女性がつくるホットな体験型タウン誌

Win Win

9

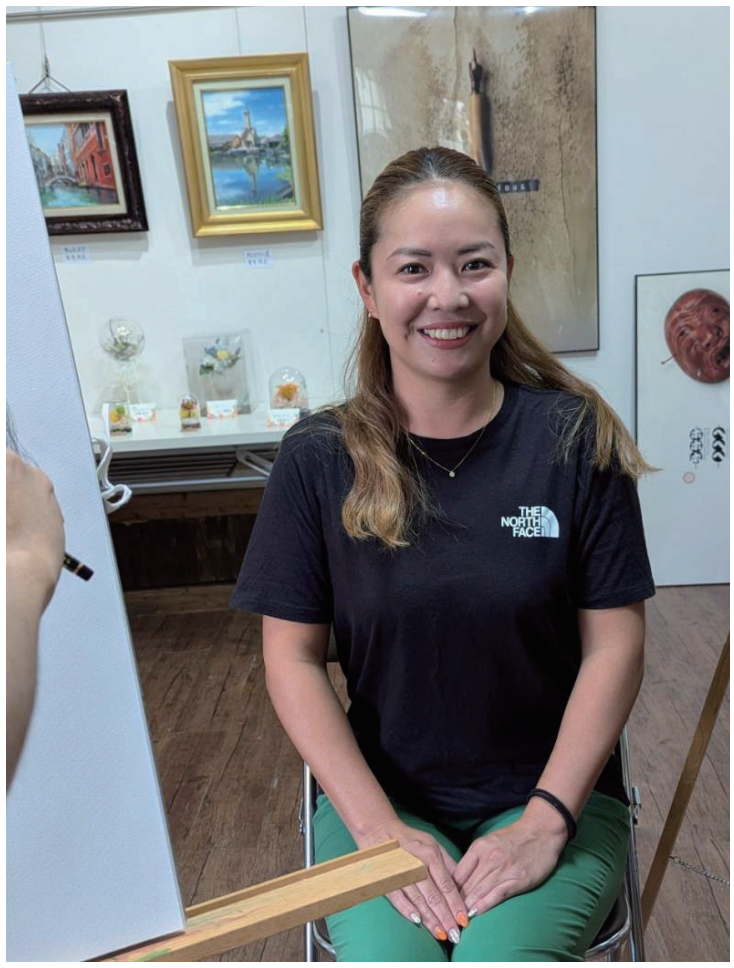
2025 Sep.
ウィンウィン

ウィンクルの数を当ててプレゼントGET！



P2…夏の疲れをリセット！ ♥P3…芸術の秋へ

９月号…8/28 発行



今月のモデルさん

新井田　知佳さん

会津坂下町在住

家業を継ぎ、建設機械買取販売の代表として仕事に奮闘し、家庭では中３・中１の母として妻として、娘として一人何役も熟すスーパーレディです。
先日、『ギャラリーカフェたまりび』に伺うと、デッサン会のモデルで来られており、素敵な笑顔に魅了し、本誌９月号の表紙のモデルさんにもと、お願い致しました。
知佳さんは、３歳からスイミングスクールに通い、高３まで競技生活を続けインターハイ出場の経験もあるスイマーでした。母親になられた現在は福島県水泳連盟普及委員として地域の小中学校へ出向し、実技とともに水害に関する注意喚起もテーマに水の安全を伝えています。料理も得意の一つで、家族皆から「美味しいね！」と連発の腕前。きっと自慢のお母さんに違いありませんよね!!

表紙に広告掲載してます

君も 九九博士になろう!!うたで楽しくスラスラ!!

幼児は天才!秀才!名人!

●9歳まではなんでもすぐ覚える!!
●覚えたものは一生忘れません





みとみ学園 0120-808-885 みとみ学園 検索

旅交通あいづ㈱

日本いいとこツアー

「全行程自社バスで行く」

むつ市・北海道道南のたび！

斗南會津会の案内による斗南藩跡めぐりと

函館・札幌・小樽 5日間

出発日 10月26日(日) お一人様旅行代金 2名様1室利用 123,000円 1名様1室利用 133,000円

		食事
第1日目	坂下町 — 会津若松駅 6:00 — <高速> — 野辺地 — 恐山霊場 — むつ市(泊) 17:00 宿泊先：むつグランドホテル斗南温泉【洋室】	朝:× 昼:× 夕:○
第2日目	むつ 8:30 — 斗南藩史跡めぐり — 大間港(昼) 12:00～13:40発 <津軽海峡フェリー> 函館港 15:10着 — 函館観光 — 函館市(泊) 19:00 宿泊先：アパホテル函館駅前【洋室】	朝:○ 昼:○ 夕:×
第3日目	函館(朝市) 8:30 — <高速> — 洞爺湖(昼) 12:00～13:00 — 札幌観光 — 札幌市(泊) 17:30 宿泊先：アパホテルすすきの駅前【洋室】	朝:× 昼:○ 夕:×
第4日目	札幌(二条市場) 9:30 — 白い恋人パーク — <高速> — にしん御殿 — 小樽自由散策 13:00～16:00 — 小樽港 17:00発 <フェリー> ～～～(船中泊) 宿泊先：新日本海フェリー／ツーリストA室利用	朝:○ 昼:× 夕:×
第5日目	新潟港 9:15 — <高速> — 会津若松駅 11:30頃 — 坂下町	朝:× 昼:×

●添乗員同行・バスガイド無・ドライバー２名にて運行

旅行企画・実施　福島県知事登録旅行業第2-288号　※詳しくはお問い合わせください

旅交通会津株式会社 TEL 0242-83-8788

福島県河沼郡会津坂下町福原前4105-3　総合旅行業務取扱管理者/中村英 明

発行部数：40,000 部
配布方法：ポスティング（会津若松市）・民報新聞折込
他、スーパーやコンビニ、道の駅・まちの駅・他店舗に設置
配布設置エリア：会津若松市・喜多方市・会津坂下町・会津美里町
西会津町・南会津町・猪苗代町・磐梯町・湯川村

その宣伝、見直しませんか？

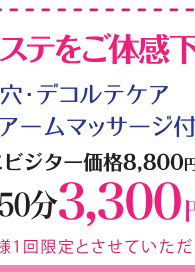
ちょうどいい広告会社 リフコム会津 まずは検索!



極上のエステをご体感下さい！

毛穴・デコルテケア
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 メナード フェイシャルサロン 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



QRコードを読み込み友達追加でポイントもらえます。



介護タクシーたいようです！

☆車椅子のまま乗車可。通院、お買い物、ご旅行、様々な外出にご利用いただけます。(ご家族様も同乗可)
☆運賃は一般タクシーと同じメーター料金(運賃＋福祉車両基本乗降介助料５００円)
☆外出同行ヘルパーもご利用可能(別途料金)
お気軽にお電話ください。



寝たきりの方もご移動できるストレッチャー完備

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 患者搬送等適任乗務員在籍
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　会津若松市七日町13-29

ご予約・お問合せ 0242-77-4762

国家資格・公務員受験ならライセンスアカデミー！

抜群の合格実績



資格はいっ気に勉強
いっ気に合格
ダラダラは毎回ざんねん!!

夏だ！海だ！湖だ！
1級船舶・2級船舶・特殊船舶(ジェット)

難関国家資格に毎年合格！

社労士	行政書士	宅建士
日商簿記	税理士	中小企業診断士
公認会計士	公務員	SPI対策

公務員受験に圧倒的な強さ！

2024年度 公務員合格者 215名 随時更新中!!

公務員 福島県警察事務合格!!



学校の先輩や友人から、毎年の現役合格者の多さや面接対策の手厚さがすごいと勧められ、ライセンスを選びました。私は高3からのスタートの上、部活動もとても忙しかったので、現役合格は不安もありましたが、アドバイスを信じ頑張って本当によかったです！

福島県庁、会津若松市役所、喜多方市役所、国家一般職(地方法務局)、福島県警A・B、警察事務、海上保安学校、会津若松市消防、喜多方市消防(一部抜粋)

みとみ学園 ライセンスアカデミー 会津若松校

会津若松市幕内南町 9-10
(MEGAドン・キホーテUNY 会津若松店1F)

0800-800-6780

開講 火～金 12:00～21:00 / 土日祝 9:00～18:00

みとみライセンス 検索

運が強くなる！ 動画 合格への近道

(財)里山のアトリエ　9月

会津坂下町大字坂本字宮の前甲940-2　0242-83-8677

絵手紙　１３（土）１４（日）
今月は秋野菜をはがきに！　５００円
何も持たずにおいでください

デッサン会　２１（日）
見学歓迎　昼食付　2,500円
普段着モデルさん募集　11：00～16：00

たまりび　金、土、日　11：00～」16：00
会津美協主催 おもしろ１３人展開催中
問合せ先
080-1810-9983（猪俣）090-7328-4564（沖田）

夏疲れをリセット！わたしを整える秋

ワタシを癒してくれるランキング5

☆地元癒されスポット



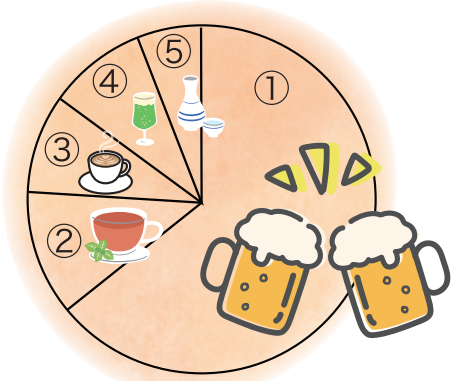
①東山大滝
②三ノ倉高原花畑
③裏磐梯五色沼
④諸橋近代美術館
⑤真夜中の夜空

☆癒されスイーツ



①フルーツパフェ
②チョコレートムース
③クリームあんみつ
④生ドーナッツ
⑤わらび餅

☆癒されドリンク



①生ビール
②ハーブティー（カモミール）
③ホットコーヒー
④抹茶ソーダ
⑤冷酒

今年も残り4ヶ月 ついてしまった脂肪 夏のだる重
33年の実績
耳つぼダイエットでリセット!!
今こそ「健康・美・自信」手に入れましょう！
まずは無料カウンセリング（90分）ご予約ください
Before After 57才
3ヶ月後 −13.2kg
耳つぼダイエット専門サロン Mimiy mary（ミミィマリー）会津店
TEL 090-9585-4222 会津若松市宮町6-15-201
P あり 休 不定休 営 9:00〜20:00（応相談） 完全予約制・年齢・性別不問

爪に優しいジェルネイル
パワーベース認定サロン
JAGUA
MEHNDI
NAIL
2913 MEHNDI+NAIL
NAIL MEHNDI・JAGUA
天寧寺町2-10 グリーンコーポラス204
駐車場1台有
予約サイト 公式LINE

美白パックでひんやりクールダウン
薬用ブライトニングパックは、シミを防いで透き通るような輝きあふれる肌へ整えます。
日焼けした肌のほてりを鎮静します。
ぜひご体感ください。
MENARD FACIAL SALON メナード フェイシャルサロン 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
東山小 東山公民館 若松ガス 商工会議所
QRコードを読み込み友達追加でポイントもらえます。

ダイエットの秋、到来!! いく整体院の
“耳つぼダイエット”で
今度こそ健康に！キレイに変身！
耳つぼダイエットスタートした方限定 ［全身スッキリ整体］＋［ヘッドマッサージ］×2回プレゼント
耳つぼ痩身セラピスト 健康管理士 大島育代
6つの痩せる理由
耳つぼの力で食欲をコントロール
整体で全身を整え、痩せやすい体にする
キツイ運動の必要なし
年齢関係なし
ハリを使わないので痛みゼロ
卒業後も無料でしっかりサポート
4ヶ月後
モニターさん（40代）
体重 −10.7kg
ウエスト −10.0cm
整体&耳つぼダイエットサロン いく整体院
完全予約制
090-7325-6054 ※初回カウンセリング無料
住 会津若松市北滝沢2丁目7-44-102
営 9:00〜17:00（時間外応相談）
休 不定休 P あり

令和7年度福島県地域創生総合支援事業（サポート事業）
飯盛山洞門くぐりフットパス
年に一度この時だけ！
参加者募集！
日時 10/11（土） 12:30〜16:00
定員 30名
対象 / 幼児〜大人　集合場所 / 旧滝沢本陣または飯盛分店駐車場
参加費 / 大人 2,500 円　中高生 500 円　小学生以下無料（税込価格）
持参するもの / 長靴・懐中電灯
＜スケジュール＞
旧滝沢本陣見学→洞門くぐり→飯盛山（さざえ堂…白虎隊墓前）→妙国寺→飯盛分店駐車場にて解散
予約申込 詳細はコチラ
【お問い合わせ】主催 / 東北未来プロジェクト実行委員会
TEL:090-4982-8151　HP/www.aizu-footpath.com

ラドンルームで、ストレスを軽減しませんか
女性がストレスを感じるとホルモンバランスが崩れやすく、ターンオーバーの乱れや肌の水分量低下につながり、乾燥や肌荒れを起こしてしまいがちです。いまだに新型コロナウィルスもまだまだ安心できる状況ではありませんね。
暑さ厳しい今夏は、免疫力を上げて十分な睡眠をとることも大切です。ストレス物質が軽減されるラドンルームの体験をオススメします。
初回2,000円（税込）をご利用ください。回数券を購入されれば一回2,222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
ラドンルーム
お得な回数券 一回2222円（税込）で利用できます
50分 → 4,000円
ラドンルーム 50分 ＋ 全身整体 60分
110分 → 6,500円
■ラドンルーム体験
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（税込）
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
創業32年
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
えび谷クリニック 千石通り カンセキ 至芦ノ牧

芸術の秋へ

アート創りに情熱を傾ける親娘のお話



デジタルアートとハンドメイドで、創造の日々を満喫！

鈴木秀人さん・元子さん
会津若松市天神町在住

退職を目前にしていた頃、鶴ヶ城公園や湯川界隈をカメラ片手に散策しながら鳥や虫、草木など自然の生物たちを撮って楽しまれていました。

時として信じがたい美しい命の姿を観るにつけ、画面に再現したいと画像を生成し、デジタルアートを手掛けるようになられた秀人さん。

退職後は、年間5～6作品を完成させています。デジタルの特徴を生かし、澄明な色使いで創造の世界を演出してくれる作品が多々あります。

昨年は元子さんとの二人展を開催し、大勢の方々にデジタルアートの世界を堪能してもらいました。

また、会津美術展、県展等に出展し、制作活動の幅を広げ、独自の世界観を深めています。





◀鈴木秀人さんの作品





◀元子さんの作品



母親となり子ども等の洋服やリュックなど身に着けるものを中心に作る楽しさ、使う楽しさを喜びとしていた元子さん。子どもの成長と共に余暇が増えると、水彩画や和紙、ドライフラワー、アクセサリーに挑戦し創造の世界を探求されてきました。

現在は、自宅にある複数の「アトリエ」部屋で制作活動を行い、仕上がるとお互いの作品の感想を語り合いながら次への制作に繋がるヒントを模索し、時を楽しまれているそうです。

秀人さんと元子さんの長女・麻友さんも大作を描いて、個展を開くなど実力をつけています。社会人になって日本画に興味を抱き、習い始めたというボタニカルアート。精力的に作品を完成させ、さらにインクアートやレジンアート等にも作品の幅を広め、新国立美術館に作品を展示されたこともあるそうです。

母親となっても妻・母の役割を務めながら自分の世界も大事にする生活、人としての度量も広がります。

親娘でアートを愛し、各々の好みのジャンルで作風をして、作品づくりに精を描いて、作品を囲んでひとときを過ごされることもあるそうです。素敵な親娘ですね。

ボタニカルアートで個展を開催

大竹　麻友さん



◀大竹 麻友さんの作品



婦人科　内科
Tomiko Maruse Ladies Clinic
院長／鳴瀬都美子
なるせとみこレディースクリニック
両科とも予約可　受付時間は、診療時間の30分前までとなります。
☎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

Canva　動画講座プログラム
初心者でも簡単！あなたもプロ級デザイナーになれる
はじめての
1番やさしいCanvaの教科書
Canvaってなに？
たった1時間の動画でCanva（キャンバ）が学べちゃう♥
udemy　動画コンテンツ
こんな方におすすめ！
- デザインは苦手…でもオシャレに作りたい！
- SNSやチラシを自分で作りたい！
- 無料ツールでプロっぽく仕上げたい！
合同会社オフィスオハナ

売家　会津若松市明和町　6DK
■土地/217.79㎡(65.88坪)
■建物/106.56㎡(32.23坪)
760万円
【物件概要】
●建築/昭和４６年４月
●接面道路/南側6m公道
●用途地域/準住居地域
●建ぺい率/60%
●容積率/200%
●水道管２０mm共同利用
●取引態様/仲介
浴室・トイレ・洗面所2018年4月リフォーム済
サンルームを撤去すれば小型車駐車可能
仲介　幸成不動産　http://www.kousei-aizu.jp/　☎0242-32-5335

— 月夜の音楽実験室 —
THE VOCALIST
Music Labo
2年ぶり！
3人のプロボーカリストと
歌&トーク
大切な人と過ごす
笑って聞いて音楽と遊ぶ月の夜
日時：2025年10月13日(月・祝)
開場 15:30 / 開演 16:30
場所：会津風雅堂（会津若松市城東町 12-1）
チケット（全席自由席）：2025超仲良し会員様　1席 1,000円
仲良し会員様　1席 2,000円
一般　1席 3,000円
チケット1枚につき300円のお買い物券 付き
【使用期間】チケットご購入日から1カ月間
2025年8月1日㈮～チケット販売　太郎庵各店舗にてご購入ください。
◀詳しくはこちら
会津 お菓子の蔵 太郎庵
0120-00-3267
http://www.taroan.co.jp

絵を描いて色づけする漆の技法を蒔絵といいます
蒔絵体験
体験期間
9/1(月)→9/30(火)
[要予約]※当日もOK
サポート万全！初めてでも丁寧に教えます。
料金
通常3500円のところ体験期間中
特別価格 2300円
※作品は同日持ち帰りできます。
初めての方でも安心！伝統の技を手軽に体験できます
金の粉で物語を描く蒔絵の魅力が楽しめます
鈴善漆器店
0242-22-0680
会津若松市中央1丁目3-28
HPはこちら

今月のクッキングポイント

～手巻き寿司～



【作り方】

①海苔と、好きな具材・大葉を用意する
②海苔を手のひらに置いて、ご飯をのせて
大葉をのせて好きな具材をのせて
クルっと巻いていきます。

【上手に巻けるポイント】

☆海苔の上に三角形になるようにご飯を乗せる。

☆具を乗せたらクルクルッと巻き込んでいく。

QRから動画で見れます！

《取材協力》
會津迎賓館 寿し万
0120-09-1143（まるく いい よさん）
TEL.0242-25-3311 FAX.0242-32-2280
会津若松市駅前町6-25 AM10:00～PM10:00

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

エアコンとは違う涼しさ！冷たい空気をつくらない涼しさを体感してみませんか？

（有）空間舎が提案する、二人で暮らす最上級の心地よさ『花春の家』を体感してもらいました。

同社の浅沼美浩社長は、四季を通して体感していただきたいと、今回は春に続いて、夏の見学会を行いました。



▲浅沼社長



◀ご参加の方々

同社は２０００年の創業以来、健康な暮らしをコンセプトに家づくりに取り組まれてきました。

誰もが一度は経験がありそうな『夏バテ』。暑さでの食欲不振の中、８月下旬になると急に、朝晩が涼しくなり風邪をひいてしまうことがあります。この夏バテに大きく関わっているのがクーラー病です。長時間クーラーが稼働している室内に居たり、クーラーのきいた室内と暑い室外を往復することで自律神経のバランスが崩れ、血液の流れやホルモンバランスの異常をきたす病気のことです。クーラーに慣れてしまうと自分で体温調節をする能力が低下してしまい、結果クーラー病になり夏バテになりやすい身体になってしまうのです。



▲寝室



夏のパネルは▶
冷水が流れるために水滴がつく。



▲土間の下には、冷水が流れる管が設置されている。

今回採用の冷暖房パネルは、
●まるで木陰のような清涼な空気を生み出す
●除湿することにより心地よい空気をつくり出す
●エアコンのように冷たい空気をつくらない身体に優しい冷房
●風がないので女性やお子様、ご高齢者の身体に負担が少なく快適に暮らせる。

このような環境づくりを提案しリノベーションしたのが、花春の家です。

夏の住まい状況は、流入する熱の約７０％が窓や玄関などの開口部からのものです。だからこそ窓の遮熱性・断熱性を高めることが大切です。断熱性能が高い窓はエアコンの効き目も良く、さらにトリプルガラスにより日差しを遮り室内温度の上昇も抑えられます。

この機会に家の構造、環境を確認して住みやすい家づくり、健康な暮らしができる家づくりを見直してみませんか？

関心を持たれた方は、お気軽にご連絡ください。

■お問合せ
（有）空間舎
TEL **0242-28-4917**
【Email】
kuukan@crux.ocn.ne.jp

※参加者全員に御薬園入場券がプレゼントされたので、蓮の花が綺麗に咲いた園内を楽しみながら、夏のひとときを愉しまれていました。



▲蓮の花

ものの ふ日記 Vol. 159

会津若松市の商標“SAMURAI CITY”を軸にした観光プログラムが始まります。侍が日本社会を統治した期間は縄文から繋がる数万年の中で676年間。会津では蘆名氏、蒲生氏などを経て、松平氏の江戸期になります。実は江戸225年間のうち、侍が実戦にあたる機会は幕末以外はほぼなく、何世代にも亘って「刀を抜かぬ暮らし」が日常でした。侍は「五常五倫」の思想を学び、現代社会における自衛隊、警察官、裁判官、役人、教師、そして政治家などの役割を担いました。

「君に忠、親に孝、自らを節すること厳しく、下位の者に仁慈を以てし、敵には憐みをかけ、私欲を忌み、公正を尊び、富貴よりも名誉を以て貴しとなす」で有名な“武士道”（新渡戸稲造著）の原点も実は会津生まれの侍/山鹿素行の教えにあります。そしてその思想は現代の地域社会に生きる会津人夫々の中にもまだ残されています。会津一の観光資源は会津人の心。会津を訪れる人がその心に触れることで、また会津を訪れたくなる。市民全員が主役であり脇役です。そこを大切にして会津の未来を輝かせましょう。

ライター：ライフスタイルショップ　美工堂 せきまさ

aajeba あぁいえば交遊 koyu

努力すれば報われる？

夏の甲子園大会では、熱戦が繰り広げられ、文字通り「手に汗握る名勝負」と歴史に残るような試合もありました。全国の高校球児は、春夏秋冬甲子園出場、更には全国優勝を目指して練習にいそしみ努力をしています。しかし、甲子園に行けるのは各県一校だけで（東京都と北海道は二校）、優勝はもちろん一校のみです。

そこで、次のようにも言えると思います。

「努力しても、念願することは成就するとは限らない。しかし、努力しなければ、念願することは成就しない」と。念願成就のために努力しても、必ずしも念願が成就できるわけではない、という厳しい現実があります。さりとて、努力なしで念願を成就することは不可能です。例え念願は成就しなくても、真面目に努力したことは、その人や組織にとって、「ある有効性」は残ります。別な場面でその努力の経験が必ず活かされます。

ですから、「努力は嘘をつかない」し、「運命を切り拓くのは自分次第」と思うのです。

（龍三）

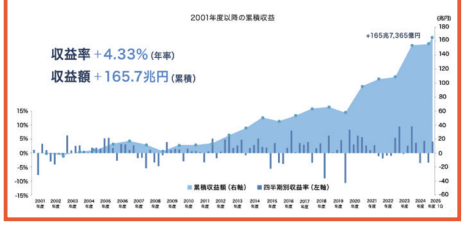
お金の学び 世界最大の機関投資家

日本の公的年金を管理・運用しているＧＰＩＦ。
世界の年金の中で運用資産額は最大とみなされているため、世界最大の機関投資家と呼ばれています。

国内外の株式や債券を含め広く分散投資され、２００８年のリーマンショックの時期を含めても、収益率は４.２０％、累積収益額は１５５.５兆円にも増えているのです。

公的年金の運用によって、すでに私たち国民はみんな投資をしていたとは、驚きでしたね。

次回は、年金以外の資産運用についてみていきましょう。



WINWIN PRESENTS

次回おも楽セミナー
Omoraku Seminar

蒔絵体験してみませんか？

日　時　**9月15日（月・祝）**
10時30分～11時30分
集合場所　**鈴善漆器店体験蔵**
会津若松市中央一丁目3-28
説 明 者　**渡部恵美さん**
鈴善漆器店　蒔絵指導担当者
定　員　**8名**
参 加 費　**2,300円（特別価格）**
申込締切　**9月6日（土）**

※持参する物はありません
制作しやすい服装でお越し下さい。

◆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

地域密着!!ドコモショップ 親切丁寧に対応させていただきます

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

ドコモショップ会津坂下店
〈フリーダイヤル〉
0120-124-054
〒969-6531
福島県河沼郡会津坂下町上口 478-1
営業時間 AM10:00～PM7:00

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字東荒井甲2503-1
営業時間 AM10:00～PM7:00

上記3店舗 募集中
正社員 ドコモショップモバイルアドバイザー
■260,000 円～300,000 円以上可能
※資格手当・時間外手当 25 時間分込み
■ボーナス年3回 ※5.5ヶ月分（昨年度実績）
■想定年収 3,800,000 円～4,500,000 円以上可能
パート・アルバイト ※時給アップしました!!
■時給1,100円～1,300円
詳しくはコチラ
ヤマキ電気株式会社





Vol.37

ドイツからのポートメール

by Natsuko Yamagishi

ドイツ人のイメージってどんなですか?と聞いたら、面白いと言う人はあまりいないと思います。真面目でジョークとか言わないイメージもあるかと思います。

実際はドイツ人は冗談言うのが好きですが、どちらかというと皮肉の効いた冗談が多いです。それから、ドイツ人は割と冗談を真面目な顔して言う人が多いので、冗談かどうかわからないのです。例えば雨がザーザー降っているのを見て、真顔で「良い天気だ」とか言ったりするわけです。それは皮肉として言ってるのですが、如何せん真顔なので判断がつきにくいのです。

この前も、朝スーパーで支払いの際少し手間取ったので謝ったら、レジのおじさんに真顔で「大丈夫、俺は今日14時までいるから」と言われました。真顔だったのもあって、言葉の裏にある意味をしばらく考えてしまいました。

乙女座の人が元気になるアドバイス！

☆全体運
あまり気が晴れません。いつもなら楽しいはずの事が、まるでそう思えないこともしばしば。じつはこれは、新しく自分を生かせることを見つけなさいという星のお告げです。思い当たる節があるなら早速なにか探してみて。友人に感化されやすい時です、その人がなにか始めると、私も！となりがちですが、向いているとは限りません。じっくり考えて行動してね。

☆美容運
遠くに出掛けると不安になって体調が悪くなることも。神経質になり過ぎるとよくありません。気になるなら遠出は控えたほうが。

☆お買い物・やりくり運
いつもより使途不明金が増えそう。後で困るので、何に使ったのかザッとでも付けておくように。なお立替金は早く清算を。忘れてしまう恐れがありますので。

言葉の真意

しめやか

ひっそりともの静かな様子、気分が沈んで悲しむ、しんみりした様子、という意味です。「おごそか」「厳粛」等と混同されがちですが、祭礼や結婚式等の祝事には使わない言葉です。ご注意ください。

執筆　大越徹さん

WinWin キャラクター
ウィンクル
ワタシは WinWin キャラクターのウィンクルです よろしくね

PCのお困りごと

Q. ノートパソコンの AC アダプタを紛失してしまいました。昔使用していたパソコンの AC アダプタが残っていてパソコンの差し込み口に合います。使えますか？

A. 別メーカー、別機種のACアダプタはまず基本的に使わないでください。紛失した場合はメーカー等から純正の AC アダプタを購入するか、中古パソコンショップで販売していないか確認してください。互換を謳っている AC アダプタが家電量販店で販売されているのを利用するのも手です。（互換品は有名メーカーのものを使ってください、粗悪品が出回っています）
緊急で別機種の AC アダプタを使用する際はパソコン本体と AC アダプタの電圧（単位 V で表記）が合っているかを必ず確認してください。
電圧が違う場合、最悪挿しただけでパソコンが壊れます。最悪火災になります。
また最大電流（単位 A で表記）は AC アダプタのほうが同じか大きい必要があります。
なお、これはパソコン以外の周辺機器、家電製品でも同様です。

森のピアノ♫

スガーノヤマースキー「吾妻神社」

Vol.80





3月に、ロープウェイとリフトを乗り継いでの登山。持参したカンジキは使用せず長靴で「楽ちん」なハイキングだったのです。

しかし、夏のこのルートは初めて、まさかあんな岩ゴロゴロの登山道だったとは・・・。時間も距離も倍近くかかりました。同行の方々は60代半ば、何故にみなさん、あんなに健脚なのでしょう。私は、ついて行くのがやっとでした。ああ、どなたか今年の冬登りませんか？スノーモンスターが迎えてくれますよ。

うちのアイドル



大八木さんちのももちゃん
5ヶ月

Windows10の無償サポートは本年10月14日に終了します。入替は計画的に
安心安全Windows11搭載中古パソコン
55,000円(税込)より取りそろえ中！
FUJITSU TOSHIBA Panasonic
すべての中古パソコンは有名メーカー製新品SSD交換済！購入パソコンへのデータの移行、Word、Excel整備、メール設定、Wifi設定などお任せください！（別途料金）
ピーシーアシスト・アイヅ Assist AIZU
パソコン修理相談ダイヤル 0242-93-6335
会津若松市中町１－９　火曜日定休 営業時間 10:00-19:00
弊社HP
お得情報「WinWin見た」と店頭でお伝えください。パソコン購入費用または修理費用より1000円割引いたします

寝ている間の話

私達が寝ている間には、成長ホルモン、コルチゾール、メラトニン、セロトニン等の分泌が盛んになります。これらの物質は、身体の成長、代謝向上、免疫の調整、脂肪分解、筋肉の育成、記憶力の向上、傷んだ部位の修復、体内時計の調整、精神の安定…様々に働きますが、睡眠の質の低下や睡眠時間の不足があると働きが不十分になる事もあります。酷暑で睡眠の質と時間を保てず、体調が上向かない方は早めにご相談下さい。

薬剤師　大越　徹



井関薬局
会津若松市大町 2-7-6
TEL0242-22-0363
営業時間 /8:00～20:00
定休日 / 第２・３日曜日

乗ってみて、やめたっていいじゃない。
途中解約無料
料金据置
自由解約型プラン
セブンマックス 7MAX FREE
SUZUKI スズキ アルト 11,000円～
SUZUKI スズキ ジムニー 14,300円～
DAIHATSU ダイハツ ムーヴキャンバス 14,300円～
HONDA ホンダ N-BOX 17,600円～
DAIHATSU ダイハツ タントカスタム 18,700円～
TAKEUCHI PARTS
株式会社タケウチパーツ
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
車を買うなら買い方選べるジョイカル
Enjoy Car Life JOYCAL 会津店

元気へのお手伝い、させてください
募集中!!
5×6㎝ 15000円～承ります
㈱プランニングウィンウィン
広告

会津のほけん塾
Beans Life
株式会社　ビーンズ・ライフ
お客様の暮らしに　いつも寄り添うパートナー
◆三井住友海上火災保険(株)　◆三井住友あいおい生命(株)
◆メットライフ生命(株)　◆ジブラルタ生命(株)
https://beans-li.com/　E-Mail : beans@beans-li.com
令和４年度 事業継続力強化計画 認定 経済産業省
人を大切にする企業 経営労務診断実施企業 7380001018344(1) 全国社会保険労務士会連合会
会津若松市和田2丁目5番1号
0120-237339
TEL :0242-93-5101
FAX:0242-93-5102

秋のイベント　イチオシ
会津まつり

今年は、9月19日（金）提灯行列・会津磐梯山踊り20日（土）先人感謝祭・會津藩校行列・会津磐梯山踊り　21日（日）日新館童子行列・鼓笛隊パレードの予定で開催されます。

会津藩校行列は、歴代藩主の編成で開催されます。厳かに行われる感謝祭の後、会津まつりの最大イベントの藩校行列が行われます。総勢約500名が武者姿に扮し練り歩きます。鶴ヶ城本丸で出陣式を行い、町なかを歩き、各所で奴隊による毛槍の所作を披露します。



会津まつりは、昭和3年、秩父宮勢津子妃のご成婚を祝して始まった提灯行列がそのルーツといわれています。

戊辰戦争で落命した会津藩主などの霊を慰め、先人に感謝するという意味も込めて行われます。会津藩の汚名をそそぎ、喜び祝った当時の先人に想いを馳せ、各地区の子ども会の皆さんが行進し、市内の子ども会の皆さんが参加し、ゆらゆらと揺れる提灯に願いを込めて練り歩きます。

■お問合せ
会津まつり実行委員会
TEL0242-23-4141

和泉流宗家　狂言の世界
史跡慧日寺（磐梯町）で開催

文化の秋に相応しく、日本文化を堪能しませんか？暑さも落ち着く10月に開催されますので、お誘い合わせてご来場ください。



和泉流について578年の歴史を有し、京都山科を中心にして流派を保ち、七代目宗家から尾張徳川藩祖に召し抱えられて和泉守に任ぜられました。当時、百万石の扶持を与えられており大坂夏の陣にも参加したと伝えられています。

■開催日時　10月11日（土）
14時～15時40分
※開場
13時30分～
■会場　史跡慧日寺
磐梯町磐梯本寺上4950
■料金（自由席）
一般　3000円
中学生以下無料
■チケット取扱所
ローソンLコード21946
販売ページ
https://l-tike.com/order/?glcode=21946
・道の駅ばんだい
※駐車場をご確認下さい。慧日寺資料館・磐梯町民体育館・中央公民館・役場
■お問合せ
（有）5・SHES
TEL0241-24-2233
平日9時～17時30分

風光明媚な環境です
代々の墓地、ご案内します

美と長寿の守り本尊「八百比丘尼祭礼」でお馴染みの金川寺（曹洞宗）は、1280年（鎌倉時代後半）に建立され、今の地に再建。歴史のある仏閣として永きにわたり、地域に接してきました。

近年、墓地の問題があるようですが、金川寺では墓地に関するご相談に応じておりますし、また永代供養もさせて頂いておりますのでお問い合わせ下さい。


金川寺墓地内

■お問い合わせ
金川寺（喜多方市塩川町金川）
TEL0241-27-2193

9月のおすすめのレシピ　あっさり生春巻き



【具材】
・ライスペーパー…5枚切り・エビ…10尾
・豚薄切り肉・春雨…各50g　・サニーレタス…2～3枚・ミントの葉・バジルの葉…各適量
・きゅうり（薄切り）…10枚　・花にら…5本
・タレ（ナンプラー…大さじ3と1/2、砂糖…大さじ3、米酢…大さじ2と1/2）
・水…約1/2カップ
・せん切りした赤唐辛子…1本分

【作り方】
①ライスペーパーは水でぬらし、1枚ずつぬれた布巾の上に広げてやわらかく戻す。
②エビは殻をむいて水洗いし、熱湯で茹でて冷めたら背から縦半分に切り、背ワタを除く。豚肉は熱湯でかるく茹で、冷めたら薄切りにする。春雨は熱湯にひたし、やわらかく戻して、水けをきる。
③乾いた布巾に①を広げ、手前側に適当にちぎったサニーレタスを敷き、ミントとバジル、豚肉、春雨、エビ、きゅうりを等分にして順にのせる。ライスペーパーの両端を折り、ひと巻きしてから花ニラ1本を先が少し出るようにはさみ、最後まで巻く。同様に残りを巻き、器に盛る。
④タレの材料を混ぜて、③に添えて召し上がれ。

女磨きの流儀。

vol.212

文：K・T

子育て中、いたたまれない行動をした子どもにバッ！と叩いて、後悔したことありませんか？もう二度と暴力はしないと誓っても、数日後また叩いてしまい…同じ過ちを繰り返し、反省しながらもまた…、こんな経験をもつお母さん達って、少なくないはずよね。私達の行動のほとんどは、過去の経験に基づいて決まるそうよ。意識してどうにかしようする行動は4％、無意識にしてしまう行動は96％というデータあり、現在の意識の方がいかに強いかということよね。

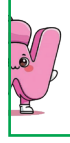


過去の悪い行動や感情を断ち切るためには、新しい自分の姿を徹底して思い続けること。

『怒らないようにしよう』と、どれだけ誓っても、すでにそう考えている時点で『怒る自分』のイメージがインプットされているから、また怒ってしまうのよね。

『そうならないようにしよう』という考えは止めて、何事もOK！と、おおらかな自分を描いて行動するのが得策ね。活躍するスポーツ選手は、ミスしても引きずらず、次の試合は頭を切り替えて臨む人が多いでしょ。

2学期が始まりました、どんな姿勢で向き合いますか？



夏こそ要注意!!
冷えからくる体調不良に

夏は暑さとの戦い…と思われがちですが、実は『冷え』に悩む方が多い季節です。汗をかき、クーラーの効いた部屋、冷たい飲食物など、知らず知らずに体の内側から冷やされ、血の巡りが滞ります。『手足が冷える』『食欲がない』とそんな不調の陰には『夏の隠れ冷え』が潜んでいるかも知れません。

東洋医学で冷えは『血流』『気（エネルギー）』の不足から起こると考えられています。体が冷えると、内臓の働きが低下してしまい、放っておくと秋口からの体調不良に繋がります。

そこでお勧めしたいのが、自然薬の『松寿仙』です。松寿仙は長年の実績を持つ和漢薬で、クマザサ・高麗人参・赤松葉といった生薬が入っています。巡りを良くし、夏の冷えに負けない体を作りましょう。



ご相談は、完全予約制　五十嵐薬品　TEL0242-27-1020　FAX0242-28-9235　［営業日］10時～18時　［定休日］木曜・日曜
会津若松市中町1-8　［e-mail］kanpou.igarashi@gmail.com

WinWin　は下記の場所に設置させて頂いております。

会津若松市内…ポスティング、喜多方市、会津坂下町、会津美里町、会津若松市北会津町、会津若松市河東町、磐梯町…新聞折込で地域の皆さんにお届けしております。さらに、会津稽古堂内、鶴城コミセン、會津迎賓館、井関薬局、渡辺衣料品店、太郎庵、壱番館、オリジナル、庵はづき、会津若松商工会議所、渋川問屋、ヒューマンハブ天寧寺倉庫、ライセンスアカデミー、あかべこ（七日町）、ドコモショップ（会津若松店・会津坂下店・田島店）、旅工房あいづ、五十嵐薬品、ビーンズ・ライフ、芦名、大戸整体施術院、なるせとみこレディースクリニック、ジョイカル会津店、ブックスなにわ、みなかわ理髪店、アトリエE・N、PCアシスト、鈴善、ギャラリーカフェたまりび、メナードフェイシャルサロン会津慶山、コインランドリーマハロ、長床休憩場、ぬりの里、ヘアリミックス食堂はせ川、ギャラリー&喫茶きりん、塩川屋、カランドリエ、坂下町中央公民館、べこの乳アイス牧場、旅交通会津、佐藤印刷所、あかべこ（坂下町）、南会津町田島駅構内、観光物産店、田島祇園会館、田島まちの駅、パスタ&コーヒー「トリボーノ」、下郷町まちの駅、芦ノ牧駅構内、牛乳屋食堂、猪苗代道の駅、磐梯町道の駅、庄九郎亭、西会津町道の駅、湯川・坂下道の駅、ソメール、会津若松市・喜多方市・会津美里町・会津坂下町のコープ（7店舗）、リオンドール（3店舗）、セブンイレブン（20店舗）、ファミリーマート　（5店舗）、ローソン（3店舗）・澁川問屋・愛眼堂（㈱）・馬さしの鈴静・アイアイプラス・山谷書道教室等、皆様方のご協力のもとに設置させて頂いております。

不動産鑑定士を身近に！不動産鑑定士は不動産に関する専門家です。お気軽にご相談ください。

秋の不動産無料相談会　完全予約制

10/4（土）　10時～3時　▶対面形式

予約受付期間 9/19（金）～9/26（金）

※予約時間に合わせてお越しくださいまた、完全予約制ですので、当日会場での予約受付は行いません。ご注意ください。相談したい物件の地図・公図・登記事項証明書などがあれば、お持ちいただくか、事前に送っていただきます。相談時間は、原則45分以内とさせて頂きます。

不動産鑑定士は地価公示、相続税路線価等の公的評価に深く関与するほか、以下のような場合、皆様のお役に立ちます。

- 適正な売買価格がわからない？
- 適正な家賃や地代がいくらかわからない？
- 相続により遺産分割の必要があるが、不動産の時価がわからない？
- 同族間売買、関連会社間売買等で、税務署に何か言われないか不安。
- 企業会計上、適正な不動産評価が必要。
- 不動産セミナー、勉強会等の講師を探している。etc...

開催場所

会津若松	会場	会津若松市生涯学習総合センター 會津稽古堂 研修室（会津若松市栄町3-50）
福　島	会場	コラッセふくしま 403会議室（福島市三河南町1-20）
郡　山	会場	郡山市労働福祉会館 第3・第4会議室（郡山市虎丸7-7）
いわき	会場	いわき産業創造館 IT研修室（いわき市平字田町120 ラトブ6階）
白　河	会場	白河市立図書館 地域交流会議室（白河市道場小路96-5）

※当日発熱や体調不良の方は来場をお控えください。

問い合わせ　公益社団法人 福島県不動産鑑定士協会　福島県郡山市桑野2-5-1
TEL：024-995-5570（平日のみ9:30～17:00）　E-mail：fkantei3@air.ocn.ne.jp

Quizに答えて食事券を当てよう!!



ペア券2組

「天寧寺倉庫」の369スープ
塩３・麹６・お米９
（ミロク）スープ

WinWin キャラクター『ウィンクル』が９月号の各ページに登場しています。合計するといくつ掲載してあるでしょう？
わかった人は、ハガキ or メールで
ウィンクル係までお送りください。

8月号の正解は
20個でした！

〒965-0805 会津若松市天寧寺町 6-47
（株）プランニングウィンウィン『ウィンクル係』
Mail:silky@winwinaizu.com

あなたの住所・氏名・TEL・年代・９月号の感想やアドバイス等も忘れないでね！《発表は発送を持って代えさせていただきます》



文部科学省後援 書写検定試験合格者

全国で唯一の文部科学省後援の硬筆・毛筆書写技能検定試験の令和七年度第一回の合格者が発表され、みとみ学園から七十二名が合格しました。

硬筆

▽2級　吉田心美（東日本国際大学附属昌平高３年）
▽準2級　平野巧（会津高３年）
▽3級　成田咲愛（若松五中３年）渡部向日葵（坂下中３年）唐司椰々美（坂下中３年）佐川詩織（坂下中３年）小沼ひらり（若松六中３年）野地咲乃（ザベリオ学園中３年）
▽4級　五十島凛（一箕小６年）大谷恵生（一箕小５年）
▽5級　渡部適美（城西小５年）渡部亜蓮（東山小４年）加藤琉奈（東山小４年）矢吹結香（東山小４年）土田陽斗（城北小５年）高橋優奈（東山小６年）荒川祐希乃（鶴城小５年）鈴木理真（小金井小５年）山内綾乃（日新小５年）五十島結（一箕小４年）
▽6級　加藤広晟（河東学園４年）白川愛莉（行仁小３年）五十嵐実咲（城北小４年）森川紗楽（城北小４年）荒川希光（城北小４年）白井陽葵（門田小３年）渡部衣織（門田小４年）小桧山美咲（一箕小２年）大竹叶愛（日新小４年）熊倉凜（猪苗代小３年）有吉涼（芳賀小３年）川口瑛華（小原田小４年）

毛筆

▽3級　渡部稜右（会津学鳳中１年）岩山結璃（会津学鳳中２年）鈴木健斗（若松六中３年）高崎芭菜（若松四中２年）風間夕愛（河東学園９年）後藤蒼依（若松三中２年）橋本沙樹（猪苗代中３年）
▽4級　加藤怜皇（塩川小６年）古川真彩（神指小６年）北澤里奈（行仁小６年）飯島丈太郎（行仁小６年）関根一華（行仁小６年）酒井遥真（行仁小６年）鈴木心結（行仁小６年）山内咲和（日新小６年）阿部凱士（猪苗代小６年）鮫島琉維（一箕小６年）齋藤蒼空（喜多方二小６年）齋藤萌結（喜多方一中２年）安部大翔（謹教小６年）
▽5級　工藤美桜（熊倉小５年）齋藤晴（宮川小５年）成田桃（猪苗代二小５年）小山和奏（鶴城小５年）吉村慶大（小金井小５年）遠藤佐和（高瀬小４年）岩永莉來（行健小５年）福田真緒（芳賀小４年）
▽6級　工藤結人（熊倉小４年）李梓淳（喜多方一小４年）五十嵐咲愛（一箕小３年）小島凪翔（小金井小３年）吉村初菜（小金井小３年）星碧心（小金井小４年）菅家眞那（一箕小４年）平井杏（日新小４年）木村陸人（新鶴小４年）小関亜侑（喜多方三小３年）松田結莉華（小原田小３年）本多桃（小原田小４年）

光の効果も取り入れて体内リズムを調整！朝、スッキリ目覚める



私達は体内に時計をもっていて、一日が２５時間にセットされているといわれています。
その、毎日１時間生じてしまう時差を調整してくれるのが朝の光です。朝起きたら、まず太陽の方をにらみつけるようにみて、光を目に入れる習慣をつけるだけでスッキリ！
さっと一日が始動できるのです。※強い紫外線の時は要注意です。

一般健康診断士　水戸春夫

膀胱編を予防するために



①トイレを我慢しないこと。
②一日２ℓを目安に水分をしっかり摂ること、
③外陰部を清潔に保つこと。
④服や下着は通気性のよいものを選ぶこと。
⑤抵抗力を落とさないこと。

煎茶



茶葉は一人大さじ１杯が目安。
お湯の温度は80℃（玉露の場合は60℃）。
よく沸騰したお湯を一旦、茶碗に入れて冷ます。
蓋をして約１分。人数分の茶碗に均等につぎ分け、最後の一滴まで注ぎ切る。

紅茶



茶葉はティースプーンで人数分＋１杯。
１～２分沸騰させたお湯を高めのところからポットに注ぐ。
すぐに蓋をして葉が完全に沈むまで待つ（約２分強）。

ウーロン茶



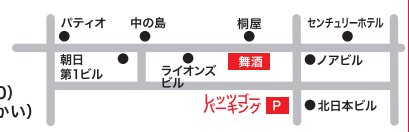
茶葉はスプーン山盛り１～２杯。
熱湯カップ８分目まで。
葉が開いて完全に沈んだら飲み頃。

9月～10月オータムプラン



1 2時間びっちり飲み放題 ¥5,500（税込）　料理7品＋ドリンク
2 プレミアム焼酎飲み放題 ¥6,000（税込）～　料理つき

■会津若松市上町1-19
■TEL.0242-24-6420　■定休日／不定休
■E-mail:info@maizaka.jp/
URL:http://www.maizaka.jp/
■営業時間／17:00～23:00（ラストオーダー22:00）
■駐車場完備／レッツゴーパーキング（北日本ビル向かい）



売家 会津若松市桜町

物件概要
●価格/3200万円 ●所在地/会津若松市桜町
●土地/252.60㎡(76.41坪) ●建物 /119.66㎡ (36.19坪)
●交通/日吉団地入口バス徒歩2分 ●用途地域/第一種住居地域
●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●構造 /木造亜鉛メッキ鋼板葺2階建 ●建築/令和元年9月 ●道路/公道6m ●水道/公営
●汚水・雑排水/公共下水道●太陽光発電システム ●学区/小金井小、第四中 ●取引態様/仲介



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

ウィンウィン お届け便

5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　9/8（月）
お届け日　9/12（金）



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

ジャパンフードセレクション グランプリ受賞
馬さしの鈴静
会津若松市西七日町3-3
TEL　0242-22-2488



馬肉コロッケ
4個入　350 円税込
賞味期限　180 日　（冷凍のみ）
肉屋さんの手作りコロッケ
喜多方産のホクホク男爵ジャガイモとキタアカリを使い、国産の馬肉と鈴静秘伝のタレを使った美味しいコラボです。
揚げてからお召し上がり下さい。

創業75年のお店です。
新鮮でおいしい馬刺しをご提供しています。
※馬刺し、馬モツ刺しは冷凍、冷蔵お選びください



国産　馬刺し（モモ）
100g　1,458 円税込
消費期限　6日（冷蔵）　300 日（冷凍）
モモ肉の中でも特に柔らかい部位を厳選しています。
自家製万能しょうゆ付き



馬モツ刺し
200g入り　972 円税込
消費期限　6日（冷蔵）　300 日（冷凍）
コリコリとした歯ごたえとぷりぷりの食感が特徴の商品です。
自家製しょうゆタレ付き
5時間茹でて丁寧に洗ってありますのでそのままタレを付けてお召し上がりいただけます。

Panfeel SHUN
～四季を感じるパンを～
会津若松市大町１丁目１－４１
TEL/0242-26-8318
営業/9:30～16:00
定休/毎週月曜日　火曜日は不定休
Pあり（10台）



■天然酵母食パン
1斤350円（税込）
麹酵母を使った風味豊かなもっちりむっちりの食パン



■SHUNのコロッケパン
980円（税込）
バジルウインナー
カボチャのクリームチーズパン

Instagram　#Panfeelshun

発行元
㈱プランニング ウィンウィン
https://winwinaizu.com
E-mail silky@winwinaizu.com
@WINWIN_AIZU
公式 LINE
〒965-0805 会津若松市天寧寺町 6-47
TEL 090-7066-2724
FAX 0242-93-7612
ウィンウィンミーティングスペース
会津若松市天寧寺町7-38 2F
ホームページ

愛眼堂
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～
営業時間：9時～18時
第2・第4木曜日9時～13時
定 休 日：毎週日曜日 第1・第3・第5木曜日
会津若松本店 TEL 0242-25-3871
会津若松市自虎町218-1
喜多方店 TEL 0241-23-1366
喜多方市字屋敷免3989-5

本来の力をサポートする
使わないとわからない化粧品
ドクターフェリス菊池 TEL080-5551-4477



情熱人生

これまでの経験を活かして、充実した人生を過ごされている方々をご紹介します。
言葉にするなら、目指せ！情熱人生

井上雅一朗さん
喜多方市在住



喜多方市に移住されて1年半が経過。移住のきっかけは旅行で訪れ、偶然出会った方とのご縁です。

当時は、横浜市内で教鞭を執る小学校の教師でした。以前から蔵の町と呼ばれる喜多方市に魅力を感じており、散策するとレトロな街並み、駅からの通り、白壁蔵の夜の佇まい…などに感動されたそうです。それから月に1～2度喜多方を訪れるようになり、喜多方で開催されるイベントや音楽ライブを楽しむようになります。そこで出会ったのが現在のお店（ハートランド）の元オーナーの高橋恒弘さんでした。「この店を閉めるんだ」と高橋さんから告げられると、第二の人生を喜多方に拠点を移して店を始めることを決意。奥さんも「やってみれば！」と協力的に後押ししてくれたそうです。

「退職までは数年ありましたが、喜多方の人や街に惚れこんじゃって、新たな希望が湧き出てきたんですよね。」と笑顔で振り返られます。

普段はオープンマイクを中心にして、気軽に歌ったり演奏したりできる雰囲気を大切にしているそうです。また、プロミュージシャンだけではなく、アマチュアミュージシャンによるライブイベントも開催し、若い世代のミュージシャンの一助になれば、という思いをもって運営しています。

現在は、『TEAMエンターテーメントきたかた』の事務局も務め、喜多方の活性化に向けて街づくりにも積極的に関わっています。地元の人とのつながりも広がり、地域づくりへの情熱が高まりました。

奥様もドラムを演奏される音楽好きの方です。11月のいい夫婦の日には、雅一朗さんのギターに合わせてぜひセッションライブをしてほしいですね。さらに盛り上がりそうです。

旅行者から移住者への転身は、情熱があればこその行動ですね。定期的にプロのライブやアマチュアミュージシャンによる「ハートランド・ライブ」が開催されますのでお楽しみに！

書くことが好きなら続けられる。
日常から離れ、自分自身と向き合う
贅沢な時を過ごしませんか？
無料体験受付中
小学生～大人（一般） 予約制・少人数
山谷七栄 書道教室
会津若松市東年貢1丁目9-90 TEL090-6620-0331



こんなこと困っていませんか？
☑草刈・伐採
☑ビニールハウス解体
☑家の中の管理
☑ゴミ屋敷の片付け
☑空き家の管理
☑遺品整理
お気軽にご相談ください
ベンリヤSAN会津
会津若松市白虎町３丁目３番27
0242-27-7065
HP www.benriyasan-aizu.com/

旅する本の港 ふくしま本の森
会津坂下町大字塔寺字松原2922-1
TEL 0242-85-7680
【開館】13時～16時【定休日】月曜日
ボランティア スタッフ募集!!

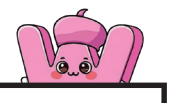
3分間のストレッチでハツラツ生活！



お腹に効く座ったままのランニング。床に脚を伸ばして座り、1. 2. 1. 2のリズムで脚を交互に大きく振り続ける。腕の振りを速めれば、より効果的。



椅子に座り、腕を大きく振って片脚ずつ交互に蹴り上げるように、脚を伸ばして上げる。息を止めないでリズミカルに1～3分、背もたれにもたれないように注意。



演奏して飲んで楽しむお店 オープンマイク 出演者募集!!
営業日 水曜・木曜・金曜・土曜
営業時間 18:00～22:00（ラストオーダー）
★昼間のスタジオレンタル承ります。
★音楽パーティ、ライブイベント開催
などお気軽にご相談ください。
MUSIC STAGE HEART LAND
ミュージックステージ喜多方
HEART LAND ハートランド
喜多方市字細7197-4
TEL:090-1808-6848
Email:masaichi1962@icloud.com
ハートランド Facebook
MAP
ハートランド
喜多方市役所
レトロ横丁
商店街
市役所通り



