

みとみ 春のご入学キャンペーン!!

算数の落ちこぼれは2年生から始まる... **そろばん**

お習字 キレイな文字は一生の宝

さあ!習い事で解決! **カイツ!** **W**ももらえる **①オリジナル通学バッグ** **②そろばん**または**書道セット**

新学期のご入学で豪華2大特典プレゼント!!

みとみ学園 ☎0120-808-885 **みとみ学園** 検索



モデルさんの動画が見られます



This month's Model

今月のモデルさん

伊藤和恵さん
会津若松市山見町在住

『赤べこを見て・学んで・楽しむ』をコンセプトに、飯盛山参道前に4月オープンしたアカベコランド。同店の支配人としてお客様をお迎えしている和恵さんは、赤べこ工房を営む家庭の三姉妹の次女として生まれ、乳幼児の頃からアカベこに囲まれて育ちました。

地元の高校を卒業すると好きな洋裁を職業にと文化服装学院へ入学し、卒業後はパタンナーとして活躍。仕事の疲れを海外で癒そうとハワイに行った事がきっかけでハワイアンリボンレイのライセンスを取得。他にもヘルパー、紅茶マイスター、セラピストなどの資格を持つスーパーレディです。なのに語り口や所作はソフトなイメージの素敵な女性で、来店されるお客様にも和恵さんのたおやかな人柄が心和むひとときになるに違いありません。

お土産売り場は1階に、赤べこの絵付け体験や製造工程見学エリアは2階にあり、近々ゲームを楽しめるエリアが開設されますので、是非アカベコランドへ出掛け下さい!

広告はP6に掲載

得意を活かして働こう!

▶ 配送スタッフ ▶ 事務スタッフ

▶ 営業 ▶ エアコン工事スタッフ

正社員 募集

活き世代から活躍できる!!

【応募】詳細はハローワーク求人票をご確認の上、履歴書をご郵送ください。

MECA (株)メッカ ☎965-0059 会津若松市インター西87

☎0120-940-088 <http://www.meca-apio.com/>

CONTENTS もくじ

2、3 **特集** P2 ほっぺにチュッ! P3 母の日の贈り物ランキング

- 4 ●ジュエリーおしゃれ講座 ●おも楽セミナー ●知恵袋
- 次回セミナー ●ものふ日記 ●シリーズ自然を追う
- 5 ●こんなデータが ●ジョニオの海外俳優Check
- 6 ●女磨きの流儀 ●PCのお困りごとに答えます
- まちの情報コーナー ●森のピアノ
- 7 ●物件情報 ●健康チェック ●料理
- 8 ●うちのアイドル

発行部数	40,000部
配布設置エリア	会津若松市・喜多市 会津坂下町・猪苗代町・磐梯町 南会津町・西会津町・美里町
配布方法	ポストイング(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
発行日	毎月最終木・金曜日

これまでもこれからも
お客様の笑顔のために!

毛穴・デコルケア
ヘッド・アームマッサージ付き

ご持参の方にビジター価格8,800円(税込)が
初回のみ50分 **3,300円(税込)**

お一人様1回限定とさせていただきます。

MENARD FACIAL SALON 会津慶山
東山小グランド東 090-7563-9920(新井田)
営業時間/10:00~20:00(最終18:00)定休日/日曜日・祝日

メナードフェイシャルサロン
東山小
●東山公民館
●商工会議所

090-7563-9920
読み込み友達追加
ポイントももらえます。

東山温泉 いろいろの宿
芦名

TEL0242-26-2841

介護が必要な方でも
安心して外出できます!

たいようにお任せください!

初夏の行楽を楽しみましょう!

安心・安全

訪問介護事業所すまいるサポートたいよう 事業所番号0770202547
会津若松地方広域市町村圏整備組合消防本部患者搬送等認定事業所 患者搬送等適任業務員在籍
会津地区介護タクシー事業所会会員

介護タクシーたいよう

事務所 会津若松市城東町14-36-23

ご予約・お問合せ **0242-77-4762**

環境のことを考えた家づくり



某歯科クリニック建設中



設計・施工のお問合せ

有限会社 **空間舎** TEL 0242-28-4917





ほっぺにチュッ!!



こどもの日特集

親子の関係は無性の愛

愛おしく思う心がそのまま幼子の心に届くのです。

ずっとずっと親子の絆を育んでくださいね。

りん
★凧ちゃん(3歳)&龍ノ介パパ&詩歩ママ
お話が上手になってきて、歌う事も大好きな凧です♡

ともき けいすけ
★知樹くん(3歳)&圭右くん(6歳)
一緒に遊ぶのが大好きな仲良し兄弟です!



るい りつ れん
★壘くん&律くん&蓮くん
野球大好き! 仲良しマルコメ3兄弟!



ゆずは
★柚葉ちゃん(2歳6ヶ月)&のあママ
ゆずの元気いっぱいな姿に癒されています♡



ゆうせい ゆい
★優生くん&優衣ちゃん
普段からとっても仲良しのお兄ちゃんからチュッしてもらってご機嫌!



まの むげん
★茉野ちゃん&夢元くん
双子の相棒♡望央ちゃんが恥ずかしがり、3人で撮れずちょっぴり寂しい、ねえね&にいに...♡



きょう
★葵陽くん(11ヶ月)&成美ママ
楽しい毎日ありがとう♡



はる
★陽くん(11ヶ月)&美智枝ママ
もうすぐ1歳のバースデー、みんなでお祝いしましょうね!



はやと
★颯斗くん(4歳)&真奈美ママ
ママ、大大大好き!♡



ゆうしん
★優心くん(2歳)&いづみママ
末っ子長男、お姉ちゃん達に負けず、すくすく大きくなってね!



まなか ゆうしん ふうか
★愛花ちゃん&優心くん&楓花ちゃん
3人元気に仲良く育て~!

会津の天神さま 生チョコクッキー

新発売



ほろっととろける食感の、
苺とチョコの生チョコクッキー。
太郎庵1番人気の『会津の天神さま』が
生チョコクッキーになって新発売!

おひとつ 151円税込

会津 太郎庵
0120-00-3267
http://www.taroan.co.jp



会津の天神さま
生チョコクッキー
咲きはじめました。



会津若松市幼児教育振興協会

会長 橋本希義



- 河東第三幼稚園
- 認定こども園会津慈光こども園
- 認定こども園慈光第二こども園
- ザベリオ学園こども園
- 認定こども園こぼとらんど
- 認定こども園子どもの森
- 認定こども園榎の木東行仁幼稚園
- 認定こども園北会津こどもの村幼保園
- とうみょう子ども園
- 若松聖愛幼稚園
- 認定こども園若松第一幼稚園
- 認定こども園若松第二幼稚園
- 認定こども園若松第三幼稚園
- 認定こども園会津若葉幼稚園
- 菅原若葉こども園
- みなみ若葉こども園

『母の日』の贈り物 世代ごとランキング



MOTHER'S DAY

お母さんとひと口に言っても、年齢や家族形態によって異なり、さらに欲しいと願う物は様々ですね。まもなく母の日です！

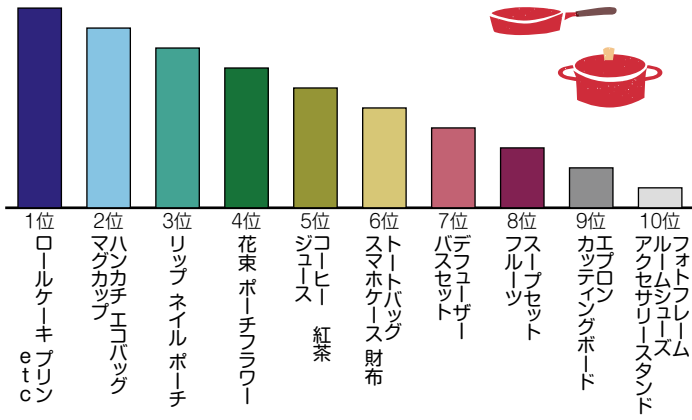
プレゼント探しの参考にしてもらえればとランキングしました。

ぜひ、参考にしてもらいお母さんに喜んでもらえるプレゼント贈ってください！

30代

相場1,000円～5,000円

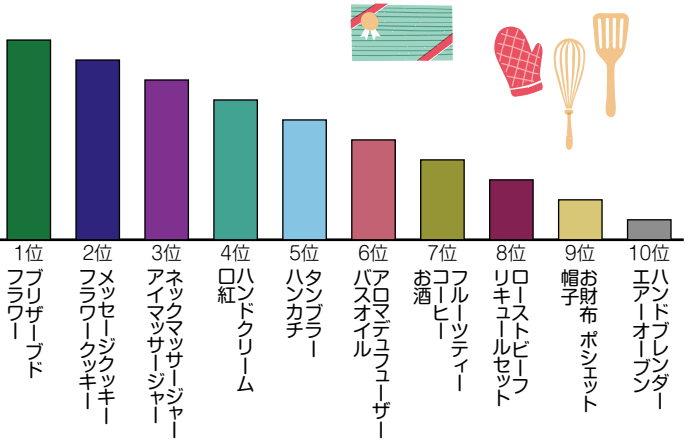
育児や
仕事で多忙な
日々を送る
30代の
お母さん



40代

相場1,000円～5,000円

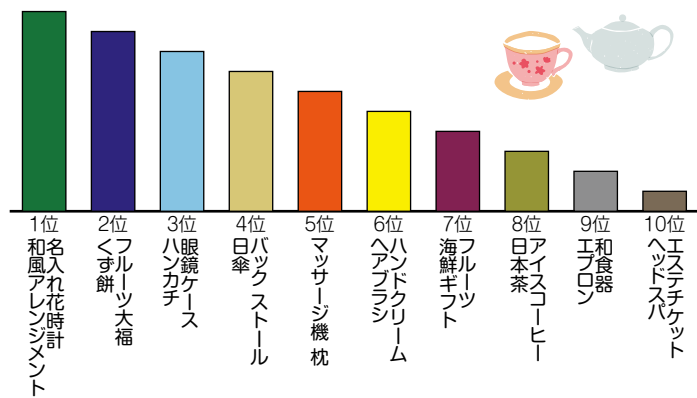
仕事や
家事で疲れを
感じやすくなって
きた40代の
お母さん



60代

相場3,000円～5,000円

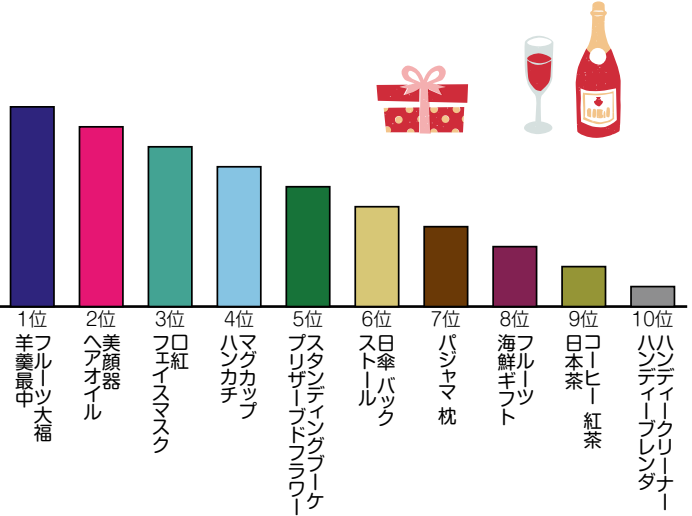
疲れや
睡眠不足で
体調管理を
頑張る60代の
お母さん



50代

相場3,000円～10,000円

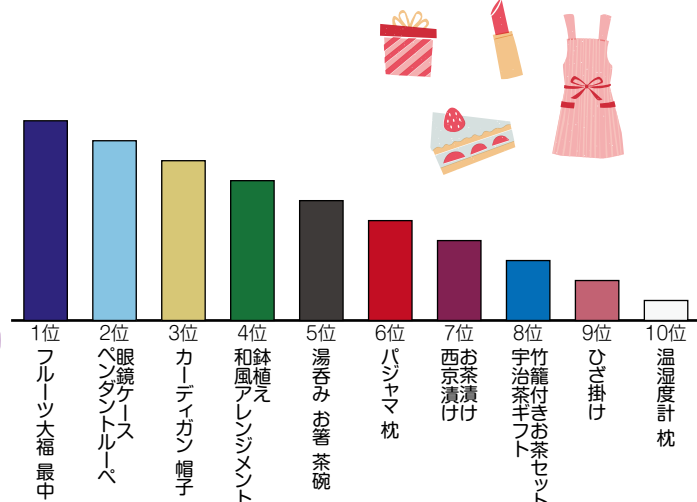
お肌年齢も
気になりケアを
本格的にしたい
50代の
お母さん



70代

相場2,000円～5,000円

味わいも
品質も本物を
見極める術をもつ
70代の
お母さん



お問い合わせ
あいづ・ファミリー・センター
サポート・センター
会津若松市馬場町2番24号
TEL 0242-224-2077
FAX 0242-185-7524

●対象/20歳以上の方 男女不問
●定員/25名
●費用/2,500円(テキスト代他)
●申込期限/6月7日(金)
●会場/会津稽古堂
(会津若松市)
※託児あり(5名まで)
※感染症の影響で内容や日程が変更になる場合があります。

研修カリキュラム	講座項目	講師例	時間
1 保育の心	保育士	2時間	
2 心の発達と	発達心理の専門家	2時間	
3 障がいのある子の	幼児教育に携わっている方	2時間	
4 身体の発達と病気	小児科医	2時間	
5 小児看護の	看護師	4時間	
6 安全指導	消防署	2時間	
7 ケアと援助	保育士	2時間	
8 食生活	栄養士の専門家	3時間	
9 子どもの遊び	保育士 幼稚園教諭	2時間	
10 地域の子育て	会津若松市	2時間	
11 事業を円滑に	ファミリーサポートセンター 担当者	2時間	
合計		25時間	

日程は5月中旬ホームページ掲載
7月：6回
6月：午前中
12日(水)・14日(金)・18日(火)・19日(水)
21日(金)・24日(月)・26日(水)・27日(木)

あいづ・ファミリー・サポート・センターからのお知らせ
～地域子育て相互援助グループ～
子育てを応援するサポート会員さん募集!!
ファミリー・サポートとは
育児の援助をして欲しい人と、手助けしたい人・両方出来る人がお互い会員になり、事務局のコーディネートにより、こどもの一時預かりや保育施設への送迎などを有償ボランティアで行う、地域活動・育児支援ネットワークです。

時間帯選べます!!パート募集中!

職 種	保育補助者	放課後児童支援員、補助員
仕事内容	0～5歳児の保育補助	放課後・土曜・長期休業時における 北会津地区の小学生への遊びや生活指導等
給 与	時給950円～ 通勤手当(上限あり、無料駐車場あり)	
休 日	日祝、年末年始休暇、年次有給休暇	
就 業 場 所	会津若松市北会津町中荒井山道4番地の1	会津若松市北会津町下荒井139 年度交替で「川南子どもクラブ」へ異動の可能性あり
時 間	7:00～19:00 勤務時間・日数応相談	①13:00～19:00、8:00～19:00(週5～6日) ②15:00～18:00(週3～5日) ※①は放課後および8～19時の間の6～8時間勤務、勤務時間等応相談
福 利 厚 生	労災保険、雇用保険、私学共済・はぐくみ基金加入施設 職員保育施設・産休・育休あり(加入保険等は勤務時間による)	
そ の 他	免許・資格・経験の有無、年齢ともに不問(免許・資格あれば尚可)	

学校法人白梅 北会津子どもの村幼稚園 TEL0242-23-8585(平日9:00～18:00) 担当: 諏佐

鈴善收藏展

端午の節句にまつわる収蔵品や厳選した漆器がご覧いただけます。

湿原時絵箱 作: 関谷浩二

創業天保三年 会津漆器 会津若松市中央1丁目3-28
鈴善漆器店 <https://suzuzen.com/>
営業時間 9:30～17:00
TEL.0242-22-0680 駐車場16台収容

今年の春のめえ山トレッキングは、大勢の人達と写真家の叶さんも参加され、たくさんのお名場面を撮影していただき、参加者全員が大満足のトレッキングでした。道路の両側に咲いたカタクリの花が迎えてくれました。カタクリは、年ごとに葉を増やし3〜4年の歳月をかけて花が咲くのだと案内してくれました。菅さんから伺いました。



案内人の菅さんと今泉さん

坂本分校前で

山頂でカップヌードルを食べました

今回は、写真を通してトレッキングの様子を案内したいと思えます。

TEL 0242-2803-8677

WINWIN PRESENTS
暮らしのイキイキをサポートします

おも楽セミナー

Omoraku Seminar

春のめえ山トレッキング、楽しみませんか?
飯豊山を眺めてのプランコが完成しました!ご体験ください

20歳、お嫁入り、33歳の厄年に
親から贈る「愛娘へのパール」

40代からの
大人の「お出かけパール」

純国産プレミアム「WAKANA」
タヒチ産 黒真珠「真美珠」

OSUKA ジュエリー オースカ 0120-27-0887
オースカ 検索

Tomiko Azuma Ladies Clinic
院長/鳴瀬都美子

婦人科 内科

なるせとみこレディースクリニック

両科とも予約可 ☎0242-37-7851 FAX 0242-37-7853 会津若松市白虎一丁目1-4

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	●	●	●	●	●	● ~12:00
午後 2:00~ 5:30	●	●	● 午後 休診	●	●	● 1:00~3:00

モンスターの知恵袋
イライラするのは、カルシウムが足りないから?

イライラしていることの原因の一つとしてあげられるのがカルシウム不足です。血液中のカルシウム濃度が下がっていると、脳がうまく神経や感情をコントロールできず、神経が過敏になってしまいます。積極的にカルシウムを補給に心掛けてみて下さい。

ジュエリーおしゃれ講座

只今GW真っただ中、皆様お洒落楽しんでいらっしゃいますか?「お洒落は心のありよう、心づもりからの身だしなみです。」とある方が仰いました。とても素敵な言葉ですね。お洒落と言っても特別に華やかにという事ではなく日頃の心のありようが映し出されるという事なのではないでしょうか。またこうも仰っています。「女性はお洒落をしなくてははいけません、自分が幸せだし見る人も幸せだから。」正しくその通りです。お洒落を楽しむ余裕をもってこのGWも過ごしたいものです。

TPOに合わせたファッションとジュエリーの組み合わせを楽しんで下さいね。

詳しくはコチラ

「ジュエリー文化」の伝道師
ジュエリーアドバイザー
マダム オースカ
大須賀 睦美 さん

もののふ日記 Vol.143

新型コロナウイルスのワクチン接種で死亡または重傷にあつたとする13人(8人の遺族と5人の健康被害者)が国を相手取り集団提訴。接種開始当初から重篤な後遺症や死亡が複数例出始めていたにも関わらず、政府は国民にリスクを事実上広報せず、新聞・テレビ、YouTubeなど強力メディア利用して広報し接種を押し付けてきたこと、への国の責任を問う内容。河野ワクチン担当大臣(当時の「米国では2億回打って死亡ゼロ」発言は有名。従来のワクチンとは全く違う試験未了(今現在も継続中)で人類初の遺伝子製剤をワクチンと称し、発症予防効果95%も「相対リスク減少率」のことで誤解を招く表現。打とうが打つまいが99.12%の人は発症せず、打って発症した人が打たなくて発症した人より95%少なかった、というのがその数値の本質。多様な表現で効果や安全性を誤認させ、打つ気にさせる空気を生んだのは事実であろう。新型コロナワクチンによる健康被害救済制度の認定件数は、2023年7月31日時点3,586件。過去およそ45年間の全てのワクチンの被害認定件数3,522件をたった数年で超え、更に4,000件以上が審議待ち。方や紅麹菌への対応は真逆。。。社会構造の歪みを感じざるを得ない。

ライター: ライフスタイルショップ 美工場 せきまさ

ドイツからのポートメール Vol.21

ポッキーは日本に住んでいたら一度は食べたことがあるお菓子の一つだと思いますが、実はドイツにも売っています。その名も「MIKADO」。発売元もグリコで、味もポッキーと変わりません。

初めてスーパーのお菓子コーナーで見た時は、帝!?と戸惑いました。しかしこれはポッキーの形状を、ミカドという将棋崩しの竹ひご版のようなおもちゃに模したことから来ているようです。とはいえ、このおもちゃがなぜミカドという名前なのかを紐解いてみると、帝に行き着くようなので、あながち間違いではありません。

以前はいわゆる日本のポッキーはアジアスーパーに行かないと買えませんでした。昨今の日本ブームで普通のスーパーでもポッキーが買えるようになりました。

by Natsuko Yamagishi

WINWIN PRESENTS

次回おも楽セミナー

Next Omoraku Seminar

赤べこ絵付け体験

日時 5月13日(月)
10時30分~11時30分

集合場所 アカベコランド
会津若松市一貫町大字八幡井天下12
飯盛山入口左

講師 アカベコランド絵付け担当者

定員 10名

参加費 1,320円

申込締切 5月10日(金)
持参する物はありません。

◆お申込は「プランニングウインウィン」まで。
日本の将来・自分の将来をみつめる会まで
TEL0242-93-7611 FAX93-7612
アドレス→silky@winwinaizu.com

茶こしのチカラ

水切りをしたヨーグルトをフルーツに添えればラグジュアリーな気分楽しめますよ。
ちょっとだけの水切りには、茶こしがピッタリ!

◆作り方◆
1~2時間水切りをしたヨーグルトは、フロマージュのような濃厚な味わいに!いつものフルーツが特別な味に変身!
茶こしサイズは、少量の水切りに最適です!

ドコモショップの新生活サポート

新しい環境にチャレンジする皆さまを応援します。

ドコモショップ 会津若松店

〈フリーダイヤル〉
0120-583-901

〒965-0042
福島県会津若松市大町1-7-21 会津中央ビル1階
営業時間 AM10:00~PM7:00
毎月第2水曜は定休日

ドコモショップ 会津坂下店

〈フリーダイヤル〉
0120-124-054

〒969-6551
福島県河沼郡会津坂下町館ノ下214-1
営業時間 AM10:00~PM7:00
毎月第2水曜は定休日

ドコモショップ 田島店

〈フリーダイヤル〉
0120-616-312

〒967-0004
福島県南会津郡南会津町田島宇東荒井甲2503-1
営業時間 AM10:00~PM7:00
毎月第2水曜は定休日

正社員

アルバイト

パート

募集中!

◆業界経験者大歓迎!
◆事務職も募集中!

詳しくは
コチラ

ヤマキ電気株式会社

美と長寿の守り本尊様御開帳

5/2木
八百比丘尼祭礼
喜多方市塩川町金川 金川寺



祭礼開催
5月2日(木)
9:00~13:00
祈禱法要を
厳修いたします

幾つになっても若く美しく！
女性なら誰でも思うこと
かもしれない。「常にわが
名号を唱えれば現世に於いて
は長命に…来世に於いて
は安穩(あんゐん)に至るで
ありましよう」と誓約したと
伝えられる八百比丘尼。幼
き頃は千代姫といひ名門秦
氏の姫として誕生。
美人で才芸に勝れ、若くし
て父母を亡くし、世の無情
を悟り比丘尼と成って、父母
の菩提を弔っていたが、数百
年経ても歳をとらず美しい
ままだったと云う。
その比丘尼が金川寺を建
立。祭礼当日は年度の八百
比丘尼像の御開帳と古くか
ら伝わる珍しい寺宝が観れ
ます。「不老長寿」の守りと
して金川寺の八百比丘尼は
深い信仰を得ていることで
全国に知られています。ぜひ
一度、お詣りされてはいかが
でしょうか。 合掌

祈禱法要は感染対策を行
いながら人数制限をして随
時受付いたします。
対策にご理解くださいませ
よう、お願い申し上げます。
尚、午前中に会津一刀流剣
詩舞道一門の有志の方や矢
部律子さんの琴、三浦幹水
さんの尺八の演奏も行われ
ますのでお問い合わせでご
参拝ください。

●お問い合わせ
曹洞禅宗金川寺
喜多方市塩川町金橋2090
TEL0241-27-2193



こんなデータが…

お姑さんの
性格を出身地で分析

滋賀県
勤勉で実直きまじめな正直
者
一見冷たく見えても実は、
人情派



性格

倅約家でやりくり上手、
せっせと貯金に励み、財布の
ひもはかたい方だけど、必要
な時には出費は惜しまない。
縁の下の力持ちタイプが多
く、バイタリテイもなかなか。
土壇場で根性を発揮し周囲の
信頼も厚い。道徳観念が強く、
基本的にマイペースで、
最初は冷たく見える事がある
が、付き合ってみると心の温
かい義理人情派の人が多い。

対処法

真面目で教育熱心な土地柄
だけに、浪費家や浮ついたノ
リは信用されない。落ち着い
た態度・ファッションの方が
好感度は高いはず。相手が何
か困っている時に、さりげな
く手助けしてあげると折を見
て必ず『お返し』をしてくれる
律儀な面も。その分、義理を欠
くような行動に出ると、信用
を一気に失ってしまうかもし
れないので注意しよう。

Jhanny.o の
海外俳優 CHECK

ペ・ドゥナ

1979年10月11日(年齢 44歳)
韓国 ソウル 鍾路区出身



ペ・ドゥナは韓国の俳優で、その魅力的な外見と卓越した演
技力で知られています。19歳のとき、衣料カタログのモデルとしてデビューしました。
ファッション雑誌のモデルやCMモデル、テレビタレントを経て、1999年に映画デ
ビューします。その後は数々の人気ドラマや映画で主演を務め、ポン・ジュノ監督作『ほ
える犬は噛まない』での演技が注目され、百想芸術大賞最優秀女優賞などを受賞し、ブ
レイクを果たします。2012年『クラウド アトラス』に出演しハリウッドデビューを果たし
ます。韓国だけでなく、アジア全体で大きな人気を誇る彼女は、その影響力を国際的な
舞台にも広げ彼女のキャリアは国内外で高く評価され、韓国エンターテインメント界の
トップスターの一人として確固たる地位を築いています。彼女の最新作ザック・スナイ
ダー監督の『REBEL MOON: パート2 傷跡を刻む者』で主人公にスカウトされたサイ
ボーグ剣士ネメシスを演じます。REBEL MOONは銀河を支配する悪の帝国マザー
ワールドと、自由を取り戻すべく立ち上がったアウトロー集団「チーム・レベルズ」の最
終決戦を描きます。REBEL MOONはNetflixで全2部作配信中です。

シリーズ自然を追う

「クマタカの叫び？」vol.1



背あぶり山自然公園から二瓶地(約8km・幅4km)には、2006年林野庁が指定した
会津山地「緑の回廊」が設定されています。東山(総称)に絶滅危惧種1Bクマタカが、
約8組のつがい生息しています。私は2023年7月、東山温泉郊外にてクマタカ幼鳥
と出会いました。時間にして5分弱、橋の欄干に止まっていた。「写真を撮って！」
と何かを訴えている様感じたのです。8月、東山の峰「緑の回廊」に巨大風力発電施
設(高さ200m・8基)建設計画がある事を知ったのです。それから「山は人間だけの
ものではない」「クマタカの郷・東山」、この2つを自身のテーマに決めて東山のクマ
タカ動画を撮り続けてきました。

※緑の回廊とは：貴重な野生動物の生息・生育地を結ぶ移動経路を確保 することにより、個
体群の交流を促進して、種の保全や遺伝的な多様性を確保する (林野庁HPから抜粋)



プロ写真家 叶悠真(かのうゆうしん)

1954年熊本県生まれ 会津若松市在住

・会津若松市観光大使

・公益社団法人日本写真家協会会員

46年住み慣れた東京足立区から2021年2月、会津若松市に移住



新クラス 5月スタート!

子どものための制作×プログラミング

ロボ団 会津若松校

の体験授業へ行こう!

内容：ロボット組立&プログラミング

対象：新1年生~中学生

定員：各回4名様

時間：60分 or 90分

料金：無料

日時：4月末~5月12日

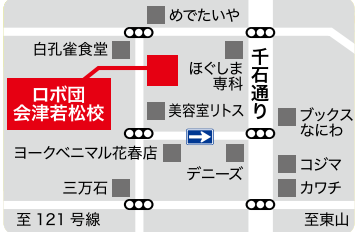
場所：下記参照

下記QRコードより
ご予約下さい



会津若松校
〒965-0816
会津若松市南千石町 1-17
080-2801-0089
aizuwakamatsu.robodone@gmail.com

体験授業のお申込み
はこちらから



募集中!!

元気へのお手伝い、させてください

女性スタッフがお伺いします!

家事代行サービス
始めました!!

■料理 ■掃除 ■洗濯
他…

お困りごと何でも
ご相談ください

これまでの
お仕事も
対応します



- 木の伐採
- ゴミ屋敷の片付け
- 遺品整理

ベンリヤ SAN 会津

☎0242-27-7065

会津若松市白虎3丁目3-25

飯盛山参道に、アカベコランド OPEN



教えて! VEKOK 1F フォトスポット 2F 絵付け体験

ゴールデンウィークを前に、飯盛山参道前左に「アカベコランド」がオープンしました。店内には、様々な工夫を凝らしたあかべこ達がたくさん陳列してあります。会津に住む私達も初めて見るあかべこが置いてあります。「物販」「教えて! VEKOK」(フォトスポット)「ゲームエリア」「絵付け体験」「製造工程見学」などのエリアがあり、赤べこの知りたい事がすべて熟知できます。

アカベコランド
akabekoland.jp
TEL 0242-23-9945
営業 10:00~17:00
会津若松市一箕町大字八幡弁天下12
飯盛山参道左側

みとみ学園の先生が小学校でそろばん授業

みとみ学園(校長・三富俊彦)の各小学校への珠算授業のボランティア講師派遣事業が23年目をむかえ、32校の小学校で授業を行いました。初めてそろばんに触れる生徒も、講師のわかり易い説明を受け、「パチパチ」とリズム良く珠を弾き、「(名算!)」の言葉が各教室響き渡りました。生徒たちはそろばんが算数に役に立つ教具と感じただけではなく、そろばんの楽しさも実感したようです。



老化とは

私達の身体には加齢とともに様々な不調や機能低下が生じてきます。東洋医学では「腎」の機能低下が老化につながるという考えがあります。「こころ」とは、単に腎臓を指すのではなく、広く生殖や成長・発育ホルモン・内分泌系・免疫系などの機能とも関係が深いと言われています。また、「生命の源泉」とも考えられています。「耳が聞こえなくなった」「忘れっぽい」「髪の毛が抜けた」「目がぼやける」「光が眩しい」「視力が落ちた」「本が読めない」「糸のようになものが見える」「頻尿や尿漏れ」「寒がり暑がりになった」など色々な事が出てきます。このような時に処方される代表的な漢方薬は、

- 六味地黄丸(ろくみじょうがん)
- 八味地黄丸(はちみじょうがん)
- 午時腎氣丸(ごじしんきがん)

これらは、腎を補う漢方薬で老化に伴う不眠や生殖器・排尿・排便に關係した症状に加え、疲労や倦怠感にも適しています。お悩みの方、ご相談下さい。

五十嵐薬品 会津若松市中野1-8
TEL 0242-271-1020
営業 10時~18時
定休日 木曜・日曜

PCのお困り事、**Mr.湯田** がお答えします!

Q. パソコンについてゴールデンウィークに注意してほしいことありますか?
A. 会社のパソコンがゴールデンウィークの間しばらく電源を入れない日が続きます。そうすると、ゴールデンウィーク中にWindowsに重大な欠陥が見つかった際にすぐに欠陥の修復プログラムを適用することができません。休み明け早急にWindowsUpdateのチェックをお願いします。過去にゴールデンウィーク中に流行したコンピュータウイルスが存在します。休み明け最初にパソコンを起動する際は事前にニュースなどでウイルスの流行が無いか確認してください。
ピーシーアシストAIZU TEL0242-93-6335 湯田智宏 全国対応パソコン修理職人

森のピアノ Vol.65
「高曾根山」へ
スカーノヤマースキー

「こつぞねやま」(1443m)喜多方市で最も高い山、と言ったら高校生のK君が「飯豊じゃありませんか?」とのこと。その通り、旧喜多方市でした。先月登頂を試みたのですが、想定外に雪解けが進んでいて、急登の尾根を登ったところで昼食。そして撤退してしまいました。これ以上は無理、と思ったらガマンしないで撤退することです。小中高生のみならず、撤退すること何もないことではありません。当たり前ですが、自分の命が最優先です。

暮らしのこと 保険のこと

桜の季節もあつという間に過ぎてしまいました。新型コロナも5類になり行楽に出かける機会が増えてきました。自動車でお出掛けの場合は交通渋滞の対策をしてからお出掛けください。高速道路で渋滞にあつてしまうとトイレの心配がつきものです。早め早めに休憩を取ること、ガソリンは半分になったら早めに給油すること。半分からの減り方が思ったより早いことを経験している方は多いと思います。お車の中に可能であれば防災グッズを入れておくのはいかがでしょうか。ホームセンターなどで購入でき、中には30種類以上の様々なグッズが入っていて、キャンプ等でのケガなどにも役にたつものが入っています。火災保険にご加入の方は、特約に「持ち出し家財」が入っているか確認しておきましょう。持ち出し家財とは、ベビーカーやバッグまたはスーツなどに壊れたり、傷がついたり破れたりした場合に補償されるものです。意外と加入していても請求しなかったり、請求の仕方が分からないと相談されることがあります。お父さん方は、太ってくる時やがんだ時に高いスーツのズボンの股が裂けることもあります。それ持ち出し家財です。使えるかどうかをご加入の代理店または保険会社にご確認してみたいかがでしょうか。弊社でも無料で確認させていただきますので、お気軽にご連絡ください。

会津のほけん塾
Beans Life
TEL 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

vol.196 女磨きの流儀。 文・K・T

仕事で何らかの実績をあげた人に評価されたりしている人は、好きなことをやっている人か、もしくはたまたま出会った仕事を好きになっているという人かと思ふのよ。好きに向かうエネルギーは強いものがあり、反対に嫌いなものに対しては、どんなにがんばっても本気のやる気にはならないでしょう。好きなことはやっていて楽しいし、集中していくからやるわよね。やる気を出そう!なんて力まなくて、やりたい事には自然にやる気がわいてくるものでしょ。も好き・楽しい・嬉しい・有難いと思える要素があつて、好きという思いは意思でコントロールできるはず。好きをどれだけ作れるか、選べるかがやる気のカギになりそうね。

好きになる能力が有るか無いかの問題で、自分で幸運をつくり出せる人なのでしょうね。感情の整理ができていない人は好き嫌いが感情に流されるがまま。自然に出てくる好きという感情は、感情的に効力を発揮するけど、そのうち必ずモチベーションが下がってしまうでしょう。仕事でも生活でも、恋愛でも結婚でも続けるために好きになる努力が必要よね。どんなものにも好き・楽しい・嬉しい・有難いと思える要素があつて、好きという思いは意思でコントロールできるはず。好きをどれだけ作れるか、選べるかがやる気のカギになりそうね。

資格検定公務員受験スクール

就職・転職に大活躍! 安定したやりがいのある仕事に就きたい!

法律系 簿記・税理士・公認会計士 市役所・警察官・消防官他

公務員・簿記・宅建・行政書士など

体験受講 公務員・宅建士・簿記・司法書士

今がまさに始め時!最新コース開講!!

abc ライセンスアカデミー若松校 (ドンキ若松店1F)

0800-800-6780

火~金 12:00~21:00 土日祝 9:00~18:00

小型船舶1級・2級・特殊

子宮筋腫が小さくなりました!

健康診断で子宮筋腫が大きくなっているのが要観察との忠告があり、ふさぎこんでいた時に友人から「ラドルームに通ってみたい」と勧められ、大戸整体院に事情を話し通い始めました。週2回の割合で3年間通い続け健康診断を先日受けたら、筋腫が小さくなり「要観察はもういいでしょう」とお医者さんに言われました。本当に嬉しかったです。もし、私のように悩んでいる方がおられたらラドルームをお勧めしたいと思います。 会津若松市在住 Sさん 60代

免疫カアップ、シミ・シワ・たるみの改善効果も期待できるラドルーム

ラドルーム 50分→4,000円

ラドルーム & 全身整体 50分+60分→6,500円

お得な回数券 一回2222円(税込)で利用できます

ラドルーム・整体ワンポイント体験 ラドルーム50分+全身整体20分

…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
空のペットボトル、着替え ※完全予約制となります

大戸整体施術院
【月・火・水・金】10時~13時/15~20時
【土】9時~12時/14~17時
会津若松市天神町24-38
https://ootoseitai.jimdo.com/
TEL 0242-29-9231



5月1日は何の日？
 Mデー(Way day)
 の日ですね。1886年の5月1日、アメリカのシカゴで一日12〜14時間勤務が当たり前だった労働環境の改善を求めて、労働者がゼネラルストライキ(全国的な規模で行われる労働争議)を起し、8時間労働の実現を要求した事由来です。

冷たい物を飲み過ぎると夏太りに！
 もうすでに夏日がきているような気候ですね。喉の渇きも半端ないですね。冷たい物を飲み過ぎると夏太りになるのですね。時には紅茶やハーブティー、しょうが湯など体を温める作用のあるものがベターです。紅茶ならアイスにしても可。コーヒーや緑茶などは体を冷やすので控えましょう。緑茶の場合は、梅干を入れればOKです。



刺身の盛り合わせを使った、見た目も味もにぎやかな、子どもの日レシピ応援の一品！
華やかなお刺身サラダ

■材料
 一人分250kcal 塩分1.1g
 ・刺身の盛り合わせ…1パック(約250g)
 ・水菜…1/2わ(約100g) ・大根…10cm(約250g) ・玉ねぎ(小)…1/2個 ・市販のポテトチップス…20g ・フレンチドレッシング(オリーブオイル…大さじ4 ・酢…大さじ2 ・塩…小さじ2/3 ・コショウ…少々)
 ■作り方
 ①フレンチドレッシングを作る。小さめの器に酢・塩・コショウを入れて混ぜ合わせ、塩が溶けたらオリーブオイルを加えて、さらに混ぜ合わせる。ボールに刺身を入れフレンチドレッシング大さじ3を加えて全体をあえる。
 ②水菜は長さ3〜4cmに切る。大根は皮をむきスライサーで縦に薄切りにする。野菜を合わせて冷水中に2〜3分さらし、ざるに上げて水けをきる。
 ③器に野菜を盛り、残りのドレッシングをもう一度混ぜてから回しかける。①の刺身をのせ、ポテトチップスを粗く砕いて散らす。全体を混ぜ合わせたら召し上がれ!



里山のアトリエ 坂本分校 掲示板
 会津坂下町大字坂本字宮ノ前940-2
 TEL 0242-83-8677

春の展覧会・いろいろ!そして自然を守る大切な心!

会津総合美術展
 会期:4月13日~21日(終了)
 里山のアトリエ坂本分校作家 Jinが会津若松市長賞となりました。鉄の作家です。大胆な構想、鉄という素材の強さを柔らかい表現に置き換えて、エンゼルフィッシュを作り上げています。また、同じく分校作家沖田敏行の油彩が佳作賞となりました。会津美術協会会員になったばかりです。

あいつアーティスト応援プロジェクトによる第17弾「あいつおもしろ8人展」
 会期:4月24日(水)~5月11日(土)11時~17時
 会場:あいつぎやらりー 写真家叶悠真の経営
 (会津若松市一箕町大字八幡字牛ヶ墓14-1)
 ジン、沖田敏行、目黒不動・茶目、猪俣佑一、坂内憲勝、湯田賢太郎、若杉儀子、馬場泰(絵画、立体、工芸美術、俳句、川柳)

里山のアトリエ坂本分校では会津若松東山の嶺に計画中の巨大風力発電機設置についてとても心配しています。翌年2025年4月に会津山地緑の回廊(国有地)に巨大風力発電施設既存8基と計画56基(うち6基は外資系列で借地として建設予定)の建設が計画されています。絶滅危惧種クマカワのつがい少なくとも3組生息しています。イヌワシが飛んできています。その命はどうなるのでしょうか。熊も追われて平地に出てきます。人々の身体にも振動が伝わってくるかもしれないのです。毎日の暮らしが守られるのでしょうか。自然や人々の暮らしを大切にすることはこのような自然エネルギー創生を言い訳にした巨大風力発電機の設置をしてはいけませんね。

首の疲れを取って バランスを整える シヤワー&温湿布

体温調整を行っている首のコリが手のむくみに影響する事もあります。首が凝っている人は、マッサージに加えて首を温めて疲れを取りましょう。温水を、頭を前に倒して出っ張る首の骨と骨の間に1分程度当てればOK。

蒸しタオルをあてても同じ効果があります。

健康チエック

気持ちいいと感じる程度のマッサージを 朝晩数分間でOK

むくみは、体内の血液やリンパ液の流れが悪くなり老廃物が滞った状態。入浴時にシャワーだけで済ますだけでは本来汗と一緒に出るはずの老廃物を溜め込みがちになります。そこでマッサージで、滞った老廃物を流し新陳代謝をアップしてむくみを解消しましょう。植物の精油を使うとさらに効果的です。老廃物を流す方向を意識して、気持ちいいと感じる程度にマッサージして下さい。

健康管理士一般指導員
 水戸春夫

売家 会津美里町字高田前川原

3,280万円

■土地/233.33m(70.58坪)
 ■建物/1F:56.36m²
 2F:52.93m²
 計109.29m(33.06坪)
 ●建築/平成29年5月
 ●接面道路/公道 南側6m 公道 東側6m
 ●間取り/4LDK
 ●一条工務店施工
 太陽光発電システム
 床暖房・駐車場4台可

仲介 **幸成不動産** <http://www.kousei-aizu.jp/>
 TEL:0242-32-5335

売家	賃貸アパート
柳津町大字細八字下平 3SDK 1,090万円 ■土地面積/296.88m(89.8坪) ■建物面積/87.77m(26.5坪) ■構造/木造1階建 ■築年月/2015年12月 ■取引態様/売主	北滝沢 1K 25,000円 ■木造2階建1F ■礼金なし敷金1ヶ月 仲介
	天神町 2DK 38,000円 ■鉄骨造3階建3階部分 ■礼金なし敷金1ヶ月 仲介

有限会社 会津建託
 TEL.0242-23-8710 FAX.0242-23-8711
 写真・説明等の資料詳細はHP上でご覧いただけます。E-mail aiken@gaea.ocn.ne.jp

売家 会津若松市門田町大字徳久

●価格/2,900万円 ●土地/232.01m(70.28坪)
 ●建物/121.71m(36.82坪) ●交通/西若松駅から約2.3km(徒歩約29分、車で8分) ●用途地域/工業地域 ●地目/宅地
 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●構造/木造合金メッキ鋼板葺2階建 ●建築/平成30年12月 ●間取/4SLDK ●道路/幅員約6.0m接面約11.8m ●水道/公営 ●汚水・雑排水/浄化槽 ●ガス/個別プロパン ●学区/門田小、第五中 ●取引態様/仲介

物件概要

レオパレス21 不動産信託リサーチ
 福島県知事(9)第50162号
 不動産無料査定 買取いたします(条件により) 会津若松市駅前町8-18 ☎0242-32-1511
 全国の部屋探しできます! <http://www.fudousan-sintakuresearch.co.jp> Mail info@fudousan-sintakuresearch.co.jp

ウィンウィン お届け便

3品目の中でお好きなものを選んでご注文いただければウィンウィンでお届けいたします。お気軽にお申し込みください。

お申込締切 **5/9** (※)
 お届け日 **5/11** (※)

DELIVERY

お申し込みは電話、もしくはメールでお願いします。
 Tel:090-7066-2724
 Mail:silky@winwinaizu.com

※メールの場合
 品名・個数・お名前
 電話番号を明記してください

会津迎賓館
 会津若松市駅前町6-25

寿しケーキ
 3,500円税込
 サイズ 直径約15cm
 高さ約7cm

お祝い事や贈り物にご利用ください

にしんの笹寿司
 10ヶ入 2,160円税込
 20ヶ入 4,104円税込

毎年6月中に採取した会津の笹に、会津産コシヒカリのシャリと練を丁寧に包んだ当店自慢のこだわり逸品です。

Flower atelier Knot
 会津若松市栄町4-20

花束
 3,000円税込

アレンジ
 3,000円税込

季節のお花をイロドリ取り揃えております。そんなお花を使ってあなただけに、オリジナルの花束やアレンジをお作りします。お花のある暮らしで、心に幸せを届けませんか?

会津楽農園
 会津若松市藤原一丁目9-3

福笑い 5kg 4,000円税込
コシヒカリ 5kg 2,000円税込

安心・安全な米づくりを求めてJGAP・HACCPを取得し、自信を持って食べていただける自慢のお米です。ぜひ一度ご賞味ください。

園主 武藤昭夫

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
**(株) プラニンゴ
ウィンワイン**
https://winwinaizu.com
E-mail silky@winwinaizu.com

〒965-0805 会津若松市天寧寺町 6-47
TEL 090-7066-2724
FAX 0242-93-7612
ウィンワインミーティングルーム
会津若松市栄町1-10-202



メガネの『人生100年時代』を支える～ずっと自分の目で、ずっと自分の耳で～

愛眼堂

会津若松本店 TEL 0242-25-3871
会津若松市白虎町218-1

喜多方店 TEL 0241-23-1366
喜多方市宇屋敷免3989-5

営業時間：9時～18時
第2・第4日曜日 9時～13時
定休日：毎週木曜日 第1・第3・第5日曜日

うちのアイドル
北條さんちのミルクちゃん 14才

第七回
**会津ありがとう
座禅断食会**

日時 5月17日(金)18日(土)19日(日)
※集合時間17時30分

参加費 28,000円

定員 15名

道場 会津東山温泉 月のあかり

申込締切 5月7日(火)

心も体もキレイになる!!
座禅と断食による3日間の
デトックス!

お問合せ・お申込み
会津ありがとう
座禅断食会実行委員会事務局
TEL 090-7066-2724
E-mail silky@winwinaizu.com
担当 土屋

口臭の主な原因は、口の中に残った食べ物のカスを工サに雑菌が繁殖し、においを発することになります。朝起きた時、ストレスが溜まった時、お腹が空いた時など、主に唾液が減少する時に起こるのです。というのも、唾液には雑菌の繁殖を防ぐ殺菌作用のあるリゾチームとい

■きちんと歯磨きして
いるのよ...
一度気になりだしたら止まらないのが口臭。人と話すのにも気を使ってしまいま
すね。原因と対策をしっかり
学べば不安も解消します。

誰にも言えない
体の悩み
口臭

こうして解決!

ウーロン茶 緑茶

口臭対策の特効薬は
唾液
改善されない場合は歯科受
診をオススメします。

う酵素が含まれており、唾液
が減ると、この働きが失われ
てしまうから。唾液は天然の
ダンタルリンスというわけ
です。また、唾液は口を動かすこ
とによって分泌されるので、講
習を機にして黙っているのは
逆効果。かえって口臭を強め
ることになってしまいます。歯
をしっかりと磨いているのに
おいが治まらない。という人
はまず、唾液と口の乾きを意
識してみましょう。また、口臭
は胃のトラブルや歯周病な
ど、病気の原因のこともあり
ます。下記に紹介した内容で

②食後の一杯で、雑菌の繁殖を抑える
食べ物による一時的な口臭には「食後のお茶」がオススメ。緑茶やウーロン茶、紅茶に含まれるカテキンには殺菌作用があるため、食後に飲むと口内の消臭に効果を発揮。お茶でブクブクと口をゆすげば、さらにパワーアップ!ただ紅茶の場合は、ミルクや砂糖を入れてしまうと雑菌のエサとなりやすいのでストレートで飲むのがベストです。



①「パタカラ、パタカラ」は、唾液分泌の呪文
食べ物をよく噛むと唾液がたくさん出てくるように、舌や歯を含めた口全体を刺激することが唾液の分泌を促すポイント。普段から意識して口を動かすようにし、唾液をどんどん分泌させましょう。そこでオススメなのが「パタカラ、パタカラ」と唱える事。舌が良く動くので唾液がジワジワと湧いてきます。口が乾いてきたと思ったら試してみてください。ガムを噛むのも有効ですよ。

New Life Support
新生活応援

まずは3年型で短期間で安く乗る!

3年型はこんな方におすすめ

常々新型モデルに乗り換え、故障リスクが少なくて安心!
手頃な中古車を探していたけれど、新車でお手頃価格で安い!
車のこと詳しくないけど、まずは3年だから気軽に試せる!

クレジット払い可能!!
お支払いは一括でも月々払いでもOK!

3年型プランに新登場!

まずは最人気車種からスタート!リース史上、業界最安値を実現しました!

1.32万円 1.43万円 1.43万円 1.54万円 1.76万円

Remobilで視界スッキリ!!
ゴールデンウィークも
快適ドライブ

ガラス油膜落とし
&
撥水コーティング

作業時間 30分~60分
料金 5,000円~

※車種、ガラスサイズにより異なります。

ガラス水垢除去

(Aランク)
作業時間 60分~90分
料金 8,000円~

(Bランク)
作業時間 90分~120分
料金 10,000円~

その他、作業施工致します。

- ワイパー傷除去 ●ガラス交換
- ガラスリペア ●ボディ磨き
- ボディコーティング

GWのお休み 5/1(水)~5/6(日)

(株) TAKEUCHI PARTS TEL 0242-36-7810
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

車を買うなら買い方選べるジョイカル
Enjoy Car Life
JOYEAL 会津店