

2016.03月号 無料配布

【月刊150号】次号 3月27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
〒020-0024 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
【編集チーフ】川村龍雄 【編集スタッフ】古山そのみ/高見博子
セブン企画/村井由紀子/菊地陽一/今野洋介/細田睦

大人のための情報紙 シニアズ
Senior's

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

あなたの輝く文化生活を応援します
文具・画材・額縁・インテリア

平金商店
パステル館

肴町ななつく4階 パステル館 検索

想いを筆にのせて30年 願いが叶い
オーダーメイドアート作家に



オーダーメイドアートは作品の内容により額縁まで3万円からになるそうです。

熊谷さんのライフワーク「オーダーメイドアート」。それはモチーフ・色・構図・大きさ等、依頼者のリクエストを形にするだけでなく、被写体へ抱く想いや込めたいメッセージを引き出していく特別な絵です。
幼少の頃から漫画を描くのが好きだった。
美術団体 新構造社の

たという熊谷さんが、本格的に絵を始めたのは、ある夏の日、北へ帰りそびれた二羽の白鳥を目にしたことがきっかけです。励まし合うようなその姿、心に焼き付いたイメージを絵にしたことで、自分自身が元気づけられたといいます。それから30年、ストーリーを込めた絵を独学で描き続けています。



くまがい しん
熊谷 伸 さん (58)

以来「千支の虎の絵を我が子のお守りに」「退職祝い」「家族が揃った幸せな笑顔の瞬間を残したい」「等、想いの詰まった一枚一枚を完成させてきました。平面でありながら、過去にも未来にも思いを馳せることができる、そこに新たな物語をのせることができる。一筆入魂の絵だからこそ、心を惹きつける魅力があります。

実は熊谷さんは、盛岡市の老舗レストラン「和かな」の営業部長。仕事の合間に少しずつ筆を入れていくので、絵の製作には1〜2カ月かかってしまうそうです。それでも、あの夏の日、自分自身が勇気づけられたように、誰かが心の中で大切にしている場面を絵で映し出していきたく、と日々想いを筆にのせています。

「ケアスタッフサービス」で検索
お問い合わせ先
TEL 019 623 0707

新人賞やクサカベ賞、淡路花博ジャパンフロラ2000花の大賞展入選など、実力を磨いていた熊谷さんに絵の依頼があったのは、今から5年ほど前のこと。最初の一枚は、亡くなった猫をメルヘンアートで描いてほしい、というものでした。

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 019-623-2400
盛岡市大通3丁目3-10 七十七日生盛岡ビル9階

介護施設が実際に行った、雇用環境改善
取り組み教えます
介護施設の人材不足が顕在化している中、ヒロキキャリアスタッフでは厚生労働省の委託事業として、介護事業所の雇用管理改善を通じて、人材不足の解消をサポートしてきました。
その一環として、1月、2月に行った「なぜアノ介護施設はスタッフが辞めないのか?」と題したセミナーは、共に満員。キャンセル待ちがでるほどでした。
「ケアスタッフサービス」で検索
お問い合わせ先
(株)ヒロキキャリアスタッフ
人材不足分野における人材確保のための雇用管理改善促進事業事務局
TEL 019 623 0707

エイデル
不動産エージェントがお手伝いします!!
売買 賃貸 仲介 管理 査定
ネットワーク盛岡駅前店 盛岡市盛岡駅前通 9-12 TEL.019-604-3344
株式会社理創生活
0120-48-2348 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

FDAチャーター機を利用して「いわて花巻空港」から「直行」ひととび!
美しい大自然の沖縄県宮古島!
感動の旅のみどころ
宮古島諸島感動の3日間
旅行期間 / 2016年4月28日(木)~30日(土)
旅行代金 / 本館の場合
【1室2名様ご利用の場合】 145,000円
【1室3名様ご利用の場合】 142,000円
【1室4名様ご利用の場合】 139,000円
【1室1名様ご利用の場合】 159,000円
募集人数 / 32名様(最小催行人員20名様)
◆添乗員 / 同行致します。
1室4名様ご利用と1室1名様ご利用はリクエストでの受付
タワー館希望の場合は本館金額にそれぞれ一人様6,000円追加になります。

美しい大自然の沖縄県宮古島!
感動の旅のみどころ
1 池間大橋
宮古島と池間島を結ぶ全長1425mの青い海にかかる橋
2 伊良部大橋
2015年1月完成、全長3540mの無料の橋では日本最長で話題
3 通り池
県天然記念物指定、高台に深いコバルトブルーの海水を湛える神秘的な池
4 与那覇前浜ビーチ
東洋一美しいと称される沖繩を代表する7km近い白砂
5 東平安名岬
宮古島最東端、右に太平洋、左に東シナ海と紺碧の海に2kmにわたって突き出す美しい岬でほぼ360度の水平線の風景を見ることが出来ます。宮古島人気No.1

ホテルブリーズベイマリーナ
HOTEL BREEZE BAY MARINA
宮古島の南岸に位置し、観光、マリナー向け対応型ハイクオリティなリゾートホテル。敷地内には、小さなお子様も安心して遊べるガーデンプール、温泉等の設備があり、清潔感あふれる客室にはアメニティーも充実しております。
旅行表
いわて花巻空港 (FDAチャーター直行便) 宮古島空港 (貸切バス) 宮古島泊
4月28日(木) 13:20 17:05 17:20 17:50
4月29日(金) ホテル(朝食) 宮古島海中公園 雪塩ミュージアム 池間大橋 池間ドライブ 島尻マングローブ 伊良部大橋を海上ドライブ 通り池 佐良浜漁港(昼食) 与那覇前浜ビーチ(東洋一美しいと称される白砂) 来間大橋 電音城展望台 宮古島泊
4月30日(土) ホテル(朝食) 東平安名岬(宮古島最東端、ほぼ360度の水平線の風景を見ることが出来ます。宮古島人気No.1) 宮古島空港 (FDAチャーター直行便) いわて花巻空港
10:30 11:15 14:25
(株)カワトクトラベル 019-651-1111
www.kawatoku-travel.com



小原さんが好きな場所は、桜の名所でもある盛岡市の米内浄水場近郊。自然の移りかわりを肌で感じながら、愛犬と散歩するのが癒しの時です。春色アウトドアファッションで普段の散歩がますます楽しくなりそうです。

衣装協力: アウトアライフ グリーンハウス

モテ爺 Dandyism

アウトドア
ファッション
×遊び心



小原 正弘 さん(73) 中華そば「湊太郎」オーナー

計静電気の発生を抑える。アクティブなシニア世代

まだまだ油断できない岩手の寒さ。防寒はしっかりとしながら、春色を意識した着こなしで元気にお出かけしませんか。
ライトグリーンのジャケットは防水耐久性、防風性、透湿性を兼ね備えたゴアテックスプロダクトの製品。春特有のベタ雪や強い風の時も安心です。ミックスグレーのスイットパーカーは、柔らかなコットンをメインとした厚手の裏起毛素材。ポリエステルも混紡されているので速乾性にも優れています。シンプルでありながらフード部分にブランドロゴが刺繍されたポップなデザインが印象的です。インナーのチェック柄シャツをジャケットと同系色にすることで、程よいアクセントと統一感が生まれます。黒のボトムスは防寒・ストレッチ素材に加え、乾燥しがちなこの時期に心強い静電気が設計されている。静電気を抑える。アクティブなシニア世代

今回ご紹介したアイテムは、寒い地域柄に合わせて、ほとんどが秋・冬のラインナップですが、それを軽やかな春の雰囲気にしてきているのが足元の登山靴です。登山靴といっても低山のローカットシューズなので、ウォーキングや散歩などのタウンユースにもぴったり。丸みを帯びたつま先部分やカラフルな紐が若々しいカジュアル感を引き出します。履きやすく歩きやすい、歩行をサポートしてくれるような軽さがいね、とモデルの小原さんもお気に入りの様子でした。
着ているだけで気持ちがいい元気になるアウトドアファッション。フードの大きなロゴやカラフルな靴紐など、ちょっとした遊び心を楽しむことがモテ爺の秘訣かもしれませんね。

株式会社川徳アネックス店 府金克典

ファッションの窓

盛岡の藍染スプリングコート

このコートは薄手のリム位の厚さの生地を「縹」色に染め上げたもの。藍染は濃淡で様々な名前が付けられていて、縹はちょうど中間となる基準色。日本人

3代目の滝浦輝夫さんは、平成27年国選定卓越技能賞「現代の名工」を受賞。藍染液の発酵が難しいとされる冷涼な岩手の風土だからこそ出せる、深く凛と冴えた色合いに情熱を注いでいます。

染めを行った有限会社染屋たきうら(工房は盛岡市つなきの盛岡手づくり村内)では、タデ科の藍草を使い「五法木灰汁発酵」という江戸時代後期から伝わる伝統技法を守り続けています。

今回の、伝統的な技法で丁寧に染められた「藍染スプリングコート」の紹介。世界には何十種と青色に染め上げる植物があります。希少価値が高いのが日本の藍染です。



モデルの熊谷さんの耳元にも注目。実は、グリーンのピアスは「岩手県」の形をしています。グラデーションになっている藍染のストールや、自然素材の風合いがあるアクセサリーなどで、さらにお洒落に着こなししています。

熊谷晴子さん (盛岡市大沢川原・熊ヶ井旅館 女将)

出張撮影 おまかせください!!

どんな撮影が頼めるの?

写真をもっと身近に **フォト・グルリット**

お問い合わせ **019-681-4608**

メール / info@guritt.jp

スポーツ イベント 発表会

他にもご相談いただければ撮影いたします。

エステティックサロン **Grande Nature**

～平日限定プラン～

AM10:00～PM4:00まで入店のお客様

経絡リンパマッサージ 通常 ¥6,000 (税別) **¥4,500 (税別)**

小顔リンパフェイシャル 通常 ¥6,800 (税別) **¥3,500 (税別)**

080-3692-5488

いくつになっても美容を楽しみたい

断然お得 **カラー会員**

年間5回以上染めるなら...
いつも美しい大人の女性を演出する

美容花耶グループでは **¥30,000で1年間**

何度でもヘアカラーをお楽しみいただけます。

毛先までのカラーはプラス1,000円になります。

ご予約 **ブルーテール tel: 0120-878098**

ns-stage GROUP Let's Play Together

あなたの人生にキャンピングカーのある生活を。

取り扱い店 エヌス・ステージグループ本部 〒020-0831 岩手県盛岡市三本柳11-8-10 (シボレー盛岡内) エヌス・ステージグループ総合受付ダイヤル ☎ 0120-489-025

アメリカントラベルトレーラー「エアストリーム」は、長きに渡りアメリカで愛され続けているキャンピングカーのブランドです。用途に応じた豊富なラインナップを取り揃えています。

EDDIE BAUER 27ft **AIRSTREAM JAPAN**

車両本体価格 **14,395,000円**

エヌス・ステージグループがお届けするキャンピングカーの新しい世界をあなたへ。

各種ブランドのキャンピングカー&トレーラーを取り扱っております。お客様の用途、ご予算・ご要望に応じた相談も承ります。お気軽にお問い合わせ下さい。

オフィシャル総合サイト **ns-stage.jp** エヌスステージグループ 検索

※車両本体価格には、登録に伴う諸費用、及びリサイクル料金は含まれておりません。別途必要となります。詳しくはスタッフまでお問い合わせ下さい。

高齢も何のその

県文化財愛護協会顧問 金野静一さん



金野静一さん

岩手県 日本教育会、教育弘済会岩手支部顧問、文化財岩手県歴史研究会顧問 金野静一さん(92)。

として高 大船渡市出身で、8人兄弟の長男、父親や弟は教育が県文化財愛護協会顧問、

大学では地理、日本史、民俗学などを学びました。卒業後教育界に入り、県教委県立学校課長、盛岡大学短期大学部教授などを歴任されました。その後県立博物館長、県文化財保護審議会長も勤められ、この審議会長時代には平泉のミイラ保存にも立ち合われました。

研究や調査結果などを記録執筆され、新聞や雑誌などに発表されることも多く、岩手県史や民俗学的事情に「一般市民がこれらに親しむ要因をつくられました。」

また講演要請も気軽に受けられ、これまでに多くの冬休み以外は、登校する子供に声をかけると「ほぼ100%の子供たちが元気に挨拶してくれるんですよ」とほほ笑む熊谷さん。顔なじみになった小学生からは中学・高校生になっても声をかけてくれるそうで、「小学生の子供が大人になり、赤ちゃんをおんぶして挨拶してくれるのは、とても嬉しいですね」と熊谷さんは話します。

登校見守り28年

盛岡市交通安全指導隊 隊長 熊谷春夫さん



知事表彰、緑十字銅賞も受賞されている熊谷春夫さん

平成元年10月から、雨の日も雪の日も毎朝7時半から40分、山岸小学校東側の信号機の無い交差点に立ち、通学する子供らと元気に挨拶を交わしているのは、盛岡市交通安全指導隊・隊長の熊谷春夫さん(65)です。

熊谷さんは、昭和25年5月、5人兄弟の長男として盛岡市下米内で誕生し、今はなき浅岸小学校・同中学を卒業し、盛岡市立高校を卒業後、燃料品関係の会社に転職し現在に至っています。

交通安全指導隊(事務局・盛岡市内丸12・盛岡市民部)から安全課内)に入隊したきっかけは、当時の前任者が3、4年ほど地区内に不在だったため、浅岸駐在所の警察官から白羽の矢を立てられたこと。熊谷さんは、2度断ったにも関わらず、職場や町内会長の承諾まで取ってきた警察官の熱意に打たれ、交通安全指導隊員の実情に、「幼稚園児や小学生・中学生のいるお父さん達に、積極的に手伝ってもらいたい」と話しました。

現在出版予定の3冊分の原稿もあり、著書には、岩手県の地名、岩手の伝説とをわかりやすく語られていて、日めくり草子、三陸物語、岩手県の不思議辞典、義経北行(上・下巻)鬼の面など多数あります。

シニア向け三味線教室

紫波町・北上市で開催



生徒らが自慢できるような師匠でありたいと語る藤原さん

平成元年、紫波町生れの藤原翼(27)さんは、現在、紫波町のオールドガールズラザと北上市のさくらホールで、シニアを対象にした三味線教室を開催中です。生涯学習の一環として、日本古来の三味線や尺八など和楽器に対するシニアの関心が高まっていることを受けて、手軽に三味線に接してもらおうと、2時間のレッスンを月2回、2千5百円の月謝で実施中です。藤原さんは3人兄弟の長男。幼少の頃から母親が弾く三味線の音色を聞いて育ちました。中学の頃、実際に三味線を習いたいと母に相談、三味線教室に通うことになったのですが、バチの持ち方も分からず、聞き慣れていたような音も出せずに、苦勞したそうです。やがて高校生になり、弘前市で津軽三味線の全国大会があると聞き、見に行った藤原さんは、その時の優勝者の演奏を見て「この人みたいな演奏をした」と、その優勝者に師事。以来、毎週土曜日の稽古のため、弘前市に通い続け、高校卒業後は専門学校へ就職しサービスタウンとして館内イベントで三味線演奏をして客をもたせました。藤原さんは、2007年津軽三味線全国大会C級入賞、2009年同大会B級入賞・団体B準優勝、2010年同大会でA級入賞・団体B準優勝と入賞経験を重ね、三味線一本でやっていくという2年前退職して独り立ち。昨年1月からは教室を持ち、シニアに三味線を教える傍ら演奏に磨きをかけ、さまざまな演奏活動でステージに立っています。目下、今年5月に弘前市で開催される三味線全国大会に出場する予定です。紫波町のオールドと北上市のさくらホールで開いている三味線教室に來られない場合は、出張レッスンも受け付けているとのこと。

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

情報漏洩防止対策万全

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

●お問合せ・お申し込みは

株式会社 **リードコナン**

TEL 019-656-5300

F 020-0866 盛岡市本宮字六丁目32-30
FAX 019-656-5333

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《3月の西部公民館パソコン教室》

●エクセル初級・・・2日(水)3日(木)10時～16時
●パワーポイント入門・・・5日(土)6日(日)10時～16時
●ワード中級・・・9日(水)10日(木)10時～16時
●初めてのタブレット端末・・・17日(木)10時～15時
●エクセル中級・・・19日(土)20日(日)10時～16時
●パソコンお助け相談会・・・23日(水)10時～15時

【お問い合わせ】西部公民館 ☎019-643-2288
☎019-681-6160 Eメール isn@mbr.sphere.ne.jp

株式会社 昭和建設

高気密・高断熱住宅 あったかリフォームで快適な生活

高気密高断熱住宅とは、壁・床・天井などに断熱材を使って高い断熱性・気密性を実現した住まいのことです。外気を遮断し、暖かい空気を室内に循環させることにより快適に過ごせるという理想の住まいです。

家の断熱性が健康改善に効果があることをご存知でしたか？

健康改善率

	リフォーム前	リフォーム後
アレルギー性鼻炎	28.9%	21.0%
高血圧症	8.6%	3.6%
肺炎	3.2%	1.2%
糖尿病	2.6%	0.8%
心疾患	2.0%	0.4%
脳血管疾患	1.4%	0.2%

断熱材といえばグラスウールが主流ですが私たちは発泡ウレタンを推奨しております。外壁の内側に吹き付けるので断熱効果が高く経年劣化にも強いのが特徴です。また、柱や壁を支える接着剤の代わりにも、家全体の強度が増します。

株式会社 昭和建設 新築・リフォームお家のことなら TEL.019-646-5866(代)

60才以上がお得! さらに同伴者もお得!

愛真館シニアプラン

期間 2016年1月4日～3月31日(土曜・休前日除外)

プライベートな時間を重視
ご夕食はお食事処にて、女性に好評の椅子テーブル席をご用意しております。四季折々の旬を盛り込んだ和食膳をお楽しみください。

1室大人2名様～5名様まで 同一料金

平日 1室2名様以上の場合 お一人様 **7,800円** (税別)

平日限定/1日限定3室 1名利用可能3,000円(税別)増

※料金は1泊2食付、サービス料込み ※消費税別、入湯税別(150円) ※本館または西館のご利用です。
※お一人様1,000円(税別)増して、別館にグレードアップできます。 ※土曜・休前日除外となります

盛岡駅発(予約制) 無料シャトルバス運行中 盛岡駅西口2階バスターミナル28番発(愛真館行き)10:15/14:45/16:00(約25分)

愛真館 TEL 019-689-2111

文芸評論家
吉見正信

本文「陳涉、少時嘗テ人ノ与メニ傭耕ス。耕ヲ輟メテ壘上ニ之キ、帳帳スルコトクシウシテ曰ク、苟クモ富貴ナレバ、相忘ルルコト無力ラン、ト。庸者笑ツテ応テ曰ク、若、傭耕ヲ為ス。何ゾ富貴ナランヤ、ト。陳涉太息シテ曰ク、嗟乎、燕雀安ソノ鴻鵠ノ志ヲ知ランヤ。」と。出典は司馬遷の『史記』



嗟乎、燕雀安ソノ鴻鵠ノ志ヲ知ランヤ

大意は、「陳涉が若い時に、人に雇われて耕作していたことがあった。耕すのをやめて高い丘に上りて一休みし、わが身の上を嘆いて言った。もし俺が富貴になったら、君のことを忘れまいぞ、と。すると、雇われている者たちは皆笑って言うのだった。お前は人に雇われている分際、どうして富貴になんかなれるものか、と。陳涉はため息をついて言った。ああ、燕雀のような小鳥には、大

きな鳥の心なんかわかるもんか。」と。うしかなかった。この寓話は、志(のぶ)を高く持てとの戒めでもある。ただ、陳涉の「志」に対して、それを笑って相手に思っていない連中を可哀想に思ってしまったというところは、それで果して終りとした寓話であるかどうかを吟味しなくてはならない。それを思うと、今日の日本の若者はどうその点を議論するだろう。あるいはまた、現代社会において中国人の若い世代はどう受けとめているであろう。少くとも中国では何千年もの年月を費してすっかり

人生を諦めきった「没法子(めいふ)子(こ)」(もうどうしようもないのだ)ということが人民の常識となつてしまつて今日に至つては歴史がある。しかも現在の中国の独裁政権下という現実もある。日本の若者たちは、明治の近代化の中で、クラーク博士の「ボーイズ・ビーアンビシャス」の至言も知つてゐるし、ハングリー精神だの、ベンチャー企業だのの知見も身につけていよう。なればこそ即ち陳涉の言う夢として抱いていた「鴻鵠ノ志」を、大いに若者たちが堅持し、貫徹してくれなければ「明日の日本」は覚束ないのだが……。

中国故言の叢智



サッポロビール
黒スル北海道&東北(シニオン)

サッポロビールは、3月、北海道新幹線の開業記念として北海道、東北地域で特別の黒ビール(アルミ缶入り)を発売。北海道の大麦芽と東北産ホップを使用。抽選で350ml 24缶1ケースを1名様にプレゼント。

資生堂プリオール
カラーコンディショナー

普段のコンディショナーだけで生え際白髪目立たない。髪に少しずつ色合いを与えて気になる白髪を目立たせない。つやのある美しい髪色に整える。男性にも人気です。抽選で3名様にブラウン・ダークブラウン・ブラック どれか1色プレゼント。

若手読者のとらまづ
酒造の「とらまづ」

どぶろく特有の甘さと酸味を備えた低アルコールで甘口のお酒。杜つあんが酒蔵の奥でドロリドロリと仕込んだ隠し酒。720ml入り3名様にプレゼント。

読者プレゼント

宛先は〒020010024
盛岡市菜園2丁目1の9
株式会社ウインドクロスシニア編集局です。

郵便はがきにあなたの郵便番号、住所、氏名、希望の商品、どこでシニアズを見たか、面白かった記事・広告をご記入下さい。

いずれも3月15日消印有効です。商品の発送もって発表にかえさせていただきます。

文芸作品募集

俳句・短歌・川柳の三部門の作品を募集しています。各回各部門3〜5編を掲載予定、毎月締め切りです。▼応募方法 郵便はがきに三編以内の作品(部門名を明記ください)を書き、住所、氏名、性別を記入ください。

▼掲載作品の作者には粗品を進呈します。
▼宛先 〒020010024 盛岡市菜園2丁目1の9 株式会社ウインドクロスシニア編集局読者係まで

「川柳」
親子だねえおんなじ鼻が卓囲む 盛岡市大谷朱美
漬け物と番茶で足りる友が寄る 盛岡市小原金吾
義理チョコももう届かなくなる二月 友達は神仏だけになつてくる 滝沢市田中士郎
あせつてもあせらなくとも歳はとる 盛岡市上野享

▼第27回若手公衆衛生学会学術集会
「岩手県における生活習慣病の現状と課題」
日時:3月5日(土) 特別講演:13時15分~14時15分(予定)
シンポジウム:14時20分~16時00分(予定)
場所:岩手県歯科医師会館 5階8020大ホール
参加費:無料(事前申込み不要)※一般の方も自由に参加できます。
内容:特別講演「生活習慣病予防のこれからの課題-保健指導から整備環境へ」シンポジウム「岩手県における循環器疾患の現状と対策」
問合せ:岩手医科大学 衛生学公衆衛生学講座(担当)佐々木弓枝 Tel.019-651-5111(内線5775)

読者のコーナー

訂正
中、4段目中心の「全国審判員も」の部分は削除します。

盛岡市保健福祉部長寿社会課のイベント

■盛岡市はなまるシニア太極拳体験教室
「太極拳を取り入れた健康体操」
日時:3月16日(水)10時~11時30分
場所:愛宕山老人福祉センター(愛宕下) Tel.019-624-2208
参加費:無料
対象:概ね60歳以上の方 ※太極拳初心者
問合せ:生きがい推進係 Tel.019-603-8003

■盛岡市マッサージ指導教室
「介護予防を目的とした集団指導『簡単筋力アップ体操』」
①日時:3月1日(火)、12日(土)、15日(火)、26日(土) 10時15分~12時15分
場所:愛宕山老人福祉センター(愛宕下) Tel.624-2208
②日時:3月25日(金)10時15分~12時15分
場所:太田老人福祉センター(上太田細工) Tel.659-2133
③日時:3月4日(金)、18日(金)13時30分~15時30分
場所:青山老人福祉センター(青山三) Tel.646-1593
④日時:3月10日(木)10時~12時
場所:都南老人福祉センター(湯沢一) Tel.638-1122
参加費:無料(タオル・飲み物持参)
対象:概ね60歳以上の方(申込み不要)
問合せ:生きがい推進係 Tel.019-603-8003

■はなまるシニア筋力アップ教室(特別編)
「今日から始める!介護予防で健康長寿」
日時:3月2日(水)開場13時 開会13時30分~
場所:プラザおでって3階 おでってホール
参加費:無料
対象:盛岡市内在住の概ね65歳以上の方(事前申込み不要)
定員:100人
内容:介護予防のための筋力アップ体操、口腔体操、食事の工夫をご紹介します。
※体操を行いますので動きやすい服装で
問合せ:地域ケア係 Tel.019-613-8144

■はなまるシニア筋力アップ教室
①日時:3月8日(火)午前10時~11時30分
場所:青山区活動センター3階 ホール
②日時:3月15日(火)午後1時30分~3時
場所:盛岡市保健所1階 プレイルーム
③日時:3月16日(水)午後1時30分~3時
場所:都南公民館1階小ホール
参加費:無料(中ズック・タオル・飲み物持参)
対象:概ね65歳以上の方(申込み不要)
内容:簡単筋力アップ体操
問合せ:地域ケア係 Tel.019-613-8144

イベント情報

■盛岡市先人記念館
「収蔵資料展『盛岡の商家とひな人形』」
日時:~4月17日(日)まで
9時~17時(入館は16時30分まで)
休館日:毎週月曜日(祝休日の際は翌平日) 毎月最終火曜日
場所:盛岡市先人記念館 2階企画展示コーナー
入館料:[個人]-一般300円/高校生200円/小中学生100円
[団体(30人以上)]-一般240円/高校生160円/小中学生80円
内容:盛岡市内の老舗商家からご寄贈いただいた貴重なひな人形や、その商家にまつわる史料、またひな祭りに関連する錦絵などを展示します。
問合せ:盛岡市先人記念館 Tel.019-659-3338

傾聴ってご存知ですか?

…こんな悩みのある方…

- 知り合いには打ち明けられない悩みがある
- いらいら感・不安感・孤独感がおさまらない
- 弱音や泣き言、愚痴や不満を話したい

聴く専門家があなたのお話相手いたします。
あなたの心の内を全て受けとめます。
出張訪問可能です!!
各種料金プランございます!まずはお電話下さい!

あなたの専門担当者 藤原みずえ
お問い合わせ先 080-3405-5527
lachiccafe@gmail.com

盛岡市津志田 モデルハウス公開中

地震に強い! 火災に強い! W断熱で暖か~い住宅にしませんか?

こんなご不安やお悩みは御座いませんか?
銀行に預けている良いのだろうか?
税金
消費税が上がることで将来が不安
子供や孫に財産を残してあげたい

光熱費ゼロ 全国初登場!
※SXL 展示場として初登場

毎週土日は住宅相談会
0120-83-3737
エス・バイ・エルの住まい 盛岡
HP アドレス http://www.toishita.co.jp

KOURAKU GROUP お客様に「愛」を込めて。パチンコ・スロットに「愛」を込めて。

I LOVE PACHINKO & SLOT
パチンコ スロット

公衆グループ 本社 / 岩手県盛岡市上堂4丁目1-20 (019)645-8118(代表)

結婚 & 婚約指輪

あなたと一緒に
いたいから



道又
盛岡市大通り3丁目1-18 2F
TEL.019-651-1234

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

「シニアズ」は
盛岡タイムスに折込まれます。

協力 **盛岡タイムス**

盛岡タイムス 検索

〒020-0015 盛岡市本町通3丁目9-33
TEL019-653-3111 / FAX019-622-5119



IGRいわて銀河鉄道「盛岡駅」駅長
三田村 豊さん(65)

乗客の安全輸送を モットーに

「戦後日本の経済成長を支えるため、せわしなく働いてきた団塊世代の皆さんには、落ち着いてゆっくりと鉄道の旅を楽しんでもらいたいですね」と話す三田村豊さんは、旧西根町(現八幡平市)大更出身の昭和25年生まれ。地元の小中学校を卒業後、盛岡工業高校へ汽車通学をしていた際、毎日近所で接する制服制帽の鉄道マンに憧れ、昭和44年4月に、国鉄(現JR)の盛岡鉄道管理局に入社しました。

荒屋新町駅での勤務を皮切りに、岩手松尾(現松尾八幡平)駅、好摩駅、盛岡駅輸送本部での勤務後、旧安田火災海上保険 現損保ジャパン)に出向。2年間の保険営業職を経験した後、再び盛岡駅輸送本部に戻り、茂市駅長、盛岡地区指導センター保安担当を経て、平成18年IGR盛岡駅助役として出向しました。

その後、IGR三戸駅長、IGR本社安全対策室長を経て、平成27年3月からIGR盛岡駅長として現在も勤務しています。通常業務とは全く畑違いの保険会社に出向した経験が現在とても役に立っていると話します。

三田村さんは、好摩駅勤務時代に、「玉山村民営」という団体旅行を手がけたことが縁で、休日は一人旅に出かけることが多い。

今後の抱負を、「昨年11月にIGR本社が青山に新築移転したことで、以前と比べ自社沿線になり、フットワークがよくなったので、今まで以上に沿線地域のイベント等に参加し、地域住民の皆様と関わりを持ち、駅の活性化に取り組みたいと思っています。」と語ってくれました。

昭和39年の東京オリンピックの日本女子バレーの活躍に触発され、中学時代は、9人制だったバレーボール部で県大会に3度出場するなど活躍。6人制に変更された高校時代や社会人になってからも、しばらくバレーボール選手として活躍した三田村さんの現在の健康法は、毎日欠かさず納豆を食べること、休日20〜30分のウォーキングです。

複合型福祉施設兼福祉避難所

ベルグーの母

オープニング職員募集!

滝沢市初の
小規模多機能型居宅介護施設が
平成28年6月オープン! 予定

雄大な岩手山を望む、自然豊かな広大な小岩井農場近隣、盛岡駅から電車10分!三ユータウン内で働いてみませんか!

募集職種 ケアマネージャー、看護師、介護職員、調理員、ドライバー

無資格者も大歓迎!!

「資格取得補助制度」&「夜勤仮眠」有

【小規模多機能型居宅介護施設&サービス付き高齢者向け住宅】
*「通い」「訪問」「泊り」地域の皆様のニーズを柔軟にサービス
*地域包括ケアシステムへのさきがけ!
*介護・医療・福祉・行政・地域住民との連携充実と実績!
*介護福祉タクシー事業による通院送迎サービスの充実など!

入居・利用に関しては、お気軽にご相談ください。

お申し込み・お問い合わせ

TEL.019-601-5768

メールでのお問い合わせはtanhd2012@future.ocn.ne.jp

小岩井駅 近く!

岩手県滝沢市大釜 林445-1

今年の県内交通事故 死者80人中47人が高齢者

県警本部交通部は、平成27年度の交通事故統計をまとめたが、高齢者がかかわる事故が増加しており死者も増えています。

特に死者は、

80人中47人、58.8%が65歳以上の高齢者	11人も増えています。負傷者は全体で3220人中608人、18.9%が高齢者でした。
交通事故発生件数は256件で、昨年より152件少なくこの10年間で最低ですが、死亡事故は12年より16件も増えました。	交通事故発生時間は、16〜18時が最も多く429件、次いで15〜17時が317件、17〜18時が337件、12時が329件、10〜11時が320件、14〜16時が309件となっており、出勤、帰宅時間帯がピークとなっています。
屋敷別では、事故そのものは夜間発生は26.5%ですが、死亡事故は夜間が52.6%と半数以上を占めています。道路別人身事故発生件数では市町村道が最も多く985件、国道が933件となり、死亡事故は国道が33件、市町村道25件となっています。	国道での類型別事故件数は人対車が71件7.6%、車両相互が84件90.0%、車単独2.4%ですが、死亡事故だけを見ますと、人対車15件45.5%、車両相互11件33.0%、車単独7件21.2%となっています。

タイヤ・ホイールの販売・買取も当社にお任せ下さい

廃車・事故車・中古車

高価買取 お売り下さい!!

廃車.com 廃車手続 無料

廃車引取

廃車ドットコム盛岡

紫波郡矢巾町高田11-24-1 (廃車ドットコム) 検索

0120-814-565

お気軽にご相談ください 受付時間 9:00~18:00

期間 2016. 4/15(金)まで

花巻温泉創業88周年特別プラン

花巻温泉株式会社はおかげさまで88周年を迎えました。日頃の感謝の気持ちを込めて宿泊プランを特別価格にてご提供いたします。

平日1室 4・5名様 ご利用の場合(ホテル紅葉館・ホテル花巻2館共通)

1泊2食 お一人様(大人) **8,888円** (消費税込)

1室3名様 9,888円 (消費税込)

1室2名様 10,888円 (消費税込)

※大人には別途入湯税150円がかかります。※お部屋は基本和室10畳間となります(禁煙ツインルームも有) ※土曜日・休前日料金は別途お問合わせください。 ※チェックイン15:00 / チェックアウト10:00となります ※[子供料金]小学生/大人の70% 3歳~小学生未満/大人の50%

夕食 **かに & 牛ステーキ食べ放題 & 北海道フェア開催中!!**

ホテル紅葉館 和洋中旬彩バイキング

ホテル花巻 和風ふるさとバイキング

朝食 **かに雑炊が好評!和洋バイキング(2館共通)**

88周年特別プラン特典

JAIいわて花巻の平成27年産米900gをプレゼント

18:00~21:00(最終入場20:00) ※状況により、17:30~19:00、19:15~21:00の2部制となります。 ※夕食会場・開場時間・料理内容は変更になる場合があります。

おかげさまで 創業88周年 **花巻温泉** TEL0198-37-2111

お得な情報が満載!詳しくはホームページで!

〒025-0304 岩手県花巻市湯本1-125 花巻温泉 検索