

9千世帯に毎月、無料配布しています！

創刊6周年 記念号

丘の上百景

緑が丘・黒石野地区などから見える印象深い景色をお届けします。



岩脇町方面から(11/1)。毎年、紅葉が豪華！

# 緑が丘しんぶん 丘

高松にも配布されています。

2021年11月20日発行（毎月1回発行） 第72号

発行：NPO 法人いわて地域活性化フォーラム「緑が丘しんぶん 丘」編集室 滝沢市菓子 208-31 メール iwate\_forum2015@gmail.com  
緑が丘、黒石野、東緑が丘、岩脇町、上田堤、高松等への全戸配布型フリー（無料）ペーパー。約9千部発行。TEL/FAX019-641-9678

連絡がごさいます時は、メール又はFAXをお願いします！ 電話対応は難しいです。

ウオークマンを手に握って、晴れた日に黒い山頂に上った。真黒い大岩が見えた。窓を開けると、銀盤から誰かが手を振っていた。鳥になった少年の歌が、あつたつと、まだ目を閉じて、まだ黒い岩と光る銀盤。作り話の世界のようなまぶたの裏。



まつざわ たくお 社長・松沢 卓生 さん

（プロフィール）  
県庁職員として二戸に異動したのがキッカケで漆に出会い、漆の価値を伝えることをライフワークとして選ぶ。2009年に会社を設立。小さなチューブ入り漆を販売、漆塗りの車のハンドルなどの独創的な漆商品を次々と生み出し、2011年、2013年、2016年、2020年とグッドデザイン賞を受賞し注目を集めています。  
スイスの高級文具メーカーの限定モデル万年筆にも採用されました。文房具、時計、アクセサリなど、これまであまり使っていなかった分野で漆を使っていきたいです。

漆器は高価で敷居が高いと思われがちです。漆はカブレます。ところが、漆は天然素材としては抜群の耐久性と美しさを併せ持つ素晴らしい素材です。国産漆の七割は岩手県内で生産されていますが、職人の高齢化が問題となっています。



ウルシ採取のための新しい機器の研究開発。近々に実用化されます。

漆を普及するために独立起業しました。山の恵み、永続可能な資源としての漆の奥深さに触れて漆に魅了されました。まさに、漆にカブレました（笑）。  
家族の了解も得られて、漆製品のプロデュース、それと漆産業の存続と発展を目標にして会社を立ち上げました。  
新しい技術で漆を採取。  
漆を普及させるためには、多くの地域で漆を採取できるようにすることが大切です。今、漆の生産量を増やすための研究開発を進めています。  
従来とは違う、新しい技術での採取方法を模索しています。新しい方法なら五年から七年くらいで漆が採れると見込んでいます。そうなれば、漆製品は今より身近なものになる可能性が高くなります。

漆の現代的な価値に着目して。漆を安定的に量産できるようにするには、まだまだ時間がかかりますが、県内外のあちこちで新しい「漆の木」を作ろうという取り組みも広がってきています。漆は「ジャパン（JAPAN）」と呼ばれてヨーロッパの人々にとって日本を象徴する魅力的な素材でした。触ったときのしっとりとした質感、手に馴染む感じ、漆ならではの魅力に触れられ、感じられる環境をつくりたいです。

## 素敵な店が、こんなところに。 丘の上のシヨップ 第72回

ウルシの新しい採取方法・・・研究開発が進んでいます！

（株）浄法寺漆産業 さん 北飯岡二丁目

### 漆の基礎知識

#### 漆掻き職人の道具

漆の樹の皮をはぐ「カマ」  
樹液を掻き取る「ヘラ」  
樹に傷をつける刃がついている「漆カンナ」



現在、国内に流通している漆のほとんどは中国産。漆は、樹から採取する「漆掻き職人」、器を作る「木地師（きじし）」、漆を塗る「塗師（ぬし）」など職人の皆さんが支えています。職人さんの間に入って普及の役割を担いたいと思いつきました。  
従来の漆掻きでは、6月から10月にかけて、職人が木に傷をつけて、丁寧に漆を集めていく。漆の木は、植栽してから漆を採取できるようになるまでに約15年かかる。しかも、1本の漆の木から採れる漆の量は約200g。お椀が10個つくれる程度の量です。コップ1杯分だけを採取したら切り倒して終わりです。また10年ほどかけて新しい木を育てます。

詳しくは、サイトをご覧ください。  
<http://www.japanjoboji.com/>

木製消毒液スタンド。これは漆製ではアリマセンが、累計100台を突破しています。

### 漆の新しい商品化

トヨタ自動車「アクア」。  
フロントスポイラー、  
サイドスカート、  
リアスポイラー部分に  
漆を使用。



漆染めの抗菌マスク

### （株）浄法寺漆産業

<http://www.japanjoboji.com/>

盛岡市北飯岡二丁目4-23

ヘルステックイノベーションハブ 内

E-mail [info@japanjoboji.com](mailto:info@japanjoboji.com)



## わたなべ 内科 クリニック 脳神経内科

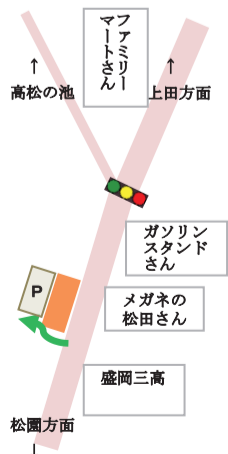
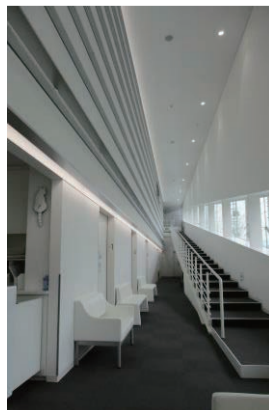
高精度1.5テスラ最新MRI機器、リハビリ施設完備

- 頭痛
- めまい
- しびれ
- 認知症・物忘れ
- パーキンソン病
- 脳血管障害



院長：渡邊 活見（わたなべ かつみ） 日本神経学会 専門医

診療科目：  
脳神経内科、内科  
リハビリテーション科、  
脳神経外科、整形外科  
診療時間：  
・午前9:00～12:30  
・午後2:00～6:00  
休診日：  
・木曜日午後  
・土曜日午後  
・日曜日/祝祭日



〒020-0114 盛岡市高松3丁目9-8  
TEL. 019-605-1117 FAX. 019-605-1118  
<http://clinic-watanabe.com>



連載

# 日日是恋日

「日日是好日 (にちにちこれこうじつ)」とは、「毎日が素晴らしい」という意味です。私たちは今この時を大切に生きています。あるときは庭の花を愛で、あるときはホントに誰かに恋をして。「日日是好日」になぞらえて、思い出の日々を高前田博子さんが綴ってくれます。(編集室)

高前田 博子さんの「思い出エッセー」

第8話 宴



(C) N.H

高前田博子さん  
『岩手日報随筆賞』最優秀賞を受賞されました。筆石町在住。



「水割りにもつと氷を入れて。カラオケかけてね。このおしんこ、塩の気ない。醤油・・・」

次から次と注文の多い客だ。この人が「飛鳥」のママか。男を引き付けるつややかな髪が揺れる。濃い目のアイラインが、パンダか子狸を思わせる。

四十を少し出た位で、若くも美しくもない。スパコンールの付いた黒いドレスが、場末の酒場のママにしては洒落ている。まっ赤な口紅が黒のドレスに映える。彼女は自分の店が眺めると、よく飲みに来て呉れた。

いつも金離れのいい年配の客と一緒だ。帰りしなに「おあいそ」と張りのある声で、客から預かった罎革の財布から札びらを切る姿はカッコいい。

相変わらずのせつかな注文も、度重なるうちに気にならなくなった。

一ヶ月ほどして「飛鳥」の常連客の杉村が来た。客は回遊魚だ。あちこちの店を回って歩く。さほど、彼と親しくない私は、「飛鳥」のママの話題で何とか話を繋いだ。

「飛鳥のママ、って素敵ね。さばさばした話し方が好き。」

ママに引かれて見ている杉村は、気をよくして、「だら、行つて見るべ。ろくな食べ物も無いぞ。」

「飛鳥」のつまみはスナック菓子と、実家から持って来たキウウリとダイコンの古漬だけという。

「ママの話題が尽きないので長居してしまつた。」と杉村は笑う。

「俺は二十年来の付き合いだ。」

ママは若い頃、女だてらに土木作業員をしたり、八幡、篤宿の酒場を渡り歩いたりして苦労したらしい。

「あの狭い店に年増女が三人もいる。まるで動物園だ。」

その夜、私はいつもより早く暖簾を下ろし、「飛鳥」の重いドアを開いた。

「まあ、ママさんよくいらして呉れました。」

聞き慣れているが、いつもと違って丁寧な声とんできた。

今夜は私の方がお客だった。

私達に遠慮して若い男が席を立った。

「お金無いんですよ。今日はいいから。またね。」

ママは男を見送った。

会話の邪魔をしない音量のBGMだ。控え目の照明に気が落ち着く。名画の複製なども掛かっておらず、シンプルな壁だった。

「杉村さん、今日はまた、何かいい香りね。」

ママは客のヘアトリックの匂いから、靴の先の尖り具合までぬかりなく褒(ほ)める。

「高梨、よく知っているな。飯野先生はボクを褒めた。」

「今ここで父が言っているんです。答えられない。」

「・・・木簡は、役所の公文書でもあった。今日の授業では、『郡評(ぐんびょう) 論争』を取り上げる。これは、大学の入試問題に出ることもある。飯野先生は、話を本題に進められた。先生の話によると、地方行政の単位とされた『郡(こおり)』は、『日本書紀』には、六四五年の大化改新で制定されたと記載されている。だが、当時、実際には、『郡(こおり)』より洗練されていない『評(こおり)』という制度だけだったのではないか。そういう論争が研究者の中であつた。そして、現代になって、藤原宮跡から、ある木簡が発見されたのだという。」

「その木簡は」飯野先生が腕を組んだ。「・・・一九六七年に、藤原京の遺跡から出土した」そう言う先生は、黒板に文字を書いた。

『己亥年十月上球国阿波(評) 松里』先生は「評」の字に括弧を付けた。「己亥年」というのは六九九年のことだ。そして、「評」という文字がある。先生は黒板を指し示した。「だから、大宝令が施行される直前の六九九年までは、『郡』ではなく、『評』の制度が残されていた。そう判明したんだ。」先生は、一呼吸を置いた。「『日本書紀』に書かれてあるような『郡(こおり)』制度がすでに存在したということは脚色だと断定された。」つまり、飯野先生が言うには、『日本書紀』には六四五年の大化改新の詔(みことり)に「郡」制度の採用がうたわれているが、実際は、『郡』制度は七〇一年の大宝律令の制定以後に採用されたことが明らかとなった。『評』制度しか成立していなかったのに、さらに洗練された『郡』制度が成立していたと『日本書紀』が虚偽の表現をしたのは、なぜか?・・・これは父の声だ。ボクの耳奥から聴こえた。ボクは、少しだけ考えてから思った。

『日本書紀』は何かを焦っていたのだ。

つまり、後になって整う統治体制がすでに成立していたと、なぜか『日本書紀』は虚偽の脚色をしたのだ。

宴の席では、喧嘩の元となる政治の話を取えず。大丈夫かなと思うほどの政治批判もある。かと思えば、客に合わせて巨人ファンになったり、阪神ファンになったりして話を盛り上げる。

今すぐにも抱かれてもいいような素振りだ。ママは客にしなだれ掛かり、期待を持たせると解りつつも客は遣り取りを楽しむ。

最後のうま味(か)す。一杯食わされた日。夕近くだった。

「ママさん、マフラー忘れたわよ。」

「飛鳥」のママから電話があつた。すぐ使う物ではないが、ママの昼の生活をちよつとぞきたくて、急いで取りに行つた。

薄暗いカウンターの隅には、フオーカス、週刊現代、ベストセラーの本が高く積まれていた。ママの話題の源を見た気がした。

時折、昼に遊びに行き、本を借りて親しさを増していった。

またたく間に一年が過ぎた。

ある日、夜も更けてママも皆帰った。いつになく深酒したママを気遣って、私は帰りそびれていた。宴の後の飲み残しのグラス、山盛りの灰皿の間からママの酔った声が出た。

「もう少し付き合せて。淋しいよ。」

三年後、ママは体調を崩し、「飛鳥」は店仕舞いとなった。

ほどなく、ピザ、パスタの店、若い女の子がカウンターの中間にいるモダンな店が次々と開店した。

こぎれいで、おいしい物を出す店は随分と増えた。だが、心に染みて、話の解るママのいる店は、だんだん少なくなつてきた。

ファミリーマート 西松園店  
盛岡市西松園1丁目1-15

松園方面  
松園バス・ターミナル  
四十四田ダム方面  
緑が丘方面

ご自分のお店のこと、この新聞で紹介してみませんか？

「緑が丘しんぶん」に広告を出すと、売上げが伸びる、そんな実例が生まれています。

あ!!  
まだ、読んでいただいていますね。ありがとうございます。  
別ページの広告欄へ続きます。

# が丘ボーイ

読み切り連作小説

いこあに 伊古兄 ロタ

更なる次作「が丘レディ」(全107話)が現在、水曜日「盛岡タイムス」紙で連載されています。

「緑が丘学園高校」の高梨真人を主人公にした青春ミステリー小説。全48話です。

第22話 木簡が告げる焦り

ボクの耳奥から、「リスベクトのリス」と言う声が聴こえたが、ちよつと前に、ボクは気が付いていた。ときどき、ボクの耳奥から聴こえて来たつぶやきのようなもの、その声に聞き覚えがあつた。聞き覚え?という事は、ボクの記憶が戻って来ている証拠だろうか。「リスベクトのリス」という声が出たとき、とうとうボクは腹を立てた。

「死んだんじやなかったのか? 親父!」ボクは、声に出して抗議した。「息子よ、やつと気が付いてくれたか?」声の主が反応した。奇妙なことだが、ボクは、こうして耳の中にある親父と対話している。

「リスベクトのリスって、何?」ボクは、耳奥の父に訊いた。

「リスだって、リスベクトするということさ。」耳奥からの父の声だ。ボクの声が、教室にいる美紀ちゃんにまで聞こえたようだ。

「ん?・・・リスも、敬意を表す。何?」怪訝な顔で美紀ちゃんは言った。まさか、ボクが父と会話しているとは、夢にも思っていないだろう。それを聞いて友彦も、怪訝な顔色だ。友彦は、「お前、大丈夫か?」と小声で訊いて来た。でもボクは、うなづく他なかつた。まさか、耳の中の父と会話しているとは言えなかつたのだ。そのとき、チャイムが鳴り響いた。昼休みが終わる知らせだ。午後の授業が始まっても、父はボクの耳奥でブツブツと何か言っていた。ボクは、見て見ぬふり、いや、聴いて聴かぬふりをするしかなかった。何せ、午後イチの授業は、うるさ型の、例の教師だつたらからだ。

「今日は、モツカンの話をする。」

日本史の飯野先生の授業が始まった。先生は『木簡』と板書してから生徒に尋ねた。「これまで、どんな木簡が出土したか、知っている人は?」すると、ボクの手が自然に挙がつた。耳奥で親父が囁いていた。ボクは、その言葉をオウム返しで言った。いや、言わされて・・・。

「役人の勤務記録を書いた木簡があります。役人が何日働いたか、名前や年齢が書かれた木簡。他にも、役所が住民を呼び出している木簡も出ました。」ボクは自分で言っているが、そうかと内心で思っている。

「高梨、よく知っているな。飯野先生はボクを褒めた。」

「今ここで父が言っているんです。答えられない。」

「・・・木簡は、役所の公文書でもあった。今日の授業では、『郡評(ぐんびょう) 論争』を取り上げる。これは、大学の入試問題に出ることもある。飯野先生は、話を本題に進められた。先生の話によると、地方行政の単位とされた『郡(こおり)』は、『日本書紀』には、六四五年の大化改新で制定されたと記載されている。だが、当時、実際には、『郡(こおり)』より洗練されていない『評(こおり)』という制度だけだったのではないか。そういう論争が研究者の中であつた。そして、現代になって、藤原宮跡から、ある木簡が発見されたのだという。」

「その木簡は」飯野先生が腕を組んだ。「・・・一九六七年に、藤原京の遺跡から出土した」そう言う先生は、黒板に文字を書いた。

『己亥年十月上球国阿波(評) 松里』先生は「評」の字に括弧を付けた。「己亥年」というのは六九九年のことだ。そして、「評」という文字がある。先生は黒板を指し示した。「だから、大宝令が施行される直前の六九九年までは、『郡』ではなく、『評』の制度が残されていた。そう判明したんだ。」先生は、一呼吸を置いた。「『日本書紀』に書かれてあるような『郡(こおり)』制度がすでに存在したということは脚色だと断定された。」つまり、飯野先生が言うには、『日本書紀』には六四五年の大化改新の詔(みことり)に「郡」制度の採用がうたわれているが、実際は、『郡』制度は七〇一年の大宝律令の制定以後に採用されたことが明らかとなった。『評』制度しか成立していなかったのに、さらに洗練された『郡』制度が成立していたと『日本書紀』が虚偽の表現をしたのは、なぜか?・・・これは父の声だ。ボクの耳奥から聴こえた。ボクは、少しだけ考えてから思った。

『日本書紀』は何かを焦っていたのだ。

つまり、後になって整う統治体制がすでに成立していたと、なぜか『日本書紀』は虚偽の脚色をしたのだ。

耳あな型を諦めていた方に朗報!!  
耳あな補聴器の新しい提案

商品特徴は5つ、

- 1 補聴器には思えない。
- 2 耳に差し込むだけと簡単。
- 3 圧迫感が少ない快適。
- 4 充電式で楽ちん。
- 5 調整可能、今後も安心。

ご予約からお願いします→ 661-3381

公財)テクノイド協会が認定する補聴器専門店  
購入。その前に、結果を知りたい!! なら補聴器1番館  
緑が丘三丁目10-7(ASTY/アックスカトクさま向い) 店舗前駐車場完備  
当店はパナソニック社:次亜塩素酸/空間除菌脱臭機ジアイーノを使用し対策しています。

緑が丘でダンス教室を開いている「いわもちダンス・スタジオ」さんのミニ・コラムです。ダンスにまつわる楽しいお話を掲載します。



### 社交ダンスの話 (37)

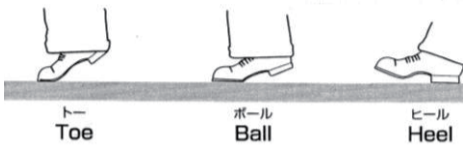
#### 足の裏の話、もう一つ

ダンスを踊る時「フットワーク」が大切です。フットワークとは「フロアに接触する足の裏の置き方と使い方」のこと。ダンスでは「つま先 から着くか、かかと から着くか」決まっています。例えば、ワルツはスイングダンスと言われ、時計の振り子やブランコのように揺れ動くように踊るため、足裏の「フットワーク」が重要になります。

ワルツは3拍子なので「1、2、3」の1小節で1スイングします。少し専門的に書くと、下記のようにになります。

ステップ	足の位置	ライズ&フォール
男子		
1	右足 前進	1の終わりでライズを始める
2	左足 横少前へ	2と3 ライズ継続
3	右足 左足にクローズ	3の終わりでロー

1. かかと から つま先へ
2. つま先 継続
3. つま先 から降りる



こうして、足の裏をもれなく使います。足裏を使うことで足の関節（足首、ヒザ、股関節）が動かさず、ふくらはぎに刺激がいきます。

ワルツのフットワーク体験してみませんか？  
無料体験、やってまーす。

連載

### 第19話 アンニュイ 女性店長のコンビニ日誌



阿部江津子さん

十月某日、曇り。雪が降る前に、まずはコマースヤルです。クリスマスが恋しくなる今の季節のおススメです。美味しいクリスマスケーキとクリスマスチキン、今年は、ウチのファミマでいかがですか？ウチの店のご予約をお待ちしてまーす。さてさて、最近も、たくさんお客さんから声を掛けてもらっています。うれしー限りです。先日もお客さんがこう言うのです。「妖精と思いきお客さんに指先でツンツンした話題が面白くて。」でもワタクシは、妖精とか何か「見える」体質ではありませぬ。至って、ごくフツーなんです。別のお客さんが「エッセーが面白い、そう家内が言っています」とおっしゃってくださるウレシイです。

実情を申し上げますと、このエッセーはインタビュースタイルで起こされてワタクシが校正したものでして、ワタクシは正確な意味では「執筆」していません。編集室さんの脚色の筆によるところが大きいと思われまふ。自分でも文才があるとは思えませぬので、そのところ、ご理解ください。

そうは言っても、このエッセーの思いはワタクシのものから「文責」はワタクシにあります。なので気をつけて校正しているつもりです。

先月も、編集室さんからの第一次原稿がこんなでした。「今年も、ウチのファミマの、美味しいクリスマスケーキとクリスマスチキンを、あの方と一緒に食べてみてはいかがですか？そして、そして、告る(告白すること)にはウツテツケの夜にして下さいね、ハイ(笑)。」

これは完全に編集室さんの「暴走」でして、ワタクシは「告る」などとは申しません(笑)。穏当に「家族やお友だちと楽しく過ごしましょう。」と直してもらいました。

さてさて、最近、別のお客さんに「店長さん、少しガオついているみたい。アンニュイな感じ。」と言われました。アンニュイとはフランス語で「気だるい感じ」という意味です。お客さんはその時、ワタクシの姿を見て、「元気がないみたい」と思っただけです。しかし、体が丈夫なのはワタクシの取り柄でして、風邪なんか引いたことがありません。心配いただいたようです。スイマセンね。さて、今日も仕事だあ。

佐々木先生のひとくちコラム

### 東洋医学の話

## 体のパワースポット



第35話 夜食はやめよう

さ さ き まさひと 佐々木 正人 先生

鍼灸師 鍼灸ささき・院長。高松で鍼灸治療院を開いています。趣味はトライアスロンです。

ずっと飢餓状態にあった人類 夕食後から就寝までの間に何かおいしいものを食べる習慣がある方も多いと思います。甘いものやせんべいなど糖質(炭水化物)のものであれば、当然血糖値が上昇し、それを抑えるため膵臓からインスリンが分泌されます。

インスリンは血糖値を下げるほかに、脂肪を増やして肥満を招きます。

人類は地球上に出現してからずっと飢餓の状態でした。

飽食できるようになったのはつい半世紀ほど前からです。でもインスリンの機能は変わらず、糖質が体内に入ってくればせつせと脂肪に変えて体内に溜め込んで飢餓に備えます。

夜食の後に運動でもすればいいのですが、そんな人はまずいないでしょう。

その結果おいしい夜食はそのままお腹回りの脂肪となってしまう。

肥満・老化を招かないために 夕食から朝食までの間の12時間は絶食して血糖値を上げず、そして消化器をいたわりましょう。

もつとも夜間でも消化器は一生懸命働いています。夜食などで余計な働きをさせないことは大切です。

東洋医学においても夜食(時ならぬ飲食)をしないように戒めています。

また、インスリンは肥満のほかに老化も招きます。

肥満と老化を避ける第一歩として、夜食の習慣があったらやめたほうが賢明でしょう。

## 家族日記

ほんわか...

第72回

### 枝豆

この夏もたくさん枝豆食べました。と言うか毎日、冷凍枝豆食べてます(笑)。ところで、枝豆、私は、なぜか「縦に」食べてしまう癖が...。枝豆、「縦に」食べてもいいじゃないか」と思うのですが、先日、息子が「お母さん、そもそも間違ってるよ！枝豆って、押し出すと口に飛んでくるんだよ」 『え、そうなの？知らなかったよ』

それからは、意識して枝豆を、手で押し出して口へ飛ばす練習をしています(笑)。

### ナンバープレート

パイパスで信号待ちしていたら、前に止まっている車、2台横並びで、同じナンバー 80-008

これってすごい確率じゃない？

と助手席の母と話して盛り上がって走っていました。そして数時間後、前に走っている車のナンバー 80-008

1日に同じナンバー3台っす！

すごくないですかー とにかく、びっくりした出来事でした！

大切な人との最期のお別れ... 尊厳ある形でお手伝いします。

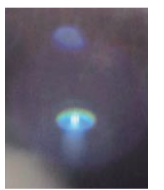


北山浄光会館



フリーダイヤル 0120-09-2343

電話 019-613-2866



(株) 駒木葬祭

### リニューアル!

ドラッグ・コーナーを一新しました。  
「毎日の暮らしに、さらに役に立つ」  
そんな、お店を目指しました。

### 夢のような購買スタイル

「お買い物バス」で店舗に来て、買い物をします。サービスカウンターで「荷物をここまで配達して」と言います。また手ぶらで無料バスで、お家に帰ります。少しすると、店舗から荷物が配達されます...

### 「配達サービス」(無料) !

<配達地域> ベルフまつぞの店を中心に「半径2km以内」。  
緑が丘地域も配達圏内です。  
<配達時間> 9時~17時までの受付分は、当日配達。  
17時以降の受付分は、翌日配達です。

### 「お買い物バス」

新時刻表で 運行しています。

箱清水・高松方面行きなどの路線もあります。詳しい路線・時刻表は、店内にあるチラシをご覧ください。また、ネットから下記を見て下さい。

<https://www.iwate.coop/shop/bus/>



### ベルフまつぞの

松園3-18-20 電話 662-5152  
営業時間 午前9時~午後10時



認定補聴器専門店を営んでいる田中敦さんのコラム。リニューアルしました。田中さんのお父様も補聴器を使用中だそうです。「まず不安の解決、そして次に、喜んでほしい」という気持ちを大切にしている田中さんの本音コラム。そのアップデート版です。(編集室)

連載

(アップデート版)

第21話 (番外編) 脳はより多くの音情報を求めている? オーティコン社

補聴器で取り戻す! 笑顔あふれる日常生活



たなか あつし 田中 敦 さん

田中さんのお仕事は、お1人お1人が抱える悩み事・困り事の解決に向けた考え方の提供をととても大切にしています。

聞こえは心と体のビタミン剤、お早うございます。納品時にはすでに気に入って使いなせる状態を作っていく補聴器1番館の田中敦です。耳・聞こえの問題は人と人との間に見えない垣根を作る、といった様な内容の話しをあのマイグレートセラはしたそうです。耳と聞こえの問題、この機会に家族内で一度「話し合う機会」を持つてみませんか。



従来型の補聴器の動作のイメージとしては、写真の様な正面の人の声・顔を向けた人の声を優先となるよう制御。

そこで、オーティコン社は、より本来の脳の働きに注目した様です。写真の様なごく当たり前の姿に補聴器が働くようなコンセプトを採用し市場に提案しました。後は残された脳の働きにまかせて。

聞こえ辛い事で何かと損してない? 早速ですが今月のテーマに沿ったお話。周りで何と話しているのか? 周りで何が起きているのか? もっと聞けたらどんなに嬉しいのか! と思ったことはありませんか?

難聴によって耳と脳の間の正常な関係が乱されると、①脳へ届けられる音の情報量が少なくなり、②音情報が欠けることで脳は音をとらえる事が難しくなります。③相手の言葉を推測する為により集中を求められます。④必要以上の努力が強いられることで会話を覚えづらく、⑤会話の後により疲れを感じます。⑥社会的活動から距離を置きがちになる。(オーティコン社資料より参照)

この事は気持ち・感情にも大きく影響を及ぼしてくるようで、ご本人が気付いていないケースでは周りや家族のサポートも必要になっていくでしょう。読者の皆さんのご家庭ご家族はどうでしょうか。



この秋、音楽好きにはたまらない機能として「オーティコンマイミュージック」というプログラム(音設定)が出ました。補聴器ユーザーにとっては、かつてのように音楽を楽しむことが難ずかしい方も少なくありません

この会社の考え方・特長とは、会話からより多くの情報を得るため周囲360度の音を積極的に取り込むというようなコンセプトの元、補聴器を提案しています。(簡単に説明すれば、他社は指向性と言う機能を使い音・人の声を優先する・絞り込む設計を採用。余計な音の類は入れない・抑えるという考え方の動作を採用しています)

但し、色々な音も耳から入ってくるため自分には「うるさい」と評価される方もおられます(慣れる為に時間的な期間を要する事を前提とします)。当店ではご自宅や職場に持ち帰り実際にオーティコン社の調整された補聴器を評価していただく環境を整えています。ご希望される方はご予約の上お申し付けください。

※ きこえが気になったら、まずは耳鼻咽喉科での診察をお勧めしています。今月も有難うございました。

カリスマ美容師のエッセー



髪と頭皮と私

知ったら優しくしちゃう、髪のこと

第56話 マスクがチャンス

コロナ、コロナでマスク生活。大変ですよ。しかし、せつかくなので、マスク生活をチャンスにしてチャレンジはいかがでしょうか? 我々が言うのも少しおかしいのですが、顔が隠れている分、思い切った髪型にチャレンジしやすいのかなと思っています。少々、短くてもマスクをしてい

みるのか、いつもより前髪を短くしてみるとか、パーマをかけてみる。いつもならちよつと戸惑ってしまうことも、マスク生活のうちにやってみるのも一つの手かと思えます。気分転換になるし、何より経験になるので、きつとこれからも活かされると思いますよ。美容師さんとよく相談してくださいね(笑)。



なかだて やすお 中館 弥寿夫 さん

2010年HIKARICUPグランプリ・ジャーナル賞、2012年ミルボン・デザイナーズアビリティ最高賞、2018年ジャパンヘアドレッシング・アワード北海道・東北エリア・ノミネートなど多数受賞。

中館さんがおっしゃいました。「だれもが『自分の髪で生きていく』と決めていますよね。でも、意外と知らないんですよ、自分の髪と頭皮のこと」(編集室)



019-663-6337

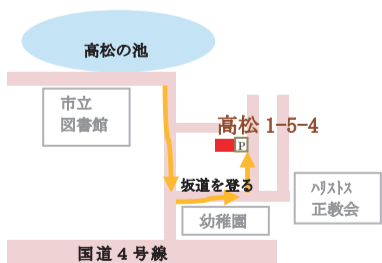


診察日時は電話でご相談ください。

鍼灸治療 佐々木正人

はり灸 ささき

往診できます。不定休です。休日・夜間については、ご相談ください。



髪が、心地よく風になびく……自分らしいことに気づく瞬間です。

詳しくはホームページをどうぞ

営業時間 火~土 10:00~20:00 日・祝 10:00~18:00

定休日は月曜。不定休あります。

メール y.nakadate@outlook.jp LINE@ @i s a 7399



風とa oの美容室



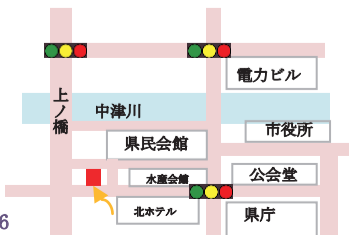
緑が丘ヒルズ入口。 tel 019-681-4302

YESパソコン学院 アスティ緑が丘校 TEL.019-663-1890

伊古兄 ロタ 回顧(生存)展

2021年 11月15日(月) ~11月30日(火)

喫茶 ママ 営業時間 11:00~21:00 定休日 日曜日 本町通1-8-10 電話 019-622-5576



伊古兄ロタ (ikoani rottah) プロフィール

北海道生まれ。「緑が丘しんぶん 丘」で4年にわたり小説デビュー作「が丘ガール」(全48話)が連載され、次作「が丘ボーイ」(全49話)は、2019年9月より「盛岡タイムス」紙で1年間、連載されました。更なる次作「が丘レディ」(全107話)は現在、「盛岡タイムス」紙で連載されております。そんな伊古兄ロタが、過去に描いた絵画の展覧会を「回顧(生存)展」として行いたくなりました。もうこれ以上、詩も絵も小説も「やらない」ので、「回顧展」と銘打つことにしました。しかし、伊古兄はまだ生きています(笑)。それで「回顧(生存)展」となりました。ご覧ください。

# 不快なその症状、『むずむず脚症候群』かも・・・？



わたなべ かつみ  
渡邊 活見 先生  
(プロフィール)

わたなべ内科・脳神経内科クリニック  
(高松3丁目) 院長。長年にわたり、  
脳神経内科医として診療にたずさわっ  
てこられました。医大時代はバイオリ  
ンを演奏しておられたそうです。

夜眠ろうとベッドに入ったときや、新幹線や飛行機、  
あるいは映画館などでじっと座っているときなどに、脚  
に不快感がおこり、動かさずにはいられなくなる・・・。  
そんな症状を感じたら、それは「むずむず脚症候群」  
という病気かもしれません。



## 「むずむず脚症候群」とは

脚に「むずむずする」などの不快感が起こり脚を動かしたくて我慢  
できなくなる病気です。「レストレスレッグス症候群」または「下肢運  
動静止不能症候群」呼ばれることもあります。

むずむず脚症候群は、どの年代でも発症しますが、特に60～70歳代  
に多く、男性より女性に多くみられる傾向があります。

## むずむず脚症候群の原因

「むずむず脚症候群」が起こる原因は、現在のところをはっきりとは分か  
っていませんが、脳の中で神経同士の連絡役となっている「ドーパミン」とい  
う物質がうまく働かなくなることによって症状が現れるという説が有力で  
す。また、鉄不足がむずむず脚症候群の原因になるともいわれています。  
体内でドーパミンを作るのには鉄分が必要なため、鉄分が不足するとドーパ  
ミンの量が減少してしまいます。

## むずむず脚症候群の症状

「むずむず脚症候群」の症状には、次の4つの  
特徴があります。

- ① 脚の不快感と動かしたい強い欲求  
むずむず脚症候群では、「脚の中を虫が這(は)う  
ような感覚」「脚のほてり、かゆみ、痛み」  
などの症状が現れます。
- ② 夕方から夜にかけて症状が現れる  
これらの脚の不快感が現れると、脚を動かし  
たいという強い欲求が起こり、じっとしてい  
られなくなりやすくなります。
- ③ 動かないときに症状が現れる  
一般的に脚の不快感は、夕方から夜にかけて起  
こります。そのため、不眠を引き起こすこと  
があります。
- ④ 脚を動かすことで不快感が軽減・消失  
脚を動かしたり、軽くたたいたりすると、不  
快感が軽減したり、消失したりします。こ  
れは、脚の不快感よりも強い刺激を与える  
ことで、むずむず脚症候群の症状を感じにく  
くなるためと考えられています。

## 「むずむず脚症候群」が起こりやすい人

家族に発症した人がいると起こりやすいとされています。  
患者さんのおよそ半分には、遺伝的な体質が関係していると考え  
られ、特に45歳以下で発症した場合にはその傾向が強いとされ  
ています。  
そのほか、鉄欠乏性貧血やパーキンソン病、透析療法を受けて  
いる慢性腎不全の人、糖尿病がある人や、妊娠している人などで  
起こりやすい傾向があります。

## むずむず脚症候群の治療

● 症状が軽い場合  
非薬物療法(薬を使わない治療)  
症状が軽い場合は、まず日常生活の改善が  
大切です。脚の症状で眠れないからと寝酒する  
と、症状が悪化させるため、就寝前の寝酒は控  
えるようにします。

● 症状が重い場合  
薬物療法(薬を使う治療)  
症状が強く現れている場合や、日常生活の  
工夫だけでは十分な効果がない場合は、薬  
物療法を行います。

● 「鉄剤」  
鉄不足がむずむず脚症候群の原因となっ  
ている場合は、鉄剤を服用します。

● 「ドーパミン系薬剤」  
弱くなったドーパミンの伝達を補う働きがあ  
ります。飲み薬の「プラミペキソール」と、  
貼り薬の「ロチゴチン」の2種類がありま  
す。

● 「抗けいれん薬」  
神経に直接作用して、神経の興奮を抑えて  
症状をやわらげる働きがあります。  
「ガバペンチンエナカルビル」という飲み  
薬を使用します。

## 最後に

QOL(生活の質)を大きく低下させる「む  
ずむず脚症候群」ですが、医療機関を受診し  
ている患者さんは非常に少ないといわれてい  
ます。

その理由として「時期によって症状の出方  
が異なり、我慢してしまう」「症状をうまく言  
葉で説明できない」「どの病院、どの診療科に  
行けばよいか分からない」などが挙げられま  
す。

むずむず脚症候群は、正しく診断され、適  
切な治療が行われれば、多くの場合、症状が  
治まります。

しかし、むずむず脚症候群には、似た症状  
や間違われやすい病気があり、患者さん自身  
でむずむず脚症候群かどうかを判断すること  
は困難です。

もし、「むずむず脚症候群かもしれない」  
と思ったら、脳神経内科、睡眠外来などを受  
診するようにしましょう。

## 子どもたちの未来づくりを手がけ、おかげさまで60年

取扱商品：学校家具・研究施設・実験台、科学分析機器・実験機器、黒板・カリ  
保健室用品、理科室用品、家庭科・技術室用品、図工室用品など

## ※ 感染症対策用品、衛生用品をお探しの方は、どうぞご相談ください。

- ・消毒液・防護用品・除菌掃除用品・健康管理機器・使い捨てエプロン・手袋
- ・体温計・ハンドソープ・避難所に持参したい衛生セット(オジツカ)
- ・加湿器・除菌用機器・換気用サーキュレーター・暖房機器・パーティション

土日・夜間のご相談も賜ります。こちらへ⇒

- ・各種容器類(スプレー、ミストノフ、小分けツヤ)・ペーパータオル類 他



〒020-0015 岩手県盛岡市本町通1丁目5-30  
TEL.019-624-0423 FAX.019-624-0422  
URL: http://www.kagakusya.com

これが2コマです。  
2コマ 18,000円(税別)

## 広告募集



メール、ファックスでお申し込みください。  
→メール iwate\_forum2015@gmail.com  
→ FAX 019-641-9678

## 一緒に働きませんか？

## 夜勤専従 月10日程度

16:00～翌9:00 15,000円~/1回

仮眠3H 仮眠室有り

有料老人ホーム内での介護業務全般、  
日常生活のお手伝いをさせていただきます。

- ❁ 社員登用制度あり/各種保険完備/資格手当(介護福祉士)10,000円
- ❁ 勤務日数に応じて特別手当有り5,000円～
- ❁ 昇給制度あり(年1度)

お気軽にお電話ください♪

TEL 665-2855

住宅型有料老人ホーム  
コミュニティーハウスめぐみ  
松園2丁目3-27(北銀さん隣り)



新しい家電、古い家電、かしく素敵に使いたいですよね。上田にある「柿沢電器」さんのご協力により、家電の賢い使い方のコラムを掲載します。(編集室)

連載

### かしい家電術



#### 第49回 掃除機の世界に、また一つ！

**群雄割拠のジャンルで**

今から少しずつつ手掛ければ、12月の大掃除はラクラク！と、『絵に描いた餅』ならぬ『絵に描いたお掃除』計画が頭をよぎる今日この頃。

そんな時に、これがまた丁度良く、テンションが上がる、新しい掃除機が登場しました。『セパレート型コードレススティック』というものです。

家庭用掃除機のジャンルは群雄割拠。まず二大勢力として、長い歴史を誇る抜群の安定感、キヤニスタータイプと、後を追う新進気鋭の人気者、コードレススティックタイプがあります。

そこへ割って入りこみ、まさかの大躍進でビッグ3の座を狙う、ロボット掃除機。はたまた小兵ながらも、根強いハンディタイプ掃除機や布団掃除機の面々。

またこれらを複雑化するものが、集塵方式の違いで、紙パック式vsサイクロン式。



家電の賢い使い方伝授します。  
**小野田 利枝 さん**  
スタッフの皆さんと

上田で電器店を経営され、家電の体験教室も開催されています。盛岡市出身。

#### セパレート型コードレススティック掃除機



Panasonic

クリーンドックという箱型の自動ゴミ収集機は充電器も兼ねていて、このドックから、スティック本体をスッと取り出し、掃除機がけをして、終わったら戻します。

その後スティックで吸引したゴミは、なんと自動で毎回クリーンドックへと移動収集され、同時に充電もします。

役割が分かれた=セパレートした、国内初の掃除機なんですネ。

身近において、いつでもササッと使って、パッと戻せる掃除機として、「年末ラクラク」への第一歩となりそうな予感が...

#### 10月に出了ばかりの新機種

加えて様々な便利機能の搭載が満載で、1社（パナソニック）の現行品だけでも、ざっと30種類以上と盛り沢山です。

その中から、散々迷って選んだお気に入り掃除機がありながら、つい理由（大抵は、お掃除し易くなると思う！）をつけては、別の機種に走ったり、結局手近にある、ハンディワイパーや座敷ほうきも使っていたりするんですよ〜これって、私だけ？

さて、10月に出了ばかりの『セパレート型コードレススティック』は、何より立ち姿がスツキリ美しい掃除機で、リビングなどの普段目につく場所でも、置きっぱなしが絵になります。

これまでのコードレススティックタイプと大きく違うのは、吸引したゴミを貯めるダストボックスが、本体に付いていないことです。どこに貯めるかといえ、クリーンドックという、箱型の自動ゴミ収集機です。

「葆光（ほうこう）」とは、「ほのかに内に秘めた光」のこと。漆器の艶のような奥ゆかしい光です。（株）浄法寺漆産業の松沢社長さんをお願いして、漆の「葆光」をエッセーにして発信します（編集室）。

ほうこうあん

連載

### 葆光庵 便り

#### 第2話 漆染めマスク

漆の木はもとも里の木で、人里に近い所に植えられていました。江戸時代から漆は四木三草の一つとして栽培が奨励されていきましたし、貴重な収入源でした。

しかし、漆はかぶれますし、明治大正になると新しい素材が開発されたり、中国からの輸入が増えたりしてどんどん漆の需要がなくなり伐採され、植栽もされなくなりました。自然に無くなっていきます。

現在には耕作放棄地が増え、荒れ放題の田畑がどこでも見られるようになりました。使っていない田畑でも漆を植えることができます。

本来は農地には樹木は植えられませんが、肥培管理と違ってきちんと手入れをするのであれば農地でも漆を植えられる。漆の抗菌性については近時、注目されています。その一例として、漆染めマスクをご紹介します。

岩手県浄法寺産のウルシの木をチップにし、「錫」媒染で染めたマスクです。

マスク素材は日本一のタオル産地・愛媛県今治市の村上パイル製です。丁寧な製法から生まれた上質な肌触り。

裏地にはポリエステル素材を使用しており、付け心地は快適です。

（浄法寺漆産業 松沢卓生）



意訳... 知は分らないところで止まっているのが最高で、それは「葆光絶対の知恵」なのだ... 「葆光（ほうこう）」は古代中国の思想家・莊子の文章に頻りに登場します。莊子は漆園を管理する役人でした。

【3G回線って何？】さて、皆さんは3G回線終了のお話を聞いたことはありませんでしょうか？

そもそも3Gって？と思う方も少なくないかと思うので、ちよつとそこに触れておきましょう。

最近だとかひでもしきりに「来るぞ5G！」のような感じでCMも流れていました。



限定数をネットショップで販売しています。  
<https://japanjoboji.thebase.in/items/46235234>

連載

パソコンのノウハウを伝授します！

### パソコン 人に聞けない 話題

#### 第18話 3G回線終了でガラケーも終了？



えみ まさかず  
江見 真一先生

皆さんこんにちは！YESパソコン学院の江見です。とても寒い日が続いて秋の過ごしやすさが

ここでいうOGというのは、携帯電話で使われる電波で数字の部分で世代（規格）となります。

例えば3Gは第3世代型の回線で、最新が第5世代の5Gというわけです。

規格が新しくなると通信速度が飛躍的に早くなります。写真を1枚メールで送るのに数秒かかっていた物が0.5秒もかからず送ることができます！



#### 【ガラケーはそのまま使うことができるの？】

で、ここからが本題です。

この3G回線が携帯会社で徐々に終焉を迎えようとしています。それに伴い現在3G回線でのみ使えるガラケーはどうなるのでしょうか？

ハッキリとは言えませんが、使えなくなるガラケーもあればまだ使えるガラケーもあるということです。

自分の携帯や変更する予定の機種が4G回線に対応したガラケーかどうかは携帯会社のホームページで調べるかショップで聞くことができます。

各社の終了時期  
NTTドコモ...令和8年3月末 KDDI (au) ...令和4年3月末  
ソフトバンク...令和6年1月下旬



#### 【この機にスマホデビューもオススメ】

とは言うものの、良い機会なので一歩勇気を踏み出してガラケーからスマホにしてみるのも良いかもしれませんね。

私もガラケーで十分だと思い、中々変えようとしませんでした。知人の誘いで変え、今ではスマホを手放せなくなった一人です。

パソコン教室に通っている生徒さんからも、使いたいけどスマホの使い方に不安があるお話はよく相談されます。そういう方には、買って来たところから一緒に操作し活用方法や楽しみ方を伝えています。

携帯ショップでも無料のスマホ教室を開催している所もあるので、もしスマホを使ってみたいと思っている方はそういう所も活用してはいかがでしょうか？

みんなとつながる 気持ちが伝わる 踊る楽しさ 見つかる！

Shall we Dance?

3か月（12回）で4種目 踊れる！！

お得な グループレッスン 開催中！

おとなも！こどもも！！

初心者コース 火曜日 18:00～ 又は 木曜日 13:00～

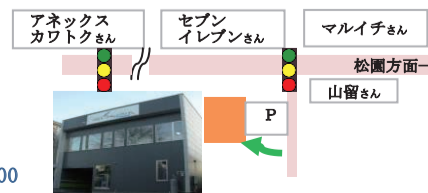
グループ料金 55分/1回×12回=¥13,200～

個人レッスン、出張レッスン等レッスン内容もいろいろ！  
グループレッスンは、初心者～上級まで  
お気軽にお問い合わせ下さい。学生割引あります。

#### いわもちダンススタジオ

TEL 019-664-0066

緑が丘3-19-13 駐車場有ります  
定休日：日曜日  
月～金 11:00～21:00 土・祝 11:00～18:00



連載

終活エッセー  
「還る前の「終活」



第4回 葬儀の準備

葬祭事業で地域貢献している駒木葬祭さんをお願いして「終活のスズメ」のエッセーを連載します。(編集室)

終活で一番気になるのが葬儀のことだと思いがちです。自分が最期を迎えた時、家族との最後の別れとなる儀式です。

葬儀社にお願いしたら家族への負担が少なく、費用の面でも精神的な部分もしっかりサポートして欲しい。自分の最後の家族へのお別れを叶えて欲しい。と思うのではないのでしょうか。

葬儀社を選ぶ時は1社だけに絞らず必ず他の葬儀社を聞いてみましょう。1社だけで決めてしまうと後に家族の方と葬儀社との間でトラブルになる事も少なくありません。

実際に見学に行ってみて話を聞いてみる。分からない事、疑問に思った事は納得するまで聞いてみる事が大事です。

個人的には、展示会やキャンペーンの時だけでなく、普段、何もない時に見学に行くのがおススメです。展示会やキャンペーンはどうしても集客、会員獲得に力を入れてしまい、雰囲気や飲み込まれてしまいます。どこの葬儀社でも事前に予約すれば相談に乗ってもらえます。そこでじっくり落ち着いて話を聞いてからでも遅くはありません。

必ず、見積もりをいただき、その見積りの中に必要なものが揃っているのか？後で追加の費用が大きくなることはないのか？追加しなければならぬものがある場合はその費用はどれ位かかるのか？会葬品や法事料理等も考慮に入れて考えておいた方がいいでしょう。

法事料理や会葬品などは、お付き合いのあるところを使えるのかの確認が必要です。そして、自分が葬儀社を決めたら必ず家族の方にも伝えておきましょう。

家族の方に伝わっていないと家族が別の葬儀社に頼んでしまうこともあります。そして、家族の方と葬儀社について自分の思いなど話し合っておくことも大切です。

よく、家族が病気で入院してから相談に来る方がいますが、それだと時間も限られて精神的にも家族の看病をしながら決めていくのは大変です。元気な時に終活として葬儀社を決めておく良いと思います。葬儀のことでの不安や悩みは多いと思います。お寺、お墓、年忌と様々あります。何回かに分けてお伝えしていきたいと思っております。(終活アドバイザー・馬場ミツ子)

今どきの教育事情について「個別指導アックス緑が丘校」の水野健太先生と吉田航先生に聞いていただきます。(編集室)

教育エッセー  
今どきの「学び」



第6回 毎日の積み重ね

今回はどちらかというと中学生・高校生向けの内容となっており、大人の方だけでなく、中学生にも一読いただければと思います。

今年度も後半に突入しました！新年度を迎えた四月からこれまでの七か月間は、思っていた以上にあっという期間だったのではないのでしょうか。

ここまでのようなことがあったか、ちょっと振り返ってみてください。計画通り順調に取り組めた人もいれば、思うように取り組めなかった人もいると思います。良かったことも、悪かったことも、ここからの後半戦しっかりとつなげていきたいと思います！

特に入試を控えた生徒の中には、入試本番が近づくと「あれもやらなきゃ、これもやらなきゃ」と気持ちばかりが先走って焦ってしまいがちで、カラ回りする生徒も出てくる時期です。

焦りのない受験生はいませんか！そういう時こそ、「今やるべきこと」を確認し、確実に一歩一歩進めていきたいと思います！

高校入試において、ましてや大学入試においては、科目数・単元数も多いため、ちょっと勉強したからといってすぐに実力テストや模試で結果が得られるものではありません。

実力テストや模試の目的は、得点・判定だけを見て一喜一憂することではなく、その結果を踏まえて次にやるべきことを確認することにあります。

しっかりと弱点を見つけて次回以降に備えること。また、良かった点は、それをさらに活かして苦手科目をカバーできるように引き上げることが心掛けて取り組みましょう。

ここまでの話ほど明らかというところ。中学生・高三生向けの内容になってしまいましたが、中学生・高三生も安心していられます。

中学生・高三生にとつてこの時期は、三年間の学校生活の振り返り地点になっていることをお忘れなく！

入学からここまでの一年半という時間をもう一度過すと、あつという間に卒業です。高校入試も大学入試もここからの積み重ねです。まずは目前に控えた定期テスト・模試に向けて、毎日コツコツ積み重ねていきたいと思います！

★クイズdeプレゼント

これ、何でしょう？

(ヒント) 窓ではありません。

「ファミマ西松園店」(西松園1丁目1-15)さんに、受け取りに行ける方のみ、ご応募ください。

抽選で、1名様に！

前号の正解は「果物ナイフ」でした。



創刊6周年記念

プレゼント品  
ぬいぐるみ

ハガキに、〒、住所、氏名、電話番号を明記の上、「クイズの答え・・・」と記載。葉書のみでの応募。締め切り、令和3年12月5日(当日消印有効)。当選品引換券の発送を持って発表にかえます。個人情報用途以外に使用いたしません。応募先 〒020-0611 滝沢市菓子208番地31 NPO法人 いわて地域活性化フォーラム「緑が丘しんぶん 丘」編集室宛て

連載 ステキな文具

見たことない文具、あるんですよ！



可愛い文具、今のトレンドです。



第8回 ミニ・ツールペン

モンテベルデのベストセラー「ワンタッチ スタイルツールペン」のミニサイズ版です。



<7機能>

- ・ボールペン
・スタイラス (スマホやタブレットを操作)
・プラスドライバー
・マイナスドライバー
・インチスケール
・センチスケール
・キーリング

口金を回すとボールペンが出てきます。スタイラス部分をくるくる回して外すと、中からドライバーが出てきます。スタイラスでスマホやタブレットを操作できます。スマホ・タブレットだけでなくATMや飲食店の注文パネルなどもスタイラスを使えば直接手を触れずに操作できます。外出時に1本あると便利なアイテム。

サイズは小さくなくても、ドライバーやスタイラス(タッチペン)などの機能はそのまま。さらにキーホルダーにもなるリング付き。

創刊6周年記念

プレゼント！

抽選で、1名様に！

「くまがい文具」(三ツ割5丁目17-3)さんに受け取りに行ける方のみ、ご応募ください。

応募先はこちらです。別ハガキに、「ミニツールペン希望」と記載して応募ください。

下記の期間中の1週間、教室で計2回まで、公文式学習を体験(無料)していただける機会です。

KUMON

11月 無料体験学習 受付中！

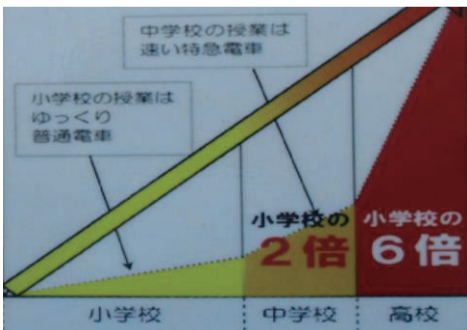
学習期間：11月1日(月)～11月30日(火)

緑が丘教室

- 期間中、各教科につき参加は一度です
●費用/無料 ●対象/幼児、小学生、中学生、高校生以上
●教科/算数・数学、英語、国語 ●教室で直接ご予約いただけます。

授業のスピード

- ・小学校 ~各駅停車(ゆっくり)
・中学校 ~急行電車(どんどん進みます)
・高校 ~新幹線(一気に進みます)



くもん緑が丘教室 緑が丘2丁目2-15 シャリマグリーンビル1階 教室電話 019-661-5082 ケータイ 090-4046-0799 教室日は、月・火・木・金 14:00～20:00

カアネットワークさん

セブンイレブンさん

→県営球場へ

- 対象年齢 幼児(0歳から)、小学生、中学生、高校生
○費用 1教科あたり月額7,150円(幼児・小学生)
中学生は1教科8,250円/月、高校生以上は9,350円/月。
○教室日 教室での学習は、週2回です。月・火・木・金 14:00～20:00
○教室見学 いつでもお受けしております。無料です。保護者の方だけでも、親子一緒でもいつでもOKです。

本体は1.5kgと、もともと軽いうえに、更に手元重量が0.45kgと軽く、ラクに掃除機をかけられます。クリーンドック内は紙パック式なので、清潔で簡単にゴミ捨てができます。また嬉しい匂い配り「ナノイーX」搭載で、除菌や脱臭対策もOKです。

優れモノ家電

セパレート型 コードレススティック掃除機



近未来型の掃除機？ 超軽量のスティックだけを持って掃除します。もちろん、キヤニスターはありません。

「セパレート型」とは、ゴミをためるダストボックスが本体とは別、という意味です。

これまでのスティック掃除機は、スティック本体の手元など、どこかに必ずダストボックスが付いていました。そのためコードレスとはいえ、バランスの関係で取り回しにくく感じる方もいました。また、機種によっては内部のゴミが見えて、気になりました。

清潔感があり空間になじむような好感度が高いデザインです。コンパクトながらも、クリンセンサや、-からまないブラシ-などの人気機能も、しっかり付いている充実ぶりに脱帽です。



(有) 柿沢電器 上田3丁目5-25 電話 622-0593

ご自分のお店のこと、この新聞で紹介してみませんか？

広告募集



メール、ファックスでお申し込みください。→メール iwate\_forum2015@gmail.com → FAX 019-641-9678

連絡がございました時は、メール又はFAXでお願いします！電話応対は難しいです。

こんなにユニークな方が。

# 丘の上の人

第72回



たまない あきこ  
**玉内 昭子さん**

(月が丘3 学生服リユース さくらや盛岡店 経営)

地域のファミマさんなどに制服の寄付が入る場合には、日曜日でも回収に行ったりして・・・というところまで。自分の子どもとの大会などで応援に行くのが良い息抜きになっています。「一週間頑張るぞ」という気持ちになりますね。



**事業を始めるキッカケ**  
一番の最初は、ウチの子が学校からもらったきたチラシを見たことです。「フードバンク」のチラシでした。今の時代、一見豊かに見えますが、食べるのに着るのにも苦労している子が居ることに思いが至った。それが大きいですね。  
**ピンと、ひらめいて。**  
そのようなことを知って「自分でも出来ること無いかな？」と数年は考えていました。そんな時にテレビで観ました。四国に「さくらや」という制服リユースの店があることを知って、「コレだ！」とひらめきました。

店で制服を買い取りしています。回収ボックスのある店舗・事業所で寄付された制服を回収しています。そして、ウチの店で格安で販売しています。皆さん忙しいので、たくさんの会社・事業所さん・店舗などに回収ボックスを置いていただきたいです。

**回収ボックスを置いて頂ける会社・事業所・店舗さんを募集しています！**



**やがて決断の時が。**  
看護師として勤めていまして、なかなか踏み切りがつかせませんでした。「やってみようか、いや、このまま看護師続けようか」と三、四年は考えて(笑)。自分の中でも考えて考えて、家族とも話し合って決断しました。  
**求められる事業です。**  
制服って、3年着てもまだまだ着られます。「こんなにきれいな制服を安く買えて良かった」と言ってくださる方も増えていきます。お母さんたちに喜んでもらえて、やり甲斐になっています。

## 創刊6周年のご挨拶

「緑が丘しんぶん 丘」を創刊して、ついに6年となりました。読者の皆さんと広告をくださった方々のお陰です。これまで、地域の方のご活躍、地域商店の紹介などを盛り込んでまいりましたが、今後も、楽しくて読みごたえある紙面づくりに努めます。地域に眠っている話題を知ることは、地域の方々に「潤いと喜び」を与える。そんな想いで継続して来ましたが、微力ではありますが、緑が丘地区の皆さんの楽しみの一助となるよう、発行継続に努めます。応援のほど、よろしくお願ひ申し上げます。

「緑が丘しんぶん 丘」編集室 一同



ファミリーマート西松園店さんに置いてある制服回収ボックス

店内、ところ狭しと並ぶ制服たち・・・

さくらや盛岡店 ブログ



制服の回収ボックスを色んな場所に置いています。賛同して下さる事業所さんがどんどん増えています。

学生服リユースShop  
**さくらや**

営業日 月・火・金・土の午前11時～午後4時  
電話 080・1854・3181  
盛岡店 盛岡市月が丘3丁目48-16 豊荘6号(店舗裏に駐車場1台分)

**一度きりの人生だから。**  
これまでの収入は捨て難かったですが、切り詰めれば何とかできるかも、と思つて大変なお母さん達のためにも、一度きりの人生だから「やりたいことをやってみよう」と決断しました。はい。

## 能開センター緑が丘校 冬期講習 12/25(土)～1/7(金)

小学4・5・6年生  
中学生対象



申込受付中!  
はじめての方も大歓迎!

詳細・お問い合わせは、  
こちらのQRから!



### 能開センターの力をつけるメソッド

- 「学ぶおもしろさ」が伝わる授業を追及します。
- 学習状況をしっかり把握し、具体的な学習アドバイスをします。
- 「わかる」から「できる」状態になるまで、レベルアップ学習します。
- 「厳しさ・熱気・大笑い」の授業を通して、みんなで高めあう授業を目指します。

能開センター緑が丘校が開校して今年で3年になります。私たちが理想とする授業は、「厳しさ・熱気・大笑い」の授業です。お子様たちに学びの楽しさを伝え、お子様自身が自ら考え、自ら行動できるように日々指導しています。個性あふれる先生たちが待っています。ぜひ、冬期講習で能開をご体感ください。



責任者 吉田 航

## 個別指導Axis緑が丘校 × 限定企画 冬の体験講習受付中!

小1～高2対象 通常、1対2個別指導80分「無料体験2回」のところ、  
**本紙をご持参の方には、さらに1回プレゼント!!**

個別指導でも映像講座でも体験できて、受講日程・時間帯も選べます。また、学習内容は事前に学習相談を行い、一人ひとりの目標や学習状況に合わせてご提案いたします。自分に合った勉強法ややるべきことが明確になると勉強に向かう気持ちが変わり、結果が変わります!



## 12/1(水)～冬期講習期間スタート!

### 特別費用

### 受講プラン例

- 体験講習と組み合わせた特別プランです。
- 1教科をお選びいただけます。
- 他の学年・教科・テーマでも受講可能です。

高2 1対2個別80分×5回 17,160円  
【英語】英文法のまとめ  
【数学】三角関数のグラフ

高1 1対2個別80分×5回 16,500円  
【英語】英文法のまとめ  
【数学】二次関数の最大・最小

中2 1対2個別80分×5回 15,180円  
【英語】不定詞と動名詞のまとめ  
【数学】一次関数のグラフと利用

中1 1対2個別80分×5回 15,180円  
【英語】疑問詞を使った疑問文のまとめ  
【数学】一次方程式の文章題

小6 1対2個別80分×5回 15,180円  
【国語】説明文・物語文の読解  
【算数】割合・速さの文章題

小1～小5 1対2個別80分×5回 14,190円～  
【算数・国語復習】  
80分内で算数40分・国語40分で2学期内容を復習します。

ご入会の方には入会金無料などの特典もご用意!(申込期限12/29まで)

自分が「変わる」、自分を「変える」

## 能開センター 緑が丘校

電話 019-664-1731



## 個別指導Axis 緑が丘校

電話 019-664-9285 受付時間:火～土 15:00～20:00 担当:水野、及川

