

2021.2月号 無料配布

【月刊209号】次号/2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。

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 ダビントビル
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/藤本麻奈美/太田有紀

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

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 岩泉 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

大人のための情報紙 シニアズ
Seniors

盛岡の中心部から矢巾町に全面移転した岩手医科大学。広大なキャンパスには、4つの医療系学部を有する大学と、ヘリポートも備えた北東北・北海道最大規模の附属病院が隣接。「医療人は患者さんのそばに」というコンセプトを、新時代の医療の拠点モデルとして、国内、そして海外からも注目を集めています。

十数年にわたり、段階的に進めてきた移転事業も、2019年9月に附属病院が移転し完了。そんな岩手医科大学が掲げるビジョンや現在の取り組みについて、理事長の小川彰さんに伺いました。

「盛岡の南に接する矢巾町に土地を確保し、」

「低層で広くつくり、患者さんがゆったりと療養に専念できる環境を」と考え、

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

盛岡の中心部から矢巾町に全面移転した岩手医科大学。広大なキャンパスには、4つの医療系学部を有する大学と、ヘリポートも備えた北東北・北海道最大規模の附属病院が隣接。「医療人は患者さんのそばに」というコンセプトを、新時代の医療の拠点モデルとして、国内、そして海外からも注目を集めています。

「盛岡の南に接する矢巾町に土地を確保し、」

「低層で広くつくり、患者さんがゆったりと療養に専念できる環境を」と考え、

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

「患者さんを中心に、このコンセプトがレイアウトにも反映されているのです。」

世界に誇る医療系総合大学
全面移転から1年
学校法人岩手医科大学理事長
一般社団法人日本私立医科大学協会会長
小川彰さん
1974年3月、岩手医科大学医学部卒業
東北大学脳神経外科入局。以降、国立仙台病院脳神経外科医長、東北大学医学部助教授などを務め、1992年10月岩手医科大学脳神経外科学講座教授、2003年同大医学部長、2008年1月同大理事長。その間全国医学部長病院長会議会長、日本脳卒中学会理事長などを務める。2012年2月学校法人岩手医科大学理事長に就任。2019年5月日本私立医科大学協会会長就任(現在に至る)

自分が住んでいる地域の歴史、郷土史を学ぶシニアたちが増えています。コロナ禍で先行き不透明な社会のなか、古きをたずねて、新しさを

「温故知新」の思いを強くしている人も少なくありません。足元の歴史を紐解くことで、今いる場所の価値の再発見にもつながっているようです。

最近出版された岩手老舗物語(岩手めんこいテレビ)では、老舗46社の歴史に触れています。時代を切り開いた老舗も郷土史に入りますね。

先日、30年以上も続いている郷土史学習会(県文化財愛護協会主催)が久々にあり、盛岡生活文化研究室

大森ふじおのシニアナビ
郷土史は、温故知新で

「温故知新」の思いを強くしている人も少なくありません。足元の歴史を紐解くことで、今いる場所の価値の再発見にもつながっているようです。

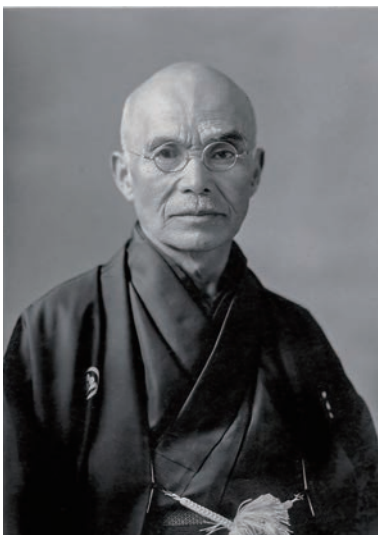
「温故知新」の思いを強くしている人も少なくありません。足元の歴史を紐解くことで、今いる場所の価値の再発見にもつながっているようです。

「温故知新」の思いを強くしている人も少なくありません。足元の歴史を紐解くことで、今いる場所の価値の再発見にもつながっているようです。

自動車保険 すまい・家財保険 ケガの保険
隣にいる、大切な人のために。
弊社は三井住友海上グループ直接投資の子会社です。
MS&AD MS北東北株式会社
TEL 019-623-2400 本社/盛岡市大通3丁目3-10
七十七日生盛岡ビル9階
他支店/久慈/宮古/大船渡/北上/秋田/青森/八戸 担当/荒木田

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY
新型 NOTE e-POWER 4WD
力強く、なめらかで、静かな走り。
第2世代e-POWER搭載。
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

踏んだ瞬間、別次元。驚きの走りをお店で。
今なら!65歳以上を対象にサポカー補助金
最大10万円が交付されます。
【補助対象装備及び補助金額】
「踏み間違い衝突防止アシスト」と「インテリジェント エマージェンシーブレーキ(対歩行者)」搭載車
登録車10万円、軽自動車7万円
「インテリジェント エマージェンシーブレーキ(対歩行者)」搭載車
登録車6万円、軽自動車3万円



私立岩手病院を創設した三田俊次郎

世界と肩を並べる、
充実の設備と環境

—新しい病院の規模はどのくらいですか。

ヘッド数10000床で、北東北・北海道エリアでは最大規模を誇ります。医療

師やスタッフの数も多いので優秀な人材が集まりやすく、診療科も充実している。岩手県民の方々はもちろん、首都圏、九州、海外からも治療を受けにいらっしゃいます。

例えは放射線科では、世界初の「32列CT装置」を企業と共同で開発。身体の内

部をより細かく、しかも短い時間で検査できるようにしました。今ではアメリカ、ヨーロッパなど世界の医療機関で2000台が導入されていますが、その第一号機はここにあります。

さらに、バージョンアップした第二世代も開発され、その一号機も新病院に設置されました。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。



—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。

—それはすごいですね。ほかに医大には、世界トップレベルの医療機関と比較しても遜色ない、設備や環境が整っているんですよ。



誠の精神に基づく、誠の医療の実践



【受付時間】平日8:30~11:00/13:00~16:00/第1・4土曜日8:30~11:00
【診療時間】平日8:30~17:00/第1・4土曜日8:30~12:30
【休診日】日曜日、祝祭日、年末年始(12月30日~1月3日)、毎月第2・第3・第5土曜日
当院は高度・先進医療を提供する「特定機能病院」です。当院での受診を希望される方は、原則として他の医療機関からの紹介状が必要となりますので、ご準備の上、地域医療連携センター事務室にてご予約をお取りください。





「医」「歯」「薬」「看」が同じキャンパス・建物で学ぶ、というのは、世界的にも珍しいんですよ。一般的には、学部によって建物が分かれているから。

「なぜ、そのようなかたちにしたのですか。」

ほかの医療系職種を目指す学生と交流し「顔の見え、関係構築することが、将来、医療人として「チーム医療」に携わる時にも役立つと思うからです。講義室も学食も同じ建物を使い、クラブでも一緒に活動する。学部の垣根をなくすことは視野を広げ、総合的な医療人の育成にもつながると考えています。

「なるほど、すばらしい考えですね。」

これには、岩手医大の建学のルーツが根っこにあります。

明治維新後、政府の医療施策が定まらず、医師を養成する機関がなかった岩手県では、医療を受けられず病に倒れる人がたくさんいました。それを憂いた三田俊次郎が、私財を投じて私立岩手病院を設立し医学講習所を開いたのが岩手医科大学のはじまりです。三田はさらに「医者の養成だけでは医療はよくならない」と、産婆（助産師）と看護婦（看護師）の養成所を併設しました。

「岩手医大が掲げている理念のひとつ『医』『歯』『薬』『看』の密接な連携による総合的な医療人の育成」が、まさにその思いを反映していますね。

明治維新後、政府の医療施策が定まらず、医師を養成する機関がなかった岩手県では、医療を受けられず病に倒れる人がたくさんいました。それを憂いた三田俊次郎が、私財を投じて私立岩手病院を設立し医学講習所を開いたのが岩手医科大学のはじまりです。三田はさらに「医者の養成だけでは医療はよくならない」と、産婆（助産師）と看護婦（看護師）の養成所を併設しました。

「私学」だから実現する、組織を超えた連携

矢巾キャンパスが、予防も含めた地域医療の拠点になりつつある。こうした「組織の枠を超え、岩手の医療をひとつにする」ことは、私たちが描いているビジョンでもあり、岩手医大だからこそできることでもあると考えています。

「岩手医大だからこそ、というの、どのような点でしょうか。」

開学から100年以上、岩手の医療に根ざしてきたという歴史や実績もですが、私立大学であることも実は大きい。適度な独立性を保つことで、県や医師会など対等な立場で連携できますし、柔軟な対応や取り組みができます。他県ではそれがなかなか難しい、という声を聞きますが、岩手は3者の連携、方向性の共有がうまくいっていると思っています。

「小川理事長は、岩手県医師会の副会長、岩手県対がん協会の理事長なども兼任されています。たくさんの卒業生が岩手の医療に大きく貢献していることも「岩手の医療をひとつにする」力になっているのではないかと感じています。」

「県立病院をはじめ地域の基幹病院で働く医師の多くは岩手医大の卒業生です。さらに、医療不足などの課題を抱える地域に毎日50人以上の応援医師を派遣しています。これは、岩手県内はもちろん、秋田県や青森県、北海道南部などの医療機関にも派遣しています。」

「北東北、北海道まで、岩手医大の地域医療への貢献度は本当に大きいんですね。」

手がける範囲が広いだけ

矢巾キャンパスが、予防も含めた地域医療の拠点になりつつある。こうした「組織の枠を超え、岩手の医療をひとつにする」ことは、私たちが描いているビジョンでもあり、岩手医大だからこそできることでもあると考えています。

「岩手医大だからこそ、というの、どのような点でしょうか。」

開学から100年以上、岩手の医療に根ざしてきたという歴史や実績もですが、私立大学であることも実は大きい。適度な独立性を保つことで、県や医師会など対等な立場で連携できますし、柔軟な対応や取り組みができます。他県ではそれがなかなか難しい、という声を聞きますが、岩手は3者の連携、方向性の共有がうまくいっていると思っています。

「小川理事長は、岩手県医師会の副会長、岩手県対がん協会の理事長なども兼任されています。たくさんの卒業生が岩手の医療に大きく貢献していることも「岩手の医療をひとつにする」力になっているのではないかと感じています。」

「県立病院をはじめ地域の基幹病院で働く医師の多くは岩手医大の卒業生です。さらに、医療不足などの課題を抱える地域に毎日50人以上の応援医師を派遣しています。これは、岩手県内はもちろん、秋田県や青森県、北海道南部などの医療機関にも派遣しています。」

「北東北、北海道まで、岩手医大の地域医療への貢献度は本当に大きいんですね。」

手がける範囲が広いだけ

「世界中で感染拡大している新型コロナウイルス。岩手でも感染者が増えています。」

「新型コロナウイルス感染症は、治療法がまだ確立されておらず、予防的なワクチン接種もまだ本格的には始まっていません。現状では「密を避ける」「マスク、うがい、手洗い、消毒」が、感染予防のための基本中の基本ですが、それで完全に防げるわけではないのが難しいところ。また、PCR検査も完全にはなく、陰性と判断された人が実はウイルスを持っている、多数と接触し感染を広げてしまった、というケースもあります。」

「PCR検査でも「ウイルスを持っていない」という確固たる証明ができない。難しいですね。」

「感染拡大を食い止めるのに最も有効なのは、先ほど挙げた感染予防のほか「感染者と接触した人を特定し、2週間隔離してもらう」ことです。そのためには、行動履歴を記録、把握することも重要になります。」

岩手県の感染者は、今の

「世界中で感染拡大している新型コロナウイルス。岩手でも感染者が増えています。」

「新型コロナウイルス感染症は、治療法がまだ確立されておらず、予防的なワクチン接種もまだ本格的には始まっていません。現状では「密を避ける」「マスク、うがい、手洗い、消毒」が、感染予防のための基本中の基本ですが、それで完全に防げるわけではないのが難しいところ。また、PCR検査も完全にはなく、陰性と判断された人が実はウイルスを持っている、多数と接触し感染を広げてしまった、というケースもあります。」

「PCR検査でも「ウイルスを持っていない」という確固たる証明ができない。難しいですね。」

「感染拡大を食い止めるのに最も有効なのは、先ほど挙げた感染予防のほか「感染者と接触した人を特定し、2週間隔離してもらう」ことです。そのためには、行動履歴を記録、把握することも重要になります。」

岩手県の感染者は、今の

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために

「岩手医大をはじめ、どの病院も最大限の感染防止対策をしていると思います。ですが、ニュースなどを見ると、医療従事者やその家族への偏見や差別、誹謗中傷などが問題になっています。」

「岩手にも実際にそのような事例があり、私たち医療従事者はとても困っています。感染者を受け入れる病院はもろもろ、どの病院も一般の方々が対策している何倍も気を配り、万全の対策をしています。医療従事者への差別や誹謗中傷は、適切な対応をしていない岩手の医療全体を壊してしまう可能性があります。ぜひ心ある対応、理解をお願いします。」

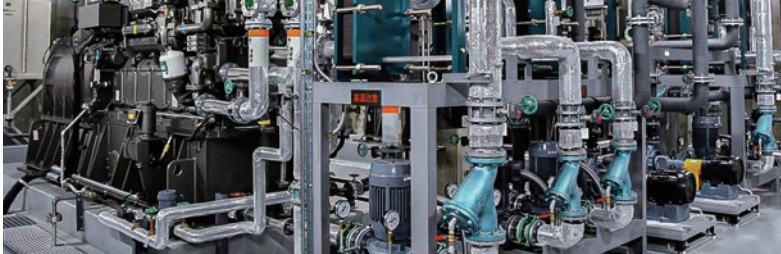
「必要以上に怖がらず、正しく対策することが大切なのではないかと感じています。」

先ほども話した通り、岩手の感染者は全員、感染履歴を把握でき、感染源も特定でき

「岩手にも実際にそのような事例があり、私たち医療従事者はとても困っています。感染者を受け入れる病院はもろもろ、どの病院も一般の方々が対策している何倍も気を配り、万全の対策をしています。医療従事者への差別や誹謗中傷は、適切な対応をしていない岩手の医療全体を壊してしまう可能性があります。ぜひ心ある対応、理解をお願いします。」

「必要以上に怖がらず、正しく対策することが大切なのではないかと感じています。」

先ほども話した通り、岩手の感染者は全員、感染履歴を把握でき、感染源も特定でき



東日本大震災の教訓も踏まえて建設されたエネルギーセンター。太陽光発電、地中熱利用などの再生可能エネルギーを利用し、災害時には一週間程度の施設内のエネルギーを維持する



沿岸に30分で移動できるドクターヘリは到着から1分で救命救急センターに搬送可能、最新の320列CTは世界で第一号が岩手医科大学附属病院に配備



最新の320列CTは世界で第一号が岩手医科大学附属病院に配備



地域の皆様に良質な医療を
まごころを込めて提供します

Iwate Medical University 岩手医科大学附属内丸メディカルセンター

【受付時間】平日8:30~11:00/13:00~16:00/第1・4土曜日8:30~11:00
※受付時間以外においでの方は総合案内、または、各診療科の受付にお申し出ください。
※診療科によって診療時間が異なります。各診療科の受付時間、診療時間は外来担当医表をご確認ください。
詳しくは診療科へお問い合わせください。※紹介状の有無にかかわらず受診が可能です。
【診療時間】平日8:30~17:00/第1・4土曜日8:30~12:30
【休診日】日曜日、祝祭日、年末年始(12月30日~1月3日)、毎月第2・第3・第5土曜日



〒020-8505 岩手県盛岡市内丸19-1 TEL.019-613-6111 内丸メディカルセンター 検索

理念のもとに行動する企業／ファーマ・ラボ

感染症予防を通じた 安心を届ける社会貢献

「予防と養生」は 「コロナ時代も変わらない」

時代に合ったビジネス拡大を図ってきた背景など代表の細田稔男社長(66)からお話を伺いました。

「創業から98年、先代が細田薬店という調剤薬局を営んで私で3代目になります。そもそも、薬剤師における薬剤師綱領というものは『薬剤師は広く薬衛生をつかさどる専門職としてその職能を発揮し、国民の健康増進に寄与する社会的責務を担う。』と書かれています。命を守るための術に従事する薬剤師の一番の理念として私は、予防と養生だと思っています。お医者

さんは治療と予防の観点から薬を出す。本質的には薬では症状は治るが、健康にはならない。生活改善での健康が結果的に薬の数を減らし、病気の予防につながります。当社はさまざまな事業を展開しているように見られますが、すべては薬剤師の理念に沿った「予防と養生」の観点上の業務を行っているのです」

接触感染の確率を大きく減らす コーティング

「予防と養生」という薬剤師の理念のもとにファーマ・ラボは昨年より新たに感染症予防コーティング事業に取り組んでいます。コーティングとは、溶剤を専用の噴射機で霧状にし、人が接触するスポットに噴霧する方法です。「同業者から今回の事業の話をもらって感染症予防のコーティング剤は、普段行うアルコール消毒の下地になるのでより強い安心の提供ができると考えました。マスクや消毒だけではなかなかウイルスは防ぎきれず、風邪やインフルエンザをはじめ、ノロウイルスやO-157などさまざまな



感染症予防コーティング「ル・ミスト」の散布風景。コーティング剤が菌を不活性化し、接触感染を予防

なウイルスに対して根本的な予防になるので見えないウイルス対策には効果的です」と細田社長は話します。現在、久慈市内から感染症予防コーティング事業を開始しており、感染症予防コーティングの内容や実際に散布した方の反響などを中村隆夫部長(68)からお話を伺いました。「医療や災害現場などでも認められた除菌力と安全性の高い「ル・ミスト」という抗菌剤を感染経路で危険な箇所を中心にコーティングしていきま

す。コーティング剤は散布から約1年間持続します。詳しい効果として例えば、感染症予防コーティングしたテーブルに飛沫が飛んだ場合、コーティング剤が飛沫を不活性化し、接触感染リスクを大きく減らします。当然、コーティング剤の上からさらに除菌対策をすることで感染確率を減らし、万全な感染症予防空間を実現できるのがポイントです。

現在は医療機関や保育園、飲食店やバス、タクシーなど業者向けに実施していますが反響として驚いたのは、感染症予防コーティングをしたことで、働く従業員の皆さんが一番安心されたことです。日々、本当に怖い思いをされて接客していたんだと痛感しましたね」と語ってくれました。アフターコロナに対するこれからの企業の思い



コロナに負けないためにも「予防」と「養生」が必要と、ファーマ・ラボ代表の細田稔男社長

time Pharma+Labo
株式会社ファーマ・ラボ

**感染症予防コーティングについて
詳しくは下の広告をご覧ください▼**

感染症予防コーティング

ル・ミスト
Lu+mist
Anti-bacterial + Anti-virus Coating CATALISM

W ファーマ・ラボの感染症予防
コーティング

ル・ミストについて

オフィスや店舗、病院、福祉施設、学校、一般住宅など接触感染から身を守るために生まれた「ル・ミスト」。医療・災害の現場から開発された安心安全な「抗ウイルス・抗菌」コーティング技術です。専用の機械で、壁からキーボード、机の裏まで隅々コーティング。約1年間効果を発揮します。

医療や災害現場・警察・消防などプロが認める抗菌製品です。コーティングされた面は抗ウイルス、抗菌、防臭を実現!

持続力
効果が長期間継続(有効期間は最長で約1年間)定期的に清掃・消毒を行う救急車でも、菌の増殖がみられますが施工後、清掃・消毒の後でも効果が持続していることが伺えます。

安心と信頼
抗菌性能と安全性において、SIAAの基準をクリアした製品・サービスです。

事業者の皆様へ

感染症予防コーティングは感染防止対策に関する補助金対象です(業種による)。補助金に関してもお気軽にお問い合わせください。

施工エリア▶岩手県全域
【対象業種】
各事業者全般、一般住宅、車両全般など
まずは施工可能お問い合わせください。

感染経路で最も重要な接触感染を予防します。
最大限の効果を発揮する為の2液施工方法

A剤 既存の空間に存在する雑菌やウイルスを処理する為の下地処理剤

B剤 下処理され、清潔な状態を保持する為のコーティング剤

「Wコーティング」によるウイルスの感染症対策
2層構造Wコーティング工法で、驚異の耐久性

Lu+mistでコーティングされた面

専用噴射機で5ミクロンの霧状にして噴霧します。ドアノブから受話器やキーボードなど、人が接触するスポットに粒子をコーティングします。

殺菌性能の高い下処理剤を使用

持ち込まれ放出された「菌」や「ウイルス」がコーティング面の触媒に触れた時点で感染能力を失い不活性化。

施工価格 1㎡あたり(床面積に対して)
3,500円 税抜

無料施工保証付

製品保証として、6ヶ月以内に効果が規定値を超えた場合、無料再施工保証

※天井高ch2400mm以上の場合、別途費用がかかります。また足場設置が必要な場合やクリーニングが必要な場合は別途費用を上げます。
注)対象物にエア噴霧によりコーティングする形になりますので、著しく汚れていたり破損を招く事が予想される場合は、施工を出来ない場合もありますので事前にご相談ください。



いわて医療通信【シニア世代の睡眠事情】

4. 睡眠習慣の対処法

前回、睡眠の改善方法について紹介いたしました。詳しくは前号を覧下さい。これらの改善方法を勧めると、多くのシニアの方は「明日に差し支える」と言っていて実行しようとはしません。その結果、実際には夜に眠れず、昼寝をするために活動度が低下し、翌日の心身の機能に悪影響を与えているようです。昼夜の逆転や夜間の徘徊といった認知症患者に見られる行動は、このような誤った習慣を認識できないことが要因だと言われています。



「明日に差し支える」と言っていて実行しようとはしません。その結果、実際には夜に眠れず、昼寝をするために活動度が低下し、翌日の心身の機能に悪影響を与えているようです。昼夜の逆転や夜間の徘徊といった認知症患者に見られる行動は、このような誤った習慣を認識できないことが要因だと言われています。

健康的な睡眠とは、必ずしも長時間睡眠することではありません。「〇〇時間寝なければいけないのだ」という誤った常識を捨て、年齢や体質に応じて「ほどほどに」眠り、その結果として翌日の日中の生活で眠気を感じなければ、十分に健康的な睡眠と言えるのです。眠りは、追いかければ逃げて行きます。自分にあっ

大雪に見舞われ、コロナウイルスへの不安を抱いたまま新しい年が始まりました。立春前の18日間は、冬の土用といわれ、高齢者や体の弱い人は寒気の悪い影響を受けやすいので、温かくして早目に就寝することが保養になります。

松が新年の門前に置かれるように、竹は成長力が旺盛なことから繁栄を意味し、松は常緑性が高いことから長寿の象徴とされ、年神様の依り代といわれています。

神様の依り代

松葉も生薬、自然治癒力に働く

玄関先や門の前には「松」が飾られます。植物のなかでも、特に縁起が良いとされている松・竹・梅は、厳しい冬でも美しい葉や花で豊かな生命力を感じさせてくれることから、「歳寒三友」と呼ばれ、昔から中国で尊ばれてきたようです。日本では、平安時代の末期から門

松が新年の門前に置かれるように、竹は成長力が旺盛なことから繁栄を意味し、松は常緑性が高いことから長寿の象徴とされ、年神様の依り代といわれています。

子供から大人まで **健康家族**

50年の歴史

自然薬 **松寿仙**

クマザサ、赤松葉エキス、ニンジンエキス配合

病中病後、胃腸虚弱、肉体疲労、虚弱体質

有限会社 宮手薬店

盛岡市本町通1-17-26 TEL.019-622-2623

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。

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

宮手薬店 宮手利枝

松林の中は空気が浄化されるので、結核の療養施設として使われていたと聞かれています。松葉は松毛ともいいますが、葉緑素をはじめ、微量なアミノ酸、ビタミン、ミネラルが含まれていますので、縁起の良さや鑑賞目的だけではなく、いざというときのための貴重なものだったといわれています。

●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

詳しくはリードコナンホームページ
<http://www.leadkonan.co.jp/>

もりしん 金利上乘せ実施中!

年金定期 年金定期II型

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

お申し込みカンタン&スピード回答!

マイワイク

ご利用は、お祝い・お祝い・お祝い・お祝い

お祝いみち自由!

《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・インキョウ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

いわてシニアネット便り《2月の西部公民館パソコン教室》

- タブレット端末を使ってみよう! 5日(金)10時~12時
- パワーポイントにトライしよう! 16日(水)~19日(土)9時半~12時
- 初心者のためのエクセル講座 24日(水)~26日(金)13時~16時
- パソコン・タブレットお助け相談会 27日(土)10時~12時/13時~15時

※なお、現在のコロナウイルス感染防止の観点から、入館禁止の措置がとられることがありパソコン教室が中止になることがありますのでご確認の上ご参加ください。

【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

人生のエンディングに想いを添えて

世界でたった一つのエンディングドレスを、貴女の美しき最期のためにおつくり致します。

ペットのお包みも販売中

Amour de couture

tel.090-4060-4864
盛岡市本町通1丁目9-2メゾンメグミ101
アムール・ド・クチュール 検索

信頼と満足を

毎日の生活に安心をお届けします

営業品目

- 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

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

TEL 019-638-8951 FAX 019-638-8953
Eメール w-kougou@r5.dion.ne.jp

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)

JR東日本盛岡駅の取り組み

安心をお届けするために



東日本旅客鉄道株式会社盛岡駅 サービスマネージャー 佐々木良さん(23)

お客さまのために

新型コロナウイルスの感染拡大などで、外出を自粛する日々が続いていますが、通勤や必要な用事など、公共交通機関を使うことは避けられません。

「お客さまから見ると、新幹線内の密室で長時間乗車するのは、感染リスクも高まるという認識なのだと思います。私も驚いたので、実は新幹線は常時、空調設備や換気装置で空気の入れ替えや換気を行っているのでも8分程度で車内の空気が概ね入れ替わります(下図)。他にも、車両や構内のお客さまが手を触れる場所を定期的に消毒も行っています。また、現在の取り組みの一つとして、チケットレス乗車のご協力をお願いしております。そこでオススメしたいのが、『新幹線eチケット』です。『新幹線eチケット』は『自宅にいながらお好きな時間に新幹線の予約ができます。予約時にICカードやモバイルSuicaをご登録いただくことで、当日窓口に並ぶことなく、改札機にタッチするだけで、ご乗車が可能です。JR東日本、利用者も対

駅の変化

「今までは、通勤、通学の列車が混み合っていました。感染拡大後は、時間差出勤やリモートワークなど、働き方や暮らし方が変わってきていると感じています。なかなか遠出が危ぶまれる反面、旅行にいきたいという声も聞かれます。こういった状況下で、お客さまが求める、楽しい旅行をしていただくにはどうしたらいいかと考えるようになりました」

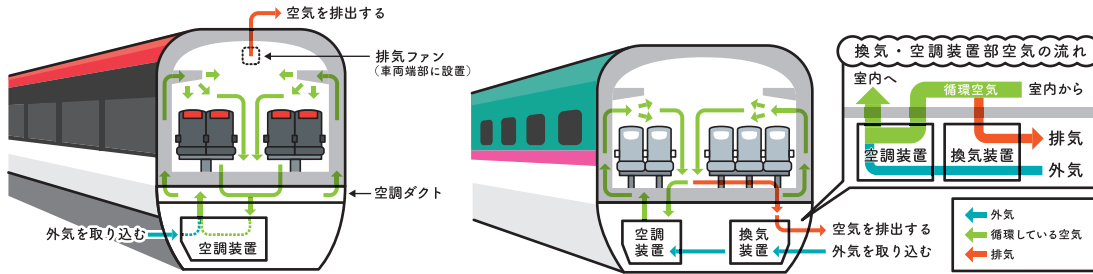
「まず、インターネットからの登録が必要となりませんが、ネットがわからない方々を対象に、2月10日(水)10時から12時、14時から15時半の二回相談会を開催いたします。感染症対策をした上で、盛岡駅北みどりの窓口の近くでブースを作ってお待ちしておりますので、ぜひこの機会にお越しください。私含めスタッフがご案内します」と話してくれました。

「不慣れなお客さまやご高齢のお客さま、体調を崩した方などのご案内や対応なども行っております。近郊のこともよく聞かれますので、駅全体を把握するだけでなく、幅広い知識が必要で、気が引き締まります」と佐々木さん。

「非接触型のサービスな策を理解した上で、安全な利用を心がけたいものです。」



利用者のために丁寧にアルコール除菌をする佐々木さん



新型コロナウイルス 感染予防対策

安心してご利用いただくための

JR東日本の 取組み

駅係員・乗務員のマスクの着用 	座席間隔に配慮したきっぷの発売 	飛沫感染防止シートの設置 	駅・車内設備の消毒清掃 	車内換気の実施
手指消毒のお願い 	マスク着用をお願い 	会話は控えめに 	指定席券売機ご利用の推奨 	非接触サービスご利用の推奨

ご乗車まで、とってもカンタン3ステップ

スマホで予約、タッチで乗車。

新幹線 eチケット

窓口や指定席券売機でお買い求めいただくことなく、安心して新幹線にご乗車いただけるサービスです。

予約から乗車まで

1



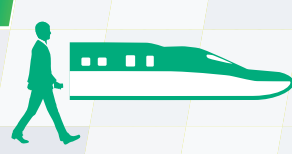
「えきねっと」できっぷを予約・購入

2



スマホ、ICカードを新幹線改札の「IC」マークにタッチ!

3



新幹線にチケットレス乗車!

お先にトクだ値.....最大40%OFF
お先にトクだ値スペシャル最大50%OFF

※新幹線eチケット(基本)の発売額(通常期)から割引
※1ヶ月前午前10時から乗車日13日前の午前1時40分まで
※新幹線eチケット(基本)の発売額(通常期)から割引
※1ヶ月前午前10時から乗車日20日前の午前1時40分まで
※利用期間:2021年3月31日まで

詳しくは **新幹線eチケット**

※「新幹線eチケット」のご利用には、年会費無料の「えきねっと」への入会が必要です。写真・イラストはすべてイメージです。

えきねっと
ご利用方法

①まずは会員登録

②きっぷお申込み

③きっぷお受取り

ご乗車



盛岡駅で相談会開催!

[日時] 2021年2月10日(日)
[時間] 10:00~12:00/14:00~15:30
[場所] 北みどりの窓口脇 特設ブース

50歳以上のみなさまへ

会員限定 枚数限定 期間限定

大人の休日倶楽部

大人の休日倶楽部パス

JR東日本全線
4日間乗り放題
15,270円

JR東日本全線+JR北海道全線
5日間乗り放題
26,620円





かあちゃんに頼らず自炊!おやじ応援企画!

おやじごはん

【56食目/どっさり野菜のカレー鍋】



急冷え込み、あたたかい鍋が恋しくなってきました。野菜がたっぷり入ったお鍋で栄養補給し、体調を崩さず寒い冬を乗り越えましょう。

- 1 にんじんを5cmほどの短冊切りにする。かぼちゃ、ピーマンは1cm幅に切り、ブロッコリーは一口大に切る。レンコンは1cm幅の半月切り、なすは縦に半分に切り1cm幅の斜め切りにする。
- 2 チーズを載せ、土鍋に蓋をして強火にかける。煮たついたら中火にして5分ほど煮る。
- 3 具材に火が通ったら、三つ葉、パプリカパウダー、オリーブオイルをかけて完成。
- ☆ひと言アドバイス☆
土鍋に残った汁に、ご飯

やうどんを入れ、卵でとじれば最後までおいしく食べられます。

取材協力 遊食屋FUJI

骨の強さは、「骨密度」と「骨質」で決まる。骨粗しょう症という骨密度が注目されがちですが、骨の強さは「骨密度」と「骨質」で決まります。鉄筋コンクリートで例えると、鉄筋が「骨質」、鉄筋を補強するコンクリートが「骨密度」です(図1)。骨粗しょう症は、骨質の構造や材料(コラーゲン繊維)が劣化したり、骨密度(カルシウム・リン・マグネシ

栄養満点あったかカレー鍋

中に余分な糖が、骨に蓄積する。コラーゲン繊維とくっつくことで老廃物となり「骨質」が劣化しやすくなり、骨粗しょう症の原因となります。そのため、血糖値をコントロールして、良好に保つことが非常に大切です。

急冷え込み、あたたかい鍋が恋しくなってきました。野菜がたっぷり入ったお鍋で栄養補給し、体調を崩さず寒い冬を乗り越えましょう。

- 1 にんじんを5cmほどの短冊切りにする。かぼちゃ、ピーマンは1cm幅に切り、ブロッコリーは一口大に切る。レンコンは1cm幅の半月切り、なすは縦に半分に切り1cm幅の斜め切りにする。
- 2 チーズを載せ、土鍋に蓋をして強火にかける。煮たついたら中火にして5分ほど煮る。
- 3 具材に火が通ったら、三つ葉、パプリカパウダー、オリーブオイルをかけて完成。
- ☆ひと言アドバイス☆
土鍋に残った汁に、ご飯

愛情たっぷりメニュー

あげ野菜と白菜しみしみ 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)

ハンバーグ・チキンソーセージから1つ選べます

ポパイカレー

レギュラーサイズ ¥880 (税込) | ハーフサイズ ¥660 (税込)

甘口・中辛・辛口から1つ選べます

TOMATOMA キッチン

住所 ▶ 盛岡市菜園1-10-1カワトク地下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

管理栄養士 菊池 洋子

冬のツルツル道路、転倒による骨折に要注意です。骨折と密接な関係の骨粗しょう症は、圧倒的に女性に多いですが糖尿病、肥満・メタボなどの生活習慣病があると、発症リスクが高まります。骨粗しょう症対策を栄養面から見てみたいと思います。

骨粗しょう症という骨密度が注目されがちですが、骨の強さは「骨密度」と「骨質」で決まります。鉄筋コンクリートで例えると、鉄筋が「骨質」、鉄筋を補強するコンクリートが「骨密度」です(図1)。骨粗しょう症は、骨質の構造や材料(コラーゲン繊維)が劣化したり、骨密度(カルシウム・リン・マグネシ

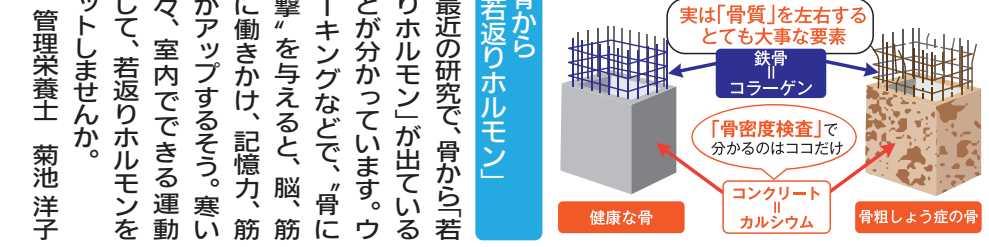
骨のコーゲン繊維は、タンパク質の一種です。コラーゲンの多い鶏手羽や牛スジなどを食べても、そのまま肌や骨に届きません。アミノ酸に分解・吸収されるため、日頃から良質なタンパク質(魚・肉・卵・牛乳・大豆製品)を取ることが大切。また、コラーゲン生成にはビタミンCが必須です。ビタミンCの多いキウイ・イチゴなどの果物も取りましょう。

丈夫な骨を作るには、ビタミンDが不可欠です。ビタミンDは、肝臓や腎臓で活性化され、腸管でのカルシウムの吸収を促進します。高齢者のビタミンD不足が問題になってますが、鮭・さんま・鯖など一切れで摂取目安量(8.5μg/日)を取れます。また、皮膚でも合成されるので、適度な日光を浴びることも大切です。

「若返りホルモン」最近の研究で、骨から「若返りホルモン」が出ています。これが分かっています。ウオーキングなどで、骨に衝撃を与えると、脳、筋肉に働きかけ、記憶力、筋力がアップするそう。寒い日々、室内でできる運動をして、若返りホルモンをゲットしませんか。

骨粗しょう症と栄養

生活習慣病もリスクに



20th Anniversary

の廊下ない家

モデルルーム公開中

盛岡市菜園1-10-1カワトク地下1F

お気軽に会場ください

あっとホーム

TEL 019 635-6000

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

累計お引渡し棟数5,000棟達成!



5,000棟目のお客様佐々木様からのコメント

この度我が家が記念すべき引渡し5,000棟目と聞き、とても驚きました! ずっと家を建てたいと夫婦で話をしていました。

妻の実家も10年程前にアイフルホームさんで家を建てており、「アイフルホームさんすごくいいよ!」とずっと聞いておりましたので迷いなくアイフルホームさんを選びました。初めて打ち合わせに行った日から引渡しまで本当に楽しく家作りができました。

初めてのことが多く不安な気持ちもありましたが、担当の見付さん、工務の近藤さんと話していく中での確かなアドバイスをいただいたり、分からないことも丁寧に教えてくださったり、毎回打ち合わせに行くのがとても楽しみでした。引渡しから約2か月経ちますが、私たちが理想としていた素敵な家が完成し家族4人楽しく過ごしています!

アイフルホームの皆様、本当にありがとうございました!



住宅事業から
ソーラー事業まで...
あなたの身近に
「シリウスグループ」です。

おかげさまでシリウスグループ

岩手県持ち家着工棟数

15年連続No.1

リビング通信社「岩手県住宅月報」2020年1月号より

26

おかげさまで創立26周年



ごあいさつ



シリウスグループ 代表
佐藤 幸夫

この度、私どもの長年の夢でありました、グループ全体の累計お引渡し棟数が5,000棟を達成することができました。施主の皆様、ともに夢を追い続けてきた協力業者の皆様、そして、グループへのご理解、ご協力をいただきました地域住民の皆様、メーカー各位に心から感謝とお礼を申し上げます。

当グループの理念「シリウスにかかわるすべての人々を幸せにする」は、弊社の社是であります「星の数ほどある住宅会社の中から選んでいただいた事に感謝し、絶対にお客様のためになると誓い、自分が持てる力をすべて用いて最高のアドバイスをし、幸せな家族生活を送ることができる家づくりを全力でサポートすること」が施主の皆様へ通じた結果として達成できた数字だと思えます。

私が良いと思う住宅会社の条件

- ①地元(岩手)に本社があること 住宅は一生の財産であるので保守点検が大事である
- ②会社の業歴が20年以上あること 業歴が地元で長年あれば安心
- ③社員が50人以上いること 住宅会社の社員の動きが速い
- ④第三者の補償制度があること 万一、施工会社が倒産した場合、第三者が完成してくれる制度
- ⑤良質適価 品質の良いものを適正な価格でご提供

私どもシリウスグループを今後ともよろしくご依頼申し上げます。



家族と共に歩む庭に、感謝のお手入れを

春に向けて庭造り計画

季節では比較的手易いこと。工夫次第で室内やベランダで植物を



幹に穴を開けて薬剤を注入することで、松が枯れるのを予防

石割桜を80年以上にわたって管理をしている造園会社「豊香園」が、自宅の庭の楽しみ方をお届けします。家にももちろむなる寒い季節。この機会に、春に向けてお庭造りや植物を植える計画を立ててみるのはいかがでしょうか。

◆場所を問わず植物を楽しむ
庭に空きスペースがある



飾り方次第で雰囲気やわらぎ、明るい印象になります

が、何を植えればいいのかから「日当たりが悪く、植物が育つかどうか心配」といったお悩みはありませんか。豊香園では植物の種類や植える時期、寄植え方法など気軽に相談のこともらえるので安心です。また、広い庭がないという方にはプランターがおすすめです。プランターがおすすめ。プランターがおすすめ。プランターがおすすめ。

◆木の移植と害虫対策
木の移植作業などするのはまさに今時期が最適です。芽が出てしまつと植物は活動期に入り、根から水分を吸収しようとするため移植するにはリスクがかかります。また、一軒家からアパートやマンションに引っ越す方の約8割が家の庭木を一緒に持っていくという。子や孫が産まれた記念に植樹した木などは、家族の思い出がたくさんあるようです。移植作業をするには一年前から準備が必要なので、計画的に行つたほうがいいです。

庭造りは終わりがなくて、長い期間で楽しめるのが魅力です。今から計画しておくことで、春から育てる楽しみが広がるので、知識が豊富な豊香園にぜひお問い合わせください。
有限会社 豊香園
盛岡市本町通2丁目5-10
☎019(622)3866

パステル館店長の文具発見

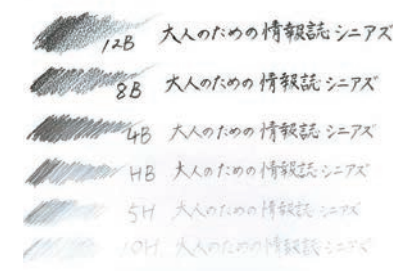
平金商店の文具博士 鎌田店長

濃さや硬さで使い分けを



パステル館

筆記用具の種類は年々増え、自分の好きな書き心地を選ぶ時代になっていきます。シャープペンシルの機能も格段に上がっていますので、普段鉛筆を使わないという方も多いでしょう。そんななか、昨年は国勢調査がありましたので鉛筆の需要がUPしたそうです。



12Bは芯が柔らかいので、筆圧を入れて文字を書くときと黒鉛が少し崩れ、10Hは芯が硬いので、カリカリと紙の表面を削るようにして書く感覚がある

目したことはありませんが、六角形が一番使われていますが、丸形に比べて机の上にも安定し、握りやすさなどのバランス面も考慮されています。小学校の低学年を中心に使われているのは三角形の鉛筆。三辺を支えるので正しい握り方を覚えることができ、机の上でも転がりにくく学習に集中しやすいといわれています。受験生にお勧めしたいのは五角形の鉛筆。「五角〓合格できるよ」と、験担ぎの意味も込められています。応援

の気持ちを込めてブレゼントしたら喜ばれること間違いなしの鉛筆です。鉛筆の濃度の話としておきましょう。ドイツのステッドラー社の製品には12B〜10Hまで24種類あり、三菱鉛筆でも10B〜10Hまで22種類揃えています。Bがつく鉛筆は原料の黒鉛が多いので芯が柔らかく、Hがつく鉛筆はもう一つの原料の粘土が黒鉛よりも多い為硬めの芯になります。数字が大きくなるほど芯の濃さや硬さの特徴が



12B〜10Hまで24本並べた状態。1本 ¥176(税込み)

と芯の濃さや硬さの特徴が

遺品整理
不用品処分・解体
すべて私たちに任せください!!
無料見積り! 安心見積り!

岩手県盛岡市開運橋通5-6第五菱和ビル5F
0120-51-0358
<https://www.kasouen.biz/>

かろ華想苑

GS Grand Seiko

GRAND SEIKO
60周年記念限定モデル(限定2,500本)
品番:SBGR321 価格:605,000円(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

シニア世代の女性に人気がある習い事のひとつにハワイアンフラがあります。ハワイアン・ミュージックに合わせて踊っている、精神的にもリフレッシュでき、癒し効果も得られるのだとか。

盛岡市のフラ教室、「ハレ・レファ」は新型コロナウイルス感染症の影響で長期休業を余儀なくされていましたが、今年1月よりオンラインレッスンと対面

レッスンを再開しています。レファママ、オ・アリー・フラスタジオ主宰の柴田容子先生は、当スタジオでは20代〜70代の生徒さんが在籍していますが、コロナ禍のさまざまな影響でのフレイル(虚弱状態)防止も兼ねて再開することにしました。スマホやパソコンがあれば、簡単にオンラインレッスンを、高齢者の健康面

不安視もあるなか

オンラインと対面で再開

ハワイアンフラで若々しく

ます。ハワイには家での中でも学べる安心感ばらばら行くこととは、と、フラは年代に応じた踊りながら心を癒し、スですので気軽に始めてみることができるハワイの音、レファママ・オ・アリー・フラスタジオでセルフメディーケー(柴田)シヨンにもなりますし、無理せず体を動かすことで薬に頼らない健康を手に入れまじうことと語ってくれました。

実際にコロナ問題により、自宅で孤立する

皆でステージに立てる日が早く戻ってきますように

いわて幸せ大作戦!! **冬** **お得な!**

岩手県内の対象宿泊施設にて「冬の限定特別企画」を一斉に開催!
詳しくはホームページへ!

【お問い合わせ先】
〒020-0877 岩手県盛岡市名瀬川町17-10
地元割クーポン事務局
営業時間 10:00~17:00 (土・日・祝日を含む)
TEL.019-601-8161

特設ホームページに
参加宿泊施設など詳細が
ございます
<https://iwate-shiawase-fuyu.jp>
いわて幸せ大作戦!! 冬 検索

期間 **2021年1月23日(土)~2月28日(日)**

●宿泊施設では、感染対策を講じた上で皆様のお越しをお待ちしております。●対象の宿泊施設では泊まるなら地元割クーポン秋・冬の利用が可能です。

旧五小路界限



上の橋、中の橋、下の橋の中津川三橋は、いずれも盛岡城築城に伴ってかけられた橋ですが、中の橋から下の橋までの川沿いを通る「川原小路」、その南側に「馬場小路」、それらの小路に並行して「鷹匠小路」と「上衆小路」、さらにその南側に隣接するのが「大清水小路」で、これら小路を総称して「五小路界限」と呼ばれていました。



その五小路に配された諸士はどちらかといえば専門職集団でした。例えば川原小路には、中津川を背に文

字通り背水の陣で城を守る侍たちの屋敷が配置され、馬場小路は馬方役人の屋敷や殿などが並び、鷹匠小路には藩侯お抱えの鷹匠の屋敷が並んでいました。南部家は代々、鷹狩りに熱心なお殿様が鷹匠は重用されてきました。とりわけ28代重直公の狩猟好きはかなりのものだったと伝えられています。この重直公、江戸屋敷生まれの都会育ちだったため盛岡に来た当初は田舎を嫌って、家臣や領民の文化・技術水準を向上させようと江戸や京都人たちにレンガを作らせま

今月はちょっと毛色の違う話を。昔々から広い岩手には街道ごとに難所が存在した。北上高地のど真ん中を横断する現在の国道106号もそんな一つ。先人たちのさまざまな苦労の変遷を経て、少しずつ改善されて来た歴史ある閉伊街道の逸話を紹介したい。

江戸時代中期を生きた怪僧・牧庵鞭牛は、46歳の時、飢饉に直面し、陸の孤島だった沿岸と内陸を結ぶ道を拓くことを決意し行動に移した。そんな鞭牛和尚の功績のハイライトは、宝暦8年、「熊之穴」なる洞穴を開削したことだろう。岩の上に枯れ草や薪を積んで燃やし、十分に熱した後、何杯

時代は明治に入り、人々の暮らしも一新されて来た。13年6月には、閉伊街道に「郵便小線路」ができた。盛岡・宮古間を駅伝方式で往來し、郵便物を運ぶ仕事で、造氏は川井から「盛岡自動車会社」の16人乗りバスに

のいなせな姿で駆ける男たち。差し掛かった午後3時頃、連日の降雨で緩んだ右側の路肩はバスの重さに耐え切れず崩落し、2メートル下の敷にバスは転落大破。外に投げ出され、何名かが重傷を負った中に稲造氏もいた。左脚、右肩、腰を痛める重傷。日没前、ようやく通りがかった男たちが救出される。ようやく運ばれた盛岡で岩手病院に入院。「人間どこで死ぬかわからんもんだ」と、ベッドで稲造氏は高笑いしていたらしい。

山々にこたましたわけだ。大正3年7月22日、閉伊街道を人力車に乗って新渡戸稲造氏が宮古を訪ねた時のこと。講演会講師を終えた翌日、帰途についた稲造氏は川井から「盛岡自動車会社」の16人乗りバスに

盛岡市で随一の神社、盛岡八幡宮の境内に佇む喫茶店、開店して40年ほど経つ「愛名亭 茶歐」を営むのは、店主の戸塚孝徳さん(69)。



今でもドラムを叩く戸塚さん。店内で練習会をすることも

盛岡市で随一の神社、盛岡八幡宮の境内に佇む喫茶店、開店して40年ほど経つ「愛名亭 茶歐」を営むのは、店主の戸塚孝徳さん(69)。

盛岡市で随一の神社、盛岡八幡宮の境内に佇む喫茶店、開店して40年ほど経つ「愛名亭 茶歐」を営むのは、店主の戸塚孝徳さん(69)。

盛岡市で随一の神社、盛岡八幡宮の境内に佇む喫茶店、開店して40年ほど経つ「愛名亭 茶歐」を営むのは、店主の戸塚孝徳さん(69)。

知ってる？ シニアの穴場スポット

愛名亭 茶歐

神聖な空間の喫茶店

弟さんの結婚を機に独立を検討。開店場所を探していたとき、盛岡八幡宮から声がかかり現在の場所に「愛名亭 茶歐」をオープンし2人で切磋琢磨しながらお店を切り盛りします。7年後、弟さんの結婚を機に独立を検討。開店場所を探していたとき、盛岡八幡宮から声がかかり現在の場所に「愛名亭 茶歐」をオープンし2人で切磋琢磨しながらお店を切り盛りします。



素材にこだわったコーヒーとカレー。コーヒーは少し酸味がありすっきりした後味が飲みやすい

木の家を楽しむ!

毎日が森林浴 オール国産ひのきの家

資金相談会

夏は涼しく 冬はぽかぽか

GOOD DESIGN 2014 2015 2年連続受賞

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

無垢材・真壁造り・外張り断熱を備えた 1,000万円台からのひのきの家

見学会の体験ポイント

- ごろ寝が心地良い小上がりタミコーナー
- 将来間仕切りができるフリースペース
- 物干スペースや書斎にも使えるキャットウォーク
- 素足でも気持ちいいオール無垢の床
- その他、素敵な発見をしてください!

下太田榊展示場 『体感ハウス』

見学希望の方はご連絡ください。

この看板が目印

サイエンスホーム盛岡店

サイエンスホーム盛岡店 019-658-9131

駐車場は裏にございます。

新型コロナウイルス 感染症予防対策

- 消毒液(アルコール消毒液)を入口に設置します。
- マスク着用でご来場お願いします。見学の際は、手袋を着用していただきます。
- 接客の際はマスク手袋を着用させていただきます。頻りに換気などの対策を取ります。

見学予約はコチラから

日本の伝統を科学するひのきの家

サイエンスホーム

お問合せ 019-658-9131 担当 加賀谷 080-6052-3602

株式会社シリウス 〒020-0051 盛岡市下太田下川原78-2 パラシオン1階 (営業時間)9:00~18:00 (定休日)火・水

国土交通大臣許可 (般-27)第23867号

岩手県でも新型コロナウイルス感染症患者が急増し、身近に感じるようになりました。外出を控えたり、感染症予防に取り組みながら日常生活を送るシニア世代も多いと思います。少しでも安心して利用してもらえよう、従業員や施設内の予防対策を徹底的に実施している企業・お店は少なくありません。互いに感染症予防をしながら日常を楽しみましょう。



「同じことを100回聞かれても必ず笑顔でお答えします」をモットーに初心者にも安心して寄り添うサポート体制でデジタルの基礎から教えてくれる「YESパソコン学院」。受講者は各教室、小学生から80代のシニア世代まで幅広く、地域の皆さんに愛されている教室というところが分かります。

最近入会される方として多いのが「写真が趣味でデジタルデータの整理をしたい」「ネットショッピングをしたい」「スマートフォンを生活にデジタルが密着し始

Table with 3 columns: Location, Days, and Hours. Locations include さわや書店フェザン校, アスティ緑が丘校, 矢巾校, イオン浪民校, 盛岡大通校. Hours range from 10:00-17:00 to 10:00-19:30.

【感染症予防対策 アイコン説明】

- Icons and text for infection prevention: マスクの着用, アルコール消毒, 来客と店員の検温実施, 入場制限, 飛沫防止対策, お持ち帰り, 手洗い・うがい, 定期的な換気, 身体的距離の確保, 電子決済・トレーでの受け渡し, 手袋着用, 配達.



株式会社WAKE代表取締役 高橋和氣さん(37)

「ひとつの会社で定年まで働く」ことが当たり前ではなくなった現代。副業や複業、起業、フリーランスなど多様な働き方の広がりとともに「コワーキングスペース」のニーズが高まっています。こうした変化について、盛岡で地域づくりのさまざまなプロジェクトに携わっている「株式会社WAKE」の高橋和氣さんに話を伺いました。

多様化する働き方とコワーキングスペース

複業(パレルワーク)的な活動を実践。2017年にUターンしました。前職や複業時代の経験を活かして、フリーランス(現在は法人化し「株式会社WAKE」名義)で官民さまざまなプロジェクトの共創、ビジネスサポートをしているほか、岩手県事業「いわてイノベーションスクール」の教育ディレクターとして

メーカーに就職、経営企画

広がる「多様な働き方」

私は盛岡出身で、首都圏の大学院を修了後生活用品

を担当していました。東日本大震災をきっかけに、会社員をしながら復興支援やNPOの立ち上げに携わるなど、東京と岩手をつなぐ

職を持っている学生が多いことを実感します。コロナ禍で進んだテレワークも背景に「どこにいても仕事ができる」時代。働く場所と暮らす場所が必ずしもセットではなく、人口(定住者)や人材は流動していくでしょう。



教育ディレクターとしてワークショップもこなしている高橋和氣さん。今後は一般の社会人にも検討しているとか

「コワーキングスペース」とは、さまざまなバックグラウンドを持つ人が共有する仕事場のこと。個人事業主や在宅勤務の会社員などを中心に、利用が進ん

需要が増えている「コワーキングスペース」

「コワーキングスペース」とは、さまざまなバックグラウンドを持つ人が共有する仕事場のこと。個人事業主や在宅勤務の会社員などを中心に、利用が進ん

Advertisement for OLUCK Coworking Space Share Office. Includes logo, address (盛岡駅徒歩5分(400m)), phone number (019-601-2337), and QR code.

コロナ感染症を回避して **日常を楽しもう!**

←-----social-distance-----→



教育

カワイ音楽教室

音楽を学ぶおとなが急増中

新型コロナウイルス感染症防止による外出自粛、いわゆる「巣もり」期間中では自分や家族のことを見直す機会になりました。家で過ごす時間が増えたことで今まで挑戦できなかったこと、改めて音楽を習い直したいと思う人たちが急増、ピアノを始めとする音楽レッスンを始める人が高まっています。実際の「自宅用」ピアノやデジタルピアノを買い求める方が増える方、購入してもお届けに時間をいただくほど各メーカーともに生産が追いついていないとか、自宅でピアノ購入の後に、感

覚的に忘れてしまっている方も多く、まずは基礎を学ぶ上でもピアノレッスンに通われることをお勧めします。ピアノレッスンにおいて60年以上の実績があり、子どもから大人まで幅広く通われ支持を得ている「カワイ音楽教室」マンツーマンの個人レッスンが親切丁寧で、ご自身のペースで進めていただけるのでピアノ経験者はもちろん、全く初めての人でも安心して通うことができます。体験レッスンなども用意していますのでお気軽に始めてみてはいかがでしょうか。また同教室では、ピアノ

だけではなくバイオリンやフルート、ポカールサクソフォーン、大正琴、胡など、コースが異なります。感染症予防対策を細かく実施の上、各種レッスンを進めているので安心して自分の好きな時間で有意義な趣味を持たれてみませんか。豊富なレッスンシステムと多様な講師陣で素敵な音楽ライフをサポート。夢中になることを見つけた方にぴったりの教室です。

予防対策

- 住所/岩手県盛岡市大通1-10-21 PIVOT大通ビルII 2F
- 営業時間/9:00~17:30 ●定休日/日・月曜日
- TEL(総合受付)/019-636-0044(月~日 10:00~19:00 盛岡近郊) 0197-64-0333(火~土 10:00~17:00 花巻以南)



飲食

のあの方舟

極上の焼き芋専門店がオープン

今の時期、特に恋しくなっている探してしまおう焼き芋。サツマイモにはビタミンC、β-カロテンやカリウムに食物繊維も豊富で栄養価が高くヘルシー。最近では品種も豊富に出ており、人気の食材ですが、盛岡初となる焼き芋専門店が、盛岡市月が丘に昨年12月にオープン、「蔵出し焼き芋専門店」のあの方舟が注目を集めています。

生産者との強いこだわりから厳選された品種は「紅はるか」と「安納芋(本場種子島産)」の2種類。「蔵出し焼き芋極み」と名づけた

れた焼き芋は、無農薬有機栽培でじっくり育てられたサツマイモを低温で長期熟成させ、糖度を上げることのできるじっくりとした食感の焼き芋が実現されています。手間暇かけることでスイーツのような、とろける美味しさが自慢です。冷凍でも販売されているのでレンジやトースターでお好みの食方で食べるのもよし、半解凍で天然焼き芋アイスとして食べるのもとても人気の食べ方です。計り売りから、1kg箱、2kg箱など家族で楽しめる量も置いてあるのも親切ですね。

また、焼き芋以外にも数量限定ではありますが、より時間をかけて品の良い美味しさを実現した特選干しいもなども人気。芋菓子としてサツマイモアイスやスィートポテト、サツマイモプリンもご用意。注文してから目の前で絞出すサツマイモモンブランは見ても楽しめる逸品です。

店内は比較的広く、密にならないよう、さまざまな工夫をされていますので安心していらしてください。おやつにも、土産にもどちらでも喜ばれる新スイーツ、ぜひご賞味ください。

予防対策

- 住所/岩手県盛岡市月が丘3-30-8
- 営業時間/11:00~19:00
- 定休日/年中無休
- TEL/0570-041-016

映画館

株式会社 中央映画劇場

予防対策

上映時にもマスクの着用をお願いしており、場内での飲食はドリンクのみとさせていただきます。

- 住所/岩手県盛岡市大通1-9-12 第8大通ビル5F
- 営業時間/上映作品による
- 定休日/なし
- TEL/019-624-2879

料亭

料亭 駒龍

予防対策

全室個室でイス、テーブル席のご対応も可能です。館内に昇降リフトを備えています。

- 住所/岩手県盛岡市本町通1-8-4
- 営業時間/11:00~22:00
- 定休日/不定休
- TEL/019-624-5243

お持ち帰り唐揚げ専門

まつむら商店

予防対策

どどこからあげお持ち帰りの有名店。「密」を避けるため、予約してからの来店をお勧め。

- 住所/岩手県盛岡市月が丘3-30-8
- 営業時間/11:00~21:00
- 定休日/年中無休
- TEL/0570-009-029

純正食パン工房

HARE/PAN<晴れ時々パン>

予防対策

オリジナル小麦を使用し、卵不使用。和食職人監修の焼きたて純正食パン

- 住所/岩手県盛岡市青山4丁目46-28
- 営業時間/10:00~売り切れ次第終了
- 定休日/不定休(臨時休業あり)
- TEL/0570-092-080



司葉子の巻

文 山田 裕幸

過小評価されて
が見事でした。

演が禁じられていた50、60年代、松竹の小津安二郎監督作品に招かれたかと思つと、同社の大作『紀ノ川』(中村登監督)では、旧家の妻・母として若下志麻の女学生のお転婆ぶりをいさめながらその成長に寄り添う

通った女性に変わるまでを演じました。すると今度は『上意討ち 拝領妻始末』(小林正樹監督)では、建前だらけの武家社会で翻弄され自害して果てる誇り高き武家の妻を演じ、三船敏郎、仲代達世の戦いに気をとられそうなの

W・B経営創発研究所

阿部陽子の

ほくほくトレッキング

第十七回

3600.05M

長靴にヘルメット姿で、五人の若者が歩いてきた。ハンマーで割った石片をルーペで覗いていて、チカッと光る断面を私にも見せてと差し出した。「メタル色は黄鉄鉱、少し赤いのが○△、数種の鉱物が混在しています」。右手は金属鉱床の多い大地です」と、嬉しいことを言ってくれる。彼らは、部活で来県した金属クラブの学生であった。

盛岡市には、鉄を製錬する高炉そのものを山名に冠した「釜山」がある。「たたらやま」と読み、かつてこの山の斜面に製錬所があったことを物語る。今は「炉」と簡単に書くが、もとは「釜」という難しい漢字をあてた。一方、「踏鞴」の文字を使うタタラは、革袋を足で踏んで風を送り、木炭の火力を強めるフイゴを指す。高炉もフイゴも、近く市と葛巻町の境に多々良山、山田町の船越半島には多々羅山がある。

(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」に出演中



らやま」と読み、かつてこの山の斜面に製錬所があったことを物語る。今は「炉」と簡単に書くが、もとは「釜」という難しい漢字をあてた。一方、「踏鞴」の文字を使うタタラは、革袋を足で踏んで風を送り、木炭の火力を強めるフイゴを指す。高炉もフイゴも、近く市と葛巻町の境に多々良山、山田町の船越半島には多々羅山がある。

岩に着く。いたる所で蛇行した北上川や南昌山塊を眺められる。

藩政時代の古図に、近江八景になぞらえた「盛岡八景」が描かれている。円光



太平洋から北上川を185km遡上すると釜山だ。八景の一つ「釜山秋月」は、メタリック光沢で地上を照らす

鉄の製錬所と「盛岡八景」

た証して、釜石市の橋野鉄釜山は、日本初の洋式高炉で有名な世界遺産だ。久慈

釜山の登山口は二カ所。東側は国道106号線の川目地区の釜山公民館から出発す

藩政時代の古図に、近江八景になぞらえた「盛岡八景」が描かれている。円光

は、高圧ガスを使用した可燃性商品のため、取り扱いには注意が必要です。全国消費生活センターで受けた、カセットボンベに関する相談のなかでも、ボンベのガス漏れの事例が多く「数年前に備蓄していたカセットボンベを使用したところ、火が出た。すぐに消したがボンベからシューと音がした」などの声が寄せられているようです。カセットボンベは、気密性を保つため内部にパッキンが取り付けられています。古いものはパッキンが硬くなり劣化しガスが漏れ、気づかず使用してしまふことも危険です。保管状態によつては、金

長期保管は危険

カセットこんろ・ボンベのガス漏れ

属部分の変形や錆もガス漏れの原因になります。近年販売されたカセットボンベには製造年月日が表示されており、使用期限の目安は7年ほどと言われていますが、製造年月日がないもの、金属部分に異常があるものは使用しないでください。年に一度は製造時期を確認し、経年に応じて使い切るようにしましょう。また、カセットこんろの寿命も10年ほどです。古いこんろもガス漏れの原因になりますので、震災の時期に購入したものは買い替えが必要かもしれません。カセットこんろ・ボンベを使用していて危険なことがや

おかしな点があったときは消費者ホットライン(電話1888)へ。

お持ち帰り専門店
南部唐揚げ
NANBU KARAAGE

からあげ単品 1個 120円



盛岡醤油からあげ
浅沼醤油の本醸造醤油使用



発酵塩からあげ
もとみやの甘酒と塩こうじ使用



ピリ辛からあげ
旨辛たれと唐辛子のハーモニー



山椒からあげ
山椒がさわやかに香る醤油味

その他メニュー

・からあげ弁当 480円～
・からあげ玉子おかず 580円～
・なんからセット 1,200円～

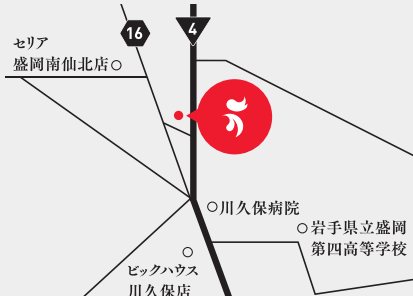
注文調理でいつも揚げたてをお持ち帰りいただけます。
ご予約はお電話で承ります。
019-656-1273

店舗情報

営業時間
11:00～21:00 年中無休

ご予約・お問い合わせ
019-656-1273

お持ち帰り専門店
南部唐揚げ NANBU KARAAGE
岩手県盛岡市南仙北2-27-12



岩手の恵みがぎっしり詰まった、ここでしか食べられない唐揚げ。

食の安全そして地域社会が循環する小さな取り組みとして、できる限り地域の物を使った唐揚げ専門店をオープンいたしました。岩手県産にとことんこだわり、鶏肉や米、また南部小麦そして卵も岩手県産、調味料も地域で愛情を込めて作られた醤油や麴を使用して、生産者の顔が見える安心した食の提供をしております。



踵をお尻に近づけるよう、交互に膝を曲げ伸ばします

例年より寒い日が続いており、家で過ごすことが多...

①丸めたバスタオルをおへそにあて、うつ伏せに寝ます。②息を「ハッ」と吐きながらおへそをタオルから引き離すように呼吸します。

※日本コンディショニング協会のメニューを使用しています。



超高齢化社会にチャレンジ！私たちが目指す未来!! 「同世代を支える、次世代を支える、地域社会を支える」活躍の場が広がります!

まず会員登録! シルバー人材センターを通じて仕事をするには会員登録が必要です。公益社団法人 岩手県シルバー人材センター連合会

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。

あったかいごグループが支える地域の笑顔 1 岩手県盛岡市 あったかいご本部 2 岩手県盛岡市 GHみんなのいえ...

住み慣れた地域にいるお客様に、安心していただけるサービスを提供しています。地域ごとのグループの連携も可能ですので、ご自身のケースをご相談ください。

健康笑顔を作る「ゆるのび体操」 体操で体のラクを 実感しよう

フロンティショニングのご紹介です。⑤終了後、腿の裏に力が入っている感覚があったり、膝が伸びた感じがあると、使いたい筋肉(ハムストリングス)を働かせた証拠です。



中田ゆきえ先生

「同世代を支える、次世代を支える、地域社会を支える」活躍の場が広がります!

超高齢化社会にチャレンジ！私たちが目指す未来!! 「同世代を支える、次世代を支える、地域社会を支える」活躍の場が広がります!

まず会員登録! シルバー人材センターを通じて仕事をするには会員登録が必要です。公益社団法人 岩手県シルバー人材センター連合会

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。

あったかいごグループが支える地域の笑顔 11 岩手県北上市 あったかいごGH大堤 12 宮城県大崎市 GHあったかいごふるかわ...

住み慣れた地域にいるお客様に、安心していただけるサービスを提供しています。地域ごとのグループの連携も可能ですので、ご自身のケースをご相談ください。

ねぎには、栄養豊富で健康に良いとされる成分がたくさん含まれています。ねぎの独特な辛味や臭いのもととなる「アリシン」は、

「ネギオール」という成分は、ねぎの白い部分には、ビタミンCも豊富に含まれてい...

5 グラタン皿にバターを塗り、ねぎ、ハムを並べ、250℃のオーブンで焼き色がつくまで5分程度焼く。

3 平金商店バステル館 より ジェットストリーム4&1 限定色で現在は販売していないという、ペン軸がミルキーピンク色のボールペン。

4 喫茶 オンディーヌ より ケーキセット券 3名様 レアチーズケーキまたはホットケーキに、ドリンク1杯がつくチケット。

5 映画記事執筆 山田 裕幸様 より A.「ウルトラ特撮 PERFECT MOOK」 ULTRAMAN 1966-1967 B.雑誌「東京人」2021年2月号

◆アートフェスタいわて2020-岩手芸術祭受賞作品・推薦作家展+岩手県美術選奨受賞者作品展- ◆パイプオルガン ファミリーコンサート

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。



小野寺恵先生のヘルシー料理

ねぎのグラタン

血液循環を良くし、体を温め、発汗を促進します。②の鍋にねぎを入れ、少し固めにゆで、水気を切...

1 岩手競馬 より B.岩手競馬指定席 (特別観覧席) ペアチケット 5名様

2 遊食屋FUJI より 元祖盛岡焼き冷麺 3食入り 遊食屋FUJI人気メニュー「焼き冷麺」。自宅でも味わえる3食入り。

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。

◆アートフェスタいわて2020-岩手芸術祭受賞作品・推薦作家展+岩手県美術選奨受賞者作品展- ◆パイプオルガン ファミリーコンサート

開催日程: ①愛宕山老人福祉センター(愛宕町) 2月9日 10時~12時 ②松園老人福祉センター(西松園二) 2月12日 10時~12時...



グループ全20事業

さくら美容形成クリニック

診療科目
・美容皮膚科
・美容外科
・形成外科

0120-777-392
〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F
院長 田崎 治子
http://sakura-keisei.jp Twitter @sakarakeisei

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

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



岩手競馬調教師 菅原勲さん(57)

1963年生まれ。江刺市(現奥州市)出身。叔父が調教師、父が厩務員という競馬環境に育ち、地元中学を卒業後、騎手養成学校へ進学。1981年にデビュー後、メイセイオペラ号とのコンビで地方騎手としては史上唯一の中央競馬G1競走(フェブラリーステークス)に勝利。その後も帝王賞や東京大賞典など数々のG1級タイトルを獲得。通算成績は4127勝。現在は、調教師として自らの厩舎から名馬を多く輩出している。

冷めない情熱が夢への活力

小さな時から描いていた騎手への道

未だ落ち着かないコロナ禍において昨年、単年度黒字を達成した岩手競馬。無観客や入場規制の掛かっていたなかで、スマホで馬券を購入する仕組みが好評と昨今で主流になりました。そんな岩手競馬を数十年間に渡って騎手、調教師として支えているのが菅原勲さん(57)です。菅原さんは叔父さんが水沢競馬の調教師、父が厩務員という環境で二人兄妹の兄として生まれました。小学校の頃はプロ野球選手に憧れた野球少年だったという菅原さんも、将来の夢は幼い頃から騎手だったと話します。

「野球は好きではあったけど人生をかけるほどじゃなかった。叔父や父に物心ついた時から騎手になるんだ」と菅原さんは話します。

「エビ(屈腱炎)と呼ばれる致命的な怪我を通りながらも、人より頭が賢く、

「勝負事はその日の流れがある。その日は気分も乗っ

らいてとても安心して乗れたね。いろんなレース展開にも馬が慌てず、逆にレースを教えてもらえた気がする。勝つて褒められることを分かっていて勝利時の撮影にもポーズを取るような馬だったよ」この出会いは、菅原さんの騎手としての高みを目指すきっかけになったといいます。



水沢競馬場のパドックには今でも手書きの出走馬確定板があります



馬を支える裏方まで知るとより競馬を楽しめると菅原さん

「毎週、レースのために馬主さん始め、調教師さん、厩務員さんが馬を支えている。決して騎手だけではなくチームとしてレースへの思いがある。レース前は3kg〜5kgの減量があつてきつい時も

最高時間でした。誰かが成し得なかった夢を叶えた菅原さんは、その後もトウホウエンペラーで地方G1の権威、東京大賞典に勝利するなど遠征先でのビッグレースに次々勝利、数々の騎手賞も獲得するまでになりました。

菅原勲の夢はこれからも出会う馬たちと共に追いつけていきます。

三十品目の彩おかずが楽しめる

美藤/MIFUJIオリジナル 岩手山 三段おべんとう 2,160円(税別)

019-653-1421 盛岡市上田3-7-26 受付時間/9~19時 定休日/なし

美藤/MIFUJI 美藤 お弁当 検索

HANAMAKI ONSEN 温泉ベーカリー

抹茶クリームあんぱん

多い日で1,300個売れる、名物「花巻温泉あんぱん」に昨年好評をいただいた冬限定商品「抹茶クリームあんぱん」がさらに美味しくなって再登場。

- 抹茶クリームあんぱん[1個] 販売期間▶3月28日(日)まで 250円(税込)
- 花巻温泉あんぱん[1個] 180円(税込)

■場所/ホテル千秋閣 ■営業時間/8:00~17:00

あんぱんの他にも、自慢のパンやスイーツを数多く取り揃えております。

花巻温泉の名物グルメ

フランス料理界で権威のある日本エスコフィエ協会ディシプル章を受賞した花巻温泉の洋食料理長及川シェフ自慢の牛タンシチューが和食処に登場!香味野菜と赤ワインで8時間以上煮込んだ牛タンのとろけるような食感をお楽しみください。

- 牛タンシチュー 1,500円(税別)

オプションでライス・味噌汁・サラダをご用意しております。

■場所/ホテル花巻7階 和食処「羽山」
■営業時間/(ランチ)11:30~14:00、(ディナー)18:00~21:00 ※ラストオーダー閉店30分前