

2025.11月号 無料配布

【月刊266号】次号/11月23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: 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

元気をつくる情報紙 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

シニアズ

検索

11月 岩手大盆栽展 23日・24日 (土・日)

石付盆栽の 作り方

盆栽作家 大町祐吉氏 実演会

詳細はP.7 イベント欄にて

げるのは私じゃないんです。 さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。

しみをバネに次男は医師 になったといひます。「リ さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。」と目を輝かせます。や

と笑顔で話します。 さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。」と目を輝かせます。や

と笑顔で話します。 さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。」と目を輝かせます。や

と笑顔で話します。 さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。」と目を輝かせます。や

庭木の伐採・剪定屋

庭人

にわびと

伐採 剪定 空き家の 手入れ など

盛岡市近郊・県北 沿岸・県南など 県内全域対応可能

【受付時間】8時~20時 土曜・日曜・祝日も対応OK!

【住所】盛岡市黒石野

☎090-1498-8393

お見積・相談無料、お気軽にお問い合わせください!

導かれるように 外食産業の世界へ

しめた」と邊さん。学生時代、 自分のアイデンティティに 悩み葛藤し、歴史を学びな 校に通い始めました。

と笑顔で話します。 さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。」と目を輝かせます。や

と笑顔で話します。 さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。」と目を輝かせます。や

と笑顔で話します。 さいくろく業を営んでいた父 が病で倒れた時、家業を継 ぎました。」と目を輝かせます。や

食を通じた文化の融合

株式会社中原商店取締役会長 邊龍雄さん(77)

1948年、兵庫県神戸市生まれ。幼少期に岩手に移り、盛岡市立高等学校から富士短期大学(現東京富士大学短期大学部)に進学。家業手伝い、金融機関勤務を経て、税理士を目指し東京で勉学に励む中、父・致三さんが倒れ帰郷。85年代表取締役就任、87年「びよんびよん舎」オープン、2025年6月取締役会長就任。趣味は音楽、写真、絵画、陶芸。座右の銘は、C.M.プリストル著『信念の魔術』より「信念は願いを果たす原動力」

の研修を続けて きました」と邊 さん。今後は会 長として、総合 的なフォロー役 に徹するといひ ます。「ただ、毎 日一食は店で 食事をし、味を チェックする文 句係は続けま す。企業理念に も掲げていま す。がレストランは 回復する場所で すから、おいし

昭和レトロの巴倫堂ではっこり

大森ふじおのシニアナビ

ばりんどう

レトロ雑貨の巴倫堂

たが店 昔の まま。今 ても、20 MOROKA生活文化研究室

大森ふじお

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

新型 ROOX ルークス

視界が広がる。私も広がる。

新型ルークスの魅力は ぜび、コチラから

曲がり角の先まで見える! 【フロントワイドビュー】(日産軽初)

3Dでぐるっと見える! 【3Dビュー】(日産軽初)

クルマの下が見える! 【インビジブルフットビュー】(軽初)

盛岡日産モーター

本社仙北店 Tel.019-681-6623 岩手県盛岡市南仙北二丁目24-5

盛岡北店 Tel.019-641-5321 岩手県盛岡市上堂四丁目1-12

本店 Tel.019-611-1123 岩手県紫波郡矢巾町高田第14地割6-2

タクシー配車が スムーズに

移動が困難な人の
頼もしい存在

免許を返納した方はもちろん、運転に不安を感じ始めた方、会合や宴会など外出の多い方にとってもタクシーは心強い味方。通院時の移動による体への負担や買い物帰りの重い荷物を持ち帰る大変さも、タクシーを利用すればぐっと軽減できます。

タクシー会社3社による
新サービスとは

一方で、コロナ禍の影響により約2割のタクシードライバーが離職。高齢化や働き方の変化もあり、ドライバー不足が深刻化しています。その結果「タクシーがつかまらない」「希望の日時に予約ができない」とお困りの方も多いのではないのでしょうか。

そんな悩みを解決するため始まったのが、盛岡市内でグループを構成するヒノヤタクシー・盛岡タクシー・富士タクシーによる「3社連携タクシー」です。最初に電話したタクシー会社に空車がない場合でも簡単にグループ内のタクシー会社へ配車が依頼できる頼もしいサービスです。

これからの季節に
嬉しいサービス

移動手段がなくて行くのをためらっていた場所へも出向くことができそうです。

「ない」という不安も軽減。通院や買い物はもちろん、外食や家族・友人との集まり、冠婚葬祭やイベントの参加にも便利で、今まで移動手段がなくて行くのをためらっていた場所へも出向くことができそうです。

今回始まったこの新サービスは、ヒノヤタクシー・盛岡タクシー・富士タクシーのいずれかに電話を一本かけるだけで利用可能。これまでは空車がない時は別のタクシー会社へかけ直す必要がありましたが、このサービスにより連携する他2社の空車状況も同時に確認できるようになりました。受付した会社が残りの2社の中から最寄りの空車を手配してくれるため、最短時間で希望の場所までタクシーが迎えに来てくれます。不要な待ち時間や手間が減り、「タクシーがつかまらない」「予約が取れない」という状況が改善されることを期待しています。



いつもの3社の中から
タクシー会社に電話するだけ！

ヒノヤタクシー
TEL.019-653-1551

盛岡タクシー
TEL.019-622-9121

富士タクシー
TEL.019-623-9111

※交通状況などにより、ご希望に添えない場合があります。

本社：盛岡市中央通1丁目8番18号

① 保険期間を確認

各社のがん・医療保険や共済などさまざまありますが、加入の際、また現在ご加入の医療保険で確認しておきたいポイントがあります。岩手県医師会、日本FP協会、岩手支部所属会員、阿部 真紀

病気やけがで入院は予期せぬ時にやってくる。皆さんは備えていらっしゃるでしょうか。備えは預貯金、共済、医療保険などいろいろですが、まずは実際にかかる費用を考えてみましょう。病院で受診し、窓口で支払う医療費の負担は年齢により異なりますが、3割負担となります。手術や通院が長く続き、医療費が高額になった時には自己負担額を一定の上限までに抑えてくれる制度、高額療養費制度があります。年収や年齢によって上限額が変動し、年収が高い方は自己負担が高額になります。ほかにも、ベッド代、食事代、パジャマ代、先進医療費などは自己負担となります。そんな医療費や自己負担をまかなうのが医療保険の役割となります。

賢くお金を育てよう-マネ育のすすめ-

がん・医療保険の基本

決められた年齢で終了してしまうタイプ、10年ごとに保険料が見直しになるタイプ、特約で準備していると医療特約だけ継続ができず保険料が高額になるタイプとさまざまです。しかし、実は入院するこ

決めた年齢で終了してしまうタイプ、10年ごとに保険料が見直しになるタイプ、特約で準備していると医療特約だけ継続ができず保険料が高額になるタイプとさまざまです。しかし、実は入院するこ

二セ警察詐欺・詐欺電話 注意!!

岩手県警と
県内金融機関が
連携!!

監修：岩手県警察

生活応援バンク
ろうきん

東北労働金庫

0120-1919-62

受付時間 平日9:00~17:00(月曜日~金曜日)

二セの警察手帳や逮捕状

SNSでの連絡を指示

あなたを逮捕する!

捜査のため資産を調べる!

警察官を名乗り、捜査名目で送金させる詐欺が多発しています!

還付金がある! ATMで受け取れる!

国際電話の休止措置

【固定電話・ひかり電話】
国際電話不取扱受付センター
0120-210-364(通話無料)

【携帯電話】
国際電話の着信制限アプリをご利用ください

「+」から始まる海外の番号を使った特殊詐欺の電話が多発しています!

県内金融機関と岩手県警察の連携協定について

県内各金融機関と岩手県警察は、特殊詐欺など被害拡大防止や未然防止のため協定を締結しています。本協定では、特殊詐欺に悪用された可能性のある不正利用口座の情報を本協定を締結している金融機関に共有し、迅速な対応を目指しています。

JAバンク 岩手

岩手県信用農業協同組合連合会

〒020-0022

岩手県盛岡市大通1-2-1

TEL:019-626-8780

北日本銀行

〒020-8666

岩手県盛岡市中央通一丁目6番7号

TEL:019-653-1111 (代表)

東北銀行

〒020-8666

岩手県盛岡市中央通一丁目6番7号

TEL:019-653-1111 (代表)

東北銀行

本店／盛岡市内丸3番1号

TEL.019-651-6161

盛岡信用金庫

あなたのそばに もっと身近に

岩手県盛岡市中ノ橋通1丁目4番6号

TEL:019-623-2221(代)

阿部陽子の

ほくほくトレッキング

第73回 観音山 324・4m



「観音山」を意識したのは、団で住み、古くは『舞草山』東稲山の一面をなす経塚山から南を眺めたときだった。一関市街地から黄金のじゅうたんと敷きつめたような穀倉地帯が広がり、蛇行した北上川を挟んだ対岸に、すくくと立ち上る観音山があった。地名は舞草山、いい、杉木立の中に立派な舞草神社がある。

(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」
(毎週土曜日6:45~7:00)
に出演中

あった。これより平安中期に進み、刀は馬からなぎ切ることに適した湾刀に変化していく。こうして刀身が長く反りのある日本刀を完成させたのが、舞草に住む刀鍛冶集団であった。大和の鍛冶に先立



美しいシルエットの観音山。刀鍛冶集団は鉄をえて日本刀の源流「舞草刀」を完成させた

刀鍛冶舞草刀を打つ

仁王像がかたわらの大岩、短めの直刀であり、戦の勝敗を決める重要な武器で、観音山に登るなら、技術に平伏する。

奥州の地ならでは、武士を支えた刀工の卓越した

千二百年の歴史を深掘りしながら登り下りをくり返すのがよい。まずは県道14号から舞草神社の東参道へ向かう。キツネノ

カミソリが咲く「表参道黒門」や「金剛力士仁王像」を縦横に巡り、神社の上部の山頂に登る。そして門前を誇らしく思う。

パステル館店長の文具発見



秋色を水彩色鉛筆で

今年も紅葉の季節ですね。早速色づき始めたもみじを描いてみました。

感なく使用できます。

③の絵に使用した透明水彩絵の具は、黒を基調とした分離色が特長です。1本の単色で数色に分離するので、水の量、色の重ね方でいろんな色が表現できます。

今年も紅葉の季節ですね。早速色づき始めたもみじを描いてみました。

感なく使用できます。

③の絵に使用した透明水彩絵の具は、黒を基調とした分離色が特長です。1本の単色で数色に分離するので、水の量、色の重ね方でいろんな色が表現できます。

黒の他に、赤や茶などの分離色が確認できます。

【画用紙】
ミューズ水彩紙ポタニカルブック
210g 細目 B5 BC-1355 ¥1,265
お取り寄せ

▲水彩色鉛筆
ホルバイン アーチストウォーターカラー ペンシル
(上から)WP007、WP097、WP061
各¥308

▲透明水彩絵具
ナイトフォールカラーズ
ホルバインW761、W762 5ml
各¥264

※表示されている価格は全て税込みです。掲載時に価格変更の可能性があります。

平金商店パステル館
盛岡市着町8-18
(着町アーケード南側)
019(6552)2881

冬の味覚
蟹会席

2025年12月
2026年3月末まで

【1泊2食付 2名1室ご利用の場合】
消費税込
32,450円~
※宿泊時、お一人様別途1500円の入浴税を頂戴いたします

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。

TEL.0120-123-389

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

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
専門スタッフがお提案します。
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)

緑の風 TEL019-686-1787 滝沢市大釜風林3-24 webサイトはこちら

未来をつなぐ創造力

(株)渡辺工業所
TEL.019-638-8951 FAX.019-638-8953
Eメール w-kougyou@r5.dion.ne.jp

スタッドレスタイヤ
特売!!

各タイヤメーカー3台限定!!

目玉商品 4本セット 155/65R14
限定20台 YOKOHAMA iceGUARD
33,800円 (税別)

4本セット 165/65R14 ルーミー・ソリオ等 税込 39,800円	4本セット 185/65R15 シエンタ・フリード等 税込 54,600円	4本セット 195/65R15 カロースポーツ等 税込 59,800円	4本セット 205/60R16 ノア・ヴォクシー等 税込 79,800円
---	--	--	---

カーポケット盛岡 TEL019-601-8291

空調のプロが洗う エアコン洗浄

臭い・雑菌も一掃!
キレイな空気で
安心・安全
効率上がり
電気代節約

家庭用 ルームエアコン 16,000円~	お掃除機能付 エアコン 21,000円~	業務用 エアコン 35,000円~
----------------------------	----------------------------	-------------------------

さらに
今なら **安心の無料点検** 付き!

宮崎商店グループ 空調設備工事会社
株式会社ユートー
019-641-0055

想活 2025

住まい、資産、相続...
なぜ終活が必要?
何をすればいいの?
の答えが見つかります

設置店またはオンライン
で紙面をチェック!

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43回】枝豆のジャーマンポテト風



遊食屋Fuji Next
藤原和広さん



ジャガイモと枝豆。実は栄養面でも理想的な組み合わせです。枝豆は植物性タンパク質やビタミンB群、鉄分、食物繊維が豊富で、代謝やエネルギーづくりをサポート。一方、ジャガイモにはビタミンCとカリウムが多く、疲労回復やむくみ対策にも効果的です。丈夫な体づくりのため、栄養をしっかりと取って寒い冬に備えましょう。

1 枝豆をゆでてさやから取り出す(冷凍でも可)。
2 ジャガイモは4等分にしてお水にくぐらせ、濡らしたキッチンペーパーに包んでラップをし600Wの電子レンジで7〜9分加熱する(串を刺して通ればOK)。
3 ジャガイモは皮をむいて乱切りに(熱いので注意してください)、タマネギとベーコンはあらみじん切りにする。
4 熱したフライパンにオリーブ油を入れタマネギ、ベーコン、フライドガーリックを入れて炒める。
5 枝豆とジャガイモ、調味料を加えて火が通るまで炒める。

【作り方】
1 枝豆をゆでてさやから取り出す(冷凍でも可)。
2 ジャガイモは4等分にしてお水にくぐらせ、濡らしたキッチンペーパーに包んでラップをし600Wの電子レンジで7〜9分加熱する(串を刺して通ればOK)。
3 ジャガイモは皮をむいて乱切りに(熱いので注意してください)、タマネギとベーコンはあらみじん切りにする。
4 熱したフライパンにオリーブ油を入れタマネギ、ベーコン、フライドガーリックを入れて炒める。
5 枝豆とジャガイモ、調味料を加えて火が通るまで炒める。

6 火を止めて、バターを全体に絡めたら完成。
【ひと皿アドバイス】
ベーコンには塩分が多いため、気になる方は控えめに。

枝豆(豆のみ) 約100g、ジャガイモ 大1個、タマネギ 1/4個、ベーコン60g、バター30g、フライドガーリック少々、オリーブ油 5g
【調味料】
塩 少々、コショウ少々

材料(1〜2人分)



1人分約386kcal

枝豆×ジャガイモで冬支度を

糖尿病の原因・症状
糖尿病には自己免疫異常などの関与が考えられている1型糖尿病と、遺伝や生活習慣などが原因で発症する2型糖尿病があり、今回は2型糖尿病について紹介します。

11月14日は「世界糖尿病デー」です。2021年時点では、世界の糖尿病患者は5億3700万人に上っており、45年には約7億8300万人に達すると試算されています。中でも日本が位置するアジア・太平洋地域の患者数の増加は深刻といわれています。今回は糖尿病の原因と予防する食べ方を紹介します。

原因には遺伝と高カロリー、高脂肪食、運動不足などにより引き起こされる「インスリンの作用不足」が考えられます。インスリンは、膵臓のランゲルハン

ス島のβ細胞で作られるホルモンで、血糖値を下げる働きがあります。糖尿病では「インスリンの作用不足」を改善し、インスリンの分泌量を維持して血糖値を上手に管理することで、病気の進行を防ぎ、合併症を予防することが出来ます。

「糖尿病にかかりやすい人の特徴」
・遺伝、高カロリー・高脂肪食による体重増加、運動不足のほかにも原因となる可能性が有ります。
・食事が多い
・血液中のブドウ糖が急激に増えると膵臓はインスリン

筋肉でのエネルギー消費量が低下したり、インスリンの分泌量が低下する上に、その働きも悪くなります。食事に必要な血糖値の上昇を抑えるためには野菜から食べ、次にタンパク質の取れる肉や魚、大豆製

糖尿病を食事です予防



小田島アグティ
管理栄養士
山崎 久美子

ンを懸命に出しますが、高血糖状態が続くと分泌量が低下していきます。
・ストレス
・ストレスを感じると、アドレナリンなど血糖値を上げるホルモンが分泌されます。

・加齢
炭水化物のほか、脂質とタンパク質も影響を及ぼします。炭水化物の量を把握し、食物繊維を積極的に取りま

最初に野菜を食べると、野菜に含まれる食物繊維が糖質を包み込み、小腸での糖質の吸収を抑えられることで血糖値の上昇を緩やかにしてくれます。野菜でお

最近では顔認証での利用もできるため、暗証番号の入力が難しい方でも安心して利用できます。

皆さんは「マイナ保険証」といいますか。これは、マイナンバーカードに健康保険証の機能を持たせたもので、保険証を持ち歩かなくてもマイナンバーカード1枚で病院や薬局の受付ができる仕組みです。使い方はとても簡単で、受付に設置されたカードリーダーにマイナンバーカードをかざし、画面の案内に従って暗証番号を入力するだけで



マイナ保険証をかざして受付
(厚労省サイトより引用)

す。最近では顔認証での利用もできるため、暗証番号の入力が難しい方でも安心して利用できます。

シニア向けのデジタル講座②

マイナ保険証を使ってみよう

マイナ保険証を使うと、健康保険証として登録しておく必要があります。これはスマートフォンやパソコンを使って自宅で行うこともできます。一部、一部の市区町村窓口や医療機関で支援を受けながら設定することも可能です。もし自分で始めたい場合は、一度録画や暗証番号の扱いに少し慣れが必要ですが、慣れれば病院や薬局での手続きがずっと楽になります。この機会に、ぜひマイナ保険証の利用を検討してみたいかがでしょうか。



デジタル推進委員
佐々木 信秋

「一般社団法人トナリノ」は、陸前高田市に拠点がある団体で、県内各地でスマホやパソコンの講座をしています。今回はこのシニアズのなかでデジタルに関するお話をお伝えします。

NEW!

カワトクB1階
トマトマキッチン

あったか
ぽかぽか
カレー

野菜と食べる
カレーうどん

レギュラーサイズ
1,100円

今年もきました!

ホワイト
ミートカレー

中辛のみ

レギュラーサイズ
1,320円

レディースサイズ
1,200円

テイクアウト好評承り中!

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
019-681-1704

いわての文学は 君に続いている

文学の国
いわて

カネ
熊鷹の影
氷柱の聲
風又三郎
孤狼の血

金環日蝕
小田家
南部せんべい

猿の戴冠式
雪渡の黒つぐみ
パンダラブレイン

文学の国いわて 2025

~文学どくらす、文学がてらす、いわて~

令和7年 11月15日(土)

会場 / キオクシア アイーナ 7階 アイーナホール
(いわて県民情報交流センター)

時間 / 13:30~15:15 (13:00開場)

第1部 13:30~14:15
講演
[出演] 阿部 曉子氏
[司会] テレビ岩手アナウンサー

第2部 14:30~15:15
クロストーク
[出演] 阿部 曉子氏、担当編集者等

申込方法

専用応募フォームまたは
往復はがきからご応募ください。

定員 50名
応募締切 令和7年11月4日(火)
※往復はがきの場合は当日消印有効
※当選通知は11月5日(水)以降、当選者の方のみにメールでお送りいたします。

専用応募フォームの場合

専用フォームより
必要事項をご入力
のうえ、ご応募くだ
さい。

往復はがきの場合

〒020-0023 岩手県盛岡市内丸2番10号 テレビ岩手
「文学の国いわて2025事務局」宛に以下をご記入の上、お申し込みください。
①氏名 ②年齢 ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号
⑥希望する席数(1枚あたり3席まで可)
⑦阿部 曉子さんにきてみたいこと(任意) ⑧(高校生の場合)学校名と学年

主催: 岩手県 岩手県民会館 文学の国いわて2025事務局(テレビ岩手内) TEL.019-624-9043
ホームページ: 文学の国いわて2025(テレビ岩手ホームページ) <https://www.tvi.jp/bunkakunokuni/>

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
プレー券進呈!

岩手ゴルフ倶楽部

http://www.iwategolf.co.jp

11月のお得なプレー料金ご案内

予約・お問合せ 019-673-7121

〒028-3453 岩手県紫波郡紫波町土館ノ子1-1

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!

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						レディースデー ¥9,230
2 (月例)盛岡ガス杯	3 (特別企画)三陸祭	4 ラストゴルフプライベートコンペ幹事会	5	6 シニアサーキット納会	7 幹事会	8 レディースデー ¥9,230
¥10,330	¥10,330	¥7,030	¥7,030	¥7,030	¥7,030	9 レディースデー ¥9,230
9	10	11	12	13	14	15 レディースデー ¥9,230
¥10,330	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	¥7,030 食事付	16 ¥9,230
16	17	18	19	20	21	22
¥10,330	¥5,750	¥5,750	¥5,750	¥5,750	¥5,750	23 ¥7,110
23	24	25	26	27	28	29
クロス直前キャンペーン セルフデー						
¥7,110	¥7,110					

※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。

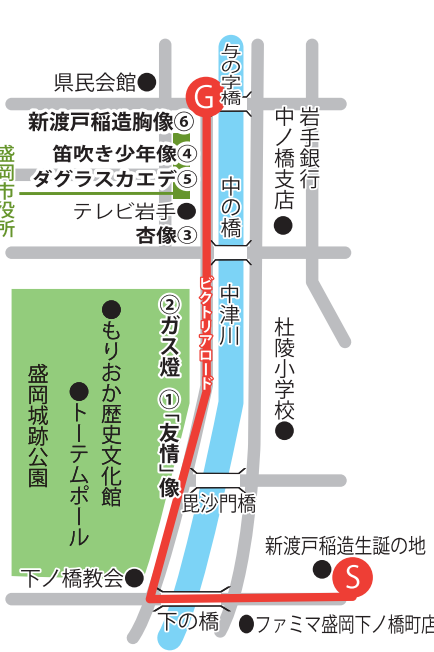
ビクトリアロード散策(後編)



案内役 真山 重博

前号に続き、盛岡市とビクトリア市(カナダ)の姉妹都市提携10周年にあたる1995(平成7)年に整備された「ビクトリアロード」を歩いてみます。

下の橋から中の橋に至る盛岡城跡に広がる芝生公園



は、藩政時代には南部家の重臣屋敷や隠居した側室方の隅御殿などがあつた所です。維新後は起業の拠点となる勤業場が置かれ、製糸所、陶器所、製紙場、物産陳列所、機業所などが配置されました。1876(明治9)

年には東北行幸中の明治天皇が視察しています。昭和30年代には、岩手日報旧本社、ラジオ岩手(現IBC岩手放送)、貯金局、杜陵高校などがあつたなあと遠い記憶をたどりながら歩くと、2匹の鯉の彫刻「友情」①が見えてきます。姉妹都市提携25周年に当たる2010(平成22)年に設置されたことが、プレートに刻まれています。さらに進むと、中の橋のそばに年中つぎまの「ガス燈」②があり「ガス燈」②が「ガスマ」盛岡下ノ橋町です。案内板によります。案内板によります。

交通量の多い中の橋通りの横断を避け、少し戻り河川敷から橋の下をくぐりましよう。この辺りには明治から昭和中期まで料亭や洋食店があり、政財界人や高級官僚たちの社交の場になっていました。現在のテレビ岩手の場所にあった「秀清閣多賀」は、盛岡出身の平民宰相「原敬」ゆかりの料亭として知られています。テレビ岩手裏の庭園には

と、ガス燈の創始者は南部藩士とのこと。1855(安政2)年、南部藩医師・島立甫が江戸亀戸の自宅で照明として灯し、同じ頃に南部藩士・大島高任もガス燈を灯したと記されています。

そして今回の終点は、ちよつと難しそうな顔で与の字橋の袂に建つ「新渡戸稲造像」⑥です。延長830mの短い散策路ではありますが、四季折々の自然と積み重なった物語をお楽しみいただけるコースです。姉妹都市提携40周年を祝して「ビクトリアロード」だいたい2000歩のみちくさでした。

友人の一人にハシノ君という好青年がいる。何を思ったか、いつからか彼は抜刀術を修練し、時おりその見事な腕前を披露する人になった。どうしたらこういうことを趣味にしようと思ふのか。ハシノ君を観察してわかった。武士然とした彼の佇まいである。そうか、おそらく彼の前世は侍なのだ。

説明を聞かされて、彼はともでもないお宝を持っていくのだと驚いたのだが、それにも増して、私がとても興味をそられたのは、もう一振りの方であった。「これは【武庫刀】。読んで字のごとく、盛岡藩が戊辰戦争に備え大量に製造し、武器庫に保管していた備品刀なのです」と、彼はやや興奮しながら教えてくれた。よく見ると「武庫」の彫りの上に、現在も盛岡市役所に記されている盛岡市の市章が刻まれている。後になって市章に採用された

一般的。しかし、わざわざ見せるように刀身に掘られていた。なぜだと思いませんか? もちろん、私に答えられる知識はないし、想像もできない。ハシノ君は居住まいを正して言葉を続けた。「盛岡藩が管理を徹底して



ハシノ君の盛岡藩刀

文 高橋政彦

揺れる盛岡藩

友人の一人にハシノ君という好青年がいる。何を思ったか、いつからか彼は抜刀術を修練し、時おりその見事な腕前を披露する人になった。どうしたらこういうことを趣味にしようと思ふのか。ハシノ君を観察してわかった。武士然とした彼の佇まいである。そうか、おそらく彼の前世は侍なのだ。

製造し、武器庫に保管していた備品刀なのです」と、彼はやや興奮しながら教えてくれた。よく見ると「武庫」の彫りの上に、現在も盛岡市役所に記されている盛岡市の市章が刻まれている。後になって市章に採用された

一般的。しかし、わざわざ見せるように刀身に掘られていた。なぜだと思いませんか? もちろん、私に答えられる知識はないし、想像もできない。ハシノ君は居住まいを正して言葉を続けた。「盛岡藩が管理を徹底して

の真剣も持っている。新造品ではなく、盛岡藩の武士が所持していた歴史を持つ古の刀だ。ひどく興味を持った私はハシノ君に所持する刀について細かく聞いてみる。

一振り目は、新藤國義作

なのだという。1681年に居を盛岡に移した新藤國義は、下小路で鍛刀に従事。その後、新藤家は幕末期の8代・義國まで、約200年に渡って盛岡藩の第一刀匠として主導的役割を果たした由緒ある一族である。

一般的。しかし、わざわざ見せるように刀身に掘られていた。なぜだと思いませんか? もちろん、私に答えられる知識はないし、想像もできない。ハシノ君は居住まいを正して言葉を続けた。「盛岡藩が管理を徹底して

一般的。しかし、わざわざ見せるように刀身に掘られていた。なぜだと思いませんか? もちろん、私に答えられる知識はないし、想像もできない。ハシノ君は居住まいを正して言葉を続けた。「盛岡藩が管理を徹底して

丸電のおせち

創業五十六年

限定100個 年越し折料理 三段重 43,000円(税込) 6,000円(税込)

限定20個 豪華 二段重 28,000円(税込)

限定30個 豪華 一人前ミニおせち (三段重) 12,000円(税込)

限定50個

広告商品12,000円以上お買上げで、優待茶屋 義亀(鉾屋町12-10)にてお受取りの方へ 丸電グループ3店舗(丸亀、多賀、義亀)で使える お食事券2,000円分プレゼント!

丸電 019-652-3774 配達無料

あなたの困ったを 解決します!

初回相談 無料

- ◆相続・遺産分割協議書作成
- ◆産廃収集運搬許可申請
- ◆補助金申請
- ◆自賠責保険への被害者請求手続など

お気軽にご相談ください!

プロスパーエイド 行政書士事務所

TEL 019-613-3536 prosperaid@outlook.jp

【行政書士】 山本 康典

【岩手県行政書士会 会員番号 1432】

【日本行政書士会連合会 登録番号 25033832】

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

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

シュガーホーム 検索

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!

田野畑村 にとっておき穴場スポット



田野畑村民俗資料館



村出身の指導者による「三閉伊一揆」の資料を中心に展示している資料館です。

幕末、三陸では農民たちが飢饉や重税に苦しみ、切牛弥五兵衛や、それに続いた田野畑太助らが南部藩・仙台藩に改善を訴えました。ついには要求を認められ、「処罰はしないから安心して村に帰るように」との「安堵状」を得ることができたのです。

館内では、貧しい暮らしを変えようと奔走した先人の歩みをわかりやすく解説しており、敷地内には一揆の像も建立されています。

■岩手県下閉伊郡田野畑村田野畑128-9
■0194-33-2210
■休館日：月曜日(休日の場合はその翌日)、年末年始
■入館料：一般310円、団体(20人以上)260円



ベリー来航の裏で、偉人や殿様ではない三陸の先祖たちが刻んだ大切な歴史の1ページ。歴史好きにはたまりません!

※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>

■意見発表大会

「あのなはん〜私の思いを言葉に込めて〜」

内 容：高齢者が生きがいや、これまでの体験から学んだこと、日常の暮らしの中で感じたことなど、豊富な人生経験で培った思いを発表する、意見発表大会を開催します。

参加費：無料

申 込：不要。どなたでもお聴きいただけます。当日会場へどうぞ。

日 時：11月13日(日) 13時半〜15時半

会 場：市民文化ホール 大ホール(盛岡駅西通二)

問合せ先：長寿社会課生きがい推進係 ☎ 603-8003

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・野菜を育てて賣います

電話：019-667-1977

住所：盛岡市桜台2丁目18-2

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

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
- ウインズ紫波
- ウインズ奥州
- ウインズ一関
- ウインズ三関
- ウインズ宮古
- ウインズ盛岡ライト館
- ウインズ北上ライト館
- ウインズ奥州ライト館
- ウインズ一関ライト館



入江若葉の巻

文山田 裕幸

万屋錦之助が一世を風靡した東映時代劇のトップスター中村錦之助であった頃の代表作として忘れられないのは、名匠内田吐夢監督とがっつり四つに組んで吉川英治の世界を顕現化した大作『宮本武蔵』五部作があります。さすがに見応えがありました。

さてこのシリーズ、人間武蔵の成長ぶりがみっちり描かれ、武蔵を取り巻く武芸者たちをはじめ多彩な登場人物が満遍なく描かれ、一作ごとに見応えが増していきましたが、目立つ役回りではないものの、手の付けられない暴れん坊だった頃から武蔵への静かで深い慕情を秘め、どこまでもついて行こうとするけなげな娘お通を演じた入江若葉は、このシリーズに咲く一輪の花でした。

武蔵が心の成長とともに剣豪としても磨きをかけてその名を高め、並みいる剣や槍の使い手と対決を重ねていけいけと、あくまでも剣の道の方に突き進んでいく武蔵を静かに見守るお通役の入江若葉には「やはりこの人でなければ」と思ったものです。

（永続経営創発研究所）

第21回 (一社)日本盆栽協会 岩手県支部 岩手大盆栽展

11/23(日)・24(月) (振休)

23日 9時〜17時/24日 9時〜15時半

盆栽協会の会員の方々が出展する盆栽の展示会です。24日10時〜13時には日本を代表する盆栽作家 大町祐吉氏による実演会「石付盆栽の作り方」も開催されますので、どうぞお気軽にお越しください。

会場：ふれあいランド岩手 1階ふれあいホール (盛岡市三本柳8-1-3) ☎019-637-7444

入場料：無料 席数：25席予定

問合せ：☎019-652-6854(盆栽協会岩手県支部)

★23日・24日会場にて、先着20名様に粗品プレゼント!

すきまの時間 -おとなのためのおはなし会-

12/6(土) 14時〜14時40分

おはなしボランティア「おはなしポット」による詩やエッセイ、文芸作品の朗読などを行います。

場所：盛岡市中央公民館 2階 第2講義室 (盛岡市愛宕町14-1)

料金：無料 申込：不要 対象：おおむね中学生以上の方

問合せ：☎019-654-5366(盛岡市中央公民館 図書室)

コール・ネネム演奏会

11/29(土) 開演19時(開場18:30)

ルネサンス・ポリフォニーを中心に歌う、創設51年のア・カペラ合唱団の演奏会です。今年が生誕500年にあたるパレストリーナのミサ曲やイギリスのクリスマスキャロルなどを演奏します。

会場：盛岡市民文化ホール 小ホール (盛岡市盛岡駅西通2丁目9-1)

入場料：800円(高校生以下は無料)

購入先：盛岡市内のプレイガイド

問合せ：☎090-7666-7353(沼田)

姫神ホール開館30周年記念 芸能の祭典 姫神寄席

11/15(土) 14時開演(13時半開場)

盛岡市市民文化会館姫神ホールの主催事業として長年継続してきた落語会「姫神寄席」。開館30周年を記念した芸能の祭典として、人間国宝の五街道雲助による落語と神田松鯉による講談、人気演者による浪曲、曲芸など、盛りだくさんの特別公演をお送りします。

会場：盛岡市市民文化会館 姫神ホール (盛岡市浪民字鶴塚55)

入場料：全席指定 一般4,000円(4,500円)、U-25チケット2,000円(2,500円) ※U-25は当日料金

問合せ：☎019-683-3526(姫神ホール)

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します。

「カフネ」(阿部曉子著・講談社刊)の大賞受賞で、外ミュージシャンを売り出した姿も今は昔。現在は、業界の環境変化に伴い、バックオフィスで現われ。22年第19回本屋大賞において「正欲」で初の入賞を果たした朝井リョウ氏。25年も「生殖記」が8位にランクインしました。今回、「推し活」の深部をテーマにした本書で初の本屋大賞を受賞、作家生活15周年に花を添えることができるのでしょうか。大賞発表の来春が今から待ち遠しいものです。

そんなある日、慶彦は同期入社で今なお第一線で活躍している橋本に声を掛けられ、

中、本命視されているのがこの「イン・ザ・メガチャーチ」です。

主人公は、音楽業界で働く久保田慶彦。いつも海

シニアズ ブックカフェ さわや書店 栗澤順一

推しへの愛と心の闇

朝井リョウ

イン・ザ・メガチャーチ

著：朝井リョウ 日本経済新聞社刊 2,200円(税込)



元気をつくる情報紙 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

シニアズ

検索

フイルム岩手

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

人生を変えた
好奇心の力

「ミツバチって巣から半径2〜3kmの範囲を飛んで蜜を集めてくるんですよ」と生き生きとした笑顔で話すのは全国組織の「一般社団法人日本在来種みつばちの会」事務局長の藤原由美子さん。貴重なニホンミツバチの保護活動を中心に、ミツバチの生態や自然環境について数多く講演し、ワークショップの開催や絵本、会報誌の執筆など幅広い世代に向けてミツバチをはじめとする昆虫の重要性、気候や自然環境の変化について強く訴えてきました。

生き物好きな両親のもとに暮らし、生き物が身近にいた環境で育った藤原さん。「海外赴任が多かった父親から外国の生活や文化、動植物、自然環境の違いを写真やお土産を手にしながら話をするのが楽しかったで

そんな時、藤原さんのも

とに大きな転機が訪れます。そして興味を持ったことに全力でチャレンジする性格だった藤原さんは学生時代は部活に熱中。大学卒業後、会社員として働き始め、さまざまな業務を経験して

「43歳という年齢が気がかりなのか、面接で試験官の先生方から『本当に大丈夫ですか?』と何度も聞かれました。それでもミツバチについて学びたいこと、研究して仕事に生かしたいことを必死に伝えました。その熱意が通じ結果は合格。藤原さんは晴れて社会人大学院生として大きな一歩を踏み出すことになりました。

研究室に入ると初めて見る機器や薬剤ばかりで戸惑いますが、若い学生たちに助けてもらいながら、目まぐるしい日々を送っていたと話します。「昆虫から健康に役立つ作用や物質を見つけて研究をしていて、夜遅くまで実験することも多くて大変でした。入学時は2人の子どもが小学生だったので時間がいくらあっても足りませんでした。それでも周囲の支えもあってなんとか論文をまとめ、博士の学位を取得することができました。とても無謀なチャレンジだったけどとても貴重な経験ができて達成感もひとしおだったと笑顔で語ります。

大学院修了後、日本在来種みつばちの会の運営、修学旅行や一般の方に向けての体験会を長年担当し、約7千人にミツバチと触れ合う体験をしてもらったといひます。「最初はハチを怖がっていた子たちが最後には『ミツバチって可愛いね』や『蜂の巣の中って温かいんだね』と触れ合っている姿は今でも心に残っています。やはり実際に体験をしてもらうことは重要だと思いました。多くの人にミツバチと自然環境が深くつながっていることを感じてもらいたいと藤原さん。近年は虫を嫌厭し必要以上に駆除する人が増えたり、猛暑で蜜蝋が溶け、ニホンミツバチの巣が落ちるなど昆虫が暮らし環境の変化を危惧していると話します。

「やらずに後悔するより興味を湧けば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたいと笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

ミツバチが結ぶ無限の可能性

一般社団法人
日本在来種みつばちの会 事務局長
藤原 由美子さん(69)

1956年、神奈川県鎌倉市生まれ。慶應義塾大学法学部卒業後、結婚を機に盛岡に移住。51歳で岩手大学農学部大学院の応用昆虫学研究室にて博士(農学)の学位を取得する。日本在来種みつばちの会の事務局も運営しながら岩手県環境アドバイザーとしても活動。1997年絵本『はちみつ』(5カ国語に翻訳)、2019年絵本『ミツバチだいすきほくのおじさんはようほう家』を出版。座右の銘は「人間は自然の一部」。今秋からは事務局内の資料室や養蜂場での体験見学を実施予定。
(一社)日本在来種みつばちの会 事務局 (080-8254-8033)

も足りませんでした。それでも周囲の支えもあってなんとか論文をまとめ、博士の学位を取得することができました。とても無謀なチャレンジだったけどとても貴重な経験ができて達成感もひとしおだったと笑顔で語ります。

大学院修了後、日本在来種みつばちの会の運営、修学旅行や一般の方に向けての体験会を長年担当し、約7千人にミツバチと触れ合う体験をしてもらったといひます。「最初はハチを怖がっていた子たちが最後には『ミツバチって可愛いね』や『蜂の巣の中って温かいんだね』と触れ合っている姿は今でも心に残っています。やはり実際に体験をしてもらうことは重要だと思いました。多くの人にミツバチと自然環境が深くつながっていることを感じてもらいたいと藤原さん。近年は虫を嫌厭し必要以上に駆除する人が増えたり、猛暑で蜜蝋が溶け、ニホンミツバチの巣が落ちるなど昆虫が暮らし環境の変化を危惧していると話します。

「やらずに後悔するより興味を湧けば挑戦し続けたい」と諦めず全力投球してきた藤原さん。旦那さまと共に地域の皆さんや全国にいる会員の方々とつながりながら活動していきたいと笑顔に。これからも広い空を飛び回るミツバチのように、自然への熱い思いを届け続けます。

家族を想い・故人を偲ぶ

令和4年度
盛岡市都市景観賞受賞

New open
浄光会館 加賀野
駒木葬祭 社屋

やすらぎの会 会員募集中

事前入会金 3万円 (積立金・年会費なし)

(株)駒木葬祭

盛岡市南大通二丁目2-6
電話 019-622-2343

- お気軽にご相談ください -

花巻温泉での忘年会・新年会

ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館 3館共通
夕食個室宴会場 宿泊プラン
2025 11/14金~2026 2/20金まで

料金 15,400円~ (消費税込)
お1泊2名様

和室 3名利用 お一人様 +1,100円
2名利用 お一人様 +2,750円
1名利用 お一人様 +5,500円

洋室 2名利用 お一人様 +2,750円
1名利用 お一人様 +5,500円

11月 15・22・23・29
12月 5・6・12・13・19・26
1月 24・31 2月 7・14
+2,750円となります

12月 20・27・28・29
1月 3・10・11
+4,950円となります

プラン限定 特別料金 2時間飲み放題 2,500円 (消費税込)
※ホテル指定銘柄となります。
※ご宴会は、21時までとなります。

※12/30~1/24/12~1/18は除外日となります。※上記の料金は1室4~5名様の利用となります。※大人には、別途入湯税150円がかかります。※宴会場の空き状況確認が必要となりますので、お電話にてお問い合わせください。

佳松園の忘年会・新年会

2025 11/14金~2026 2/20金まで

夕食時の飲み物も含まれた期間限定宿泊プラン

料金 お1泊2名様

月~金・日曜日ご利用の場合 27,500円~ (消費税込)
2時間飲み放題、指定銘柄となります。ご宴会は21時まで
1室3名利用 お一人様 +3,300円

土曜日ご利用の場合 33,000円~ (消費税込)
1室2名利用 お一人様 +6,600円

※11/22・23・12/27~1/3・1/10~1/18は除外日となります。※上記の料金は1室4名様の利用となります。※大人には、別途入湯税150円がかかります。※宴会場の空き状況確認が必要となりますので、お電話にてお問い合わせください。

佳松園・ホテル千秋閣・ホテル花巻・ホテル紅葉館・バラ園
TEL 0198-37-2111

プランの詳細・ご予約はこちら