

ウインクル
の数を数えながら
楽しんでね♪



P2... 新たなチャレンジで馬九行久 P3... 春のオススメお献立

相続税 贈与税

スタッフ
募集中
詳細は
HPまで



税理士 玉木歩

司法書士・行政書士・宅建士等の専門家が連携し、トータルサポートします!

アスミル会計相続パートナーズ
玉木歩税理士事務所
共に歩み、共に生きる

HP <https://at-taxac.jp/>
TEL 0242-93-9373



今月のモデルさん

神田 嘉代子さん
会津美里町在住

学生時代はテニス部に所属していた嘉代子さん、卒業後は医療機関に就職し健康について強く関心を持ち始めました。現在の仕事に就かれ23年、セラピストとして大勢の方々にも美と健康のサポートをしています。

きっかけとなったのは、何年も膝の痛みで苦しむ、歩行も困難になり辛い思いをしていた母にカリスマ超音波療法を施すと痛みが軽減され、笑顔が戻り明るく暮らせるようになったそうです。自信をもって取り組んでいけると確信し活動するうちに、口コミで広がり会津管内は元より県内各地からの問い合わせが殺到し、目まぐるしい日々が続いていたそうです。先日も「いつまでも続けてね!」の熱いオファーがあり改めてこの仕事とのお縁に感謝する嘉代子さん。身体の痛みでお悩みの方、若く・キレイ・元気になりたい方、ちょっとサロンを覗いてみませんか?



子どもの「好き!」にあわせて成長できる

無料体験授業受付中 フログラミング教室

みんな大好き マイクロラッチ Jr コース	会津地域初 Roblox コース	生徒数70人↑ ロボットコース
--------------------------	---------------------	--------------------

小学1年生から始められるプログラミング教室です。プログラミングやロボット作りが未経験でも楽しめるので、お気軽に体験にご参加くださいませ。

ご予約は→
コチラから

〒965-0816
会津若松市南千石町 1-17 (ロボ団会津若松校内)
080-2801-0089

4月号.....3月26日・3月27日ポスティング
5月号.....4月30日・5月1日ポスティング

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

宣伝のこと、ワンストップでお任せ

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 会津慶山
メナード
フェイシャルサロン
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

東山温泉 いろいろの宿
芦名
TEL 0242-26-2841

春ですね!
お出掛けしませんか?
介護タクシーは車椅子のままご移動
できる便利なタクシーです!
ご家族様、お付き添いの方も同乗可能です。

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
会津若松市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 患者搬送等専任乗務員在籍
会津地区介護タクシー事業所会 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**



4/1スタート!! こども誰でも通園制度のご案内

- 保護者の就労の有無に関わらず、一定時間こども園を利用できる新しい国の支援制度
- こども同士の関わりや園生活の体験を通して成長を支え、保護者の子育て相談にも対応
- ・子どもの森・北会津こどもの村は「こども誰でも通園」認定取得事業者
- ・対象 会津若松市の在住の方でお子様を保育施設に預けていない方
- ・実施日 各園 火曜・水曜・木曜日
- ・時間 1時間単位でも利用可能上限一人月10時間
※月10時間を超える場合は、園の一時預かり保育も利用可能です。
- ・事前に市役所に登録し子育て総合支援システムで利用日を予約します。

▼詳しくはQRで



会津若松市QR 国のHP

学校法人白梅 認定こども園 子どもの森(一般型)で実施

- ・利用人数 0歳児3名・1歳児3名
- ・時間 9:30~11:30(2時間)

お問い合わせください▶ **0242-85-7761**

北会津こどもの村幼保園(余裕活用型)で実施

- ・利用人数 0歳児2名・1歳児2名・2歳児2名
- ・時間 9:00~11:30(2時間30分)
空き定員を活用しているので利用人数に変動があります。

お問い合わせください▶ **0242-23-8585**

来年4月入所児募集!

開所時間 /6:30~19:30(最大20:30まで)
利用年齢 /6ヶ月~2歳児 定員 /12名

企業主導型保育所とは、国(こども家庭庁)が管轄している事業で、認可保育施設等と同等の運営を行っています。保護者の多様な働き方に柔軟に対応できる保育サービスです。

- 体調不良時保育始まります。
- 夏ごろ病児・病後児の保育を実施

一時預かり保育も
やっています

看護師・専任保育士で保護者の方々に手厚く支援します。

アイアイキッズクラブでは
多様な働き方の方々に
対応するため365日開園!



▼詳しくはお電話で
学校法人白梅
企業主導型保育所
会津若松市一箕町大字電賀字北柳原 45-1
TEL **0242-23-8015**

新たなチャレンジで馬九行久!



志木の大工、二刀流で建具に挑戦!

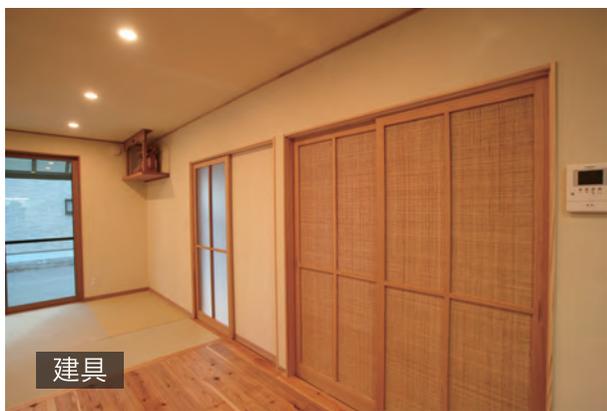
株式会社 志木
本間裕哉さん



本間さん

西会津町の建具職人の長男として生まれた本間裕哉さんは大工歴24年、(株)志木に入社して3年6ヶ月が経ちました。幼い頃から上棟現場で梁の上を勇猛無人に駆け巡る棟梁の姿を見て、大工への憧れを抱き16歳の時に大工修業へ進みました。修業を続ける中で木、本来の素材を生かす、木を使いこなせる職人になりたいと思いは熱くなり、

「木組みは木の癖組なり、人組は人の癖組ものなり」宮大工・西岡常一さんの言葉と出会い、一層真摯に仕事に向き合うようになった本間さん。勤務する(株)志木は、大工部門と建具製作部門を併設しています。大工職人が、建具を造れば建具のおさまりを理解した上で仕事を熟せます。木の癖やガラスのサイズ、素材の大きさや質感を考慮した上でデザインが出来ます。在るものを活かす、素材を活かす切のモノづくりから発想の幅も広がり、顧客満足へと繋がります。丁寧な仕事を熟し先輩からは、評価を得ていた本間さん、大工と建具製作の二刀流で様々な建具を仕上げ、喜ばれています。



建具

「大工職人・建具職人が減少していく昨今、我々携わる者が仕事の素晴らしさ・楽しさを伝え、後世に残していきたい」と話す本間さん、生業と決めた16歳のあの頃の目の輝きを見たようでした。

会津から広がる新しい挑戦 還暦からAIで女性の未来を変える力

合同会社オフィスオハナ / 代表
渋谷晴美さん



渋谷さん

デザイナー歴約30年。広告・WEB制作の現場で、今も第一線で活躍されている渋谷さん。オンラインでは『波瑠』として活動されています。順風満帆に見えるキャリアの裏で、震災や人生の大きな転機を幾つも経験しながらも、常に新しい挑戦を続けてきました。そして還暦を迎えた今、新たに踏み出したのは「AI」の世界。ゼロから学び始めたAIを活用し、AI生成プロンプトエンジニアの資格を取得しました。

「売れ込まずに売れなくても伝わる」発信スタイル。言葉だけでは伝わらない想いやストーリーをAI漫画で可視化することで、共感から人が集まり、「あなたから買いたい」「学びたい」「お願ひしたい」と選ばれる流れを生み出しています。さらに、起業アテンドとして行政と連携し、主に女性の起業支援にも尽力。会津支部長として地域に根ざした活動を行いながら、昨年より、安心して学び合い、一歩を踏み出せる場として「みんなが笑顔になれるコミュニティ」を立ち上げ、リアルとオンラインの両面から「好きな



3月16日に「AI漫画」で3冊目の電子書籍を出版

ことでは何かを始めたい」と願う人たちが応援しています。現在は、交流センター運営とCanva(キャンバ)×AIで講座やオンラインスクールを主宰し、パソコンが苦手な方や、これから一歩を踏み出したい女性たちに向けて、「自分の想いを仕事につなげる力」を伝えていきます。「始めるのに、遅すぎることはない。」その言葉を体現する存在として、多くの人に勇気と希望を届け続けています。

暮らしが豊かになる 下屋のある住まい

下屋がある事で夏は住宅内の温度上昇をグッと抑える事ができます。
家具も建具もオーダー製作致します!




自然素材の家 株式会社 **志木 siki**

会津美里町富川字向川原中ノ切乙1446-1
TEL 0242-54-3321

あなたの想い、漫画にしませんか? / ストーリーが“伝わる漫画”で共感されて選ばれるPRへ

- 自分史・プロフィールに
- 商品・サービスの魅力発信に
- 大切な人へのプレゼントにも

サロン ▶ 「お客様に選ばれるストーリーに」
講師 ▶ 「あなたの想いを伝えるプロフィールに」
店舗 ▶ 「お店の魅力が伝わる紹介漫画に」

AI漫画に興味があるAI漫画を作ってみたい人初心者でも大丈夫! AI漫画講座も開催副業にもなります

先着10名様限定 / WinWin特別価格 / **5,500円** (税込) / 漫画1ページ作成

問い合わせはコチラ



合同会社オフィスオハナ(渋谷)
Mail:officeohana39@gmail.com

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。

4/1は「不動産鑑定評価の日」です

4/18(土) 10時~3時 完全予約制 ※予約制となります

無料相談会

当協会ではこれに合わせ、不動産の無料相談会を開催しております。今年も3月下旬発表の福島県地価公示を受け、最新の地価動向を踏まえた不動産の価格等に関する無料相談会を開催いたします。

完全予約制となっておりまして、下記電話番号又はe-mailでのご予約お待ちしております。

会津若松	会場	会津若松市生涯学習総合センター 会津稽古堂 研修室 (会津若松市栄町3-50)
福島	会場	コラッセふくしま 3階 302A・B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 2階 第3・第4会議室 (郡山市虎丸町7-7)
いわき	会場	いわき産業創造館 セミナー室B (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 小会議室 (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



春のザお献立



ひき肉のパスタ



■材料 2人分
 ・ひき肉(好みのもの) …180g ・塩、コショウ…各適量
 ・ブロッコリー…1/2個 ・生シタケ…3~4枚 ・しめじ…1/2パック ・オリーブオイル…大さじ2 ・にんにく(皮を剥きつぶ) …2片 ・赤唐辛子(小口切り) …1本 ・白ワイン…1/4カップ ・スパゲッティ…160g

■作り方
 ①ひき肉は塩・コショウを多めにふり、まとめておく。ブロッコリーは小房に分ける。きのこは石づきを落とし、シタケは4つ割り、しめじは小房に分ける。鍋に湯を沸かし、塩を入れてパスタを表示時間通りに茹でる。茹で上がりの1分程前にブロッコリーを鍋に入れ、一緒に茹でる。
 ②その間に、フライパンにオリーブオイルとにんにく、赤唐辛子を入れて弱火で炒める。香りがたってきたら、ひき肉を粗くほぐして入れ、ソテーする感覚で焼く。白ワインを注ぎ、シタケ・しめじを入れて2分程煮て、パスタのゆで汁を1/3カップ程加え、少し煮つめる。
 ③茹で上がったパスタとブロッコリーの水けをきり、②に移して火を止め、ひと混ぜする。

旨味の有るベーコンやひき肉は、味をびたりと決めてくれる強力な味方!

桜鯛とじゃこのパスタ



■材料 2人分
 ・鯛…120g ・ちりめん…適量 ・スパゲッティ…140g ・にんにく(つぶす) …2かけ分 ・赤唐辛子(小口切り) …少々 ・茹で竹の子…適量 ・グリーンアスパラ…2~4本 ・三つ葉(ざく切り) …適量 ・すりごま(白) …大さじ2 ・塩、コショウ。小麦粉、揚げ油、オリーブオイル

■作り方
 ①竹の子は食べやすい大きさに切る。グリーンアスパラは約4cm長さに切る。
 ②油をひかないフライパンで、ちりめんじゃこを炒って取り出す。
 ③鯛は小さめの食べやすい大きさに切り、塩、コショウ、各少々をふって小麦粉をまぶす。フライパンをきれいにして揚げ油少々を強火で熱し、鯛を入れて軽く色がつくくらいまで揚げる。
 ④たっぷりの湯を沸かした鍋に塩適量とスパゲッティを入れ、袋の表示通りに茹でる。途中、ザルに竹の子とアスパラガスを入れて、鯛に浸し、茹でる。
 ⑤フライパンにオリーブオイル大さじ6とにんにくを入れて弱火にかける。にんにくが焦げないようにフライパンを傾けながらじっくりと火を通し、にんにくがきつね色になったら赤唐辛子を加えて軽く温め、火を止める。
 ⑥④の鍋からゆで汁を大さじ2くらいずつ⑤に加えてはよく混ぜ合わせる。これを3~4回行い、にんにくを取り除く。
 ⑦竹の子、アスパラガスの汁をきって、③の鯛とともに⑥に加える。茹で上がったパスタ、三つ葉も加えて混ぜ合わせる。すりごまも加えて混ぜ合わせる。器に盛り、②のちりめんじゃこをのせたら出来上がり

ブロッコリーのお手軽キッシュ



■材料 2人分
 ・ブロッコリー…1/2個 ・玉ねぎ…1/2個 ・ベーコン…3枚 ・卵…2個 ・生クリーム…1/2カップ ・グリエールチーズ…50g ・バター、塩、コショウ、ナツメグ…各少々

■作り方
 ①ブロッコリーは小房に分け、サッと茹でる。
 ②玉ねぎは5mm幅の細切りにベーコンは5mm角に刻む
 ③フライパンに中火にかけ、バター大さじ1を溶かし、②を炒める。玉ねぎがしんなりしたら①を加えてサッと炒め、水けをとばす。
 ④卵を溶き、生クリームを加えて混ぜ、細切りにしたチーズを加える。塩・コショウ・ナツメグを各少々をふり、よく混ぜる。

⑤④に①を加えて混ぜ、グラタン皿に流し入れる。180度に熱したオーブンで30~40分、表面にこんがり焼き色がつくまで焼く。

パイ生地がいらぬグラタン風のキッシュです。玉ねぎの自然な甘みを十分に生かして、まるやかな味わいに仕上げました!

春野菜のごまだれ麺



■材料 2人分
 ・中華麺…2玉 ・卵…2個 ・菜の花…1/2わ ・ラディッシュ…10個 ・カイワレ菜…1パック ・ミニトマト…12個 ・カニ缶(缶詰) …100g ・ごまだれ(練りごま(白) …100ml ・しょうゆ…80ml ・酢…100ml ・砂糖…大さじ3 ・塩…小さじ1/4 ・豆板醤…小さじ1/2 ・ごま油…小さじ1 ・サラダオイル、塩、ごま油

■作り方
 ①ごまだれの材料を順に混ぜ合わせる。
 ②錦糸卵を作る。フッ素樹脂加工のフライパンにサラダ油を薄くひいて熱し、よく溶いた卵の1/5~1/4量を流し入れ、薄く広げる。表面が乾きかけたら返してサッと焼き、盆ざるにとる。同様にして全部で4~5枚のうす焼き卵をつくる。粗熱が取れたら細く切る。
 ③菜の花は、サッと塩ゆでして冷水にとり、水けを絞って食べやすくきる。ラディッシュは薄切りにする。カイワレは根元を切り落とす。ミニトマトはヘタを取る。カニは骨を取って粗くほぐす。
 ④撫でに湯を沸かし、麺をほぐし入れ、表示通りに茹でる。冷水に取ってよく洗い、水けをきってボウルに入れ、ごま油大さじ1をまぶしておく。
 ⑤器に麺、2、3、の具7を盛り合わせ、あれば咲いた菜の花をあしらひ、①のごまだれをかけて召し上がれ。

酒の肴でスパゲッティ



■材料 2人分
 ・生食用たらこ…1腹約80g ・刺身イカ…80~100g ・オリーブオイル、バター各大さじ1 ・万能ねぎ…7~8本 ・粉チーズ…小さじ1~2 ・塩…適量 ・スパゲッティ…160g

■作り方
 ①鍋に湯を沸かす。たらこは薄皮を外してボウルに入れ、イカは細く切る。湯が湧いたら塩を入れ、パスタを表示時間通りに茹でる。
 ②その間に、たらことオリーブオイル、バター…を混ぜ、イカも合わせる。万能ねぎの青い部分は小口に刻み、白い部分はパスタが茹で上がる30秒前に鍋に入れて茹でる。

③茹で上がったパスタと万能ねぎの水けをきって②に移し、粉チーズをふって手おふってw早く全体を和える。器に盛り、刻みねぎをちらす。

お馴染みの材料がおしゃれパスタに大変身!



和風ポトフ



■材料 2人分
 ・鶏手羽先…8本 ・人参…1本 ・大根…1/3本 ・じゃがいも…2個 ・あさり(砂抜きしたもの) …300g ・ねぎ(小口切り) …少々 ・青じそ(せん切り) …少々 ・煮汁(だし…カップ6 ・塩…小さじ1/2 ・うま味調味料…少々 ・薄口しょうゆ…小さじ1)

■作り方
 ①鶏手羽先は水で洗う。人参と大根は皮を剥いて2cm厚さの輪切りにする。じゃがいもは皮を剥いて半分に切る。あさはり水の中で殻をこすり合わせ汚れを取る。

②じゃがいもとあさり以外の①の材料と煮汁を鍋に入れ、蓋をして20分間煮る。じゃがいもを加えて蓋をし、さらに10~15分間、じゃがいもが柔らかくなるまで煮る。最後にあさりを加え、あさりの口が開いたら火を止める。ねぎ、青じそをのせ、好んで柚子コショウや豆板醤、七味唐辛子などの薬味を入れて食べる。

ひと口食べると
 上品な甘みがひろがります
 冷やしても美味しい♡



わらび餅饅頭



つるんとしたのど越しの良いわらび餅で、十勝小豆のこしあんと黒糖蜜を包み、きな粉で仕上げました。

おひとつ 216円税別

会津 老舗の蔵 太郎庵
 0120-00-3267
<http://www.taroan.co.jp>

卯月4月の催事蔵

4/7(火) | 10:00~17:00

荒れ肌の方、アレルギーの方に注目の
クリーム説明会 & 販売 します!

愛用者が
 増えています

伝承蔵資料館
無料見学開催!
 —貴重な「漆」を展示—



4/12(日) → 13(月) | 10:00~16:00

産地直送(静岡県)のあじの開きを販売!
ウインウインのわくわく物産展

- 生どら焼き(ほか)
- 会津産ピーナツおつまみ
- アップルパイ(ほか)
- お手頃のアウトレツ家具
- ニャンニャン皮細工
- ブランド服&フリマ
- 木の実の小物
- 仏様へのお供物
- 肌荒れクリーム(ほか)

木の実で作るワークショップ [1ヶ]500円 [作成時間]30分

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



「これを書いてるのは3月の初めですが、ドイツもようやく厳しい冬が終わり、暖かくなってきました。冬の間は毎日太陽が厚い雲に覆われ、日照時間も短いで気が滅入ってくるのを感じました。今年の冬は特に、2月も吹雪いたり、氷で道路がツルツルだったり大変だったので、太陽が出てくるだけでもウキウキしています。街行く人もみんな浮足立っているのを感じます。それでもアイス屋さんや長蛇の列ができていたのを見た時はさすがに苦笑しました。普段絶対ほほ笑んだりしないような、スーパードリの人がほほ笑んで「良い一日を！」なんて言ってくるのを見ると、春が来たんだなあと思います。

Vol.45



ドイツからの ポートメール

by Natsuko Yamagishi



牡羊座の人が元気になるアドバイス

☆全体運

ものごとを徐々に、しかもいい方向に変わっていく時。運が向いてきています！
早く良い結果を得ようと焦ったりしない方が得策。無理をすると、運の目を積んでしまうのでご用心。レジャー運は最高なので思いっきり楽しみましょう。

☆健康・美容運

好調です。また楽しいことを増やすことで心がイキイキ弾んできて、体にもいい影響が出そう。新年度早々、いいスタートがきれそうですね。

☆お買い物・やりくり運

節約の努力をしても、あまり効果を感じられない時。それ以上頑張ろうとする気持ちも薄れがちです。あまり無理をせずに、好きにお金を使った方がよさそう。

言葉の真意

生き様

「自分の過ごしてきたさまざまな生き方」という意味で、本来自分の生き方を卑下する時に使う言葉です。他人の生き方を称賛する際に使われるのも目にしますが、そういった場合には避けた方が無難な表現かもしれませんね。

執筆

大越徹さん



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♡

Mr.湯田の PCのお困りごと



Q.3月末に NTT ドコモの 3G 通信が停波します。注意点はありますか？

A.NTT ドコモの 3G 通信の停波による影響ですが、折りたたみ式の昔ながらの携帯電話（フューチャーフォンといいますが）が通話できなくなるという事は有名ですが、他に VoLTE(ボルテ)に対応していないスマートフォンも通話できなくなることを知らない方も結構いらっしゃいます。
特に 4G 対応携帯の初期のころに出たスマートフォン (iPhone 含む) は VoLTE に対応しておらず、通話が 3G の電波に依存しているため、通信はできるのに通話ができなくなる端末が存在しますので、NTT ドコモのホームページで確認してみてください。

合同会社ピーシーアシスト AIZU 湯田智宏

けにお爺 / 音楽ライフハック Vol.3 音楽+αで日々を楽しむ OYG



●ライブ後の懺悔大会！自分の課題と向き合うのも楽し

先日、知り合いのバンドにてライブ演奏。とても楽しい時間ですが、録音を聴くとがっかりして、毎回楽器をやめたくります。ですが勇気を持って自分の嫌な部分に向き合い、練習で少しでも前進できた時は「快感」さを感じます。だんだん嫌なところ探しが面白くなり、若干ドSな気分(汗)
音楽に限らず、課題があるから楽しいのかも知れませんね。

動画を募集中！
ウィンウィンのインスタのDMに送って下さい。笑ってしまうような動画なら大歓迎！！



うちの
アイドル
大橋さんちの
ムギちゃん
5才

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 FUJITSU TOSHIBA Panasonic
55,000円(税込)より取りそろえ中！
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AIZU パソコン修理相談ダイヤル
Assist AIZU 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
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

漢方薬の多様性
漢方薬の原料生薬には様々な成分が含まれており、新たな働きが日々発見されています。例えば血流促進・血管拡張・血液サラサラ・抗酸化・脂質代謝の改善等の働きを持つ丹参は、コラーゲンの生成を促進する事で、肌のハリや老化防止に役立つ事が判ってきており、更に中国では新型コロナ感染症の重症化の原因となる血栓やサイトカインストームの予防や治療にも使われています。この多様性が漢方薬の魅力の一つだと思います。
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

春のタイヤ交換後は
**スタッドレスタイヤ
預かりサービス**
タイヤ預かり料
3,850円
(1シーズン)
点検つきで安心管理
交換目安はDMでお知らせ
タイヤ以外の小物も一緒に保管
法人・社用車も対応
TAKEUCHI PARTS
株式会社タケウチパーツ
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
JoyCarLife
JOYCAR 会津店
車を買うなら
買い方選べる
ジョイカル！

**樹木災害の安心サポートは
お任せ下さい！**
高所の伐採も
安全第一に
作業します！！
■ご近所迷惑になっている樹木
■作業車が入れない場所の樹木
■傾斜木・風倒木・雪害木・かかり木・枯木
■不要樹木の伐採
■その他、樹木のことでお困り事
県内外問わず承りますのでお気軽にご連絡下さい。
伐採保全サービス 会津若松市建福寺前3-10
0120(831)223 携帯090-9191-6504

會津風雅堂 新作シネマ上映会
■ドラえもん のび太の絵世界物語
日時：4/27(月) 10:15~12:00
4/29(水・祝) 9:45~11:30
■35年目のラブレター
日時：4/27(月) 13:00~15:00
■少年と犬
日時：4/29(水・祝)
■機動戦士 Gundam
GQuuuuuuX-Beginning
日時：4/29(水・祝) 12:20~14:29
当日入口での支払のみ
一般 1,800円 大・高校生 1,500円
中学生以下 1,000円
※シルバー(60歳以上)
証明書提示 1,200円
《お問合せ先》
オカダプランニング(主催)
TEL 0225-23-1888

風光明媚な高台にある お土産店で、お仕事をしませんか？ 白虎隊剣舞の踊り手募集！初心者歓迎



行楽の春が近づいてきましたね。会津のシンボル飯盛山に、観光客も日ごとに増えています。飯盛山には、商品陳列や清掃等の仕事に就いてもらえる人を募集しています。

飯盛山の白虎隊のお墓の下、鶴ヶ城や会津若松市内を一望できる風光明媚な高台にあるお土産店です。毎日、会津若松市内を見渡せながらの環境抜群のお店です。

関心のある方、お気軽にお問い合わせください。

■内容
飯盛山分売店の商品の陳列
店内の清掃
■勤務時間
午前8時～午後5時
■時給
1,100円
※正社員希望の方も歓迎
給与 180,000円
■保険に関する内容
・雇用保険・社会保険・厚生年金・健康保険・福利厚生・交通費あり
※正社員とパートは異なります。

■お問合せ
飯盛山分売店
会津若松市一箕町大字八幡弁
天下
Tel.090-3124-5668
飯盛

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(鎌倉時代後半)に建立される、今地に再建。歴史のあれる仏閣として永きにわたる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、また永代供養もさせていただきます。



金川寺墓地内

東日本国際大学付属会津高等学校通信制課程卒業生、みとみ高等学院卒業生、授与式が行われ、新たな一歩へ踏み出しました。

津平高等学校通信制課程卒業生、みとみ高等学院卒業生、授与式が行われ、新たな一歩へ踏み出しました。

津平高等学校通信制課程卒業生、みとみ高等学院卒業生、授与式が行われ、新たな一歩へ踏み出しました。

第54回 みとみ書道教室 作品展示会開催中



みとみ学園みとみ書道教室では、書写能力向上と集中力、鑑賞力養成を目的とし、生徒作品展示会を実施し今年で28年目を迎えました。

幼児から大人までの半紙作品、学生の条幅作品約500点を展示しています。

4月5日(日) 午前8時～午前10時までの時間帯(店舗営業時間)、会場はMEGADON・キョートUNY会津若松店1階西側スタジオアリス松店からの通路で展示しています。

春休み期間中ですので、ご家族でご観覧ください。

今月号には
ウィンクルが幾つ
あるでしょうか？
\3月号の答えは/
18個でした！

vol.219

女磨きの流儀

文：K・T

「あなたはできるでしょうけど、私は無理よ」「そんなうまく行くわけないわ」と、思ってしまう人いませんか？

「あんなに考えているのに、勝手が自分にもつけない」と思いませんか？

「あの人は、自分のことしか考えていないのよ」なんて、

「あんなにできるでしょうけど、私は無理よ」「そんなうまく行くわけないわ」と、思ってしまう人いませんか？

「あんなに考えているのに、勝手が自分にもつけない」と思いませんか？

「あの人は、自分のことしか考えていないのよ」なんて、

ラドン温浴でかく汗は、美肌に効果絶大！

通常汗は、暑い時や運動した後に汗腺から出る汗ですね。でもラドン温浴でかく汗は、皮脂腺から出ることがわかりました。皮脂腺からの汗は、30kmくらいマラソンしなければ開かない程、貴重な汗です。そして、その汗はサラサラで気持ちのいい汗です。ダイオキシン等の毒素を出してくれる汗なのです。デトックスの効果絶大です。皮脂腺からの汗は、お肌の表面を弱酸性に保ち、pHを調整してくれ潤いも与えてくれる、とても美肌に有効な汗なのです。

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
一回2222円(税込)で
利用できます

ラドンルーム 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

開業33年

【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

ご存知ですか？
葬儀保険 千の風

自分のことで家族に負担をかけたくない
…と考えるあなたのための葬儀保険です。

85歳10ヶ月まで申込可能!!

保険料 月々 **2,000円** で 死亡 保険金 **100万円** の 定额保障

「千の風」だからこの**4つのポイント**

幅広い加入年齢/加入審査も簡単
持病があっても入りやすい/迅速なお支払い

【引受少額短期保険業者】 **ベル少額短期保険株式会社**
福岡財務支局長(少額短期保険)第1号

※一定期間の死亡保障を確保する満期保険金、解約返戻金のない保険商品です。
※保険金定額タイプは更新時の年齢に応じて保険料が高くなります。
※ご契約の際は「商品パンフレット」「重要事項説明書」「約款」を必ずお読みください。
ベル少額資料-2511-001

小野屋友の会のご案内
選べる2種類の会員制度

葵 あおい会員
入会金(一世帯)
10,000円(税込)

- 香典返礼品の10%割引(税別)
- ご葬儀と同時ご入会の方は対象外
- 外花壇のお供え2基
- ホールでのご葬儀に限る
- 3回忌まで各種法要ハガキ印刷無料 ※100枚まで印刷無料

追加10,000円お支払いいただきますと
雅会員にアップグレードできます!

雅 みやび会員
入会金(一世帯)
20,000円(税込)

- 香典返礼品の15%割引(税別)
- 当社指定品に限る
- 外花壇のお供え3基
- ホールでのご葬儀に限る
- 祭壇両側のお生花一對
- 祭壇両側のお生花一對
- 各種法要ハガキ印刷永久無料 ※100枚まで印刷無料

共通特典

- 永久会員※一度の入会金で一世帯が永久会員
- 喪中ハガキ印刷無料 ※300枚まで印刷無料
- お供え物・引物のお値引き
- 葬儀代金割引
- 市役所手続き代行サービス ※会津若松市内に限る
- 法要の花束無料サービス(35日または49日・1周忌・3回忌・7回忌)
- 葬儀担当者へご連絡下さい

TEL.0242-22-2441[代] 会津若松市七日町8番2号
TEL.965-0044
小野屋造花店 小野屋造花店 小野屋造花店
お問合せ時間 施設・病院へのお迎えは24時間対応
その他のお問い合わせは午前9時～午後5時

公式LINE開設のお知らせ ～お友だち募集中です～

自転車の安全利用と保険の義務化について

自転車の安全利用と保険の義務化について 最近健康志向や通勤・通学により自転車利用者が増えていますが、一方でマナー違反による事故も目立っています。スマホ運転や傘差し、スピード出し過ぎなどは大変危険です。歩行者を思いやる心を忘れず、安全運転を心がけましょう。こうした背景から、今年4月より自転車保険への加入が義務化されました。万が一の事故に備えるため、まずはご自身やご家族の保険状況を確認することをお勧めします。効率的な保険の備え方 新しく個別の保険に入る前に、現在加入している**自動車保険や火災保険の「特約」**をチェックしてみてください。・個人賠償責任特約：他人にケガをさせた際の賠償をカバー。・人身傷害特約：自身のケガを補償。・弁護士費用特約：トラブル時の法的サポート。これらの特約は、家族全員(同居の親族や別居の未婚の子)が対象になるケースが多く、1つの契約で家計を守れるのがメリットです。まずは保険代理店へ内容を問い合わせ、安心な自転車ライフを送りましょう。

会津のほけん塾
Beans Life
株式会社 ビーンズ・ライフ

TEL.0120-237339
会津若松市和田2丁目5番1号
TEL.0242-93-5101 E-Mail:beans-li@sea.plala.or.jp



■場所
カリスマ倶楽部スタジオ・ケイ
会津美里町鹿島3088-1
会津美里町分庁舎左隣

■お問合せ
カリスマ倶楽部スタジオ・ケイ
TEL:090-7078-7497
チーフセラピスト 神田嘉代子

■キャンセル期間
3/29(日) 4/30(木)
10時~17時

■丹田セラピー...身体の中心である丹田にあてて波動を送る
自律神経やホルモンバランスの調整をしながら健康な心身を実現していきます。
只今、春のお試しキャンペーン開催中限定価格 30分 1,500円でケア致します。
是非、この機会にご体験下さい。

・専用ジェル...リンパや血管系、経絡系へのアプローチをします。
・温熱・振動マッサー...超音波の振動により、肌の深部にマッサー効果を与え、筋肉の緊張緩和や血流促進、シエイプアップをサポートします。

女性も男性もいつまでも若く元気に暮らして行きたいと願う気持ちは、誰しもが望むことですよね。
カリスマ倶楽部ではカリスマ超音波療法で細胞へ働きかけ快復に導いてくれます。フェイシャルだけでなくボディのシェイプアップケアも施し喜ばれています。
期待される効果として、
・超音波の細胞共振...細胞の共振共鳴を促し、肌細胞を活性化させシミ・シワ・たるみの改善、リフトアップ。
・毛穴の洗浄が期待できます。
・温熱・振動マッサー...超音波の振動により、肌の深部にマッサー効果を与え、筋肉の緊張緩和や血流促進、シエイプアップをサポートします。

4

④つま先を底につけ、上から底に押し付けます。このとき、足のつけ根から足の甲までのラインが、真っすぐになるようにします。

3

③バケツの中で、足のストレッチをします。容器の底に踵をつけてゆっくりバタ足のよう動き、オイルとお湯をよく混ぜます。

2

②洗濯ばさみでタオルを止め、10分間ストレッチをしながら浸ります。7~8分経って、のぼせたり胸がどきどきする場合は、タオルを外して行ってください。

1

①大きめの容器に 41℃のお湯を入れます。消毒用液体エタノール5ml、オレンジオイル3滴、ラベンダーオイル2滴を入れて混ぜます。タオルを桃の下に敷き、熱が逃げないように容器の口を覆うように巻きます。

30分
時間をください

アロマオイルを使って、足浴とマッサージで疲れを溜めずリラックスしませんか？

9

⑨手を軽く握り、親指の付け根のふくらみを使い、両手で小さく円を描くように膝上 15cmくらいまで揉みます。

8

⑧タオルの上から、両足のもとと膝をマッサージします。片方の手の平のくぼみで、膝の血をしっかりと包み、もう片方の手で大きく回すように動かします。

7

⑦踵で、指先を履んで刺激します。足のツボの図を参考に、気になる部分は、気持ちいいと感じる程度に力を入れて、じっくり踏みます。足裏側にある肩のツボも、そのまま上から踏みます。

6

⑥踵で小さく円を描くようにして、足首のつけ根をグリグリと押します。

5

⑤踵で、足首から指に向かって甲をさすります。足首から5本の指それぞれに向かって、放射線状にすべさせます。

オレンジのオイルは、むくみと足の疲れを取る効果があります。柑橘系のオイルは、タンパク質を分解する働きがあり、湯垢が出にくいので足浴にお勧めです。

14

⑭足首を揉みほぐし、内・外のくるぶしの周りをなぞります。

13

⑬手を軽く握り、手指の関節の間の平らな部分をあて、脛に沿ってなでおろしたり、らせん状に下ろします。

12

⑫下までいったら、後面を、手指全体を使って、なで上げるようにして上に戻ります。これを何度か繰り返します。

11

⑪お湯から上がり水けを拭いて、片足ずつ乳液やクリーム状のローションを塗って仕上げます。手に500円硬貨大とって、ラベンダーオイルを1~2滴加えて混ぜ、足全体に伸ばします。力を入れず、優しく、前面は手を閉じて、脛に沿ってなでおろします。

10

⑩4本の指を揃えて、膝の上をギュッとつかんだり離したりします。

あきらめなさい!!
高卒資格を
通信高校で!

祝合格

立教大学
明治大学
慶応大学
早稲田大学

東北福祉大学
文教大学
つば国際大学
ZEN大学
会津大学短期大学部
福島県立農業短期大学

東日本国際大学
昌平高校通信課程
会津学習支援センター

みとみ高等学院

TEL: 029-224222

受付中

- 転校希望
- 中学新卒生
- 高校中退生
- 不登校生

ワインワイン
お届け便

6品目の中でお好きなものを選んでご注文いただければワイ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 4/13(日)
お届け日 4/17(金)

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

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

■いちご大福 (4個入り) 1,592円 (税込)
特製白あんが入ったふんわり羽二重餅から大粒のいちごが飛び出しちゃいました! 太郎庵人気の季節のお味。

■わらび餅饅頭 (4個入り) 864円 (税込)
新発売!
とろりとしたわらび餅の中に、こしあんと黒蜜を閉じ込めました。
ひと口食べると上品な甘みがひろがります。

■あんバターのお天婦さま (5個入り) 1,290円 (税込)
粒あんとう塩バターで作ったクリームをふんわりとした甘みのあるブッセ生地です。新発売!

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
(月曜日祝日の場合営業、火曜日が定休日になります)
Pあり(10台)

■天然酵母食パン
1斤 350円 (税込)
天然酵母を使った風味豊かなもちもちの食パン 限定10個

■バラエティーセット①
870円 (税込)
・クロワッサン
・珈琲とチョコのドーナツ
・バジルウィンナー

■バラエティーセット②
870円 (税込)
・イングリッシュマフィンサンド
・パン・オ・ショコラ
・シナモンドーナツ

Instagram: @Panfeelshun
Twitter: #Panfeelshun

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
株式会社 **ウィンウィン**
ウィンウィン
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

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～
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木曜日9時～13時
定休日：毎週日曜日 第1・第3・第5木曜日

5月号特集『ほっぺにチュッ!』でご紹介する、お子様とのスキンシップの写真を募集しています。写真とお子様の名前・年齢・相手の方の名前を明記して
E-mail silky@winwinaizu.com までお送りください。
20文字程度のコメントも忘れずをお願い致します。
【締切】は4月11日(土)迄お願いします。

長崎 キヨ子さん
津若松市飯盛二丁目在住



「人が幸せに生きるために図書館があると、互いの必要に助け合う場所だから」。現役当時の高校生も本に助けられて嬉しかったことが何度もあると教えてくれた。その都度一緒に喜びを味わっていたそう。

現在、『絵本文庫やまぼくし』のスタッフとして訪れる親子等の対応の傍ら、近隣の民間図書館施設等と交流を図り、朗読劇団アグリリーダーダックスと共に今夏開催するイベントに向けて準備を進めています。どんな事にも思ったら即実行するキヨ子さんの行動力は、情熱人にも他なりません。

県立高校の学校司書として勤務していた現役時代は、生徒とのコミュニケーションを大切に、様々な悩みや関心事に解決への道標となるよう選書に注視しながら、図書館を充実した空間に創って来ました。そして、退職を間近に控えた3月、あの東日本大震災が起きました。人事異動もままならない状況の中、継続して勤務してくれないかとの要請があり、キヨ子さんは以前にも増して精力的に県内の小中高の図書館の充実に尽力されました。

一方、プライベートでは情報交換は元より、互いの必要課題にも協力を惜しまず助け合いながら活動する全国に会員が集う学校図書館研究会や児童図書館研究会に所属しています。震災時には各地から駆けつけてくれた、本を通して素敵な方々との出会いをもたらし、

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

Tomiko Anase 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 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	●	●	●	●	●	●
午後 2:00~5:30	●	●	●	●	●	●

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

ベンリヤ SAN 会津
会津若松市白虎町3丁目3番27
0242-27-7065
www.benriyasanaizu.com

あん 兄ちゃんのリ
会津乙ばなひ
4/12(日)
10:30~11:00
鈴善漆器店茶話コーナー
連絡先 TEL0242-22-0680

売家
①会津若松市材木町 3,280万円 (4SLDK)
②会津若松市一箕町松長 1,480万円 (6SLDK)
③会津美里町字油田 1,100万円 (7DK)

詳しくはQRでもしくは下記までお問い合わせください!

有限会社 会津建託 TEL:0242-23-8710 FAX:0242-23-8711

売家 会津美里町字高田前川原 4LDK
2,500万円
【物件概要】
●建築/平成29年5月
●接面道路/公道・南側6m、公道・東側6m
●建ぺい率/60%
●容積率/200%
●取引態様/仲介

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・物置有

幸成不動産 http://www.kousei-aizu.jp/ 0242-32-5335

地域密着!! 親切丁寧に対応させていただきます
地元の皆様にお役立ち!! 【営業時間】 10:00~19:00

ドコモショップ 会津若松店 0120-583-901
ドコモショップ 会津坂下店 0120-124-054

ライセンスアカデミーは合格に強い!!

広域消防(合格者)
ライセンスアカデミーは、部活の先輩からの紹介でした。現役で合格したかったので、先輩の話を聞いて、「ライセンスアカデミーなら、きっとその夢がかなえられる!」と思い入校しました。集中して学習に取り組んだので、試験本番でも自分の力を出し切ることができました。たくさんの人への感謝を忘れず、立派な消防士になります。ありがとうございました。

広域消防 現役合格 H.Sさん (高校3年生)

私たち、ライセンスで合格しました!



運が強くなる
合格への近道



祝 2025年度 公務員合格者 186名 続々更新中!!
会計士 税理士 社労士 行政書士 中小企業診断士 宅建士 簿記 司法書士