

今身は100号 緑が丘しんぶん丘

緑が丘を中心に約7千7百世帯に無料配布しています！
特別に 材木町・三ツ割地区一部にも配布しています。
(高松・上田・桜台・青山・本宮には配布されていません)

♪明日という字は明るい日と書くのね、そんな唄が昔にあったとか
(アン真理子「悲しみは駆け足でやってくる」)
それにしても今は「アンマリな世界だ...」
それはとにかく
「この人に違いない！」と思える人に
この世で偶然に出会えるかも知れない
(あるいは出会えない かもしれない)
それが分かるのは
そんな人が眼前に現われた そのとき
そんな人が現れたとしたら 本当にシアワセ
一生かかっても現れないそれが普通らしいから
目の前に現れてくれたのですね！
それが嬉しく嬉しくて
♪また明日を待っている♪ Ah♪
(ザ・イエローモンキー「JAM」)

つたないけれど
心こもったテーマ
走らせるボイスレコーダー
これから あなたの隣で暮らせば...
天空の丘で思っています



「岩手」という字は「若手」に似ている。
「岩手県」ではなく「若手県」ですね。

小説「が丘ガール」に登場する雅彦君の雄姿
縄文土偶のお面を手にして。(C) I. R

第100号

2024年3月20日発行 (毎月1回発行)

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 FAX 019-641-9678
緑が丘、黒石野、東黒石野、東緑が丘、岩脇町、上田堤、箱清水、材木町、三ツ割地区一部等への全戸配布型フリー(無料)ペーパー。約7,700部発行。

広告掲載のご依頼、お店の取材依頼などお気軽にメールください♪

第100回

素敵な店が、こんなところに。
丘の上のシヨップ
「テーブルの上で世界一周」

ワインショップ・アッカトーネ539さん



アッカトーネ539
JSA公認ソムリエ
店主 松田 宰 さん



ワインショップを始めて

ワインを仕入れて売るといふシンプルなお店ですが、選ぶところに「審美眼」が問われています。お客様の「選ぶ喜び」に添えるように工夫もします。この地域で愛される店になりたいと思っています。

莫産丸に店を出して

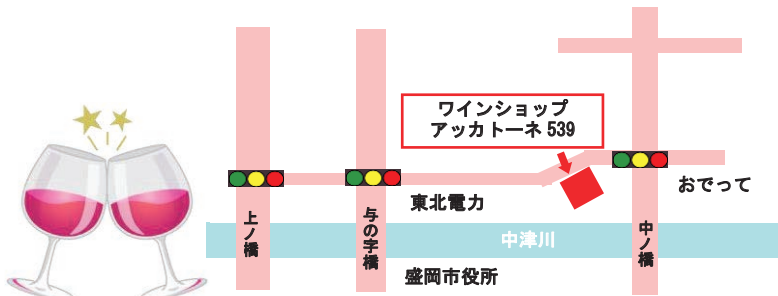
オープンから一年半くらいです。美味しい物にカテゴリーは関係無いと思います。例えば、日本酒でもワインにしても「いいものはいい」と思います。美味しい物は、物ではなくて「生き物」のようです。仕事柄、ワインの試飲もしますし、体が資本だと思っています。毎日、汗を出してリフレッシュするのは大事です。毎日、ランニングで七キロくらい走ります。イタリアには二年くらい住んでいました。これまで五十力国くらいに行っています。ポルトガルは、はにかみ屋さんの多い国です。それもあってか、すぐく落ち着きました。これからは海外には足を運びたい。

ソムリエの資格を取って

ソムリエの資格を取りたいと思い、東京でワインの修業をしてソムリエの資格を取りました。二十六歳の時に盛岡に戻ってワインの店「アッカトーネ」をオープンしました。美味しい物を楽しむというのを追求しようと思いました。

ワイン講習会開催しています

美味しい物に出会う機会が多かったと思います。それをプロとして伝えたいという気持ちからワイン講習会も開催して参りました。明日も開催します。次回で八百回目です。



ワインショップ・アッカトーネ 539
盛岡市紺屋町 1-33 澤井屋 1F
TEL. 019-624-3310 Mail contact@accatone.jp

営業時間
火～木 14:00～21:00 日曜日 14:00～21:00
金・土 14:00～23:00 定休日 毎週月曜日

わたなべ 内科 脳神経内科 クリニック

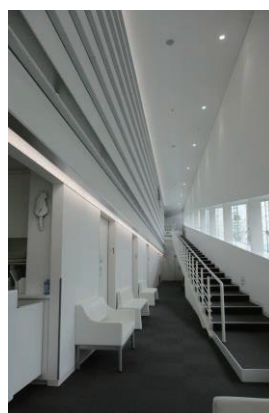
高精度1.5テスラ最新MRI機器、リハビリ施設完備

- 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

くらもち ひろゆき さんの

そこはそれ *essay* エッセー

劇作家くらもちひろゆきさんの脱力系のエッセー、随時掲載します。お楽しみに！

読者の娘さん（元保育士）が子育て中だとか。悲喜こもごもの「子育て奮闘記」を綴ります。



くらもち ひろゆき さん

劇作家、演出家、「架空の劇団」代表、盛岡市在住。日本劇作家協会東北支部長等を歴任。

第8話 僕の双六

「架空の劇団第17回公演「露と答へて〜鬼の業平 仏の双六〜」の企画書に書いたものです。この作品は、架空の劇団が誇るもう一人の座付き作家、高橋拓による新作です。二〇一三年十一月に上演された「まるで血を塗ったような月が降りてくる〜月下の一群 亜米利加編」以来、2年ぶりとなります。

これまで、高橋は、詩人をモチーフとした『月下の一群シリーズ』のほか、歌人や歴史上の人物などが登場する作品を得意としてきました。今回は、二〇〇九年8月に上演された「風流怪談シリーズ」のPART2ということで、伊勢物語で有名な在原業平を取り上げます。作品の各所にちりばめられた業平の和歌と、現代を生きている若者の忘れられない思いが交錯し、そこに、いつの世も変わらない男と女の切ない物語が繰り広げられます。

演出は架空の劇団代表のくらもちが手がけ、繊細かつ大胆に作り上げている真つ最中です。出演者、スタッフも様々なメンバーが揃いました。架空の劇団オリジナルメンバーの他、常連、はたまた久しぶり、そして初出演など、多彩なキャストの個性をお楽しみいただけます。（あらすじ）

とある日本のバー。そこでは、とある男が不機嫌そうにグラスを握っていた。そこへ、意味ありげに笑みを含んでいる男がやってきて、とある禁断の酒を勧めてきた。そしてその男はこう言う。「これは、心の薬です。」

広告募集！
メールでお申し込みを！
iwate_forum2015@gmail.com
これが、全体で1コマです。
1コマ 9,000円（税別）

連載

子育て *ダイアリー* Diary

第18話 息子が虜に

大谷選手の特集を集中して見る息子(笑)

岩手県出身のスーパースターと云えば、大谷翔平選手。



おたにい〜！

彼は、わずか1歳8ヶ月の我が息子のことまで虜にしてみました。ニュースで大谷選手が出ると「あ！あ！！」と大興奮。少しずつ話せる単語が増えてきて、最近ではテレビに向かって「おたにい〜(大谷)」と言うように(笑) 「大谷さんは？」と聞くと、バットを振ってるような動作をしたり、転がってるボールを投げてみたりするので、どんな事をする人なのかしっかり理解してるんだなあと関心しています。

アンパンマンを見ていても、途中から「おたにい〜」と言ってくるので、子どもだからと思って子ども向けのもので与えてしまいがちですが、その子の興味のあるものや好きなものを分かってあげることも大切だなあと、息子に気付かされました。(そらママ)

技あり！ PC・スマホ 活用術 第11回

QRコードの読み取り方！



江見 真一先生 (YESパソコン学院)

こんにちは。パソコン教室で勤務をしていると、特に中高年の方からの質問で一番多いのがQRコードの読み取り方です。昔は、パソコンからホームページのアドレスを入力してね、というサービスが多かったのですが、ここ最近では、スマホ需要が高まり、ホームページを見る方の7割〜8割がスマホを利用して見るようになっています。その為、QRコードを読み取るだけで簡単にホームページに誘導できるよう設置する企業やお店が増えていきます。今回は、今更聞けないシリーズという事でQRコードの読み取り方を簡単に解説します。



- 1. カメラアプリを起動します。
2. QRコードを撮影するようにカメラをかざします。
3. たいていの機種は自動で読取り、サイトを開くようなボタンが出てきます。
※一部機種はQRコードを読み取るアプリが別途必要となります。無料アプリなのでPLAYストアから探して設定できます。

中ノ橋通で「ひねもすほっと茶屋」を運営されている吉田さんが日々の想いを綴ってくれます。お楽しみに！

連載

ひねもす ほっと茶屋 さんの

まったり *Blog* ブログ

第12回 間違い探しクイズです(笑)

間違い探しクイズ
これは、いちのせきセレナーデ という音楽の人たちです。
良い子のみんな！
写真①と写真②を比べて、間違いを探してね。



よしだ かずを さん

地元ミュージシャンとしては「草分け的存在」と言われております。長年、中津川ペリフォーメーションの実行委員長にも。店では、昼のランチは私が調理します。夜のお酒タイムも私がやって、午後の「お茶タイム」は女房に任せて休憩しています。



つぎやき 1 (読者さんから、写真付きで届きましたので掲載します)

写真①



写真②



最近子供達と、週末になると白鳥・カモに会いに行つてます。慣れた手つきの子供達です。ちなみに、最近では、紫波にある五郎沼まで足を延ばしています。(Z・M)



わたなべ先生の健康ノート (第97回)

地域の方々の健康維持と健康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)

朝起きたら首が痛くて・・・『寝違え』について



わたなべ かつみ 先生
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いました。

「寝違え」とは

睡眠から目覚めたときに首の後ろや首から肩にかけて痛みが出ることを、いわゆる「寝違え」呼びます。寝違えは、医学的な病名ではなく、正式には「急性疼痛性頸部拘縮(きゅうせいとうつうせいけいぶこうしゅく)」と言います。「拘縮こうしゅく」とは、筋肉が極度に緊張して収縮、固まってしまっている状態の事を言います。

「寝違え」の症状

いわゆる寝違えの特徴的な症状は、睡眠から目覚めたときに首を動かすと、首の後ろや首から肩にかけて生じる筋肉痛のような鈍い痛みです。

特定の方向を向くときに痛みが強くなり、痛みで首を動かさないこともあります。右に向くと痛い、前に倒せない、後ろに倒せないなど痛め方によって制限される方向は様々です。

ほとんどのケースで首から肩にかけての痛みは2~3日で治まりますが、どの方向にもほとんど首が動かさず安静でもひどく痛みを生じる重度な症状に至るケースもあります。



寝違えを予防しよう!
寝違えの主な原因(誘因)は寝ているときの不自然な姿勢であるため、正しい姿勢で寝ることを心がけたり、就寝環境を整えたりすることで寝違えを予防できます。
腰が沈みすぎるベッドや寝返りしにくい高さの枕などは使用を見直しましょう。
自然な寝返りができる寝具を使用することで、筋肉や背骨への負担が軽減されるため、不自然な姿勢の予防に効果的です。
また、筋肉が緊張やコリで硬くなっている寝違えしやすくなります。
しっかりと湯船に浸かって体を温めたり、寝る前に軽いストレッチをしたりして筋肉をほぐしておきましょう。



朝起きたときに、首に強い痛みを感じて動かさなかつたり回せなかつたりした経験がある方も多いのではないのでしょうか。
このような症状は、一般的に「寝違え」と呼ばれています。
寝違えは、本格的な体調不良とは言い切れないまでも、肩や首の痛みで動きが著しく制限されてしまいます。
通常、時間の経過とともに改善していきますが、一日中不快で気になってしまったりためだけに早く改善したいもの。
今回は、多くの人を悩ませている小さな不快の一つ、「寝違え」の正しい対処法と予防法をご紹介します。

寝違えの原因
寝違えは、検査しても骨などに異常がみられるわけではないため、明確な原因は不明とされています。しかし、寝違えの主な誘因は、睡眠中の不自然な姿勢とされています。
睡眠中は筋肉が緩んだ状態になるため不自然な姿勢が長時間続くと首から肩にかけての筋肉や腱(いわゆるスジ)に負担がかかり、その結果、血行不良や炎症が起きて、寝違えを発生してしまうのではないかと考えられています。

寝違えの検査と診断
多くの場合、時間経過とともに痛みが改善して徐々に首を動かすことが可能になり自然と治っていきます。
ごく稀に寝違えするというのは誰にでもあることで、自然に痛みがとれるのであれば、あえて治療することもありませんが、痛みが強く日常生活に支障をきたす場合、なかなか治らない場合(1週以上続く場合)、しびれを伴う場合、症状を頻りに繰り返す場合には「頸椎椎間板ヘルニア」「変形性頸椎症」「頸椎症性神経根症」「頸椎症性脊髄症」「頸髄腫瘍」など本格的な病気の可能性もあるため、受診をお勧めします。
問診(症状の経過)と診察(首のどの辺りが痛い)、そして検査ではX線やMRIなどの画像検査を行います。
寝違えは、椎間板ヘルニアなど他の病気を除外することで診断されます。

寝違えの治療法
診察や検査の結果、寝違えと診断された場合、消炎鎮痛薬(内服薬や外用薬)が処方されます。
拘縮(こうしゅく)が強い方には、筋弛緩薬やこむら返りの治療で使う漢方薬が有効なこともあります。
また、首の筋肉や筋膜に局所麻酔薬を注射する治療を選択するケースもあります。
寝違えてしまったときの対処法
基本的には寝違えは安静にすることが基本です。無理に動かすことはせず、日常生活の中で徐々に首を動かすことで治っていくのが一般的です。
症状が起きたらまずは炎症によって痛みが生じている箇所を冷やし、痛みが弱まってきたら(炎症を起こしている状態が落ち着いたら)冷やすのをやめて、首や肩の血流を促す目的で逆に温めましょう。
首や肩の筋肉をほぐす目的で痛みを感じない範囲での穏やかなストレッチを行うことも効果的な場合がありますが、痛みを我慢した過度のストレッチは逆効果となります。

ホワイトニングの特長

- 1 歯の内部から白くします
- 2 歯を強くしながら白くします
- 3 飲食制限はありません

素敵な笑顔を作りませんか?
これまでマスクをしていることが多かったと思いますが、皆さんはマスクを外して大きく口を開ける準備は出来ていますか?
ざいもくちょう歯科では、この度、ホワイトニングシステムを新たな方法に変更しました。
新しいホワイトニングは、歯を強くしながら白くする、飲食制限がない等のこれまでと違ったホワイトニングを提供することが出来るようになりました。

一生美味しく食事ができるお口の健康を提供しています
ざいもくちょう歯科
019-653-2264

ネット予約 駐車場有
24時間予約可能です
<https://zmt-dc.com/>

入居者募集中 家族の介護で困っている方、ご相談下さい。

入居相談は **019(665)1310**
(相談員) 外川、吉田、外久保まで

介護職員・看護職員 募集中 施設見学大歓迎! お気軽に問合せください!
ハローワークにも登録中。ケアマネージャー、パート介護、介護補助等も。

| | |
|---|---|
| <p>介護福祉士(正職員) 給与: 166,000円~231,000円 ※介護福祉手当・処遇改善手当含む 時間: ①8:30~17:30 ②7:00~16:00 ③13:00~22:00 ④夜勤(6,000円/回)他 休日: シフト制(月9~10日) その他: 賞与支給時に処遇改善手当12~17万円程度支給</p> | <p>介護士(60歳以上・パート) ※高齢者等の特定年齢雇用促進求人 時給: 900円~1,100円 ※介護福祉士の資格をお持ちの場合、時給+30円 ※毎月、勤務時間数に応じた処遇改善加算手当を支給(フルタイムの場合は16,000円) 時間: 7:00~20:00の間の3時間以上 ※就業希望日・時間 相談可</p> |
| <p>看護師(正職員) 給与: 【正看護師】193,000円~256,000円 【准看護師】165,000円~214,000円 ※資格手当含む。オンコール手当(1,000円/回)別途支給、回数相談可 時間: 8:30~17:30 休日: シフト制(月9~10日)</p> | <p>ケアマネジャー(介護支援専門員) 給与: 180,000円~227,500円 ※別途手当支給、経験、能力考慮 時間: 8:30~17:30 ※休憩60分 休日: シフト制(月9~10日) 資格: 介護支援専門員、普通自動車運転免許</p> |

今なら、入職祝い金最大**15万円支給!**
※夜勤可能な常勤の介護職員
※オンコール可能な常勤の看護職員に限る

社会福祉法人みやぎ会
特別養護老人ホーム **なのりの杜・杜2号館・里**
〒020-0001 盛岡市上米内字名乗1-58
TEL. 019-665-1310 FAX. 019-665-1303 ★<http://www.sg-miyagikai.jp/>

問合せ先
019(665)1310
担当: 北村、大竹

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63話 中国名医伝10 (華佗 編 ①)

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。岩手県トライアスロン
協会事務局長もされています。



外見は壮年のよう

華佗(かた)は二世紀から三世紀初頭にかけて知られた後漢時代の名医です。

薬湯の処方や鍼灸に精通していましたが、それでも病気が治らなければ外科手術を施しました。

外科手術では、まず麻沸散(まふつさん)という酒で酔わせて眠らせ、知覚が無くなったところで患部を切開し、病根を切り取って縫合し、一ヶ月で全快させたと伝えられています。

そのほかにも色々な方術に通じていて、年齢は百歳近くになっても外見は壮年のようでしたので、人々は華佗を仙人だと思っていたといわれています。

曹操との因縁話

華佗は諸国から高官としての就職を求められても全て断っていました。最後には同郷であった魏の曹操の侍医となりました。ここから華佗と曹操の因縁話が始まるのですが、その前に小説「三国志演義」に書かれている華佗の話を紹介しましょう。

曹操と戦っていた蜀の武将関羽は、肘に毒矢が当たって危険な状態になりました。

そこに現れたのが華佗で、華佗は関羽の肘を切開し、骨についた毒を削り落とすという大手術を施しました。

関羽は手術の大変な激痛によく耐えたので、華佗は関羽を「將軍は天神だ」と褒め称えました。

後に関羽は曹操との戦いに敗れて殺された。その首が曹操のもとに送られてきました。関羽の首を見た曹操は激しい頭痛に襲われます。

華佗に診てもらおうと、華佗は「頭部を切開して病根を取り除かねばなりません」と言いました。

これを聞いて曹操は、華佗は自分を殺すつもりだと思ひ込み、猜疑のあまりついに華佗を殺してしまいました。

これは小説の話ですが、次回は「後漢書華佗伝」からお話します。

歯の健康

第13回 歯周病と糖尿病の関わり



中谷寛之 先生

歯周病は、糖尿病の合併症の一つと言われています。

なぜ、歯肉の炎症である歯周病が全身疾患の糖尿病に関わりがあるのでしょうか。

歯周病は腫れた歯肉から血管内に侵入して、全身を巡ります。血管に入った細菌は死にますが、歯周病菌の毒素(細菌が死滅しても毒は残る)が血糖値に悪影響を及ぼします。血液中の毒素は、脂肪組織や肝臓からのTNF-αの生産を強力に促します。TNF-αは、血液中の糖分の取り込みを抑える働きもあるため、血糖値が上昇するなど、糖尿病が悪化しやすいです。逆に、糖尿病になると、細菌に対する抵抗力や組織の修復力が低下して口腔内の乾燥が起こるなど、歯周病が悪化しやすくなります。

「歯周病の治療をすると血糖コントロールが改善する」という研究成果も、数多く報告されています。

歯周病の治療をして歯肉の炎症が改善すると、インスリン抵抗性が改善し、それによって血糖値も改善します。

逆に、糖尿病が改善すると歯周病も改善することもあります。

このように、歯科医師と糖尿病の主治医が連携する必要があるため、かかりつけの歯科医院を作っておくと安心です。

(ぜひともくちよう歯科 中谷寛之)

カリスマ美容師のエッセー

第84話

キューティクルとは？

髪と頭皮と私



知ったら優しくしちゃう髪のこと

キューティクルとは、髪の毛の表面を覆っている組織のことです。通常5、6枚が重なっていて、1枚1枚が油分で繋がっているため、キューティクルがしっかりしていると油分によってツヤが出ます。ダメージの無い子供の髪の毛は「天使の輪」が出来ますよね。

ダメージを重ねると剥がれて減りますが0枚になることはありません。しかし、一度減ってしまうと元通りになることはありません。

それによって、ツヤが無くなったり、手触りが悪くなったり、枝毛になりやすくなったりします。

パーマやカラーの繰り返し、スタイリングでアイロンを多用する場合でも、ダメージは重なりますので、普段からトリートメントやオイルでケアすることは大切です。



中館 弥寿夫 さん

2010年HIKARI CUPグランプリ・ジャーナル賞、2012年ミルボン・デザインアワード最高賞、2018年ジャパンヘアアドレッシング・アワード北海道・東北エリア・ミネートなど。

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」の岩持さんによる社交ダンスにまつわるコラムです。

社交ダンスの話 第64話

「社交ダンス」ってどんなダンスだと思いますか？



知っている方も多いと思いますが、社交ダンスは、男性と女性がペアになり、男性がリード(エスコート)、女性がフォローしながら踊るダンスです。

それが近ごろ変化が...

・男性同士または女性同士がペアになり並んで同じステップをして踊るラテンダブルス

・女性が男性パートのステップを覚えて女性の方と踊る(ダンスパーティー等で男性に誘われなかった時、女性を誘って踊ることができます)

・男女ペアになりますが、女性がリーダー、男性がフォローといった男女が逆転して踊る など...

もちろん「男女がペア。リードとフォロー」がベースですが、令和に入る頃から社交ダンスも多様化してきております。

いろいろな社交ダンス！ 楽しみ方も、いろいろです！

Shall we ダンス？

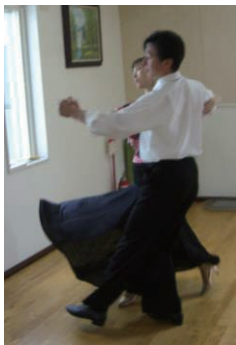
社交ダンス、踊ってみませんか。

ストレッチ たいむ

毎週月曜日 11:00~ (45分)

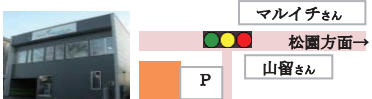
1回 500円 (初回のみ入会金 3,000円)

気軽にストレッチ！ 自分の体と向き合う時間です。



いわもちダンススタジオ ☎ 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



お店のこと、この新聞で紹介してみませんか？



滝沢市で見つけた虹

広告募集！

メールでお申し込みを！

iwate_forum2015@gmail.com

これが、全体で2コマです。

2コマ 18,000円(税別)

つばやき 募集！

氏名、住所を明記して下さい。
メールでの応募は
→ iwate_forum2015@gmail.com
ハガキでの応募は
→ 滝沢市菓子208-31
緑が丘しんぶん編集室 宛

つばやき 2
若かりし頃、或る俳句の全国大会に応募し、何と、「大会賞」の一つに選出された。賞状が届きました。「もっと好きになりたかった○○○」という俳句作品でした。後日談。これを知った恋人が怒り出しました。「その女の人をもっと好きになりたかったのね。」後日談もう一つ。当時通っていた句会の老年指導者が「これは君のことだよ。」と答えておけば丸く収まったのに。」と言いました。(匿名希望)



診察日時は、電話でご相談ください。

はり灸 ささき

鍼灸治療 佐々木正人

☎ 019-663-6337



風とa oの美容室
緑が丘ヒルズ入口。
tel 019-681-4302

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](https://line.me/tv/@i_s_a_7399)



往診できます。
不定休です。
交通手段のない方は、
ご相談ください。

緑が丘で保険代理店を営んでいる佐藤晴紀さんの会社のみなさんの日々の出来事を紹介します。

ほんわか・・・

連載

家族日記

第100話 虫歯

数か月前のある金曜日のこと。子どもの頃に入れた銀歯がズキンズキンと痛み出した。まあ、痛み止め飲んで月曜日にでも歯医者予約しよう。と思ってなんとか土曜日の夜まで市販薬を飲んでいましたが、土曜日の夜になると痛くて痛くて眠れないほどの痛みになり、一晩苦しんで日曜日でも営業している歯医者を探していたところ、歯医者の当番医もあるんですね。

知らなかった。当番医とは小児科とか外科とかしか考えたこともなかったので、歯医者の当番医とは初めて知りました。しかも見たら近所の歯医者さんじゃないですか〜。これは運命 ｷ

そしてどうせ家にも痛くてたまらないので朝7:30に歯医者へGO！ 駐車場へ到着したら何と！男の人が中に入っていくではないですか！ え〜！こんなに早くからもう開いてるなんて、すごい歯医者さん ｷ

と男の人に次いで入っていったら、なんと男の人は先生でした（笑） 「ずいぶん早いですね（笑）どうぞ㊤」

と言ってくれて優しいじゃないですか(ノ_ノ) ん〜神！ 『先生こそ早いですね。先生って看護師さんより後にくるもんだと思ってました（笑）。それより先生、痛くて痛くてたまりません(´；ω；`)ｸｯｸ・・・etc』と私の痛かった数日の話を聞いてくれ、共感してくれた先生がなんととも神様のように見えました ｷ

子どもの頃以来、歯医者は痛い・先生は怖いもんだと思ってきた私のイメージはすべて、その歯医者さんでひっくり返されました。

しかし虫歯の痛いのってほんとビックリ。こんな痛いんですね。歯も車と一緒にメンテナンス必須です！今回よく勉強いたしました。ところでその後のことですが、もちろんのことこの歯医者さんに通っています ㍻ 相変わらず先生は優しいです ㊤

認定補聴器専門店を営んでいる田中敦さん、このたび、「終活カウンセラー」の資格を取得されました。これを機に、コラムを一新しました。（編集室）

連載

プロが語る補聴器および終活への想い

第5話 年度が替わり、気持ちも環境も・・・

こんなにも雪の降らない年は おはようございます、補聴器1番館の田中敦（たなかあつし）です。読者の皆様、いかがお過ごしでしょうか。あるお客様は、高齢者にとって「除雪作業は腰にくるんだよ、特に春先の重い雪は」とおっしゃってました。確かに。春先の雪はなにかと重いですからね。降らない事で助かる点も。さてこの3月4月は卒業・入学、就職や転職など何かと家族や身内の生活環境も変わる月。我が家においてはこの春、1人娘が中学に上がる年となりました、早いものですね。中学校までの登校時間、25分位？と、今までの倍か。



たなか あつし 田中敦さん 田中さんは浄法寺出身。現在、高松に奥様と娘さん、保護猫7匹(内2匹障害あり)とお住まいです。

「終活」は紙に書く事から ひとえに「終活」と言ってもかなりの分野多岐に渡ります。そこで「お勧め」しているのは・・・ 「終活ノート」の活用（作成）です。 「終活ノート」の目的は「可視化」です。目に見て取れる様にする事は「自分に必要な」「優先」すべき重点項目を見つけ出すことです。

確かに「今」切羽詰まった状況に無い事で「先送りしたい事」ではあると思います。だからこそ「ちょっとだけ」「少しでも」動ける身体・働かせれる頭のあるうちに取り組みはじめてみてはどうでしょうか（という考え方を加えてみては）。 聞えにしても何にしても、「人生そんなに長くはありません（書いている自分にも当てはまる）」 欲しいもの・やりたい事・したいもの、未来は「今この瞬間」の積み重ねでしかありません。 「今」を取り組んでいきませんか。



こちらのQRコードをお手元のスマホで読み取って下さい。4回に渡り解説されています。 スマホを使っていない方はご家族や友人知人に頼んでご覧になってください。

専門医の先生が直接に語られていますので、これから補聴器をと考えていた方やご家族様に、既に持って使っている方が「しっかりとこない等」でお困りの方などにも是非見て参考にして頂きたい（学んで自分のものに）内容です。 先月と今月は補聴器について参考になる「動画」がありましたのでご紹介させて頂きました。

日日是恋日

連載

「日日は好日（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。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。「日日は好日」になぞらえて、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38話 甘え



高前田 博子さん

『岩手日報随筆賞』最優秀賞を受賞。 雫石町在住。

「まだ早いけども、一本付けてくれ」 客の藤田は開店を待ちきれず、日の高いうちからひよいと酒場に顔を出す。ほどなく従業員が出勤した。藤田のお気に入り娘だ。垂れ目で顔立ちが幼い。体が膨よか胸が程よく膨らんでいる。ぶつさらばうな物言いが、かえって親しみが持てた。祖父と孫のようなたわいのない会話が続き。 「ねえ。昔、仕事何してたの」 「二十歳で棟梁になれた」 「棟梁？何だか知らないけど、すごい。それから社長とかになったの」 「いや。大工は大工だ」 大工の詰所なのにパソコンや機械ばかり並べて。昔は土間に薪ストーブ焚き、近所の年寄りがあったまりに来た。と続けた。 「古き良き時代ね」 「愚痴聞いてくれたお札に何か買ってやる」 チヨは鼻声で藤田に抱きついた。

その夜、藤田の家では息子が不機嫌だった。 「いい年をして小娘に狂っている噂だ」チヨの居ないう時、藤田は私にボツリと漏らした。いつになくしんみりと話は続いた。「俺は今まで働きずくめだった。若い娘に少し位、金を使つたつて...」 数日後、店に振りの客が来た。仕立ての良いスーツ姿で決めている。三十代のスラリとした男だ。チヨのところに目を遣り値踏みするように見た。私は思わず気取って言葉をかけた。 「ステキな洋服。初めての方ですよ」 男は気を良くし、大きな目を細めた。 「知り合いにこの店を気に入っている人が...」 「まあ嬉しい。どなたでしょう」 カウンターの隅にいた藤田にツカツカと近づき男は隣に座った。 「父さん。いい店だね。俺にも一杯くれよ」 ほどなく男、藤田の息子は店を後にした。 「藤田のじいさんが社長さんだなんて」 チヨは目をパチパチさせた。 「今じゃ何も足しにならねえ。名ばかり社長だ。息子は建築の外に不動産だ。ホテルのオーナーだと手を広げて...」 「じゃ会社辞めて、隠居すればいいじゃん」 「でもなチヨちゃん。こんなじいでも息子が困った時、役に立つこともあるうって」 「年の功だもんね」 ある日、藤田は会社の建築現場をのっそりと訪れた。

会社に出るなんて久しぶりだ。息子がスーツ姿で施主らしき人と話をしている。頑固そうな老人だ。居酒屋、水道屋、ペンキ屋を職人が入り交って活気があった。茶髪の若者もいる。元請けの社長とも知らず怪訝そうな顔で藤田を見ている。 その夜、藤田の家では息子がしよげっていた。 「今日は、建築主の方と揉めてね。父さんの前で悪かったけど、年寄りには意固地で困る」 「当たり前だ。家は一生もんだ。ちゃんと話を聞いてやれ。立派な図面だけでは住みやすい家は建たねぞ」 仕事には口を挟むことがなくなった父が、いつになく息子にきつぱりとした口調だ。 数日後、藤田は一人の老人を伴って店に来た。 「藤田の社長さんお友達ですか」 珍しそうに私は尋ねた。 「大事なお客様だ。美味しいつまみ頼む」 「ツレバフオード。エアサイクルだ。バリアプリ、システムキッチンだ。横文字ばかり並べて。何か言え」 「契約書に無いので追加費用が掛かります」って言われる。老人はギョロリとした目をして捲し立てた。 「ごもつとも。でも、まず、この年寄りに免じて...」 何なりとも話してくだんせ。 老人は藤田が建設中の家の施主だった。 次の日の夕暮れ、藤田は息子と酒場に来た。 「父さん。例の頑固じいさん、妙に話が分かるようになった。工事費の糸目は付けないって」 「そうか。よがったな」

丘の上の

格言

第13回

絀屋の白袴

絀屋（こうや）とは、染め物屋の店主のこと。 絀屋は、白い生地を紺に染めるが商売です。 白袴（しろばかま）は、白いままの袴。 つまり、絀屋の店主は染め物の仕事で忙しいために、自分はいっている白い袴を染める余裕が無く、いつも白い袴を着ている。 転じて、他人様のお世話に忙しくて、自分の専門技術を役立たせていない。 さらに転じて、他人のことで忙しくて、自分の事となると、からきしダメな人のことを指す。 褒め言葉ではないような使われ方がなされます。 しかし、「絀屋の白袴」は、たいていの人の性分でもあります。自分の専門技術を自分の為に役立てればいいのに、ついつい、自分のことは後回しにしてしまします。 仕事で忙しくてばかりで自分のことを振り返る余裕が無い、そういう言い方も有り得ますが、この姿、憎めないですよ。 なので、いつも白い袴を着ていてもイイですよ。 他人のことばかりで自分のことをする暇がない、それでイイんです。開き直りとも聞こえますが、そうするしか無い、そういう性分の人は他人には有難いのでした。「絀屋の白袴」は、必ずしもイケナイことではないと思われまます。（編集室）



おのだりえ 小野田 利枝 さん

スタッフの皆さんと

上田で電器店を運営され、家電の体験教室も開催されています。

Panasonic



洗剤等を「自動投入」する洗濯機

2023年10月発売のドラム式洗濯乾燥機はさらに進化し、業界初の酸素系液体漂白剤まで自動投入できるようになりました。この洗濯機の箱型タンクは3つで、容量は100ml(液体洗剤)、800ml(柔軟剤)、700ml(酸素系液体漂白剤)おしやれ着洗剤のどちらか)ほど。最近の洗剤は詰め替え用パウチで販売が増えたので、1袋ずつをセットする勘定です。操作は洗濯物を入れてタッチパネルでコースを選びONするだけ。あとは洗濯機が勝手に洗濯物の重さを自動計量し、これに最適な量の洗剤を自動投入して洗濯が始まります。

たかが1分されど1分で、おどろくほど洗濯が楽に感じます。意外な発見は、洗剤が減りにくくなったことです。注意しても手計量の時は、洗剤を入れ過ぎていたみたいですね。また洗濯コーナーに並んでいた洗剤のボトル類を撤去できたので、スッキリとした空間になりました。最近では自動投入付きを指名買いする洗濯男子も来店しました。ここまでの浸透ぶりを目の当たりにすると、実力を認めざるを得ません。流行りものにはとどかず、巻かれてみるのも大事ですね!

新しい家電、古い家電、かしく素敵に使用したいですね。上田の「柿沢電器」さんのご協力により掲載します。

連載

かしい家電術

第78回

LED

流行りものには、巻かれてみよう!

あまりに便利すぎて... 緑が丘しんぶん百号おめでとうございませう! 記念すべき特別な紙面に載せていただき感謝感激です。こんな時こそ何か新しい家電のご紹介を... と思うのですが。このコラムもおかげさまで回数を重ね、時おりネタに悩むことがあります。日々たくさん最新家電が世の中に生まれていますが、ここでは見たり使ったりして良いな... と思ったものを取り上げてきました。そのため、あまりに便利すぎて「ここまでするかな?」とはてなマークがつくと、人気があっても触れずに来たものもあります。その筆頭が、近頃よく耳にする洗濯機の

「自動投入」... 満を持しての登場 「自動投入」で、今回、満を持しての登場です。「自動投入」は、工業用機械などで以前から存在していたシステムです。これを家電に取り入れたのは、1987年にパナソニックが世界で初めて製作したホームベーカリーです。パン生地を練る過程で、イースト菌の発酵は重要なステップ。センサーが適切なタイミングを感じ知して、イースト菌を自動投入することで、ふくらしたパンを自宅でも作ることができると評判になり、その後は欠かせない機能になりました。

洗剤等を「自動投入」する ホームベーカリーに使うならまだ納得ですが、2017年、今度はなんと液体洗剤と柔軟剤を「自動投入」する洗濯機を、業界で初めてパナソニックが作ったのです。洗剤や柔軟剤を入れることなど、手作業でもたかだか1分ほどの操作です。大した手間でもないのにわざわざ機械に頼るとは「せつごだごだ/盛岡弁」と思いました。が、こつちの予想は大きく外れて大人気!

社会福祉法人 岩手愛児会 盛岡市上田字松屋敷 11 番地 14 TEL: 019-662-5696

職員募集! 児童養護施設みちのく・みどり学園 連絡先 岩手愛児会事務局 電話 662-5696 担当・新田

丘の上の クイズ コーナー 第3回 焼酎「銘柄当て」クイズ 問題 今日、酒造りのときクラシック音楽を聴かせる酒蔵は、あちこちにあるようです。音楽を聴かせると「まろやかさ」が増大するらしい。音楽の刺激によって発酵が促進されて貯蔵時には熟成の効果を高める、そう解説する酒造会社がネットから出てきました。この焼酎製造メーカーでは、三十年以上前から「音楽仕込み」製法と銘打って発酵・貯蔵の段階でクラシック音楽を聴かせているとのこと。モーツァルト音楽を聴かせる酒造メーカーとして草分け的な存在だと思われます。そこでクイズです。その焼酎の銘柄名をお答えください。漢字で2文字です「OO」(ヒント)この焼酎は「OOゴールド」などと命名。 応募方法 メール・ハガキで応募できます。ファックスは不可です。メールでの応募は iwate.forum2015@gmail.com ハガキでの応募は 滝沢市菓子 208-31 緑が丘しんぶん編集室 「緑が丘郵便局」(緑が丘3-2-3)さんに、受け取りに行ける方のみ、ご応募ください。〒、住所、氏名を明記の上、「丘の上のクイズコーナー第3回の答...」と記載のこと。締め切りは、令和6年4月5日。個人情報引換券発送以外に使用いたしません。なお、前号の正解は、「一刻者(いっこもん)」でした。



阿部 店長 さん

連載

女性店長の コンビニ日誌

第47話 AIとコンビニ

二月某日 晴れ。あと少し。春はそこまで来ています。今盛んに取り上げられているAIですが、これまでコンビニはAIの仕組みで動いて来ましたが、たとえば、商品が売れると、自動でAIが補充に動きます。お客様に「欠品の迷惑」を掛けまいとして。ただ、「この商品は、今後は売れないだろう」と判断できる場合は、店側の判断で、補充しないようにも出来ます。最後は、人間の判断を取り入れるというフレキシブルな対応が求められるときがあります。また将来、無人のコンビニ店舗が一層増えると思われまます。バーコード読み取りではなく、カメラが自動で撮影して精算する方向に向かうでしょう。カメラのほうがお客様に面倒がなくてスピーディーだからです。そんな中でも大事にしたい事は柄はただ一つ。お客様に買いたい物を楽しんでいただく。これです。AIというのは一つの手段だと思えます。本日も張り切っています。

ファミマカラーの新商品

ファミマカラーの商品の一例をご紹介します。店に足を運んでいただき、お好みの品を探してみてください。



パイの実



香るエール



烏龍茶

連載

丘の上の

神写真(14)



滝沢在住の小坂信さんの写真 望郷 姫神山より岩手山を眺む(C)

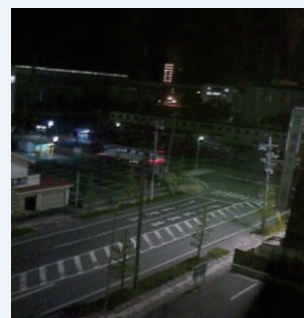
シネマ+寝まる=「シネマる」とは、映画・DVDをくつろいで観ることです。編集室の造語です。ステキな映画をご紹介します!

シネマ cinemar べし!

第7回 落下の解剖学

この映画の公式サイト →https://gaga.ne.jp/anatomy/

(ネタバレ的あらすじ) 人里離れた雪山の山荘で、男が転落死した。転落死した夫は事故なのか、自殺なのか、殺人なのか? はじめは事故と思われたが、次第にベストセラー作家である妻(サンドラ・ヒュラー)に殺人容疑が向けられます。現場に居合わせたのは、視覚障がいのある十一歳の息子だけ。事件の真相に迫る中、夫婦の秘密や嘘が暴露され...



岩手の街の片隅で (映画とは関係ありません)

2024年2月公開映画 監督はジュステイヌ・トリエ、主演はサンドラ・ヒュラー。昨年のカンヌ国際映画祭最高賞を受賞しました。またゴールデン・グローブ賞(脚本賞)を受賞した映画です

(個人的な感想) 後ろめたさや隠したい事柄など、人間にはいろいろ側面があるものだと改めて思いました。「妻は、黒か白か」という見方もできるが、妻は夫を愛していたのか、それを証明することは可能なのかというの裁判の裏テーマになっていて、夫婦関係の難しさが伝わってきます。夫婦二人にしか分からない関係をどうやって陪審員に伝えられるかという話が裁判で展開されます。夫が録音していた夫婦の喧嘩の声がUSBメモリーに残されていた。夫婦とも作家だったが、妻は順調に出版を続けていたが、夫は書き止めた。亡くなる直前も、夫は高音で音楽をかけて妻への取材を中断させるといふ嫌がらせをしていた。夫がかかっていた精神科医などの証言からは、妻が夫を責めていたように聞こえるが、あるケースだけを切り抜くと一方が悪く他方が被害者のようにも見えます。家族生活の一部だけが強調されることも出てきます。女性には多面性があることも感じます。最後までわからない展開です。

率直な感想... 落ちた男とその妻、二人の間にある微妙な事柄を「解剖」する、そういうストーリー、それで「落下の解剖学」と命名された? 嫉妬や憎しみ、後悔や妥協、それらに無縁な夫婦関係は無いのでしょうか? サンドラ・ヒュラーは素敵な俳優さんです。

うろだのな僕 はのるいて見を近遠のこ るいに隣が でんか浮が てシラキラキが街

君

N・H
(C)

「緑が丘しんぶん 丘」の紙面を活用して、俳句・川柳・詩に関する作品と、何か別の事柄とのコラボを仕掛けてください。

「緑が丘しんぶん 丘」は、スペースを無料で提供します。例えば、詩作品と地域グルメ店とのコラボ。俳句・川柳作品と絵画などのアート展のコラボなど。

ページ全体を「緑が丘ステージ」と命名します。緑が丘しんぶんへの掲載について、ご自由に企画してください。

新たに表現者を募集する必要がある場合には、その募集も可です。コラボ事業、タイアップ事業は、非営利での個人的な活用、商業用の活用を問いません。いずれの場合でも費用は無料です。

お申込み等についてはメールをいただくと幸いです。

ステージ STAGE 企画 自由!

「緑が丘しんぶん 丘」のスペースを【表現の場】として開放します。費用は無料です。

該当団体は3団体程度とさせていただきます。
無料提供は、各団体3か月程度を予定しております。

お申込み・問い合わせ先 メール iwate.forum2015@gmail.com

星になれ! 「わけスダズ」とは、こちらの地方の方言でしょう。「若い人たち」という意味になるのでしょうか。「わけスダズ」は当編集室の造語です。若い人は、いつかはスター(星)になる可能性を秘めています。実際に、スターにならなくてもイイ。「貴方だけの人」になれば、それでイイ。

優れモノ家電

液体洗剤・柔軟剤・おしやれ洗剤だけでなく、**酸素系液体漂白剤まで自動投入**



冬の朝など盛岡の水道水はヒヤッとします。こんな時に自動で水温を上げて洗浄力を発揮する約15℃洗濯モードは、結構気に入っています。また40℃や60℃の温水を保ちながらディープに洗浄するコースも、ちょっと使いたいときがあるんですね。



(有) 柿沢電器
上田3丁目5-25
電話 622-0593

<https://panasonic.jp/wash/>

| | | |
|--------------------|------------------|------------------|
| タンク容量 約1,010 mL | タンク容量 約890 mL | タンク容量 約730 mL |
| 液体洗剤 | 柔軟剤 | おしやれ着洗剤 |

業界初! 酸素系液体漂白剤



FamilyMart 盛岡高松四丁目店 4号線

高松の池

5周年になりました!

ダブルクリームサンド
シュークリーム
しっとり食感のバウム

三角州のファミマ 24時間営業 高松4丁目1-30

脳神経内科さん
わたなべ
ガンリン
スタンド

盛岡三高

三馬橋方面

ヘルフまつその行き
「無料お買物バス」時刻表

「配達サービス」(無料)があります!

| No | 停留所 | 火曜日 |
|----------|-----------------|-------|
| 1 | ヘルフまつその出発 | 14:15 |
| 2 | 新 県営松園西アパート8号棟前 | 14:18 |
| 3 | 教員住宅前バス停 | 14:21 |
| 4 | めくみ幼稚園向い | 14:22 |
| 5 | 県立博物館前バス停 | 14:23 |
| 6 | みはらし公園下 | 14:24 |
| 7 | やよい幼稚園入り口 | 14:24 |
| 8 | 西松園第一公民館向い | 14:25 |
| 9 | 東松園4丁目4消火栓付近 | 14:26 |
| 10 | 東松園さんかく公園向い | 14:26 |
| ヘルフまつその着 | | 14:30 |
| お買い物時間 | | 70分 |
| 帰り出発時間 | | 15:40 |

夢のような購買スタイル

サービスカウンターで「荷物をここまで配達して」と。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・・・。

11月21日より西松園コースを改定しました。

西松園コース



他に、緑が丘・高松・鉢の皮コース等があります。

ヘルフまつその 電話 662-5152

目立たない補聴器がいい? 使いやすい補聴器がいい? なら、新発売のコレがオススメ

耳

これで、**もっと聞きたい** 話したい。

充電式で使いやすい!

小さくて目立たない!

シグニア補聴器の Silk Charge&Go IX

心の中に耳を傾けて。 **661-3381**

公財)テクノイド協会、認定補聴器専門店:補聴器1番館

当店は試聴体験などを通じ、先に取り組み方を習得して進んで頂く取り組みを採用しています。

創刊100号を記念してエッセーを募集しました。ご応募いただき、ありがとうございました。外部モニターさん数名を含めて応募作を無記名で配点・検討して選考しました。(編集室)

創刊100号記念 エッセー賞の発表

流水

H・Nさん

だいたいの前のことです。年老いた母から手紙が届きました。『寄る年波から、『歩行も、ようやく』という有様です。身体を支えてくれる人が居なければ、自分はどうなってしまうのか。』母親のことを妹夫婦にずつと任せていたことに、その当時、申し訳ない気持ちになりました。おもさげながら、その当時、話は変わって、小学生だった頃です。流水が北海道の太平洋岸まで押し寄せた年がありました。通常の年であれば、流水は網走のオホーツク海岸あたりまでしか来ないのですが、その年に限って、太平洋側まで回って道東の港に流れ着きました。初めて、流水を見るために友だちと一緒に岸壁に行くと、流水に飛び乗って遊んでいました。ところが、流水を渡っているうちに、ツルツと滑って海に落ちてしまいました。流水にしがみついた記憶がありますが、詳細は忘れてしまいました。そのことを正直に母に言えなかったことだけは覚えています。丁度、大雨の翌日で学校のグラウンド一面が水で覆われていた。母を心配させまいとして、海に落ちた話をせずに「グラウンドの水たまりにハマった」とウソを言った記憶があります。ずぶ濡れのまま家に帰ったので海の臭いがしたはずですが、ところが、母に叱られた覚えは全くありません。母の手紙の続きに戻ります。

「今日は、娘に連れられて、久しぶりに街に出かけて来た。でも、これと欲しくなるようなモノは見当たらず、今では、毎日、必要な食べ物だけで十分です。」母の手紙の最後は、こう結んでありました。「色々つまらぬ事を書きましたが、たまには顔を見せて。」結局は、母が産んでくれなければ私はここに居ない。親の有難さは、これに尽きると思います。母は以前、こう書いてきたことがあります。「親には何の『お返し』もできないが、心の中では親のことを忘れていないのが唯一の救いです。」それを思い出して、当時、母に何か「お返し」をしなければならぬと思つたものです。何不自由なく私を育ててくれた母への「お返し」。その「お返し」とは何か？ そうだ、電話だけでもしてみよう。

あのとき、私が海に落ちたことを知っていたのか？ 私の説明がウソだと気付いて私を叱ったのか？ そのことを、電話で確かめてみようと思ひ立ちました。母に確かめたところ、当時は私が海に落ちたと母は思っていなかったそうです。大人になってから私が真相を喋って、それで知つたと語ってくれました。その母も亡くなって、もうすぐ二年になります。ところで、どうしても思い出せないことがあります。流水から落ちてどうして助かったのか、今思うと不思議でありません。そのまま冷たい海に没してしまつて当然だつたと思うのです。この歳になつてそう思うのです。

「流水」を見たことのない私にとって新鮮な話です。母上からの手紙に、長年、会っていない詫(わ)びから郷愁と続き、いい感じですね。さらっと「母が亡くなって、もうすぐ二年」。悲しいとか、残念とかの言葉がなくとも、母上への思いが伝わってきます。老婆心ながら、いつの日にか母上の墓標の前に作者が立たれる事を願っています。

高前田博子さんからお寄せいただいたコメントを下記に記載します。(編集室)

教育エッセー

今どきの「学び」



第34回 中学校と高校の勉強の違い

この号が配布される頃には、中学校三年生は入試を終えて、ひと息ついたところかと思ひます。今回はそんな中三生に役立つ、「中学校と高校の勉強の違い」を紹介しよう。中三生と話していると、「中学校の勉強と高校の勉強は別物で、また一から始まるもの」と捉えている生徒が少なくありません。さらに大学入試については、「また高三になったら頑張らばいいや」と安易に考えている生徒が大半のようです。そう思つて気を抜いてしまうと、結構早い段階で大コケするかもしれません(本コラムを書いていて私がそうで、「結構」どころか「あつ」という間に...)。特に国語・数学・英語は三年間を通じて時間と手間がかかり、後々戻つてやり直す時間はなかなか作れなくなるので、その時その時でしっかり身に付けることを心掛けましょう。

【国語は学習量が二倍以上に！ 古典は激変！】高校生になると現代文と古典に分かれ、それぞれにテストが行われます。つまり、単純に考えて少なくとも学習量が二倍になる訳です。中学校の古典はあくまでも入門編です。高校では単語はもちろん、動詞や助動詞の活用形などの文法を覚えて、一文ずつ読み解いていきます。普段の学習でも、品詞分解して、辞書を引いて、訳して...と想像以上に大変です。【数学は進度と深度が急上昇！】高校の数学は学習進度が早くなり、そしてもちろん難しくなります。

新しい記号や計算が出てきても、習得する(当たり前にできるように)までの時間を十分に与えてくれませんか。習得しないまま進むと次の単元が習得できず、さらにその次の単元も習得できない...という悪循環に陥ることになります。【英語は知識レベルが一気に上がり、文章量も増大！】高校入試では千語程度の単語が必要とされていましたが、大学入試ではその五倍もの単語が必要となります。また、「品詞・文型・文の要素」の理解なくして、学習を進めることは困難となります。さらに文章も格段に長くなるため、今までの暗記に軸足を置いた勉強法は通用しなくなります。

【情報1は共通テストの科目に追加！】中学では実技科目の中の一単元として、重視することのない科目だったかもしれないですが、令和七年度の共通テストから一科目として加わります。ほとんどの高校では、一年生で習った後は共通テストまで授業で触れる機会は少ない科目になるため、一年生の内に押さえておくことが必要です。高校の勉強の大変さばかりを並び立ててしまいましたが、これらを克服するには次の三点を意識してみてください。①自分の生活リズムを作る。(勉強と部活動のバランスを大切に)②進路・目標をしっかり考える。(正しい情報を得られる情報源を持つ)③努力を継続する。(学習習慣を身に付ける)何かと盛りだくさんな三年間です。見方を変えれば、それだけ充実した時間が過ぎるということです。頑張ろう、新高校一年生！(能開センター 緑が丘校 水野健太先生)

「乗り物とは何を運ぶものぞ」

G・Rさん

千数文字で人の数年を書く。千数文字で四十分間の出来事を書く。いろいろ切り口があると感じます。四十分、車内での出来事をしっかりと観察している目がすばらしいと思います。いろいろな光景の中で青年がおにぎりを頬ばる姿が一番、印象的です。おにぎりに母がいるからです。

編集後記

「誰も助けてくれないから、自分の身は自分で守る」という考え方は、これは良しとして、さらに「敵への報復は執念深く続けられる」と飛躍するのは、「マ」マークが付けられます。争いごとの背後には、「報復」が潜んで無駄なことがあります。しかし、「報復」は「不憫(ふびん)」だからです。つまり人は、誰しも好きで生まれて来たわけではない。そして、好きで今の暮らしをしていくわけではない。そんな不憫な人生にあっては、「自己の顕現」に、これしかありません。「報復」なんてやっていると、パイパイではありませぬ。それに気が付けば、どんな争いごとにも終止符が打たれるはず。さてさて、貴方の店の「光」を、この紙面で発光してください。広告をお待ちしています。メールでご連絡ください。

2024年度大学入試 合格速報！

- 秋田大学医学部医学科(盛岡一高) 岩手大学工学部(盛岡三高) 東北大学工学部(盛岡一高)
東北大学農学部(盛岡一高) 東北大学文学部(盛岡一高) 宮城大学事業構想学群(盛岡三高)
岩手医科大学医学部(盛岡一高) 岩手医科大学歯学部(盛岡中央高) 岩手医科大学薬学部(盛岡三高)
岩手医科大学看護学部(盛岡三高、盛岡北高) 岩手保健医療大学看護学部(盛岡北高) 桜美林大学リベラルアーツ学群(盛岡三高)
国際医療福祉大学薬学部(盛岡三高) 駒沢女子大学人間総合学群(盛岡二高) 芝浦工業大学工学部(盛岡一高)
芝浦工業大学システム工学部(盛岡一高) 東京工芸大学工学部(盛岡北高) 東京女子大学現代教養学部(白百合学園高)
同志社大学政策学部(盛岡中央高) 同志社女子大学薬学部(盛岡三高) 東北医科薬科大薬学部(盛岡三高)
名古屋産業大学現代ビジネス学部(盛岡三高) 日本赤十字秋田看護大学(盛岡三高) 日本大学薬学部(盛岡三高)
富士大学経済学部(盛岡市立高) 法政大学経済学部(盛岡三高) 法政大学法学部(盛岡一高)
宮城学院女子大学学芸部(盛岡二高) 明海大学ホスピタリティ・ツーリズム学部(盛岡三高) 明治学院大学法学部(盛岡一高)
盛岡大学栄養学部(盛岡二高、盛岡北高) 盛岡大学文学部(盛岡北高) 横浜商科大学商学部(盛岡三高)
酪農学園大学農食環境学群(盛岡中央高) 立正大学心理学部(盛岡三高)

※2024年2月24日時点での盛岡校・緑が丘校の実績です。()は出身高校。

春の体験講習 春期講習 新年度生 同時受付中！



新小3~6年:中学受験コース 新小4~6年:高校受験準備コース 新中1~3年:高校受験コース

能開センター

能開センター

検索

0120-13-3759

盛岡校/緑が丘校

●受付時間 火~日 10:30~20:00



個別指導Axis

個別指導Axis

検索

0120-500-222

盛岡校/緑が丘校

●受付時間 火~土 15:00~20:00

