

9千世帯に毎月、無料配布しています！

創刊7年目に入りました。

# 緑が丘しんぶん 丘

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。



みたけ運動公園のイチョウ並木(11/2)。毎年、豪勢な景色。

ウオークマンを手握って、幼いころの晴れた日に黒石山の頂上に真つ黒い大岩が見えた窓を開けると回転する銀盤から誰かが手を振っていた鳥になった少年・そんなタイトルの歌があったっけ。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

つたないけれど心のこもったテーマ走らせるボイスレコーダーこれからの隣で暮らせば・・・

あなたの丘で思っています

2021年12月20日発行（毎月1回発行） 第73号

今年もお世話になりました。良いお年をお迎えください！

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

連絡がございました時は、メール又はFAXをお願いします！ 電話対応は難しいです。

素敵な店が、こんなところに。

## 丘の上のシヨップ

第73回

うし亭さん

菜園一丁目

### レトロで、なんか、落ち着くうし

洋風居酒屋というスタイルで店を創業した父が「ネギそば」を始めて看板メニューになりましたが、これは横浜中華街で働いていた知り合いの人のアイデアで父がアレンジしました。他に牛ランチとか牛セットという店のオリジナルメニューも人気があります。

父が創業した店 開店して四十一年以上になります。父から引き継いで十数年です。父は、鉄板焼きで有名な市内の焼き肉店の開店に関わりましたが、当時としては鉄板焼きは斬新なアイデアで、店もヒットしたようです。

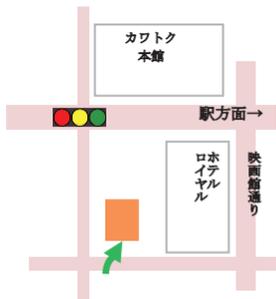


店内は、ロジに泊りに来たようなレトロな雰囲気でした。

### 人気メニューの一例

- ・ネギそば～ネギたっぷりの醤油ベースのラーメン
- ・牛丼、塩辛丼、ステーキランチなどなど

これからの夢ですか？ やっぱ、コロナ禍からもう一度戻って、キチっとした商売をしたいですね。普通に帰って昼も夜も、もっと活気ある商売をしたいです。元に戻って、さらにもっと上に行きたいです。以前は、二階もお客さんで溢れていましたし、料理を作るので精一杯で、接客は、ほとんど出来ない夕方で（苦笑）。



おだしま りゅう あやこ  
小田島 竜 さん 亜矢子さん ご夫妻

確かに、ほとんど厨房から出て来ない接客する仕事は好きです。色んな人とおしゃべり出来る（笑）。緑が丘で働いていたことでもあります。かなり昔ですよ。

盛岡生まれで、中野小学校、河南中学校と進み、学生時代には柔道をやっていました。

当時ブームになったインベーダーゲームもやりましたね。スーパーマリオを娘に教えたりして、娘がハマっちゃって困った記憶があります（笑）。

最近の趣味と言えば、読書ですね。神話とか、心理学とか行動経済学とか、そんな感じの本を手当たり次第に読むという感じです。

### めおと 漫才のような・・・夫婦問答

（亜矢子さん）「娘さんが似ている」と言われることがありますが、似ていて当然、似ていなかったら、それこそ・・・でも娘のほうが「エーっ」と言いますね（笑）。

（竜さん）「そういえば昨日、誰かが「息子さんもお父さんに似て来たなあ」と言っていた（笑）。そのとき息子は、困った顔をしていた（笑）。

（亜矢子さん）「息子さんが店を継ぐ？」と言われます。店の経営で苦労しているので、違う道に行ってくれよ、って。

（亜矢子さん）子供たちに店を絶対に継がせない（笑）。（亜矢子さん）店私の代でオシマイかなあ。娘には店を出しているメニューのレシピくらいは、残してあげようと思っっていますが、

（竜さん）「継いでもらおうかどうかは、「やりたかったら、自分達でやってくれよ」とって感じですよ（笑）。



営業時間 11:30～14:00 17:00～23:00  
第1・第3日曜日 定休  
第2・第4・第5日曜日はランチのみ営業

うし亭

盛岡市菜園1-11-20  
電話 019-624-6945

<https://ushitei-morioka.owst.jp/>  
<https://www.facebook.com/saien.ushitei>



## わたなべ 内科 クリニック

高精度1.5テスラ最新MRI機器、リハビリ施設完備

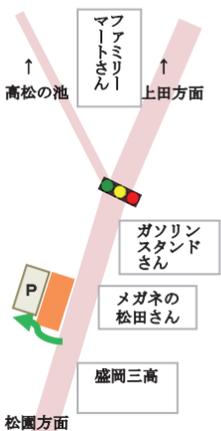


院長：渡邊 活見（わたなべ かつみ） 日本神経学会 専門医

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>



# が丘ボーイ

いこにあ  
伊古兄 ロタ

更なる次作「が丘レディ」(全107話)が現在、木曜日「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23話 不幸な神様

「God・Luck (ガッド・ラック) なんて、そんな言葉は、あるか!」日本史の次の時間、英語の高井先生は、吐き捨てるように教壇で言った。高井先生は、授業の前に教室に入っていた。

「GOD・LUCK (ガッド・ラック) が最近、出したアルバムが、超カッコよくてさ。」友彦はボクに、興奮冷めやらぬ声で言ったのが、ちょうど英語の授業が始まる直前だった。高井先生が、いつの間にか教室に入ってきて、友彦の後ろでそれを聞きつけた。

「God・Luck (ガッド・ラック)、つまり、幸運に! という言葉はあるけれど...」先生は教壇で、God・Luck と黒板に書いた。そして、横に、『God・Luck (ガッド・ラック)』という文字も書いた。『God (ガッド) は神様を意味する。Luck (ラック) は幸運を意味する。だから、God (神) Luck (幸運) なんていう言葉はありえない。』

「どうしてですか?」友彦が食い下がった。「GOD・LUCK (ガッド・ラック) というロックグループがいて、アルバムまで出しているんですよ!」

「お前は、バカか?」高井先生は高笑いをした。「...もともと、神様 (God) は、幸運に決まっているじゃないか。だから、God (神) Luck (幸運) なんていう言葉は、ありえないんだよ。」高井先生は吐き捨てた。ボクもそう思った。高井先生の言うとおりで、先生は、追いつきかけないように友彦に告げた。「お前、これを訳してみろ。」

『God Luck does not make sense.』と先生は板書した。

『God・Luck (ガッド・ラック) なんて言葉は、意味をなさない。』その通りだ。高井先生は、口先だけ、友彦を褒めた。

『I think God Luck would be the Luck from God? If that makes sense.』先生がシッコく板書を続けた。訳せと言われてもいないのに、負けじとばかり、友彦が先生の板書を訳した。「思うに、『God・Luck』というのは、『神様からの幸運』という意味なのか? もし、God・Luck (ガッド・ラック) なんて言葉は、意味をなさない。』

「ロックグループに『GOD・LUCK (ガッド・ラック)』というグループがあるんです。そのグループの新しいアルバムが出たと友彦は喜んでいました。ボクは声を張り上げた。

「だから、それがどうした?」高井先生は、冷たく突き放した。「ですから、『God・Luck』の意味は、直訳すると『神幸運』ですよ。」

それを聞いて高井先生は「ブツ」と、せせら笑った。

「あんな先生のこと、ほっとけ!」横で友彦がボクに肘を出した。ボクはうなづいたが、内心、不満だった。英語の教師は理解しないが、God・Luck、これはいい言葉だ。「ほっとけ、って...そうそう、彼らの楽曲にはこういうのがあるんだ。」友彦は、歌詞カードを見せながら、コソコソとその歌を口ずさんだ。

♪ 神様 お願いだ あんたは不幸な神様だろ? だから、神様 お願いだ 俺を助けてくれ 助けてくれたら あんたは幸福な神様になれるよ。この歌詞を聞いて、ボクは確信した。不幸な神様がいて、そのならば、なおさらだ。God・Luck とは、『神幸運』つまり『神様からの幸運』と訳して良いのだ。

「神幸運」と言えるくらい確実な幸運のことだよ。」ボクは友彦に言った。God・Luck の意味は、これだ。

このロックグループも、そういうつもりでネーミングしたに違いない。God・Luck は、『神幸運』と言えるくらい確実な幸運のことに違いない...。ボクは、妙に納得していた。

## 日日是恋日

## 高前田 博子さんの「思い出エッセー」 第9話 映画

「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)



(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。磐石町在住。



「おおきに。また来てな。きつとよ。」

吹き抜けの二階の階段の手摺りに凭(もた)れてユミちゃんは叫ぶ。

詳しくは解らないが関西にも住んでいたらしく、あちこちで暮らしたせいかわ女の言葉はまるでカクテルだ。

この様子を見て私はいつも「ロミオとジュリエット」の映画のシーンを思い浮かべたものだ。私は彼女を密かに恋多きジュリエットと呼んだ。

彼女と私は「コンパ」という酒場の寮で同室で、年の頃は私と同じ二十そこそこだった。ほど長くウェーブの掛かった長い髪を垂らし、くるとした目は同性の私から見ても可愛かった。

「今日も遅くなるからよろしくね。」

彼女が仕事を終えるのを客や宵っ張りネオンが待っていた。

店が眺めてから客とのデートも大事な仕事の一つだ。一緒に食事をして常連客になって貰うためだ。客とのデートにもいろいろタイプがある。

「開けて! もう寝たの?」

門限がどうに過ぎた夜中の三時頃になると、ユミちゃんは足をひよるひよるさせて帰ってくる。みやげの館だけはしっかり握りしめている。

無理矢理起こされた私達は目をしょぼつかせて極上の館をつまんだ。こんなことが何度となく繰り返されてきた。そのうち誰も館の力では起きなくなってきた。

ある晩、いつものように彼女のカウンターは若い男でいっぱいだった。彼女の周りは絶えず華(はな)やいでいた。

売り上げナンバーワンだけあって、ボトルキープの客も多く、オールドブルやフルーツの値の張るつまみが並ぶ。

「隅っこにいる客、最近通い詰めね。」

「でも、ユミちゃんのタイプじゃないよ。」

「あのハンチングの男、こけしサウナで何度か見たわ。」

「あれ以上痩せてどうするの?」

「ああいうのがダークホースかも...。」

「ユミちゃんの客にしては、みみっちいね。」

オールドブルもフルーツも無く、ポロポロと皿に柿ピーが転がっているだけのカウンターを見て、私達は勝手なことばかり言い合う。

ハンチング姿の小柄な男はチョコビチョコビとハイボールを嘗(な)めている。ポーツとしているように見えて、目だけは絶えずユミちゃんの後を追っている。

ハンチングが足繁くユミちゃんに通うようになってから、彼女は変わった。

男が現れないと心なしかしよげている様に見えた。

華やかな客達の中で目立たない姿がかえって逆にユミちゃんの気を引いたのかもしれない。アルコールもあまり飲まなくなり、仕事が終わるとすっ飛んで寮に帰った。

真面目な顔をして料理や生け花の本のページをめくっている。昼過ぎ迄ベッドに入っていたのが早起きになった。

ときおり寮の台所から包丁の音が聞えて来た。始めの頃は休符がやたら多かった包丁の音も、しだいにリズムカルになり、十六分音符ぐらいになったりする。

小気味いい音は、何かいいことのあるプレリユードに聴こえてきた。

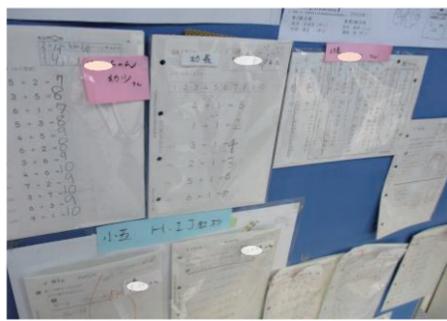
一カ月ほどしてユミちゃんは仕事を辞めた。二階の手摺に凭(もた)れて帰る際の客に語りかけるジュリエットはもういない。

彼女は、好意を持って言い寄るカッコイイ客達を尻目に、カウンターの隅っこに座っていたあのダークホースと結婚した。

彼は競馬の騎手で佐藤と言う。

誰も予想だにしない意外なロミオが誕生した。

## 緑が丘教室への入会を 検討されている方へ



教室に貼り出されている  
子どもたちの成果!

公文式の勉強の進み方は、各人のペースに合わせて。公文式の勉強では、高校レベルの事柄に至るまで、小学校・中学校・高校の授業のレベルとは違って、各人のペースに合わせて。なので、各人の習熟度に合わせて、じっくり取り組みます。

松園方面  
カワトクさん  
セブンイレブンスさん  
→県宮球場へ

「学ぶ習慣を、早い時期に身につけると、子どもは、とても伸びるんですよ。」 担当: 佐藤

**KUMON** くもん緑が丘教室 緑が丘2丁目2-15 シヤマグリーンビル1階  
教室電話 019-661-5082 ケータイ 090-4046-0799

○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

高松方面  
ジョイスさん

# 1台分、半額。

Aily2CIC 片耳12000を両耳に同時ご注文の方へ割引させていただきます。  
活動的な方、聞こえが増せばやりたい事を今までと同じように!!



- [4つの安心と受付条件]
- 1 目立たなく安心。
  - 2 落ちにくく安心。
  - 3 2年保証付きで安心。
  - 4 調整可能で安心。
  - 5 受注期限は12月18日まで。

事前予約者様を最優先 → **661-3381**

公財)テクノエイド協会が認定する補聴器専門店  
今年1年本当に有難うございました。補聴器1番館  
緑が丘三丁目10-7(ASTY/アネックスカトクさま向い) 日祝定休/土曜は12時まで  
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。

「販促（はんそく）」とは「販売促進」のこと。今は、「セールス・プロモーション（Sales Promotion）」などと呼ばれます。客にとって魅力ある販売スタイルのことです。西松園と高松4丁目目ファミマを運営されている阿部江津子さんが、セールス・プロモーションにつながるようなコラムを連載してくれます。おススメ商品など女子の「つぶやき」を随時掲載します。お楽しみに。（編集室）



阿部江津子さん

家族日記

ほんわか...



緑が丘で保険代理店を経営されている佐藤晴紀さんの会社のみなさんの日々の出来事を、日記で紹介します。

第73回

息子から一つ雑学を教わりました。ルーズベルト大統領が熊狩りに行ったところ、1匹も獲れず、家があらかじめ生け捕りしていた小熊を差し出して撃つように話したところ、大統領は「瀕死の熊しかも小熊を撃つのはスポーツマンシップに反する！」と言って撃たないで帰った。その記事を読んだ菓子職人が大統領のニックネームの「デディ」という名前のくまのぬいぐるみを作り、「デディベア」として売り出したのが始まりだとか。

娘と行ってきました。テンパーク（岩手山青少年交流の家）の広大な敷地の中から50個のスタンプを探すと、うちやめちや大変なスタンプラリー。レアなスタンプは笹林の中にあるんです。なんとかがゲットしたものの、一万歩歩いたところで私の足と腰は限界に。娘に「お願いだから帰りますよ」と頼み込み、43個のスタンプを付いたところで帰ってきました。来年も参加しようと思えます。次は何週間にも分けてちよつとずつスタンプが付くように（笑）。

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 (38)

BS放送中～ヴァイオリンとダンスの競演

世界的ヴァイオリニストの演奏に合わせてダンサーが踊る、そんなテレビ番組が放送中です。番組のタイトルは、

「Dの旋律～今宵はダンスと音楽と～」

世界的ヴァイオリニストは、高嶋ちさ子さんの師とも言われる古澤巖さん。そのヴァイオリンの演奏に合わせて、日本を代表する社交ダンスのトップダンサー達が踊るという、まさにショータイム。

2021年4月から放送されていたもののテレビ東京（関東ローカル）のみで放送され、全国的には見られなかったのですが、10月からは、

BS「テレ東」で全国放送に！

毎週、土曜日深夜1時30分～



「東テレ」番組広報画像より

と遅い時間帯なのですが毎週やっています！古澤さんのアルバム収録曲の中からダンサーが気に入りの一曲を選んで独自の振付けで踊ります。社交ダンスには種目がたくさんあるので毎回楽しみです。私は録画して後でゆっくり見えています。

「金スマ」では、また社交ダンスが復活！

今回は、浅田舞さんが踊っています。～ みなさん、応援 お願いします ～

連載

第20話 クリスマス飾り

女性店長のコンビニ二日誌

で、ワタクシは思い当たりました。その友人さんからのメールには「ワンちゃんの顔」がヨク貼り付いているのでした。やはり...（笑）。さてさて、皆さん、この一年、いかがでしたか？先日、お客様が「今年は、長い人生で最良の年でした」と申したのでビックリしました。ワタクシ的にも、とっても良い一年が過ぎました。今年もお世話になりました」と言うのには、まだ早いです、今年も始まりがとうとう来ました。師走と新年は大忙しのコンビニです。年末年始のご準備のお手伝い、まだまだしていますよー。



十一月某日、今年も、初雪の便りが届きました。高松の池には、白鳥さんが飛来したそうです。この地にコンビニを構えてウン十年になります。お客様からは「店長さんの娘さんですか？」とワタクシ、尋ねられることがあります。最近ですよ（笑）。そのときは、「ワタクシが店長です。店長の娘さんではありません。」と当然ながらお答えします。さて、当店、楽しい企画で盛り上がりつつあります。「ハッピーくじ」。デイズニーのクリスマス・オーナメントが、「ハズレ無し」で当たります。キラキラ輝くクリスマス飾りで、今年も楽しんでください。先日いらした友人さんが、早速、挑戦してくださいました。その友人さんは、このコラムに時々登場する例の「妖精」と思しき方です。その方が希望した景品キャラクターは、デイズニーの「ティンカーベル」でした。これは、小説などに登場する妖精です。やはり、その方は妖精に違いない（笑）。その友人さんがクジを引いたところ、「ティンカーベル」には当たりませんでした。三匹のわんちゃんの景品キャラクターが当たりました。（下の写真）

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36話 怒りの6秒ルール

ささき まさひと 佐々木 正人 先生

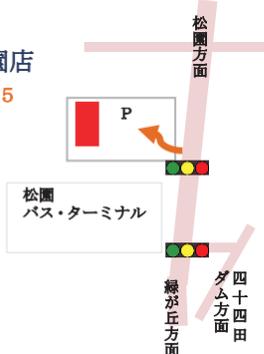
鍼灸師 鍼灸ささき・院長。高松で鍼灸治療院を開いています。趣味はトライアスロンです。



怒ると血液の流れが悪く 喜怒哀楽は人間の自然な感情ですが、度を越しますと健康に影響してきます。東洋医学でいう五臓とは「肝、心、脾、肺、腎」をいいますが、それぞれ「怒、喜、悲、憂、恐」の五つの感情がリンクしています。このうち「肝」は血液の流れをよくする働きがありますが、「怒」にリンクしています。怒ると血液の流れが悪くなり、「怒」と「気」の流れも悪くなってイライラが生じ、「肝火」となって怒りが増幅します。ついに頭に血が上って逆上し、怒りが爆発します。

当然体に良いわけがなく、「肝風」といって、頭痛、耳鳴り、痺れ、痙攣などが生じ、最悪の場合半身不随つまり脳卒中になってしまいます。最近の脳科学でも、怒りによってストレスホルモンが過剰分泌され、その結果脳が萎縮して認知症につながるなどの報告もあります。近頃キレイやすい高齢者が多いそうですから少々心配です。「怒りの6秒ルール」とは「怒りが生じた時、心の中心でゆっくり六つ数えると、その怒りにまかせた言動が抑えられ、冷静になれるというものです。六秒も待てないという人は、何か自分の好きな言葉を決めて心の中心で三回唱えましょう。少しは冷静になって穏やかな解決策を見出すことができるはず。そのうち怒り自体も生じなくなつたら上々です。怒りに限らず他の四つの感情（喜、悲、憂、恐）も度を越しますと、各々の臓に影響があります。健康のためには感情の平静も大切。

ファミリーマート 西松園店 盛岡市西松園1丁目1-15

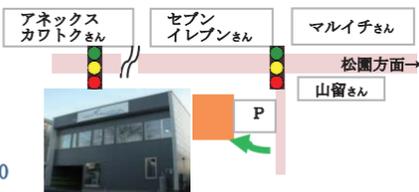


コンビニは「どこも同じ」って思っていませんか？ところが、違うんですよ。どこが？ んーん。まずは、店主とスタッフが違うでしょう？コンビニの個性は店主とスタッフの個性なんです。

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

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



レイアウトフリー テレビ

リビングに、ダイニングに、見たい場所まで手軽に動かせます。

詳しくは、こちらをご覧ください。 https://panasonic.jp/viera/products/

優れモノ家電

これは、扇風機ではアリマセン。テレビです。キャスター付きスタンドで、移動も簡単。

国内最大級のオーディオビジュアルアワードで、「コンセプト大賞」ほか4冠受賞!

テレビ台の下や後ろ側は、ホコリになりやすく、お掃除ができません。白が基調の美しいデザインで、背面もきれいなことから、開仕切りのような使い方も、リビングダイニングキッチンなど、すっきり広く、レイアウトしてみたい方などにおススメです。



(有) 補沢電器 上田3丁目5-25 電話 622-0593

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)

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57話 髪の毛に良い食べ物とは？

ワカメが髪に良いとか、黒豆が髪に良いとか、色々と耳にする事はあるが、実際に髪に良い食べ物はあるのでしょうか？

口から入ったら、分解、吸収、分配と言うように、体のどこに分配されて行くかは決まっています。基本的には栄養バランスを考え、基本的には栄養バランスを考えた食事をとることが必要になります。



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)

連載 第22話 (番外編) 何処にいても何をしていても、最適な音を・・・シバントス社

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こなせる状態を作っていく補聴器1番館の田中敦です。

前号の私の「顔ジミ治療」の件につきまして... 聞こえは心と体のビタミン剤... 聞こえは心と体のビタミン剤...

「1」より良いコミュニケーション・心の健康。音がよく聞こえるようになる... 聞こえは心と体のビタミン剤...

補聴器はなぜ必要？
もしあなたが難聴の場合、早いタイミングで適切な補聴器をつけると、いろいろなメリットがある。...

前機種「NX」シリーズと比べ、より音がしつかり耳に入ってくる、といった様な評価を頂きます(感じ方・表現には個人差が在ります)。



従来型の補聴器の動作のイメージとしては上記写真の様に大まかな2つの環境設定が基本となっていました。

この会社の考え方・特長とは
世界初、Xセンサー搭載。周囲360度の超広角センサーと使用者の動きを感知...



あくまでもメーカーが提案する音質とは異なりますが100シーンを自動対応している様です。

Advertisement for 'もりの資源集積所' (Mori Resource Accumulation Center) featuring 'アルミ缶 段ボール 本雑誌 新聞紙' and 'OPEN リニューアル 24H回収します!'.

Advertisement for '風とa oの美容室' (Kaze to a o Beauty Salon) with contact info and QR code.

Advertisement for 'YESパソコン学院' (YES PC Academy) with contact info and QR code.

Advertisement for '北山浄光会館' (Kitayama Jyokou Kaikan) with QR code and contact info.



地域の方々の健康維持と増進のためのコラムを書いていただくよう、先生にお願いしました。関係方面のご理解のもと、連載することといたしました。(編集室)

# わたなべ先生の健康ノート (第70回)



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。医大時代はパイオリ  
ンを演奏しておられたそうです。

## 突然の記憶障害！ 『一過性全健忘』について

「昨日まで普通だった家族が急におかしくなった」「ついさっき何をしていたか覚えていない」「何度も同じことを聞いてくる」・・・。  
このような症状を訴えて外来を受診する患者さんや家族がいます。  
家族は認知症を心配することが多いのですが、突然の記憶障害を起こす「一過性全健忘」の可能性がります。



### 一過性全健忘とは？

「一過性全健忘 (いっかせいぜんけんぼう)」とは、突然に発症し、「一過性 (一時的)」に「健忘 (物忘れ)」が現れる病気です。

「全健忘 (ぜんけんぼう)」という名称は、新しい出来事を記憶できない「前向性健忘 (ぜんこうせいけんぼう)」と、数日前の出来事を思い出せない「逆向性健忘 (ぎやっこうせいけんぼう)」の両方が起きることに由来します。

年間に発症する人は人口 10 万人当たり 5 人～10 人程度で、男女差はなく、50～60 歳代の中  
高年に多くみられます。

### 一過性全健忘の症状

何の前触れもなく突然に発症し、「前向性健忘」と「逆向性健忘」の両方が起きますが、主な症状は前者で、後者は軽度です。  
突然、新しい記憶ができなくなり、その後の行動や出来事が覚えられなくなり、また、「自分が何者か」「どこに住んでいるか」といった記憶は失われず、家族の存在や周囲にいる人が誰かも認識できますが、「今日何をしていたか」「今自分はどこで何をしているのか」などが分からなくなります。

そのため、周囲の人から状況をいくら説明されても理解できず、自分の置かれた状況に困惑し、何度も同じ質問を繰り返すのが特徴です。  
具体的には、ついさっきまで普通にしていた人が、突然「今、私は何をしているのか?」「今日は何月何日か?」と周囲の人に質問を始めます。

周囲の人が「どうしたの? 今日日は〇月〇日でしょ」と説明すると、「ああ、そうだったけど一旦は納得するものの、数分後には「何月何日か?」と同じ質問を繰り返して、何度教えてもすぐに忘れてしまうため、周囲の人が驚いて病院へ連れて来るケースが多いです。  
記憶障害が続くのは平均 7 時間程度で、24 時間以内に回復します。

ただし、回復しても、その間の記憶は戻りません。  
また、記憶障害以外の症状はなく、意識を失ったり手足の麻痺やシビレなどが出ることはありません。

### 一過性全健忘の原因は？

激しい運動や精神的ストレス、急な感情の高まり、入浴やシャワー、車の運転、急性の痛み、片頭痛、胃カメラ検査の刺激などをきっかけに発症するとの報告がありますが、確かな見解は得られていません。  
発症の仕組みも、記憶を司る脳の「海馬 (かいば)」という部分の虚血、静脈のうっ血、代謝障害などが推測されていますが、結論は出ていません。

### 一過性全健忘の検査と診断

症状に基づいて診断されます。  
しかし、脳梗塞や脳腫瘍、てんかんなどで似たような症状を呈する場合がありま

す。  
そのため、一過性全健忘が疑われた場合、まず脳梗塞や脳腫瘍、てんかんなどの病気による症状でないかを確かめるため、頭部 MRI 検査や脳波検査を行います。  
一過性全健忘の場合は、これらの検査で異常が見られません。

### 一過性全健忘の治療

一過性全健忘と診断された場合は、24 時間以内に自然に回復することが見込まれるため、通常は特に治療の必要はありませんが、入院して経過を観察する場合もあります。

### 一過性全健忘の予後

一過性全健忘は、ある日突然、何の前触れもなく記憶障害が起こるため、周囲の方も、突然認知症になったのではと相当に不安やパニックになってしまいます。  
しかし、予後は良好で後遺症もなく 24 時間以内に回復し、再発することも殆どないので、一度治ればそれほど心配する心配はありません。

また、これがきっかけで認知症になることもありません。  
一過性全健忘は「記憶障害のみを呈する」事が重要です。

もし、その他の神経症状 (手足の麻痺やシビレ、ろれつが回らず言葉が上手く話せないなど) を伴っている場合は、脳梗塞などの危険な病気の可能性が高く、すぐに救急病院を受診する必要があります。



●手足のしびれ



●意識障害

その他の神経症状 (手足の麻痺やシビレ、ろれつが回らず言葉が上手く話せないなど) を伴っている場合は、脳梗塞などの危険な病気の可能性が高いので、受診しましょう。

### 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・スクリーン  
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(オリジカ)
- ・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・夜間のご相談も賜われます。こちらへ➡

・各種容器類(スプレー、ミストボン)、小分けバッグ)・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



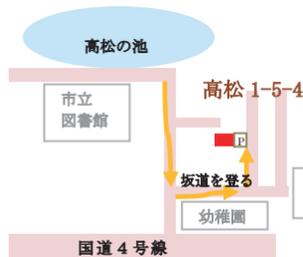
## はり灸 ささき

訪問鍼灸 佐々木正人



☎ 019-663-6337

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。



診察日時は電話でご相談ください。



街で見つけた新鮮な話題

## HILLS NEWS

第16回

「子猫の里親」になってくださる方を探しています、  
と補聴器1番館の田中さんから、連絡がありました (編集室)。



里親になって  
可愛がって  
いただけませんか?

高松の池で一人で頑張って生きている男の子です。  
1歳くらいで毛づやもいいです。人慣れしています。  
冬が来る前になんとか暖かい家に入れてあげたいです。

連絡先 019-661-3381 (補聴器1番館 田中まで)

新しい家電、古い家電、かしこ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)

「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にお問い合わせ、漆の「葆光」をエッセーにして発信します(編集室)。

連載

# かしこい家電術



## 第51回 大型テレビ、下から見るか?横から見るか?

「今年の漢字」家電編は、『転』です。年末恒例となった、『今年の漢字』。勝手に考えた、今年の家電の一字は、『転』。発想の転換とか、災い転じて...のような感じでしようか。『コロナ』で、大なり小なり変化した生活スタイルも、2年連続と馴染んできた感さえあります。

おうち時間が増え、テレワークやらオンライン○○なども日常化。学生さんに、『学校は?』と聞くと『オンライン授業』と、当たり前前に返事がきます。

そんな変化に呼応してか、家電も気になる新製品が続いた年だったな〜と思います。新発想の物や、新たな視点で生まれ変わった物など、このコラムでもご紹介してきました。そしてその流れは、家電を代表するテレビにも及んでいます。

長年リビングの好位置をキープして、ずっと注目を集め続けてきた栄光の日々。何の疑いもなく鎮座してきたあのテレビ台から、ついに追われようとしています。

### 「今年の漢字」家電編は『転』です



おのりえ 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。

Panasonic



レイアウトフリーテレビ

「動かせる」大型テレビの出現

な〜んて、穏やかでない話に聞こえますが、実はユニークなテレビが誕生したのです。これまで、部屋から部屋へと持ち運べるテレビと言え、モニターとチューナー部が分かれていて、無線で接続する15型程度の小型のものでした。ところがこれが、ちよつと大きめ43型テレビへと『転』じました。ただ、さすがに持ち運ぶには大きいため、コロコロと動かしての移動です。

テレビを支えるシンプルスタンドに、目立たないようにキャスターが付いているので、もはやテレビ台いらずなんです。

これまで考えてもみなかった、動かせる大型テレビの出現は、まさに発想の転換で、使い方も様々です。

たとえば、テレビを見ながらフットネス。テレビを移動すれば、体をのびのび動かすペースが広がります。次にキッチンへ動かせば、録画したレシピを見ながらのお料理に活用できます。

パソコンと接続すれば、オンライン会議は大画面で見やすくなるし、たまに趣味に使いたい時も、お部屋のレイアウト変更が気軽にできます。

地デジや4K放送(業界初の4K放送の無線伝送)、ネット動画や番組録画など、もともと高性能なテレビを簡単に動かせることで、いつもと違う新鮮な視野が生まれ、ヒトはちょっとした席替え気分。お部屋使いのアイデアが広がります。

今だから誕生して、今だから受け入れられた、その名も『レイアウトフリーテレビ』。VGP2022(国内最大級のオーディオビジュアルアワード)で、コンセプト大賞ほか四冠受賞した実力に、乞うご期待です!

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19話 Windows 11 ついに登場!

しばらく様子を見てから、アップグレードしましょう!

皆さんこんにちは! YES パソコン学院の江見です。今年も残すところあと1ヵ月! 2021年は皆さんどんな年になりましたか? コロナの影響で様々なイベント行事が自粛されなかな、季節感を感じられぬまま過ぎ去った年でしたね。そんな中、高松で上がったサブライズの花火や小規模開催した祭りごと・子供の行事はとても印象深かったです。

さて、ここ最近、新しいWindows がリリースされました! その名も「Windows11」その前が「Windows10」なのでなんか分かりやすいですね。今回はそんな Windows11 を、ちょこっとご紹介します!



えみ まさかず 江見 真一 先生

### Windows「11」大きく変わったところ

起動して一番最初に目を引くのがデスクトップの画面、特にタスクバーのあたりです。今まで左下にあったスタートボタンとスタートメニューが画面中央に。

...この衝撃は、Windows8の全画面メニューを彷彿させる物がありました。

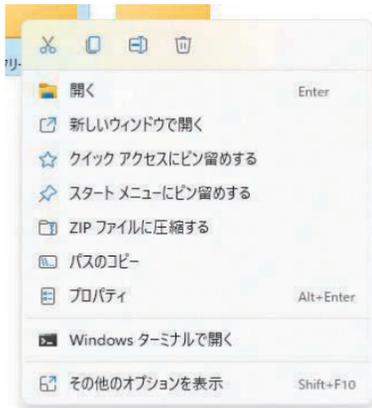
ちなみに設定でスタートボタンを従来通り左に置くことはできるようです!



### 右クリックもちょっと簡略化

右クリックで出てくるサブメニューも少し簡略化しました!

今まで全部表示されていた物が、一部だけ表示されるようになり、下部のボタンで展開することで全て表示されるようになりました。



### 今お使いのパソコンをアップグレードするとき

このWindows11ですが、比較的新しいパソコンであれば、今お使いの物を無償アップグレードすることができます。

Windows アップデートの画面から確認することができますが、求められるパソコンの要件が割と高く、初期のWindows10パソコンやWindows7や8からのアップグレードはかなり難しいです。頑張ってきたとしても動作に不安があります。

それと新しいOSが出た後は不具合などもあるので、しばらく様子を見て安定して来たあたりでアップグレードすることをおすすめします。

連載

# 葆光庵 便り

## 第3話 消毒液スタンド

故知止其所不知、至矣、孰知不言之辯、不道之道、若有能知、此之謂天爵、注焉而不滿、酌焉而不竭、而不知其所由來、此之謂葆光

意訳... 知は分からないところま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。



(莊子 齊物論第二)

新型コロナウイルス感染症の長期化が懸念されており、日常的に手指の消毒が行われています。

その中で少しでも人の心を和ませるような、岩手ならではの素材(スギ)を使った「消毒液スタンド」を企画しました。

二〇二二年度の岩手県の特産品コンクールで準グランプリを受賞しました。

(株)浄法寺漆産業は 下記に移転しました。 盛岡市北飯岡一丁目9-2 C1



下記からお申し込みください。 <http://www.japanjoboji.com/products/stand.html>

木の温かみを感じさせるデザインが特徴です。組立不要ですぐに使用できます。

市販の除菌ジェルやアルコールなど、容器に触れずに使用できる足踏み式のスタンドです。

容器サイズにより高さを調整可能で、一般用と子ども用をご用意。

オフィス、病院、店舗、公共施設、老人保健施設、学校、幼稚園、保育園などでご利用いただけます。

足踏み式なので容器ポンプに触れることなく使用できます。容器サイズに合わせて高さの調整も可能です。

電源を使わず、軽量ですので設置場所を選びません。

## 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)





こんなにユニークな方が。

# 丘の上の人

第73回

うべいさお

宇部 功 さん

(愛宕町 いわて子ども川柳を育てる会 会長)

鶴彬 (つる・あきら) の紹介

一九〇九年石川県生まれ。昭和13年、29歳の若さで亡くなり、川柳の代表作に次の句があります。

- ・ 暁を抱いて闇にいる書
- ・ 手と足をもいだ丸太にしてかえし
- ・ 胎内の動き知るころ骨がつき
- ・ 親類のご縁がある盛岡市の松園親

音源地に鶴彬の句碑があったことも、現在では、盛岡市・光昭寺に移設されています。「胎内の動き知るころ骨がつき」の句の意味を知ったある女子が教室で涙を流したこともあります。



**盛岡出身です**  
生まれも育ちも盛岡です。子どものころ、盛岡中央公民館の庭でチャランをして育ちました。中学校は下小路中です。川柳に出会ったのは、二十代のころでした。最初のキツカケは、八幡平市に赴任した時の教育資料として使いました。それまでは文芸関係で子どもに詩を書かせたりしていましたが、川柳ならば短いし、これならいけるかもしれないと思いました。

**鶴彬の川柳を学ぶ授業を**  
川柳を調べているうちに鶴彬(つる あきら)という川柳作家のことを知りました。小学6年生を担任した時に、鶴彬の川柳を学ぶ授業をしました。

鶴彬の川柳は、現実世界に目を開くキツカケとなるような川柳でして、子どもには難しすぎるかも知れないと当初は思いましたが、それは杞憂でした。

句碑に刻まれた「手と足をもいだ丸太にしてかへし」の意味については、こうでしょう。戦争に行つて手や足を鉄砲で撃たれます。何日かすると手や足が腐ってくる。そうなる手遅れなので、手術ではなく切断するしかない。結局、手や足が無くなるから「用が無い」とされて日本に帰される。「かへす」とはそういうことです。本当に残酷で想像を絶するのが、戦争です。

鶴彬の本名は喜多一と言います。盛岡にも「喜多」という染物屋があった。その人が鶴彬のお兄さんでした。その人は石川県から出て、たまたま盛岡で染物屋をやっていた。昭和13年に鶴彬が東京で亡くなって、お兄さんが遺骨を東京から盛岡まで運んで、喜多家のお墓に入れた。だから盛岡の光昭寺に鶴彬の墓があるんです。それが40年近く分らなかった。人生は本当にドラマですね。

**川柳がライフワークに**  
鶴彬の川柳作品を紹介することを通して子どもと向き合う、そんな気持ちが大きかったです。子どもたちには、鶴彬の川柳について両親などから色々聞いて来るようにと宿題を出したりしました。親御さんから特に苦情等は無く、鶴彬を題材にした授業は、子どもにも反響が大きく、一回の授業では足りなくて何度も授業をしました。

川柳を授業で取り上げるようになってから、自分でも大人中心の川柳の会に入ったりして、川柳がライフワークとなりました。

**スポーツは、先生に仕込まれて**  
サッカー、卓球、スキーなどのスポーツが好きだったので、スポーツの方面でクラスをまとめていくタイプでした。卓球では、自分でも二十年くらい毎年、大会に出ています。若いころ通った学校で、ちゃんと教わったことが大きい。どのスポーツも、先生に徹底して仕込まれたの思い出します。

## 編集後記

創刊七年目に入りました。新聞発行をこんなに長く続けられるとは思っていませんでした(失礼ながら)。手探り状態のまま発行を継続して来た、と言うのが本当のところ。どんな人生も計画通りには行かないものです。「拾う神アリ」のタトエの如く、広告を出して新聞発行を応援して下さる方々がたくさん居り助けられました。その方々のお陰で、今日まで発行することが出来ました。後世の人に、「緑が丘しんぶんは、編集室の方々の人生を賭けた新聞だった」と回想してもらえれば嬉しいです。そう願うばかりです(涙)。

**七時雨山には毎年登って**  
大学では登山をやりました。岩手山、姫神山、八幡平には、バスがまだ松尾山までしか行かない頃から登っています。登山は今も続けています。七時雨山には、毎年登っています。このごろは、心配されて家族が付いてくるようになっていますが(笑)。

宇部功さんは、小学校の校長を退官した後も、鶴彬と平和の特別授業を県内外で続けています。その名は全国に知られ、授業の一部は石川テレビの特番でも放送されたそうです。



石川県の小学校での授業にて。

小学4年生～中学3年生 クラス指導

冬の「自信」は、飛躍につながる。

## 能開の冬期講習



申込受付中!

12/25(土)～1/7(金)

能開センターの力をつけるメソッド

- 学習状況をしっかり把握 「学がおもしろさ」が伝わる授業を追及します
- 「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

お得な「冬得」キャンペーン実施中!

入会金  
(22,000円税込)  
無料

・冬期講習と通常ゼミを同時にお申込みの方  
・冬期講習・体験講習いずれかにご参加のち、  
3学期ゼミにご入会の方

冬期講習期間中  
自習室が使い放題

冷暖房完備  
質問もできる  
21時まで開放

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

受付時間:水～土 15:00～20:00  
担当:吉田

詳細はこちら!



個別指導Axis緑が丘校 × 緑が丘しんぶん 丘

## 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
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)

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

