

浜田正弘絵画展
 4/10→4/14 入場無料 090-4633-9327
 絵画サークルの例会で訪れた白水阿弥陀堂を中心に水彩、パステル画など近作 35 点を展示する。
 ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9

近代・現代陶芸秀作展
 →4/1 入場無料 0246-35-0383
 近代・現代陶芸界の人間国宝の作品を中心に、最高峰の作家の秀作を一堂で紹介する企画展示会。10:00～18:00。
 小野美術 いわき市平字中町2-2

ギャラリー情報
 & イベント案内

而今禾(ジコンカ)春の服展
 4/12→4/26 入場無料 0246-21-3541
 昨年春に続き2回目。夏でもさらっと着られる、高密度に織られた綿の定番パンツを中心にワンピースなど新作を展示。初日作家在廊。
 陶 和楽 いわき市平字童子町1-6

久留米緋の服
 4/2→4/13 入場無料 0246-69-2390
 久留米緋の良さを伝え、伝統を守る藍木野(あきの)の新作を展示。着やすさ着くずれしにくさにもこだわります。月曜、火曜休廊。
 ギャラリー-昨明 いわき市田人町南大平字川平 35-4

初孫に手作り鯉のぼり教室
 応相談 9:30～ 0246-23-5658
 初孫の健やかな成長を大空を泳ぐ鯉のぼりに願いを込めて作ります。材料費は、6000円(受講料は電話で問い合わせを)。
 布あそび工房 いわき市平字愛谷町4-4-8

安部義孝の魚類学
 4/13→4/27 入場無料 0246-56-9101
 副題は「人間も魚だった」。アクアマリンふくしま館長の安部義孝さんの初個展。遠野和紙を使い作品を制作している。水曜休廊。
 アートスペース泉 いわき市泉町2-12-7

鈴木千種絵画展
 4/3→4/8 入場無料 0246-56-0264
 いわき在住の鈴木千種さんが犬や猫、ふと目に留まった草花や風景を描いた鉛筆画を紹介。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

オリジナルリース・雑貨販売
 3/24→ 入場無料 11:00～ 090-2449-9658
 オリジナル品のオーダー、雑貨、「生活の木」「カリス成城」などアロマ・ハーブ、和風小物、衣類など和-nnにしかない商品を展示。
 和-nn わーん いわき市平上荒川字安草 13-6

パッチワーク水曜教室
 4/16 受講料3000円(材料費別) 0246-36-8001
 福島はんのりの古布作家渡辺真理子さんが指導し、古布を使い和風のタペストリーやのれんを作る教室。初心者でも楽しめる。
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86

大塚浩司絵画展
 →4/4 入場無料 0246-62-2327
 ヨーロッパを旅して、歴史ある石の建造物や橋などの美しさに感動し水彩で描いた作品展。
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

常設展示・販売
 3/24→ 入場無料 0246-36-8001
 益子焼、笠間焼を中心に厳選した全国各地の陶芸産地の逸品を展示、販売する。アジアン衣料も同時販売中。火曜休廊。
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86

野村たかあき端午の節句展
 4/16→4/27 入場無料 0246-69-2390
 鬼の木彫り・木版画を創り数十年の野村たかあきさん。肉筆画、木版画、桃太郎・金太郎木彫り、絵本を紹介。月曜、火曜休廊。
 ギャラリー-昨明 いわき市田人町南大平字川平 35-4

佐藤錦子四季の縮緬細工展
 4/4→4/10 入場無料 0246-29-3826
 美しい色や模様の縮緬に魅せられ楽しみながら制作した縮緬細工の作品を展示する。10:30～18:30。会期中は無休。
 ギャラリー-創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山 60-1

常設展
 3/24→ 入場無料 0246-38-9632
 味わいある普段遣いの器とアジア、アフリカの民芸品を展示販売している。陶芸教室の生徒も募集中。火曜休廊。
 ギャラリー-青狐齋・何必窯陶芸教室 いわき市平字中町1-1-2

阿部幸洋絵画展
 4/17→4/22 入場無料 0246-56-0264
 スペインで作品を制作するいわき出身の画家阿部幸洋さんの風景や花、静物を描いたミクストメディアや油彩 33 点を展示。
 ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘2-12-1

パッチワーク土曜教室
 4/5、19 受講料1500円(材料費別) 0246-36-8001
 脇本喜久代さん(内郷)が講師となり、ポシェットやポーチ、バッグ、タペストリーなどを制作する。初心者でも楽しめる。
 陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原 86

金澤翔子 書の世界
 3/24→ 入場料 個人800円、抹茶付きセット券1300円 0246-89-2766
 天与の役目を持ち書の道を歩む金澤翔子さんの作品を展示。日本茶カフェ飛翔庵では抹茶を楽しめる。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

自然と布のある暮らし
 4/19→4/27 入場無料 0246-29-3826
 手紡ぎ、草木染め、手織り、日々の生活を楽しむために自然素材から生まれた布・衣・アクセサリーを紹介。会期中無休。
 ギャラリー-創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山 60-1

絵研「錦」絵画展
 4/5→5/2 入場無料 0246-62-2327
 それぞれのテーマで絵を描いています。自由な発想・個性を感じていただければ幸いです。4月13、14、27、28日は休廊。
 画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36

生活雑貨常設展示
 3/24→ 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・月曜休廊。
 陶 和楽 いわき市平字童子町1-6

吉永陽一写真展「緑の空鉄」
 4/20→5/6 入場無料 0246-38-3152
 空撮鉄道写真家吉永陽一さんが「緑の風景を走る鉄道」にスポットを当てた牧歌的な鉄道風景作品を展示する。水曜休廊。
 ギャラリー-コール・ピット いわき市平字紺屋町45紺屋町ビル3F

写真展「オリジナルプリント」
 →4/6 入場無料 0246-38-3152
 日本を代表する写真家北井一夫、須田一政の個性溢れるオリジナルプリントを展示する。水曜休廊。
 ギャラリー-コール・ピット いわき市平字紺屋町45紺屋町ビル3F

蘇るむかしきもの展
 →3/25 入場無料 0246-23-8411
 橋本佳園子さんの昔の着物に一针一针命を縫い込み小物として蘇ったバッグなど作品を展示する。10:30～18:00。水曜休廊。
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町1-1

第15回体験陶芸備前の器
 4/20、23 20日は13:00～15:00 23日は10:00～12:00 受講料 4000円(材料費込み) 定員 各8人(予約制) 0246-38-9632
 酒やビールがおいしい、花が長持ちするなどといわれ、また料理を盛ってもきれいな備前焼の器づくりの教室を開く。
 ギャラリー-青狐齋・何必窯陶芸教室 いわき市平字中町1-1-2

倉田はるみ絵画展
 →4/6 入場無料 0246-56-9101
 パリを拠点に活躍する画家倉田はるみさんの東北初めての個展。点描技法を巧みに駆使した作品 25 点を展示している。水曜休廊。
 アートスペース泉 いわき市泉町2-12-7

鈴木忠寿・鈴木智美展
 →3/30 入場無料 0246-29-3826
 タイトルは「絵のチカラ・布のチカラ」。忠寿さんの和紙に顔料・染料で描いた作品と、智美さんのカンタ作品を展示。会期中は無休。
 ギャラリー-創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山 60-1

木もれび春のコンサート
 4/27 12:00 入場無料 0246-23-1034 (菊田)
 恒例のコンサート。ギター、クラリネット、フルート、カホン、電子ピアノなどの奏者がおなじみの曲を演奏する。予約制。
 ギャラリー-木もれび いわき市好間町榊小屋字中平65-9

かわい陶仏教室
 4/8、9、16、22 10:00～11:30 受講料 1500円(材料費、焼成代込み) 0246-23-8411
 界限オーナーの指導でお地蔵様、観音様を制作する。陶芸未経験、初心者でもOK。16日は午後(13:30～)も開講。申し込みは電話で。
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町1-1

星野就久作陶展
 →3/30 入場無料 0246-56-0264
 山野草や盆栽にも造詣が深い陶芸作家星野就久さんの窯窯焼成の味わい深い食器と植器の新作展。11:00～18:00。水曜休廊。
 ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘2-12-1

個処から編集室では、
 イベント情報(展示会、コンサートなど)の掲載希望者を募集しています。新規は税込みで3000円となります。
 詳しい問い合わせは、同編集室＝電話0246(23)1666＝まで。

ドコデモナイドコカ
 3/30→4/6 入場無料 11:00～17:00 0246-23-8411
 YAPディレクター緑川雄太郎さんが企画する展示会。多異夢ホール(平字二丁目33-1)でも同期間の夜(18:00～21:00)開く。
 ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町1-1

日常生活でできる (18) のんびり ゆつたり 健康法



北村 順子
パーソナルボディクリエイター 筋肉の美しさに魅せられ、パワーリフティングを始め、南アフリカのナショナルチームに所属経験も。2009年に帰国し、地元での健康運動を始める。2010年から100%BODY@KITAMURAをOpen。

先月は雪が降り、急に寒くなったので皆さん風邪などひいていませんか？ 今回は身体を温める話をしたいと思います。
3月に入り、これから春が来るというのに、このタイミングで身体を温める話とは？と疑問に思うかもしれませんが、身体を温めるとはつまり代謝を高めると言い換えることができます。こういう時期に代謝を高め、免疫力を維持するかが健康な日々を送るために重要になってくるのです。
筋肉は脚・背中・胸・おなかの順番に量が多いとされています。この大きな筋肉を動かせば自然と身体は温まってくる。身体を動かすというイメージを想像されたいと思いますが、そうではありません。大切なのはそれらの大きな筋肉を正しく動かすことです。
ストレッチでもウォーキングでも、どのような運動でも、まずはそれらの大きな筋肉を正しく動かすように心がけましょう。身体も温まり、代謝が上がって、免疫力の向上にもつながります。身体の疲れ方も違ってきますよ。

○筋肉を温める○

今回のポイント 年齢・性別を問わず誰でも簡単にできる、簡単な健康法の初級編その18

身体に対する効果 筋肉を動かすことにより身体を温め、代謝を上げやすくします。

今回はフェイスブックの友達リクエストの機能について、他のユーザーに自分の友達になつてもらうための意思を送る機能で、承認を受け取れば相手がある場合、友達リストに表示される。共通の知人から紹介される場合、紹介で友達になる場合もありますが、リンクエラストは基本的に実際に投稿を受け取れるように、友達のリンクエラストする際は、

シニア世代のための 役立つ SNS 講座 ⑱

その理由や、どのような経緯で相手を知ったかなど、メッセージ機能を使って簡単な自己紹介を送りましょう。フェイスブックは実名のサービスであり、プライベートを公開することもありますが、公開する前に、友人同士が互いの身分を知っておくべきです。リンクエラストを承認するかどうか、メッセージの内容も判断材料にしましょう。(久野 雅己)

友達リクエストをするときには自己紹介を添えるようにしましょう



友達のリンクエラストする際は、

ひさの・まさみ いわき市四倉町出身。36歳。久野システムエンジニアリング代表、久野ソーシャルプロモーション代表、いわきコンピュータカレッジ非常勤講師。福島高専卒業後、東京にてシステムエンジニアとして勤務。2011年10月にいわき市に戻り、パソコンやインターネットのサポート業務、ホームページ作成やTwitter、Facebookの専門家として起業した。

Twitterはこちらです！ <http://twitter.com/iwakicity> Facebookはこちらです！ <http://www.facebook.com/iwakisomeken> ホームページはこちらです！ <http://hisanosystem.com/>

らくらく代謝アップ体操

100%BODY@KITAMURA...ココロからカラダまでトータルにサポートする、総合フィットネスクラブ。通常のトレーニングから、年齢・体の状態に応じ、それぞれに合った健康法・トレーニング法を提案。エステやフットリラクゼーションなど、美と癒しも提供している。いわき市小名浜字燈籠原53-17。TEL: 0246-68-7194

良い例

① 足を前に上げる



② 頭の位置を動かさず、片足を横に上げる



③ 足を後ろに引く



悪い例

① おしりが下がる



② 上体が動く



③ 上体が前に倒れる



できる方は
ひざを伸ばして行ってください

お酒のお供にジャズはぴったり。それが生演奏となれば、もう言うことはない。至極の空間の出来上がりだ。地下に潜って扉を開けよう。「SHANTI HOUSE(シャンテ・ハウス)」には、心に染み入るお酒と音楽が待っている。
ジャズ喫茶に心奪われた高校時代。大学に通いながら都内のバーでアルバイトし、卒業後にこの道に入った。昭和60年に帰郷。店を構え、ジャズイベントを手掛けた。自分の店でライブを開きたいと平成10年に現店舗に移転。20坪のスペースは、落ち着いた音楽を奏する絶妙な距離感を生み出す。著名なシンガー、プレイヤーを迎え、上質なジャズを提供し続けている。
平飲食業会長の顔も持つ。「おいしくて、楽しくて、喜んでいただける。そんな『おもてなしの文化』が息づくまちづくりをしたい」。座右の銘は一期一会。「出会いが楽しくて仕方がない。だから辞められない」。この仕事は天職だと実感する日々だ。

おしゃれな洋服たちとおしゃれなスイーツが待っています。

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)

メーカー協賛!増税前の今がチャンス!

プレミアムパールフェア開催中

●とき 3月31日(月)まで AM10:00~PM7:00

●ところ 当店 宝石サロン 宝石・貴金属・時計・総合ギフト

株式会社 **コクセイ宝石**

いわき市平字倉前109-10 ☎21-3744

不要になったパソコン買取ります。

パソコン専門店だから安心!

宅配買取 古く壊れたパソコンも無料引取。
ダンボールで送るだけ 全てデータ消去を行います。
データ消去証明書を発行します。

パソコンをダンボールに入れて着払いで当店へ送るだけ!

不要なパソコン周辺機器も一緒に処分!

ダンボールがご用意できない場合は無料でダンボールをお送り致します!

まずはお電話下さい。

申込書や着払伝票をお届けします。

申込書記入後ダンボールで送るだけ。

当店に到着後査定し代金をお振込。

※無料でお送りできるダンボールの数は3箱までとなります。
※ブラウン管タイプのCRTモニターはお引き取りできません。その他お引き取りできない周辺機器もごさいますのでお問合せ下さい。
通話料無料のフリーダイヤルにお気軽にお問い合わせ下さい。(受付時間: 平日午前11時~午後6時まで)

0120-29-39-49 edix パソコンサポート ホームページからも受付中
エディックス <http://www.keitaipc.jp>

〒302-0128 茨城県守谷市けやき台1-25-12-1F 古物商許可・茨城県公安委員会第401270001372号

欲しい普通免許、どこへ行こうか?

小名浜自動車学校

いわき市小名浜字富岡向147
Tel.0246-54-5210 Fax.0246-92-4183
<http://www.onahama-drivers.co.jp/>

海鮮丼
1,550円
(小鉢2品、季節限定)
(味噌汁付き)

市場食堂
小名浜港
小名浜字栄町3-1 セーラ2F TEL(0246)54-1144
■営業時間 7:00~15:00 ■定休日 木曜日

直売店 ☎(53)6905
れすとらん ☎(73)0141
いわき市小名浜字辰巳町36-1 火曜定休

福島県唯一のれんげのお店
佐野 実氏
支那そばや
いちりき **カ**
店主 箱崎 重男
〒971-8163 いわき市小名浜中町境4-11
TEL/FAX **0246-54-7765**
定休日/月曜日 第3火曜日(祝日は営業)
営業時間/11:00~15:00

ご会食、ご法事、ご宿泊を粋な旅亭で

小名浜小滝温泉 割烹旅館
旅亭 **小滝**
いわき市小名浜大原小滝山根7
TEL53-3101 ☎0120-0490(和食おいしい)
http://www.kotaki.com/

福島県唯一のれんげのお店
佐野 実氏
支那そばや
いちりき **カ**
店主 箱崎 重男
〒971-8163 いわき市小名浜中町境4-11
TEL/FAX **0246-54-7765**
定休日/月曜日 第3火曜日(祝日は営業)
営業時間/11:00~15:00

小名浜旅館ホテル組合

磐城荘	92-3802
国元屋	54-3625
金成館	54-6688
旅亭小瀧	53-3101
旅館新よね	92-3108
割烹旅館すい月	54-3618
割烹旅館天地閣	53-3285
旅館野崎荘	92-4185
割烹旅館美奈登	54-3011
三崎ホテル	54-2881
大楽旅館	52-1400
小名浜第一ホテル	54-8800
パレスホテル	92-3033
みさきプレステージリゾート	92-1117

ONAHAMA! やっぱり



わくわくタウン 小名浜

白だすき隊のこと 小名浜港では明治末から大正時代にかけて、県議や町議などを中心に漁港依存を脱皮すべく、商港築港の運動を展開していた。これにより、昭和2(1927)年に第二種重要港湾の指定を受けた。しかし、その後の国の緊縮財政により、港修築工費が削減されたことから、その予算を復活のために、町民挙げての運動が展開された。昭和4年には「白だすき隊」を結成し217人が上京した。国への工事復活を要請する陳情活動として「明治神宮前に勢ぞろいし、内務省、大蔵省に向かって行進した」と記録されている。これにより、予算が復活され、工事が着手された。

ひとことに「小名浜」といっても、エリアはいろいろ。本町通りをはじめ、鹿島街道沿いの花畑町や岡小名、大原に住吉、玉川などなど、それぞれに面白いスポットがいっぱいです。震災から丸3年が過ぎ、海に面したまち全体が力強く復興の道を歩み続ける「小名浜」。この春、ぜひ「小名浜」を調べてみませんか？

レジャーもスポーツも カルチャーも ショッピングだって

野崎与左衛門のこと 江戸時代の寛文10(1670)年、幕府の命令で、海運の「東廻り航路」が開かれた。その際、東北地方の幕藩から江戸へ送る御城米運送船の寄港地が指定され、そのうちの1港に小名浜も指定された。港にはそれぞれ、浦役人が置かれたが、小名浜では、米野村(今の古湊)の名主を務めた野崎与左衛門が任命された。野崎は海辺に住み海洋気象に詳しく24項目からなる「陰晴口訣」を書き残した。元禄13(1700)年に没し、墓が古湊の浄光院にある。

読売、民友、日経、スポーツ報知
YC 小名浜西部
藤沼新聞店
代表 藤沼 敏起
いわき市小名浜大原字堀米176-1 TEL(0246)53-4618

まちかど厨房
厚切りカツサンド ¥398
LAWSON
いわき小名浜岡小名店
小名浜岡小名字岸45
tel52-1888

小林眼科医院
院長 小林 豊茂
いわき市小名浜南ケ塚町6-17
(小名浜バス停徒歩3分) 電54-5123

ふれ合いの健康ひろば
保険調剤・一般医薬品・化粧品
エンゼル薬局
いわき市小名浜玉川町東18-16
TEL/FAX 58-3603 自宅58-4465
AM9:30~PM6:30 定休日/毎週日曜

読売、民友、日経、スポーツ報知
YC 小名浜東部
緑川新聞店(有)
代表 緑川 一信
いわき市小名浜字横町2 TEL(0246)54-1347

手まき・葉巻・きざみ・パイプ
たばこ たばこ たばこ
いかがですか。
(有)大竹唯之商店
いわき市内郷横町金谷8の4
TEL26-3215 日曜・第3土曜定休

セカンドライフの応援紙
個想から
広告を載せてみませんか?
お問い合わせは
いわき民報社 TEL(0246)23-1666

豊一筋150年の実績!
薄曇、防虫量表替え、裏返し、その他白アリ駆除、ご相談承ります
1枚~可 家具移動もお任せ 即日納品OK (見積無料) フリーダイヤル **0120-25-2949**
■中村豊店 県知事許可 平材木約19

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
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。

<p>■平地区</p> <ul style="list-style-type: none"> コインランドリー ラスカール ネサンスいわき いわきふるさと楽園 古田部米店神谷店 市暮らしの伝承郷 東北住建 渡辺内科胃腸科 ネモト内科クリニック こころのクリニック Bar QUEEN スナック ベガサス ワタナベ時計店 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 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橋山荘 	<p>ホテルα-1いわき</p> <ul style="list-style-type: none"> デリーヤマザキ平並木通り店 フランス料理Kitao アンジェリーク いわき新舞子ハイツ 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 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 吳服処 根本 あわのや酒店 ヤマニ書房本店 ヤマニ書房ラトブ店 	<p>ヤマニ書房イオン店</p> <ul style="list-style-type: none"> ヤマニ書房ヨーカドー店 布あそび工房 和-11n わーん テラツツァ 創芸工房 ■小名浜・泉地区 相馬屋 タイヤガーデンマルヨシ ピストロ 神尾内科医院 タウンモール・リスポ イフキ写真館 すげかわ写真館 まちづくりステーション小名浜 ヤマダ食品 いわきらら・ミュウ 磐城中央病院 スズキ写真館 しんげつ 中山医院 タジオYOU 江名の家 みなとの家 	<p>美味一膳本舗</p> <ul style="list-style-type: none"> いちごCLUB ヘアサロン トップ 小名浜公民館 江名仮設公民館 don3 ヤマニ書房泉店 ヤマニ書房エプリア店 鹿島ショップセンター「エリア」 ウェルハース 100%Body@KITAMURA ■内郷・好間地区 聖徳荘 タウンクリニック 陶芸の村うえのほら 平中央自動車学校 虎屋多幸兵衛 星野製パン ごらい歯科クリニック あどりぶ 内郷公民館 好間公民館 ■常磐地区 いわさき荘 	<p>サンライフゆもと</p> <ul style="list-style-type: none"> ささき いわき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 マシヤル おおくら cafe SHUCROOM ■植田・勿来・遠野地区 植田公民館 錦公民館 勿来公民館 山田公民館 田人公民館 川部公民館 遠野支所 カープすいわき植田店 JR植田駅前ふれあい広場 JR植田駅前ドンツッセうえだ 	<p>ギャラリー昨明</p> <ul style="list-style-type: none"> 市勿来勤労青少年ホーム 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 道の駅よつくら港 大浦公民館 大野公民館 大久公民館 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
--	--	--	---	--	---

いわき市内・近郊 おすすめ **桜** のお花見スポット

市内トップ3はやっぱりココ!

- 1 平の松ヶ岡公園**
——屋台や遊具も一緒に楽しんだ思い出を持つ人も多いようです。

子どものころは、咲き始めから毎日のように出かけました。公園の入り口で演劇などを見物して楽しい花見をしました。(平・72歳・男性)

学校も人気です。福島高専に平工業高、四倉高、いわき翠の杜高ほか、枚挙にいとまがありません。
- 2 小川町の 諏訪神社のしだれ桜**
——ライトアップされた夜桜も絶景です。

小川の宝です。毎年ほめられて、ほめられて、きれいに咲いてくれます。(小川・71歳・女性)

市外だと、やはり「三春の滝桜」「夏井の千本桜」、今は行くことのできない「夜の森公園の桜」が挙がりました。
- 3 勿来の関公園**
——「吹く風を～」の歌とともにいにしへの趣が堪能できます。

桜の種類が多く、長い期間にわたって、花が楽しめます。(勿来町・58歳・女性)

皆さん、今年はこの桜を見に出掛けますか？今年も美しい花が咲きますように!

このほか、常磐湯本町の「御幸山公園」、泉の「大畑公園」、錦町の「蛭田川沿い」など、など、地域ごとに皆さん、とっておきスポットを把握している様子。「平中央公園」や「三崎公園」など、まだまだあって、とても紹介しきれません。

「読者の声」から

ひばり随想 16 中町五月枝

(美空ひばりファミリークラブ会員・東京都在住)

昭和末の63年、塩屋
崎灯台のそばに「みだれ
髪」の歌碑が、地元有志
の力で出来上がりました。
しかし、美空ひばり
本人による除幕式は実現
しませんでした。それほ
ど、病状が進んでいたの
です。

決の人々の心に「みだれ髪」が響く



「みだれ髪」の歌碑の前で、筆者

雲雀の苑に立つ

想のもととなった、ここでは、地元始まって以来の風光がよなく愛されの大勢の参加者が訪れ、てきました。その後、「永 浜がにぎわいました。遠のひばり像」や「ひばりロード」が出来ました。そして、この浜が災害ひばりの13回忌の記念祭 牲者への鎮魂と悔恨の思

い、進まぬ復興へのいら立ちが残されました。多くの支援、激励、協同の力が注がれましたが、現地の人々の癒やされることのない心のありようは、将来にわたって消すことはできません。美空ひばりは、人々の願い、哀（かな）しみをその小さな体に精いっぱい吸い込んで作詞者・作曲者の意図したところを超える情熱で、この世に歌を送り出しました。美空ひばりが残したメッセージには、限らないこの世の悲しみ、そして喜びの表現があふれているのです。

美空ひばりファミリークラブ=ひばりプロダクション主催の美空ひばりのファンクラブ。

拾五 福寿草



福寿草

素人の考えかもしれないが、福寿草ほど環境に敏感なものはないと思っている。掘り起こしてみると驚くほどの根があって、どこへ移植しても大丈夫に思えるが、2~3年もすると絶えてしまっている。

その福寿草だが、わが家の庭先の一角だけ毎年少しずつ増えていたところがある。適地なのかどうかは分からないが、多分、以前あった物置が、北風をさえぎっていたのが幸いしていたのかもしれない。しかし、その物置は3・11の震災で全壊し、取り壊してしまった。あれから3年、気のせいなのかその後は増えているようには思えない。震災は、もうひとつの心配の種を残した。

墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一 (植田町在住)

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 2014

地震後の修理・お墓のリフォーム

いし まさ
有限会社 **石昌石材**
(旧江名の伊藤石材店)
いわき市小名浜中原4-32 ☎53-7002

セカンドステージの情報紙

個処から
ライフスタイルの応援紙

Junction

大好評、発行中!!

女性ゆったり ヨガ

- 中高年少人数クラス
- 腹式呼吸でやさしいヨガです

火曜 平・労働福祉会館
10:20~11:20 13:30~14:30
☎090-5352-4050 青木八重子

スナック **ペガサス**

いわき市平字田町30 高木ビル 2F
0246-24-7013

ORIGINAL TASTE

●定休日/水曜日

fashion house
シュール

いわき市平六町目5-20
PHONE25-6608
●駐車場完備(店舗裏側)

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**

グループホーム **サンファミリー**

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

内科・循環器科・呼吸器科・消化器科
在宅訪問診療応じます

医療法人 **酒井医院**

【診療時間】平日/AM9:00~PM6:00 金曜日/AM9:00~PM7:00
【休診】日曜・祝日・土曜日午後
福島県いわき市平字南町12
【駐車場完備】☎0246-23-1055
さかいケアプラン ☎0246-22-5055



(順不同)

4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 various dates in April, listing clinic names and phone numbers.

小児科当番医 午前9時～正午

Table of pediatric services for various dates in April, listing clinic names and phone numbers.



プレゼントはこちら▶ (かごは含まれません。スペシャルラッピングを施します。)

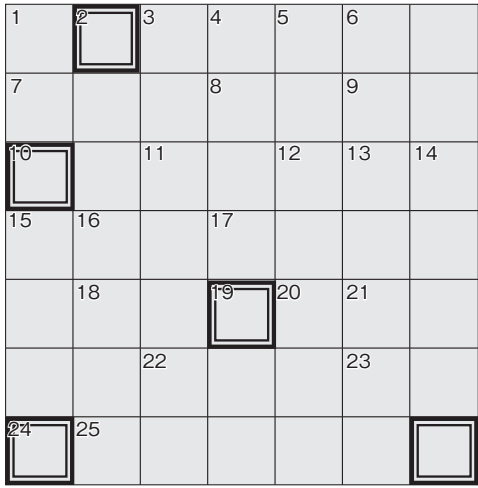


もうすぐ4月、いよいよ新年度です。編集室一同、皆さんの新スタートを応援して...

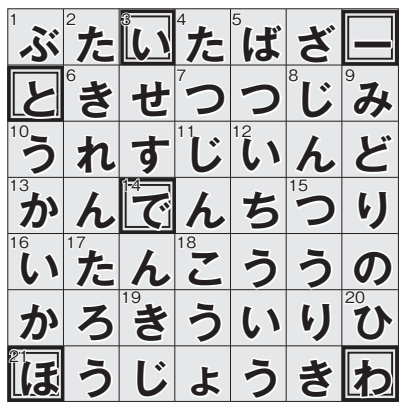


4月の読者プレゼント

クロスワードパズル



前回の正解



1 ぶ 2 た 3 い 4 た 5 ば 6 ざ 7 き 8 つ 9 つ 10 じ 11 み 12 す 13 じ 14 い 15 ん 16 どり 17 かん 18 だ 19 ち 20 つ 21 り 22 いたん 23 こう 24 かい 25 う 26 ひ 27 ぼ 28 じ 29 じょう 30 き 31 わ

「お菓子3点詰め合わせ」(3000円相当)をプレゼントします。... 参考)まで、送ってきださい。...

精神科専門当番医 午前10時～午後4時

4月6、13、20、27日 新田目病院 28-1222

眼科当番医 午前9時～午後2時

4月13、20、27日 中央台たなか眼科 29-1722

泌尿器科当番医 午前9時～午後3時

4月6、13、20、27、29日 ときわ会常磐病院 43-4175

※休日診療医は変更となる場合があります

Advertisement for contact lenses, listing various brands and a website URL: http://www14.plala.or.jp/horusu/

Advertisement for SATOCLINIC 明治団地さとう医院, listing services and contact information.