

2025.7月号

無料配布

【月刊262号】次号/7月27日第4日曜日発行!!

UD Font

Universal Design
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: KOHOメディア株式会社

〒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/高村明彦/太田有紀/及川知史

元氣をつくる情報紙 シニアズ

Seniors

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

FM 岩手

盛岡市内丸 2-10 / <http://www.fmii.co.jp>

盛岡 76.1MHz

大船渡 79.7MHz

野田 77.0MHz

釜石 79.2MHz

陸前田 85.9MHz

岩手 78.3MHz

二戸 82.2MHz

遠野 80.7MHz

大槌 78.4MHz

宮古 89.3MHz

一関 80.3MHz

山田 82.0MHz

真心でつなぐ80年の歴史

有限会社 美藤

代表取締役社長 柴田 容子 さん(52)

1973年、盛岡市生まれ。大学で社会学を専攻し、首都圏での勤務を経て1ター。盛岡市の百貨店で接客業の経験を経て、25歳で家業の有限会社美藤に入社、48歳で代表取締役社長に就任し現在に至る。また、ハワイアンフラスクール「レファマモ・オ・アリア・フラスタジオ」を主宰し指導者としても活躍。座右の銘は「行動だけが未来を切り開く」

祖母の代から80年
老舗の暖簾を守る

今年7月、仕出し料理の老舗「美藤」は創業80周年という節目を迎えます。始まりは戦時中、柴田容子さんの祖母である子さんが、長野県から疎開して盛岡市内丸に開いた居酒屋「美藤」でした。「南部富士とも呼ばれる岩手山の美しい眺めから、屋号を美藤と名付けたと聞いています」と話すのは、三代目で現社長の柴田容子さん。祖母との思い出を尋ねると「とにかく元気な人でした」と笑顔を見せます。「若い頃にお金がなくても、祖母にたくさん食べさせてもらったという話を年配のお客さまからよく聞きました」と、面倒見の良さと人柄に思いをはせます。

「創業当時は、神社で挙式をする方が多かったようで、近所の櫻山神社さまから婚

礼用の料理の注文を受けていたと聞いています」と柴田さん。その後は、父・昭彦さんが盛岡市内で仕出し専門の「美藤」を引き継ぎ、本格的な仕出し店として再スタートを切りました。

最初は家業を継ぐ気はなかったという柴田さん。東京で進学・就職した後、地元に戻って百貨店に勤務。お客さまがなぜその商品を選びたいのか考えながら接客することが楽しくなり、自然と美藤の仕事にも興味が出ていったと話します。

「美藤で働きたいと話した時、父は『ああそう』って素っ気ない感じでしたが、祖母はすごく喜んでくれました」と、百貨店を退職し25歳で「美藤」に入社。会場の配膳からお客さまとの接し方まで、先輩方の愛ある厳しい指導でマルチに成長し、2021年5月に代表取締役社長に就任しました。

経験のない苦難をチャンスに変える

「父も高齢になり私がやるしかない」と思い会社を継ぎましたが、コロナ禍で多くの飲食は一切なくなり、売り上げも減る一方で、当時を振り返る柴田さん。先が見えない中、従業員の生活をどうやって守ればいいのか、誰にも相談できず夜も眠れなかったと話します。「毎日悩んでばかりいたある日、ふと思いついた。予約を受けて料理を届けるというのは、うちがずっとやってきたこと。もしかしたら、これはピンチじゃなくてチャンスなんじゃないか」と柴田さん。人が集まって食事をすることと否定された時代に、仕出し店として生き残るにはどうすべきか。柴田さんは調理長をはじめ、スタッフ全員と何度も話し合い、新

たなニーズに合わせるために、デリバリー対応の強化に踏み切ります。

まず取り組んだのは、持ち帰り用の容器を使った新商品の開発でした。自宅での祝い事や法要など、コロナ禍でも本格的な和食が楽しめるようにと、「三段折弁当シリーズ」の販売をスタート。「スタッフの知恵を絞って生まれたこの商品は、おかげさまで発売から4年で50万食を超えるヒット商品になりました」と柴田さんは語ります。

さらに、健康志向の高まりに答え、セカンドブランド「マナアップモリオカ」を立ち上げ、健康に配慮した普段使いのお弁当の販売を開始。同時に、コロナ関連の補助金を活用し、ホームページやECサイトも開設しました。「お客さまと直接お会いできなくても、お客さまに喜んでいただ

る仕事を続けていきたいと力を込めます。

どんな時も前向きに、ひらめいたら即行動する柴田さんの元気の源は「ハワイアンフラ」。18年前から指導者としてスクールを主宰し、フラを通して人生を深く学べることに幸せだと話します。「異国の文化に触れたことで、日本の伝統をより深く理解し、大切にしたいという思いが強くなりました」と柴田さん。祖母と父から受け継いだもてなしの心と丁寧な仕事で、「美藤」の伝統をこれからも地域とともに未来へつないでいきます。

MS&AD

三井住友海上エイジェンシー・サービス株式会社

東北エリア 岩手秋田統括 盛岡支店

保険の相談は 019-623-2400 担当 荒木田

盛岡市大通3丁目3-10 七十七日生盛岡ビル9階

保険に関することなら何でもご相談ください

館内で開かれた講演会

大森ふじお

絵本を愛する人々、子どもたちに、絵本の魅力を伝える。大森ふじおのシニアナビ。講演会では、大森ふじおが自身の経験から、絵本の魅力や、子どもたちに伝える方法について話した。大森ふじおは、絵本の魅力を伝えるために、講演会だけでなく、絵本の読み聞かせや、絵本の制作体験など、様々な活動を行っている。大森ふじおは、絵本の魅力を伝えるために、講演会だけでなく、絵本の読み聞かせや、絵本の制作体験など、様々な活動を行っている。

大森ふじおのシニアナビ

シニアも楽しいこども図書館

絵本を愛する人々、子どもたちに、絵本の魅力を伝える。大森ふじおのシニアナビ。講演会では、大森ふじおが自身の経験から、絵本の魅力や、子どもたちに伝える方法について話した。大森ふじおは、絵本の魅力を伝えるために、講演会だけでなく、絵本の読み聞かせや、絵本の制作体験など、様々な活動を行っている。大森ふじおは、絵本の魅力を伝えるために、講演会だけでなく、絵本の読み聞かせや、絵本の制作体験など、様々な活動を行っている。

キャンペーンやコミコミプランをご紹介!

当選総額過去最高5億円以上※1

心にグツとくる購入サポートキャンペーン

試乗当選本数はなんと前回の5倍※2

WEBでかんたん応募!

30万円

10万円

応募締切:2025年9月1日(月)19:00まで

詳しいキャンペーン内容応募はこちらから▶

※1 日産史上 ※2 2024年11月1日~2025年2月3日に実施した「購入支援金が当たるプレゼントキャンペーン」を基にした数値。

乗換え キャッシュバック

対象車種:エクストレイル、ノート、オーラ、日産スクラ、セレナ

もれなく10万円キャッシュバック

対象期間:2025年4月1日から

詳しいキャンペーン内容はこちらから▶

※1 キャンペーン詳細:注記はwebサイトよりご確認ください。セレナはe-POWER車、e-4000車を除く。

日産のサブスク

おまとめプラン

面倒な手続きも日産におまかせ

初期費用0円でも契約可能

クルマにかかる費用をあれこれおまとめ/月々定額で安心ラクラク

詳しいキャンペーン内容はこちらから▶

※1 詳細:注記はwebサイトよりご確認ください。

2周年イベント開催します!

7月20日(日)

NISSAN

お客さまにとって愛すべき1台と一緒に探しましょう!

盛岡北店

Tel.019-641-5321

岩手県盛岡市上堂四丁目1-12

親切丁寧に対応します!

本社仙北店

Tel.019-681-6623

岩手県盛岡市南仙北二丁目24-5

サービス工場も数地内にございます。

安全・快適にお乗りいただくためにサポートします!

EVからお家に給電、災害時も安心

V2H設置店

本店

Tel.019-611-1123

岩手県紫波郡矢巾町高田第14地割6-2

シニア世代のお悩み解決します!

日に日に増える生活や住環境の悩み。今回は少しでも皆さまの困りごとを解決できるようなサービスをご紹介します。

生活の困りごとをお手伝い

年を重ね、暮らしの中で「ちょっとした困ったこと」が増えています。盛岡市青山のスタイル薬局が運営する「まごころサポート」では、買い物代行や病院の付き添い、家電の設置・設定からスマートフォンの操作説明、電球交換、話相手、ビンのふた開けまで生活のちょっとした困りごとをお手伝いしてくれま。市内にコンシェルジュが在籍しており、介護保険では利用できない家具の組立・移動や草むしり、趣味の付き添いなどもサポート可能。通院時、待ち時間や帰宅まで付き添ってもらえてありがたかった、家族に話しかけたいことも相談に乗ってもらえてうれしかったと好評で、利用者の方の身近な頼れる存在になっています。



生活の中で感じる不安を助けてもらえたら離れて暮らす家族も安心ですね。

一度限りの外壁リフォーム

今年も梅雨の季節がやってきました。外壁からの雨漏みや室内の湿気が気になる家も多いのではないのでしょうか。リフォームのNisshoで提案する「外壁重ね張りリフォーム」は、今の外壁を撤去せず、上から新しい外壁材を張るため、解体作業不要で工期が短く、撤去・廃材処分費もないのでコストが抑えられるのが特徴です。外壁材として金属サイディングという軽い金属パネルを使うのがお勧めで、錆にくく、雨風に強いため耐久性があり、断熱性能も高いため岩手のような寒冷地には最適です。さらにNisshoでは屋根塗装をセットにしたお得なプランも。工事費・足場費用込みのパック料金での提供となっていますので、希望に沿ったリフォーム提案をしてくれます。まずは外壁の無料診断からいかがでしょうか。



「人生100年時代」。そんな言葉を耳にしたことはありませんか。現在、日本人の平均寿命は男女共に80歳を超えています。これは平均寿命です。つまり、誰でも平均寿命を大幅に超えて生きる可能性があります。その長い人生をより良いものとするため、それを支える老後の資金はとても重要なものになります。

庭木のお悩みを解決

草木の成長が早まるこの季節。庭木の手入れをしないと枝葉が伸びて近隣に迷惑がかかったり、台風での倒木や蜂・害虫が巣を作るなど危険も多く、こまめな庭の手入れが推奨されています。植木伐採の専門店「庭人」では「お客



また「盛岡市空き家等対策協力事業者」に認定されており、空き家の草刈りや剪定をすることもあ。盛岡市近郊、県北、沿岸、県南など県内全域出張可能ですので、遠方の実家が気になるなど空き家の悩みもありましたら、ぜひ一度お問い合わせください。

盛岡市近郊・県北・沿岸・県南など・岩手県内出張費無料
岩手県全域対応可能
剪定、刈込、植木伐採、草刈り、防虫対策、オールインワンサービスで低価格を目指します!

外壁、屋根、水回り、カーポート、風除室、窓、ドア
工事のことならNisshoにおまかせ!

20分1,000円からの
かんたんサポート!
庭木剪定・伐採、エアコン・ハウスクリーニング、家の補修・リフォーム、障子・襖・畳張り替え、専門的なこともご相談ください!

庭木の伐採・剪定屋
庭人 - にわびと -
盛岡市黒石野
090-1498-8393
見積請は無料、お問い合わせください
【受付時間】8時-20時 土曜・日曜・祝日も対応可能

0120-20-8900
【営業時間】平日8時～17時
【休業日】土曜・日曜・祝日
建設業許可国土交通大臣許可(特-5)第19031号

まごころサポート
0120-979-141
【お店コード】19069
【営業時間】平日9時～17時
【休業日】土曜・日曜・祝日

大鳥居新築に支援を

紫波町にある志賀理和氣神社。通称「赤石神社」とも呼ばれ、地域の皆さんの心の拠り所となっています。その歴史は古く、延暦23(西暦804)年、坂上田村麻呂が武運を願ひ、武神経津主命と武甕槌命を勧請したことが始まりといわれ、今年で御鎮座二二二



境内の景観も整いつつあります。皆さまのご賛同とご奉賛を賜りますよう、伏してお願ひ申し上げます。これからも地域の皆さんに親しまれ、今年で御鎮座二二二

しまれる場所であるために当神社を守っていきたいです」と田村寛仁宮司は話します。現在、目標金額に向けて「ご奉賛のお願い」を7月

奉賛会事務局にご連絡ください。趣意書並びに申込書をお送りいたします。ご記入の上、FAXもしくはご郵送にて事務局にお送りください。詳細はこちらから▶

志賀理和氣神社 赤石神社
〒028-3307 紫波郡紫波町桜町字本町川原3-1
電話 019-672-2767 FAX 019-672-2778
志賀理和氣神社 御鎮座一千二百二十年奉祝事業奉賛会事務局

美藤の夏の彩り
松風 3,500円 (8%税込 3,780円)
涼風 2,000円 (8%税込 2,160円)
創業80周年記念 総額1万円以上の購入特典 美藤オリジナルグッズ
総額3万円以上の購入特典 岩手県産キユーブ米

賢くお金を育てよう-マネ育のすすめ-
なるべく長く働く
浴衣で彩る思い出を。プロの着付けで、着崩れ知らず
通常料金プラン 着付け ¥7,700 セット ¥4,400 メイク ¥3,600
成人式料金プラン 着付け ¥9,900 セット ¥4,950 メイク ¥4,400
浴衣料金プラン 着付け ¥4,400 セット ¥4,400 さんさ限定着付け+セット ¥7,700 (8/1-8/4)
一緒に働く美容師さん、募集中!
山田美容院 019-654-0007

ほくほく トレッキング



空調のプロが洗う

エアコン洗淨

臭い・雑菌も一掃!

キレイな空気で
安心・安全

効率が上がり
電気代節約

家庭用
ルームエアコン

16,000(税別)円～

お掃除機能付
エアコン

21,000(税別)円～

業務用
エアコン

35,000(税別)円～



さらに
今なら

安心の無料点検

付き!



air for tomorrow



宮崎商店グループ 空調設備工事会社

株式会社ユートー

ご用命は

☎ 019-641-0055

〒020-0122 盛岡市みたけ6丁目1-4

食生活が気になるシニアたちに向けた簡単料理企画

健康おやじはん

【第40回】厚揚げの油淋鶏風



遊食屋FujiNext
藤原 和広さん



材料(2人分)

厚揚げ 150g、
タマネギ 100g(約1/4個)、
ピーマン1/2個、ニンジン 20g、
ショウガ 8g、サニーレタス1枚、
レモン くし切り1個(1/6個)、
万能ネギ少々、白ゴマ少々
【調味料】しょうゆ 大さじ2、
砂糖 大さじ2、水 大さじ2、
オイスターソース 小さじ1/2、
顆粒だしの素、ごま油、こしょう少々



1人分約197kcal

年を重ね、肉が噛みづらい、胃に負担がかかるので肉料理を避けているという方もいらっしゃるのではなからうか。肉は筋肉や皮膚などの形成に必要なタンパク質を多く含みます。積極的に取りたい食品ですが、どうしても肉が苦手な方向けに今回は厚揚げを使ったおいしいレシピをご紹介します。

作り方

- 1 厚揚げは油抜きのため、濡らしたキッチンペーパーに包み、600Wのレンジで1分間加熱する。加熱後、食べやすい大きさに切る。
- 2 フタを取ったピーマンと皮をむいたニンジンにラップをし、600Wのレンジで1分間加熱しておく。
- 3 ②タマネギ、ショウガをみじん切りにする。

肉の代わりに厚揚げを

4 ボウルにすべての調味料を入れて混ぜ合わせ、③を加えてさらに混ぜる。

5 フライパンに少量の油をひき、厚揚げを両面がぱりっとするまで焼く。

6 サニーレタスをちぎって皿に敷き、焼いた厚揚げを載せて上から④をかける。

7 レモンを添え、万能ネギと白ゴマを散らして完成。

ひと言アドバイス

野菜を荒みじん切りにすれば、歯応えがあり、満腹感も得られます。

生薬との意外なつながり

立てば芍薬...

花の盛りの季節となりまして。美しい女性を表す言葉に「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」という言い回しがあります。これらの植物は全て漢方薬の原料でもあります。この言い回し自体が生薬の用い方を教えた言葉である、ということも最近になって知ることができました。

と座ってばかりいる女性を意味します。『瘀血』といわれる血の滞りが原因といわれ、また逆もしかりで、座ってばかりいることで血の巡りが悪くなり、瘀血状態になるとも言えます。瘀血になると、血になると、栄養や酸素、ホルモン、免疫物質がうまく運ばれなくなり、老廃物の回収も滞ることから末病状態(病気の予兆ともいえる肩こり・頭痛・手足の冷え・むくみ・顔のくすみ・便秘などの症状が現れて、放置するとさらなる病気の原因にもなります。瘀血を改善する

るためには生活の中の適度な運動・良い姿勢・食生活や十分な睡眠、また夏に向けては冷房で冷えすぎないこと、入浴はシャワーだけで済ませずに湯船で体を温めたりする工夫も大切で、瘀血を改善する漢方薬の中にはこの牡丹の根の皮(牡丹皮・ボタニヒ)が配合されたものもあります。

「歩く姿は百合の花」は風で揺れる百合の花のようにナヨナヨと歩いている様子を表し、心身症のような状態を意味します。その場合には百合の球根(百合・ビャクゴウ)が用いられます。日本では百合根は料理にも使われ、薬膳にもなります。イライラや精神不安、不眠などの多い現代人にはうってつけの食材です。また肺を潤し、喘息を和らげる働きもあるようです。

女性の体は、一生のほとんどをホルモンに左右されるため非常にデリケートな状態を意味します。その場合には百合の球根(百合・ビャクゴウ)が用いられます。健康につながる言葉は「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」という言葉は「健康な女性に芍薬・牡丹・百合のように美しい」という意味でもありますが、これら花のように健康で美しく輝いてほしいと思います。

50年の歴史 子供から大人まで 健康家族

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

終活のヒントが盛りだくさん!

想活2025

住まい 資産 相続 など

設置店またはオンラインで紙面をチェック!

内閣総理大臣

齋藤 實

原敬に次ぎ岩手県出身者としては2人目の内閣総理大臣に就任した齋藤實は1858(安政5)年10月27日、奥州市水沢の吉小路に生まれ、吉小路は齋藤の幼馴染みである。後藤新平、自民党副総裁を務めた椎名悦三郎、幕末の蘭学者高野長英も生まれていて、「偉人通り」と呼ばれています。

齋藤は15歳で東京上海(昭和7)年には五・五事件に象徴されるファシズムが



齋藤實記念館

麻雀で認知症予防

初心者歓迎! ゼロから覚える麻雀講座

盛岡市内で開講予定

まずはお電話ください

高齢者限定 いわて桜の会

コミュニティスペース

TEL.080-8471-8664

KIKUCHI きくち葬儀店

杜の会 会員募集中

お葬式は、『きくち』に相談してから...

株式会社 きくち葬儀店

多賀の国産鰻をデリバリー

職人が活鰻を捌く所から手掛けふっくら柔らかく焼き上げた鰻をぜひご賞味ください。

オンラインショップで販売中!

多賀の本格鰻を焼きたて食感で楽しめます

多賀では液体凍結機を導入。-30℃の液体で瞬間冷凍するから、味や食感も焼きたてのまま。お店で並ばなくてもご家庭で本格国産鰻が楽しめます。

1 お店の味が楽しめる -30℃の液体でおいしさ瞬間冷凍!

2 長期保存が可能です 真空包装で長期保存が可能です

3 かんたんに解凍できます 湯煎や電子レンジで温めるだけ

ご注文は便利なオンラインショップをご利用ください

多賀の冷凍うなぎ 検索

国産鰻使用 特製重ね鰻重 8,748円(税込)

国産鰻使用 鰻重 上 5,508円(税込)

国産鰻使用 鰻蒲焼 一尾 5,184円(税込)

国産鰻使用 鰻白焼 一尾 5,184円(税込)

7月19、31日は土用の丑の日

土用の丑の日は大変混み合います。予約上限に達し次第受付を締め切りますので、お早めにご予約ください。

●土用の丑の日当日は鰻重、鰻井、蒲焼の3点に限定でのお届けとさせていただきます。●前後の土日混雑するため、一部商品に限定でのお届けとなります。

盛岡市内5,400円以上のご注文で無料配達(玉山を除く)

その他のエリアの方はお電話にてご相談ください。

デリバリー専用 019-652-3774 (仕出料理 丸亀)

〒020-0022 岩手県盛岡市大通 3-2-21

シニア世代の間で、爪白癬(爪みずむし)に罹患する方が非常に多く、一般的な感染症であることをご存じでしょうか。高齢化が進む日本では、爪や足に異常を感じる人が増えていきます。

爪が変色する

最新の調査では、足白癬(足みずむし)は日本人の7人に1人、爪白癬は13人に1人が罹患しているとされ、70歳以上の高齢者ではその割合がさらに高くなります。今回は爪白癬とはどのような病気か、放置するとどうなるのか、そしてその予防法と治療方法について解説します。

体重を計って熱中症予防



小田島アクリティ 管理栄養士 山崎 久美子

気温が高くなり、寒暖差や熱中症など体調管理に注意が必要になってきました。熱中症を予防するために、暑さに負けない体作りが大切です。今回は熱中症予防につながる体重管理(食事の食べ方・水分の取り方)をご紹介します。

爪がもろくなる

爪がもろくなる、割れやすくなる、欠けることが多くなります。【爪が変形する】変形し、他の足の指や皮膚に刺激を与え痛くなることもあります。また、爪が曲がり、巻き爪になることもあります。

高齢者は皮膚が乾燥しやすく、力加減していたり、動脈硬化などにより血のめぐりも悪くなりやすく、爪の成長速度が遅くなることで爪白癬への感染率が高くなります。爪が厚くなり自身で足の爪が切れないことを想像してみてください。ごっさりすることでしょう。

【爪が変色する】黄色や白っぽく濁った色に変わり、透明感がなくなります。【爪が厚くなる】分厚くなり、爪切りで爪が切れないようになります。

爪が変形する

【爪が変形する】変形し、他の足の指や皮膚に刺激を与え痛くなることもあります。また、爪が曲がり、巻き爪になることもあります。

爪が厚く変形すると靴に圧迫され、痛みが生じます。爪白癬は早期発見、早期

爪がもろくなる

爪がもろくなる、割れやすくなる、欠けることが多くなります。【爪が変形する】変形し、他の足の指や皮膚に刺激を与え痛くなることもあります。また、爪が曲がり、巻き爪になることもあります。

爪が厚く変形すると靴に圧迫され、痛みが生じます。爪白癬は早期発見、早期

【爪が変色する】黄色や白っぽく濁った色に変わり、透明感がなくなります。【爪が厚くなる】分厚くなり、爪切りで爪が切れないようになります。

爪が変形する

爪がもろくなる、割れやすくなる、欠けることが多くなります。【爪が変形する】変形し、他の足の指や皮膚に刺激を与え痛くなることもあります。また、爪が曲がり、巻き爪になることもあります。

爪が厚く変形すると靴に圧迫され、痛みが生じます。爪白癬は早期発見、早期

サービス付高齢者住宅

【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・野菜を育てて頂きます

電話：019-667-1977

住所：盛岡市桜台2丁目18-2

もりしんサマーキャンペーン2025

期間中、対象商品をご契約のお客様に

スマイル応援 定期預金 定期積金 Wキャンペーン

先着2,000名様にプレゼント!

2025年8月29日金曜日まで

盛岡信用金庫

お祝いのお花・お悔やみのお花

1 商品のご希望をお伝えください。お使いになる場面をお伝えください。

2 希望に沿ったお花を提案します。場面に合わせたお花を専門スタッフがご提案します。ご相談ください。

3 お花を配達いたします。他エリアはご相談ください。

盛岡市、滝沢市、岩手郡、紫波郡、八幡平市(一部を除く)

TEL 019-686-1787

〒020-0757 岩手県滝沢市大釜風林3-24

岩手ゴルフ倶楽部

岩手ゴルフ倶楽部創立88周年・コース開場63周年

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!

7月のお得なプレー料金と案内

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		新山友の会定期コンペ				レディースデー
		¥7,030	¥7,030	¥7,030	¥7,030	¥9,230
6	7	8	9	10	11	12
セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー
¥10,330	¥5,750	¥7,030	¥7,580 食事付	¥7,030	¥7,030	¥9,230
13	14	15	16	17	18	19
(OP)アサヒビール杯	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー
¥10,330	¥7,580 食事付	¥5,750	¥7,030	¥7,030	¥7,580 食事付	¥9,230
20	21	22	23	24	25	26
地区別対抗戦	紫波町民ゴルフ大会			シニアサーキット		開場記念杯
¥10,330		¥7,580 食事付	¥7,030	¥7,030	¥7,030	¥11,320
27	28	29	30	31		
開場記念杯 会員貸切	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー	セルブデー
	¥5,750	¥7,580 食事付	¥7,030	¥7,580 食事付	セルブデーは、お風呂・レストランはございません。	

※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・諸経費込み、利用税(700円)は別途頂戴します。

【爪が変色する】黄色や白っぽく濁った色に変わり、透明感がなくなります。【爪が厚くなる】分厚くなり、爪切りで爪が切れないようになります。

いわた医療通信【足元から始まる国民病】

1.「爪白癬」とは

【爪が変色する】黄色や白っぽく濁った色に変わり、透明感がなくなります。【爪が厚くなる】分厚くなり、爪切りで爪が切れないようになります。

背中の丸まりを改善③

健康笑顔を作る「ゆるのび体操」

改善するためには、普段使えていない首の筋肉後ろ側をトレーニングすることです。

【やり方】

1 椅子に座り脚を揃えましよう。鼻筋・おへそ・脚の間が直線、まん中を意識します。

2 首の後ろを手で包み、反対の手は顎を下から支えましよう。耳の穴が前になっいていませんか。※横を上げていく様子を確認します。

3 首の後ろを手で包み、反対の手は顎を下から支えましよう。耳の穴が前になっいていませんか。※横を上げていく様子を確認します。

4 顎をあげる時に息を吐くのがポイントです。10〜30回くらい行ってみましよう。

【運動の効果】

首が長くなり、背中の上部の丸まりが解消し、肩周りのコリが改善されます。

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

盛岡市公式「かんたん体操」監修・出演

TOMATOMAとつか【フェザン店・モナカ店】

フルーツギフト

季節の香りとおあなたの思いを届けます

ご贈答用 地方発送 承ります

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本館 B1F【営業時間】10:00~20:30【TEL】019-606-4755

とつか 【モナカ店】盛岡市中ノ橋通一丁目6-8 monaka1F【営業時間】10:00~19:00【TEL】019-656-1511

今年巳年ですので「蛇」にちなんだ地名を探してみると、盛岡市子ども科学館の辺りが「本宮蛇屋敷」なんです。というわけで今回は本宮界隈を歩いてみます。

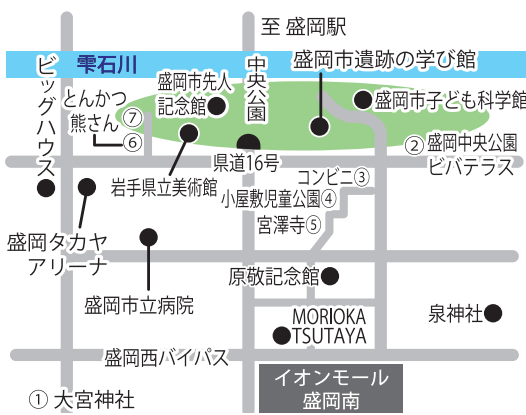
その際「蛇屋敷」の辺りに大宮神社を勧請したので、度重なる雫石川の氾濫のため現在地①に遷座、もとの社があった所を「元宮」と呼び、それが「本宮」の語源になったと伝わります。

延暦年間(782〜806)、征夷大将軍・坂上田村麻呂が北方統治の拠点として本宮に志波城を造営しました。

矢幅駅にほど近い住宅街を南に進むと、広い庭の一角に緑の看板と白い建物が見えてきます。扉を開けると迎えてくれるのは、こぼこぼと音を立てるサイフォン、そして店主の佐藤京子さんの笑顔です。

しかし佐藤さんには、人を見たと客さまが連日訪れまます。お客さまたちを惹きつけるのは、バーでの接客で培った佐藤さんの楽しい会話術と、唯一の食事メニュー「おかかせランチ」です。

「毎日来店するお客さまには、前日は違う料理をお出ししますよ。だって『日替わり』ランチだものね」との言葉通り、その日ある食材でメニューが決まるので何が出るかはお楽しみ。お母さまの料理が根底にあるという、家庭的なやさしい味わいの料理がずらりと並べられ、コーヒーやお酒と一緒にいただけます。「おいしいものをおなかいっぱい食べて満足してほしい。そのための努力なら惜しみませんよ」と佐藤さん。味からもボリュームからも、おもてなしにかけられる真剣さが伝わります。今日はどんな料理に驚かされるのか、みなさんも足を運んで確かめてみませんか。



2020年には「盛岡市中央公園」ビバテラス②が整備されました。芝生公園を散策していると、カフェのテラス席から楽しいおしゃべりが聞こえてきます。

公園の南側、字名「宮沢」の地には、名須川町にある古刹・東願寺の末寺として1628(寛永5)年に開

た。現在残っているのは屋敷の西南隅に当たる部分で、往時の5分の1ほどですが、盛岡市指定有形文化財、盛

「蛇屋敷」方面へ戻り「おかかせランチ」です。毎日来店するお客さまには、前日は違う料理をお出ししますよ。だって『日替わり』ランチだものね」との言葉通り、その日ある食材でメニューが決まるので何が出るかはお楽しみ。お母さまの料理が根底にあるという、家庭的なやさしい味わいの料理がずらりと並べられ、コーヒーやお酒と一緒にいただけます。「おいしいものをおなかいっぱい食べて満足してほしい。そのための努力なら惜しみませんよ」と佐藤さん。味からもボリュームからも、おもてなしにかけられる真剣さが伝わります。今日はどんな料理に驚かされるのか、みなさんも足を運んで確かめてみませんか。

「おかかせランチ」です。毎日来店するお客さまには、前日は違う料理をお出ししますよ。だって『日替わり』ランチだものね」との言葉通り、その日ある食材でメニューが決まるので何が出るかはお楽しみ。お母さまの料理が根底にあるという、家庭的なやさしい味わいの料理がずらりと並べられ、コーヒーやお酒と一緒にいただけます。「おいしいものをおなかいっぱい食べて満足してほしい。そのための努力なら惜しみませんよ」と佐藤さん。味からもボリュームからも、おもてなしにかけられる真剣さが伝わります。今日はどんな料理に驚かされるのか、みなさんも足を運んで確かめてみませんか。

「掘れば出そうな岩泉義経伝説」と題した先月号に連なる話である。

昭和41年に岩泉で「弁慶の手形」が発見されていた記事を紹介した後、既存の伝説が希薄なエリアと言っている岩泉方面に、なにかしら埋もれたままの義経系伝説がないだろうかと思ひ立ち、ご当地の情報にもっとも詳しい資料があるであろう岩泉町立図書館まで出かけてみたのであった。

言い伝えを探し求めたいなら、やはりその土地を訪ねるべき。その先人の教えに間違いはないようだ。私は図書館の郷土コーナーで、地域の伝承をまとめた地元書籍群を漁るうち、「落人の

奥州藤原氏の落人か

奥州藤原氏の落人か

奥州藤原氏の落人か

岩手県持ち家
着工棟数
20年連続
第1位

※リビング通信調べ

シリウス
グループ
30周年
Anniversary

あなたの身近に、「シリウスグループ」

私たちは、マイホームを取得することがゴールではなく、建てた後に家族で楽しく暮らすことが大切で、家はその思い出の舞台になってほしいと考えております。

「シュガーホーム」はシリウスグループが運営するオリジナルブランドです。

岩手県の気候に合わせた仕様を考え、岩手県にあった価格帯で、地元ならではの情報を提案してまいります。

私たち「シュガーホーム」はお客様の思い出作りのパートナーでありたいと願っています。

「パパとママ、みんな笑顔」で家づくり

SUGAR HOME シュガーホーム

北上店 0120-971-070
北上市さくら通り1-6-23

盛岡店 0120-418-324
盛岡市本宮6丁目26-15

盛岡西店 0120-322-147
盛岡市みたち3丁目2-37

価格もサイズもリアルでフル装備の住宅展示場

まちなか展示場

待望の平屋がご覧いただけます！

最新情報が盛りだくさんのHP！
キャンペーンに見学会などのイベント
情報も更新中！岩手の土地情報も
チェックできます。まずはwebへ！



有田紀子の巻

文山田 裕幸

伊藤左千夫原作、木下恵介監督「野菊の如き君なりき」は、政夫と民子の若い二人の悲恋物語。

民子が2歳年上というところは、古い日本の農村社会では周囲の好奇の視線の対象で、田舎の因習と相まって仲を邪魔される二人ですが全編が有田紀子演ずる民子の静かな佇まいに支えられ、この映画を忘れ得ぬ物語に昇華させています。

大人たちの思惑から民子が理不尽な嫁入りを強いられ、あぐくの果てにその若い命を病の床で散らせてし

まいますが、新人だった有田紀子以外に誰が民子になり得たでしょう。因習が強く残るとある地方農村。政夫と民子の姿に「純愛」という言葉を重ねて観ているうちに、私なんぞは、照れ臭く、恥ずかしくも、遠い過去にはこの自分にさえあった純真さの片鱗を思い起こしてしまいます。

わが県東北の田園地帯を通学し、野原と山、川で遊んだ子ども時代にはもう帰ることはできませんが、心のふるさとはあることはいくことです。

いろいろな因習が残る農村の大人たちから偏見を向けられる若い二人。でもこれって年を喰った大人たちの嫉みと羨望でしょう。現在なら「2歳程度の年の差がなんだ」というところでしょうが、政夫と民子が生きた時代には若い二人の意思ではどうにも抗えられない桎梏でした。有田紀子のもの静かで健康な佇まいは、心底好きになり、添い遂げたい人への思いを表し、この作品に託す木下監督の思いを体現していました。落涙必至の名画なのです。

(永続経営創発研究所)

久慈市 夏がおすすめ! 横沼展望所



三陸復興国立公園内の侍浜海岸に位置する展望所です。高さ約30mの絶壁の上にせり出すように建てられており、雄大な太平洋と海岸の断崖は、一見の価値があります。みちのく潮風トレイル上にあり、潮風を感じながらのトレッキングも人気です。※みちのく潮風トレイルとは「三陸復興国立公園」の沿岸部を南北に縦断する「自然遊歩道」の名称。

- 岩手県久慈市侍浜町横沼第8地割
- 【市民バス】久慈侍浜線<横沼>バス停から徒歩20分、北侍浜野営場から徒歩25分
- ※トレイルの看板から徒歩5分程度

夏の過ごし方
空の広さと、
美しい岩礁海岸が、
心をリフレッシュ
させてくれます!

久慈市役所 商工観光課
佐々木さん

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。

<生きがい推進係>

■「あのなはん〜私の思いを言葉に込めて〜」
募集内容:「あのなはん〜私の思いを言葉に込めて〜」の発表作品募集

応募資格: 市内在住の60歳以上(令和7年4月1日現在)の方

- テーマ: ①私の生きがい・特技
②私の夢・希望
③若者に伝えたいこと
④私たちの役割
⑤地域活動に参加して
⑥これまでの体験から学んだこと
⑦その他自由主題
の中からいずれか一つ

応募様式: 原稿は2,000字以内の自作・未発表

のもの(原稿の著作権は市に帰属し、返却しない)

応募方法: 作品に住所、氏名、生年月日、電話番号、発表主題の番号を記入し、

〒020-8530 市役所長寿社会課へ郵送または持参。

申込期間: 6月20日(金)〜9月9日(火)

持参の場合は9月9日(火)17時半締切。郵送の場合は9月9日(火)必着。

発表会場: 盛岡市民文化ホール 大ホール

※発表者は、発表原稿募集に応募し選出された方とする。

発表日時: 11月13日(金) 13時半〜15時半

問合せ: 市役所長寿社会課生きがい推進係
☎ 603-8003

各種イベント

Perfume COSTUME MUSEUM
-パフューム コスチューム ミュージアム-
6/28(土)〜9/28(日) 9時半〜18時(入館は17時半まで)

世界を舞台に第一線で活躍を続けるPerfume。ときに数万人の観衆の前に立つ、あ〜ちゃん、かしゆか、のっちの3人に寄り添い、たくさんの挑戦や喜びをともにしてきたのが美しく独創的な衣装の数々です。本展はこれまで大切に保管されてきたコスチュームからPerfumeの魅力をもっと観覧会で。会場: 岩手県立美術館(盛岡市本宮字松幅12-3)

シニアポートレート
つなぐフォト
1カット 12,000円(税込) フォトフレーム付き
大切な方に引き継がれるお写真を
写真館 ジェットプレーン 盛岡市松園2-27-11
TEL 019-661-7311

信頼と満足を
毎日の生活に安心をお届けします
●LPガス・オートガスタン্ড (LPガス容器充填・オートガスタン্ড)
●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



「カフネ」とは、愛する人の髪にそっと指を通す仕草を表すポルトガル語。そのタイトルにふさわしい、読後に余韻が残る優しい物語です。読み終えるとき、と身近な人に勧めたいくなることでしょう。

著: 阿部暁子 講談社刊
1,870円(税込)

観覧料: 一般1,300円(1,600円)、高校生・学生800円(1,000円)、小学生・中学生500円(600円)

※(〇)は当日料金。

※前売券の販売は6月27日(金)まで。

休館日: 月曜日(7/21、8/11、9/15は開館)、7/22、9/16
問合せ: ☎019-658-1711(岩手県立美術館)

★3組様にペアチケットプレゼント!

岩手県立博物館 第73回企画展
星にねがいを-宇宙といわたの年代記-
6/14(土)〜8/17(日) 9時半〜16時半(入館は16時まで)

いつの時代に生きた人々も、現代の私たちと同じように空を眺めては、そこにさまざまな意味を見出してきました。銀河鉄道が走るイーハトーブ、いわて。人と宇宙の関わり、歴史をひもといてみると、私たちのふるさと

の新たな一面が見えてきます。
会場: 岩手県立博物館
オザワ工業ぎやらりー(特別展示室)
(盛岡市上田字松屋敷34)
入館料: 一般350円、学生160円、高校生以下無料
休館日: 6/23(月)、6/30(月)、7/7(月)、7/14(月)、7/22(火)
問合せ: ☎019-661-2831(岩手県立博物館)

掲載のイベントは発行時点の情報となります。変更となる場合もございますので、最新情報は各事業所へお問合せをお願いいたします。

シニアズ読者プレゼント

オカダプランニング様より

北島兄弟コンサートチケット



P.3に掲載の「北島兄弟コンサート」(7月9日(金)開催)の昼公演チケットを1名様につき1枚、計2名様にプレゼント。当日、入口で座席番号が入っているチケットと交換いたします。応募締切は7月1日(火)まで。※ペアチケットではなく、1名様分のチケットです。

イベントチケットプレゼントの応募方法

- ① 北島兄弟コンサートチケット 2名様 (応募締切: 7月1日(火)まで)
- ② 岩手県立美術館 「Perfume COSTUME MUSEUM」ペアチケット 3組様 (応募締切: 7月10日(水)まで)

▶郵便はがき、または応募フォームからご希望のチケット、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、どこでシニアズを見たか、面白かった記事・広告をご記入・ご入力の上、ご応募ください。応募締切は上記をご参照ください。

当日消印有効、当選は商品の発送をもって発表にかさせていただきます。

▶宛先 〒020-0026 盛岡市開運橋通3番41号 タビンチビル KOHOメディア内 シニアズ編集部 読者プレゼント係まで



数々の芥川賞・直木賞作家を生み出してきた、我が岩手県。自他ともに認める「文学の国」ですが、不思議と本屋大賞には縁がありませんでした。そんな中、先日嬉しいニュースが飛び込んできたのです。地元出身で在住の作家 阿部暁子さんが、めでたく今年度の本屋大賞を受賞したのでした。

主人公の野宮薫子は、年の離れた最愛の弟・春彦を失ってしまっています。悲しみに暮れながらも、春彦の遺言の確信のため、彼の元恋人・小野寺せつなと会うことに。ところが、努力家多情に厚い薫子は、無愛想でドライなせつなを受け入れることができません。話し合いは物別れに終わりますが、介抱されたことがきっかけで、薫子はせつなに関心を抱きます。やがて薫子はボランティアで、せつなが料理を担当している家事代行サービス「カフネ」の手伝いをするようになります。

「トマトとツナの豆乳素麺」や「卵味噌のおにぎり」といった、身近な素材を活かした料理の数々。そして、料理を通して、愛する人の髪にそっと指を通す仕草を表すポルトガル語。そのタイトルにふさわしい、読後に余韻が残る優しい物語です。読み終えるとき、と身近な人に勧めたいくなることでしょう。

シニアズ ブックカフェ さわや書店 栗澤順一

心に染みる、おいしい物語

物語の後半、薫子はせつなの抱えている過去を知ってしまう。すべてを受け止めたうえで、薫子がせつなのために取った行動とは、いったい…。

「カフネ」とは、愛する人の髪にそっと指を通す仕草を表すポルトガル語。そのタイトルにふさわしい、読後に余韻が残る優しい物語です。読み終えるとき、と身近な人に勧めたいくなることでしょう。

GOOD LUCK
岩手県内 10店舗 営業中!!
株式会社 公 楽
住所: 〒020-0125 岩手県盛岡市上堂四丁目1-20
TEL: 019-645-8118 FAX: 019-645-2500
WINS全店の情報満載 (ホームページ) http://www.nk-group.co.jp/

- パチンコ&スロット ウインズ本宮
- パチンコ&スロット ウインズ紫波
- パチンコ&スロット ウインズ奥州
- パチンコ&スロット ウインズ一関
- パチンコ&スロット ウインズ三関
- パチンコ&スロット ウインズ宮古
- パチンコ&スロット ウインズ盛岡ライト館
- パチンコ&スロット ウインズ北上ライト館
- パチンコ&スロット ウインズ奥州ライト館
- パチンコ&スロット ウインズ一関ライト館



元氣をつくる情報紙 シニアズ

シニアズホームページ <https://seniorsnet.jp>

検索はこのワード

シニアズ

検索

あなたのお店に

シニアズを!

紙面設置店募集中!

詳しくは編集部へ電話かメールを!

ビリヤードは生きる喜び

岩手県ビリヤード協会事務局長

久慈 薫さん(75)

「全日本選手権」ほか「WBPAホノルルククラシックトーナメント」など海外試合にも出場。発起人メンバーとして2003年に岩手県ビリヤード協会を設立し事務局長に就任、日本ビリヤード協会監事、日本ビリヤード協会東北支部理事長。アクティブシニアが集うシニアビリヤード教室(会場:パティーズクラブ/盛岡市青山3-27-10)毎週火・水曜日は14時から18時、木曜日は16時から18時まで予約なしで見学できるとのこと

「コーン」と心地よい音が響くのは、岩手県ビリヤード協会が主催する「シニアビリヤード教室」。この教室で参加者一人ひとりの体力や経験に合わせて丁寧に指導しているのが、同協会の事務局長久慈薫さんです。

久慈さんは、ビリヤード一家に育ちました。父は全日本チャンピオンの町田善司さん、弟はA級プロ選手の町田正さん。15歳のころ、実家のビリヤード場で遊びながら始めたビリヤードを、父が本格的にスポーツとして教えてくれたといいます。

「褒められるのが嬉しくて、きょうだい5人で楽しんでいました」と笑顔で振り返ります。

当時、体が弱かったという久慈さんですが、体力づくりにもつながら、20歳で出場した「全関東女子四ツ

玉優勝大会」では見事3位入賞。結婚を機に競技から離れたものの、37歳で主人の転勤先・花巻市に移り、ビリヤード場を開業しました。「スポーツとして楽し

た。」「スポーツとして楽しめる場所を作りたいと、39歳で日本プロポケットビリヤード連盟のプロライセンスを取得しました。自分が大会で結果を出すことで、お客さまが誇りを持てたら嬉しいと、全日本選手権には10年連続で出場したんです」と語ります。

その後、「ワールドプー

ルチャンピオンシップ」などの国際大会に挑戦。63歳で出場した「全日本女子スリークッション選手権」でベスト10に入ったのを最後に、選手としての活動に区切りをつけました。

久慈さんのもう一つの大きな活動が、35年以上にわたるボランティア指導

です。「ビリヤード場の経営に悩んでいたとき、最後に地域のために何かできないかと思って始めたのがボランティアでした。花巻市のスポーツ振興課や社会福祉協議会に何度も足を運び、1989年に「シルバ

ビリヤード講習会」を実現。翌年には定期教室がスタートし、遠野市・江刺市・北上市・一関市・盛岡市と、指導の輪は岩手県内に広がって

いきました。

「地域のために、自分の技術や経験を活かしたい」という思いで続けてきたこの活動は、やがてシニアから親子3世代、障がいのある方にも広がり、久慈さんにとつてかけがえのない「生涯のライフワーク」となりました。

「ビリヤードの一番の魅力は、年齢に関係なく『日々進歩』を実感できること」と久慈さんは語ります。「新しいことに挑戦

してみませんか。

「不用品を買い取ります」と電話がありました。女性に承諾し不要な靴や服を買い取ってもらうことにしました。

訪問した業者に「貴金属はないか、査定だけでもさせてほしい」と言われました。女性は何度も断りま

したが、貴金属数点を1万円で売り渡してしまいました。

他にも「突然訪問してきた男性に不用品を買い取ると言われ断ったが、1時間ほど居座られ個人情報

を話してしまった」「強引に貴金属を買い取られク

リントフをしないと電話をしていて、書面に署名をされた」「売り渡した貴金属をクーリングオフで返し

た男性に不用品を買い取ると言われ断ったが、1時間ほど居座られ個人情報

を話してしまった」「強引に貴金属を買い取られク

リントフをしないと電話をしていて、書面に署名をされた」「売り渡した貴金属をクーリングオフで返し

た男性に不用品を買い取ると言われ断ったが、1時間ほど居座られ個人情報

を話してしまった」「強引に貴金属を買い取られク

リントフをしないと電話をしていて、書面に署名をされた」「売り渡した貴金属をクーリングオフで返し

た男性に不用品を買い取ると言われ断ったが、1時間ほど居座られ個人情報

を話してしまった」「強引に貴金属を買い取られク

リントフをしないと電話をしていて、書面に署名をされた」「売り渡した貴金属をクーリングオフで返し

た男性に不用品を買い取ると言われ断ったが、1時間ほど居座られ個人情報

を話してしまった」「強引に貴金属を買い取られク

リントフをしないと電話をしていて、書面に署名をされた」「売り渡した貴金属をクーリングオフで返し

不用品を買い取りますに注意

訪問購入のトラブル

皆さんの中には、終活のために不用品を処分しようとお考えの方も多いかもしれませんが、しかし自宅に来た買取業者とのトラブルがなかかな少なくありません。60歳以上に被害が集中していることから、シニアの皆さんには特に気を付けていただく必要があります。

ある60代の女性の家に「不用品を買い取ります」と電話がありました。女性に承諾し不要な靴や服を買い取ってもらうことにしました。

訪問した業者に「貴金属はないか、査定だけでもさせてほしい」と言われました。女性は何度も断りましたが、貴金属数点を1万円で売り渡してしまいました。

他にも「突然訪問してきた男性に不用品を買い取ると言われ断ったが、1時間ほど居座られ個人情報

を話してしまった」「強引に貴金属を買い取られク

リントフをしないと電話をしていて、書面に署名をされた」「売り渡した貴金属をクーリングオフで返し

あっという間に大きくなってしまおうお孫さんと思い出づくりに♪

期間: 7/19~8/24

夏休みイベント開催!

宿泊者限定

無料の4つのイベント

イワナつかみ体験

8/8~8/16 要予約

時間: 15:00~16:00

場所: うぐいすの森

料金: 1匹 1,650円(税込)

がんばって捕まえたイワナは夕飯でご提供!

重さ当て大会

場所: 1階ロビー(8:00~21:00)

重さは何キロだろう...ピタリと当てて宿泊券をゲットしよう!

小さな花火大会

場所: 1階正面玄関(19:00~21:00)

中庭で夏の思い出を残そう!手持ち花火でみんなで一緒に楽しもう!

岩手の民謡ショー・餅つき

場所: 2階おまつり広場(20:30~21:00)

餅つきに参加もできる!お祭り気分を味わおう!

スタンプラリー

場所: 1階ロビー(8:00~21:00)

館内に隠されたスタンプを集めよう!※小学生以下のお子様限定

ビンゴ大会

8/9~8/14

時間: 20:00~21:00

場所: 2階おまつり広場

料金: カード1枚 500円

景品をゲットしよう!

1泊2食付 平日

2名様1室ご利用の場合

お一人様 別添150円入湯税

22,000円~

(消費税込)

お問い合わせ・宿泊予約はこちら

TEL.0120-123-389

お問合せの際「シニアズを見た」と申し付けください。ドリンク1杯サービスいたします。

〒020-0574 岩手県岩手郡紫石町鶯宿10-64-1 FAX 019-695-3330 森の風鶯宿 検索

森の風鶯宿 30周年

おかげさまで

毎日点灯

イルミネーションガーデン