

毎月第4月曜日発行

2019 3月 弥生 第146号

無料

いわき・南相馬・相馬 64,000部発行

個人から

読者をつくる情報紙

- 今月の紙面
◆ギャラリー情報 (2面)
◆世界の一杯 (3面)
◆シニアのSNS講座 (3面)
◆チャレンジの春 (5面)
◆絵てがみスケッチ (6面)
◆墨と水の世界 (6面)
◆日本の神仏占い (7面)



「原生林の奇形樹」

撮影場所：田人地区 撮影日時：2018/3/8
撮影者：大山登 全写連福島県本部会員(いわきマリン支部)
二科会福島支部 フォト光詩 フォト四樹会員
フォトマスターEX 錦町在住 73歳
コメント：いわき市内唯一の原生林に奇形樹を見つけて雨の
霧景にシャッターを切りました。

有限会社石昌石材
いしまさ
いわき市小名浜字中原4-32
TEL(0246)53-7002

豊一筋150年の実績!
薄塗、防虫塗
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)
フルタイプ0120-25-2949

日替り弁当 550円(税込)
(5個以上の注文で)配達もいたします
※スポーツ弁当500円(税込)始めました。
にしん・さんまの煮魚、各種焼魚、
から揚げ、コロッケ、サラダ、
各種漬物など豊富な品揃え
〒973-8411 いわき市小島町二丁目16-5 ☎26-2566
◎10:30~18:30 ◎日曜・祭日(予約があれば営業します)

3・4月の
特別教室
寄せ植え
セタム
の
寄せ植え
要予約
場所 磐植直売所
日程 3/31(日)、4/1(月)、2(火)
時間 10時~
定員 各10名
料金 2,500円(税別)~
器はお選びいただけます

双葉町 矢口接骨院 いわき店
がんばる接骨院
接骨
鍼灸
リラクゼーション
診療受付時間
平日/9:00-18:30 土曜/9:00-12:30
休診日/日曜・祝日 ☎0246-25-7010
〒970-8026 いわき市平字中町20-1

新学期生受付中
英・数の学力を強化し
受験力大幅アップ!!
(小)国・算・英 週3 10,000円
(中)5教科 週3 15,000円
(高)英・数 週2 15,000円
※兄弟・姉妹割引11人につき5,000円
高月塾
いわき市平字高月6 ☎0246-21-5141
塾長 鈴木 隆(慶大卒)

自動車保険!! 見直しませんか?
共済事業なので
掛け金は割安です!!
安い掛金!
大きな安心!
東北自動車共済代理所
(一社)いわき自家用自動車協会
0120-973-646

加熱式たばこ、あります。
(有)大竹唯之商店
いわき市内郷織町金谷8の4
TEL0246-26-3215 日曜・第3土曜日定休

お部屋に直接お伺いする鍼灸マッサージの治療院はご存知ですか?
《病院や治療院に通うのが困難な方》のための治療院です。
お身体にお悩みのある方は、お気軽にご相談ください。
からだ元気治療院
0246-51-8090
【営業】9時~18時(日・祝 定休)
いわき市内郷織町金谷9-1-101

春めく
はんなりフェア
開催期間
2月27日(土)・28日(日)・3月1日(月)・2日(火)
会場：萬屋いわき店
20%OFF 30%OFF

第119回バラエティショー
和太鼓グループ「一打の会」コンサート
午後11時、元気が出る太鼓演奏をお楽しみください。
3月23日(土) 開場 午後1:00 開演 午後1:30 場所 こころの駅御宿ぶどうや

脳活カフェ
元気塾
参加費500円
最近、物忘れが多くて困る... 何もなかったらどう...
脳活カフェ
第二火曜日
午前10時から12時

入居者募集
多様な施設で、皆様をお待ちしております。
この方におすすめです。一度私たちに相談ください!
1つでも
あったら
ご相談ください。

こころの駅
初期費用 30万円 月々88,500円
TEL 0246-54-5000
株式会社 こころの駅

こころの駅イベントカレンダー-3月
Table with columns for Day, Month, and Event Name (e.g., 3, 4, 5 S, 6, 7, 8 O, 9, 10, 11, 12 N, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 S, 20, 21, 22, 23 V, 24/31, 25, 26 O, 27, 28, 29, 30)

竹中敏子 思い出サロン
歌謡曲からポップス、演歌まで竹中先生のピアノ演奏で、楽しく歌ってみませんか。
3月8日(金)・26日(火)
参加費1,500円
お菓子・お茶付き

シルバーリハビリ体操
市長認定指導士が、丁寧に指導します。
3月5日(火)・19日(火)
参加費無料

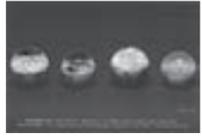
一緒に働く仲間募集!!
こころの駅では、一緒に成長していける新しい仲間を募集しております。
泉駅より10分ほどの区間に
4施設があり、とても便利な
立地となっております。
採用をご希望の方は、お気軽にご連絡ください!
TEL 0246-54-5000 http://kokoronoeki.jp/



藍木野の久留米絨服

3/13→3/24 入場無料 0246-69-2390

長く着てもらえる良い服を作られる着心地の良い藍木野の久留米絨(かすり)服展。月・火休廊。11:00～18:00。
ギャラリー-昨明 いわき市田人町南大平字川平35-4



迫二郎 硝子 新作展

3/2→3/11 入場無料 0246-56-0264

茨城県笠間市でガラス素材の可能性を追求する迫二郎さんの新作展。2、3日作家来廊。11:00～19:00。水曜定休。
ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1

ギャラリー情報 & イベント案内



遊心窯と仲間達々展

3/14→3/18 入場無料 090-4633-9327

「遊心窯」石井光榮さんと、石井さんが指導する陶芸紅緑の作品を展示する。10:30～16:30(最終日は15:00)。
ギャラリー-木もれび いわき市好間町榎小屋字中平65-9



パッチワーク土曜教室

3/2、16 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



ランチ付きおかめ教室

2/25→ 1500円(材料費込み) 090-2957-8552(高山恵美子)

福を呼ぶおかめブローチ(2個)を作る。ひよっこもできる。手作りランチ付き。手ぶらでOK。要予約。時間は10:00～。



遠くて近い二人展

3/15→3/17 入場無料 0246-29-3826

年代、性別、技法は違うが大学の先輩後輩、美術教諭として同中学校に勤務した丹野真弓、渡辺和也さんの絵画展。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



大塚浩司絵画展

3/2→4/5 入場無料 0246-62-2327

大塚浩司さんの旅先でのスケッチや近郊の海辺の風景を水彩・油彩で描いた作品展。8:00～19:00。3月10、11、24、25日休廊。
画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



常設展示・販売

2/25→ 入場無料 0246-36-8001

益子焼、笠間焼を中心に全国各地の陶芸産地の逸品を展示、販売。アジアン衣料も同時販売中。火、水曜定休。
陶芸村うえのはら いわき市好間町上好間字上野原86



植器と食器 星野就久作陶展

3/16→3/24 入場無料 0246-56-0264

山野草の世界にも造詣が深い陶芸家星野就久さんの植器と食器の新作展。11:00～19:00。水曜定休。
ギャラリー-いわき いわき市泉ヶ丘 2-12-1



かいわい陶仏教室

3/7、19、20 受講料 各回1800円(材料費、焼成代込み) 0246-23-8411

お地藏、観音、歳時記、動物などを制作。日を選び受講できる。未経験者もOK。20日は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



うさぎのお雛さまを作る

2/25→ 0246-23-5658

かわいらしいウサギの内裏雛(びな)の人形を作る。受講料・材料費は問い合わせる。受け付けは2月25日から。
布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8



-色絵磁器-藤野 貴則 作陶展

3/24→4/2 入場無料 0246-56-9101

主に自然の草花を作品に描き、四季折々の姿を見せてくれる浅間山嶺で作陶に励んでいる。3月24日作家来廊 10:30～18:00 木曜休廊
アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7



土・布・木・紙・ガラスの雛まつり展17

→3/9 入場無料 0246-62-4188

土・布・木・紙・ガラスそれぞれの素材を生かしたお雛さまを中心に春を感じる器やアクセサリを展示。10:30～18:00。水曜定休。
ギャラリー-わづくりや いわき市植田町南町 1-2-14



金澤翔子 書の世界

2/25→ 入場料 一般800円、65歳以上600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。館内にはきもの乃館丸三・丸三かふえ飛翔庵がある。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



女の手仕事展12

3/30→5/31 入場無料 0246-62-4188

布を中心とした恒例展。5月飾りを中心に夏服やバッグ、木工品など多数展示。4月28日～5月8日休廊。10:30～18:00。水曜定休。
ギャラリー-わづくりや いわき市植田町南町 1-2-14



第9回橋本佳園子展

3/9→3/17 入場無料 0246-23-8411

蘇(よみがえ)るむかしきもの。昔の着物から蘇った小物を展示。会期中ワークショップも。10:30～18:00(最終日16:30)。水曜休廊。
ギャラリー-界限 いわき市平字堂根町 1-1



桜のつるし雛を作る

2/25→ 0246-23-5658

春にふさわしい35個の桜の細工物をつるしたつるし雛(びな)を作る。受講料・材料費は問い合わせる。受け付けは2月25日から。
布あそび工房 いわき市平字愛谷町 4-4-8



春の装い展

4/6→4/20 入場無料 0246-21-3541

c.p.koo、アトリエマニス他4ブランドの春の洋服が届きます。ぜひ、ご覧ください。11:00～19:00。4月15日は休廊。
陶 和楽 いわき市平字童子町 1-6



後藤浩・恵里子ガラスアクセサリ展

3/9→3/19 入場無料 0246-56-9101

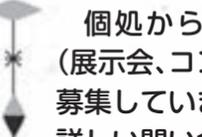
これからの季節の春の装いにきらめく手づくりのガラスアクセサリ-はいかがですか? 3月9、19日作家来廊。10:30～18:00 木曜休廊。
アートスペース泉 いわき市泉町 2-12-7



濱田正弘 絵画展

→3/1 入場無料 0246-62-2327

濱田正弘さんの音を感じさせる絵を中心に、身近な風景や花などの作品を展示。8:00～19:00。2月24、25日休廊。
画廊喫茶モナミ いわき市錦町上中田 36



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(有料)。

詳しい問い合わせは同編集室=

電話0246(23)1666=まで。



ライブ&映画上映会

3/10 ライブ&映画共通 1500円 0246-29-3826

開場15:00 開演15:30
東日本大震災追悼。大震災と原発事故を風化させないために雑魚塾ライブ&映画「MARCHING-明日へ-」を上映。定員30人。要予約。
ギャラリー-創芸工房 いわき市鹿島町走熊小神山60-1



春の絵画展

3/1→3/11 入場無料 0246-35-0383

日本画壇を代表する作家から現代の人気作家まで、日本画・洋画・水彩・版画など一堂に展示。10:00～18:00(最終日17:00)。
小野美術 いわき市平字中町22-2

- ・いつも学校行事などには出席しなかった父が、私の短大の卒業式に初めて来てくれたことが、とても思い出に残っています。今は(父は46歳で亡くなりました)亡くなって40年近くなりますが、その時の父のうれしそうな顔が今でも心に残っていて、卒業式に出席してもらい良かったと思っています。(女性・60歳・相馬市)
- ・知らなかった多くの人と出会い、貴重なことを学ぶことができる喜び。(男性・70歳・錦)
- ・中学の卒業式には友との別れ、その他もろもろに淋しく泣いたものです。高校、短大との卒業式はさざさしたもので、まったくあっさりしたものでした。(女性・70歳・内郷)
- ・式の最後に、外でのゼミ仲間との記念撮影。(女性・66歳・平)
- ・私たちの中学を卒業する頃は、卒業後に高校の入試が控えていたため、卒業式とはいえ、いまいち開放的な気持ちになれなかった思い出があります。(男性・58歳・四倉)
- ・当日、内郷駅の階段からこけて3～4段階落ちたこと。それも親の前で。(女性・69歳・石森)
- ・仰げば尊し。(男性・69歳・泉)

- ・中学を卒業後60余年。みんなどうしているかと思う。亡くなった人もいるけれど、一緒に勉強したことや先生にまとめて叱られたことなど、昨日のこのように思い出される。(女性・78歳・常磐)
- ・寮生だった高校の卒業式。両親が迎えに来て一緒に帰るはずが…。私がぐずぐずしていたら父の空腹が頂点に達し、先に帰ってしまい、1人バスに乗って夜遅く家に帰りついたのを思い出します(笑)。(女性・62歳・泉)
- ・留年しないで卒業。先生のご指導に感謝。(男性・77歳・中央台)
- ・新しい世界の飛び出し。(男性・69歳・四倉)
- ・中学の卒業式の後、友達が好きだった男の子を追いかけ行って、一緒に写真を撮ってあげたこと。(女性・57歳・常磐)
- ・高校の卒業の時に平の松ヶ岡公園で皆で遊んだのを思い出します。(男性・75歳・湘南台)
- ・春の花がいっぱいに並べられ、大きな花瓶いっぱいに見事に生けられた花の香りです。体育館に入るなり、うっとりでした。(女性・58歳・泉)

- ・保育士をしていたので、式の最中、6歳児数人が泣いていた姿が忘れられない。(女性・68歳・小名浜)
- ・なぜか涙、涙、涙、です。祝辞を述べる方も「真っ白いハンカチで思い切り涙をふきなさい」と言いながら泣いていた。(女性・76歳・自由ヶ丘)
- ・中学校の時、卒業式に第2ボタンをもらったこと。(女性・51歳・常磐)
- ・昭和30年の卒業式では大雪が降り、父におんぶをして送ってもらったことです。(女性・74歳・常磐)

読者の声

【テーマ】

- ・卒業式の思い出、卒業式から連想するもの・こと



世界の一杯

- 23 -

・お酒との付き合い方

自分の適量を守るに尽きる

今回もお酒との付き合い方を考  
えます。酔いが回るまでのタイム  
ラグ。なぜそんなことが起こるの  
かという、アルコールは体温に  
近い温度になると吸収されるので

冷たいお酒の場合、体内で温まる  
までに時間差が生じます。その間  
にたくさん飲んでしまうと、後か  
らどつと酔いが回ってくるので要  
注意。私も失敗しています(笑)。

結局、一番大切なことは自分の  
適量を守ることに尽きるように思  
います。自分の適量は自分にしか  
分かりません。時には二日酔いで  
失敗なんてことを経験しながら

そんな私がおすすめているの  
が燗(かん)酒と焼酎のお湯割り。  
体温に近い温度帯のお酒は、アル  
コールの吸収が早くタイムラグが  
少ないので、酔いが回りやすく飲  
み過ぎを防げます。ペースを落と  
して飲みたい時の強い味方。とは  
いえ、調子が良いときは冷たいお  
酒もぐいぐい飲みたいですよ。  
ここで注意すべき点は、いろい  
ろなお酒を飲むIIちゃんぽんをし

どんなお酒も合間に水を飲むこと。水分補給で二日酔い防止を!

そんな私がおすすめているの  
が燗(かん)酒と焼酎のお湯割り。  
体温に近い温度帯のお酒は、アル  
コールの吸収が早くタイムラグが  
少ないので、酔いが回りやすく飲  
み過ぎを防げます。ペースを落と  
して飲みたい時の強い味方。とは  
いえ、調子が良いときは冷たいお  
酒もぐいぐい飲みたいですよ。  
ここで注意すべき点は、いろい  
ろなお酒を飲むIIちゃんぽんをし

【プロフィール】  
緑川 明日香 (み  
どりかわ あすか)  
38歳。市内在住。  
SSI認定日本酒  
学講師。日本ソム  
リエ協会認定ソム  
リエ。



材料の幅と長さをき  
ちんと切りそろえるこ  
とで、見た目も美しい  
一品に。  
①ピーマンとパプリ  
カはすべて同じ幅、大  
きさにそろえて細切り  
に。ミョウガとシヨウ  
ガは細めにそろえた干  
切りにする。  
②切った食材はそれ  
ぞれ分けておき、色合  
いのバランスを見て、  
好みで量を増減しても  
よい。  
③フライパンを熱し  
てサラダ油を入れ、パ  
プリカ、ピーマンの順  
に炒めていく。ミョウ  
ガとシヨウガは、最後  
に入れて香りを残す。  
強火で手早く炒めるこ  
とで油っぽくならず、  
歯触りも良くなる。塩  
とこしょう、中華ス  
プのもとで味を調え  
る。  
④最後に、ごま油を  
鍋肌から回し入れて熱  
すると香りが際立つ。  
ゴマをふって仕上げ、  
器に盛る。  
ミョウガが手に入ら  
なければ好みの野菜に

Let's Cook レシピ紹介



変えてもよい。モヤシ  
やキノコ類(エノキ、  
エリンギ、マイタケな  
ど)のほか、焦げ目を  
つけて短冊に切った油  
揚げ、戻して短めに  
切ったピーマンや春雨  
を加えてもいい。  
塩、こしょう各少量。  
ピーマン6個、パプ  
リカ(赤と黄)各40g、  
ミョウガ4個、シヨウ  
ガ5g、白ゴマ小さじ  
2、サラダ油小さじ2、  
ごま油小さじ1、中華  
スープのもと(かりゆ  
う) 小さじ2分の1、

中華風三色きんぴら



ピーマンと好み野菜で

趣味仲間ならばその  
趣味、同級生ならば思  
い出というように気の  
合う仲間と共有できる  
話をしているときは、  
リラックして会話を  
楽しめます。  
一方で、苦手な人が  
いるときや初対面の人  
が集まる場など、会話  
によって疲労感が残る  
ことも多いのではない  
でしょうか。親しい仲  
間内でも疲れることが  
あるでしょう。  
人付き合いでうんざ  
りする体験を好機と捉  
えてみませんか。どん  
な会話に疲れたか、自  
分を含め話題に入れな  
い人がいたか、気まず  
い空気が流れたかなど  
を検証すると、自分に  
も反省点が見つかるこ  
とがあります。一歩離  
れて検証することで、  
疲労感も和らぎます。  
言葉にはその場の空  
気を変える力がありま  
す。いい話の種をたく  
さん持っておくと人付  
き合いで役に立ち、会  
話上手にもなれるで  
しょう。

暮らしの知恵

いい話の種を持つ

今年1月発表の新た  
な規制を紹介します。  
1つ目は、サムネイル  
です。動画をアップし  
た際にサムネイルを別  
途貼り付けることがで  
きます。サムネイルは  
表紙のようなもので、  
内容が分かりやすいサ  
ムネイルで注目度が上  
がったり、視聴者が増  
えたりします。  
サムネイルが動画  
の内容と合わ  
なかったり、ポ  
ルノや暴力的な  
描写を含むなど  
の場合、コミュニ  
ニティガイドラ  
インの違反警告  
が発行されま  
す。警告を複数  
回受けると、そ

シニア世代のための 役立つSNS講座

講師 久野 雅己

ユーチューブの新た  
な規制についてです。  
社会的にも影響が大き  
くなる中、過激な内容  
の動画投稿が増え、規  
制が次々とかかるよう  
になりました。昨年から  
規制が強化され、先  
日は有名なユーチュ  
ーバーのアカウントが停  
止となり大きな話題と  
なりました。有名・無  
名問わず、違反とされ  
る動画が削除され始め  
ています。  
2つ目は外部リンク  
のチャンネルやいたずら  
動画です。身体に危害  
や苦痛が及ぶ恐れや、  
死亡につながるかねない  
暴力、危険な活動を  
助長する動画は違反と  
なります。最近では、映  
画「バード・ボックス」  
をまねて目隠しをして  
車を運転する動画を投  
稿する人が増えていま  
すが、危険な行為はま  
ねしないよう注意を。

「サムネイル」や「外部リンク」 「いたずらや危険な動画」を規制

SNSとは…ソーシャル・ネットワーキング・サービスの略。共通の趣味  
や考えを持っている人同士の出会いの場であったり、友達や家族と情報交  
換したり、気軽に交流を楽しむことができるサービスです。



ユーチューブ3つの新規制

ひさの・まさみ 四倉町出身。株式会社ソーシャルスピーカー代表取締役、福島高専卒。  
東京でシステムエンジニアとして勤務後、2011年にいわき市に戻り、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。問い合わせは久野さん=電話 0246 (84) 8298=まで (月~金の9:00~18:00)

Twitterはこちらです! Facebookはこちらです! ホームページはこちらです!  
http://twitter.com/iwakicity https://www.facebook.com/socialspeaker http://www.social-speaker.co.jp

いま注目のスポット!!

店舗・施設情報

イタリア料理とワインの店  
テラツア  
春限定ランチ提供中  
イチゴパフェも好評  
春のレディースランチ(1500円)を提供  
している。メイプルサーモンサラダ、サクラ  
エビのスパゲッティ、アスパラガスのラザ  
ニアなど、いろいろな料理を少しずつ楽しめ  
る。プラス300円でイチゴのパフェが付く。  
【住所】いわき市中央台高久一丁目13の3  
【電話】0246-29-8810  
【営業】11:00~15:00 17:30~21:30  
月曜、第1日曜定休

高野花見山  
Kobayashi Hanami-YAMA  
3月1日花見山開園  
花の名所の梅が見頃  
「いわきの花の名所」が3月1日開園する。  
およそ3万坪の敷地に200種以上の植物が  
植えられ、四季折々の草花をゆつくりと楽し  
める。現在、梅が見頃を迎えている。河津桜  
もつぼみを付け始めているという。  
【住所】いわき市内郷高野町広置1  
【電話】0246-27-2573  
【営業】3.10.11.18.9.00~16.00 4.7.9.9.00~17.00  
1.2.8.12.月休

和田村  
歓迎会予約受付中  
自慢の鍋料理も好評  
現在、歓迎会の予約を受け付けている。コ  
ース料理は4320円~8640円の5種類。  
プラス1500円で飲み放題にもできる。  
み放題付きで6480円の「お得プラン」も  
ある。価格は税込み。自慢の鍋料理も好評だ。  
【住所】いわき市平宇播樋小路14の16  
【電話】0246-21-1345  
【営業】11:30~13:30 17:30~21:30

個処から川柳



・お題「嫉妬(やさもち)」  
「当たる」

二年後に止めるで泣かれ持て男  
傾向と対策ジャンボ当てる気で  
(賢治郎・79歳・勿来)

やさもちは不老長寿のキャンブルよ  
出る杭に ならず世渡り 御安泰  
(石井利水・91歳・勿来)

嫉妬を焼いて焼かれて六十年  
起き上がり小法師が当たり  
ブレスセント  
(日和田剛・82歳・四倉)

信念の人ほど当たる 風猿し  
富士山も嫉妬するよな 夕若  
(布施敏家・69歳・泉)

真っ先に犬に食事をあげる妻  
新車代葬儀代にと 当てられる  
(浮世人・76歳・内郷)

信州の名物おやさ七母(はは)の味  
空くじ 当たり願いて 並ぶ我  
(すずや・78歳・内郷)

私見ず その目の先は 知らぬ人  
空くじ 夢の中では 当てている  
(紅梅・73歳・郷ヶ丘)

じいとばあ 孫の笑顔を 競い合い  
ジャンボ籤 夢買い続け 四十年  
(内海将行・77歳・小名浜)

弟の十両昇進 兄嫉妬  
どまんなか 当たつた瞬間 ホームラン  
(ゆうじい・67歳・泉)

若者の歩きスマホに 嫉妬する  
空くじ 当たる確率 我になし  
(中野喜久・85歳・平)

遠い過去 嫉妬した頃 懐かしむ  
年賀状 下一桁の「足」が 当たる  
(渡辺牧衛・82歳・小名浜)

やさもちを やいていた頃が  
なつかしい  
当たつたらあれこれ買ろぞと 夢をみる  
(エリザベス・57歳・常盤)

【募集】

編集室では、川柳を募集しています。お題は「財布」字。お気軽に編集室まで(本紙7面参照)※名前(またはペンネーム)、住所、年齢も添えてください。3月11日必着

みなさんの「ペット」の写真を募集します!

個処から編集室では、次号に掲載する企画「ペットは大切な家族の一員です」で紹介するペット写真を、読者の皆さまから募集します。ペットたちが生き生き生活するために大切なことを紹介しながら、飼い主の皆さんとともに幸せに生活しているワンちゃんや猫ちゃんなどの写真を掲載します。ぜひ、ペットたちの愛らしい写真をお寄せください。

たくさんのご応募、お待ちしております!

《募集要項》

- ・かわいい皆さんのペットの写真(紙焼きでも、データでも構いません)
- ・住所、氏名(ペンネーム)、年齢、電話番号、ペットの種類と名前、性別、年齢、写真の説明を添えてください
- ※紙焼き写真を持参、郵送の方は、簡単な用紙に書いて写真と一緒に添えてください
- ★寄稿は、郵送かEメール、持参で受け付けます。★締め切り日3月7日(木)
- ★掲載の可否は編集室判断となります ★問い合わせ、あて先は個処から編集室へ(本紙7面参照)



こんなのが...



こんな感じも



「海と魚のフードテーマパーク」へようこそ

「安全・安心」をテーマにいわき・ら・ら・ミュウは生まれ変わりました。旬の魚介類の販売や新鮮な海の幸を味わえ、屋内には東北有数のあそび場「みゆうみゆう」が誕生し、お子様も楽しく遊べます。みなさまのお越しをお待ちしております!



〒971-8101 福島県いわき市小名浜字辰巳町43-1  
TEL:0246(92)3701  
URL:http://www.lalamew.jp



部屋を華やかに彩るレース、料理の味を引き立てる本物の器をどうぞ。

ギャラリー せとう

小名浜一小的のぼり口  
☎0246-52-0174

磐城高等学校

男子ブレザー 24,300円  
女子キュロットスカート 18,576円  
男子長袖ブラウス 4,212円  
女子リボン(柄) 1,911円

夏制服  
希望購入品  
\*スラックス 10,692円  
\*ベスト 10,044円

\*キュロットスカート 17,496円  
\*半袖ブラウス 4,104円  
\*リボン(水色無地) 1,911円

湯本高等学校

男子ブレザー 24,516円  
女子スラックス 12,852円  
男子長袖シャツ 4,460円  
女子ネクタイ 2,127円

夏制服  
希望購入品  
\*半袖シャツ 4,244円  
\*半袖ブラウス 4,136円

\*男子スラックス 11,988円  
\*女子スラックス 11,772円  
\*男子ネクタイ 14,256円  
\*女子ネクタイ 11,772円

磐城農業高等学校

男子ブレザー 23,760円  
女子スラックス 13,608円  
男子長袖シャツ 3,755円  
女子ネクタイ 2,138円

夏制服  
希望購入品  
\*半袖ブラウス 3,651円  
\*スカート 12,420円

\*女子ブレザー 22,680円  
\*女子スカート 13,608円  
\*女子長袖ブラウス 3,755円  
\*女子リボン 1,512円

\*女子クレリップブラウス 3,564円  
\*女子スラックス 11,880円  
\*女子男女兼用セーター 6,264円  
\*女子男女兼用ベスト 5,292円

平商業高等学校

男子ブレザー 34,452円  
女子スラックス 17,388円  
男子長袖シャツ(黒) 5,184円  
女子ネクタイ 3,240円

夏制服  
希望購入品  
\*半袖シャツ 4,644円  
\*スラックス 11,880円

\*女子ブレザー 32,724円  
\*女子スカート 17,388円  
\*女子長袖シャツ(黒) 5,076円  
\*女子ネクタイ 3,240円

\*女子ハイソックス(黒) 864円  
\*女子半袖シャツ 4,428円  
\*女子スカート 13,176円  
\*女子盛夏服 6,696円  
\*女子盛夏服用リボン 1,620円

\*男女兼用長袖セーター 8,532円  
\*男女兼用ニットベスト 6,696円  
\*ベルト 1,836円

平工業高等学校

男子上衣 24,840円  
女子スラックス 13,068円  
男子長袖シャツ 3,780円

夏制服  
希望購入品  
\*ベルト M-L 1,836円  
\*セーター 6,480円  
\*ソックス(推奨品) 26×28 648円

たのしい装いは



いわき市常磐湯本町 TEL43-2044代 FAX44-4888

当店は制服販売指定店です

中学生用  
●男子学生服  
●女子セーラー服  
取り扱い店です



御入学プレゼント!! ヨークベニマル商品券

佐藤 佐々木光豊  
ピアノ教室 津軽三味線教室



充実・安心の個人レッスン

津軽三味線もピアノ教室も個人レッスンなので、キッズからシニアまで、初心者も経験者もレベルに合った指導を受けられる。無料体験もある。津軽三味線は1レッスン1時間で月3回6,000円。ピアノ教室は、幼児は1回30分で月4回5,000円、小学生以上は1回30分から月4回5,500円から。

問い合わせ/申し込み 0246-34-2035 (佐藤)  
090-7565-5629  
住所: いわき市平中神谷字柳橋6

NPO ラビット体操クラブ



トランポリンで宙返り

幼児から中学生を対象にトランポリンやマット、鉄棒、とび箱ほか、フラフープ、なわ跳びなど、パラエティクに富んだ運動を楽しく行っている。体力を養いながら、運動が上手になって自信を付けてもらうことを目的に、平下大越教室と常磐の関船体育館(水曜午後5~7時)で開講している。

問い合わせ/申し込み 0246-34-3916 (代表)  
URL: http://rabbit-g-c.com/  
住所: いわき市平下大越字中ノ町70(かんぼの宿いわき入口近く)

ミュージーゼ音楽教室



はじめての一步を応援

子供から大人まで学べるピアノ、ヴァイオリン、ギター、ウクレレ、フルート、サクソ、トランペット、ドラムなど、各コースで見学、無料体験を実施している。英語、中国語、韓国語教室や、子どものフラ・タヒチアンダンスも開講している。3月~5月は入会金無料キャンペーンを実施している。

問い合わせ/申し込み 0246-58-3055  
URL: http://www.musee-iwaki.jp  
住所: 鹿島街道沿いノバレスいわき向い

チャレンジの春!

自分を高めて生活に充実を! 習い事を始めてみませんか?

レイホクラニヨシダフラスタジオ



“心の体操”フラを!

今や全国的に人気が高く、誰でも無理なく踊れる優雅なハワイアンフラダンス。基礎はもちろん、その神髄まで、レベルに応じた教室を展開し、和気あいあいとレッスンしている。「皆さん、一緒に楽しく学びませんか」と吉田千恵子主宰。レッスンは週1回、受講料は月5千円で、入会金無料。

問い合わせ/申し込み 0246-25-4400 (ヨシダカバン)  
スタジオ: いわき市平字田町63-7(いわき民報ビル3F)

ライセンスアカデミーいわき校



資格・検定・公務員受験

公務員合格者は233人、現役合格者を続々と輩出。30年度市役所合格実績は、初級事務職8/10人、消防職は3/5人、他保育士、幼稚園、土木と多数合格! 宅建・社労士・行政書士・司法書士も合格者を出し、信頼の実績を持つ。人気の簿記講座は新試験制度に対応し、安心保証プランなど助成制度も充実。

問い合わせ/申し込み 0120-190-415  
みとみ ライセンス 検索  
住所: いわき市平字童子町4-18(いわき建設会館2階)

各種スクールガイド

習い事は、プライベートを充実させる有効な時間の使い方の一つ。一度身につければ、仕事で、実生活で、ずっと活躍してくれる習い事もあります。ぜひ、参考にしてみてください。

ハンガリー産 純粋 アカシヤはちみつ

本日より 1週間 お申込締切日

秋田・田沢湖にて昭和52年創業のはちみつ屋「山のちみつ」は「ハンガリー産アカシヤはちみつ」の人気上昇中! ヨーロッパ中央に位置するハンガリーは、日本に比べ養蜂の歴史が長く、世界でも指折りのアカシヤはちみつの生産国です。濃厚で風味豊か、甘さは上品でクセも少ないハンガリー産のはちみつは、トーストはもちろん、ヨーグルト、スムージーや様々な料理にもぴったり! お手頃価格です。特にオススメです!



人気商品につき お1人様6本まで 当店リピート率No.1!!!



スツキリした上品な甘さは様々な料理と相性バツグン!!!

世界のはちみつ祭り! お手頃価格で本場の味を!

この広告だけの特別企画!! ご新規様限定 同一住所のご家族様一回限り ※当社でのお買い物が初めての方限定とさせていただきます。



600g 2,010円を (税込) 1,480円

液だれしない ハチミツ容器「ピタット」くん 1本から 送料無料 お一人様プレゼント!!

お申し込みはお電話で 9:00~17:00(月~土/日祝休)

050-8882-9973

●送料は無料。●お届けは5日~7日程度。●お支払いは代金引き換えのみ(手数料無料)。●返品は未開封に限り、商品到着後7日以内にこちらの上ご返送下さい。(返送料はお客様負担)。●お預かりした個人情報は、商品・DMの発送以外の目的では使用しません。

山のちみつ屋 有限会社ビー・スケップ 秋田県北上市田沢湖生保内字石神163-3



七拾四

言葉の力

つらら

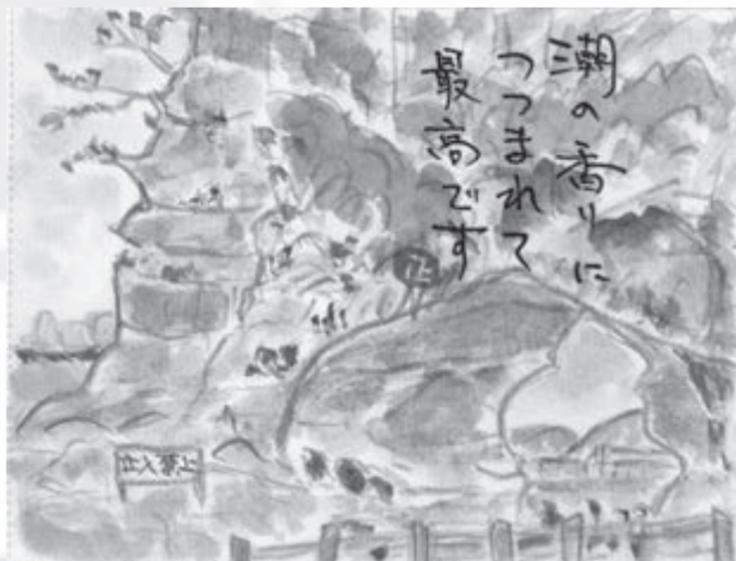
言葉というのは、使い方によってはプラスにもなりマイナスにもなる。昔、歌手としてデビューした友人がいて、なかなか結果が出なくて悩んでいた折、「頑張ってください！ 期待しています」と度々励ましたことがあった。いろいろな出費を抱えて心身ともに疲れていた時期で、その言葉が大変負担になるととがめられ、交友も途絶えてしまった。そんな時はじっと見守っていてあげれば良かったと、申し訳なく今も悔やんでいる。

# 墨と水の世界

いわき真墨会 会長 園部榮一 (植田町在住)

## 絵てがみ いわき だあいすき

— 3 —



### 「県立三崎公園松下海岸」

青春時代  
友人と  
よく泳いだ場所です  
夕日がすてきな所です

平子正子さん (小名浜在住)

絵手紙教室あす実会

## みなさん、<sup>こ</sup>個<sup>こ</sup>処からに、載ってみませんか？

編集室では、読者のみなさまから川柳や写真、エッセーなどを募り、ともに紙面を作っていければと考えております。みなさまの趣味や思いなどが紙面に載ることで、他の読者のみなさまが共感したり何かを始めるきっかけになったり…そんな『個処から』を目指していきたいと考えております。

1. 川柳…今回のお題は、「財布」「学ぶ」
  2. 『私の宝物』シリーズ…子どもの頃から大事にしている物、ペットや孫、子どもたち、奥さん、旦那さん、庭、作品など、みなさんの宝物を、その画像と説明文(100字程度)を添えて、ぜひご紹介ください。
  3. エッセー…日頃、何気なく感じたことや、ぜひ伝えたいことなど。
- ・掲載の可否は当編集室にて判断します。
  - ・頂いた情報は当フリーペーパー『個処から』でのみ使用します。
  - ・ペンネームを希望する人は、ペンネームも添えてください。
  - ・場合によっては、当編集室より取材のご連絡をさせていただくこともあります。
  - ☆寄稿は、郵送かメール、持参で受け付けております。ぜひ、お寄せください。

お問い合わせは、  
個処から編集室まで。  
☎0246(23)1666  
E-MAIL [adv@iwaki-minpo.co.jp](mailto:adv@iwaki-minpo.co.jp)  
〒970-8026 いわき市平字田町 63-7  
いわき民報社「個処から」編集室

### 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/>

おしゃれな洋服たちと  
やさしいうづわが  
待ってます。

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)

- ★2Wオアシス かわきにつよいUVカット
- ★バイオトゥルーワンデイ 夕方までうるおいキープ
- ★エアオプティクスEX うるおいキープ1か月タイプ
- ★アイコフレ 4色そろったサークルレンズ
- ★メニコンプレミオ 高酸素透過性レンズ

## ホルスコンタクトレンズセンター

コンタクト相談室 (永井眼科医院隣)

眼科専門医の検診をお忘れなく いわき市平字童子町2-7 TEL.0246-22-3691  
木・日曜・祝日は定休日です。 ・分割払いOK

## 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

- 施設入所
- 通所リハビリテーション
- ショートステイ
- 訪問リハビリテーション

等のサービスを承っております

介護老人保健施設  
**サンライフゆもと** 看・介護職員 募集中

☎0246-43-6116 FAX43-6118  
〒972-8326 いわき市常磐藤原町大畑13-1

サンライフゆもと 検索

内科・呼吸器科 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

☎0246-23-1055  
福島県いわき市平字南町12 【駐車場完備】



(順不同)

# 日本の神仏占い

2019年 3月

神様様はわたしたち人間が魂を磨いていけるよう、毎日見守ってくださっています。そして時に、人々にメッセージを伝えてきます。生まれ月ごとに、その時期に見守ってくださっている神様様からのメッセージをお届けします。

占い師ミエル 070(6629)8830  
http://www.mielstar.jp/

- 1月** 神様様【菊 理 媛 命】人にとって大切なものは、や環境により違うものです。ですから、頭ごなしに相手を否定するのはいけません。お互いの話に耳を傾け合うのです。◇幸運の鍵…時代小説
- 2月** 神様様【倭 建 命】何物にも負けないという気。例えば、病氣も同じです。自分の身体に備わっている自然治癒力を信じましょう。すると、免疫力が上がるのです。◇幸運の鍵…おしゃれな帽子
- 3月** 神様様【罔 象 女神】すべての事象はつながって、人にも自己責任を求めると、人の心は壊れていきます。お互いさま、お陰さまと助け合うことが永い幸せを招くのです。◇幸運の鍵…愛ある言葉
- 4月** 神様様【少 彦 命】人は十分にリフレッシュするものです。もしも誰かにイライラするならばあなた自身が疲れている。まずは自分の心と体をじっくりケアしてください。◇幸運の鍵…温かいスープ
- 5月** 神様様【天照 大御神】普段から高い視野を持ち、な意識で世界を見るのです。すると、人の念やうわさ話などは小さな事に感じられ、すがすがしい意識で過ごせるようになるのです。◇幸運の鍵…展望台
- 6月** 神様様【神 武 天皇】あなたが守り受け継いできにも伝えてください。若い人たちと共にとときおり歴史を振り返り、先祖や家族に話してください。日本の魂を伝えるのです。◇幸運の鍵…日本酒
- 7月** 神様様【木花 咲 耶 姫】服装や髪型は魂の大切な表宿るのその身体。身体につけるものなので、あなたがどんな魂なのか表現するものなのです。上質な品を身につけましょう。◇幸運の鍵…ワンピースやスーツ
- 8月** 神様様【家 宅 六 神】春分の日が来る前に家の中を整理しましょう。不要なもので溢れていると、幸運が入り込む余地がないのです。すっきりとすがすがしい空間に幸運はスッと舞い込んでくるのです。◇幸運の鍵…ゴミの日カレンダー
- 9月** 神様様【天 宇 受 売 命】自分を否定すると病気になる。重要な存在だと細胞に伝えていくのです。自分には不要にして、素直に自分を生きていると元気になるのです。◇幸運の鍵…ミュージカル映画
- 10月** 神様様【七 福 神】家族には心配するより信頼なの？と声をかけると人は不安になります。「大丈夫大丈夫よ」と声をかけると人は安心して前に進めるのです。◇幸運の鍵…暖かいマフラー
- 11月** 神様様【猿 田 彦 命】何事も難しく考えれば難しくなるもの。人生とは全て人の考え次第。幸せな人生を送りたければ、物事は良い方に考えて動いていけばいいのです。◇幸運の鍵…手作りのお絵葉書
- 12月** 神様様【金 毘 羅 大 権 現】神社ではただお参りだけに耳をこらすようにゆっくりと周囲を感じて過ごしてください。すると、あなたの心に神々のメッセージが響いてくるでしょう。◇幸運の鍵…天然素材の下着

## クイズ&プレゼント いわき民報社提供 3人に「図書カードNEXT(1000円)」

お楽しみください。そして、正解者の中から3人に、いわき民報社から「全国共通図書カードNEXT(1000円)」を1枚プレゼントします。書店で本や雑誌が購入できる図書カードNEXTは、全国の取り扱い書店で使用できます。ぜひ、ご応募ください。引き渡し場所は、いわき民報本社(いわき市平字田町、☎0246(23)1666)となります。詳細は、引換券となる当選はがきに記載します。

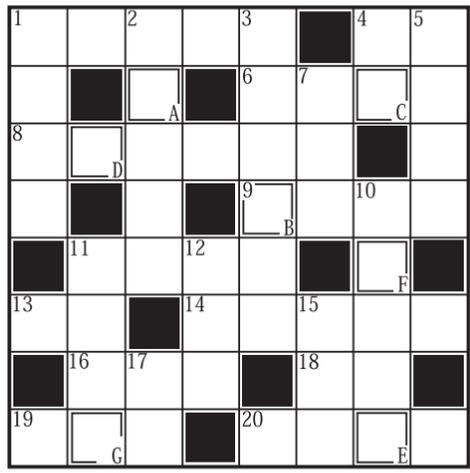
希望者ははがきに、①クイズの答え②趣味や料理、運動など「継続は力なり」を身を持って実感したこと、その成果も③郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、3月7日(必着)まで、編集室(下記参照)へ送ってください。

### 2月号の 当選者

- 鈴木ひとみさん(平)
- 佐久間美雪さん(郷ヶ丘)
- 星都さん(内郷)
- 遠藤紘子さん(小名浜)
- 荻原武男さん(錦)



プレゼントは「図書カードNEXT(1000円)」



### 答え

- A
- B
- C
- D
- E
- F
- G

今月のクイズはクロスワードパズルです。マス目を文字で埋めて、クロス在完成させたら、A-Gをつなげて答えを出してください。【ヒント・貝原益軒による健康指南書】

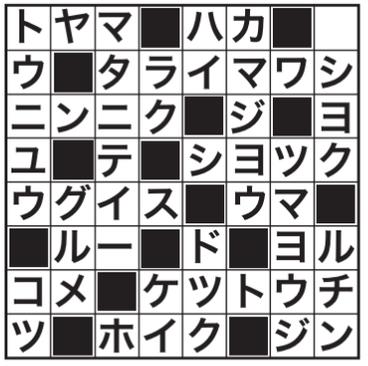
●タテのカギ

- 1 朝食のお供として
- 2 ことわざ。くは口に苦し。
- 3 脳内にある自律神経の中枢部分。
- 4 くを張る、く汚い、くが悪い。
- 5 次の日まで持ち越すこと。く金は持たぬ。
- 7 く化合物は炭素を含む物質のこと。
- 10 公書規定の一つ。不快感を催すようなにおい。
- 11 三日はしかともいわれる感染症です。
- 12 く御免は仕事から解放されること。
- 15 喜怒哀楽。「喜」はよるこび、「怒」は？
- 17 天にくする、眉く。

●ヨコのカギ

- 1 別名はユウグレナ。栄養素が豊富な微生物。
- 4 ミカンの産地として知られる愛媛の旧国名は？
- 6 病人の治療に当たる医師の中で中心人物のこと。
- 8 栄養を吸収する消化器官。長さは約6メートル。
- 9 く立った気持ちは不安を感じて逃げ腰になること。
- 11 もつ鍋やめんたいこでおなじみの県です。
- 13 女性一人だけのことを何一点という？
- 14 治療が下手な医師の俗称です。
- 16 一人暮らしや留学先などで起こるホーム
- 18 く。水を多く入れて米をやらかく炊いた食べ物。
- 19 助産師の旧称。
- 20 胃のレントゲン検査の時に飲む液体です。

### 前回の答え



### 答え

- コンニャク

### <3月のいわき市内街頭献血予定>

- 3日 10:00~11:30 13:00~16:30 アクアマリンパーク
- 10日 9:30~11:30 13:00~16:00 マルト高坂店
- 17日 9:30~16:30 イオンいわき店
- 20日 9:00~16:30 勿来市民会館
- 25日 11:00~12:30 高久公民館 14:00~16:30 マルト草野店
- 31日 10:00~11:30 13:00~16:30 鹿島ショッピングセンター

※いわき血液センターの献血受付【400ミリリットル献血基準】男性17~69歳、女性18~69歳とともに体重50kg以上 毎週火、木、土曜日(祝祭日含む) 時間は9:00~11:30、12:45~16:30(全血献血は17:00まで)



問い合わせ 福島県赤十字血液センターいわき出張所 0246(29)5624

## フリーペーパー 個人から

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

## いわき民報社

編集/個人から編集室

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 個人から編集室

© いわき民報社 2019