

2019.7月号 無料配布
【月刊190号】次号/7月28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。

大人のための情報紙 シニアズ
Seniors

エフエム岩手
盛岡市内丸2-10 / http://www.fmii.co.jp
盛岡 76.1MHz 陸前田 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

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/藤本麻奈奈

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



IGRいわて銀河鉄道株式会社
代表取締役社長
浅沼 康揮さん(61)

1958年盛岡市生まれ。盛岡一高を卒業後、東京の大学に進学。卒業後に県職員として岩手に戻り、事務人事業を渡り歩く。趣味はテニス、登山、釣りなど多数。お酒も好きで、はしご酒イベントを探して参加するほど。好きな言葉は「想いを形に、地域を元気に」。

もつと身近な
鉄道を目指して

災害被災地で陣頭指揮の経験も
地方人口が減少し、大都市集中の加速化が進んだ平成が幕を下ろし、新たな時代の幕開けとなりました。そんななかで地方活性化に欠かせない企業の代表とも言える「IGRいわて銀河鉄道株式会社(本社盛岡市青山町)」において、間もなく社長就任一周年を迎える浅沼社長に、ご自身のことや会社の展望などについて伺いました。

浅沼社長は盛岡市天神町に生まれ、高校までを過ごしました。幼い頃は近所にある天満宮で遊び回り、ごくごく普通の子もどった

そうです。中学高校時代はテニスに明け暮れ、高校二年生の時にはインターハイ県予選団体戦で優勝という輝かしい戦績を納めるほどの腕前でした。東京の大学に進学した後は「人混みを避けてうざりした」こともあり、地元へ戻ることを希望。父親が県職員だったことも手伝ってか、同じ県職員の道へ進んだそうです。

岩手に戻り二戸市の「カシオペア連邦」の立ち上げや、一関市で子育て支援などに従事しました。流通課で課長職に就いたときは、県農林水産物を海外へ輸出するため、海外へ幾度も売り込みに行ったことも。県庁の人事課長に就任

役を経て、昨年6月に社長に就任しました。会社の印象を尋ねると「若い社員が多くて非常に活気がある」と分析しています。関連事業も含め、どこを見て元気があると言います。

利用状況は微増ではあるが、利用者は確実に増えていることから「地域に必要とされている」と浅沼社長は考えています。現在は一万四千人の利用数があり、その人たちの足として着実な運用を実践する使命があると力を込める社長。

現在の課題は二丁を掘り起こし、それに合わせたダイヤ編成と、人口減少が顕著な東北エリアの利用向上、高齢社会への対応を掲げています。

「これまでは学生の通学に主眼を置いていたのですが、そこに加えて年配の方も利用しやすい鉄道に育てることも大切ですね。そうしたら思いから、沿線の自治体やJRとの連携も積極的に取り組んでいます。居住人口には限りがあるが、交流人口に限りはないと信じて、今後の東北エリアを盛り上げる意気込みがヒシヒシと伝わります。

「私たち鉄道業はいつ何時、呼び出されるかわかりません。多くの社員が24時間体制で、安全輸送のために備える必要がありま

「IGRいわて銀河鉄道株式会社」の乗客に「もつと身近な」イメージを醸成する。浅沼社長は、地域の活性化と、高齢社会への対応を掲げ、IGRの発展を期している。

「IGRいわて銀河鉄道株式会社」の乗客に「もつと身近な」イメージを醸成する。浅沼社長は、地域の活性化と、高齢社会への対応を掲げ、IGRの発展を期している。

「IGRいわて銀河鉄道株式会社」の乗客に「もつと身近な」イメージを醸成する。浅沼社長は、地域の活性化と、高齢社会への対応を掲げ、IGRの発展を期している。

「IGRいわて銀河鉄道株式会社」の乗客に「もつと身近な」イメージを醸成する。浅沼社長は、地域の活性化と、高齢社会への対応を掲げ、IGRの発展を期している。

「IGRいわて銀河鉄道株式会社」の乗客に「もつと身近な」イメージを醸成する。浅沼社長は、地域の活性化と、高齢社会への対応を掲げ、IGRの発展を期している。

「IGRいわて銀河鉄道株式会社」の乗客に「もつと身近な」イメージを醸成する。浅沼社長は、地域の活性化と、高齢社会への対応を掲げ、IGRの発展を期している。



乗客人員推移(1日平均)
H15 H16 H17 H18 H19 H20 H21 H22 H23 H24 H25 H26 H27 H28 H29 H30
H15からH30までの乗客人員推移(1日平均)。着実に乗客人員を増やしていった地道な実績が伺える

IGRの仲間が岩手山に登頂した写真。チームの表情も明るい



富士大公開講座の授業
7月は、上田花巻市長(シニアズ4月号掲載)、山本宮古市長、岩手日報社の記者らも講師。夏の講義後はマルカンでのアイスクリームですね。

大森ふじおのシニアナビ
シニア・コトリップしてま〜す
「若手の地に足を着けながら世界に打って出る時代」と攻めの姿勢を元気づけたいに語り、地域創生実践者の生き方も示していました。講義後の質問タイムは、学生、シニアが交互に質問も出るなど、ちょっとした多世代交流の場にも。花巻市内の小瀬川富子さん(64)は、「講師のユニークな話を聴くと、地域のために頑張りたいと思う。若い学生と一緒に学べることも、シニアには、刺激的」と言い、講義後は講師や受講者との会話も楽しんでいます。

シニア・コトリップしてま〜す
「若手の地に足を着けながら世界に打って出る時代」と攻めの姿勢を元気づけたいに語り、地域創生実践者の生き方も示していました。講義後の質問タイムは、学生、シニアが交互に質問も出るなど、ちょっとした多世代交流の場にも。花巻市内の小瀬川富子さん(64)は、「講師のユニークな話を聴くと、地域のために頑張りたいと思う。若い学生と一緒に学べることも、シニアには、刺激的」と言い、講義後は講師や受講者との会話も楽しんでいます。

DAYZ ディズ
新しい日本の新しい軽。
NIU
盛岡日産モーター
矢中 本店 岩手県紫波郡矢中町高田第14地割6-2 Tel.019-611-1123
上堂 盛岡本店 岩手県盛岡市上堂四丁目1-12 Tel.019-641-5321

SOSコール(ヘルプネット)
高性能の位置情報、センサー情報とともに専門のオペレーターにつながる
急病時や危険を感じた時には、SOSコールスイッチを押してください。万が一の事故発生時には、エアバッグ展開と連動し自動通報されます。専門のオペレーターが警察や消防への連携をサポートします。
利用条件
日産オリジナルナビ取付パッケージ [グレード別設定]
日産オリジナルナビゲーション(Nissan Connectサービス対応ナビ) [ディーラーオプション]
サービス登録申し込み
Nissan Connectサービス申し込み
SOSコール申し込み
(SOSコール(ヘルプネット)利用規約の同意が必要となります。)

暮らしに住まいの健康診断を

「家検」って知っていますか

現在、お住いの住宅にも健康診断が必要なものはご存知ですか。

「家検」を勧める4つの理由

- ① 住まいを長持ちさせるために 計画的にメンテナンスや補修をしっかりすれば、住まいの耐用年数を2〜3倍にすることもできます。
- ② 住まいの資産価値を維持するために 日本は築22年ほどで評価額はほぼゼロになると言われていて、メンテナンスやリフォームを適確にされた住まいは、国もキチンと評価しようという動きが始まっています。
- ③ 住まいのコスト削減をするために 定期的な診断でトラブルを早期発見することで結果的には、「スト」の削減ができます。
- ④ 家族と安心な暮らしをするために もしもの災害や住まいの中での事故の心配を減らすために、必要なメンテナンスや補修のリフォームを、プロの目で止しく診断します。



アクティブな老後をむかえ、人生100年時代とも呼ばれるこれからの社会には、住まいの快適さ、毎日の暮らしに大きく左右されてくるのではないのでしょうか。壊れた箇所だけの修繕というのも、もちろん大切なことですが、一度住まいの健康診断を受けることで、メンテナンスの優先順位も分かります。古い家などは新耐震が、適確に診断します。

10年~	15年~	20年~
住まいの汚れがきになる時期。早めの見直しでキレイを保つ。	設備の取り替え時期。外壁や屋根も全体的な補修が必要。	住まい全体を見直す時期。今の暮らしに合わせたリフォームを。
水まわり キッチン 浴室 洗面室・トイレ 内装 床・壁・天井	水栓金具交換 床・壁・天井の部分補修 バス点検・補修 キャビネット交換(洗面) バス・トイレの交換(トイレ) クロスの張替え 畳の表替え 壁の塗り直し	水栓金具交換 バス点検・補修 洗面台の交換 トイレ本体交換 床の全体的な補修 断熱材の補修 下地、構造の補修 クロス張替え フローリングの張り替え 畳の表替え 壁の塗り直し

※上記は一部です。外壁や屋根も定期的なメンテナンスが必要です。

かしこいリフォーム方法

ポイント制度の活用を

消費税率が10%へ引き上げ後の支援策として、一定の性能を有する住宅の新築やリフォームに対して、さまざまな商品と交換可能なポイントが発行される制度として「次世代住宅ポイント制度」があります。具

上限で30万円相当ものポイント

6月よりポイント発行申請がスタートした「次世代住宅ポイント制度」。一定基準以上の省エネ性能や耐震性、バリアフリー機能を備えた住宅の新築に最大35万ポイントを発行。リフォームに関しては、生活の改善、向上に対してのリフォームやメンテナンスの

一つひとつのポイントが、最大で上限は30万ポイント(1ポイント1円相当)まで申請が可能。申請してもらったポイントは、さまざまな商品と交換ができ、省エネ型テレビや介護ベッド、非常食詰め合わせといった家電製品、家具、防災用品など生活軽減に助かるアイテムが多数揃っています。(但し、若者・子育て世代が既存住宅を購入し、リフォームをした場合は上限60万ポイントまで引き上がります)

度を活用できるからといって全部をリフォームする必要はありません。リフォームの都合に応じてポイントをもらえるので、しっかりとリフォームの必要性を「家検」などで吟味をして、有効なメンテナンスをすることが今の住まいを将来まで大切に使い続ける秘訣ではないでしょうか。



これらの暮らしを快適にするアイデアがたくさんある可能性を秘めています。「家検」についてのお問い合わせは、(株)グッドワンリフォームまで。0120-314-9001

次世代住宅ポイント対象

- 1 開口部の断熱改修
- 2 外壁、屋根・天井または床の断熱改修
- 3 バリアフリー改修
- 4 その他の対象
A.耐震改修 B.リフォーム瑕疵保険 C.インスペクションの実施
- 5 家事負担軽減に資する設備の設置
- 6 エコ住宅設備の設置
- 7 若者・子育て世代が既存住宅を購入して行う一定規模以上のリフォーム

~日頃の感謝の気持ちを込めた特別な一日~

株式会社グッドワンリフォーム 来場無料

3周年大感謝祭

7/7日

10:00~16:00

皆様に支えられ、オープンから3年。日ごろの感謝の気持ちを込めて、3周年の感謝祭を開催いたします！お子さまから大人の方まで楽しめる催し物が盛りだくさん！

アンケートにお答え頂いた方には
サイコロの目が出た分だけ、缶ジュースをプレゼント！
(1家族様1回限り)

先着10名様に
「食器用洗剤+スポンジ+布巾」をプレゼント！
(1家族様1セット限り)

先着プレゼント
ワークショップ
モザイクタイルの小物づくり
おしゃれでかわいい！

無料
おいしい屋台コーナー
かき氷とフランクフルトをご提供
(随時開催)

無料
12:00~
流しそうめんをします！
どなたでも参加できます
(モデルハウス 駐車場にて)

無料
14:00~
餅まき開催！
日頃よりお世話になっているお客様へ感謝の気持ちをこめて、餅まきを行います。

おたのしみスタンプラリー
会場内のスタンプラリーを集めると、「シフォンケーキ」を1カットプレゼント！
※数に限りがあります

不来方マルシェ
地元ハンドメイド作家さんのかわいい手づくり雑貨を販売！

網戸張り替えます
(受付)10:00~15:30
一枚1,000円
○網戸の持込、引取はお客様でお願いします。
○ネットの色はシルバーまたはブラックです。
○一家族4枚までとさせていただきます。
○材料がなくなり次第終了とさせていただきます。

次世代住宅ポイント対象 / 大感謝祭大特価

パナソニック IHクッキングヒーター KZ-G33XST 1.2万ポイント	パナソニック 全自動おそうじファン付き ほっとクリーンフード 0.9万ポイント	パナソニック 節水型トイレ アラウーノV XCH3014RWS 1.6万ポイント	パナソニック アラウーノL150シリーズ XCH1303RWS 1.8万ポイント
パナソニック 高効率給湯器 寒冷地向け標準モデル エコキュート 460L 2.4万ポイント	パナソニック 戸建住宅用・集合住宅用 宅配ボックス コンボ 1万ポイント	パナソニック ホームエレベーター 15万ポイント	パナソニック 次亜塩素酸 空間除菌脱臭機 ジアイーノ 大特価

お見積もり・ご成約特典

イベント開催中、お見積もり依頼(無料)された方もれなく、おこめ券1,000円分をプレゼント！
さらにご成約特典として、ご契約者様にもれなく豪華商品をプレゼント！
※9月末までのご契約のお客様に限ります

Panasonic リフォームClub
株式会社グッドワンリフォーム

〒020-0872 岩手県盛岡市八幡町13-32
TEL.019-601-6027 FAX.019-601-6028
0120-314-901 URL:http://www.good1r.co.jp E-mail:info@good1r.co.jp

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

会場はこちら
PanasonicリフォームClub
株式会社グッドワンリフォーム

当日の駐車場はモデルハウスとは別の場所になります。「のぼり」を持ったスタッフが立っています。

さがみ典礼
タルトタタン
茶畑

近年、漢方薬、サプリメントの増加傾向にあり、特にサプリメントの情報は多く、見聞きしているけれども、必要不可欠な情報に乏しいと感じています。たしかに、採れる野菜も5〜6年前に比べて栄養価が下がってきているとされています。漢方薬も病気の治療・補助に用いられるようになり、病気でなくても腸内環境を整えるために漢方薬、サプリメントの効果が注目されています。

腸内環境を良くして

近年、漢方薬、サプリメントの増加傾向にあり、特にサプリメントの情報は多く、見聞きしているけれども、必要不可欠な情報に乏しいと感じています。たしかに、採れる野菜も5〜6年前に比べて栄養価が下がってきているとされています。漢方薬も病気の治療・補助に用いられるようになり、病気でなくても腸内環境を整えるために漢方薬、サプリメントの効果が注目されています。

近年、漢方薬、サプリメントの増加傾向にあり、特にサプリメントの情報は多く、見聞きしているけれども、必要不可欠な情報に乏しいと感じています。たしかに、採れる野菜も5〜6年前に比べて栄養価が下がってきているとされています。漢方薬も病気の治療・補助に用いられるようになり、病気でなくても腸内環境を整えるために漢方薬、サプリメントの効果が注目されています。

今回から女性の更年期について記載します。女性ホルモンは年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

更年期は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは50歳前後で閉経を迎えることから、45歳くらいから55歳くらいまでの約10年間が更年期にあたる考えられます。

60歳からの生活をサポートする。
 もりあんシニアライフローン
シニアプラン
 詳しくは、「ローンプラザもりあん」
 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)

あきらめないで
つめ水虫!
 爪水虫は爪がもろいから
 有限会社 宮手薬店
 TEL.019-622-2623
 盛岡市本町通 1-17-26

紫波町の「野村胡堂・あらえびす記念館」では、現在、第1回企画展「胡堂と盛岡 紫波町の友人たち」を開催中です。

紫波町に生まれた野村胡堂は、新聞記者として活躍する一方、作家として『銭形平次捕物控』など人気小説を書き残し、さらに「あらえびす」のペンネームで、SPレコードによるクラシック音楽評論の先駆者となった人物です。

同展では、盛岡中学(現・盛岡第一高等学校)の黄金時代に活躍する胡堂と、同校の友人たちとの関係や、胡堂の在学時代にスポーツを愛した胡堂の姿を、原抱琴(原歌の甥)、金田一京助、同郷紫波の岩動露子と岩動炎天ら、学友たちからの直筆の手紙や写真を中心に展示し、友人たちとの人間関係や愉快でやんちゃな一面を垣間見られるエピソードなどを紹介。石川啄木や田子一民ら歴史に名を残す人物も多数登場し、興味深い内容が盛りだくさんです。希望者には学芸員による展示解説を随時行っています。解説を聞きながら巡ると面白さがさらに倍増するので、ぜひ気軽にお声掛けを。

野村胡堂・あらえびす記念館 令和元年度 第1回企画展

胡堂と盛岡中学時代の友人たち

野村胡堂・あらえびす記念館

令和元年 6月18日(火)~10月20日(日)

学芸員による 展示解説	7月28日(日) 15分程度	いずれも午後1時30分~
	8月25日(日)/9月29日(日)	団体見学の際の展示解説も承ります。

シニアズご持参の方/先着50名にオリジナルグッズ差し上げます

【主催】野村胡堂・あらえびす記念館 〒028-3315 岩手県紫波郡紫波町彦部字暮坪 193-1
 【入館料】一般 300円、小中高生 150円(20名以上、団体割引有り)
 【開館時間】9:00~16:30(入館は16:00まで) 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日) TEL 019-676-6896

紫波町の「野村胡堂・あらえびす記念館」では、現在、第1回企画展「胡堂と盛岡 紫波町の友人たち」を開催中です。

紫波町に生まれた野村胡堂は、新聞記者として活躍する一方、作家として『銭形平次捕物控』など人気小説を書き残し、さらに「あらえびす」のペンネームで、SPレコードによるクラシック音楽評論の先駆者となった人物です。

同展では、盛岡中学(現・盛岡第一高等学校)の黄金時代に活躍する胡堂と、同校の友人たちとの関係や、胡堂の在学時代にスポーツを愛した胡堂の姿を、原抱琴(原歌の甥)、金田一京助、同郷紫波の岩動露子と岩動炎天ら、学友たちからの直筆の手紙や写真を中心に展示し、友人たちとの人間関係や愉快でやんちゃな一面を垣間見られるエピソードなどを紹介。石川啄木や田子一民ら歴史に名を残す人物も多数登場し、興味深い内容が盛りだくさんです。希望者には学芸員による展示解説を随時行っています。解説を聞きながら巡ると面白さがさらに倍増するので、ぜひ気軽にお声掛けを。

呼吸する木の家が大好き!
リラックスゼーション

住みごこち抜群のモデルハウスを
 増税前に〈特別価格〉でお譲りします!

新旧の技術を標準装備した日本の風土に合うサイエンスホームの木の家。「懐かしいのに新しい」をコンセプトに20代~60代と幅広い層の皆様へ愛される「癒しの家」として北海道から沖縄まで日本全国135店舗で展開しています。

上記プランのモデルハウスを
特別価格/限定1棟
 [税込] 土地+建物 **3,200万円**

GOOD DESIGN 2014 2015 **2年連続受賞**

日本の伝統を科学するひのきの家
サイエンスホーム

お電話いただければいつでもご案内いたします。
 お問合せ TEL.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

住みごこち抜群のモデルハウスを
 増税前に〈特別価格〉でお譲りします!

新旧の技術を標準装備した日本の風土に合うサイエンスホームの木の家。「懐かしいのに新しい」をコンセプトに20代~60代と幅広い層の皆様へ愛される「癒しの家」として北海道から沖縄まで日本全国135店舗で展開しています。

上記プランのモデルハウスを
特別価格/限定1棟
 [税込] 土地+建物 **3,200万円**

GOOD DESIGN 2014 2015 **2年連続受賞**

日本の伝統を科学するひのきの家
サイエンスホーム

お電話いただければいつでもご案内いたします。
 お問合せ TEL.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

もりおかいにしえ散歩 27

案内役 真山 重博

みたけ・月が丘

界限前編



れ、戦車や飛行機 たそうです。そうした苦勞 による演習場へと を経て開墾が進められた地 移り変わりました。 現在の運動公園前 園が造られ、まったく違う は、当時、滑走路 消の拠点を作 るため引揚者 からの第八工兵大隊と騎兵第 三旅団が広い演習場を求め て、現在の青山地区に移駐 した。その北の木賊川沿いに 広がる原野は観武ヶ原と名 付けれられ、格好の練兵場と して活用されました。騎兵 軍用飛行場予 定地となって 米軍から締め 出され、その後 戦後、広 大な演習場跡 には食糧難解 消の拠点を作 るため引揚者 からの第八工兵大隊と騎兵第 三旅団が広い演習場を求め て、現在の青山地区に移駐 した。その北の木賊川沿いに 広がる原野は観武ヶ原と名 付けれられ、格好の練兵場と して活用されました。騎兵 軍用飛行場予 定地となって 米軍から締め 出され、その後

今回案内する「みたけ・ 月が丘界隈」は、散歩と言っ ても歩いて廻るにはあまり にも広すぎます。この辺り は、今でも生活環境豊か な住宅街に生まれ変わって いますが、74年前まではそ の殆どが一面原野で、旧陸 軍の練兵場だった大田大工 リアでした。移動手段とし ては自転車か車を使わざる をえません。

ざっとこの地区の歴史を 辿ってみましょう。

約960年前、源頼義と安倍 族が戦った前九年合戦の頃



敗戦後、広 大な演習場跡 には食糧難解 消の拠点を作 るため引揚者 からの第八工兵大隊と騎兵第 三旅団が広い演習場を求め て、現在の青山地区に移駐 した。その北の木賊川沿いに 広がる原野は観武ヶ原と名 付けれられ、格好の練兵場と して活用されました。騎兵 軍用飛行場予 定地となって 米軍から締め 出され、その後

盛岡マイホーム学院受講生大募集

自分の家は自分でつくる

元号が改まり、気持ちも 家づくりの本質はわか ならない。そんな時に お役に立てるのが「盛岡 マイホーム学院」 です。一人ひとりの 個性があるように、 家も、暮らし方も 生き方も違いま す。特に北国盛岡 の住まいは関東を基準 にしている大手の会社 さんにはわからない寒 さがあります。失敗が 許されないのが家づく り、だから自分で勉強 しその目で確かめてほ しいと思います。

●家中同じ温度で寒く ない家とは

●巧みな宣伝広告の裏 側とは

●燃費削減できる本物の床 暖房とは

●換気のこと、暖房のこと、 606まで。



長い間、住宅営業に携わった女性のブログ本と、家づくりの基本をまとめた冊子をご参加の皆さんにプレゼントいたします

風のうた

イワテ奇談漂流 文 高橋政彦

「黄金の河童」を見た話

黄金の河童は今も無邪気に戯れているか

錦鯉だったのである。

「なんだ」と読者の皆さんは苦笑するだろう。しかし、まずは想像してほしい。その現場で直にそれを見ていたか、その後すぐに池の水棲生物が水面から現れたら、陸地によじ登ることはできない。

そんな水辺で戯れているのは、まさに水辺の童、河童ではないのか。

遠野の河童が赤いと言われるのは、川辺にきた二ホンザルを見間違えたものと「遠野物語」の研究本などが論じている。あれから18年が過ぎた。錦鯉の寿命は長くて35年らしい。あの黄金の河童はまだあの池を独り占めし、水面で戯れているだろうか。

それは平成13年、遠い夏の日のこと。その日、私は取材で佐比内金山跡を訪ね、取材が一段落したので近くの貯水池で昼食を食べた。車窓から水面を渡って来る風が心地いい。ほどなくして、その沈黙する光景の中に私は息を飲む奇妙なものを見つけた。

50メートルほど奥で、溜め池の最深部、沢水が流れ込んで来る付近。そこは奥に行くほど狭まった地形で、大小の石が緩傾斜の陸地を作っていた。突如その付近の水面から「何か」がひょっこり顔を出したのだ。地面の中に巣穴を作った。斜めに這い上がるように、河童に限っては赤いと聞いている「何か」がいることに気が

「なんだありや」と私は呆然とそこを見続けながら考えた。だが正体は想像もつかなかった。それから20分ほど経った頃、今度は先ほどの場所の傍らにある石の河童って実在するのか。としても河童って緑色ではなかった。いや、遠野の河童に限っては赤いと聞いている「何か」がいることに気が

「なんだありや」と私は呆然とそこを見続けながら考えた。だが正体は想像もつかなかった。それから20分ほど経った頃、今度は先ほどの場所の傍らにある石の河童って実在するのか。としても河童って緑色ではなかった。いや、遠野の河童に限っては赤いと聞いている「何か」がいることに気が

しいものが目の前にいた。数日後、私は強引に誘った釣りの仲間とともに再びあの池の畔にいた。友人は私の話を信じ、緊張に顔を強ばらせている。怯えながら2人で池に注視した。黄金の河童は先日と同

しいものが目の前にいた。数日後、私は強引に誘った釣りの仲間とともに再びあの池の畔にいた。友人は私の話を信じ、緊張に顔を強ばらせている。怯えながら2人で池に注視した。黄金の河童は先日と同

しいものが目の前にいた。数日後、私は強引に誘った釣りの仲間とともに再びあの池の畔にいた。友人は私の話を信じ、緊張に顔を強ばらせている。怯えながら2人で池に注視した。黄金の河童は先日と同

いわてシニアネット便り《7月の西部公民館パソコン教室》

- パソコンを始めよう!..... 2日(水)~4日(金)9時半~12時半
- フードで作る暑中見舞い..... 6日(土)10時~15時
- エクセルを始めよう!..... 17日(水)~19日(金)9時半~12時半
- デジタル写真のPC取込み・整理..... 24日(水)10時~15時
- パソコン・タブレットお助け相談会..... 26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

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

●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 詳細はリードコナンホームページ http://www.leadkonan.co.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

岩手県産業廃棄物収集運搬業許可証 許可番号 00301119299
宮城県産業廃棄物収集運搬業許可証 許可番号 04000119299

自分の家は自分で作る! 講座

2019年7月19日(金)~8月30日(金)

13:30~16:30開催 定員 先着15名(定員になり次第締め切ります)

受講料 全6日間 4,000円(教材費) 会場 あっとホーム 2階

これからの住まいを考える方に

- 冬でも家の中は春のよう……
- 家中どこに行っても同じ温度
- 朝起きてトイレも寒くない
- 水を下げなくてもいい
- 外から帰ると玄関からほんわかあったかい
- だから人生が変わる!

休職タイム おかしを食べながら和気あいあい

期 間	開 催 日	授 業 内 容
第1日	7月19日(金)	○入学式 ○「家づくり入門」最高の我が家を作る為には! ○楽しい「家づくりの懇談会・茶話会」
第2日	7月26日(金)	○一級建築士からのアドバイス ○理想の間取り、教えます ○プロの立場から「家づくりの知恵」教えます
第3日	8月2日(金)	○講義社「体にいちばん快適な家づくり」の著者岡本先生を招いて ○太陽熱を利用した24時間床暖房の快適な暮らし ○断熱や暖房方法は自分で決めよう
第4日	8月9日(金)	○これからのオール電化住宅とは ○電気料金全て建て方でこんなに違う! ○私の家づくり体験談
第5日	8月23日(金)	○メーカーのショールームを見学します ○なかなか見られない建築途中の現場で、断熱工事・気密工事・換気システム・木工事などを見学します
第6日	8月30日(金)	○信頼できる建築会社の選び方 ○契約する際の注意点と得する税金の知識 ○修了式、お別れ「茶話会」

盛岡マイホーム学院 第34期生 募集

会場のご案内

ヤマダ電機 ● 盛岡スコレ高校
↑ 至盛南大橋
GU ●
くら寿司 ●
AOKI ●
● フィッシャーマン
● スポーツデポ
● DCM
● ホーマック
● 盛岡西バイパス

あっとホーム

盛岡マイホーム学院事務局
〒020-0857 盛岡市北飯岡2丁目1-11
TEL019-908-6062 FAX019-635-6061

ふとした時に気になる、年齢による顔のシワやたるみ。これは年を重ねると誰もが抱える問題で、あなただけに限ったことではありません。シワやたるみを簡単に改善できる施術が注目されています。



「Gコグプレス」で若々しいフェイスラインを取り戻しましょう。また特徴として、ポリカプラ素材で作られた約2年をかけて吸収されるため、持続効果が高く、吸引した糸が繊維芽細胞を刺激するので、コラーゲンやエラスチンの生成に

鳴海ビル2F 盛岡市盛岡駅前通13-8 0120-771392

顔の印象が変わる フェイスリフト。よってハリが出て肌のトーンも明るくなります。施術時間も短時間で翌日から洗顔をしても大丈夫です。

院長 田崎 治子。オール女性スタッフがあなたのキレイをサポートいたします。



NIWAKA BRIDAL FAIR 2F...ご結婚&ご婚約指輪 6/27(thu)まで開催中 MICHIMATA 時計 & 宝飾

盛岡市保健福祉部長寿社会課のイベント。地域ケア係、介護予防太極拳教室、木目込人形、硬式テニスサークル、おこたであそぼ お箏教室

魔法の美術館、原敬記念館、アルフィート・ガスト、第18回キャラホール合唱祭、若手の民俗文化いろいろ入門講座

申込:電話または来館申込み。7月5日(金)10時~受付開始。先着順、定員に達し次第受付終了

読者プレゼント サッポロビール株式会社より サッポロ 男梅ハイボール 遊食屋FUJIより 鬼の手唐辛子 シニアズ編集部より 大分むぎ焼酎 豊後の里 麦焼酎 冷やしのか 2本セット

木目込人形 内容:思い出の着物や布をお雛様、干支など好きな作品に仕上げます。

硬式テニスサークル ジャスミン(女性限定) 内容:健康のため楽しくテニスを行います。

「文芸作品」読者のコーナー 「俳句」 常のごと 指先染めて 露を剥ぐ

応募方法 ▶郵便はがきにあなたの郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入し郵送してください。

clean area NO SMOKING 完全禁煙エリア WINS本宮 4円パチンコ 1円パチンコ 50銭パチンコ 20円スロット 5円スロット

情報紙シニアズは好評により
発行40,000部
2019年 ↓ 4月号より
50,000部
に部数を増やしました!

Senior's

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

シニアズの定期購読

毎月ご自宅へ郵送します

料金は、切手代12ヶ月分と手数料で
合計**2,304円**(1年分)です。
ご希望の方は振込用紙をお送りします
ので下記宛にお申し込みください。

TEL019(623)2788
〒020-0024 盛岡市菜園2丁目1-9 メール:info@seniorsnet.jp

健康寿命を伸ばすことが意識されている昨今ですが、シニア世代の中でもこの時期注目されるのが山登り。そんな登山に熱愛している女性が森美枝子さんです。森さんは普段、医療事務をする傍ら、登山を欠かさないと言いますが、元々は登山が苦手でした。「子供頃、住田に住んでいたのですが、学校で五葉山に泊まりで登る機会があったんです。その当時は毛布を担いで登るような時代で、その時のことで登山なんてとんでもないという苦手意識がありました」と森さん。登山のイメージが悪いまま時間は過ぎていきます。都内に就職し、父が体調を崩したため岩手に戻ってきて過ごしていた森さん。平成24年の6月にバンクラディッシュでマングローブの植林のボランティアに参加

レシートに書いていた講習会に参加

8月に大好きだった父が他界。気持ちにぽっかり穴が空いてしまったといいます。落ち込む中、植林の時に一式揃えた道具のレシートに登山講習会の内容が載っていたのを見つめます。「山に行くなんてとんでもない」と今まで思っていました。これを縁かと思いましたが、これにチャレンジしました。会にチャレンジしました。「みんなの足手纏いになりながらの参加でしたが、いい経験でした」と語ります。ここから北アルプスに魅せられた森さん。仕事の出張のたびに深夜バスなどを使い、北アルプスの山にチャレンジ。登った山は、白馬岳、五竜岳、槍ヶ岳、立山、甲斐駒ヶ岳、穂高岳など数知れず。最近では友達と車で前夜に登山口まで行き、車中泊をして朝から登るとか。森さんに好きな山を聞くと「岩手で一番好きな山はやっぱり乳頭山。でも北アルプスの蝶ヶ岳が見る穂高連峰も最高です。11月に朝焼けでピンクに染まるのを見ると感動しますよ」と笑顔で語ります。「登山は体と心の健康に最適。簡単な山ならお金をかけずにできるのもいいところですよ。私は友愛病院山岳会の国際山岳ドクターの中島先生や阿部陽子先生との素敵な出会いもあり、今年は日本山岳会にも入会しました。会に参加すると正しい知識と技術を学べるし、仲間もできる。山小屋で仲間と飲むビールは最高です」と森さん。心と体の健康のためにも登山に自ら歩を進めませんか。

登山と出合い 景色が変わった

森美枝子さん(60)

1959年気仙郡住田町生まれ、五葉小学校、在住中学校。高校卒業後、自衛官を受け落ちたのをきっかけに都内のバスガイドに転身、歌が好きで『スター誕生!』の予選に出たこともあるとか。いまは登山にハマり毎年北アルプスを歩いている。日本山岳会岩手支部所属

朝日生命の「介護保険」は、平成28年度新契約件数において、業界No.1を達成いたしました。

朝日生命の「介護保険」

業界No.1

※平成29年度「インシ」アランス生命保険統計(保険研究)

朝日生命保険相互会社 盛岡東営業所
〒020-0033 盛岡市盛岡駅前北通5-32 4F ☎019(622)7330

HOUSE DO 盛岡中央店

不動産
リフォーム
住宅

☎0120-48-2348

株式会社理創生活 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

ラグビーワールドカップの転売仲介に要注意

チケット購入は公式サイトで

今年9月から11月に日本で開催予定のラグビーワールドカップ2019日本大会のチケット購入をめぐるとラブルが寄せられ始めています。「公式サイトだと思いきや約13万円をクレジットカードで決済したが、あとになり転売仲介サイトであることが分かった。公式サイトによると転売サイトで購入したものは無効と記載されている。海外のサイトのように交渉できず困っている」という相談や「3枚で4万9千円と思い申し込んだところ、合計約19万円の注文確定画面が表示された。注文確認メールが届いたがドル表示で書かれ海外へ相談を。消費額が10万円(電話1888)の場合もあります。トラブルに遭ったときはすぐに消費者ホットラインへ相談を。」

ラグビーワールドカップの転売仲介に要注意

公式サイトで

公式サイト以外の非公式販売サイトで購入したチケットは利用できない旨の注意喚起があります。チケットを購入する際は、必ず公式サイトであることを確認しましょう。チケット欲しからつい海外の転売仲介サイトにアクセスしてしまふ人もいますが、トラブルが生じてもキャンセルの条件や返金の保証などについて交渉が難しい場合もあります。

トラブルに遭ったときはすぐに消費者ホットラインへ相談を。

今年9月から11月に日本で開催予定のラグビーワールドカップ2019日本大会のチケット購入をめぐるとラブルが寄せられ始めています。

公式サイト以外の非公式販売サイトで購入したチケットは利用できない旨の注意喚起があります。チケットを購入する際は、必ず公式サイトであることを確認しましょう。チケット欲しからつい海外の転売仲介サイトにアクセスしてしまふ人もいますが、トラブルが生じてもキャンセルの条件や返金の保証などについて交渉が難しい場合もあります。

まごころを込めた、たしかな美藤の味をお届け致します。

季節の六角弁当 1,296円(税込)

二段折弁当 2,700円(税込)

盛岡市内・近郊へは5名様より無料配達 ☎019-653-1421

盛岡市上田3-7-26 美藤 検索

ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館共通プラン

季節ごとに変わる全国各地のご当地グルメを花巻温泉で!!

日本列島美味しいものでつなぐ

花巻温泉 全国グルメリレーバイキング

May 2019 to August 2020

第2弾 7/1~9/1

第2弾は甲信&名古屋のご当地グルメもちろん岩手・東北のメニューも!

1室3名様の場合 10,000円(消費税込)
1室2名様の場合 11,000円(消費税込)

山梨名物 ぼうとう
山梨 甲府鳥もつ煮
青森 ねり口ご飯
青森 鮭のかまど焼き
名古屋 みそカツ
名古屋 手羽先料理

花巻温泉名物(釜飯やステーキなど)の定番メニューも充実!

お得な情報が満載!詳しくはホームページで!

TEL.0198-37-2111 花巻温泉 検索

第3弾 大阪・京都・四国のご当地グルメ! 9/2(月)~11/17(日)

花巻温泉 佳松園/ホテル千秋閣/ホテル花巻/ホテル紅葉館/バラ園