

2021.9月号 無料配布
 【月刊216号】次号/9月26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

あったかいごグループ
 が支える地域の笑顔
 グループ 全20事業 TEL.019-601-5862
 三協メディケア本社/盛岡市北坂町1丁目6-8

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



東日本電信電話株式会社岩手支店長
片岡 千夏さん(52)

1969年生まれ。東京都世田谷区出身。東京女子大学文学部卒業後、日本電信電話株式会社(NTT)入社。東日本電信電話株式会社(NTT東日本) 神奈川事業部設備部長、同社設備企画部担当部長(PSTN マイグレーション推進プロジェクトチーム長)を経て、2021年6月から同社宮城事業部岩手支店長。趣味は散歩、写真撮影。大切にしている言葉は「熱い心と、冷たい頭を持つ」

通信技術を、地域の課題解決に

「通信技術を応用できないか」とアンテナを張る発想力に、とても刺激を受けました」
 この頃には「こんなに面白い仕事は他にない、と思えるようになっていました。今思えば、新人時代の地味な5年間の経験が基礎固めとなり、今一番活かされていると感じます」と片岡さんは話します。

辞めようと考えていた新人時代の経験が糧に
 東京生まれ、東京育ち。今年6月、NTT東日本岩手支店に支店長として赴任するまで、ずっと都内在住だった片岡さん。「就職してから、一番遠かった勤務地が横浜。ほぼ東京から出ていないです」と笑います。大学卒業後は、学んだ数々の思考が役立つような情報通信の分野で社会を変えたいと、きついながらもNTTに入社。「きれいなオフィスでデスクワーク、というイメージで入社したのですが、実際に配属されたのは電話局の常駐エンジニア。窓のない機械室で作業着を着て、一日中地味な作業をしていました」と振り返ります。24時間稼働で、重要な装置の更改作業はおおむね深夜。しかし当時、女性社員の深夜勤務は認められておらず、男性社員だけが新しい装置や技術に触れる機会を与えられていることに歯痒さを感じたという片岡さん。「自分だけ仕事の幅が広がらないように思えて、私がここにいて意味があるのか、と転職も考えました。私にもやらせてください、と上司に詰め寄って困らせたこともありましたね」

「頼りになる存在に」
 そんな片岡さんにとって忘れられない出来事が、2011年の東日本大震災。「当時私がいたのは、NTT東日本のネットワークの品質を維持管理する部署で、例えば、品質をもっと良くするための改修方針を検討したり、災害時にはその対応もすることになっていました。あの日は東京でもかなり揺れて、通信装置からは経験のないような膨大な警報が発生。本当に難しい選択の局面が何度もありました」

この時、片岡さんは「日本中のお客様にサービスを提供する会社として、こういった災害時にこそ頼りにされる会社。人材でなくては」と強く思ったと言います。「当時の反省を踏まえ、社内では災害時の備えや体制の見直しを徹底。私自身も、最悪の事態を含めたパターンへの想定とその対応をしておく、という習慣が身につきました」



トマト栽培にICTを活用した事例を説明する片岡さん

入社以来、ずっと技術畑を渡り歩いてきた片岡さんは、今年6月、支店長として岩手支店に転勤。「東京以外の場所ですら、社外の人と会う機会も減り、環境の変化にまだ少し戸惑っているようです。岩手・盛岡の印象を、街中に川があつて、岩手山が見えて、景色も空気が美しいですね。実直で親切な人が多く、いいところに来たなあと思います。コロナ禍が落ち着いたら、岩手のお祭りを体験したいと笑顔を見せます」

そんな片岡さんが、岩手・盛岡に起こしたいイノベーションは「ICT(情報通信技術)の力で、この地域に新たな価値を創造すること」で、さらに豊かな地方都市にしたい。「岩手には、人口減少や物理的な距離などによるさまざまな課題があると思いますが、それらを私たちの強みであるICT(情報通信技術)が解決できるかもしれません。まずは岩手のみならず、ICTの力や可能性を知っていただきたい。地域の方々とお会いして話を伺い、その困りごとをどう解決し、貢献できるかというのを毎日考えています」と話してくれました。

NTT 東日本
 地域の会社を全力サポート
NTT東日本 岩手支店
<https://www.ntt-east.co.jp/iwate/>
 K21-01457 [2108-2111]

シニアズブックカフェ さわや書店 栗澤順一
「私」を受け容れて生きる
—父と母の娘—
 著 末盛千枝子/新潮文庫刊 825円(税込)
 「私」を受け容れて生きる 父と母の娘 末盛千枝子
 欲しい一冊です。より手に取りやすくなった本書、一人でも多くの方に読んでほしい一冊です。

MS&AD
MS北東北株式会社
 保険の相談は **019-623-2400** 担当 荒木田
 MS北東北株式会社 盛岡市大通3丁目3-10 七十七日生盛岡ビル9階
 北東北3県に9支店で展開中。

NISSAN
 オーラ 誕生
AURA e-POWER
 それは、唯一無二の輝き。
 静寂な電気の走りから、その上質空間は生まれた。贅沢にくつろげる大人のプライベート空間。オーラ
 サポカー補助金、あります。
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】 サポカー補助金の交付を受けるには条件があります。
 「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
 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

意外と知らない！ 身近なIT技術



【第2回 若者に話せるDX - 文字のDX話 -】



「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

今あるモノやサービスをデジタルで便利にすることがDX化(デジタルトランスフォーメーション)です。

デジタルをデジタルに、古いデジタルを新しいデジタルに

デジタルをデジタルに、古いデジタルを新しいデジタルに

デジタルをデジタルに、古いデジタルを新しいデジタルに

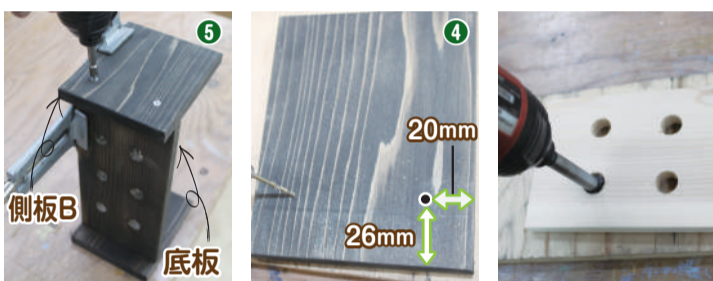
デジタルをデジタルに、古いデジタルを新しいデジタルに

デジタルをデジタルに、古いデジタルを新しいデジタルに

デジタルをデジタルに、古いデジタルを新しいデジタルに



完成形



【工具】ドリルドライバー、ドリルビット



「これまで飲んでいた天然水との違いにビックリ！」

種類が豊富で初心者でも育てやすいと人気の多肉植物。そんな多肉植物を可愛く飾れるプランターの作り方を紹介。癒しのインテリアとしてぴったりです。

1 底板の長辺側の端から30mm内側、短辺側の端から50mm

2 きれいな仕上がりになるよう、やすりで木材全体をきれいに磨く。

3 塗装する場合を組み立てる前に塗装したい木材すべてを細部まできれいに塗る。

4 各側板Bの長辺側の端から20mm内側、短辺側の下端から26mmの位置の両側2カ所に下穴を開ける。

5 ④の下穴の位置に底板の短辺部分を写真のように合わせビスでとめる。コーナークランプがあると直角に固定してくれるので便利。

6 各側板Aの長辺の20mm内側、短辺の19mm内側の位置の両側4カ所に下穴を開ける。

【第2回 若者に話せるDX - 文字のDX話 -】

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

「旅行した」こんな食

平金商店の文具博士
鎌田店長

大事な予定をしつかり管理



時間ごとに予定が書き込み、1日の予定が見やすいバーチャル型の手帳

猛暑が続いた今年の夏ですが、暦の上ではすでに秋です。季節を象徴する商品の一つにカレンダーや手帳があります。お店によっては2022年の商品がすでに店頭で並んでいることも。手帳を使う人が何を大事にしているのか表れるアイテムだと思っています。1年間使い続けるので、表紙のカラーやデザイン、サイズもこだわられるポイントだと思いますが、手帳の人気のフォーマットは大きく分けて3点あります。

一つ目は月間ブロック型。カレンダーのように二カ月を見通して使えるタイプです。このタイプは薄手の商品が多く、コンパクトなものを選べば軽く持ち運びが可能です。曜日の始まりは、カレンダーと同じ見方ができる日曜始まりのほか、月

二つ目は、週間シート型。シニア世代でも使っている方が多いと思いますが、左側に一週間のページがあり、右側がメモ欄になっているタイプの手帳です。記入箇所がたくさんあるのでいろいろと書き込めるのが良い点です。

三つ目は、バーチャル型。こちらは、時間と予定の管理どちらにも必要な方に向いています。時間軸に従って予定を記入していきますので、一目で一日の流れが分かりますし予定の重複を防ぐことも可能です。

来年の手帳を買う際、今年のものと同じ手帳を買った方が多いと思いますが、左側か、今使っているものを持参されると良いでしょう。お店で商品が探しやすいです。



左が月間ブロック型、右が週間シート型の手帳。仕事用とプライベート用で使い分けもおススメ

平金商店バスケット部
盛岡市着町8-18
（肴町アーケード南側）
☎019(652)2881

阿部陽子の

ほくほくトレッキング

第23回 就志森 769.8m

九戸村の「就志森」を知ったのは、かれこれ十数年前になる。「志に就く」という格調高い山名をみて、すぐにでも登りたいと気が急いだ。

ある日の岩手山で、九戸村山友会の皆さんとすれ違った。見知らずの登山者が立ち話をするのはまああることだが、縁は異なる不思議なもの、こんな千載一遇は滅多にない。「九戸っそれなら就志森でしょ、登りにいきます」と私は勢い込んだ。

そこから十年、山友会による道の整備と案内板の設置、山頂展望の確保や植物

保護など、就志森はどんどん進化し続けている。特に、戸田小学校児童が再開した夏山登山や冬のカンジキ体験は秀逸だった。今回、尻滑りの斜面を拓いたと聞き、私もさっそく肥料袋を一枚ゲットしておいた。「志に就く森」を贈る意気込みが

塩・海産物の交易がなされたという。岩手にはツクシが三つある。葛巻町のツクシ森や突紫森と同じく就志森もまた、尖った頭を野草の「つくしんぼ」に例えたりしたい。

さて、登り

の古い農家の庭先が登山口となる。北に折爪岳、西に稲庭岳や七時雨、遠くに岩手山を望む展望の山頂である。三角点のほか、岩手山神社の遷座所を物語る石碑もあった。ときどき九戸の山に会いたくなる、何故だろう。

市・戸町・葛巻町の境にありと続く。かつては九戸村から峠を越え、時には就志森の脇をとおり、米や

登って行くと二戸町面岸へ至る林道に出る。左へ200m進めば6合目。昔は、就志森の中腹で馬を放牧したそ

内川の河岸段丘で、折爪岳や700m前後の脊梁が、二戸

方である。戸田地区晴間沢

うで、錆びたバラ線が木肌

に食い込み、幹と一体化していた。



(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



盛夏の屋下がり、就志の頭にガスが流れていく。草花はいきいきと、嬉しそうに咲きほこる

金メダルラッシュで盛り上がるオリンピックの熱気のなか、コロナ感染者の増加でパラリンピックの開催を心配しつつこの原稿を書いています(汗)。この記事が出る頃には無事に開催されているとよいのですが。

さて、パラリンピックは、未

来への継承というスローガンを掲げていますが「継承」から「相続税」を思い浮かべてしまつた人もいるのではないのでしょうか。正直、昔前までは相続税の問題は部

お金持ちのせいとくなく、悩みで「どうせ私には関係ない話」なんて思われていたのですが、2015年の法改正で一気に身近な問題となりました。

法改正前までは「控除額500万円+相続人1人につき1000万円」だったので、仮に夫が亡くなり法定

相続人が妻と子一人だった場合、合計7000万円が控除されていきました。ところが改正後は「3000万円+相続人1人につき600万円」と大幅に控除額が引き下げられたことで相続税を支払わなければいけなくなった世帯がかなり増えています。相続税は遺された預貯金が少ない場合でも土地建物があればかかかります。もはや他人ごとではなくなつた相続税の問題は早めに対策を打つに越したことはないのです。この機会に要

点を押さえておきましょう。まず相続税の対象になる一般的な資産は大まかに3つ、

すし、これまた映画をよく見ていた漫画家赤塚不二夫も「おそ松くん」の珍キャラクター。おフランス帰りのバチョ氏の声で人気を博していましたがこれにたいして「ガバチョ氏」で…。

藤村有弘は、前回の東京オリンピックの頃、NHK総合テレビタワの人気人形劇「ひよこりひょうたん島」の「大統領」ドン・ガバチョ氏の声で人気を博していましたがこれにたいして「ガバチョ氏」で…。

期タモリの英仏中国語

「志に就く森」を贈る

の古い農家の庭先が登山口となる。北に折爪岳、西に稲庭岳や七時雨、遠くに岩手山を望む展望の山頂である。三角点のほか、岩手山神社の遷座所を物語る石碑もあった。ときどき九戸の山に会いたくなる、何故だろう。

市・戸町・葛巻町の境にありと続く。かつては九戸村から峠を越え、時には就志森の脇をとおり、米や

登って行くと二戸町面岸へ至る林道に出る。左へ200m進めば6合目。昔は、就志森の中腹で馬を放牧したそ

内川の河岸段丘で、折爪岳や700m前後の脊梁が、二戸

方である。戸田地区晴間沢

うで、錆びたバラ線が木肌に食い込み、幹と一体化していた。

の古い農家の庭先が登山口となる。北に折爪岳、西に稲庭岳や七時雨、遠くに岩手山を望む展望の山頂である。三角点のほか、岩手山神社の遷座所を物語る石碑もあった。ときどき九戸の山に会いたくなる、何故だろう。

市・戸町・葛巻町の境にありと続く。かつては九戸村から峠を越え、時には就志森の脇をとおり、米や

登って行くと二戸町面岸へ至る林道に出る。左へ200m進めば6合目。昔は、就志森の中腹で馬を放牧したそ

内川の河岸段丘で、折爪岳や700m前後の脊梁が、二戸

方である。戸田地区晴間沢

藤村有弘の巻

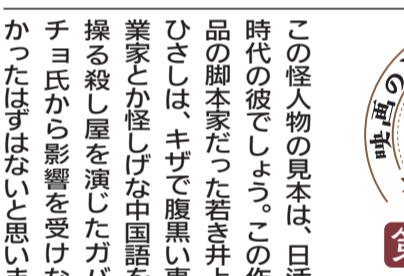
この怪人物の見本は、日活時代の彼でしょう。この作品の脚本家だった若き井上ひさしは、キザで腹黒い事業家とか怪しげな中国語を操る殺し屋を演じたガバチョ氏から影響を受けたかっちははずはないと思いま

かびますが、ここは俳優と

(W・B経営創発研究所)

文 山田 裕幸

ベ公映画」の一作大原麗子主演の「三匹の雌蜂」は、彼の見せ場を作ります。フ



シニアズ 第二六回

藤村有弘の巻

文 山田 裕幸

ベ公映画」の一作大原麗子主演の「三匹の雌蜂」は、彼の見せ場を作ります。フ

を

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)

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

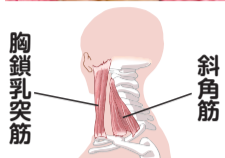
体のお悩み募集中 リクエストにお答えします



日本コンディショニング協会 認定インストラクター 中田ゆきえ先生

盛岡も暑い日が続く冷房を使う機会が多く、気づかぬうちに実は体が冷えてい... 触る筋肉は胸鎖乳突筋・斜角筋の2つです。

今回は首回りの筋肉のし... セットコンディショニング... 指2本で軽く圧しながら... 指2本で鎖骨を挟むように... 指2本で鎖骨を挟むように... 指2本で鎖骨を挟むように...



終わった後は首鎖骨周りがスッキリし顔が小さくなることも... ※日本コンディショニング協会のメソッドを使用しています。

岩手の先人こぼれ話 第1回

那珂通世と自転車

宮沢賢治学会 副代表理事 佐藤 竜一



青山霊園にある那珂通世の墓

健康志向も手伝って自転車の輸入を始めています。当... 時アメリカの自転車は一台250円〜300円で売られていて... 1901年(明治34年)に通世が執筆した「奥州転輪記」という文章では、文部省から...

「ダルイ、食欲が無い、眠れない」。連日の猛暑とマスク生活は、夏バテに拍車をかけそうです。夏バテ予防には、規則正しい生活と食事、適度な運動。今回は、しっかりと食べて夏バテ予防をとりあげたいと思います。

夏バテは、どうしておこるの？

例えば、真夏のスーパー。魚や肉コーナーは寒くゆっくりに出ないほど冷房が効いていますが、一歩外に出ると猛暑で気温と湿度が極端に変化します。体は自律神経の働きで暑さを感じると汗をかき、熱を放散して体温を下げます。気温と湿度の差を繰り返して感じると、自律神経の働きが乱れて、胃腸の疲れ、食欲不振、倦怠感、不眠などの夏バテ症状がでてくることがあります。

①水分を意識して取る 若い頃、体重の約60%だった体の水分量は、高齢になると水分の貯蔵庫でもある筋肉量が減ることによって50%に減ります。また「口渇中枢」も減退するので、喉

②よく噛み、栄養バランスを 涼しげな種類は食欲がなくても喉越しが良く食べやすいですが、よく噛んで食べ

③ビタミンB群の補給 夏バテ予防にはビタミンB群の補給が大切です。なかでもビタミンB1は糖質(ご飯、パン、麺など)をエネルギーに変える時に必要な

④夏バテ解消レシピ ビタミンB1量No.1の豚肉、カリウムの多い長いも、胃液の分泌を促し、クエン酸を含む梅、青じその「長いもの豚肉巻き」は夏バテ予防にぴったりの一品です。冷めてもおいしく作り置きにも便利です。

敬老の日 感謝の気持ちに お花のギフトを添えてはみせんが 楽天市場での購入はコチラから! 花のまりちゃん TEL.019-613-6572 FAX.019-613-6162

『いつも、あなたと未来と』 ICT技術での問題解決を “まごころ” を込めてサポートします! 私達は地域の発展に貢献し続けます。 お問い合わせは TEL 019-652-3000 まで

秋先取り! 旬の味覚 取り揃えております TOMATOMA フェザン店 盛岡市盛岡駅前通1-44 盛岡駅ビルフェザンB1F/デリカタウン とつが

僕と同じ思いをする人を減らしたい Hachi (ハチ) は、そんな思いからつくったみまもりサービスです。 実家の親が突然倒れた。脳梗塞を患って仕事をやめた。 Hachiとは Hachiは誰でも簡単に見守り、見守られるシンプルなサービス。 介護元/八幡平市:APTECH株式会社

①水分を意識して取る 若い頃、体重の約60%だった体の水分量は、高齢になると水分の貯蔵庫でもある筋肉量が減ることによって50%に減ります。また「口渇中枢」も減退するので、喉

②よく噛み、栄養バランスを 涼しげな種類は食欲がなくても喉越しが良く食べやすいですが、よく噛んで食べ

③ビタミンB群の補給 夏バテ予防にはビタミンB群の補給が大切です。なかでもビタミンB1は糖質(ご飯、パン、麺など)をエネルギーに変える時に必要な

④夏バテ解消レシピ ビタミンB1量No.1の豚肉、カリウムの多い長いも、胃液の分泌を促し、クエン酸を含む梅、青じその「長いもの豚肉巻き」は夏バテ予防にぴったりの一品です。冷めてもおいしく作り置きにも便利です。

「長いもの豚肉巻き」 材料(2人分) 豚肩ロース薄切り 6枚 長いも 150g 梅干し 1個(刻み・練り) 青じそ 6枚 ※水 大さじ2 ※砂糖 小さじ1/2 ※酒みりん・しょうゆ 各大さじ スライスニンニク 1/2個分 小麦粉、油 適量

1901年(明治34年)に通世が執筆した「奥州転輪記」という文章では、文部省から...

MORIO祭 期間中 MORIO ベイご利用で ポイントが30%還元! MORIO ベイ Powered by よむすび

『いつも、あなたと未来と』 ICT技術での問題解決を “まごころ” を込めてサポートします! 私達は地域の発展に貢献し続けます。 お問い合わせは TEL 019-652-3000 まで



いわて医療通信「元気で人生を楽しむために」

4. 『ロコモティブ症候群』 ロコモを引き起こす運動器の病気

今回は「ロコモを引き起こす運動器の病気」について説明していきます。

「立つ」「歩く」などの移動能力の低下、すなわちロコモを引き起こす運動器の病気は、主に膝や腰の加齢による変化が原因になります。

機械も長年使うと歯車が減って調子が悪くなるように、年をとることで運動器もさまざまな変化が生じてきます。

膝は人が立ったり歩いたりするのにも最も重要な関節です。膝でロコモの原因になるのは「変形性膝関節症」です。

読んでいた本のなかに「使われない筋肉は、使われない」という文章を見つけた。面白い表現ですね。

体を動かすのは骨格筋です。数にするとおよそ400個で、筋肉全体の約40%を占めています。

今年も暑さでコロナ禍で外出を控え、在宅時間が長くなると歩行するための筋肉もさぼり始めています。

果、動作性が落ちて動きのキレが悪くなってしまう。筋力は何歳からでも鍛えられるようにしたい。

「使われない筋肉を増やさないと」

「使われない筋肉を増やさないと」

近頃の整形外科開業医の先生に相談されることをお勧めします。

お読みいただきありがとうございます。

岩手医科大学附属病院 整形外科 田島吾郎



近年では、筋肉からもさまざまなホルモンが出ており、健康の維持増進に役立つことが分かっています。

宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店 宮手薬店

盛岡市西部公民館 cafe SUNNY アウトドア気分でコーヒーを

木の家が好き! 見学相談会 自由な暮らし 科学的な暮らし

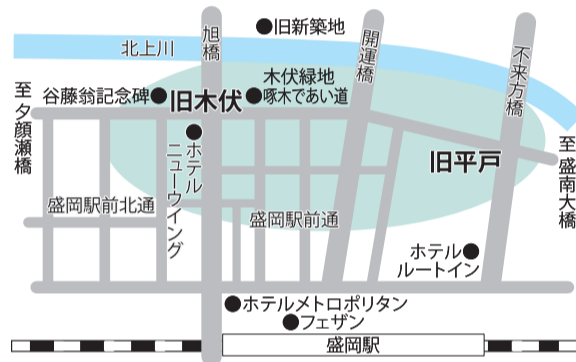
旧平戸・木伏界限（後編）



前号に続き、旧平戸・木伏界限を案内しよう。盛岡駅は当初、仙北町に建設することになっていたが、地元の猛反対により予定地は平戸地区に移ったことを前号でお伝えしました。駅建設予定地となった平戸は市内からは夕顔瀬橋を渡って迂回するルートが計画されたため、不便さを解消するために新橋建設が計画されました。ところが、これが政争に巻き込まれて建設費が市議会で認められず、当時の石井県令(知事)が市内の有力者に働き

かけて金と人を出し合い突貫工事の末、駅の開業に間に合わせて1890(明治23)年に開通橋を開通させたのです。民間出資で建設した橋は当初有料制だったことから不評を買い、結局、翌年の8月に盛岡市が買収し公道となりました。駅前地区がにぎやかになるのは、日清・日露戦争を経て物資や人の輸送量が増大し、旧国鉄関連の施設や工場が整備拡充された明治後期になってからのこと。木伏では、この一帯の地

主・谷藤市太郎によって開運橋から夕顔瀬橋に通じる「木伏通り」が整備されたため、駅から厨川や新田町、太田、雲石方面に直結するルートがで便利になりました。この地区が盛岡市の玄関口として整備されました。



となつて復興させられた駅前通は新しい盛岡の玄関にふさわしい街路に整備されました。次に大きく様変わりしたのが1982(昭和57)年の新幹線開業に伴う駅前再開発。駅ビルの新装に合わせて街並みも大きく変わり、木伏は旭橋の架橋で区切られ、開運橋寄りには「啄木であい道」という緑地も整備され、2019(令和元)年にはその木伏緑地に、新たな憩

衣川合戦の朝、仲間11人とともに山寺参拝に出かけ、そのまま逃亡したとされる義経家臣がいる。主君を見捨てた裏切り者。常陸坊海尊である。果たしてそれは真実か。

まず不思議なのは、この逸話、軍記物語の『義経記』には記されていないが、鎌倉幕府の正史『吾妻鏡』には記述がないこと。海尊という名すら登場しないのだ。もちろん、この2つは成立年代が大きく異なる。『吾妻鏡』は1300年頃、『義経記』は1420年頃の成立である。そもそも勝者に

たとしても不思議はないのだが。しかし、正史『吾妻鏡』に存在するものだけでなく、配役すら感じられない。のほごも腑に落ちない。ひた隠しにする何かがあったか、まったくどうでもよい人物像だったか。こういう

1600年頃になって、津浦街道が仙北を貫き、仙北藩内での『清悦物語』が流行する。これらは、義経の悲劇を諸国漫遊しながら語り伝え、不老長寿の男の物語である。主人公の義経も清悦も、ともに義経に仕えた海尊一

は平泉も死に体だ。何も知らぬふりで平泉を攻め落とせる。欲しいのは奥州。はなから義経の命など口実でしかない。身代りだろうが義経と名乗る者を形だけでも誅してしまえばそれでいい。結果的に、義経側の策略は失敗に終わり、主従は帰る場を失う。頼朝の平泉攻めのタイミングが思つたより早かったのだ。頼朝は予定通り奥州を攻略する。頼朝からすれば、勝つには勝つたが欺かれ忸怩たる思いもあつただろう。だが、最低限の事柄だけを記録として残すことさえできれば、細かなディテールなど有耶無耶にしても問題ない。むしろ曖昧な方が都合がいい。半端に記録に残せば、ほじくり返されて墓穴を掘りかかないという怖さが残った。いたからかもしれない。

信頼と満足を

毎日の生活に安心をお届けします

- LPガス・オートガスタンド (LPガス容器充填・オートガスタンド)
- 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

くらしを支える水より良い生活環境の創造に努める

有限会社 **伸栄設備**

管工事/水道衛生工事/水道衛生保守

TEL.019-645-1320 FAX.019-645-0679
〒020-0124 盛岡市厨川二丁目8-21

電球が替えられない
修理をお願いしたい
ここに電気が欲しいと思ったとき
TV・BS・CSアンテナ工事
家の設備が古くなってきた
などなど、電気の困った…解決します!

でんぎに関するお困りごとはありませんか?

親切丁寧! こんなどき、お気軽にお電話ください!

各種内線工事、仮設工事、一般家庭の小さな工事から、ビル、工場、高圧電気工事、土木まで

～地域を明るくする～

有限会社 **渡辺電気**

TEL.019-646-8950
FAX.019-646-8956 月～金 8:00～17:00 定休日/土日祝
盛岡市上堂 3-20-10 (ホームック上堂店より徒歩5分)

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**

60歳からの生活をサポートする。

もりじんシニアライフローン

または、最高の本・支店までご相談ください。

シニアプラン

詳しくは、「ローンプラザもりじん」
TEL.0120-160-656

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)

サービス付高齢者住宅

やまぼうし桜台

【農業を柱に運営しております】隣接する農地で自分の好きなお花・野菜を育てていただけます

電話: 019-667-1977
住所: 盛岡市桜台2丁目18-2

「いわぎん」フリーローン (お申込みカンタン&スピード回答!)

マイワークα

ご旅行や冠婚葬祭に。お子さん、お孫さんのお祝いごとにも。お使いみち自由!

【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

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

〒020-0842 岩手県盛岡市湯沢10-59-1
TEL 019-638-8951 FAX 019-638-8953
Eメール w-kougyou@r5.dion.ne.jp

大好評、お得なスタンプカード! 来場1回につき1ポイント

平日無料5プレー券進呈!

岩手ゴルフ倶楽部 創立84周年・コース開場59周年

岩手ゴルフ倶楽部

http://www.iwategolf.co.jp

毎週土曜日はレディースデー 来場の女性全員に1,000円分のお食事サービス!

9月のお得なプレー料金ご案内

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
セルフデー	セルフデー	セルフデー	セルフデー	セルフデー	セルフデー	レディースデー
¥6,130	¥4,700	¥6,680 (食事付)	¥8,330	¥9,430	¥6,130	¥8,330
〈月例〉十字屋杯	新山友の会 定例 コンペ	新山友の会 定例 コンペ	新山友の会 定例 コンペ	新山友の会 定例 コンペ	新山友の会 定例 コンペ	レディースデー
¥9,430	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥8,330
4部門選手権(予選)	4部門選手権(予選)	4部門選手権(予選)	4部門選手権(予選)	4部門選手権(予選)	4部門選手権(予選)	レディースデー
¥9,430	¥6,680 (食事付)	¥6,130	¥4,700	¥6,680 (食事付)	¥8,330	¥8,330
4部門選手権(決勝)	OP まつたけ祭り	OP まつたけ祭り	OP まつたけ祭り	OP まつたけ祭り	OP まつたけ祭り	レディースデー
¥9,430	¥9,430	¥6,680 (食事付)	¥4,700	¥9,430	¥6,130	¥8,330
OP花巻温泉杯	OP花巻温泉杯	OP花巻温泉杯	OP花巻温泉杯	OP花巻温泉杯	OP花巻温泉杯	OP花巻温泉杯
¥9,430	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥6,130	¥6,130

※上記は乗用カート・セルフプレーの料金となります。消費税込。諸経費込み、利用税(700円)は別途頂戴します。



UTIMS... 肌の深部のたるんだスマス筋膜に熱を与え、収縮させて引き上げ、皮膚のハリを回復させるものです。もちろん即効性も

8月・9月キャンペーンも行っていきます。お気軽にお問い合わせください。

抗ウイルス効果のある空気清浄機を各室に設置し、院内の触れる部分のこまめな消毒、滅菌スリッパも設置し、皆様に安心して受診いただけるように万全の対策をとっております。

さくら美容形成クリニック 0120(777)392 盛岡市盛岡駅前通13-8鳴海ビル 2F



縄文自由研究会

盛岡生活文化研究室 大森ふじお... 縄文自由研究会... 1万年の世界にどうぞ

盛岡市保健福祉部長寿社会課のイベント... 地域ケア係、男の介護道、結婚記念祝品の贈呈、健康づくり! マッサージ指導教室

自動検温 赤外線センサー設置... WINS本宮

最先端たるみ治療... さくら美容形成クリニック 田崎院長に聞いた

大森ふじおのシニアナビ... 1万年の世界にどうぞ

岩手で夢をかなえよう! 「農業を始めたい人の相談会」 9/15(水) 13時半~15時半

WINS本宮... 住所 / 岩手県盛岡市本宮 3-51-11

Grand Seiko... セイコー創業140周年記念 限定モデル

MICHIMATA... 時計 & 宝飾

「水・木・土・カンフー各教室」 秋の体験教室参加者募集

読者プレゼント cafe SUNNY様より SUNNY オリジナルブレンドドリップコーヒー

シニアズ編集部より 爽風涼菓 あまなつゼリー

WINS本宮... 住所 / 岩手県盛岡市本宮 3-51-11

エフエム岩手

盛岡市内丸 2-10 / http://www.fmii.co.jp

盛岡 76.1MHz 陸前 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

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 シニアズ 検索

モデルルーム公開中



あっとホーム
TEL 019 635-6000

自分を変える努力

インターネットの普及とともにデジタル技術も進化を続け、身につけられるウエアラブル端末なども身近になりました。そんな可能性を秘めるデジタル技術で世界を変えたいと熱意を燃やすのがAPTECH株式会社代表の大西一朗さん。アップルジャパンなど海外IT企業に勤めデジタル製品の設計や開発・販売に携わってきた人物です。

大西さんは3人きょうだいの長男として盛岡に生まれ、高校を卒業後は一年浪人し東京の大学へ進学します。「1人倍努力してきたが才能がある人には勝てなかった。誰にも負けないものが無いと未来はない」と思い、大学二年生のときに、英語のニュースなどを聞き続け頭に染み込ませるといって学習を止めた。と繰り返して流れるうちに流ちょうな英語ができるようになった。

大学を卒業し数年後、就職した会社で自分だけのスキルを得ようと孤軍奮闘。慣れないパソコン作業で疲弊しますがMacが導入され衝撃を受けたと言います。「当時、デスクトップ型パソコンは珍しく操作が簡単で初めて買いたい」と感動しました」と振り返ります。Macに魅了された大西さんは詳しいことを聞きにアップルに足繁く通い、持ち前のハングリー精神とその熱意を買われスカウトされます。憧れの会社で働きたいと大西さんは入社を決意。抜群の語学力で外国人社員とも難なく交流を深めていきます。

新しい技術が世界を変える
アップルに転職したとき、製品のユーザーは少なく展示会を開いてもなかなか人が集まらなかった。展示会で人の列を作りたい、思いついたのがアップルのボールペンをノベルティとして配ることでした。とても好評で開場前から行列ができて展示会は大盛況でした。これを機に今までにないマーケティング戦略を次々と編み出し売上を伸ばし、録し平均的なデータを取れば、体の異変に気づき重篤化を防げるのではと考えました。同時に岩手の両親が自宅で転倒したり、耳が遠くなり電話に気づけず出られなかったり、万が一のとき心配でした。きつと同じ状況の人は多いはずと思い、離れていても家族を見守れるシステムを作ろうと決意しました」と大西さんの新たな挑戦が始まりました。

起業場所を探していたとき、八幡平市のITで起業したい人を集めたプログラミングスクールが存在を知った大西さん。ハイレベルで驚き、この出身者と開発したい、ここをシリコンバレーのようなIT企業が集まる新しい産業を生み出す場所にしたとAPTECH社を八幡平市に設立。「操作に慣れない人でも使える構造と助けを呼べる仕組みの設計に苦労しましたが、医療者や技術者、みんなで議論を重ね心拍数や歩数などの情報を計測し共有できるように開発。体調の変化を察知でき、もしものときはすぐに助けが呼べる見守りアプリHachiが誕生しました」と完成まで長い道のりだったそう。

「今後は世界中の人がHachiを使えるようにしたい」と意気込む大西さん。その熱意はインターネットのように世界に広がっていきます。

デジタルで世界を変える
APTECH株式会社 代表取締役 大西一朗さん(61)
1959年、盛岡市出身。日本大学芸術学部を卒業後、1年間のアメリカ留学を経験。アップルコンピューター株式会社、ライブピクチャージャパン株式会社、シスコシステムズ株式会社などでデジタル製品の開発やマーケティングの仕事に携わり、現在はAP TECH株式会社代表取締役を務める。見守りアプリ「Hachi」は八幡平市の「はち」が由来となっている

多忙ながらも順調な毎日を送っていた大西さん、57歳のとき脳梗塞を患います。「自分が病気になると思わなかった。倒れる数日前、バイタルの数値がおかしかったためウェアラブル端末に毎日数値を記録し平均的なデータを取れば、体の異変に気づき重篤化を防げるのではと考えました。同時に岩手の両親が自宅で転倒したり、耳が遠くなり電話に気づけず出られなかったり、万が一のとき心配でした。きつと同じ状況の人は多いはずと思い、離れていても家族を見守れるシステムを作ろうと決意しました」と大西さんの新たな挑戦が始まりました。

起業場所を探していたとき、八幡平市のITで起業したい人を集めたプログラミングスクールが存在を知った大西さん。ハイレベルで驚き、この出身者と開発したい、ここをシリコンバレーのようなIT企業が集まる新しい産業を生み出す場所にしたとAPTECH社を八幡平市に設立。「操作に慣れない人でも使える構造と助けを呼べる仕組みの設計に苦労しましたが、医療者や技術者、みんなで議論を重ね心拍数や歩数などの情報を計測し共有できるように開発。体調の変化を察知でき、もしものときはすぐに助けが呼べる見守りアプリHachiが誕生しました」と完成まで長い道のりだったそう。

「今後は世界中の人がHachiを使えるようにしたい」と意気込む大西さん。その熱意はインターネットのように世界に広がっていきます。

花巻温泉 特別宿泊券 佳松園物語
【販売期間】2021年10月24日(日)まで
ご利用期間 2021年11月1日(月) ~ 2022年3月31日(木)
特選プラン 「至福の佳松園」
◆お部屋:3間タイプ(和室/12畳+10畳+リビング)又は(和洋室/10畳+6畳+洋室ツイン)※全室禁煙
◆夕食:お部屋にて特選会席 ◆朝食:お部屋にて和食膳
料金
1泊プラン1口 50,000円 (諸税込)
2泊プラン1口 92,000円 (諸税込)
お部屋やお食事処にて和食膳
TEL. 0198-37-2111

LOCAL LIFE STYLE NEW OPEN
MANA UP MORIOKA
ランチボックスも豊富にご用意してお待ちしております。
デリバリーもしております。
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
☎050-8881-0575 営業時間 10:00~18:30