2022 June ロイシロイシ

女性がつくるほっとな体験型タウン誌



6月号…5月26日・5月27日にポスティング 7月号…6月30日・7月1日にポスティング



This month's Model

### 今月の モデルさん

### 小林 絵莉さん 湯川村在住

「産廃女子の小林です!」と笑顔で挨 拶をされた絵莉さんは、産業廃棄物中 間処分業業務を基幹事業とされている ㈱アクトインの営業部主任です。

女性活躍の職場づくりを理念とする同 社の直属上司首く、「1を話すと10を 理解する彼女は、感覚のセンスが抜 群!」と期待の社員さんです。その言葉 に応えるように、「女性が少ない業界で すが、産業廃棄物をもっとわかりやすく 簡単に身近なものとして感じてもらい たいと、営業職で奮闘しています」と、 胸の内を話してくれた絵莉さん。

小2から中2までスポ少(ソフトボー ル)で活躍されキャプテンとしてチーム を牽引、回りの人を第一に考えていた 経験と爽やかな笑顔が社内のムードを 盛り立てます。これからの絵莉さんの 活躍が楽しみですね。

広告は表紙に掲載

## レンタルがお得です。 初期投資を大幅削減!レンタルなら金利の!いかがですか!





函 0120-940-088 (株) メッカ

会津若松市インター西87 https://www.meca-apio.com/

2022

## CONTENTS &< U

●オンナの言い分 ●ジュエリーおしゃれ講座

●薬膳料理から学ぶ ●お姑さんの性格分析

●ことわざ分析 ●ジョニオの海外映画Check

●おも楽セミナー ●もののふ日記 ●健康チェック

発行部数 45,000部 会津若松市·喜多方市

会津坂下町·猪苗代町 南会津町·西会津町·美里町 ポスティング(会津若松市内) 新聞折込・各店、スーパー コンビニ、道の駅に設置

毎月最終木·金曜日







SWallOW この単語の意味わかる?

ECCの個別指導 会津若松市滝沢町5-51トーホクビル3Fペストの (千石通り、白虎通り交差点そば) 若松滝沢校 TEL:0242-93-5490





## 環境に、そして地球にやさしく未来へ貢献

peace & abundance for the future for the children 美しい街・清らかな街を未来へつなぐ会社です

[取扱産業廃棄物の種類]

①廃プラスチック ②紙くず ③木くず ④繊維くず ⑤金属くず ⑥ガラス・コンクリート・陶磁器くず ⑦がれき類 ⑧廃石膏ボード [販促事業]各種フレキシブルコンテナ

産業廃棄物中間処理施設



## 株式会社 アクトイン 0242-29-2220 FAX.0242-29-3310

# すね、お父さん!

会津若松市千石町1-8 御北服 TEL.0242(23)9118 営業時間10:00~18:30 ※年中無休(年末年始除く)

### 新國 竜太郎さん

会津坂下町在住

会津木の実園は、会津坂下町 で専業りんご農家として栽培を 手掛けた最初の果樹園で、竜太 郎さんは3代目となります。祖父 の善一さんが、終戦後帰郷され ましたが戦時中に足にケガをし、 従来の稲作農家は止む無く断念 された直後、福島県農業博覧会 でりんごの苗木を初めて見て、 「これなら足の悪い自分でも作れ る!」と希望の光が見えてきたそ うです。減反政策の省令も後押



しになり、家族や農業改良委員、民間企業等の協力もあり徐々に安定した収穫 が得られるようになりました。竜太郎さんが成人した頃に、善一さんは勿論、父 の善幸さん等のりんごに向き合う情熱を聞かされ、改めて家業の尊さを知った と言います。

竜太郎さんが38歳の時に友人等と農福連携事業を立ち上げ産業賞を受賞。 その後、JGAPを取得し果敢に農業と向き合い、一昨年に背丈の低い栽培方法 『わい化栽培』を導入し、苗木630本を植えました。従来の本数と併せると総数 1,200本に達します。会津坂下町一の広大な面積を誇る果樹園になりました。 中3の時に全校生の前で「世界に通用するりんご栽培が目標」と発表した言葉 通りに近い将来、海外進出を果たすはずだと園地を案内していただき確信しま した。秋の収穫時の、会津盆地の風景が楽しみです。

## 佐藤 友昭さん

会津若松市柳原町在住

実父の榮朗さんが創業され今 年で43年目を迎えられた(有) 藤栄工業は、室内装飾を中心に 外装、店舗改装、家具、防水工事 などの業務、トータルインテリア リフォームを手掛けています。室 内装飾の仕事は、大工さんのよ うにトントンと音を出さない施工 ということもあり、榮朗さんの現 役時代は夜遅くまで現場で仕事 をされ多忙な日々を送る父親像 が印象に残っているそうです。



「お父さん、頑張っているな」と、こども心にも父の体を心配されていたと話して くれました。男3兄弟の長男だった友昭さん、高卒後は建築・設計科を専攻し進 学しましたが、家業を継ぐという選択肢はなかったそうです。社会人となって2 年後に同社に入社をしたものの、生活も仕事場も家族と一緒という環境に違和 感を持ち、一時離れて生活をし仕事も変えた時期があったそうです。改めて外 側から見つめ直し同社に再入社され現在は3姉妹の父として、仕事にも家庭に も100%で向き合い、充実した日々を送られています。

今年、事業承継され、地元はもちろん他地域への仕事の幅を広げています。 若い時に試行錯誤されながら自分の課題に向き合われてきた分、四十路となら れた現在、広い視野で物事を見聞する人間力も備わり魅力が増してこられたの だと思います。これからの同社の発展が楽しみです。





## 農園から直送する完熟りんこ

木の実園は皆様に美味しいリンゴをお届けするために必要 す。しっかりと樹上で完熟してから収穫しておりますのでリ ンゴ本来の美味しさを味わっていただけます。



### 会津の里の天然はちみつ

春のりんごの花の時期には果樹園に蜜蜂がやってきます。 受粉を行うためです。自然の残った会津の里には、春から夏 にかけていろいろな花が咲き競います。会津の自然の甘さ を集めました。100%天然はちみつです。



新鮮なもぎたてリンゴをそのまま絞った100%無添加果汁 です。お子様からお年寄りの方まで安心してお飲みいただ けるジュースです。



### ドライフルーツ 林檎物語

最高のリンゴを使用し、食感と厚みにこだわりました。長時 間乾燥で濃厚な美味しさを閉じ込めた自信作です。



# 会津坂下町牛川字村中乙5150

TEL/FAX0242-82-2955 携帯 090-2957-0976

https://aizukonomien.com/ 会津木の実園



http://www.toeikogyo-aizu.com/ 0120-287-562 FAX. 0242-28-7898

福島県知事許可(般-3)第20649号 福島県室内装飾事業協同組合 会津若松市柳原町4丁目10-25 TEL. 0242-28-7562



HAPPY FATHER'S DAY 2022.6.19

# 事業承継へGO! がんばりま 会社の経営を後継者へ引き継ぐ

## 鈴木 康弘さん

会津美里町在住

理系の大学を卒業し、山形県で 機械部品の設計をされていた康弘 さんでしたが、父の朗さんが経営 する(有)あいづ保険企画に入社、 8年目を迎えられました。接客は向 いていないと苦手意識がありまし たが、「前社での経験が少なからず コミュニケーション力を身に付けさ せてくれたように思います」と、無 駄な経験はないことを感じたと言 います。



全国高校駅伝大会の出場経験もあ

る朗さんの影響なのか、自身も中高時代は陸上部に所属。中学時代は他部員等と、朗 さんのサポートで練習に向き合うこともあったそうです。円滑な親子関係は社会人に なられても継続されており、取材訪問時の社内のムードがよく、チームワークの良さを 体感しました。『あいづ保険企画と付き合っていると安心』と言われるよう、会社が1 チームとして運営していくことを大切にしているそうです。

未来志向型経営を目指す同社は、3年後になりたい姿を各自が発表し合い、同社が 向かう方向性を皆で確認し、全社員の一体感を大切にされています。近々の課題は、 『訪問される保険会社』。そのためにキッズスペースの設置と、オンライン面談の環境 整備を行うそうです。一人ひとりのお客様に向き合える環境づくり、安心安全な地域づ くりのサポートが目標と話される康弘さん。プライベートでも消防団員として地域貢献 活動に取り組まれており、公私ともに目指す方向性は明確なのだと思いました。

## 土田 浩利さん

会津若松市門田町在住

創業67周年を迎えた(有)土田 工務店は、祖父の忠利さんが開業 されて父の利栄さんが二代目とな り、3年前に浩利さんが継承され ました。三世代にわたり会津の建 築業界に名を残されています。幼 少時から親戚や業者の方に「浩利 君は跡継ぎだね」と言われ育った ためか受け継ぐことに何のためら いもなかったそうです。高校も大 学も建築科を専攻し、卒業後は宇 都宮市の会社に就職。4年後に家



業の同社に入社。設計はもちろん、基礎工事から全て同社が一貫して行う家づくり は、施主から絶対的な信頼をいただいています。

「雑草が伸びてしまい・・・」「ちょっと此処が壊れてしまった…」という依頼にも躊 躇なく対応し、日常生活の困った事にも誠意をもって引き受けられます。小3から ボーイスカウト活動を続け、現在は隊長として活動されている浩利さん。少年時代 から培われてきた人間性が地域を守る活動にも結びついているのだと思います。家 づくりに対しても雪国会津ならではの施工法を第一に考え、土地や家庭環境を把握 した提案で、表立っての営業はされてないそうですが、『同社を選んでいただいたお 客様には100%以上の向き合い方で、土田工務店に頼んで間違いなかった!』と 言われる家づくりを信条とされています。愛娘さんも、工作などモノづくりに関心を お持ちのようですから数年後には4代目が誕生されるかもしれませんね。

## 損害保険・生命保険代理店



## 類あいづ保険企画 会社



私達は常に、向上心を持ち、明るく、楽しく やりがいのある職場を目指します。

会津若松市町北町上荒久田字宮下62-3 【営業時間】 平日9:00~18:00

TEL:0120-38-0628 © FAX:0120-38-0629





## 会津の職人が創る、心地いい木の家。



## 設計&施工&お客様 三位一体の家づくり

- 注文住宅なのにコストパフォ
- 也元密着型だからこそわ<u>かる</u> 「土地」の特性
- 自由設計でお客様と何度も打ち合 わせを重ね、納得の家づくり
- 腕のいい専門職人がお客様 のためにベストを尽くす
- 5 小さな修理から大きなリフォームまで 迅速に対応!万全なメンテナンス

打ち合わせをする場所にはモデルの素材を設けてご理解いただけるように揃えてあります



## 緒に家づくりをしたい大工さん募集中!!





緑の季節、毎朝散歩する時に観る街路樹や 川々の光景が楽しみです。

空や辺りの風景はきれいで感動なのですが、ふと足 元を見ると、民家の敷地内に犬の糞のようなものが ありました。以前、頻繁に犬の散歩時にマナーを守っ てくださいの看板やメッセージが流れていたので少 なくなってきたようですが、まだまだマナー違反の箇 所があるのだと思いました。

家族のように大切にしているという話は聞きますが、 地域住民のことも考慮してもらい対応してもらいた いですね。きれいな光景が印象深いと、かえってマイ ナスの部分が気になります。

> 会津若松市飯盛一丁目 K·Y 40代

### 気になることがありましたら投稿下さい(メール)

物腰は洗練されいて、文化を大切

おっとりしていても、センスや

つかみどころのないおっとり 保守的だけど見栄っ張り

をなかなか受け入れない土地柄だ む真面目さがある。加賀の女性は 言わないので、 文化教養を身に着けておくと有 れ、かわいがってもらえそう。話題 けど、気が合えば全面的に信用さ はNG。「加賀百万石」のプライド り深く考えずにつきあって、よそ者 チだけど、忍耐強く物事に取り組 ないし、面倒なことに巻き込まれ ンド品も好き。 たくないため、はっきりともの にする。なるべく事を荒立てたく 面では、文化的なところだけに れど見栄っ張りで高価なブラ からやりくり上手と言われる ない。行動力や決断力もイマイ 本音がつかみづらくても、 しつこい態度や品のない行動 なかなか本心が読 あ

お姑さんの

性格を出身地で分析

別に優れている人の事です。注意 ジのせいか奇妙・珍しい・変わった です。しかし本来は、他と違って特 ような感じで使われ「 人を指すように思われがちなよう 「奇」のイメー

OSUKA\_ ジュエリー **アーベ 人**フ 知っていましたか? 知っているようで知らなかった真実 「ことわざ」

FOREVER



新緑の良い季節になりました。還暦やご退 職をお迎えになられた方にちょっと耳寄りな お話。ご自分の大切な節目の記念に「大粒の ダイヤモンド」をお揃えになりませんか。

ダイヤモンドは永遠の輝き、何故って世の中 で一番硬い鉱物で輝きが失せることはありま せん。この美しさは時代を超え、価値を持ち続 けます。地球が生んだ最高の贈り物なのです。 特に無色透明でグレードの高いダイヤモン ドや1カラットを超える大粒のダイヤモンド は、不安定な時代にこそ資産としてお持ち になっても良いのではないでしょうか。身に 着けれて次に残せる財産です。奥様への感 謝の気持ち形になさいませんか。



をくすぐってあげるのも効果的

『ジュエリー文化』の伝道師 大須賀 睦美 さん





~「気」と「血」の巡りについて~

「気」とは、生きるために必要な目に は見えないエネルギーのことです。 体内を巡り五臓など様々な機能を 助けます。

「血」は体に必要な栄養で、血の働き によって全身が栄養で満たされます。 「気」と「血」が適量に体内をさらさらと流れている と、私達は元気で健康に過ごせます。四季折々の 旬の食材には、良質な気血がたっぷりとふくまれ ています。自然の恵みをしっかりいただき、健康な

- 体作りをしましょう。 6月の薬膳料理の参考メニューです。
- ●筍の中華風スープ
- ②焼きアスパラのカレー塩添え
- ❸枝豆とひじきのかき揚げ
- ④青じそとじゃこ入り雑穀ご飯

6薬膳茶(金銀花と蜂蜜)

1回50分の薬膳料理講座 1Fで開催 詳しくは心花までお問い合わせください。



会津若松市湯川町1-58 木下ビル2F(竹田病院西側向) https://yakuzen-tokimeki.com/ TEL 090-2367-2552



営業 11:00~15:00 定休 日曜·祝日·第二土曜日

(F)



### 田舎の分校に薔薇

田んぼの稲はあんなにか弱い苗だったと思っていたのにアッというまにすくすくと育って 吹き渡る風に緑豊かに揺らいでいます。

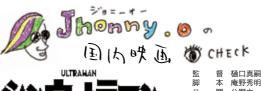
里山のアトリエ坂本分校として、廃校を再開校したのが2007年、雑草だらけの庭の草刈り をしてもらったときに、「刈り払っては困る花などは印をつけてもらわないとなあ!」と草刈 りした言われ「そうか 刈払わないようにするには樹木かなあ」いや 薔薇か そうだ | 薔 薇を植えこんだのです。

以来10年、今はひなびた庭のあちこちに薔薇が育っていま す。薔薇の庭というような素敵さはないけれど、人々に寄り添 うように、ふと気が付くと、「お、薔薇が咲いている」という感 じかなあ。

宝石のようなきらめき、かぐわしいスイートな香り、秋のローズ ヒップ、一年を通してその美しさにほれぼれしています。

今年はこれから初夏にかかって里山のアトリエ坂本分校に も「ちいさなギャラリーカフェ」が誕生します。薔薇を眺めて ちょっとコーヒーブレイク、ほっとできる空間を作っていきた ≰いと考えています。 文責 代表 若杉儀子





監 脚 公 時 別 上 別 公開中 斎藤工 原本 長澤まさみ 西島秀俊

DIAMOND is

大粒ダイアモンド 美しい資産

ジュエリーオースカはおすすめします

大粒ダイアモンドを楽しみたいと思っている方

次の代に残せる資産をお考えの方

奇特な人

一今時奇特な人もいたもんだ」

『シン・ウルトラマン』は、1966年に放送された特撮テレビドラマ『ウルトラマン』を現在の 時代に置き換え制作された映画です。脚本が庵野秀明、監督は樋口真嗣など2016年に 大ヒットした『シン・ゴジラ』の製作陣が参加しています。ウルトラマンでは「怪獣」という名 称でしたが今回は「禍威獣」に、「科学特捜隊(科特隊)」は「禍特対」と現代にマッチするよ うに変更されました。新しいウルトラマンのデザインは怪獣やウルトラマンのデザインを・ 手に手がけた成田亨と佐々木明が生み出した本来の姿に原点回帰し、成田亨が望まな かった目の覗き穴やファスナーを隠すための背鰭も排除され、カラータイマーも付いてい ません。出演は主人公に斎藤工、主人公が属する禍特対メンバーに西島秀俊、長澤まさ み、宗像龍彦など豪華なメンバーが揃います。特に外星人メフィラス役で出演している山 本耕史の怪演は見ものです。物語は、突如出現した巨大不明生物・禍威獣に対抗するた め設立された禍特対の戦いと、大気圏外から正体不明の巨人・ウルトラマンが初めて現れ た現代の日本が描かれます。『シン・ウルトラマン』は現在大ヒット公開中で公開10日目で 早くも20億円を突破し、今年の邦画No. 1ヒットも期待されています。



## 車椅子の外出も安心 安全にお手伝い!!

)介護タクシーたいよう 外出・在宅支援ヘルパー

事務所 会津若松市城東町14-36-23



### 脂肪を減らして心臓病予防

脂肪とコレステロールは体内で も合成されますが、一般にコレステ ロールを含む食品を多量に摂取す ると、血液中のコレステロール血症 の予防または、是正のためには一日 のコレステロール摂取量を300mg 以下程度に抑えることが望ましい とされています。

-般に魚類の脂肪を除いて、動 物性脂肪、特に鶏、卵、すじこ、数の 子など魚卵、他に肉のレバー、いか、 えび、かに等には多量のコレステロ ールが含まれていますので食べ過 ぎに注意しましょう。

> 健康管理士一般指導員 水戸春夫

### 暮らしのイキイキをサポートします

に驚嘆させられました。

が登りと下りが別で正面から登り

**裹に下るスロープとなっている木造** 

詳細な説明に耳を傾け、郷土歴史

たが、参加者の方々は、石田さんの

キリシタン洞窟周辺の見学も予定

**敷設の責任者として活躍し、仙台市** 

その後、貞雄と名を替え電話線

と長岡藩医阿部宗達等の手当を受

しておりましたが、雨天となりまし





8年 (1796)、臨済宗実相寺40 建物です。新編会津風土記に寛政

郷土の歴史を聞きたい方は、お問い

福島県歴史観光シリーズ

今も砲弾の跡や刀傷など、十数か 所に当時のものものしさが保存さ 陣により本営とされ、白虎隊もここ 交代や藩祖保科正之公を祀る土津 戊辰戦争の際には松平容保公の出 しても使用されていたところです。

続いて飯盛山正宗寺を見学し.

の石田昭夫さんに案内していただ き、会津の歴史観光を開催しまし を務めた横山家の住居として建築 と云われる滝沢本陣。滝沢組郷頭 最初に訪れたのは、会津藩御本陣

光景でした に彩られ、私達の目を癒してくれる 雨に濡れて緑が一層 美しかった戸ノロ周辺

目刃し倒れていた貞吉を印出ハツ

最後に、白虎隊の飯沼貞吉ゆかり

PRESENTS

飯盛山を詳しく知ろう!

~山頂・古墳・洞門・さざえ堂の謎・白虎隊の真相・滝沢本陣の姿等を見学~



参加していただいた皆さん

65診を潤しています。明治24年に は、戸の口堰用水普通水利組合が の大切な用水として使用され、国名 には市街地郊外北西側の水田18 勝の松平氏庭園、若松城の堀、さら た。この用水は現在でも会津若松市 地でもある戸の口堰を見学しまし 次に訪れたのは戊辰戦争の激戦

日町阿弥陀寺に移転され、それと 社参道入口にあった大仏は、市内七 ともにさざえ堂内にあった三十三

## 北会津町「寺堀」のホタルで、癒されませんか?

- ●見ごろは6/5~6/20 時間帯は20時~22時
- ●車は公民館前に駐車し、歩きながらご鑑賞ください。(約300m)
- ●コロナ対策としてマスクの着用の上、ご鑑賞ください。
- ●天気の良い日、暖かく風の弱い日がおススメです。
- ●飛翔状況はブログ「寺堀のほたる」で情報発信中です。



## もののふ日記

男性は船引町から 来られての参加!

分断統治。統治者が民の人種、言語、階層、宗教、 イデオロギー、地理的、経済的利害などでV.S.構 助の精神で生きることが大切なのだ。

ライター: ライフスタイルショップ 美工堂 せきまさ

## WINWIN PRESENTS

### 新緑のめぇ山トレッキング 進化するめえ山をお楽しみ下さい

時 6月11日生) 10時~12時 9時50分まで集合下さい。

里山のアトリエ坂本分校

会津坂下町大字坂本字宮ノ前甲940-2

師 菅 敬浩さん

員 7名

参加費 500円

申込締切 **6月8日水** 

持参するもの タオル・飲み物・歩きやすい服装

◆お申込は『プランニングウィンウィン』まで。 TEL0242-93-7611 FAX93-7612

アドレス→silky@winwinaizu.com

## 『経営者の皆様と共に 長期安定型経営を

## 鈴木憲司税理士事務所

有限会社 昭和会計センター

地域に尽くす 企業のために尽力します

**T965-0806** 会津若松市宝町5-56 TEL0242-26-3747

- ·般廃棄物回収事業 ●産業廃棄物回収事業 特別管理産業廃棄物回収事業
  - リサイクル事業

● 発泡スチロールリサイクル事業 ● PETボトルリサイクル事業

「ウィンウィンを見た」と一言! コミナラ 夢集ル

株式会社ジーエスピー 会津若松市神指町東城戸216番地 Ծ 🛛 🛮 20-73-2929

# こんにちは! ベンリヤです

- ●蜂の巣の駆除
- ●ゴミ屋敷の片付け

ベンリヤ SAN 会津 **☎0242-27-7065** 



どんな仕事でも お引き受け 致します

### 本当に13点の子が 点とれる学

会津若松市滝沢町6-23 (一箕小学校南側)

0242-24-8567 090-7075-6560

20点アップ成績保証

を100%叶えてあげられるこ お子様の学習の悩みや不安があ 様々なサポートはできます。も 札らげることができるように れば、まずはお話してみませんか。 すべての生徒の皆さんの希望 学習の悩みや不安を少しでも いかもしれません。しか

事情 曲は、 とも多いです。他にも、高校に合 るレポートを いる生徒もいます。学校に提出す ながらアカデミー会津に通って くる生徒も多いです。一方、ある など入学試験のために入塾して かるようになりたいといったこ したいとか大学に合格したい たいと答えるのはもちろんで から学校に行けなくなって 、実に様々です。点数を伸ば 現在通信制の学校に通い ・純に学校の授業がよく分 緒に行なうこと

お子様や保護者の方がアカデ が知るためです。 は必ず3者面談を行います。これ ミー会津に何を望むかを私たち アカデミー会津では入塾前に アカデミー会津の学習の進め 解していただくとともに

アカデミー会津への入塾の

**お子様の悩みを解決します** 



暮らしに

◆小·中·高校 教員免許所有者

SDGs &

報った

塾長 小林 正人

## 父の日のメインディッシュのとなりに りUPの脇役レジ

相性抜群のオリーブ油でこんがりソテー メインディッシュに合わせて輪切りにしてもOK

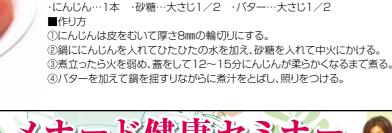
- ・ズッキーニ…1~2本・オリーブ…大さじ2・塩こしょう…各少々
- ①ズッキー二は長さ5cmに切り、縦に厚さ8mmに切る。

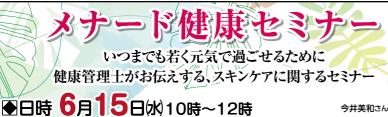
②フライパンにオリーブ油を熱し、ズッキーニを並べて中火で両面を こんがりと焼き、塩・こしょうをふる。

### にんじんのグラッセ

色みが欲しい時にもってこいの、ほんのり甘い、バター味

- ■材料(2人分」





●内容

・若くいるためのお顔の話 ・若さを左右する髪の話 ・生きる上で絶対に大事な歯の話 ・太りにくい肉体作り

●場所 メナードフェイシャルサロン会津慶山

会津若松市慶山一丁目3-33

●講師 今井美和さん ●参加料 500円

●申込締切 6月13日(月)

> 講師のプロフィール 健康管理士・宅地建物取引士の免許取得。 父の闘病生活から健康への意識が高まり、健康管理士を取得。28歳から大小3000 回の健康美容セミナーの講演を行っている。5000人以上のカウンセリングの経験 を持つ。人生100年時代、生き方の選択ができるアドバイザーを目指して活動中。

> 参加された方には使用した商品&紫外線チェッカーをプレゼント

◉主催・お申込み先 メナードフェイシャルサロン会津慶山 090-7563-9920

## 夏に低下する免疫力

免疫力とは、私達の体内に存在するNK(ナチュラルキラー)細胞やマクロファー ジといった免疫細胞たちによる自己防衛システムのことです。

コロナ禍の中、現在は通常時よりも空気中に浮遊するウィルスや細菌などの感染 から体を守ってくれる、私達の健康にとってはなくてはならない必須なものです。 しかし加齢とともに低下し、夏は特に強い紫外線や室内外の湿度の変化等によっ て低下の原因になります。ラドンルームで免疫力をアップすることをお勧めします。 初回は2000円(税込)、次回から回数券を購入差されれば、一回2222円で体 感できます。

### 免疫力アップ、シミ・シワ・たるみの 改善効果も期待できるラドンルーム

細胞が若返り活性化する お得な回数券 ラドンルーム お待な回気 で 一回2222円(紙)で 利用できます 50分→4.000円 ラドンルーム50分

110分 →6,500円

ラドンルーム50分+整体ワンポイント20分 日時…随時行なっておりますのでご連絡ください 料金…お一人 2000円(税抜) 持参する物…バスタオル2枚、タオル3枚 空のットボトル、着替え※完全予約制となります

### 開業29年



[月·火·水·金] 10時~13時/15~20時 【土】9時~12時/14~17時





災や衛生、医療、農業政策などを強化 が、ひとり一つ出来ることを。災害がお するはたらきを行うことが求められ います。なかなか難しいことです 効果ガス排出量を減らすこと、 私達が取り組める行動としては温

## 婦人科人内科

SDGs目標ゴールの達成にも悪影

様々な被害を世界各地に与え、他の

響を及ぼします。

の拡大、干ばつ、水、食料不足といった

生物多様性の喪失、感染症

上がるというだけでなく異常気象

気候変動は、単なる地球の気温が

13気象変動に具体的な対策を

なるせとみこレディースクリニ

### ☎0242-37-7851 FAX 0242-37-7853 会津若松市白虎町66-1



i i	診療時間		月	火	水	木	金	土
	午前	9:00~12:30						~12:00 <sup>±</sup>
	午後	2:00~ 5:30			午後 休診			1:00~3:00

えられず自己嫌悪に陥ること、 てことありません?なかなか変

るでしょ。頭 わろうと思

しら。性格的なものではなく、実は意思と工夫が必要じゃないかの感情をその気にさせるためにように思ってしまうのよね。そように思ってと勝手に都合のいいはないなどと勝手に都合のいい クでしょ。やって っている方がラ あるのよ。人って とをや 思うには理由が のよね。感情が変 のよね。感情が変 りたくないと言 も成功する保 証

際は意思の問題なのよね

っていくにちがいないわ。何より うした小さな成功体験を重ねて も自分は変われると信じる事が つ目標に近づいてくるでしょ。こ くと、次第に自信がつ いる人の真似をは上手くできて せるの。あるいせ、その気にさ に自信をつけさ 私ってやれるじ だったらどうす ゃない!と感情 したり、その人 てみると少しず え、行動に移し るのだろうと考

れを続ければ遅刻せずに出社でら時間通りに出社するわよね。そらら罰金一万円よ!と言われたいつも遅刻する人が、また遅刻し それから、どうしたら出来るのかきるはずだし、変われるはずよね。 工夫をし

画的に仕事をしよう!などと思して、きれいになるわ!とか、計よーし、今日からダイエット

vol.172

# 暮らしのこ

## 保険の

今、盗難車が増えてきています。な かでも高級車は狙われやすく、手口 も巧妙化してきています。今まで は、イモビカッター、そして、リレーア タックでしたが、「CANインベー のいたる所に通っている「CAN信です。 号」という配線を経由して車両のシ して完全に防ぐ方法はありません。 切に保管していきましょう!

ハンドルロックやタイヤロックなど をしても、すぐに切断されてしまう可 能性はありますが、抑制効果や多少 の時間稼ぎになるかもしれません。 窃盗団が「盗みにくい」というような ダー」というのが最新の手口です。車 対策を日頃から心がけることが大切

例えば、自動シャッター付きの車 ステムに侵入し、解錠やエンジン始 庫に入れておくとかでしょうか。愛車 動などを行う盗難手法です。現状とは自分で守るしかないようです。大

会津のほけん塾 **Beans Lite** #ttstt ピーンズ・ライフ

**00**0120-237339

会津若松市和田2丁目5番1号 TEL0242-93-5101 E-Mail:beans-li@sea.plala.or.jp



受付時間 0120 (808) 月曜日~金曜日 10時~19時 8 8 5

問い合わせ下さい。

養もさせて頂いておりますのでお

会津若松市天神町

南向きで日当たり良好

■建ぺい率·容積率/60%·200% ■接道/西6.0m 公道 接面9.8m

■設備/バス・トイレ別,給湯,プロパンガス

■土地面積/169.42m² (51.25坪)

■土地面積/289.17m² (87.47坪)

■構造鉄骨造 3階建 ■築年月/1976年8月

■取引態様/専任媒介

有限会社会津建託

談に応じておりますし、

金川寺(喜多方市塩川町金川)

に接してきました。

近年、墓地の問題があるようです

、金川寺では墓地に関するご相

売アパート

自分の名前を書くのがやっと その差は3年あります。 らいの学力があり、下位の子は は人学時で決まる・・・ 人学時で上位の子は3年生く

宗)は、1280年(鎌倉時代後半)

尼祭礼」でお馴染みの金川寺(曹洞

美と長寿の守り本尊「八百比丘

ある仏閣として永きにわたり、地域に建立され、今の地に再建。歴史の

.**680**ън

なくなります。 容が理解できないのがほとん 生徒は漢字が読めないため、内 算数の文章の問題ができない 勉強に益々ついて行け の成績

金川寺墓地内

物件情報

西会津に住んでみませんか!

西会津野沢字原町 700万円

問題が出来ない

媚な環境

です

の落ちごぼれは 2年生から始まる!! 読めない

TEL0242-22-0363 営業時間 /8:00~20:00 定休日/第2·3日曜日

飲み薬等で体の内側から口内環 境を整える必要があります。もち を使って丁寧に歯を磨き、塗り薬 注意です。症状にあった歯磨き粉 歯磨きで出血する・□臭が気にな いで下さいね。 ろん歯科治療もおろそかにし 等を使っても改善しない場合は る・むせやすい…。こんな方は要

下山

時、黄緑色の美しい繭を

逆三角形状をしていました。ウ

みつけました。下がふくらんだ

町)に登りました。スノーシュー

3月上旬に鳥屋山

(西会津

(かんじき)が活躍?しました。

2年生で指を使って計算してい

と言われております

る子はその予備軍です

ぼれ、二度と立ち直れないその先ずうーっと落ちこ

算数は一度落ちこぼれると

内炎や歯ぐきの腫れや舌の痛み

「口の中の衰え」という事です。口 「フレイル」は「虚弱」を意味し、

**オ** 

ラルフレ

英語で「オーラル」は「口腔の」、

を繰り返す・口が渇きネバつく・

蛾)の繭とのこと。その微妙な スタビガ(薄手火蛾・薄足袋 「ウスタビガ」

スガーノヤマースキー



色のグラデーションと造形の美 小さな穴まであったのです。 これだから、山は面白いので が溜まらないように、水抜きの しさ。さらに、下部には繭に水

## 喜多方市塩川町字東栄町



3LDK+サンルーム

土地/191.17m(57.82坪) 建物/99.36(30.05坪)

■建築/平成30年10月 ■接面道路/公道·幅員 南側約6m ■構造/木造合金メッキ鋼板葺2階建 ■取引態様/仲介 ■引渡/応相談

**⇔**幸成不動産 ☎0242-32-5335

## ■土地面積(登記)/723.69㎡(218.9坪) 建物延面積/121.98㎡(36.9坪) 乗物返国機/121.95間(1503年) 敷地権利/所有権 地目/宅地 築年月/昭和51年7月 建ベイ・容積率/60%・200% 建物状況/木造亜鉛メッキ鋼板葺2階建 用途地域/第2種住居専用地域 ■引渡/相談 計画建設

## モンさいの幻想

食品は、保存の仕方で美味しく食べ られる期間が異なります。例えば、 茄子やオクラは冷蔵庫に入れると黒

みとみ学園ライセンスアカデミー若松校

い斑点ができるの で炒めたり、茹で たりして調理して から冷蔵庫に入れ てくださいね。



第5回会津ありがとう坐禅断食会体験データ 4月15・16・17日の3日間で行われました。

アンケート結果がまとまりましたので ご参考にしてください。

参加は何度目ですか? 30 9回

終えての感想は? 過食の見直し リラックスできた 健康になると思った 食のありがたさ 宿便が出た 空腹を感じなかった

Q2 参加の動機はなんですか? 誘われて 自分との対峙 ウィンウィンを見て 心身の健康 ダイエット

今後も参加したいですか? 一年に1度なら

6月4日(旺)

# 険のご依頼 えてます!

ン〜あと2年間はお金をかけ ないでとりあえず車検を受け て乗っていたいんだよなぁ…



代行業務を承ります

イヤイヤ、キ チンとした整 備付車検、し かも格安で 頼みたいナ!

コロナ禍で営業 車、も少し乗ら ないと厳しいな …。なるべく経 費削減しなきゃ!

車検をご利用ください。

ユーザー車検代行あいづ

**TEL-FAX** 0242-27-8289 # t t 090-8921-4542

迅速な対応リーズナブルな料金 でお客様から大好評



船舶免許 ●土木施工 仕事や学校帰りに通える!夜9時まで開講! 火~金10:00~21:00/土·日·祝9:00~18:00 【休校日】月曜日 何時でも無料体験できます。 



まだまだ青春30代・奮闘する40代・成熟手前の50代 熟女真只中の60代・まだまだ熟女の70代・円熟の80代 各世代にお届けしたいと思います

発行元 ㈱プランニンブ 

〒965-0805 会津若松市天寧寺町 6-47 TEL 090-7066-2724 FAX 0242-93-7612

https://winwinaizu.com E-mail silky@winwinaizu.com



うちのアイドル 佐藤さんちのコスモちゃん 生後10ヶ月



お友だち追加してください 回転回

そして登録もお願いします!! 44 22 https://winwinaizu.com



楽しい企画で活用していきます! ウィンウィンミーティングルーム

## 会津若松市栄町1−10−202 🗭 📻 📹 🚃

# 何をやっても痩せない・・・自分では痩せられない







資格は一生もの! 耳つぼ資格習得で一度の 人生イキイキさせてみませんか! セミナー毎月開催中!

お問合せください!

### M様 67歳 164cm 期間3ヶ月

### 体重72.5kg→64.1kg -8.4kg

ウエスト -10cm

今まで何をしても効果 がなかったが、目に見 えて変化があったので なんとしてもダイエッ ト!と言い聞かせてい る。ただ痩せるだけで なく体調も良くなり健 康のバロメータの数値 も良好!痩せておしゃ れを楽しんでいます。

## こんな方にオススメ

ダイエットご成約で

2回券(1回3,980円相当)

プレゼント!!

- ●着たい服を着たい
- ●ウェスト 問りが気になる
- ●何をやってもリバウンド
- ●検診で指摘された など

### サロンメニュ-

- ●耳つぼダイエット
- ●岩盤エクササイズ
- ●ファスティングプログラム
- ●体質改善プログラム

### 耳つぼダイエット特徴

- ●無理なく食欲を抑える
- 3 食OK
- ●リバウンドしにくい
- ●辛い運動はなし

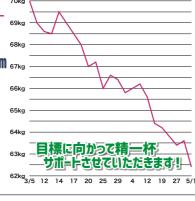
## スタートから2ヶ月のお客様 50代



回 リ:-9cm アンダーバスト:-12cm 67k 肪 率:-6%







## 耳つぼダイエットサロン Mimiy mary

TEL 090-9585-4222 会津若松市宮町6-15-201 駐車場あり 営業時間 10:30~(応相談)・不定休









現金(1903年) (X07円(1903年) (X07円(1903年)



## 夏を迎える前に キレイにしませんか?

エアコンリフレッシュ 7,700円(税込)~



古いエアコンガス全量抜き取りガス中 の水分等をクリーニングし、真空引きを して、再度クリーニングされたガスを規 定量封入する事により、エアコンの効 きが良くなります。本格的に夏が来る 前にぜひ、お試しあれ。

## 室内消臭

3,300円(税込)~

高濃度のオゾンによって高い除菌、消 臭効果があります!オゾンの力で車内の 匂いや菌・人が触れた箇所(付着菌)の 除菌が可能です。ペット臭、車の中の匂 いが気になる方は是非お試しあれ。



車両代 校全・保険・

自動車機











株タケウチパー

Point)毎月コミコミ定額♪だから、家計管理もラクラク!

TEL0242-36-7810

会津若松市神指町東城戸100番地 営業時間/9:00~18:00 定休日/水曜日·祝日





ジョイカル会津店/カーセブン会津店