などのイベントを挙げるのに対し、「二世帯同居」の方々は「孫から学校の出来事を聞くのが楽しい」といった日常的なことを挙げます。そうした何気ない暮らしの喜びが多いのは二世帯同居の魅力の一つかもしれません。そんな二世帯住宅ですが「大きなお屋敷」をイメージする方が多く、固定概念からハードルが高いと感じる方も少なくありません。ひと昔前ですと「廊下

の間ある邸宅」と「二世帯住宅は大家族の住まい」というイメージが強かったのですが、昨今は「家の断熱・気密性能が向上したこと」で部屋の仕切りを少なくでき、「廊下がいらない家づくり」が主流になりました。その影響から「二世帯住宅」といえば「60坪〜80坪」というイメージから「35坪〜40坪」でも充分な広さを確保することが可能になってきました。家の大きさを表すのに「坪」自体がイメージでしかないという相談も多いので、ちょっと身近なもので解

宅建士が教える住まいの豆知識 vol.2

運動会から考える二世帯住宅

の時に敷く「レジャーシート」などは「2M×2M」が一般的なサイズだったりします。あの大きさがおむつやおむね「縦8M×横8M」と思ってもらえるのと、かなり考えてもいいの「正確には1坪は3.3M²」という問題もあります。家の設計をする時にこの「1坪」を基準に組み立てていくのが、洗面脱衣所や浴室、階段の広さや基本的には「1坪」で設計していくんですね。お風呂とキッチンを何台ずつ設置するかも重要です。我が家の通っている中学校の校庭は1人あたり20坪の大きさなんだなと漠然とイメージ頂ければ面白いですね。運動会を機に「二世帯住宅を検討するの有りだ」と思います。

宅建士 戸塚昌博

テレビや雑誌などでよく目にする「糖化」。活性酸素による体の酸化が「体の錆び」に対し、糖化は「体の焦げ」と呼ばれ老化や健康に大きく影響します。特に糖化は生活習慣病と深く関係し注目されています。今回は糖化と食生活の注意点をとりあげたいと思います。

「糖化」とは

糖化とは、糖がタンパク質や脂質と結びつき、熱で変性することです。血糖値が高いと糖が体内のタンパク質と結びつき変性し、AGEs(エージー・終末糖化産物)という物質を作ります。AGEsは体内では分解されにくく老化や病気の原因にもなります。ケーキやクッキーなどがこんがり焼けて茶色になる

「糖化」を抑制し元気な毎日を

老化・病気の原因にも

肌のコラーゲンが糖化しAGEsが蓄積するとシミ・シワの原因に、骨のコラーゲン繊維に蓄積すると骨粗しょう症、血管では動脈硬化、脳ではアルツハイマー病などの原因になります。

糖化抑制には血糖のコントロール

① 食べる順番

食後の血糖値を急激に上げないことが糖化の抑制になります。そのための対策

② 酢を足して

酢の主成分、酢酸には唾液の消化酵素の働きを弱め、食物を胃や小腸に送るのを遅くする働きがあります。

③ 生煮る・蒸す

肉・魚などを焼いたり揚げたときの焦げ目も糖化反応です。鶏胸肉のAGEsは生で692ですが焼く・唐揚げでは10倍以上増えます(表1)。AGEsを抑えるには「生

で食べるか「煮る・蒸す」の低温調理がおすすめです。揚げ物に酢をかけるとAGEsが半分になるといわれることも酢の出番です。

④ ポリフェノールの多い食品

お茶・紅茶に多いカテキン、ベリー類やブドウのアントシアニン、コーヒー、ごぼう、ジャガイモなどのクロロゲン酸などのポリ

表1 鶏胸肉(皮なし90g)の調理法によるAGEs量

調理の方法	AGEs(KU)	調理時間
生	692	
煮る	1011	1時間
電子レンジ加熱	1372	5分
焼く	5245	15分
唐揚げ	6651	8分

KU: AGEsの単位

感謝の気持ち

花に添えて...

花のまりちゃん

TEL.019-613-6572 FAX.019-613-6162

LINE@ 花だち登録でクーポンプレゼント@hanamari

信頼と満足を

毎日の生活に安心をお届けします

●LPガス・オートガススタンド (LPガス容器充填・オートガススタンド)

●灯油配達

●電化製品・灯油及び器具販売

●エコ・テナント賃貸業

東邦スワン株式会社

〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通2-3-10

☎019-651-6771 FAX.019-651-6773

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

旬の野菜で楽しむ TOMATOMA カレー

スナップえんどうのチキンカレー(中華)

レギュラーサイズ ¥990(税込) ハーフサイズ ¥701(税込)

ハンバーグ・チキンソーセージから1つ選べます

スナップえんどうとジャガイモのスープカレー

レギュラーサイズ ¥1,100(税込) レディースサイズ ¥920(税込)

TOMATOMA キッチン

住所▶盛岡市菜園1-10-1カフトク地下1F

営業時間▶10:00~19:00(LO.18:40)

テイクアウト予約電話番号 tel.019-681-1704

健康笑顔を作る「ゆるるのび体操」

体操で体のラクを
実感しよう

体のお悩み募集中
リクエストにお答えします



中田ゆきえ先生

年齢を重ねると、関節の痛みでお悩みの方が多いです。関節が痛む原因は使わなすぎる筋肉と使えていない筋肉がアンバランスで姿勢が崩れ、本来の関節の動きができなくなるためです。その硬くなった筋肉に有効なのがリセットコンディショニング。毎日少しずつでいいので、最低2週間続けましょう。

【股関節へのアプローチ】
① 仰向けに寝て、両脚を伸ばす。
② 腰幅に脚を開き、そのまま片方の膝を真つすぐ立てる。腕は床に置いたままリラックスします。
③ 伸ばした脚を股関節から内側に向けて。④ 内側に向けたまま膝を

引き寄せ、反対の脚にぶつかつたらストップ。
⑤ 外側にばたんと膝を倒す。
⑥ そのまま膝を伸ばす。
⑦ 2〜6を10回程度繰り返しましょう。
【ポイント】力を抜いて脚を動かします。
・股関節の中でぐるぐる回ると回らないイメージです。
・在宅ワークで休憩している時や長い時間座つたあと、寝る前に行つのがおすすめです。



3. 薬と腎臓の関係

いわて医療通信【薬の服用とCKD】

さて、あなたが30代の時と80代の時で、同じ量の薬を飲んだ場合、副作用の起こりやすさは同じでしょうか。答えは「NO」です。30代に比べて80代の方が副作用を起こしやすいと云えます。

これは加齢により生理機能が低下することが主な原因です。特に、体内の老廃物を尿中に排泄する役割をもつ腎臓が大きく影響します。腎臓は腰のやや上あたりに左右1個ずつある、こぶし大の大きさの重要な臓器です。腎臓の動きは若いときが100%とすれば、年々

花々も咲き始め、寒さと重い衣で縮み固まった体の筋、そして内臓も伸ばす気持ちで全身を緩めてあげたいものですね。

春になると季節の食材が豊富に出てきます。薬物と食べ物と源が一つであるという考えから「薬食同源」という言葉があります。日々、口にする食べ物で生命の維持だけではなく、健康を増進させることも大切

薬食同源、牡蠣パワー

自然治癒力のあと押し

海のみルクとも言われている牡蠣ですが今からは岩牡蠣が夏に向けて出回り始まります。2億年以上前から存在し17万年前ごろより人類の食材となり、日本では牡蠣の身にはグリコゲ

外に漏れるのを防ぐ働きがあります。ボレイの成分は主に炭酸カルシウムであることから漢方薬に用いられるほかに、カルシウム剤や胃酸を中和する胃腸薬に配合されます。

牡蠣の身にはグリコゲ

庭造りを長く楽しむ

家族と共に歩む庭に、感謝のお手入れを

石割桜を80年以上にわたって管理している造園会社「豊香園」が、自宅の庭の楽しみ方をお届けします。

季節は春を迎え、庭のお手入れをしたり、新たに植物を植えるのに最適な気候となりました。今手をかけることで、育て方や管理が楽になるので、ぜひ挑戦してみてください。

暖かくなり植物の開花も多くみられますが、花は咲く時にパワーをたくさん使います。肥料をあげて栄養を補うことが大切です。弱っている植物には液体肥料を使うのが効果的です。栄養の効果を持続させるには固形肥料が適しています。



お手入れ次第で、素敵な庭を長く保つことができる

ワタナベオイスター
現代人に不足しがちな天然ミネラルと、9種のビタミンなどがバランスよく含まれた栄養補助食品です。お子様から大人までご愛飲できます。

株式会社 宮手薬店
TEL.019-622-2623
盛岡市本町通1-17-26

また、庭の雑草でお困りなら、今の時期に除草剤をまいておくとお草取りの手間が省けます。芝生の場合、草が伸びる前に芝生用の除草剤をまいて目土掛けをし、肥料をまくと芝生をきれいに保つことができます。

今年は何年か比べ、暖かくなるのが早かったため、害虫の発生も多くなっています。薬を散布し害虫対策をしましょう。残効期間が長いものもあるので試してみてください。

◆植物と癒やしの生活を
お家時間を充実させるために、新たな趣味の一つとして植物を育ててみてはいかがでしょうか。庭に木や花を植えるなら、梅雨前に作業するのが最適です。まだ植物が活動していないうちに植え、雨が降った時、根から水分をたくさん吸い上げるので元気に育つことができます。これから木を植えるので元気に育つことができます。これから木を植えるので元気に育つことができます。

ユニオングループはコロナウイルス感染症予防対策に取り組んでいます。

ユニオングループ
株式会社 宮崎商店 TEL.019-613-7707 (代表)
株式会社 飛鳥商事 TEL.019-601-5575 (代表)

旧長町境界



盛岡駅前から北上川に架かる旭橋を渡り、材木町への入り口を左手に見て交差点を過ぎたあたりからまっすぐ延びる道筋が、城下盛岡で最も長い町：「長町」と呼ばれた通りです。

旧三戸町の西裏手に広がっていた水田地帯が長町として町割りされたのは1677(延宝5)年。盛岡城を築き上げた27代利直公の孫にあたる30代行信公の発案によるものでした。

行信公はこの3年後に八幡町の造成にも着手しており、街づくりに熱心な殿様

だったようです。

当時、三戸町と材木町を行き来するには、仁王小路という侍屋敷街をお侍に気を遣いながら通らねばならなかったわけで、三戸町と上横町、長町、材木町という具合に、仁王小路を通らずに移動できるようになった長町の誕生は、庶民には歓迎されたに違いない。

上横町から長町に入る一角は、武士、医師、僧侶など身分の高い未決囚が収容される「長町牢」と呼ばれる揚屋があった所。この

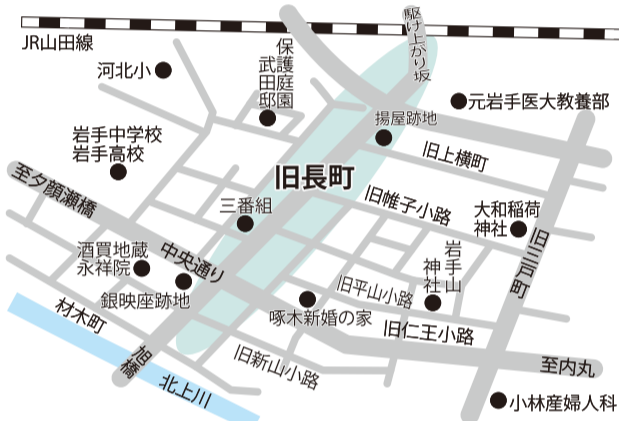
長町は、藩政時代から「龍組」または「り組」と呼ばれる町火消しの伝統を引き継ぎ、三番組の若頭たちが中心となり町づくりに関わっていました。纏印は「源氏車」。明治期には盛

揚屋は、歴代藩主のなかでも暗君とされる38代利濟公の排斥運動を計画した奥医師・江幡春庵が捕らえられ、1849(嘉永2)年に憤死した場所でもあり、後に盛岡を訪れた吉田松陰が彼の死を悼み、埋葬された寺院の塀に漢詩を書き残していた話は有名です。

長町の北の端、駆け上がり坂を

駆け上がったところにJR山田線の、その名も「長町踏切」があり、上町の町につながっています。

長町についての個人的な思い出としては1921(昭和4)年、オールドファンに惜しまれながら閉館となったのでした。



本町通りにあるお寿司屋「ふじわら」が、「茶房ふじわら」という名で喫茶店をやっているのはご存知でしょうか。喫茶は月々水曜日の日中のみで夜はお寿司屋として営業中。黒い板張りの和風な建物が目印で、営業日には白い暖簾がかけられます。



こだわりのチョコレートケーキは、お客様からも大好評

喫茶を担当するのは、藤原愛美さん。優しく柔らかい雰囲気、藤原さんですが、小さい頃は虫採りが好きでとてもやんちゃだったと言います。盛岡で生まれ育ち、高校では手に職をつけるため調理師免許を取得。卒業後は老舗喫茶店の機屋で10年勤めます。「機屋さんとは昔から家族ぐるみでお付き合いがあり、当時から猫の手も借りたいくらい忙しいというので、働くことに決めました」。コーヒー豆の焙煎や淹れ方を習得しながら、藤原さんの得意なお菓子を提供する機会もあつた。その後、機屋店主の紹介で東京の老舗喫茶店で1年喫茶業の経験を積み、自身の店を持ちたいと盛岡に戻りますが、世はコロナウイルスが流行中。厳しい状況で先行きが見えないなか、2020年7月に喫茶店をオープンします。「こ

知ってる？ シニアの穴場スポット

茶房ふじわら

上質な和の空間で楽しむ

「おいしいものをつくろぎの時間を提供したいです」と藤原さん。今年参加した盛岡珈琲フェスティバルでも大好評を遂げ、今後はお菓子のバリエーションをより増やしていきたいと意気込みます。

盛岡駅前から北上川に架かる旭橋を渡り、材木町への入り口を左手に見て交差点を過ぎたあたりからまっすぐ延びる道筋が、城下盛岡で最も長い町：「長町」と呼ばれた通りです。

旧三戸町の西裏手に広がっていた水田地帯が長町として町割りされたのは1677(延宝5)年。盛岡城を築き上げた27代利直公の孫にあたる30代行信公の発案によるものでした。

行信公はこの3年後に八幡町の造成にも着手しており、街づくりに熱心な殿様

本町通りにあるお寿司屋「ふじわら」が、「茶房ふじわら」という名で喫茶店をやっているのはご存知でしょうか。喫茶は月々水曜日の日中のみで夜はお寿司屋として営業中。黒い板張りの和風な建物が目印で、営業日には白い暖簾がかけられます。

science home

GOOD DESIGN 2014 2015 2年連続受賞

ひのきの家に暮らそう!

マイホーム個別相談会

毎週 土 日 開催!! ①10:00~ ②13:00~ ③15:00~ ④17:00~ 完全予約制

お得な特典! ご予約の上ご来場の方 QUOカード 2,000円分 プレゼント!

毎日が森林浴 オール国産ひのきの家

サイエンスホーム盛岡店

この看板が目印

駐車場は裏にございます。

会場 / サイエンスホーム盛岡 千020-0051 盛岡市下太田下川原78-2 パラシオン1F

新型コロナウイルス 感染症予防対策

お客様及びスタッフの健康と安全を考慮し、感染症予防対策として以下の対応をさせていただきます。

- 手指用の消毒液(アルコール消毒液)を入口に設置します。●お客様にはマスクの着用をお願いいたします。
- 頻りに換気などの対策を取ります。●スタッフはマスク着用で対応いたします。



GS Grand Seiko

新作 ハイビート80HOURS
品番:SLGH005 価格:¥1,045,000(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/>

2F ジュエリーサロン
1F ウォッチサロン
道又時計店 検索

表情ジワを改善する

表情を作るときにできる「表情ジワ」本来は一時的なものですが、加齢などに伴って深く刻まれてしまします。そんなシワの改善にオススメなのが「ボトックス注射」です。

ボトックス注射とは、ボツリヌス菌の作り出すA型毒素を微量含有する薬剤を、緊張している筋肉に注入することで筋肉をリラックスさせてシワを軽減する治療です。表情ジワの改善や予防に最適で、笑ったり、怒ったりする時に現れる目尻や眉間、額のシワなどを改善します。施術時間は10分前後。2〜3日程度で効果が表れ始め、持続期間は3〜6カ月ほどになります。ボトックス注射はシワ改善の効果以外にも、咬筋が発達したエラをホリユームダウンさせたり、顎の凸凹の改善、脇や手の平など

汗を抑える効果もございす。これからの季節は気温が上がり、汗シミが気になる方も多いので、フキのボトックス注射をご希望される方も増えてきます。お悩みの方はぜひ一度カウンセリングにいらしてください。

ボツリヌス毒素(天然のタンパク質)を微量含有する薬剤を、緊張している筋肉に注入することで筋肉をリラックスさせてシワを軽減する治療です。表情ジワの改善や予防に最適で、笑ったり、怒ったりする時に現れる目尻や眉間、額のシワなどを改善します。施術時間は10分前後。2〜3日程度で効果が表れ始め、持続期間は3〜6カ月ほどになります。ボトックス注射はシワ改善の効果以外にも、咬筋が発達したエラをホリユームダウンさせたり、顎の凸凹の改善、脇や手の平など

抗ウイルス効果のある空気清浄機を各室に設置し、院内の触れる部分のこまめな消毒、滅菌スリッパも設置し、皆様に安心して受診いただけるように万全の対策をとっております。

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＞
■盛岡地域市民後見人養成講座
本人に代わり財産の管理や契約手続きなどを行う「市民後見人」を養成します。
対象:次の条件をすべて満たす方
・盛岡市、八幡平市、滝沢市、雫石町、葛巻町、岩手町、紫波町、矢巾町)在住または在学・在勤の方
・令和3年4月1日現在における年齢が満20歳以上の方
・原則としてすべての科目を受講できる見込みのある方
・成年後見制度及び高齢者や障がい者への福祉活動に理解と熱意がある方
内容:市民後見概論、関係諸制度、高齢者虐待防止法など。
日程:6月23日(金)～8月26日(木)
毎週水曜日又は木曜日 概ね10時～16時半 全9回
場所:岩手教育会館(盛岡市大通1-1-16)など
費用:無料
申込み:市役所や公民館、老人福祉センターなどに備え付けの申込書に必要事項を記入し、盛岡広域成年後見センターへお申込みください。申込締切は5月28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。
問合せ:〒020-0022 盛岡市大通1-1-16岩手教育会館2階 盛岡広域成年後見センター ☎626-6112 FAX:656-0612

＜生きがい推進係＞
■健康づくり!マッサージ指導教室
内容:マッサージ師から軽体操とツボ押し指導を受けられます。当日は検温とマスクの着用をお願いします。
参加費:無料(要事前申し込み)
対象:概ね60歳以上の盛岡市民
開催日程:①松岡老人福祉センター(西松岡二) 5月7日(金)10時～12時 定員15人
②愛宕山老人福祉センター(愛宕町) 5月11日(金)10時～12時 定員20人
③津志田老人福祉センター(津志田西二) 5月17日(金)10時～12時 定員15人
④青山地区活動センター(青山三) 5月19日(金)13時～15時半 定員15人
⑤永井地域交流活性化センター(永井23) 5月27日(金)13時～15時半 定員15人
申込み:市役所長寿社会課生きがい推進係 ☎603-8003

各種イベント

プリヴェット・トリオ ふれあいコンサート
6/26(土) 13時開場 14時開演
盛岡市出身のテノール歌手・工藤和真さんやバリトンのヴィタリ・ユシュマノフさん、ピアノの河野紘子さんが出演するコンサート。
会場:盛岡市民文化ホール 小ホール
入場料:全席指定 一般2,000円(2,500円)、U-25チケット(25歳以下対象)1,000円(1,500円)
※()は当日料金
問合せ:☎019-621-5100(盛岡市民文化ホール)

★ペア1組様にチケットプレゼント!

コレクション展
第1期 特集:没後20年 松田松雄
4/30(金)～7/18(日)
9時半～18時(入館は17時半まで)
今年没後20年を迎える陸前高田市出身の画家、松田松雄の初期から晩年までの作品を展示し、その制作の軌跡をたどります。
会場:岩手県立美術館 常設展示室
休館日:月曜日(5/6は開館)
観覧料:一般410円(330円)、学生310円(250円)、高校生以下は無料
※()内は20名以上の団体料金
問合せ:☎019-658-1711(岩手県立美術館)

子育て支援等 ボランティア養成講座

0歳から小学校6年生までのお子さんの一時預かりなどを行う有償ボランティアの養成講座です。
【講義日時】
・6/1(土) 10～12時…事業を円滑に進めるために①
・6/2(日) 10～12時…保育の心
14～16時…身体の発育と病気
・6/3(月) 10～15時半…小児看護の基礎知識
・6/4(火) 10～15時半…子どもの世話・遊び
・6/10(月) 13時半～15時半…心の発達とその問題
・6/21(日) 10～12時…子どもの栄養と食生活
・6/30(土) 14～16時…安全・事故
・7/1(日) 10～12時…事業を円滑に進めるために②
受講料:2,000円
会場:盛岡市総合福祉センター
回数:8日間と下記実習を含め全10回
【実習日時】
・6/7(月)～6/9(水) 9～12時
(3日間のうち1日を選択)…保育園の見学実習
・6/14(月)～6/18(金) 9時半～12時半
(5日間のうち1日を選択)…支援施設の見学実習
対象:ファミリーサポートセンター会員としての活動を希望する方
定員:20名 申込み:5/10(月)9時～受付開始
問合せ:☎019-625-5810
(盛岡市ファミリーサポートセンター)

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。

読者プレゼント

遊食屋FUJIより

鬼の手唐辛子


遊食屋FUJIからオリジナル商品のご提供。独自の調合で生み出された唐辛子。鬼も涙する圧倒的辛さと旨さで病みつきに。40g入りを1名様にプレゼント。



第一工業製薬株式会社より

カイクハナサナギタケ 冬虫夏草(サプリメント)

「冬虫夏草」とはカイクなど昆虫を栄養素とするキノコ。健康維持や栄養補給、体調管理などの目的で若々しく元気に過ごしたい方に愛用されています。240粒入り(約30日分)1瓶を1名様にプレゼント。



ホテル森の風鶯宿より

フラワー&ガーデン森の風 ペアチケット

ホテル森の風鶯宿に隣接する日本最大級の本格ガーデニング公園で、心癒される特別な時間をお楽しみいただけます。ペアチケットを5組様にプレゼント。



どんなに落ちない汚れも綺麗にしてくれるスチームクリーナー。手軽に身近なところを掃除できるハンディタイプのものから給水タンクが大きい掃除機のような形のものなどさまざまタイプがあり、家の中だけでなく外も掃除することができるとタイプ別で所有している方もいるのではないのでしょうか。高温の蒸気で汚れを浮かせるため、洗剤を使わず簡単に汚れを落とすことができ、カビの予防や除菌、布製品の染み抜きにも使うことができるので人気の製品ですが、スチームクリーナーによるやけどなどの事故の報告や相談が国民生活センターに報告されています。

「スチームクリーナーを使ったあと、収納する際に本体とホースの間から出た蒸気がかかってやけどした」「スチームクリーナーの使用後、パイプのつなぎ目近くを持ったところ、熱くてやけどした」など思わぬところで高温の蒸気に触れてしまいやけどを負ってしま

使用後も危険 スチームクリーナーの扱い方に注意

購入する際はロック機能など安全機能が付いたものやSマーク(電気製品の安全基準に適合していることを示すマーク)があるものを選びましょう。周囲もありません。周囲に人がいないことも確認しましょう。

購入する際はロック機能など安全機能が付いたものやSマーク(電気製品の安全基準に適合していることを示すマーク)があるものを選びましょう。周囲もありません。周囲に人がいないことも確認しましょう。

うことがあるようです。スチームクリーナーは運転停止後もしばらく熱く、内部に高温・高圧の蒸気が残っている場合もあります。給水や収納はスチームクリーナーが冷えてから慎重に行いましょう。また本体とホースの装着部分からスチームが吹き出し、事故につながる危険性もあるので取り扱い説明書をよく読み、部品を正しく装着しゴム手袋などの保護具を着用してから使用しましょう。使用中も子どもが誤って手を触れたり、思いがけない方向に噴出したスチームが近くにいる人に当たってしまう場合もあります。周囲に人がいないことも確認しましょう。

イベントチケット・読者プレゼントの応募方法

▶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。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。
▶宛先 〒020-0026 盛岡市開運橋通3番41号 ダビンチビル 4階 ウインドクロス内シニアズ編集部 読者係まで

ウィ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。

自動検温 赤外線センサー 設置

- 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

WINS 本宮

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

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

