

2022.5月号 無料配布
【月刊224号】次号/5月22日第4日曜日発行!!

UD Universal Design 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 ダビンチビル
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/太田有紀

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

あったかいごグループ
が支える地域の笑顔

グループ 三協メディケア本社/盛岡市北飯岡1丁目6-8
全20事業 TEL.019-601-5862



手から手へ。伝統の技をつなぐ

東山和紙継承者

佐藤 知美さん(47)

東山和紙職人

鈴木 英一さん(79)

1942年生まれ、一関市東山町出身。江戸時代から先祖代々続く紙漉きを34歳で継承。現在2名のみとなった東山和紙職人の一人。東山町議を8期、続けて一関市議を務め、地域の発展にも貢献。毎朝3時間かけて日刊紙3紙を隅々まで読む

1974年生まれ、一関市東山町出身。東京からUターンし、東山和紙職人の鈴木英一氏に師事。東山和紙後継者育成支援事業で3年間の研修を修了。二人の子どもを育てながら、平日は仕事、休日を利用して、春～秋は原料の栽培、冬に紙漉きをしている



紙漉きを行っている作業場

「知美さんが作った紙はすごく良かった。私も使わせてもらったし、中学生の紙漉き体験にも使いました」と、弟子の成長を喜びます。

への販路拡大も見て、東山和紙を漉いていきたいと思っています。手から手へ、80年もの時をつなぎ今に伝わる東山和紙。世界に誇れる岩手の素晴らしい和紙を、暮らしに取り入れてみませんか。

「最初、にコウゾの苗を植えましたが、植え方が悪かったのか根付かなかったんです。トロロアオイも根っこを太らせることができませんでした」と振り返る佐藤さん。諦めずに栽培を続け、昨年は師匠も認める出来栄となりました。

「知美さんが作った紙はすごく良かった。私も使わせてもらったし、中学生の紙漉き体験にも使いました」と、弟子の成長を喜びます。

障子紙、名刺、東山中学校の卒業証書など現在は地元での利用が主流の東山和紙ですが、佐藤さんは海外への販路拡大も見て、東山和紙を漉いていきたいと思っています。手から手へ、80年もの時をつなぎ今に伝わる東山和紙。世界に誇れる岩手の素晴らしい和紙を、暮らしに取り入れてみませんか。

80年の伝統を今に伝える東山和紙

一関市東山町に受け継がれる、伝統の手漉き和紙。東山和紙。原料の「楮」を刈り取り、皮を剥ぎ、煮て、叩き、溶かし、「ニレ」と呼ばれる「トロロアオイ」を砕いて水に浸した粘液を混ぜ、紙を漉きます。原料の栽培、加工から紙漉きまで、膨大な手間をかけて作られる東山和紙。奥州藤原氏の時代から800年以上続く伝統の技は、一関市の無形民俗文化財に指定されています。

東山町で農業を営む鈴木英一さんは、東山和紙の伝統を受け継ぐ職人の一人。代々紙漉きを行う農家に生まれ、45年以上のキャリアを誇ります。昭和初期には280軒を超える農家が冬場の副業として紙漉きをしていましたが、現在は2軒しか残っていません。

「昔は家族総出で1日に500枚も漉きましたが、洋風の住宅が増えて障子紙など紙の需要は激減しました」と鈴木さん。それでも、紙漉きをやめようと思ったことはありません。一度もないといま。

「中尊寺の前貫主の山田俊和さんが、私の和紙を好んで使ってくれました」と鈴木さん。納得のいく和紙を手伝い、「ちよつすな(触るな)」と注意されながら何度も足を運ぶうちに、顔と名前を覚えてもらったといいます。

「木を切って、叩いて、こんなに手間をかけて手作業で和紙を作るとすごいです。思いませんか」と佐藤さん。2016年から3年間、鈴木さんも講師を務める「東山和紙後継者育成支援事業」で本格的に紙漉きを学びました。

「先生は、本当は本業でできる人が欲しいと思いますが、そんななかでも、丁寧に教えていただけありがたい」と話す佐藤さん。

年齢的に、あと数年で漉けなくなるだろうと話す鈴木さんは「会社勤めと、子育てとの二足のわらじながら、紙漉きを続けてくれてありがたい」と引退後は、原料を栽培する畑も佐藤さんに引き継ぐといいます。

東山和紙の魅力をもっと知ってほしい

東山和紙の最大の魅力は、丈夫で長持ちすること。市販の障子紙は経年劣化で黄ばみますが、東山和紙は紫外線で徐々に白くなる性質があり、5年10年と美しさを維持します。

「昔の西洋紙は酸性紙で100年経つとポロポロと欠けるんですが、中尊寺の古文書は800年経つても虫も食わずにきれいに残っています」と鈴木さん。和紙の耐久性に着目した海外の図書館では、本の修繕や印刷に和紙を導入し始め、最近では海外からの需要が伸びているとのこと。

外歩きに快適な季節となりました。光や風を体感し、気持ちよく歩くことが、健康にもより脳の活性化に良いそうです。盛岡市内では、軽快な服装のシニアがあちこちに。人混みを避けながら、それぞれのペースを保ち外歩きをしています。マンション暮らしの沼宮内信行さん(80)は、「70歳から外歩きを始めるまで麻雀ばかり歩いて、あまり歩かなかった。歩き始めたのは遅かったけど、今は平日の午前中にゆとりと4、5千歩ほど歩きます。外の風は心地良い」とテクテクと洋装店を営む、搦手礼子さん(74)は、「雨の日以外は、1万歩を目標に歩いています。生活感の漂う路地や裏道などをスタスタと。」



外歩き中のシニア

大森ふじおのシニアナビ

素。目標歩数も速度もそれぞれ。無理せず自分流でブラブラとすね。

盛岡生活文化研究室
大森ふじお

外歩きはシニアの元気の素

大森ふじおのシニアナビ

素。目標歩数も速度もそれぞれ。無理せず自分流でブラブラとすね。

盛岡生活文化研究室
大森ふじお

MS&AD

MS東北株式会社

保険の相談は **019-623-2400** 担当 荒木田

MS東北株式会社 盛岡市大通3丁目3-10 七十七日生盛岡ビル9階
東北6県に20支店で展開中。

盛岡日産モーター

矢巾 本店 岩手県紫波郡矢巾町高田第14地割6-2 Tel.019-611-1123

上堂 盛岡北店 岩手県盛岡市上堂四丁目1-12 Tel.019-641-5321

日産キャラバンに、待望の新ディーゼル登場。

新しいディーゼルエンジンが、日産キャラバンの走りを変える。

力強くスムーズな加速。 優れた燃費性能を実現。 先進安全装備を強化。

さらに向上したトルクにより、出足や登坂力がアップ。7速ATへの多段化でスムーズかつ力強い加速を実現します。

ディーゼルトーボエンジン搭載車(パン 2WD) 3/6人乗 ロングボディ(低床) 燃料消費率(国土交通省審査値)

11.3 WLTCC km/L
市街地モード 9.0km/L
郊外モード 11.3km/L
高速道路モード 12.7km/L

13.9 JC08 km/L

運転支援技術が前方・側方・後方の安全運転をアシスト。充実の先進安全装備によりサボカーSワイドを取得。サボカーSワイドは、キャラバン全グレード対象。

新型ディーゼルエンジン搭載
NEW CARAVAN

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

ゴールデンウィーク おでかけ 2022 スポット特集

家族で楽しむ!

今年のGWは、有給を活用できれば7連休や10連休と大型連休が可能。3回目のワクチン接種を済ませ遠方の家族に会いたい、身内だけで日帰りレジャーを楽しみたいと考える方も多いのではないのでしょうか。そこで家族で楽しめる岩手のおでかけスポットをご紹介します!

※各施設では新型コロナウイルス感染症対策を徹底しております。
※発行時点での情報となります。新型コロナウイルス感染症の状況により変更となる場合がございます。

見て遊べる花の祭典

一関市花泉町で鮮やかなぼたんとしゃくしゃくが楽しめる「花と泉の公園」。4月20日から5月31日まで「ぼたんしゃくしゃく祭り」が開催され、東北最大級3ヘクタールの広い園内の約320種、4千本のぼたんと約40種3千株のしゃくしゃくが見頃を迎えます。園内の軽食コーナー「ぼたんハウス」では石窯で焼く手作りピザやテイクアウトランチが堪能できるいなでふるーれす内「レストランはすみ」では恒例のもちバインキングも開催予定。ドッグランエリアや子ども向け施設「キッチンランド モーリー」もオープン予定なので、日中家族で遊べる注目のおでかけスポットです。

花と泉の公園

一関市花泉町老松字下宮沢159-1
営/9時~17時
休/無休(12月~2月は毎週水曜日)
☎0191-82-4066

料金
ぼたん園 大人 500円/小・中学生 250円
ピザ 1,100円~/テイクアウトランチ 800円
もちバインキング 大人 1,480円/小学生 700円
(ドリンクバー付き 60分間)



孫と一緒に楽しい乗馬体験

栗石町に約1万坪という広大な敷地内に建てられた、しずくいしYU-YUファーム。「岩手に乗馬人口を増やしたい」というオーナーの思いから馬23頭が飼育され、屋内外の馬場があり雨でも乗馬体験が可能。リーズナブルな料金で手軽に乗馬ができ、人気を集めています。子どもも楽しめる馬のエサあげや引き馬体験、プランコやスラックラインもあり普段できない貴重な体験を味わえるので家族の楽しい思い出が残せます。広い場所でも密にならず、犬、猫、うさぎ、ニワトリとのふれあいもできます。お孫さんやお子さん家族とおでかけにぴったりです。



飼育され、屋内外の馬場があり雨でも乗馬体験が可能。リーズナブルな料金で手軽に乗馬ができ、人気を集めています。子どもも楽しめる馬のエサあげや引き馬体験、プランコやスラックラインもあり普段できない貴重な体験を味わえるので家族の楽しい思い出が残せます。広い場所でも密にならず、犬、猫、うさぎ、ニワトリとのふれあいもできます。お孫さんやお子さん家族とおでかけにぴったりです。

しずくいしYU-YUファーム

岩手郡栗石町南畑33-23-14
営/9時~16時
休/月曜日
(祝日の場合は翌日)
☎019-681-7828

・初心者体験乗馬 ……40分 4,000円
・体験流馬 ……20分 1,700円
・引き馬体験 ……1周 700円
・馬のエサあげ ……300円



家族の思い出を色鮮やかに

今年も春の訪れと共に「フラワー&ガーデン森の風」が4月23日より開園。日本最大級の規模を誇るランドスケープ型のガーデンでは300種類を超える植物がな世界を味わうことができます。鮮やかに咲き誇り、見る人を魅了してくれます。夜は宮沢賢治の「銀河鉄道の夜」をイメージした約34万球のイルミネーションが点灯。昼とは違った幻想的な世界を味わうことができます。現在、会員募集中で200円で入会可能。会員になるといつでも400円で入園できるのでシーズン中ずっと絶景を堪能できます。四季折々で変化する華やかな景色を撮って、家族との鮮やかな思い出を残しませんか。



鮮やかに咲き誇り、見る人を魅了してくれます。夜は宮沢賢治の「銀河鉄道の夜」をイメージした約34万球のイルミネーションが点灯。昼とは違った幻想的な世界を味わうことができます。現在、会員募集中で200円で入会可能。会員になるといつでも400円で入園できるのでシーズン中ずっと絶景を堪能できます。四季折々で変化する華やかな景色を撮って、家族との鮮やかな思い出を残しませんか。

フラワー&ガーデン森の風

岩手郡栗石町篤宿10-64-1
営/4/23(土)~10/31(月)
10時~18時(最終受付17時半)
休/無休
悪天候により閉館の場合あり
☎0120-123-389

入園料金(〜10/31)
一般 大人700円/小学生350円
小学生未満、ペット:無料
シルバー割引(60歳以上):600円



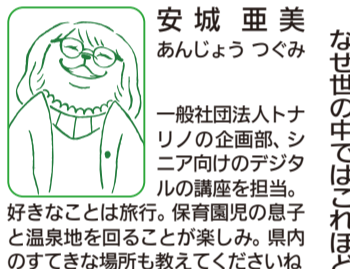
スマホから広がる世界

シニアに向けてのスマホ講座①

みなさんこんにちは、今月号からトナリノの連載が始まりました。突然ですが普段から「スマホ」は触っていますか。あなたが今お持ちのスマホは、実は無限の可能性を秘めた便利な道具なんです。

なぜ世の中ではこれほど「スマホ」を学ぼうと言われているのでしょうか。それは世の中がどんどんデジタル化しているからなんです。スマホが使えるようにならないと、いろいろなデジタルの波、一緒にゆっくり楽しむ乗りこなしていきましょ。でも大丈夫、そんな不安が解消できるコーナーになります。うにいたします。一緒に頑張りましょう。

ご挨拶が遅れました。私は一般社団法人トナリノの企画部で、シニア向けのデジタル講座を担当しております。安城亜美と申します。



「スマホ」を学ぼうと言われている理由には、デジタル化が進んでいるからなんです。スマホが使えるようにならないと、いろいろなデジタルの波、一緒にゆっくり楽しむ乗りこなしていきましょ。でも大丈夫、そんな不安が解消できるコーナーになります。うにいたします。一緒に頑張りましょう。

ご挨拶が遅れました。私は一般社団法人トナリノの企画部で、シニア向けのデジタル講座を担当しております。安城亜美と申します。

一般社団法人トナリノとは
「一般社団法人トナリノ」は陸前高田市に拠点がある団体で、県内各地でスマホやパソコンの講座をしております。今回はこのシニアズのなかでスマホ講座を展開させていただきます。

消費生活センターとは

変化する詐欺や悪質商法

消費生活に関する苦情相談や啓発をしている消費生活センターとは、どのような機関か知っていますか。生活スタイルが多様化し便利になる一方で、私たちがだまそうとする詐欺や悪質な商法の手口も世の中の変化に合わせて巧みに形を変えていきます。自分はまだ安全だと気がついていない、ちょっとした隙をつかれてだまされ被害に遭うケースが多く、寄せられる相談件数も増えています。

消費生活センターとは商品やサービスを購入して不満をもったり被害に遭った

りした消費者からの相談を専門の相談員が受け付け解決のために助言やあっせん情報提供などを行い相談者と一緒に解決方法を探していくのが重要な役割です。だまされたいめには、まず自分の判断を注意深く疑い「誰でもだまされる」という認識を持つことが大切です。正しい判断をするため、相手におだてられても契約せず、冷静になることを心がけたり、怪しいメッセージに敏感になれるよう相手と話さず、書かれています。内容に注意深くすることも必要です。また消費生活センターなどが発信する情報



HACHIMANTAI MEDTECH VALLEY 八幡平市メディックバレー コンソーシアム 提携

Apple WatchやiPhoneで 家族の安心みまもり

Hachi+

お申し込み・詳細はこちら
ケア・ルーツ Hachi

Hachi(ハチ)とは
Apple Watchを装着した方をご家族などがリアルタイムで見守るサービスです。

- もしもの時の簡単SOS発信
- 健康・体調・位置情報の確認
- 体調変化時の通知・ビデオ通話

離れていても、心はそばにいつでもどこでもHachiが見守ります。

さまざまなシーンに応じて「Hachi」は幅広く活用可能

個人でのご利用例

- 離れて住むご家族(ご両親、学生さん)お子様の見守り
- 働き盛りの方や持病のある方の体調管理
- アスリートのコンディショニング
- 登山や海や山でのお仕事にも

法人でのご利用例

- 介護施設や訪問診療での利用者の見守りや業務の効率化
- 屋内外でのワンオペ作業での安全管理
- コロナ患者の遠隔診療

みまもりサービス「Hachi」公式販売代理店
ケア・ルーツ info@care-roots.com
TEL 019-613-8423 FAX 019-613-6535
〒020-0052 岩手県盛岡市中太田新田25-583

建設業・コンクリート圧送工

株式会社 平和圧送

〒020-0854
岩手県盛岡市上飯岡4地割78番地
TEL 019-637-2864 FAX 019-637-0190

街をつくる 暮らしをつくる

HEIWA

(一社)全国コンクリート圧送事業団体連合会
岩手県コンクリート圧送協会 加入

平和圧送 求人募集

平金商店の文具博士
鎌田店長

環境配慮の文房具

2020年7月1日にスタートしたレジ袋の有料化。透明なフィルムの袋に入っていると、買った物の際、商品自体の中身も確認できずし品質の保護にも一役買っています。しかし、商品の開封し、改めてごみの分別をしてみると、まだプラスチックごみを削減する工夫が必要だと実感します。ごくわずかですが、一部の商品には紙製パッケージだけで包装されているものも出始めました。環境を考慮した上でのメーカーの取り組みと云えます。



修正テープとテープのりの本体、詰め替え



阿部陽子の

ほくほくとトレッキング

第31回 青松葉山 1365m

初夏は残雪期登山の旬である。クマもヤマメも冬眠から覚めて、香しい森の息吹を味わってしよう。北上山地の中央に、アオモリトドマツが自生するピークがある。岩泉町と宮古市川井の境にそびえる「青松葉山」は、立田牧場への除雪を待つ登る深山である。雪と冷気に閉ざされていた青松葉山で、フナの幹の周りの雪が溶ける根開きが始まった。

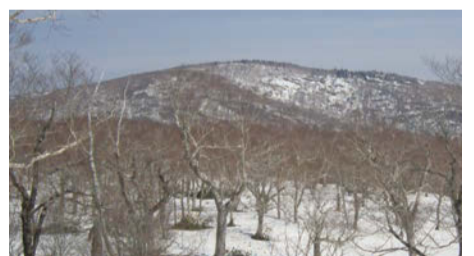
オオシラビソの青と緑

と単一の「青」であり続けることはない。漢字では、青・藍・緑・蒼・碧・紺と、色調の違いを表現している。冬は暗緑色、若草色の新芽、鮮やかな夏の青みどり、松ノッ

(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」
(毎週土曜日6:45~7:00)
に出演中



クリは濃紫色だし、オオシラビソは絶妙なさじ加減で、青と緑の階調を変えていく。県道17号(大川山草線)が除雪され、ゲートが開くときが青松葉山を登るチャンスである。車が草峠まで上がり、ネマガリタケが残雪に押しつぶされるほんのわずか、3週間ぐらいが適期であろう。見晴らしの良い穏やかな尾根歩きを堪能できる。



青松葉山には夏コースもある。達首部林道を牧場のゲート手前まで進むと、案内板のある登山口(標高845m)に着く



今あるモノやサービスをデジタルでさらに便利にするのがDX(デジタルトランスフォーメーション)化。今回は飲み会や懇親会などイベント関連で期待されるDXを紹介しよう。コロナ禍で歓迎会や花見ができない状況が続き、お酒を飲んで親睦を深める機会が減りました。そこで定着しつつあるのがリモート飲み会。自宅からウェブ画面で参加でき、会場費や交通費がかからず海外からも簡単に参加できます。インターネット上でビデオ



三菱鉛筆(uni)のジェットストリームの替え芯。従来と同じサイズですが、容器の内側を薄くしインク量が70%増量

では、文房具購入の際に今日から取り組めるプラスチックごみの削減の方法を紹介しよう。文房具にも詰め替えがあることをご存知でしょうか。平金商店バスター館 盛岡市着町8-18 (肴町アーケード南側) ☎019(652)2881

多数の人が参加する展示会や学術研究会では、近くの人とのみ会話を楽しめるタイプのビデオ通話アプリが適しています。自分のアイコンを意見交換したい人やグループのアイコンに近づけることで会話でき、遠くの人には聞こえないという実際に会場にいて会話をするような仕組みです。

意外と知らない! 身近なIT技術

【第10回 懇親会のDX化】

IT操作できる幹事がいない場合の有料サービスも出てきました。参加者に料



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
LPガスゴールド保安協定事業者
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

Lehuamamo O'Ali'i Hulastudio
生徒募集中
盛岡みたけ校・陸前高田校
080-1663-2928
Instagram ID @lehuamamohula

昔の物、古い物何でも買います
買取のことなら 生前整理 遺品整理 断捨離
和泉屋
080-1697-8180

広告内に『ミック』が隠れています! みつけてね!
公式キャラクター ミック

UNION 3つの約束
1 日々の癒しや潤いを探究し、お客様が求めるエンターテインメントへ進化させていく。
2 お客様にとっての明日、遊技業界にとっての未来を変えていく。
3 街に笑顔と潤いを与え、街を変えていく。
UNION GROUP



1869(明治2)年6月23日、盛岡にある報恩寺で盛岡藩最後の主家老・榎山佐渡が処刑されました。

盛岡藩最後の 主席家老・榎山佐渡

宮沢賢治学会 副代表理事 佐藤 竜一



榎山佐渡の墓 (聖寿禅寺)

に逆らった藩」とされ、朝敵の汚名を着せられ、盛岡藩の責任を一身に背負って生涯を終えたのが盛岡藩で指導的立場にいた榎山佐渡だったのです。

佐渡が処刑された日、原敬は13歳でしたが、報恩寺の土塀の周りを泣きながら歩いたといわれています。原の祖父・直記は盛岡藩の家老で、佐渡と親しい関係にありました。原は佐渡に抱かれることもあったようです。



1918(大正7)年、東北出身者としては初めて内閣総理大臣に就任する原ですが、少年の頃に体験した賊藩の悲哀を忘れなかったに違いないと、佐渡の無念を晴らすという気持ちで原を内閣総理大臣に押しあげた原動力だった、といつてよいかもしれません。

「若い女性のやせ」と「若い女性のやせ」は、糖尿病リスクが高いことが、順天堂大学の研究で明らかになりました。今回は「若い女性のやせ」と糖尿病リスクを紹介いたします。

日本の若い女性のやせ

令和元年の国民栄養調査によると、20歳代の女性のやせ(BMI※が18.5未満)の割合は20.7%で、5人に1人がやせの状態になっています。この傾向は10年間で見てほぼ同じで食品があふれる先進国で日本人は群を抜いています。

低体重と糖尿病のリスク

これまで、閉経後のやせた女性は、標準体重の女性よりも糖尿病の発症リスクが2倍高いことが報告されていますが、若いやせた女性の実態は把握されてい

「若い女性のやせ」と「若い女性のやせ」と糖尿病のリスク

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

適切な栄養、そして運動を

の診断に使用し、体組成測定(体重、筋肉量、体脂肪など)測定、体力測定、身体活動、食事内容などを調べました。

その結果、若いやせた女性は標準体重の女性に比べて、血糖を下げるインスリン分量は、耐糖能異常の原因には、重の女性に比べ、体重7.2kg

若いやせた女性の特徴

若いやせた女性の特徴

若いやせた女性の特徴

若いやせた女性の特徴

若いやせた女性の特徴

若いやせた女性の特徴

食生活が気になるシニアたちに向けた簡単料理企画

健康おやじごはん

【第6回】ささみのみそ焼き



タンパク質が不足すると筋肉量が低下し、虚弱に陥りやすくなります。みそに含まれる豊富な大豆タンパク質や、アミノ酸バランスに優れている鶏ささみはシニアにピッタリの食材です。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

福本清三。中卒後東映京都撮影所入り。斬られ役、悪役ひとすじ、5万回斬られた男を名乗ったこの人は、遅咲きの人でした。

良質なタンパク質の

掛け合わせ

タンパク質が不足すると筋肉量が低下し、虚弱に陥りやすくなります。みそに含まれる豊富な大豆タンパク質や、アミノ酸バランスに優れている鶏ささみはシニアにピッタリの食材です。

タンパク質が不足すると筋肉量が低下し、虚弱に陥りやすくなります。みそに含まれる豊富な大豆タンパク質や、アミノ酸バランスに優れている鶏ささみはシニアにピッタリの食材です。

タンパク質が不足すると筋肉量が低下し、虚弱に陥りやすくなります。みそに含まれる豊富な大豆タンパク質や、アミノ酸バランスに優れている鶏ささみはシニアにピッタリの食材です。

タンパク質が不足すると筋肉量が低下し、虚弱に陥りやすくなります。みそに含まれる豊富な大豆タンパク質や、アミノ酸バランスに優れている鶏ささみはシニアにピッタリの食材です。

タンパク質が不足すると筋肉量が低下し、虚弱に陥りやすくなります。みそに含まれる豊富な大豆タンパク質や、アミノ酸バランスに優れている鶏ささみはシニアにピッタリの食材です。

タンパク質が不足すると筋肉量が低下し、虚弱に陥りやすくなります。みそに含まれる豊富な大豆タンパク質や、アミノ酸バランスに優れている鶏ささみはシニアにピッタリの食材です。

旬の山菜、春の味! TOMATOMA とつが フェザン店

お母さんありがとう 感謝と共に「おいしさ」を添えてお届けします。明月 6,000円 水月 3,500円

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 77.0MHz 二戸 82.2MHz 一関 80.3MHz
釜石 79.2MHz 遠野 80.7MHz 山田 82.0MHz

Senior's

大人のための情報紙 シニアズ

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

モデルルーム公開中

あっとホーム
TEL 019 635-6000



全国に広まる、桜色

和の衣装 佐藤敏孝さん(左)

和の衣装 佐藤美津子さん(右)

1950年生まれ、北上市出身。悉皆屋「和の衣 さとう」を父親から受け継ぎ、女将の美津子さんと店を切り盛りする。展勝地さくら染めを始め、着物文化を広めるため着付け教室や教室の皆さんと行う「きものde探検隊」という着方で観光地を巡る活動も展開している

北上市が誇る 展勝地さくら染め

昨年、開園100周年を迎えた北上市展勝地。川沿いの桜並木が満開になった姿は絶景で、全国的に有名なお花見スポットになっていいます。そんな展勝地の桜で染められたハンカチやネクタイが北上市を代表する土産品として、手にした人の目を惹きつけています。

鮮やかな桜色に染め上げられた「展勝地さくら染め」を行っているのは、北上市で悉皆屋「和の衣 さとう」を営む佐藤敏孝さん夫婦。染め返りや修繕したい着物を京都の専門店へ取り次いだり、着物の仕立て直しをする悉皆屋を父親から受け継ぎ二代目店主となった敏孝さん。終戦後、北上市の染め物工場に勤めていた父親が独立して築いた店でしたが後を継ぐとは考えてい

なかったそう。「高校卒業後、東京の会社に勤めたのですが、帰省する度に父の友人から後を継ぐように言われ、継ぐことにしました。勉強のため東京の呉服問屋に転職し仕事をしながら着物の知識を学んでいました。数年後、戻る頃には以前のようにお客さんの着物を京都の店に取り次ぐより、すでにある着物の販売がメインになっていました」と着物文化が変化し始めた時期だったと振り返ります。

きつかけは、偶然手にした桜の枝。着物の魅力を広めるため工夫を凝らしながら女将の美津子さんと店を切り盛りしていた敏孝さん。あるとき、お世話になった先生からある話が舞い込みます。「お国染め」という地元の植物で染めた着物を作ってみないかと提案をもらいま

れいな桜色でこのままではもったいないと思い、身近なハンカチを染めたら使ってくれるかもと考え、自分で染めてみようと思いましたが「と手に取って展勝地の桜の美しさを感じてほしい」と「展勝地さくら染め」と名付けます。

早速拾った枝で染めてみたのですが、最初は桜とは程遠い色だったそう。「木の幹のような薄茶色になってしまい不思議に思い、神奈川県草木染めの先生のところに月1回通いました。2年間草木染めの勉強をして、きれいな色になるように赤っぽくなる草木も混ぜてみたりしました」とあまり経験がなかった染物に挑戦する敏孝さん。先生のも

では桜の染めものを扱ってはいなかったため、独学で自然な色合いを追求。どうしても化学染料を使わず展勝地の桜の枝だけで色を出し

たかったと言います。2年ほど経つと染めるのに適した枝や染料の作り方、染める回数などを見極められるようになり徐々に理想の色に近づいていきます。「本物の色に近づけるのが大変で、手にした人が展勝地の桜を思い浮かべて、北上にまた来たいと思ってもらえるような淡い桜色にこだわりました」と敏孝さんの

「いつもどんな人が使うのだろうと考えながら一枚一枚丁寧に染めています。染めたハンカチを見て遠く離れた場所でも北上を思って欲しい」と敏孝さん。その思いは色褪せることはありません。

LOCAL LIFE STYLE
MANA UP
MORIOKA

Eat Local Love Local
by MIFUJI Catering

Lunch box, deli, coffee, sweets and many cute shop

〒020-0023 盛岡市内丸 6-12 1F
TEL 050-8881-0575

※画像はイメージとなります。

神奈川・三崎漁港直送
マグロ漬け丼

ランチ限定 20食

汁物・お新香付・ご飯おかわり無料!!

神奈川県三浦市にある三崎漁港は様々な種類のマグロが豊富に水揚げされることから「マグロの町」と呼ばれています。そんなマグロの町で水揚げされた新鮮マグロを直送で提供いたします。羽山特製醤油に漬けたマグロをご堪能ください。

通常 1,500円 (税込) のところ **500円 お得!!! 1,000円 (税込)**

ホテル花巻 7階 和食処 羽山 営業時間 平日 11:30~14:00/土日祝 11:30~15:00 ※ラストオーダー30分前

花巻温泉の美味しいをモットお手軽に!!

テイクアウト弁当 はじめました!

銀鱈の西京漬弁当 1,500円 (税込)

白金豚メンチカツ弁当 1,200円 (税込)

紅シャケ弁当 1,000円 (税込)

カツサンド&ベーコンエッグサンド 800円 (税込)

※画像はイメージとなります。内容が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

数量限定のため、電話予約がおすすめ!
5個以上まとめてご注文の際は、前日13時までにご予約ください。

販売場所: ホテル千秋閣前
テイクアウト弁当&喫茶「Cafe de 蔵」
■喫茶 ■ 9:00~17:00 (ラストオーダー16:30) ■お弁当 ■ 9:30~19:00 (なくなり次第終了)