# Senior's（シニアズ）として復刊

# 中高年層への〝応援歌〟



シニアズ編集長
川村 龍雄

昭和60年代から平成20年3月まで私が主宰し盛岡で発行していた「シルバータイムス」「シニアタイムス」を装いも新たにし「シニアズ」として復刊しました。

私がシルバータイムスを発行するきっかけとなったのは昭和60年頃、ある芸能プロダクションからの依頼で盛岡市内の老人クラブの方々も取材したことからでした。

少子高齢化ということばがそれほど耳にすることが少なかった時代でもあり、老人クラブ所属の方々に対する情報紙や会報等は少なく、「他の会はどうしているの。情報が欲しいね。」といった声を聞きました。

「手作り瓦版で良ければ私が作ってあげますよ」と買ったばかりの卓上ワードプロセッサを脳裏に思い浮かべながら引き受けてしまったのです。

幼ない頃から豊富な人生経験をもとに助言してくれた祖父母と同じシルバー世代の役に立てるならばとがん張り、昭和62年9月15日の敬老の日にシルバータイムス第1号を発行することができました。

首からカメラを下げ、老人クラブの行事や、年輩者向けのイベント情報などの取材を編集、印刷所で刷りあがれば配達し、さらには広告料の集金と孤軍奮闘、ドタバタの連続でした。

盛岡市内の老人福祉センターを中心に公共施設など数10カ所に置いてもらい、たくさんの方々の応援や励ましに支えられて5年60号まで発行することができましたが、多忙などで休刊せざるを得ませんでした。




復刊には、多くのボランティアの必要性を痛感、周囲の人たちなどの協力をお願いし、ようやく平成13年の敬老の日に8ページ建ての情報紙を発行することができました。

名づけて「シニアタイムス」。エイジレス時代となりイキイキと活動する年配者をシルバーと呼ばなくなりつつあったことや、特にスポーツ界には早くから世界的に年長者・先輩を意味する「シニア」という呼称が一般化しており、情報紙の名称も「シニアタイムス」としました。

タブロイド判一部カラー印刷8ページの体裁で平成20年3月の第139号まで発行しましたが、諸般の事情で止むなく休刊しました。

内容が充実しつつあっただけにこれを惜しんでくださる方も多く復刊への助言も各方面から寄せていただきました。

そんな中で、ウインドクロス社と盛岡タイムス社の具体的な提案を昨年夏から検討し、両社の協力を得て復刊の運びとなりました。

人生の円熟期を明るく、活発にエンジョイするシニア世代のみなさんをつなぎ交流や活動の場がより広がるようにと、中高年層への〝応援歌〟として楽しく役立つ紙面づくりを目指しています。

広告主をはじめ、ご協力くださった各位、読者の皆さんには更なるご指導、ごべんたつをお願い申しあげますとともに復刊のあいさつとします。

今月のプロ

## 介護職員を育成
### 花巻市の熊谷雅順さん



昨今人材不足が叫ばれている介護の分野。そんな介護の分野の人材育成を行っているヒューマンスキルアカデミーで、介護を目指す人材を育てている講師がいます。

講師をされているのは熊谷雅順さん。株式会社北極星の代表で社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士の資格を持ち、介護支援専門員の資格も取得されている福祉のエキスパート。

熊谷さんは、「生徒が短時間に成長する度合いがわかる、最初何もわからなかった生徒がどんどん興味を持って質問してくる姿をみると楽しくなる。」と教えることに充実感を持たれています。

「仕事重視になってしまうと業務に追われて業務をこなすことで利用者の考えを受け止める事を忘れがちになっています。大事なのは利用者の事をしっかりと考える介護です。その上で、自立に繋げる支援を実践していってほしい。」と話しています。

熊谷さんから教わった生徒が活躍すること間違いないでしょう。

熊谷雅順さん（48）
くまがい介護保険社会福祉士事務所
株式会社 北極星 代表取締役
花巻市上町9-18
☎090-7060-3917

シニアのための情報紙
Senior's
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
電話（代表）019-623-2788
FAX019-625-7800
info@seniorsnet.jp

【編集チーフ】
川村龍雄
【編集スタッフ】
古山そのみ/箱崎愛郎/東出雅子/村井由紀子
髙見博子/セブン企画/菊地陽一/今野洋介

盛岡タイムス
企画 株式会社盛岡タイムス社
〒020-0015
盛岡市本町通3丁目9番33号
電話（代表）019-653-3111
盛岡タイムス　検索
講読料：月決め2,262円
1部 売り100円(税込)(本体価格 2,095円,消費税 167円)




MS&AD MS&ADインシュアランス グループ
MS岩手株式会社
弊社は三井住友海上グループ
直接出資の子会社です。
損害保険、生命保険の販売店です。
保険の見直しをしてみたい、
介護にしっかり備えたい、
皆様、是非ご連絡ください。
毎年「去年と同じで」と
言っている方!
1度お電話下さい、お得な情報をご提供できます。
本社 盛岡支店
〒020-0022
盛岡市大通3丁目3-10 七十七日生盛岡ビル9階
019-623-2400 担当 田村
久慈支店 TEL.0194-52-1551　宮古支店 TEL.0193-77-3810
大船渡支店 TEL.0192-26-5670　北上支店 TEL.0197-72-7626




LEXUS 10th Anniversary
まだ見ぬ驚きへ。新たなる挑戦を。
2005年に日本でのスタートをきってから10年。
お客さまのご期待に応えるべく、LEXUSは、驚きや感動を生み出す存在でありたい。
その想いを込めた特別な4車種（LS,GS,IS,CT）がここに揃いました。
この先の10年も、LEXUSはAMAZINGな挑戦を続けます。
LEXUS 10th Anniversary "F SPORT X Line"（クロスライン）

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 9:30～17:30　定休日：月曜日

# 独自の企画で高齢者学級

## 下永井永寿会（飯岡地区）



久慈市山形への親睦旅行で

菅原博一会長
会員110人
昭和38年創立

下永井永寿会は一昨年50周年の節目を迎え、これからもよりよい伝統を築いていこうと団結を強めます。「老人クラブは楽しく！」をモットーに事業部、体育部、教養部、手芸部、芸能部と多岐にわたった内容で活発に行われています。

特に下永井永寿会が単独で開校している高齢者学級は、老いを楽しく生きるための学習や、映画上映会など年に10回ほど開催しています。独自企画が好評で、出席率も大変高く、今年度も会員から期待が寄せられています。

歩道の草取り、のり面や公園の整備清掃などを定期的に行っており、きれいな街づくりのシニアパワーは、地域で重要な役割を担っています。



昨年、
田沢湖高原温泉
プラザホテル
山麓荘での親睦会



老人クラブ訪問 ①

# きれいな街づくりに挑戦

## 東松園睦会（松園地区）

浅沼忠人会長
会員115人・昭和59年創立

年2回開催の親睦バス旅行には、毎回40人ほどが参加。田沢湖、八幡平、網張など、温泉、食事、観光を日帰りで満喫できる場所が人気だとか。ほかにも、グランドゴルフ、ゲートボール、健康麻雀、地域の子どもたちとの卓球大会、ミズキ団子づくりなど、健康的で楽しい活動を通じ、会員相互の交流を大切にしています。

月3回の資源回収作業、



ファッションの窓

## 心地良いものを身に付けて

この4月で38周年を迎えました「オート・クチュール　ふねぇとる」オーナー藤原孝子さんの思いです。

藤原さんの原点は、小学校入学式の為にお母様が用意してくれた一着。それは、自分の着物を近所の仕立屋で洋服に直してくれたものでした。得意な気持ちで袖を通した幼い頃の記憶がいつしか夢に、服飾の専門学校「藤澤学園」でデザイナーを目指しました。

「ふねぇとる」はフランス語で「窓」の意。夢を形にした「学窓」での情熱を心に…。店名にはそんな思いが込められています。

コンセプトは流行を取り入れた「プレタポルテ（高級既製品）」と、自分の体に合わせた「オーダーメイド」を上手く組み合わせること。

変化する体型の悩みに、お客様と一緒に向き合ってきた藤原さんから、シニアズファッションのアドバイスをいただきます。今月は藤原さんのファッションに注目！チュニックシャツ&ストレートパンツ。

「チュニックは膝丈・ボトムスはフィットし過ぎないで細めがポイント。世代を問わず人気があるチュニックスタイルを上品に着こなしてくださいね」と藤原さん。

これからも「ふねぇとる」の「窓」から、心地の良いファッションのそよ風をお届けしていきます。



一般社団法人 日本デザイン文化協会
岩手支部長
「オート・クチュール ふねぇとる」
オーナー 藤原孝子さん
住所/盛岡市本町通3-1-9
☎ 019-653-3660


Soleil 足心健流術士協会
足安館・ソレイユ
"きれい"への想いをサポートいたします。
足裏反射区かきだし療法
リンパマッサージ・セルライトもみだし
古式正体法・モンテセラピー（リフトアップ）
和の心・"両手いっぱいの思いやり"で
みなさまの"きれい"への想いをサポートいたします。
古式正体法 30分 ¥3,000 / 60分 ¥5,000
足つぼ 30分 ¥2,100　リンパマッサージ 60分 ¥4,000
日々の生活で癖づけられた体の歪みを自然な形に戻すよう、施術、指導する整体です。一人ひとりの筋肉を見て正しい位置に戻すお手伝いをいたします。
パソコンで検索 足安館・ソレイユ 検索
受付時間 AM9:00～PM7:00
お問い合わせ 080-1826-3041
019-646-9238
〒020-0142 岩手県盛岡市稲荷町7-31






オーダーメイドの一点物をあなたに
オート・クチュール
ふねぇとる
盛岡市本町通3丁目1-9　tel.019-653-3660



《いわぎん》フリーローン
クイック-α アルファ
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》で公的年金をお受取りの方は、
2ヶ月に一度のご返済もOK！
私たちの頼もしい味方ね♪
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
https://www.iwatebank.co.jp/




# 介護用品の達人

## 欲しいものに出会えないあなたを 専門スタッフが徹底サポート！

「身体に障害がある」とか「生活上不自由を感じている」というのがきっかけで検討される住宅の改修や福祉用具の利用ですが、要介護者の程度や住環境などはそれぞれ異なりますので間違った選択をすると取り返しのつかない事になりますよね。

パナソニック　エイジフリー介護チェーン盛岡は、専門の知識をもつ福祉用具専門相談員や福祉住環境コーディネーターがいるんです。担当のケアマネージャーと連携し、個々の要望を伺いながら相談に応じていきます。

介護保険が利用できる住宅の改修や福祉用具のレンタル等で当事者が気付かなかったところに一歩踏み込んだ提案ができる専門の相談員がいるので安心です。

また、要介護認定を申請中で介護保険が利用出来ない方や福祉用具を試してみたい方に1ヵ月間無料でお試しができるサービスがあるのも魅力なんです。是非ご相談してくださいね。




**協　力**

福祉用具専門相談員
福祉住環境コーディネーター
店長 貝塚清登さん

パナソニック エイジフリー介護チェーン盛岡
■盛岡市乙部28地割字菖蒲田25-2
■☎019-675-1531
■営業時間 9:00～17:30

# 「いわて消費生活アドバイザーの会」より講習会参加者募集のお知らせ

当事務局では、悪徳商法防御の最新情報と、陥穽（かんせい＝落とし穴）に落ちないための知恵情報をお届けしております。

下の表は9年前から県民生活センターとの共催で実施している「一般財団法人日本消費者協会2015年度第12回消費者力検定チャレンジ講習会」の日程です。是非お気軽にご参加下さい。11月8日が試験日です。

いわて消費生活アドバイザーの会事務局　箱崎愛郎

## 平成27年度 消費者力検定チャレンジ講習会

会場：岩手県立県民生活センター2階研修室
住所：盛岡市中央通三丁目10-2
時間：午後1時～午後3時（各回共通）

| | |
|---|---|
| 5/10（日） | 「食品編」食べ物をめぐるここだけの話 |
| 6/14（日） | 「契約編」ダメダメ振り込んじゃ！悪徳商法を撃退！ |
| 7/12（日） | 「環境編」環境と今流行の自然エネルギーを考える |
| 8/9（日） | 「制度編」健康と保険～社会給付を利用して安心生活 |
| 9/13（日） | 「法令編」消費者問題はこんな法律で守られています |
| 10/4（日） | 「衣食住編」衣食住のお得な情報てんこ盛り！ |

お問い合わせはお気軽にどうぞ
いわて消費生活アドバイザーの会
TEL:090-6456-9559
※県民生活センターでは受け付けていません。ご注意ください。

# 狂犬病予防注射、忘れずに！

今年も4月初めから、各地を巡回する狂犬病の集合注射がスタートします。日程は広報などに掲載されていますので確認してください。原則的には4～6月の間に受けることになっていますが、動物病院では随時受けることが出来ます。集合注射に行けない方は、最寄りの動物病院で受けてください。

狂犬病は人畜共通伝染病のひとつで、世界では今でも毎年5万5千人もの死者が出ています。人は狂犬病に感染した犬に咬まれて感染する場合がほとんどです。人も動物も発症するとほぼ100％死に至ります。

狂犬病の予防注射は、犬はもとより人の命を守るためにも大変重要です。生後90日以上の犬の登録と狂犬病予防注射は法律で定められた飼い主の義務。ワンちゃんとあなたの大切な命のため、予防注射を忘れずに受けてください！

「山手先生の動物のこと」4月分放送より


【総合】各種検査・治療・手術・入院・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 県立博物館 松園第二病院 交番 生協
松園動物病院
年中無休
盛岡市西松園4丁目20-2 メールアドレス mvc@movie.ocn.ne.jp 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


# 岩手医科大学 医療 いわて医療通信

## 脳卒中を考える①

脳卒中という言葉は一般的に使われている用語であって医学用語ではありません。正式には脳血管障害といいます。

脳卒中の『卒』は卒倒（突然倒れる）の卒で〝突然に〟の意味で、『中』は中毒の中で〝あたる〟という意味ですから、脳卒中とは脳の病気で突然に何かにあたったようになる（倒れる）ことを意味しています。

岩手県は脳卒中による死亡率が全国でワースト1となっています。これに伴って平成26年度行政が中心となって『岩手県脳卒中予防県民会議』なるものを設立しました。しかし、何よりも県民個人個人の日常生活における地道な努力がワースト1を脱却する唯一の方法であると考えられます。

これからシリーズとして、脳卒中はどのようなものかについて見ていきたいと思います。また、予防できる脳卒中というテーマで脳卒中の原因となる生活習慣病についても取り上げます。特に、脳卒中の危険因子として、①高血圧、②糖尿病、③不整脈、④喫煙、⑤飲酒などを具体的に取り上げ、それぞれの因子でどのような事が起こり、危険性が増すのか等について解説していく予定です。





くわた脳神経外科クリニック　盛岡クリニックモール
あなたの脳を守りたい
TEL 019-656-5636
www.kuwata-clinic.com

診療のご案内
脳神経外科、神経内科
外科、整形外科
リハビリテーション科

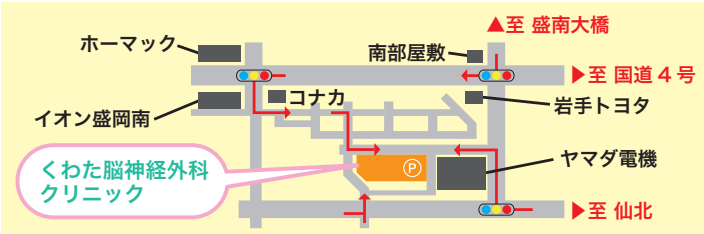
診療受付時間
平日 午前9時～12時00分
午後2時～6時
（木・土曜日は13時まで）
休診日　日曜・祝日

設備技術
超電導 MRI(1.5 ステラ)、マルチスライス CT
脳と身体の健康相談を承ります。
皆さまのご来院を心よりお待ちしております。

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:00～12:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 14:00～18:00 | ● | ● | ● | | ● | |



くわた脳神経外科クリニック
院長 桑田　知之





パナソニック エイジフリー介護チェーン
福祉用具レンタル・販売
福祉リフォームなら、何でもご相談ください。
高齢者と、その家族の快適。 パナソニックのエイジフリー。
安心感から生まれる
快適な暮らしをサポート
福祉用具レンタル　福祉用具販売　住宅改修
お問合せ 019-675-1531
〒020-0403 岩手県盛岡市乙部28地割25-2

シリーズ ヒューマン ①

# IT会社の経営後、県産木工品の開発販売、その後、津波被災地で新事業を展開

㈱バンザイファクトリー 代表取締役 高橋和良さん（53）



「我杯」「マギーカップ」や新商品の「スマートフォンケース」等の製作に忙しい高橋さん

6畳ひと間の事務所でIT会社を25歳で起業し、15年間、日本とカナダで電子カルテや医療画像システムの開発をして大成功しました。その後、盛岡に戻り新会社を設立して、2007年、岩手県産の樹齢百年以上の木地を使い、一人ひとりの手の握りの型をIT技術を駆使して忠実に削り、県産の漆を塗り、底面に南部鉄器の蹄鉄を装着した「我杯（わがはい）」を開発販売しました。また、「福おちょこ」や赤ちゃんの両手の型を削り出した「マギーカップ」等も開発しました。業務拡張後、秋田や関東圏でも取引を始めたさなか、東日本大震災が発生しました。恩人や親戚を助けようと陸前高田に転居した高橋さんは、中途半端な支援では役に立たないと考え、製麺工場を新築し「星影のパスタ」「椿マーメイドパスタ」等の新商品の開発販売と、現地での雇用の促進も実現しました。今夏には2つ目の工場も増設予定です。



医療現場で手を握る大切さをヒントに生まれた「我杯」、日本酒が美味しく飲める「福おちょこ」



星形の断面でもっちり伸びにくい「星影のパスタ」、九戸甘茶で仕上げた細麺と気仙椿油ソースの「椿マーメイドパスタ」


パソコンの「困った」を「分かった！」に

パソコンのことなら、購入前のご相談から不要パソコンの廃棄までお任せください！



リードコナンが快適なパソコンライフをサポートします

お任せください！

・パソコン・OA機器販売　・インターネット設定
・出張パソコン設定　・データ復旧
・ウィルス対策　・データバックアップ
・修理・メンテナンス　・廃棄
・レンタル　・印刷代行

ホームページ作りませんか？　企業や団体のホームページ制作を承っております！お見積は無料です。お気軽にご相談ください。

詳しくはリードコナンホームページへ　http://www.leadkonan.co.jp/
株式会社リードコナン　〒020-0866　盛岡市本宮字六丁目32-30　TEL 019-656-5300 / FAX 019-656-5333



ネットワークの「困った」を解決します！

・配線がごちゃごちゃで、どう繋がっているかわからない
・ネットワークに繋がらない時がある
・万が一、データが消えたらどうしよう

トラブルにお悩みでしたら、ぜひご相談ください。

パソコン・OA機器廃棄

不要になったパソコンやプリンター等を廃棄するサービスです。

情報漏洩防止対策万全！！

【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

詳しくはリードコナンホームページへ　http://www.leadkonan.co.jp/
株式会社リードコナン　〒020-0866　盛岡市本宮字六丁目32-30　TEL 019-656-5300 / FAX 019-656-5333


中国故言の叡智

# 「地球は青かった」 ①

文芸評論家　吉見正信



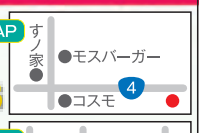
もう半世紀以上も経ったことである。人類未踏の偉業とされる人工衛星スプートニク号が旧ソ連によって打ち上げられた。それ自体は、今日さほど話題にならない当時の米ソ宇宙探査競争の一頁に過ぎない。だが、それとは別に、搭乗した宇宙飛行士ガガーリンが発した、「地球は青かった！」と発した一言は、全世界の人々がこぞって歓喜し沸き立ったものである。「人の噂も七十五日」今日では昔話としても忘却され、世間話にも耳にすることもなくなってしまった。ところが昔も昔、大昔のこと、宇宙から地球を振り返って、直接目視したわけでもないのに、ガガーリンと同じことを言っている人が居るのだから、これまた大変な驚きである。それはBC（紀元前）の中国古代文献『荘子』、その冒頭部にはっきりと述べられているのである。簡略に本文を示すと、「天ノ蒼蒼タル、其ノ正色カ。……其ノ下ヲ視ルヤ、亦是ノ若クナラン ノミ。」とある。大意は「天が青々としているのは本來の色なのだろうか。そう なのだ、天から下の地上を見下せばやはり青く見えるのだ。」と推測しているのである。以上の本文は、別な「野馬ヤ、塵埃ヤ、生物ノ息ヲ以テ相吹クナリ。」の文節に接続している文章であることを念頭にして読解すると、天（宇宙空間）や大気圏には、「野馬」（かげろう）や「塵埃」が舞い上がっているのは、「生物」（造物主）の吹く息によってであるとも述べている。この文献の若者とされる荘周は、天から地、地から天を視るに、「野馬」や「塵埃」を透して視るから「青く視える」という認識の持主か？と、ただただ驚くほかない。ガガーリンは科学者ながら詩人のごとくただ嘆声の一言を発しただけである。実に素晴らしいと称賛を惜しまない。それにしても、荘周はいうまでもなく、知識や科学と無縁にして、自らの《認識》をなぜ持ち得ていたのかが不思議でならない。ただただ人間本性による《思考》の冴えがぎらつきせまってくる。その《思考》とは、自然界の循環・醸造・培養・発芽によって咲いたかの花にも似た、《文明の花》とでも喩えたい《叡智》という《花》なのだろうか。余談ながら、中国古典思想は思考・問題意識の骨格で構成されるのに対して、日本の古典思想は情念型と対照されている。ところで荘周に見るだけでも、その思考スタイルは何とグローバルであろうかと感に堪えないでいる。それに対して21世紀に入った世の中はどうであろうか？世はグローバリズムよろしく、世界化・国際化・世界経済・地球経済etc各分野にリスク難関だらけである。少なくとも我々地球人たちが、その美しい地球を大切にするグローバル観だけは重く連帯したいものである。

暮石五人衆の物語【第1作】
この物語は46億年前に地球が出来た頃、宇宙どこからか金色の隕石が落ちて、それが五つに砕けて分かれ地表に転がりました。やがて海が出来て、数十億年の間に強固な石も波に洗われて平たい玉石になりました。その玉石が現代の地図で三陸海岸に打ち上げられていました。そこに来ていた五人の若者が金色に光る石を見つけ手に取ると‥その若者達が急激に覚醒し、容姿も目つきも変わりまるで神がかった姿に変貌しました。ほどなくしてその五人が船にて現在の関東方面に行く途中に台風に遭難し流された船は現在の中国にたどり着きました。そこで彼らは生きる為に新らたな文化、自分達が覚醒した石に似せた黒と白の石を使い「囲碁」を発案しました。それは帝王学の一つとして広く中国各地に伝わり取り入られ、その考え方によって、多くの賢者の排出を行い中国の発展に寄与しました。五人は各地で名誉を授かるも、惜しまれながら生まれ育った日本に帰りました。その後代々と武家や商家の影・表となって大きく日本国の発展に寄与する事になりました。その五人の血筋が石を引き継ぎ現代になり世界を飛び回る最高峰のビジネスマン生活をしていましたが、2011年3月11日、東日本大震災が起きた、その時‥五人の継承者が持つ金色の碁石が光り輝き、彼らは気を失い、そこに現れた初代先祖が言う教えをもとに、石を手に入れた地、三陸岩手・碁石海岸に向かい、その地で数々の功績を挙げて復興させると言う物語こそ、碁石五人衆の物語です。全12作でお届けいたします。
作家：花尾穂実田／提供：盛岡中ノ橋「椿の森Mini」

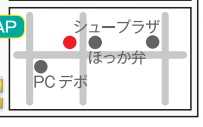

介護予防デイサービス
GENKI NEXT
歩くよろこびを全国の人に…
歩行改善強化型の半日デイサービス




岩手矢巾店 MAP
紫波郡矢巾町西徳田6-153-2
019-601-5923




盛岡本宮店 MAP
盛岡市本宮3-34-8
019-681-3152






フラワー&ガーデン森の風
2015シーズン 4/11OPEN



※イメージ

【営業時間】10:00~17:00
【イルミネーション時間】17:00~21:00
【入園料】大人（中学生以上）1,000円
【イルミネーション営業】大人（中学生以上）600円
※最終入場は閉園時間の1時間前となります。
※営業期間中は無休ですが、天候により閉園する場合がございます。
※小学生以下半額※上記入園料金は税込の料金です。

花の女王蘭に酔いしれる5日間
洋蘭フェスタinF&G開幕
2015.4/25(土)~29(祝)
［開催時間］10:00~17:00

イベントのご案内
■蘭を用いたディスプレイ展示
■個体株の展示
■生産者による蘭のブース販売
■蘭の栽培教室　など
■蘭をモチーフにした関連商品の販売



※イメージ

フラワー&ガーデン森の風　TEL019-691-8787
岩手県岩手郡雫石町鶯宿10-64-1 http://www.fg-morinokaze.jp



オフィシャルホテル
森の風 鷺宿 HOTEL MORI NO KAZE NO USYUKU

60歳以上同伴限定



親孝行プラン
1泊2食大人お一人様
月曜~木曜日限定
12,000円（税別）均一
フラワー&ガーデン森の風入場券付

※イメージ

【チェックイン】12時
【チェックアウト】12時
※ご夕食・ご朝食ともガーデンビューのバイキングとなります※大人お一人様あたり別途入湯税150円を申し受けます。

森の風 鷺宿 HOTEL MORI NO KAZE NO USYUKU　TEL019-695-3333
岩手県岩手郡雫石町鶯宿10-64-1 http://www.morinokaze.com




《材料》
- 鱒の切り身 …… 1人ひと切れ
- ゆで卵 ……1個で2人分
- マヨネーズ・卵1個に対し大さじ1杯
- 蕗の薹……適宜
- 菜の花……適宜
- 赤蕪 ……適宜
- レモン……適宜
- 酒……適宜
- ミリン……適宜
- 薄口しょう油 ……適宜
- 砂糖 ……適宜
- 酢……適宜

《作り方》
- 鱒の切り身の味付け用に若狭地(ワカサジ)を作る→酒大さじ4杯＋ミリン大さじ2杯＋薄口しょう油大さじ1杯＋砂糖少々、これらを合わせる
- 若狭地に鱒の切り身を、2時間ほど漬けておく
- ゆで卵をみじん切りにしてマヨネーズを合わせる
- 蕗の薹を油で揚げ、取り出して氷水に入れる
- 蕗の薹は、フキンでギッチリ絞って、お吸い物よりやや濃いダシ汁に漬けておき、水分をとったらマヨネーズに合わせる
- 菜の花は、30秒程度ゆでたら、薄いダシ汁に漬けておく
- 鱒に火を通したら、左半分にマヨネースであえた卵を乗せ、右半分にはマヨネーズであえた蕗の薹を乗せ、軽く焼く
- 緑の添え物として菜の花を天盛に乗せる
- 蕪を一度塩で締めたあと甘酢漬けして、細かく包丁を入れ桜の花びらを模して添える(桜の葉の上に置くと映える)
- レモンも添えるとよい




安心と笑顔の快適健康家族のパートナー
株式会社 共栄薬品
岩手県盛岡市津志田西 2-7-15
フリーダイヤル 0120-17-7370


終活遺影写真
自然な笑顔のお写真を残しておきませんか？プレゼントにも最適です。
六つ切り写真 A4程度1枚付き 15,000円(税別)～
メイク・ヘアメイク +5,000円(税別)
ご自宅へ出張撮影 フォト・グルリット
お問い合わせ 019-681-4608
〒020-0033 岩手県盛岡市盛岡駅前北通7-21藤嶋ビル1F A号


## 俳句、短歌、川柳作品を募集

シニアズは、次号から読者の欄を設けます。俳句、短歌、川柳の三部門です。毎回各部門3～5編の作品を掲載する予定です。毎月末締め切りです。多数の方の応募をお待ちしています。

▼応募方法・官製はがきに三編以内の作品（部門名を明記）を書き、住所、氏名、性別を記入。

▼宛先
〒020-0024
盛岡市菜園2-1-9
（株）ウインドクロス内
シニアズ編集部読者係


ナレーションで楽々話し上手！川村塾
4月開講の新講座!
只今、受講生募集中!

受付時間/月曜～金曜 9:30～17:30
テレビ岩手アカデミー
019-624-1170

広告のご要望は
ウインドクロスまで。
IND CROSS Tel.019-623-2788
総合広告代理店 株式会社ウインドクロス
〒020-0024 岩手県盛岡市菜園2丁目1-9





いままでの建築を覆す構造
最高水準の木造住宅を
提供しています!

快適で長持ちする家を建てたい。住宅建築を考える方なら誰もが持つ願いですね。「そこに住まいがある限り永久に保証します」という家造りをしているのが**エス・バイ・エルの住まい 盛岡**です。盛岡市菜園のショールームでプランナーの**小山田秀一さん**にお話をうかがいました。

S（スタッフ以下S）エス・バイエルの特徴は何ですか？

O（小山田さん以下O）ＳｘＬ構法です。Sはストロング、Lはロング。文字通り強くて長持ちという意味です。まずS、強さですが、柱で支える家とは違い高精度、高品質の木質接着パネルで、4面の壁と1・2階の床を一体化させて建物全体を強固な「箱」にする6面体構造です。これによって、ねじれに強く外からの力を分散する強い抵抗力をもった建物になります。地震に大変強く、阪神淡路大震災のときでもＳｘＬ構法で倒壊した物件はありませんでした。

そしてL、長持ちです。家の劣化の原因となるのは結露です。建物にこもる湿気をいかに乾燥させるかで耐久性が変わります。

外壁と内壁の間の通気はもちろんですが内壁となる木質パネルの内部でも換気を行う「W通気工法」で長持ちする家が実現します。湿度が一定なので快適な住み心地が提供できます。

S 永久に保証できるのですか？

O 定期的なアフターメンテナンスを実施して頂ければ、住まいがある限り永久に保証します。資産としても充分価値のある家だと自信をもってお勧めできます。

S 子の代、孫の代まで安心して住むことが出来る家なんですね。デザイン性はいかがですか？パネル工法の家だと既存のものから選ぶというイメージがあるのですが。

O 一軒一軒、設計に応じてパネルを作成していきますので、お客様のご希望を形にすることが可能です。

S ＳｘＬの工場を見学することはできますか？

O 実際に見てご納得いただければと思いますので、5月には工場見学ツアーをしたいと考えています。

S 質問も最後ですが、もう少し詳しい内容を聞きたい場合はどうすればいいでしょうか？

O 是非、カワトク向かいの菜園ショールームに気軽にお立ち寄りください。お待ちしています。

安心と安全、快適な暮らしを！！
永久保証ＳｘＬの住まい
ご紹介いただきました。


プランナー
小山田さん
常にお客さまの視点に立ったプランニングを心がけています。お客さまの理想を実現するプランをお客さまと共に創りあげたいと考えております。相談だけでも、お気軽にお越しください。

エス・バイ・エルの住まい 盛岡
〒020-0024
岩手県盛岡市菜園1丁目11−4
0120-83-3737





エス・バイ・エルの住まい 盛岡　岩手県盛岡市菜園1丁目11−4
お問い合わせ 0120-83-3737

オーナーさまを訪ねて
築50年
半世紀を過ぎて、なお健在。
家族の思い出と絆を、
明日につないでいく住まい。
1961年竣工　兵庫県・H氏邸


今から50年前、この地で分譲する4邸の建売住宅のひとつとして生まれた。初代オーナーさまに継いで、Hさんご家族がこの住まいに入居されたのは築後8年目。この住まいが元々持っていた良さを活かしながら、少しずつ手を加えてこられた。「それでも大部分は買った時のまま。外壁なんかもそうです」と、奥さまがおっしゃる。「阪神大震災でも、このあたりは被害のひどかった所なのですが、この家はビクともしませんでした」。5歳から25歳までここで暮らされた息子さんは「子どもの頃から過ごしてきた家というのは、やっぱり自分の原点。その家がまだ健在で、今も両親が住んでくれていて、こうして自分がいつでも帰って来られるというのは、幸せなことだと思いますね」

http://www.toishita.co.jp　エスバイエルの住まい 盛岡　検索




取材協力
モトワークス・アイアンロード
10:00～19:00 北上市成田22-21-4
TEL0197-68-2430

ハーレーの魅力が普通免許で体感できる
# シニアのオーナーが急増中!
## ハーレーダビッドソン「トライク（三輪）」

ここ数年、日本のオートバイ市場は、昭和50年代の、50CCのスクーターブーム以来、年々縮小傾向を続けていますが、近年のシニアの間では、ハーレーダビッドソンを颯爽と乗り回すライダーが増えています。中でも、二輪車の運転経験が無くても、普通免許でハーレーダビッドソンの世界を楽しめる三輪オートバイ「トライク」が、50代から70代まで幅広く人気で、週末や連休などに、夫婦でツーリングをする姿をよく見かけます。二輪車と違い、三輪車なので、後席に人を乗せても、重さを感じず安定感抜群。バックギアが付いているので、取り回しも楽々です。高速道路を２人乗りする際も非常に快適なオートクルーズコントロールも付いています。ハーレーダビッドソン正規販売のトライクは、走行距離無制限3年保証付1700CCで４２５万円から。3.9%150回払いのクレジットも完備しています。ぜひあなたも、普通免許でハーレーダビッドソンのオーナーになりませんか!お問い合わせは、ハーレーダビッドソン岩手またはモトワークスアイアンロードまでどうぞ。




シニアズ読者プレゼント
上記の公式限定アイテムを
10名様にプレゼント!
このチケットを切り取ってお持ちください!
Present Ticket

お問合せ先 ハーレーダビッドソン岩手
■10:00～19:00 ■盛岡市門2-18-10 ■019-601-3677


coffee style

# 優雅なひととき 珈琲道
## デイサービスと珈琲サロン「プリンセス」
茶道のお点前をコーヒーに取り入れた珈琲道



齊藤姫子
さいとうひめこ
珈琲道宗仙家家元
栄養士、生活相談員
食品メーカーの料理講師として勤務後
【H2】仙台にて自宅レストラン経営
【H15】珈琲道宗仙家創設
【H16】父の介護のため盛岡へ
【H26】珈琲サロン、
デイサービスプリンセスオープン

10年前、珈琲道宗仙家を創設した家元、齊藤姫子さんの珈琲サロンが、盛岡市天昌寺町にあります。昨年オープンしたモダンな洋風サロンには、おしゃれなインテリアとヨーロッパブランドの洋食器が並んでいます。きれいにセッティングされたテーブルにつき、おいしいコーヒーの入れ方をスマートな所作で披露する齊藤さん。コーヒー独得のえぐみを抜く方法、豆やデザート、食器、作法などの話を聞きながら、コーヒーの香りの中で、心が安らぎます。コーヒーは、脳の活性化、美容にもいいとか!?そして、サロンと併設しているのが小規模デイサービス。栄養士、生活相談員の資格を持つ齊藤さんが、食事を作り、きめ細かい心配りをしてくれるアットホームな施設。コーヒーを楽しみながら、介護に関わる親世代、子世代どちらも気軽に集まっておしゃべりできる、地域密着の交流の場になればとのこと。コーヒーの入れ方のほか、料理、テーブルセッティングなど各種カルチャー教室も随時開催。菓子コーヒー付きランチ会3,000円。ピアノを使ってのサロンコンサート、20名までの会合にも利用可能。



珈琲サロン
デイサービス プリンセス
〒020-0137 盛岡市天昌寺町7-18
tel.019-681-0352 fax.019-656-0100





NISSAN
DAYZ 日産デイズライフケアビーグル新登場!! NEW
デイズLVシリーズ
助手席スライドアップシート





デイズLVシリーズ
助手席回転シート
乗り降りしやすいシートが在宅介護をがっちりサポートします。

SERENA
セレナLVシリーズ
セカンドスライドアップシート
シートが車外に出てきて乗り降りをサポート。



出かけける喜びを、一人でも多くの方へ。
ライフ ケア ビーグル
福祉車両を「ライフケアビーグル」LV(Life Care Vehicles)と呼んでいます。

盛岡日産モーター(株) ご相談・お問い合わせ 0120-119623




盛岡日産モーター(株)本店
〒020-0863
岩手県盛岡市南仙北二丁目24-5
Tel.019-635-1124




盛岡日産モーター(株)盛岡北店
〒020-0125
岩手県盛岡市上堂四丁目1-12
Tel.019-641-5321

# 岩手に笑顔を！公楽グループ活動報告書「スマイルプロジェクト」

共に輝ける未来へ GOOD LUCK!

2011年の東日本大震災では岩手県沿岸地区でも甚大な被害に見舞われました。公楽グループ誕生の地、宮古市でも被害は大きく、震災後は宮古市を始めとする沿岸地区で、ボランティア活動・炊き出しなど、今私たちに出来ることは何かを考え行動してまいりました。

グループ各店が営業再開を出来るようになり、地域社会の皆様には感謝の気持ちで一杯です。しかし、沿岸地区を含め被害の大きい被災地では、まだまだ復興とは簡単に言えないほどの現実があります。
私たちは今後も何か出来ないかと「プロジェクトチーム」を立ち上げました。地域社会の皆様に少しでも笑顔と元気、そして明日への活力を生み出すお手伝いができないか議論を重ね、笑顔の輪を広げる催しなどを地域の皆さまと共に形にして参りました。
ここでは、活動の一部をご報告させていただきます。

## 大夏祭り



## ボランティア



## 炊き出し

公楽グループによる沿岸地域の支援活動は今年の夏で8回目を迎えます。特に宮古市で開催しているお祭りでは、毎回多くの方々にご来場いただき、売上金の全てを震災復興予算として宮古市への寄付に充てております。ボランティアや炊き出しも、社内有志の協力もあり、継続したものとなっておりますが、これらの活動は、偏に地域の皆さまのご理解とご協力によって支えられております。
従業員一同、深く感謝を申し上げるとともに、今後も皆さまとのふれあいを大切にしてまいります。
今後とも公楽グループを宜しくお願い致します。

公楽グループ

GOOD LUCK!

公楽グループは社員と
その家族、そして地域社会で
頑張っている人、チャレンジする
全ての人を応援します。

共に輝ける未来へ GOOD LUCK!

■グッドラック[good luck]とは…幸運を祈る。頑張って。しっかりね。お元気で。

公楽グループ

地域の笑顔、お客様の笑顔の為に
チーム一丸となって頑張ります!
TEAM GOOD LUCK



盛岡タイムス
企画協力 株式会社盛岡タイムス社
〒020-0015 盛岡市本町通3丁目9番33号
電話(代表)019-653-3111 FAX 019-622-5119
盛岡タイムス　検索

# シニアのための情報誌 シニアズ Senior's

発行:株式会社ウインドクロス　http://seniorsnet.jp　シニアズ 岩手　検索
〒020-0024 盛岡市菜園2丁目1-9 電話(代表)019-623-2788 FAX019-623-3735 メール info@seniorsnet.jp
【編集チーフ】川村龍雄 【編集スタッフ】古山そのみ/東出雅子/箱崎愛郎/髙見博子/セブン企画/村井由紀子/菊地陽一/今野洋介



時計&宝石 ―― いいものを真心こめて ――
MICHIMATA
盛岡市大通り 3 丁目 1-18　TEL019-651-1234



# 花巻温泉で春を満喫

87th Anniversary Since 1927

## 87 Anniversary Special Fair

バイキングコーナーに新しく「カニ&ムール貝」のコーナーが登場、グルメファン必食の新コンテンツ。その他、「ライブコーナー」では、16種類の日替わり串揚げや白金豚のステーキ・帆立炭火焼他、ワクワクメニュー満載。「デザートコーナー」では、花巻温泉名物バラロールケーキなど、盛りだくさんのメニューが味わえる。





87（八ナ）周年を迎えた花巻温泉では、桜の花の季節にちなんで、ホテル千秋閣・ホテル紅葉館・ホテル花巻の3館のレストランで「春の特別フェア」を開催。

洋食レストラン・プロスパーでは「春のオムライスフェア」、中国料理・和鏡では、「春の味覚フェア」、和食処・羽山では、期間中・1日30食限定「桜御膳・花おとめ」を提供中。

また、今だと宿泊が平日1室4名様で、8856円（大人1名料金）と格安の宿泊サービスもご用意されています。景観の良いこの時期のフェアともあって早めの予約が必要です。

（問）花巻温泉0198-37-2111



## 3館のホテルで大浴場・露天風呂・サウナの湯めぐりをどうぞ！

花巻温泉の源泉は、低張性弱アルカリ性高温泉で、ご高齢者やお子様にも安心して入浴できる泉質です。3館全てのお風呂めぐりをご利用になれるので、気に入ったお風呂で日頃の疲れを癒し、心ゆくまでゆっくりとおくつろぎください。

写真〈ホテル花巻 大浴場

## 待望のバラ風呂が登場！（女性限定）

写真/ホテル千秋閣

バラの生花をふんだんに使った「バラ風呂」が花巻温泉に登場。鮮やかな色彩と香りは、古くから、ストレスの解消と疲労回復に効果があると珍重されてきました。心身ともにリラックス効果をもたらす「バラ風呂」は女性の皆さまだけの限定サービスです。ぜひお試しください。

住宅型有料老人ホーム
ベルヴェーレの里
雄大な岩手山のふもと、美しい四季の廻りの中、
心穏やかな第二の人生を
野菜作り・園芸・グランドゴルフなどしながら
自治会、保育園児等との地域交流を盛んにしています！
訪問介護事業所
《ヘルパーステーション》
介護・福祉タクシー
介護でお困りの方のお力になります！
介護なんでも相談随時受付中！
お申し込み・お問い合わせ
TEL.019-601-5768
http://belvere.com 詳しい内容はHPでご確認ください！
JR田沢湖線小岩井駅近く！

FROM MORIOKA Baumkuchen
盛岡 想いをかたちに
南部片富士
NANBU KATAFUJI
好評発売中
噛みしめるほど広がる濃厚な甘みと香り！
タルトタタン TARTE DES DEMOISELLES TATIN MORIOKA
1袋／620円税抜 669円税込

不動産・リフォーム・住宅のことなら
株式会社理創生活 HouseDo 盛岡中央店
〒020-0805 岩手県盛岡市東新庄1-28-3　国道4号線沿い
0120-48-2348　理創生活　検索

お花見・ゴールデンウィークの行楽に
花巻温泉 レストラン情報

洋 ホテル千秋閣12階洋食レストラン「プロスパー」
春のオムライスフェア
オムレツのせシーフードカレー
開催日 5/31まで　時間《ランチ》11:00-14:00　定休日 水・木曜日
内容 3種の特製オムライス＋スープ＆サラダバー・デザート・コーヒー付

和 ホテル花巻7階 和食処「羽山」 1日限定30食
桜御膳「花おとめ」
羽山の新名物「花の巻寿司」をメインに花に囲まれた花巻温泉らしさを表現した和食膳がおすすめです。
開催日 4/17-5/6　時間《ランチ》11:00-14:00 /《ディナー》18:00-21:00
料金 2,700円(税込)　★その他にも様々なメニューをご用意しております。

中 ホテル紅葉館7階 中国料理「和鏡」
春の味覚フェア
開催日 5/31まで　時間《ランチ》11:00-14:00 /《ディナー》18:00-21:00
定休日 月・火曜日　内容 蟹肉入りあんかけ焼きそば/桜海老とカリカリ梅の炒飯/海の幸の春巻
左／蟹肉入りあんかけ焼きそば
右／桜海老とカリカリ梅の炒飯

Family Viking
GWファミリーバイキング
ゴールデンウィーク
4/25土・26日・29水　●ホテル花巻「胡四王の間」
5/2土～6水　●ホテル千秋閣「グレイトホール瑞雲」
●ランチ／11:30-14:30　●ディナー／17:30-20:30
ステージアトラクション 毎回開催 12:00～(45分)
●大人……2,300円　●小学生…1,300円
●シニア…1,800円（60歳～）　●幼児……500円（3歳～）
※表示の価格は消費税別

おかげさまで 87周年
花巻温泉 SINCE 1927 国際興業グループ
お問い合わせは　TEL 0198-37-2111 岩手県花巻市湯本1-125
お得な情報が満載！詳しくはホームページで！　花巻温泉　検索