



**いけばな小原流齋藤豊恵社中展**  
 10/19→10/21 10:00~18:00  
 入場無料 荒井さん 0246-28-0685  
 齋藤豊恵社中初の本格的ないけばな展。副題は花の玉響(たまゆら)。17人が季節の花の瞬の輝き、美しさを表現した作品を出品。  
 ラトブ6階セミナー室 いわき市平字田町 120

**日展理事 室井東志生小品展**  
 →10/2 入場無料 0246-35-0383  
 室井のモチーフである凛とした気品と色香を漂わせる美人画を中心に風景、鯉、花などの小品を中心に展示。10:00~18:00。水曜休廊。  
 小野美術 いわき市平字中町 22-2

**ギャラリー情報 & イベント案内**  
 2012年9月→

**平田 栄 油絵展**  
 10/13→10/21 入場無料 0246-29-0700  
 みづ系会員でいわき市にアトリエを構える平田が「製材所」(F100)など新作を出品。10:00~17:00(最終日16:00まで)、水曜休廊。  
 ギャラリー兎夢 いわき市郷ヶ丘 3-33-7

**上野邦彦 絵画展**  
 →10/5 入場無料 0246-62-2327  
 いわき在住の上野が、鮫川渓流の5月の新緑を中心にスケッチした新作などを出品。営業午前8時~午後7時。9月16~22日休店。  
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

**手作り大好き人、集合!!**  
 9/21→ 入場無料 0246-23-5658  
 手作り作品を常時展示。10月3日9時から昔懐かしいでんでん太鼓の講座開設。受講料は材料費込み2700円。お問い合わせは工房へ。  
 布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8

**ゆみ陶 遠藤太郎展**  
 10/6→10/21 入場無料 0246-36-8001  
 益子焼「陶房わかさま」で修行後に新ゆみ陶を立ち上げた若手作家。大胆な柄や存在感のある作品が様々な盛りつけを演出する。  
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86

**熊坂行夫作品展**  
 10/4→10/8 入場無料 090-4633-9327  
 白亜美術協会の運営・審査委員を務めいわき市内郷で創作を行う熊坂の新作油彩、水彩を展示。会期中は作家在廊。10:00~16:00。  
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平65-9

**金澤翔子 書の世界**  
 9/21→ 入場料 一般800円、団体20人以上600円、小学生未満無料 0246-89-2766  
 天与の役目を持ち書の道を歩む金澤。復興を願い渾身の力で書いた常設作品のほか心、夢、龍作品を展示。水曜休廊。10:00~16:00。  
 金澤翔子美術館 いわき市遠野町根岸字横道 71

**岩合光昭 写真展ねこ**  
 →10/21 入場料 一般600円、高齢・高齢者300円、小学生200円 0246-25-1111  
 野生動物や大自然を撮影、動物写真家として高い評価を受ける岩合がライフワークで40年以上撮り続けているねこの作品240点を展示。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**菅原洋子 和布リメイク特別展**  
 10/4→10/8 11:00~17:00 入場無料 連絡先 菅原 0246-56-7368  
 和布に手を加え、命を吹き込んでいる作房・砧を主宰する菅原がリメイクしたジャケット、ストール、羽織り物、巾着などを展示・販売。  
 いわや会館 いわき市泉町 1-6-1

**生活雑貨常設展示**  
 9/21→ 入場無料 0246-21-3541  
 厳選した和陶器を中心に磁器、バッグ、布製品、台所用品などを展示・販売。企画展も随時開催。開廊11:00~19:00。日・月曜定休。  
 陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6

**作品募集! 「ネコ」**  
 →10/21 参加無料 0246-25-1111  
 ネコを題材にした絵、写真、詩など平面的作品(20.5cm四方以内、ラミネート加工可能なもの)を募集中。2階受付に持参する。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**野島美穂 絵画展**  
 9/29→10/9 入場無料 0246-56-0264  
 市美展市長賞、県美展奨励賞などに輝く野島が「Self Portrait-地衣類密在顕在図」(F50)など新作を出品。11:00~19:00。水曜休廊。  
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

**小さな私のコレクション展**  
 9/21→ 入場無料 火曜定休 野口さん 080-6017-2116  
 今までに集まってきたさまざまな古今東西のものを並べてみました。お楽しみください。陶芸教室生徒募集中です。お問い合わせください。  
 ギャラリー青狐齋・何必齋陶芸教室 いわき市平中町 1-1-2

**人気投票! いわきの街ネコ48**  
 →10/21 参加無料 0246-25-1111  
 いわき市内で見かける街ネコの人気投票。来館すれば1人1日1票投票できる。推薦の場合は写真(18cm四方以内)を2階受付に。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**彩りの器 秤屋苑子 展**  
 10/4→10/9 入場無料 0246-35-0383  
 国際陶芸教育交流学会員、日本工芸会準会員の秤屋の染付の器を中心に茶碗、水指、香合など100余点を展示。10:00~18:00。水曜休廊。  
 小野美術 いわき市平字中町 22-2

**中野童男 作陶展**  
 →9/25 入場無料 0246-56-0264  
 副題は自然釉の造形。造形的なフォルムと自然釉が織り成す中野独特の陶世界を3年ぶりに披露。9月25日は作家来廊。水曜休廊。  
 ギャラリーいわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

**金箔であそぶ 渡辺光江 絵画展**  
 10/18→10/22 入場無料 090-4633-9327  
 峰丘絵画教室で学び、現在は春陽会会友の渡辺が「宙の華」(油彩、S100号)など新作を出品。開廊時間10:00~16:00(最終日15:30)。  
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋中平 65-9

**いわき交響楽団第28回定演**  
 10/14 開場13:30 入場料 前夜券800円、学生400円、いわき交響楽団(賛助) 070-6494-3821  
 28回目の定期演奏会。指揮・永野裕之、ピアノ独奏・鈴木香保里でショパンのピアノ協奏曲2番、ブラームスの交響曲1番などを演奏。  
 アリオス大ホール いわき市平字三崎 1-6

**オーロラ遊び展**  
 →9/26 入場無料 0246-56-9101  
 開廊5周年を記念して開催。田口安男を中心に金箔の技法を取り入れた作家が絵画のみならず多様なジャンルで全国各地から集う。  
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

**大河原八千代と仲間の布展**  
 9/29→10/28 入場無料 0246-62-4188  
 大河原と布が大好きな仲間たちの古布作品展。布に対するこだわりとこころの布との出会いが新しい命を生み出す。水曜休廊。  
 ギャラリーわづくりや いわき市植田町南町 1-2-14

**出町光識 作陶展**  
 10/3→10/14 入場無料 0246-69-2390  
 東京都出身で茨城県桜川市に独立、さまざまなワークショップやアートプロジェクトに参加している出町の新作を展示。月、火曜休廊。  
 ギャラリー昨日 いわき市田人町南大平字川平 35-4

**渡辺バレエアートスクール特別公演**  
 9/30 開場13:15 入場料 S席前売2500円(当日2800円) 2席1800円(2000円) 連絡先 0246-54-3627  
 1部は小品集、2部はくるみ割り人形。特別ゲストにキャンディーバレエ主宰の淡田和仁、エストレラバレエ所属の荒井英之を迎える。  
 アリオス大ホール いわき市平字三崎 1-6

**Satom 展**  
 10/1→10/31 入場無料 090-2999-3913  
 イラストレーター・SatomのPOPで、どこかほけた作品を展示。ポストカード(1枚150円)の販売も行う。10月9日は全館休廊。  
 アリオスカフェ いわき市平字三崎 1-6

**第12回阿部幸洋新作絵画展**  
 10/6→10/15 入場無料 0246-23-8411  
 いわき市立美術館にも作品が収蔵され、スペインに住む阿部の新作展。初日6日18:00から阿部を囲むパーティー開催。水曜日休廊。  
 ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

**箱崎りえ 陶展**  
 →9/30 入場無料 0246-69-2390  
 副題はもっと自由に手がさそう。コスモスの咲くころ、伸びやかに、しなやかに箱崎が楽しい器を作ってくれた。月、火曜休廊。  
 ギャラリー昨日 いわき市田人町南大平字川平35-4

**新世紀福島支部7人の女性展**  
 10/6→11/2 入場無料 0246-62-2327  
 新世紀美術協会福島支部の女性会員7人が人物、風景、静物など新作を出品。営業午前8時~午後7時。10月14、15、28、29日休店。  
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

**今尾栄仁 日本画展**  
 10/6→10/16 入場無料 0246-56-9101  
 夢と現の双方に繋がるみえない糸で紡いだ微かな浸透感。望み、思い、願う。画を描こうと今尾。10.6、7日作家来廊。木曜休廊。  
 アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7

**常設展前期 II**  
 →9/30 観覧料 一般210円、高齢・高齢者140円、小学生70円 0246-25-1111  
 同美術館収蔵作品を紹介。前期IIのタイトルは「光をうけてー日本発、世界へ」。毎週土曜日午後2時からギャラリートーク開催。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**あさのあつこ講演会**  
 11/3 13:30~ 入場無料 定員250人(多数の場合は抽選) 0246-22-5552  
 いわき総合図書館開館5周年を記念して作家のあさのあつこさんを迎える。往復はがきに必要事項を記入して10月16日まで申し込む。  
 ラトブ6階 いわき市平字田町 120

**黒澤 泰 講演会**  
 10/20 午後2時~ 参加無料 0246-25-1111  
 地域猫提唱者の黒澤が「ノラ猫と上手につきあう方法ー地域猫は人を幸せにする!」の題で講演。定員45人。会場は3階セミナー室。  
 いわき市立美術館 いわき市平字堂根町 4-4

**第12回秋に寄す EXHIBITION**  
 9/22→10/1 入場無料 0246-23-8411  
 絵画、版画、陶芸など小さきアートの良品と格安販売の作品を展示して秋恒例12回目の開催。開廊10:30~18:00。水曜日休廊。  
 ギャラリー界限 いわき市平字堂根町 1-1

# 楊名時健康太極拳二十四式

## 24 収勢 (ショウシ)

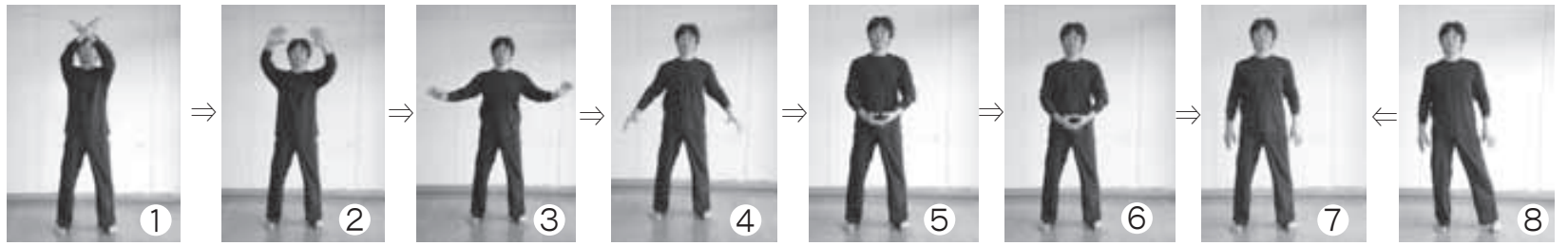
「収」は「おさめる」、「勢」は「形」の意味です。24式の流れの最後で、立禅の形にも通じます。つまり、十字手と同様に、立禅で始まったものが立禅で終わり、それはまた次の始まりへの準備にもつながります。

# いつでも どこでも —おわり— 誰でもできる 太極拳

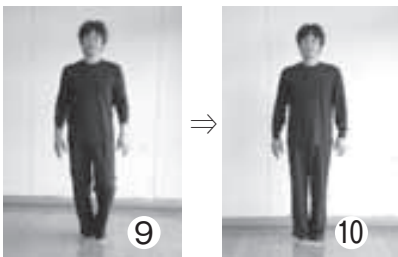
鈴木 和子師範 すずき・ともこ/NPO法人日本健康太極拳協会 楊名時八段錦、太極拳



## 収勢



- ① 23式の十字手から始めます
- ② 交差させた手を静かにほどきます
- ③ ゆったりした気持ちで左右に開きます
- ④ さらにゆっくりと下ろしながら両手はお腹の前に寄せてきます
- ⑤ 右手を外側左手を内側にして手を重ね、親指を軽くつけてお腹の前で輪を作ります
- ⑥ この姿勢のまま深い呼吸(深長呼吸法)を3~5回くらいやり、心と体を静めます。※(気沈丹田)気を丹田に沈める
- ⑦ 両手を自然に下ろし、自然立ちの姿勢になります。※両足は伸ばしきらず、ひざを柔らかくした状態で立ち、全身をゆったりとさせる
- ⑧ 右足に重心を移動し左足のかかとを上げます



- ⑨ 左足つま先を右足に静かに寄せます
- ⑩ 静かに左足かかとを下ろします。※以上で楊名時太極拳24式終わりです

## 「感謝」

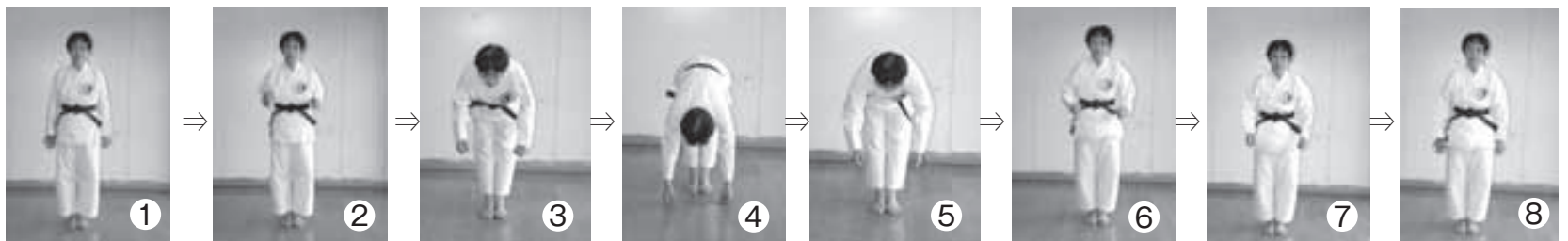
いつでも、どこでも、誰でもできる太極拳というタイトルで、転倒防止のための運動、太極拳の手形、歩形、そして日本健康太極拳について、立禅用、氣功八段錦、楊名時太極拳24式など41回にわたって紹介してきました。私たちのやっている太極拳は、健康を主としており、ねらいは「健康を保って身体を丈夫にする」「早く年をとらないように歯止めをする」「病があれば治す、なければ防ぐ」ということです。

他人と争わない、だから上手い下手なし。自分の体力に合わせてやる。静かにゆっくりした深い鼻呼吸で気を丹田に集め命のエネルギー、免疫力、自然治癒力を高めまします。ストレスをためずいつも笑顔で友と仲良くし、大なる心配は小にし、小なる心配は無にして…となると最後は「心」となります。心が健康を作ってくれるのです。心豊かに大きく広々としてくだりなくなれば、気の流れもよくなり、血液の流れを導いてくれ命を養う源ともなるでしょう。

最後に、1つでも2つでも自分でできる動きがありましたら、無理をせず動いてみてください。継続することが大切です。私も継続して今年で20年。82歳になりました。皆さまのご健康をお祈りいたします。今までありがとうございました。感謝、再見。

楊名時先生のお言葉「愛多く」  
あ…あせらず  
い…いばらず  
お…おこたらず  
お…おこらねず  
お…おこらねず

## 感謝・再見



- ① 感謝。両足をそろえて立ちます。背筋を伸ばし肩とひじの力を抜いて両手は自然にたらしめます
- ② 胸の前で軽く拳(こぶし)を作り立てます
- ③ 上体をゆっくりと息をはきながら倒していきます。※拳は立て、ひじは軽く曲げたまま
- ④ 床に拳がつかなくとも結構です。ひざは曲げないで自分の体調に合わせて倒します
- ⑤ 拳を握ったまま息を吸いながらゆっくりと上体を起こしていきます
- ⑥ 上体が戻ったら、動きを止め、元の姿勢に戻ります
- ⑦⑧ 両手を静かに下ろし元の姿勢に戻します。※再見はもう1度同じことをやります

「再見(ツァイジエン)」また皆さんと楽しく、元気で会えることを願って再見といっておきます。

「感謝(シイシイ)」はじめに、你好(ニイハオ)こんにちは、皆さんと健康を祈ってあいさつしました。終わりは感謝です。今日も元気で皆さんと仲良く楊名時太極拳のおかげいこできたことに心から感謝してありがとうございました、の意味を込めて感謝とあいさつします。

## 効果

・胸痛、どうき、不整脈、胸の重苦しさ、おう吐、不安感など

## 気の流れ

・両手を左右にゆっくり開きながら気を通します。おなかの前で左手を右手の上に重ね、両親指をつけて輪を作り、気を丹田に集めます。

参考文献「健康太極拳規範教程 楊名時監修」(ベースボールマガジン社 楊進、橋逸郎)「楊名時のさわやか太極拳」(日本放送出版協会 楊名時、楊慧)「やさしい健康太極拳」(日本放送出版協会 楊名時著)「心、息、動の訓え」(海竜社 楊名時著)「50才からの楊名時の健康太極拳」(海竜社 楊名時、渋谷麻紗著)「楊名時の生きる心、動く心」(海竜社 楊名時著)「気の太極拳美心健康法」(講談社 楊名時、渋谷麻紗著)「健康太極拳」(成美堂 楊名時、楊慧著)「健康太極拳」(新星出版社 楊慧著)「楊名時太極拳」(山と溪谷社 楊慧著)「この道行く太極拳」(海竜社 楊名時著)「八段錦」(海竜社 楊名時著)「太極拳経解釈至虚への道」(二玄社 楊進著)「健康太極拳標準教程」(ベースボールマガジン社 楊進、橋逸郎)「太極拳の原流を求めて 十三勢舞路の鏡」(二玄社 陳峰著)「太極拳と呼吸の科学 楊進、橋逸郎」(ベースボールマガジン社 雨宮隆太)「太極拳が体に良い理由」(ベースボールマガジン社 楊進、雨宮隆太、橋逸郎)

### 人生のセカンドステージを応援するフリーペーパー

# 個想から

## 設置店・施設のご案内

### 170カ所

本紙は新聞折り込みのほか、いわき市内の下記店舗・施設に設置しております。

- 平地区
- コインランドリー ラスカル
- なかにし内科
- ルネサンスいわき
- JTBいわき
- おのざき
- ピストロ線
- 平ビューホテル
- 山内クリニック
- いわきふるさと公園
- 和膳貴介
- 古田部米店神谷店
- 古田部米穀店久保町店
- 櫻井耳鼻咽喉科
- たまち薬局
- テル美容室
- 喫茶プレイク
- あいざわ
- 市暮らしの伝承郷
- 新妻接骨院
- 東北住建
- 渡辺内科胃腸科
- ネモト内科クリニック
- 共カハウス平店
- ひとくち
- こころのクリニック
- Bar QUEEN

- 喫茶風車
- ウタナベ時計店
- 木楽館
- 本町通りクリニック
- 常磐交通観光
- 明治団地さとう医院
- 酒井医院
- 吉祥庵平窪店
- 吉祥庵童子町店
- 麵屋吉祥
- 鳳翔
- ヨシダカバン本店
- 高木理容
- いわきワシントンホテル椿山荘
- ホテルα-1いわき
- らぼーと整体院
- ティリーヤマザキ平並木通り店
- フランス料理Kitao
- いわき新舞子ハイッ
- いわき市総合観光案内所
- 市フラワーセンター
- 市文化センター
- 市生涯学習プラザ
- いわき総合図書館
- 神谷公民館
- 草野公民館
- 高久公民館

- アンジェリーク
- strahl
- Felice
- のんき
- ハードインハート
- 夏井公民館
- 赤井公民館
- 飯野公民館
- 中央台公民館
- 平窪公民館
- 豊間公民館
- 特別養護老人ホーム亀齢荘
- 呉服処 根本
- あわのや酒店
- ヤマニ書房本店
- ヤマニ書房ラトブ店
- ヤマニ書房イオン店
- ヤマニ書房ヨーカドー店
- 布あそび工房
- 小浜・泉地区
- 神尾内科医院
- 相馬屋
- タイガガーデンマルヨシ
- ビストロ
- 油座神美堂
- タウンモールリスボ

- イワキ写真館
- すけがわ写真館
- まちづくりステーション小浜浜
- アンドウ
- ヤマシギ食品
- いわきらら・ミュウ
- 磐城中央病院
- 花いちもんめ小浜浜店
- みさきプレステージリゾート
- ススキ写真館
- ギャラリー&ショップモラモラ
- 創作ダイニング舷
- さざき酒店
- しんげつ
- 中山医院
- スタジオYOU
- 江名の家
- みなとの家
- 美味一膳本舗
- いちごクラブ
- キャンドゥ
- ヘアサロン トップ
- 小浜浜公民館
- 江名公民館
- don3
- ヤマニ書房泉店
- ヤマニ書房エプリア店

- 天地閣
- マルイ石油泉店
- ウェルハース
- 内郷・好間地区
- 聖徳荘
- タウンズクリニック
- 陶芸の村うえのはら
- ビューティサロンたかさか
- 平中央自動車学校
- グー・チョコバー
- 虎屋多幸兵衛
- W
- 渡辺美容室
- ピノ
- 床屋いっちゃんのお店
- 星野製パン
- ごらい歯科クリニック
- 内郷公民館
- 好間公民館
- 常磐地区
- いわさき荘
- サンライフゆもと
- いわき商工会議所常磐支所
- ささき
- 市観光まちづくりビューロー
- さはこの湯温泉保養所
- いわき湯本温泉観光協会

- いわき湯本温泉旅館協同組合
- 市石炭・化石館
- 磐崎公民館
- 常磐公民館
- 藤原公民館
- ヤマニ書房湯本店
- マシヤレ
- Ciel
- cafe SHUCROOM
- 植田・勿来・遠野地区
- うつつ庵
- 塩屋菓子店
- 美保薬局
- 植田公民館
- 勿来公民館
- 山田公民館
- 田公民館
- 川部公民館
- 遠野支所
- 田支所
- カープスいわき植田店
- JR植田駅前ふれあい広場
- JR植田駅前ドンワッセうた
- とんかつ大宝
- ギャラリー昨明
- 市勿来勤労青少年ホーム

- ブラウンチップ錦路店
- 市勿来関文学歴史館
- 画廊喫茶モナミ
- わづくりや
- 四倉・久之浜地区
- あべクリニック
- 大浦公民館
- 大野公民館
- 久之浜公民館
- 四倉公民館
- 四倉図書館
- 小川・三和・川前地区
- 小川公民館
- 三和公民館
- 川前公民館
- 北茨城地区
- ゆずりほの湯



# 定款の認証とは？(1)

〈定款の認証とは？〉株式会社などの法人を設立する場合、発起人がその法人の組織や活動について定めた根本規則である定款を作成し、公証人の認証を受けなければなりません。

〈定款の認証が必要な法人とは？〉定款の認証が必要な法人としては、株式会社の他に弁護士法人、司法書士法人、土地家屋調査士法人、行政書士法人、税理士法人、社会保険労務士法人、一般社団法人、一般財団法人などがあります。なお、合名会社、合資会社、合同会社等の持分会社やNPO法人の定款については、認証が不要です。

〈定款の認証を取り扱う公証人は？〉定款の認証ができるのは、設立する法人の本店又は主たる事務所の所在地を管轄する法務局又は地方自治法務局に所属する公証人で、例えば、福島県内に本店又は主たる事務所を置く法人の定款については、福島地方自治法務局に所属する公証人が認証し、仙台法務局に所属する宮城県の公証人が認証することはできません。

この場合、福島県内に複数の公証人がいますが、福島地方自治法務局に所属する公証人であれば、どの公証人の認証を受けても差し支えありません。

〈定款の認証を受けるには？〉発起人が、3通の定款と共に発起人の印鑑登録証明書と実印を持参し、公証人に提示して認証を受けます。発起人が公証役場に出向けない場合は、発起人の委任状を持参した代理人によってもできます。

なお、紙による定款の提出に代えて、パソコンの文書作成ソフトにより定款を作成(「電子定款」という)し、インターネットを利用し、法務省オンラインシステムを通じてオンライン申請し、指定された公証人により認証を受けること(「電子認証」という)もできます。

〈定款の認証の手数料は？〉1件につき5万円+用紙代で、これとは別に収入印紙4万円が必要ですが、前記の電子認証や会社以外の法人の場合は、4万円の収入印紙が不要です。

## あんしん生活 27

協力/いわき公証役場  
公証人 本間 透  
平字菱川町1の3 (市社会福祉センター4階)  
TEL 0246 (23) 4066 FAX 0246 (38) 6463



相談は無料ですので、お気軽にお尋ねください。

いい書の会のメンバーは皆いい仲間



きちんとした文字を書きたくて

## いい書の会

「きちんとした美しい文字を書きたくて」「芳名帳など公で書く文字が上手になりたくて」——そんな向上心を持って集まったのが「いい書の会」(高羽良政代表のメンバーだ。毎月第2・4月曜の午後、いわき市平の飯野公民館に集う。平成7年に発足し、現在は9人が、橋本光彦さん(平在住)を講師に、実用的な毛筆書を学んでいる。10年以上続けているという人もいる。毎回筆を手に1時間半ほど、集中して書いて交流する中、打ち込む。その間に、指導する橋本さんから「前より上達しましたね」と声がかかり、ほっと空気が和むこともある。「ここで学んでいる字が書けるようになって自信が付いた」とメンバーたちは口をそろえる。サークル名も「いい(良い)書」に公民館名の「いいの(飯野)」をかけており、何とも機知に富んでいる。練習後のひとときもまた楽しい。それぞれ話題を交換しながら交流する中、



「美しい文字を」と筆を運ぶ

## 印刷制作

ご用命ください

名刺・はがき・封筒・帳票印刷・挨拶状・案内状  
ポストカード・ショップカード・DM・チケット  
フライヤー・チラシ・ポスター・パンフレット  
事業案内・商品案内・製品カタログ

印刷制作は私達にお任せ下さい  
少部数からの印刷に対応致します

◎お問い合わせ、お申し込みは

### 有限会社 平電子印刷所

〒970-8024 いわき市平北白土字西ノ内13 E-mail:info@tairadenshi.jp  
TEL (0246) 23-9051(代) FAX (0246) 22-5222

スタッフ募集 電話にてお問い合わせ下さい

湯本ビルカルチャーセンター  
趣味の講座  
受講生募集  
お問い合わせは  
0246-43-6947

### フラダンス教室 生徒募集

ハワイアン音楽に合わせて踊る楽しさを味わい、ハワイの文化に触れながら、楽しく体も心もリフレッシュしよう!  
講師 舟木 君子 (フラガール2期生)  
日時 火曜日19:00~20:30  
受講料 3ヵ月(10回)分 15,900円

貸しスタジオご案内			
	昼 (9-17時)	夜 (17-21時)	終日
平日	1,600円	1,800円	15,000円
土日祝	1,800円	2,200円	18,000円
平日	1,100円	1,300円	8,200円
土日祝	1,300円	1,500円	9,600円

\*1回2時間以上の使用になります。

おしゃれな洋服たちと やさしいつつわが 待っています。  
ファッション&ギャラリー  
**おおくら**  
☎44-5367 (マルト浅貝店そば)

## ORIGINAL TASTE

●定休日/水曜日

## ファッション house シュール

いわき市平六町目5-20  
PHONE25-6608  
●駐車場完備(店向かい側)

## ●●● いわきの病院 医院 福祉施設

### やさしい心 あたたかい手 あふれる笑顔 社会福祉法人 いわき厚生会

特別養護老人ホーム いわさき荘  
デイサービスセンター  
ショートステイ  
居宅介護支援事業所  
むつみ保育所

いわき市常磐上湯長谷町上ノ台88-1 TEL (0246) 44-5660  
FAX (0246) 44-1307



### 医療法人社団 秀友会 理事長 箱崎 秀樹

### 介護老人保健施設 サンライフゆもと

〒972-8326 いわき市常磐藤原町大畑13-1  
介護老人保健施設 ☎43-6116

### グループホーム サンファミリー

いわき市常磐藤原町大畑13-1  
TEL.0246-72-1325 FAX.0246-72-1326

(順不同)

10月の休日診療医

※時間無記入の場合は午前9時～午後5時

Table of medical services for October, listing dates (e.g., 10月7日, 10月8日) and corresponding clinics and contact information.

産婦人科当番医

Table for obstetrics and gynecology services, listing date 10月21日 and clinic 月川レディースクリニック.

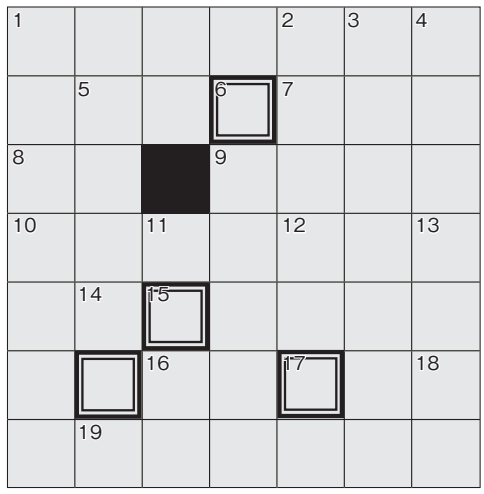
眼科当番医

Table for ophthalmology services, listing dates 10月7, 14, 21 and clinic 中央台たなか眼科.

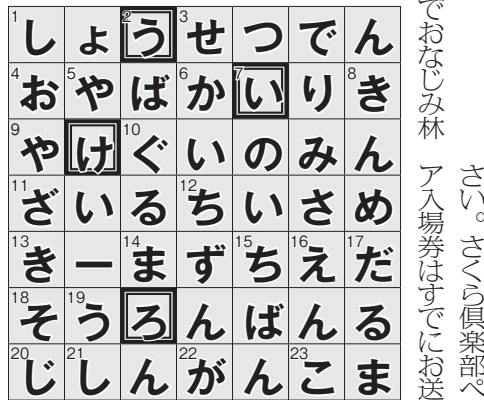
記念して 制定され、 1994年 に現在の名 称に改称さ れました。



プレゼントの温玉ぶっかけうどん



前回の正解



しゅうせつでん きりき かいりき けいのみん ちいさめ だるま しょうせつでん きりき かいりき けいのみん ちいさめ だるま

小児科当番医

Table for pediatrics services, listing dates and clinics like こんない子供クリニック.

10月の読者プレゼント & クロスワードパズル

今夏は本当に暑かったですね。体調はいかがですか。まず目をひ

2 秋といえば日本を代表するこの花です 3 昔、大金持ちとい

外れですが、初夏に青葉の香りを漂わせる風 4 塀や壁に書かれた

15 貴様と俺とは〇〇の桜 18 贈答用の花の代表 格、胡蝶〇〇

りしました。当選者次の通り(敬称略)。▽かき氷無料券11小

精神科専門当番医

Table for psychiatric services, listing dates 10月7, 14, 21, 28 and clinic 新田目病院.

泌尿器科当番医

Table for urology services, listing dates 10月7, 8, 14, 21, 28 and clinic ときわ会常磐病院.

※休日診療医は変更となる場合があります

いわき民報社

編集/個処から・JUNCTION編集室 発行/いわき民報社

〒970-8026 いわき市平字田町63-7 TEL(0246)23-1666 FAX(0246)24-2168 E-mail adv@iwaki-minpo.co.jp

いわき民報社 個処から・JUNCTION編集室

©いわき民報社 2012

いわき市内日帰り入浴案内

お気軽に立ち寄って、のんびりとお楽しみください。

Advertisement for 'さはこの湯' (Sakino no Yu) hot spring, including contact info and pricing.

Advertisement for 'パームスプリング' (Palm Spring) hot spring, including contact info and pricing.

Advertisement for 'いわき新舞子ハイツ' (Iwaki Shinmaiko Heights) hot spring, including contact info and pricing.

- Source: 源泉掛け流し, 料金: 貸切風呂, 営業時間: 11:00~22:00, 予約必要: 電話予約, 定休日: 毎月第2月曜日