

元気に楽しく！
読者をつくる情報紙

ここ暮らす

MARUTO
本 / いわき市勿来町窪田十条3番1
部 / TEL (0246) 65-1522

アルバイト・
パート募集中



個処から
La. 暮らす
2025 11月
第006号

毎月第4月曜日発行

無料 いわき・相双地方
63,000部発行

編集 / ここ暮らす編集室
発行 / いわき民報社・常磐共同ガス
問い合わせ先 / いわき民報社

TEL (0246) 38-7171 FAX (0246) 38-7159
E-mail news.koko_@iwaki-minpo.co.jp

●今月の紙面●

- ◆ふれあい感謝祭 2025 (1・2 面)
- ◆いわき市医師会から皆様へ (3 面)
- ◆ハッピー・レシピ (3 面)
- ◆おいしい探訪 相双編
Burger&coffee Aspiration (4 面)
- ◆世界の一杯 (5 面)
- ◆企画：神谷 & 草野 (6・7 面)
- ◆ギャラリー情報・TOPICS (8 面)
- ◆ここ暮らす川柳 (9 面)
- ◆日本の神仏占い (10 面)
- ◆いわき中央署だより (11 面)

Glasses & Hearing aid
Uchiyama
視える喜びと聴こえる感動をご提供する
メガネ・補聴器の内山
ホームページアドレス <http://メガネ補聴器.com>
LINE@ Facebook
お得な情報を随時公開中！



“HOME / 勿来海岸” Artist: 金澤裕子

Information 11/16(日)～11/30(日)ギャラリー昨明(いわき市田人町)にて
個展開催。浜通りの風景を描いたアクリル画を展示販売いたします。



12 面を Check!

ハーマー&ドリーの
はまどおりかるた



yuco_sol
Yupinart

地域の皆さまのために ふれあい感謝祭2025

毎年、地域の皆さまやお客さま
にご家族そろって楽しんでいただ
くことを目的に開催されている、
常磐共同ガス株式会社の「ふれあ
い感謝祭 2025」が、今年も
11月7日(金)、8日(土)、9日(日)
の3日間にわたり、常磐共同ガス
本社構内(常磐湯本町日渡)で開
催されます。

7日はガス器具やリフォーム商
材の展示販売のみですが、8日・
9日にはお笑いタレントや地元団
体のパフォーマンスなどが繰り広
げられる「お楽しみステージショ
ー」や、豪華景品盛りだくさんの
「スペシャル BINGO 大会」、
キッチンカーやテントでの飲食物
の販売を行う「ガスワングルメパ
ーク」など誰でも楽しめる催しで
す。

詳しくは次ページでご紹介しま
すが、よくある企業主導の販促イ
ベントではなく、お客さま、地域
の皆さまをはじめ取引先の皆さま
や社員、そのご家族にも楽しんで
欲しいという思いのこもったイベ
ントです。乞いご期待!!

サポートが必要な方も自分のペースで自由に買い物できます

スローショッピング in マルトSC草野店

(いわき市平下神谷字仲田120)

スーパーマーケット「マルト」と、認知症の方やその家族をサポートするボランティア
団体「チームブルー」が協力し、普段のお買い物に不便を抱える方、ものわすれが気
になる方、障がいを持つ方など、どなたでも買い物を楽しむことができる取り組みです。

開催日時：毎月第1水曜日 13:30～15:30

(うち ゆっくり会計できるスローレジは 14:00～15:00)

次回は11月5日

問い合わせ：いわき市役所保健福祉部地域包括ケア推進課事業推進係 ☎0246-27-8575

協力：株式会社マルト／チームブルー／いわき市社会福祉協議会平地区協議会／NPO法人地域福祉ネットワークいわき 平地域包括支援センター



フーシテ
IWAKI

MARUTO

住み慣れた地域で共に生き、支え合い、
誰もが安心して、健康で自分らしく暮らせるまちいわき

◆11月9日は笑いタレント「フルポコ」が来場

今年のメインゲストはワタナベエンターテインメント所属のお笑いタレント「フルポコ」さんです。11月9日(日)には11時30分から14時からの2回にわたりステージショーが開催されます。



いわきのとびべティ(飛田国洋・ベティ)が担当します。

◆会場内が熱気に包まれる『名物スペシャルBINGO大会』

ひと昔前までは10月後半になると、市内の100円ショップからビンゴカードが売り切れると、言われるほど大量のカードを用意していますので、人数制限なく開始前に会場内にお客様はだれでも参加できます。今年の目玉景品は、任天堂SWITCH2。他にも家電や日用品、飲食物などあらゆるジャンルの景品が大量に用意されています。



開始時間の予定は8日(土) 9時40分から15時15分からの2回。9日(日)は9時40分から14時30分からの2回です。時間の許す方は合計4回のすべてに参加いただけます。

◆銘店が集う『ガスワンブルメパーク』

キッチンカーや近郊の銘店が出店する『ガスワンブルメパーク』も人気です。休憩スペースもご用意しますので、会場内での飲食や、テイクアウト対応のメニューも充実しています。イベント限定の『ガスワン大判焼き』も準備に余念がありません。この『ガスワン大判焼き』は今年も1個100円で販売していますが、売上金は全額チャリティとして、医療施設や福祉施設に寄付を寄贈するための浄財となります。お一人様当たりの販売個数制限はありませんが、ご協力お願いいたします。



10月20日時点で出店が決定している店舗とメニューについては別表の通りです。

- 松一亭/一口かすてら・わらび餅・カリカリチーズ・りんご飴 ●常盤共同ガス/ガスワン大判焼き
- 万福アクア/ネギ塩豚丼 ●K's project/バナナチョコ・わたあめ ●田中商店/唐揚げ・バナナチョコ・焼きそば ●ひかりカフェ/ヤンニョムチキン・ふりふり・ポテト・肉巻きおにぎり・ドリンク ●こくまのお芋や/焼き芋 ●ALOHASTYLE/ロングポテト・串焼き・けずりいちご・ドリンク ●麺や黒助/串焼き・焼きそば ●パン工房麦の穂/パン・お菓子 ●ころぼっくる/そば・うどん ●温泉菓子屋/メロンパン ●豚亭/豚丼・津山ホルモンうどん ●M&S/かああげ※土曜のみ ●古河FC/飲物各種 ●cozy cafe/アサイー・ポウル・ソフトドリンク ●PLACEBO/もつ煮・チョコバナナ・玉こんにゃく・揚げ餅・ラーメン・他 ●宮崎地鶏屋/宮崎地鶏焼 ●ふくふく/小籠包・焼きそば・牛串・牛タン串 ●からしま/カレー・焼肉丼 ●Snowbowl/牛すじカレー・ポップコーン・ふりふりポテト ●ふくすけ家/黄金のとりから・シャカシャカポテト・黒糖タピオカドリンク ●クラフト・ボックス/ピザ※日曜のみ



毎年多くのお客様に大変混み合います。健康づくりのため、徒歩での来場や、相乗りにご協力ください。指定駐車場は①常磐パッケージ・常盤製作所、②湯本三、③常盤開発、④湯本病院、⑤湯本二小となります。①から④の指定駐車場からは無料送迎バスも運行されています。なお、常盤共同ガスの駐車場は、思いやり「駐車場」専用としますので、会場付近の路上駐車は固くお断りいたします。

◆お子様に人気のブースも充実

また、今回は新たな試みとして皆さまの健康づくりに役立つブースも設置されますので、覗いてみてください。



8日(土)9日(日)は銀座山形屋のオーダーズーツフェアも開催します

◆ご来場の皆さまへお願い

お越しいただいているため、駐車場が大変混み合います。健康づくりのため、徒歩での来場や、相乗りにご協力ください。

わずか40分で、救える命があります。

献血バススケジュール

※400mL献血のみ受付

400mL献血基準 ○体重:男女とも50kg以上 ○年齢:男性 17~69歳/女性 18~69歳

※都合により日程が変更になることもあります。ご了承ください。 ※65歳以上の献血については、献血される方の健康を考え、60歳~64歳の間に献血経験がある方に限ります。

献血受付日 毎週火・木・土曜日(祝祭日含む)

献血受付時間 9:00~11:30/12:45~16:30 (全血献血は17:00まで)

お問合せ 福島県赤十字血液センターいわき出張所 TEL.0246-29-5624

11/2日	10:00~11:30/13:00~16:00 いわきエブリア
7金	9:00-11:00 いわき中央署 15:00-16:30 ヨークベニマル内郷店
16日	10:00~11:30/13:00~16:00 マルトSC草野店
21金	9:00-11:00 いわき東署 15:00-16:30 ときわ会 磐城中央病院
23日	10:00~12:30/14:00~16:00 マルト岡小名店
30日	11:30~16:00 イオンモール いわき小名浜2Fマリンコート

献血はご予約で!

密を避けてスムーズに献血にご協力いただけるよう、ご予約による献血をお願いしています。

献血のご予約方法

ラブラッド(webサービス)に会員登録されている方

【WEBサイトからのご予約】
<https://www.kenketsu.jp/>



未登録の方も、お手持ちの献血カードがあればすぐにご登録いただけます。

ラブラッド(webサービス)に未登録の方

【お電話でのご予約】
献血予約専用フリーダイヤル
0120-39-8343

(受付時間/9:00~17:30)
※ご希望の献血会場と時間をお知らせください。

イオン東北 ネットスーパー

イオン東北 ホームページ

AEON イオンいわき店

いわき市平字三倉68-1 TEL.0246-41-3000(代)

1F食料品/日用雑貨売場 あさ7時~22時

その他の売場 あさ9時~21時

※医薬品売場、一部の専門店にて営業時間が異なります

村田耳鼻咽喉科

院長 佐藤かおる 日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽喉科専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30						休診
14:00~17:30						休診

※受付時間 毎週火曜日の午後 14:00~17:30 診療時間、往診と予防接種のみとさせていただきます。

休診中

往診のご相談も承ります
いわき市平字中平窪細田町3-2
☎(22)0010

医療法人 心生会 **織内 医院**

理事長・院長 織内 竜生 内科・消化器内視鏡学会専門医
医師 織内 素生

内 科 胃腸科 循環器科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~11:30						
14:00~17:30						休

●休診日: 日曜日・祭日・土曜午後

介護保険 指定 通所介護部
●織内スバディサービス

胃・大腸内視鏡、禁煙・無呼吸外来を行っています。

HPはこちら <http://sinsei-kai.jp>

いわき市常磐関船町迎16

医療法人 心生会 **山内クリニック**

理事長 山内 俊明

いわき市平谷川瀬一丁目16-5 ☎0570-080825

ホームページ <https://iwakikai.jp/>

内科・循環器科

■診療時間 午前 8:30~12:00
午後 2:00~ 5:15
日曜・祝日・木曜午後 土曜午後

訪問診療

■休 診 日 日曜・祝日・木曜午後 土曜午後

医療法人 心生会 居宅介護支援事業所 ☎21-5596

通所サービス
・通所リハビリテーション
・やがわせデイサービス
・きらくデイサービス

お泊まりサービス
・ショートステイ

複合サービス
・小規模多機能型すばる
・小規模多機能型さらい

訪問サービス
・コスモス訪問看護ステーション(訪問リハビリ可)

総合窓口
事業推進室
☎21-5633

いわき市医師会から皆様へ

《第76回》総合診療ってなあに？
～19番目のカルテとともに～

かしま病院 石井 敦 先生

『住民に語り掛ける活動』を重視しているいわき市医師会の先生方に、地域での取り組みや、いわきの現状などをご紹介いただくコーナーです。

ドラマ『19番目のカルテ』を観て、総合診療に興味を持った方もいるのではないのでしょうか。実はこの総合診療こそ、日本で19番目に誕生した専門医の資格です。歴史の長い内科や外科に比べると新しい分野ですが、その役割は年々大きくなっています。

総合診療のいちばんの特徴は、体も心も、暮らしや地域も——すべてをひっくるめて診ること。病気だけではなく、その人の生活や環境まで含めて考えるのが仕事です。

たとえば——
「咳が続くけど、内科？ 呼吸器科？」
「なんとなくだるい。でも検査は異常なし」

「おばあちゃんの転倒が増えたけど、原因は病気？ 生活環境？」

こうしたどこに相談したらいいのかわからない悩みこそ、総合診療の出番です。自身で診断をつけて治療を始めることが多いですが、必要なら他科の専門医につなぎます。つまり、総合診療は医療の「地域密着」よろず相談所であり、困

たときの「最初の相談窓口」です。

もちろん、総合診療医ひとりでは解決できる問題ばかりではありません。看護師・薬剤師・リハビリスタッフ・介護職など、多職種とチームを組んで支えます。合言葉は「なんでもひとりで」ではなく、「つなぎ、支え、共に考える」。この姿勢こそが、総合診療の真骨頂です。

実際の診療では、病気の治療だけでなく、暮らしをよりよくする工夫も一緒に考えます。薬が多すぎて困っている方には整理のお手伝いをし、通院が難しい方には地域の支援制度を紹介する。こうした「生活に寄り添う工夫」もまた、大切な仕事のひとつです。

ドラマの中に「やさしさだけでは医療は成り立たない。だけど、やさしさをなくしたら医療人はいられなくなる」という言葉がありました。私たちもその「やさしさ」を胸に、地域の皆さんと歩んでいます。

「何科に行けばいいの？」と迷ったときには、ぜひ総合診療科のドアをノックしてみてください。一緒に悩み、答えを探し、安心へとつなげていきます。

かしま病院

院長 石井 敦 先生

いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
☎0246-58-8010

年齢や臓器を問わず、患者さんご家族

とめて診ることが

できる総合診療医

の育成に日々取り組んでいます。



調理時間 30分

美味しくはじめる健康な食生活

ハッピー・レシピ

さわやかに香る しらすとトマトのパクチャーパスタ



【材料(2人分)】

フジッリ(またはお好みのショートパスタ) 160g
ミニトマト(または完熟トマト) 8～10個
にんにく…………… 1片(みじん切り)
オリーブオイル…………… 大さじ2

しらす(またはツナでもOK) 大さじ2～3
塩…………… 少々
黒こしょう…………… 少々
パクチー(香菜) ひとつかみ(お好みで)

【作り方】

- ① たっぷりのお湯に塩を加え、パッケージの表示時間通りにフジッリをゆでます。ゆで上がった後湯を切り、少量のオリーブオイルを絡めておきます。
- ② フライパンにオリーブオイルを熱し、みじん切りにしたにんにくを入れて香りが立つまで炒めます。そこへしらす(またはツナ)を加え、軽く炒め合わせます。
- ③ 半分に切ったミニトマトを加え、形が少し崩れる程度に火を通します。塩と黒こしょうで味をととのえましょう。
- ④ ソースができた後、ゆでたフジッリをフライパンに加え、全体がよくなじむように混ぜ合わせます。
- ⑤ 皿に盛りつけ、仕上げにたっぷりのパクチーをのせます。お好みで黒こしょうをひとつりします。

サフランリゾット



【材料(2人分)】

米(できればイタリア米・カルナローリやアルボリオ)…………… 150g
玉ねぎ(みじん切り)…………… 1/4個
サフラン…………… ひとつつまみ(約0.1g)
白ワイン…………… 50ml
チキンブイヨンまたは野菜スープ…………… 約600ml(温めておく)
無塩バター…………… 30g
(粉チーズ) パルミジャーノ・レッジャーノ…………… 大さじ2～3
オリーブオイル…………… 小さじ1
塩・黒こしょう…………… 適量

【作り方】

- ① 少量の温かいスープ(大さじ2～3)にサフランを入れ、色と香りを出しておく(約10分)。
- ② 鍋にオリーブオイルと半量のバター(15g)を入れ、玉ねぎを弱火で透明になるまで炒める。
- ③ 洗わずに米を加え、木べらでよく混ぜながら中火で炒める。
米が少し透き通ってきたらOK。
- ④ 白ワインを入れ、アルコールを飛ばしながらよく混ぜる。
- ⑤ 温めたスープをおたま1杯ずつ加え、絶えず混ぜながら煮る。
スープがなくなったらまた1杯加える、を繰り返す(約18～20分)。
- ⑥ 中火(10分ほど経過したあたり)でサフラン液を加え、全体に色と香りをなじませる。
- ⑦ 火を止め、残りのバターと粉チーズを加えてよく混ぜる。味を見て、塩・黒こしょうで調える。
- ⑧ 皿に盛り、仕上げに黒こしょうを少し振る。

医療法人 清風会
吉成内科
YOSHINARI CLINIC
診療科目／内科・消化器科・呼吸器科
理事長・院長 吉成 毅
日本ヘリコバクター学会認定医
日本消化器内視鏡学会
上部、大腸内視鏡スクリーニング認定医

■診療時間
月・火・木・金
AM 8:30～12:00
PM 1:30～6:00
水・土
AM 8:30～12:00
午後休診
■休診日／日曜日・祝祭日

いわき市常磐上湯長谷町堀ノ内72-5
TEL.42-2220 FAX.42-2250
<https://www.yoshinarinaika.jp/>

保険調剤・在宅医療を
バックアップ！

TARO PHARMACY

薬や在宅介護に関することは何でもご相談ください。
ケアプランの作成も承っております。

薬局タロファーマシー
いわき市平谷川瀬一丁目17-6
☎25-3600 FAX.25-3655

郷ヶ丘 AKAIKE CLINIC
あかいけ耳鼻咽喉科クリニック
■院長／赤池徹哉 ■診療科目／耳鼻咽喉科
〒970-8045 いわき市郷ヶ丘2丁目55-2
TEL.0246-29-5333 FAX.0246-29-5335

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

■休診日／第3水曜日・日曜日・祝日
【予約優先】予約専用ダイヤル 0246-28-2300

6号バイパス
管原石材店 ● 花香里 ● とうとう接骨院 ● マンママリー ●
7-11 ● 公園 ●

あかいけクリニック
WEBサイト

内科・胃腸科・循環器科・呼吸器科
長瀬内科胃腸科
理事長・院長 長瀬慶一郎 副院長 長瀬紀子

◇受付は30分前◇

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30～12:00	○	○	○	○	○	○
午後 1:30～5:30	○	○	○	休	○	休

休診日／木曜午後・土曜午後・日曜・祝祭日

各種検査行っています
上部消化管内視鏡
大腸内視鏡
腹部超音波
CT
動脈硬化度測定
睡眠時無呼吸症候群
スクリーニング

四倉町上仁井田字北焼田6-1(6号国道沿い)
☎(0246) 32-3125

浪江町役場のすぐそばにある「Burger&Coffee Aspiration」は昨年オープンしたばかり。町出身の柏倉美妃さんが、生まれ故郷で「故郷で何か力になりたい」と始めた。トマト、レタス、タマネギ、バンズは東日本大地震・東京電力福島第一原発事故の被災12市町村



自分好みの食材で作るハンバーガー



学校法人昌平塾副理事長 緑川明美さんのオススメ

は無料のチャレンジメニューも一押し。柏倉さんは「お客様の助言を取り入れながら一緒に成長していきたい」と、来店を呼びかけている。

【住所】浪江町大字幾世橋字芋頭29・1
【電話】090・1848・9651
【営業時間】水・金 午前11時～午後3時 土日祝 午前11時～午後7時
【定休日】月・火



絵手紙 スケッチ 逢いたくて

四国八十八ヶ所めぐり・関伽井嶽薬師常福寺にて

- 43 -



明石寺

絵手紙ティーワン 平子正子さん (小名浜在住)

今回は、パソコンのソフトウェア Windows10 のサポート終了について解説します。

8月号（7月28日発行）でもお伝えしましたが、マイクロソフトは10月14日をもって、Windows10 のサポートを終了しました。

サポートの終了によって、マイクロソフト社から提供されていた、セキュリティ更新やバグの修正、機能改善、テクニカルサポートが打ち切られました。サポート終了後も Windows10 を使用することは可能ですがインターネット利用時に、ウイルス感染や不正アクセス、個人情報漏洩、外部からの乗っ取りなど、犯罪の踏み台にされる危険性が高まります。自身が被害にあわないため、また相手に迷惑をかけないためにも、Windows11への移行が必須です。

マイクロソフト社は、PCというサービスを発表しました。このサービスは、Windows10 のサポート終了後も、有料でセキュリティ更新を受けられるプログラムで

Windows11 機能搭載 パソコンへの移行が最善

SNSとは…ソーシャル・ネットワーク・サービスの略。共通の趣味や考えを持っている人同士の出会いの場であったり、友達や家族と情報交換したり、気軽に交流を楽しむことができるサービスです。

グラムのみが提供されたりなど、いくつかの制約があります。

Windows10 のサポート終了にあたって、いくつかの対応方法がありますが、費用や手間を考えると Windows11 が搭載された新しいパソコンに買い替えるのが確実な解決策になります。新しいパソコンは、処理スピードや省電力など各性能が高く、長期的な視点で見えた場合、パソコンの買い替えが安心かつ安全に使用できる対策となるかと思えます。

シニア世代のための SNS 講座 (156)

【講師】久野 雅己

Windows10 のサポート 終了に伴う対応方法

ひさの・まさみ 株式会社ソーシャルスピーカー代表取締役。東京でシステムエンジニアとして勤務後、2011年にいわき市に戻り、パソコンやインターネットのサポート業務、ホームページ作成や X (旧 Twitter)、Facebook の専門家として起業。

X (旧 Twitter) はこちらです⇒<https://x.com/iwakicity>
instagram はこちらです⇒https://www.instagram.com/sns_producer/
YouTube はこちらです⇒<https://www.youtube.com/@socialspeakers/videos>

問い合わせ↓



元気に楽しく！
読者をつくる 情報紙

ここ暮らしす

広告を載せて
みませんか？

発行日 毎月第4月曜 発行部数 63,000部

広告についてのご連絡先
TEL.0246-38-7171 FAX.0246-88-7494
広告部 E-mail adv@iwaki-minpo.co.jp

やさしい心 あたたかい手 あふれる笑顔

社会福祉法人 **いわき厚生会**

特別養護老人ホーム **いわさき荘**

デイサービスセンター
ショートステイ
居宅介護支援事業所
むつみ保育所

いわき市常磐上湯長谷町上ノ台88-1 TEL (0246) 44-5660
FAX (0246) 44-1307

医療法人社団 **秀友会**

●施設入所 ●通所リハビリテーション
●ショートステイ ●訪問リハビリテーション
等のサービスを受けております

介護老人保健施設 **サンライフゆもと**
TEL 0246-43-6116 FAX 43-6118
〒972-8326 いわき市常磐藤原町大畑13-1

看・介護職員 募集中

サンライフゆもと 検索

完全予約制 子ども同伴可 グループOK

MerryChristmas!

～フレッシュグリーンリース～(形を選べます)

【開講期間】11/18火～11/29土 10:00～12:00 ※日・祝日除く
【参加費】¥6,600 (税込)
※花材費と講師料は参加費に含む [年会費・月謝なし]

11月 フラワーアレンジスクール

青山ガーデンフラワー
いわき市平荒田目字田中内南177-4
開 10:00～18:00
休 日曜日、祝日
回 あり

電話 0246-34-8783



アマレットの甘くほろ苦い味
わいは秋の夜長にぴったり

クランボの核、ハーブやスパイスなどを、各ブランドが独自のレシピで風味付け。また、ブラウンシユガーやカラメルが使われているため、色は美しい琥珀色をしています。

【プロフィール】
緑川 明日香
(みどりかわ・あすか)
1980年いわき市生まれ、市内在住。
SSI認定酒匠・日本酒学講師。日本ソムリエ協会認定ソムリエ。



世界の一杯

— 104 —

アプリコットの
種のリキュール

イタリア発祥のアマレット

実りの秋。おすすめしたいイタリア発祥のリキュールがあります。それはアマレット。杏仁豆腐のような甘い香りが特徴で、カラメル、アーモンドのフレーバー。今回はナッツ・種子系リキュールに分類されるアマレットの魅力を紹介します。他に、桃やサ

を楽しめる味わいです。ロックで飲めば、デザートドリンクになりますよ。

63 漢方薬どくだみ茶の効能

心霊の世界 「数々の神秘体験と心霊との出会い」

私は今年で83歳になりますが、過去心臓に持病がありました。25歳ごろから動悸（頻脈1分間に100～130位）が発症し、歳を重ねるにつれて発症数が多くなり、50歳位からますますひどくなり一週間のうち2～3回ぐらい昼夜関係なく長時間にわたって正常に戻らず、左胸がひどく痛くなり、油汗が流れるほどでした。毎年人間ドックに入り検診を

飲んでいたことを思い出しました。これはきつと亡き父が霊界からどくだみ茶を飲むようシグナルを送ってきているに違いないと思い早速、漢方薬を取り扱っているお店からどくだみ茶を購入し、飲み始めました。日がたつにつれて発作の回数が少なくなり、そのうちに薬も不要になりました。

あれから40年近くになりますが、今は心電図も正常で健康体になりました。それ以来、不整脈で困っている友人や知人にどくだみ茶を薦めて飲んでもう勧めたいです。漢方薬は一朝一夕

【プロフィール】
志賀 功 (しが・いさお)
1942年、いわき市好間町生まれ。スピリチュアリスト。2019年に『数々の神秘体験と心霊との出会い』(文芸社・700円+税)を出版。最寄りの書店、インターネット通販等で販売している。

尿剤などとして用い、葉は腫物に貼布して有効と言われており、私の場合、心臓病にも効いたことで、亡き父が霊界から私を心配して送ってきたのだと確信しています。80代になっても健康でいられるのは、霊界からの父はじめ先祖様、守護霊様のご加護によるものと感謝の心でいっぱいです。

このだっぴろい いわきの片隅で いわきのひとへ



-74-

感謝感激雨あられ!!
古希の我が家が生まれて初めてエレクトーン発表会に出演した。結果から言っと…大成功!!子どもたちファミリーが花束などを持って来て「よかったよ」「感動した」「お母さんスゴいじゃん!!」と家内をほめそやしていた。手話サークルのWさんが来てくれて「よかったですよ! またいつしよに(手話)やりたいですね」と言ってくれた。身内の感動もさることながら、司会の先生が家内の演奏後泣き出してしまい、原稿が読めなくなっている人に代わったり、見知らずのおばさんが「素晴らしい!」と興奮して握手を求めたりしていた。そう! そう! 始まる前に緊張している家内を「大丈夫だから!」と励ましてくれた写真屋ご夫婦も涙ながらに「よかったよ!」と言ってくれた。極めつけは…家内の前の演奏者R君、そのお母さんがR君とその妹さんを家内の前にして「Rは、もう今回で発表会に出るのはやめようと言っていたんですが、Hさんの演奏を聴いて、またやる!」と言ってくれました。そして先生に差し上げるのに持って来たものですが、受け取ってください!」とノブヤのシフォンケーキとシーグラスキャンディーを差し出した▼彼らの称賛や感動が「あたしもこうやって指を伸ばすようにしようかな?」「あれだけ期待されたんだから、またの機会に出るように頑張らないとね!」「少し踵の高い靴買わないと」「自分で音つくることしないとな!」先生にばかり頼ってられないから!と、家内のやる気を引き出してくれた。感謝感激雨あられ!!

ホロスーK (元保健体育教員・68歳・常盤)



☆面白い母親や家族のちょっとした話を通して「ライフスキル(心の能力)」を描くホロスーKさんのエッセーを連載します。

「まごころ教習」であなたの入校
お待ちしております!

小名浜自動車学校

いわき市小名浜字富岡向147
Tel.0246-54-5210 Fax.0246-92-4183
http://www.onahama-drivers.co.jp/

聞いて得するナットク査定! この街で一世紀
安心と信頼の

金、プラチナ、宝石などあなたの大事な資産
高額買取いたします!

買取熊谷質店
質預 ☎25-2278

先ず当店の買取価格をご参考に! 現物査定で価格アップも! お気軽にお問い合わせ下さい。

ガスだから
おいしい 料理教室 参加者募集中

申込みフォームから
お申込みください

Gas One料理教室
使いやすく、安心で快適な最新のガス機器を体験できるキッチンスタジオです。

※感染症対策のため、当日作ったものはお持ち帰りいただきます。
※厳正な抽選の結果、当選者の方にはメールでご案内させていただきます。【小学生以上のお子様のご参加も大歓迎!】

11月19日(水) 10:00~12:00

シフォンケーキ

講師: いわきチョコレート
草野晃子先生

定員: 4名
参加費: 1,000円

会場: Luna ガスワンキッチン
スタジオオルナ

常盤共同ガス 小名浜営業所
〒971-8101 福島県いわき市小名浜字前沼1

11/4(水)
締切



申込みフォーム

12月9日(火) 10:00~12:00

どら焼き作り教室

講師: 菓匠しら石
白石晃先生

定員: 10名
参加費: 500円

会場: Gasワンキッチン
スタジオステラ

常盤共同ガス本社(湯本)

12/1(月)
締切



申込みフォーム

曹洞宗
神護山 一山寺
いわき市平中神谷字寺前 35
電話 0246-34-3033

ニカ月からご予約しております。園児募集中!

社会福祉法人
かべや保育園
いわき市平中神谷字寺前 28
電話 0246-34-3033

髪王
髪 王
平日 1,100円 (税込)
0246-84-9010
営業時間=9:00~(オーダーストップ19:00)
※月曜は=9:00~(オーダーストップ13:00)
水曜定休
スタッフ募集中
facebook・Googleも検索して下さい

一山寺
かべや保育園

平六小

髪王

はな幼稚園

安藤犬猫病院

夏井川

マイカー
ショップ中央

かべや
なないろ
保育園

神谷
こども園

マルト
神谷店

愛宕
花園神社

来迎寺
来迎保育園

草野小

草野中

ながやま

御食事処いわき鮎

マルワ石油
神谷給油所

チャイ
コタ

社会福祉法人 みどりのかぜ
生活介護事業所 のはら

至四倉

平北東部

神谷&草野

平市街地から国道6号を自動車で10分ほど北上すると、神谷・草野エリアとなります。緑豊かな住宅街の中に、地域に愛されているお店や施設がたくさんあります。身近で、どこでも懐かしさを漂わせる一方、新しい注目のスポットも増えています。皆さんもちょっと足をのばしてみませんか?

アットホームな
はな幼稚園
すくすく組
(2才児以上も入園)

〒970-8021
いわき市平中神谷字北口18
TEL・FAX 0246-34-6479

七五三 出世祈願
受け付けております。

愛宕花園神社

宮司 吉田 仁一

〒970-0101 いわき市平下神谷字宿 69
TEL.0246-34-3880 / FAX.0246-34-8833
<http://www.atagohanazono-kusanogongen.or.jp>

浄土宗
来迎寺
住職 鈴木 良紀
いわき市平下神谷字宿185 ☎0246-34-6222

社会福祉法人
来迎保育園
園長 助川 洋嗣
いわき市平下神谷字宿38 ☎0246-34-7717

うな重
3,950円

ながやま

当店は、国内産の高級うなぎを
生きたまま調理しております。

平下神谷字出口94-1
定休日 月・木
☎34-7917

いわき鮎

大好評! 定食ランチ
Aセット(刺身付き) 1,100円 税込
Bセット(刺身なし) 770円 税込

店内メニュー
豊富にご用意

ポイント
カード
配布中!

ランチ営業
11:30~14:00

社会福祉法人 みどりのかぜ
のはら

みどりのかぜは、障がいがある方が自立した日常生活や社会生活を営むことができるように支援する社会福祉法人です。

いわき市四倉町大森字民野町45
TEL (0246)34-2895

院長 安藤和典
安藤犬猫病院

診療時間
月曜日~金曜日
午前9時~12時
午後3時30分~7時
土曜日
午前9時~12時
午後2時~5時

休診日
日・祝・木曜日午後
いわき市平中神谷字瀬戸29-1
☎(0246) 34-6146

神谷こども園
かべやなないろ保育園

いわき市平中神谷
字南鳥沼 26
TEL34-2981

LPガス・灯油・タイヤ・オイル・米・車検

マルワ石油
神谷給油所・洗車場

代表取締役 渡辺 誠一

いわき市平下神谷字内宿36
☎0246-34-0055

M.S.C.

限らない信頼を未来につなぐるまやさん
マイカーショップ中央

いわき市平中神谷前河原町1-11
TEL.0246-34-7711 FAX.0246-34-7715

総合葬祭
山米堂
有限会社
いわき市四倉町字西二丁目8-6
TEL.32-2207(代) FAX.32-4444
家族葬からすべて承ります

会員募集中

リリープ
ホール かべや
平下神谷字南一里塚57
TEL 57-0505 FAX 57-0404

チャイとスパイスのお店
Chai kotha

チャイ コタ

■営業時間 11:30~16:00
(ランチメニュー~15:00)
■定休日 月・火曜日
(臨時休業あり)

いわき市平下神谷字御城23
TEL0246-38-4080

地域社会の健全な発達及び文化的生活の向上を目的として!

令和7年度
第2回 ハトマークセミナー

開催日 11/25(火) 13:30~15:30

会場 ビッグバレットふくしま
コンベンションホール

一般公開
入場無料

日本経済の現状と展望
~不動産市場に影響を与える2つの要素~

講師 株式会社マナセCEO 森永 康平氏
生年月日:1985年2月5日
出身地:埼玉県所沢市
日本証券アナリスト協会検定会員、経済産業省
「物価高」における流通業のあり方検討会委員。

予約・問い合わせ
福島県宅建物取引業協会
TEL024(531)3445

メール: info@fukushima-takken.or.jp
住所: 福島市野田町6-3-3
受付時間: 9:00~17:00
定休日: 土・日曜日、祝日

今年も、
あのイベントが
やってくる

秋の
喰酒祭

2025/11
① 7日(金曜日)
16:00~21:00
② 8日(土曜日)
12:00~21:00
③ 9日(日曜日)
12:00~21:00

いわき市平中央公園

詳細はXまで
#iwakishokushu



ギャラリー情報&イベント



熊谷守一 墨彩画展

10/30→11/11 入場無料 0246-35-0383

油彩画で知られる熊谷守一。今回は水墨画も本格的に描いた熊谷の墨彩画作品約40点を一堂に展示します。10:00～18:00(最終日は17:00)

小野美術

いわき市平字中町 22-2



山中八洲男・良行 木彫二人展

—癒やしの彫刻—

11/13→11/25 入場無料 0246-35-0383

鹿児島県種子島生まれの兄弟・山中八洲男さんと良行さんの木彫を展示。10:00～18:00(最終日17:00)

小野美術

いわき市平字中町 22-2



アフタヌーンコンサート

11/14 入場無料 0246-22-5800 (共同企画のアリオス)

NHK交響楽団いわきアンバサダーを務めた三又治彦さん(第一ヴァイオリン次席奏者)、梶川真歩さん(フルート奏者)らが出演します。15:30開場、16:00開演。

イオンモールいわき小名浜 4階 イオンホール いわき市小名浜字辰巳町 79



IWAKI QUEEN LIVE 情報

チケット予約 0246-21-4128

【会場 まちぽれいわきB1】

- 11/3(月・祝) 沢田聖子 〜ライブDVD発売記念ライブ〜
- 11/6(木) 裕イサオ ソロピアノLive from Paris
- 11/11(火) QUEEN Open Live vol.351
- 11/16(日) 高木ひでまさ 生涯現役LIVE
- 11/23(日) いわきエレキ交流会
- 11/24(月・祝) 武藤真一“喜寿” Live
- 12/7(日) ELEKTRIC MOTH 1st Album Release Tour 2025 vol.2 An evening with Carmen Maki

詳細はこちら→



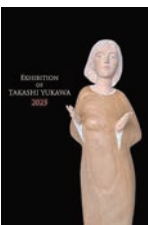
アート工房 こもれび展

—木もれびサポートの会—

11/13→17 入場無料 090-9533-8095

ギャラリー木もれびサポートメンバーによる今年最後の作品展。ワークショップも開催。10:00～16:00(最終日は15:00)

ギャラリー木もれび いわき市好間町榊小屋字中平 65-9



湯川隆 彫刻展

11/1→11/9 入場無料 0246-56-0264

日本オリンピック委員会前のクーベルタン像を手がけるなど、国内外で活躍。11:00-19:00(最終日17:00) 11/5休館。会期中作家在廊。

ギャラリーいわき

いわき市泉ヶ丘 2-12-1



ギャラリートーク

11/7, 15, 22, 29 聴講無料 0246-83-0005

小さな企画展「心平の愛した花々 秋の花編」に関連したギャラリートーク。花の名の由来や花にまつわる物語などを解説します。14:00～15:30

草野心平記念文学館 いわき市小川町高萩字下駄道 1-39



唐津 藤ノ木土平 作陶展

11/15→11/24 入場無料 0246-56-0264

古窯の歴史、伝統を学び、佐賀・唐津で精力的に創作する藤ノ木土平氏。ギャラリーいわきで2年ぶりの新作展となります。11:00-19:00(最終日17:00) 11/19休館。11/15, 16作家在廊。

ギャラリーいわき

いわき市泉ヶ丘 2-12-1

NEWS&TOPICS

第23回湯の街学園祭11/2(日)開催!

23年の長きにわたって、常磐地区の青少年健全育成と湯本駅前の活性化を柱とし、時代や世相を反映しながら様々な事業を展開してきた『湯の街学園祭』が今年も11月2日(日) 10:00から18:00までJR湯本駅前でされます。

駅前ステージとあとち(福島銀行東側)ステージの2つのステージでは、湯本町の園児、小・中・高校生やフラスカール、バンドなど、世代を超えた出演者が会場を盛り上げます。また、自衛隊、警察、消防をはじめ県建設業協会青年部の協力で、工事車両などの働く車が大集結。スポ少ブースや、飲食ブースも地元商店会の出店、キッチンカーや露店など一日中楽しめます。

湯の街学園祭実行委員会
電話 0246-43-3017(旅館協同組合内)



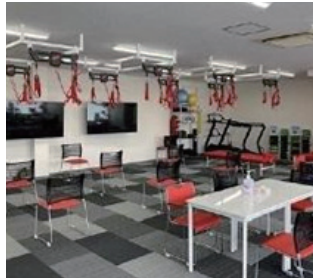
第3回いわきNEWスポーツフェス11/16(日)開催

いわき市私立幼稚園協会が中心となり、子どもたちに体を動かすことの楽しさを広めることを目的とした『いわきNEWスポーツフェス』が、今年も11月16日(日) 10:00～15:00まで、いわきグリーンベースにて開催されます。

毎年好評のデジタル技術を用いた『チャンバラ』や『忍者ごっこ』、『ドローンファイト』、『かくれんぼ』、『フラ教室』などのほか、今年は『キックボクシング教室』、『スタッキング』、『テーブルサッカー』、『モルック』など誰でも楽しめる遊びが新しく加わり、子どもから大人まで楽しめる内容となっています。参加費無料で当日の受付も可能ですが、グーグルフォームからの事前受付を推奨しています。

キッチンカーの出店もありますので昼食の心配もいりません。

いわきNEWスポーツフェス実行委員会
電話 0246-89-2210



La・暮らしスタッフおすすめ

地域に根ざした短時間デイサービス



リハビリと運動に特化した短時間デイサービス『元氣ジムいわき小名浜』が2025年9月1日にオープンしました。

住み慣れた地域で自分らしく過ごせるよう、スタッフの皆さんが一人ひとりに寄り添ったサポートを行っています。

オーダーメイドのリハビリと、脳を活性化する「シナプソロジー®」を取り入れ、将来の認知症予防にも役立つプログラムを提供。

さらに、スポーツクラブで培った経験を生かし、無理なく続けられるグループ運動で、心も体も元気になれる。ご自宅からの無料送迎サービスもあり、見学は随時受付中です。

元氣ジムいわき小名浜
いわき市小名浜大原字小屋10-2
営業時間/8:30～17:00
電話/0246-51-2607



La・暮らしスタッフおすすめ

海風とぶどうの香りに包まれて



とみおかワイナリーは、東日本大震災と原発事故からの復興を目指し、海沿いの丘陵地に設立されたワイン醸造施設。約1万6千本のぶどうが育つ圃場を有し、地域の自然と調和したワイン造りを行っています。併設のレストランでは、福島県の山海の幸を使った料理とワインのマリアージュが楽しめます。テラス席ではグランピングBBQも可能です。ぶどう畑や太平洋を望む絶景の中で食事ができます。JR富岡駅から徒歩10分とアクセスも良好。

施設内にはショップや震災伝承スペースもあり、観光・交流の拠点として地域に根ざした活動を展開しています。

とみおかワイナリー
双葉郡富岡町小浜反町36-1
※施設ごとの営業時間はHPを確認
電話/0240-23-7606

出張買取いたします!

古書

古書・レコード・古美術品

阿武隈書房

TEL25-0105

平字五町目16-6
10:00～21:00(土日は13:00～)

家庭内・事業所内の除菌、抗菌、消毒サービス

施工箇所 床、壁、テーブル、机、椅子、ドアノブ、PCキーボード、スイッチパネル、電話機、水栓、自販機、車内など
サービスメニュー ①室内抗菌・抗ウイルス剤コーティング ②室内光触媒施工③オゾン除菌・脱臭④フロア抗菌ワックス施工など

DUSKIN 株式会社アイウェイナバ TEL 26-9001
ダスキンたいら支店 FAX26-9007

ご相談
お見積
無料!

ギャラリー情報&イベント

について

情報は、主催者(団体)の情報提供に基づいて掲載しています。変更になる場合もありますので、詳しくは主催者にお問い合わせください。

お題

ここ暮らし川柳



「十日夜」「流す」

十日夜 稲刈り終わり ひと休み
「美味しいお米食べさせてください」

嘘ニュース 馬耳東風と 聞き流す
「詐欺情報には気を付けたい」

十日夜や 豊作祝いで 慰労する
亡き母の 苦勞思うと 流す涙
（西山武雄・82歳・四倉）

十日夜 秋が来たなと 感じるな
「よく育ったナ」

汗水を 流した夏は 過ごしたな
「とにもかくにも暑かった」

田の神も ほつとして いる 十日夜
「猛暑の中で米作り、農家も神もお疲れさまでした」

いい汗を 流せ政治家 選挙後も
「国民は見ています」（賢治郎・85歳・勿来）

値が張っても 新米嬉し 十日夜
嫌なこと その日のうちに 受け流す
（平間勝成・74歳・南相馬市）

熱帯夜 壁を乗り越え 十日夜
過去のこと 水に流して すっきりと
「思っていないで忘れよう」（木田トキ・86歳・平）

十日夜や 豊作祝う 笛太鼓
「十日夜がめぐり来ました。営農者の苦勞が報われることを」

渡る世は 水に流してこそ丸く
「生きるとは悲喜こもごも許すことで自分も生かされることも」（内海将行・83歳・小名浜）

田の神様 見送る十日夜の子どもたち
「稲の収穫を祝う収穫祭。感謝の気持ちを持ち、美味しくいただきます」

気分アップ ラジオを流す オフタイム
「気分を上げたいときながら作業でラジオを聴く。気分転換にも最適です」

（テエさん・70歳・錦）

十日夜 田の神様の ちどり足
聞き流す ことも処世術 覚えおく
（柴田秀美・80歳・南相馬市）

十日夜 わからず電話で 教え受け
嫌なこと すべて流せば いいけれど…
「流そうと思ってもそう簡単にはいかないものです」（根本洋子・83歳・相馬市）

白雲の ただ流されて ゆくばかり
「私も戻れるならやり直したき事多し」
（坂本tittutetto・76歳・相馬市）

十日夜 初めて聞いた 収穫祭
「東日本で使われていると知りビックリです」
冷水を 流した麵を この夏は
「暑い日にはごちそうでした」（こゆき・75歳・平）

十日夜 願いを込める この気候
「天候不順で秋の収穫が心配です」
思い出す 床上浸水 泥流れ
「夏井川決壊で洪水被害ひどかった」

キヤツシユレス 涙を流す 貯金箱
笑顔咲く 豊作祝い 十日夜
遠来の 友と背中を 流し合う
（小林康浩・84歳・平）
（布施敏家・75歳・泉）

初を見て 神の涙と 十日夜
嫌なこと 軽く流すは 年の技
物価高 ほどほど祝う 十日夜
水道を 流しすぎだと 妻しかる
（新妻吉人・68歳・川前）

十日夜 今年も恵みを ありがとう
年重ね 涙腺ゆるみ 流れ落ち
（ヤスさん・75歳・四倉）
（前向き・64歳・四倉）

十日夜 収穫喜び 月見酒
戦争や 災害ばかり 流す涙
（グリーン・77歳・常磐）

十日夜 闇の中 虫の大合唱
「十日夜の月」と言い、宵闇でも虫たちは元気です」
窓開けし 流れ込む空気 肌かすり
（エジリン・92歳・平）

（エジリン・92歳・平）

感激に 流れる涙 類しみる
「入院中の友に会えず電話ならよしと言われ たうれしさ!!」（すずや・84歳・内郷）

十日夜 気候安定 祈豊作
「今夏は暑すぎて収穫が心配でした」
漱石枕流 意地っ張りとは 我がことか
「八十路も半ばそろそろ丸くなるう」（isa・87歳・小浜）

高いけど やっぱりうまい 十日夜の米
「食がススム〜!」
且つては美男美女?? なれど月日は
流れ シワだらけ
（ジーン・81歳・小浜）

十日夜に 民の嘆きは 米の値段
去年より 渋みが増したと 流されて
「進次郎さんのステマ問題」（ユッピー・56歳・泉）

十日夜に ご飯に感謝 来る年も
「今年はお米が大問題になりました。来年は豊作・米価の安定を願います」
激動の 流れに乗って 卒寿超え
「昭和・平成・令和の流れに2人で卒寿を超え 黄泉の流れに身を任せています」（中野喜久・92歳・平）

穂が垂れて 実り間近な 十日夜
用意した 言葉が水に 流される
（高野尚之・80歳・明治団地）

十日夜 秋の実りを まつり神
流れ星 スーと輝き 幸ありや
（門馬アサ子・74歳・平）

十日夜 豊作願い 月をみる
「昼夜問わず空を見上げるのついでいですよネ」
運転時 流す曲目 ガチ昭和
「歌は流れる、あなたの胸に…昭和最高です」（エリザベス・63歳・常磐）

字も意味も 読めずわからず 十日夜
「スマホに頼ってやっと知りました」
美味しい酒 のみたくて汗 流してる
（賀沢金一・90歳・四倉）

冬空に あつという間の 流れ星
（木田チヨ・89歳・常磐）

【お詫び】10月号の川柳お題が9月号のまま掲載となっていました。お詫びいたします。

【募集】

編集室では、川柳を募集しています。お題は「南瓜」「響く」。お気軽に編集室まで。
※氏名(またはペンネーム)、住所、年齢も添えてください。11月7日(必着)。

自動車保険!! 見直しませんか?

お得な掛け金で、

大きな補償!!

あなたと創る...安心の

自動車共済

共済契約の
手続きは簡単!!
無事故による割引は
そのまま継続

※無料見積いたします!

東北自動車共済のご案内

- 東北自動車共済協同組合とは…
東北経済産業局の認可のもと、昭和49年に設立した自動車共済協同組合です。
東北自動車共済協同組合：☎022-264-1188
- 組合へのご加入は…
1口1,000円の出資金が必要です。
- ◎お得な掛け金で大きな安心
当組合は、組合員の相互扶助の精神に基づき事故による経済的損失を補てんするための共済事業で、営利を目的としませんから掛金が大変割安です。
- ◎スピーディな事故対応!
事故処理にあたっては、東北6県に配置している自動車共済の専門職員が当事者間に立ち、誠意をもって解決にあたります。
- ◎安心を結ぶ共済の輪!
全国どこで事故を起こされても安心です。自動車共済の「ネット網」が迅速な事故処理をいたします。当組合をはじめ北海道・関東・中部・西日本の5つの組合が協力し、きめ細やかなサービスに努めています。

東北自動車共済代理所

一般社団法人 いわき自家用自動車協会

0120-973-646

お問い合わせ
お申込みは

《本部事務所》いわき市内郷綴町1-138 ☎27-7521
《軽自動車事務所》いわき市中部工業団地4-4 ☎72-0502
《平事務所》いわき市平字尼子町1-21 ☎23-5544

(TJK(美)02 2012.3)-01

日本の神仏占い

神様はわたしたち人間が魂を磨いていけるよう、毎日見守ってくださっています。その神様は時に人々にメッセージを伝えてきます。今月のメッセージは何でしょう？

2025年 11月

占い師・ミエル

http://www.mielstar.jp/

1月生

木花咲耶姫
(このはなさくやひめ)

春の花は春に咲き、夏の花も咲くべき時に咲くのです。だから一歩一歩進みましよう。昨日と今日では変わらなくても、蕾は確実に大きくふくらんでいます。◇開運の鍵：白い花の写真を待受画面にする

2月生

毘沙門天
(びしゃもんてん)

成功や富を求めるあまり、人を見捨てたり、裏切ったりしてはいけません。その反動は必ず自分に返ってきます。成功の喜びや豊かさを分かち合う心こそ、真の豊かさを引き寄せます。◇開運の鍵：金色のアクセサリを身に付ける

3月生

綿津見神
(わたつみのかみ)

心が少し疲れたら、海が見よう。海は生命の源で、人の体は水をたくわえています。海のリズムを感じていれば、心身はリセットされて地球のリズムに戻ります。◇開運の鍵：綺麗な貝殻を部屋に飾る

4月生

千手観音
(せんじゆかんのん)

あなたは一人ではありません。誰かが救いの手を差し伸べます。その手は遠慮せずに握り返して。そして、誰かが苦しい時に、次はあなたが手を差し伸べて。◇開運の鍵：仏教の教えについて本を読む

5月生

建御雷之男神
(たけみかづちのおかみ)

新たな道を切り拓くには自分を信じ切ることです。迷いや恐怖があったとしても一歩ずつ進んでいくのです。もしも間違いがあったなら潔く認めて修正を。そうして正しい道が見つかるのです。◇開運の鍵：格闘技を観戦する

6月生

神産巢日神
(かみむすびのかみ)

復活の 때가 やってきました。必要だからこそ、神から命を授かったのです。心も体も消耗したら、神々や自然など万物とのつながりを感じ、エネルギーをもらってください。◇開運の鍵：紅葉を見に行く

7月生

闇 闇 神
(くらおかみのかみ)

心の奥底にある闇(かたくな)と受け入れて、静かに愛してあげて。自分への理解が深まれば、闇は少しずつ溶けていき、水のように流れていくでしょう。◇幸運の鍵：水回りを丁寧に掃除して整理する

8月生

月 読 命
(つづよみのみこと)

忙しい日々を追われている夜は情報過多なスマホから離れ、月光浴をしてみよう。静かに月の光を浴びていると、身も心も自然のリズムに調和します。◇幸運の鍵：カレンダーに毎月の満月の印をつける

9月生

国 之 常 立 神
(くにのとこたちのかみ)

長い視野で考えて、しっかりと土台を築きましょう。土台とは例えば家庭や経験などのこと。安定した土台があれば、たとえ大きく伸びても、遠くに飛んでも、倒れることはないのです。◇開運の鍵：来年の手帳に目標を書く

10月生

天照大御神
(あまてらすおおみかみ)

あなたの深い内面には眩しい光が輝いています。それは人生で学んできた叡智です。富も名声もあの世に持って行けません。叡智の光はあなたが身をもつて得た宝として来世でも輝くので大切に。◇開運の鍵：笑顔で挨拶をする

11月生

火 照 命
(ほでりのみこと)

何かにいつまでも執着していると、身を滅ぼすこともあります。こだわりの大切ですが、潮目を読んで柔軟に変わることも大切です。そうすれば、流れに乗って進めるでしょう。◇開運の鍵：仕事道具や台所用具を手入れする

12月生

菊 理 媛 神
(くくりひめのかみ)

人との縁は必要ならば自然と結ばれていくものです。誰とも縁が結ばれないのは、縁をたぐり寄せる紐に引っ掛かっているから。自分から動かなければどんな紐にも引っ掛かることはないのです。◇開運の鍵：和紙のハガキを送る



あなたの **気になる** が **すぐに見つかる** ポータルサイト!

毎日 配信中!

相双地区の 情報満載

ポータルサイト 運営を通じ、相双地区の復興を支えます。

掲載店募集中

お問合せ gurutto.so@gmail.com



市ホームページ

休日当番医など ~11月15日

変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関、または消防テレホンガイドにお問い合わせください。市ホームページでも公開していますので、ご覧ください。

消防テレホンガイド 050-1808-6119

- 診察の受付は、診療終了時間の30分前までです。
- 症状や当直医師の専門科によっては診療できない場合があります。適宜受診前に医療機関へお問合せください。

休日夜間急病診療所(総合保健福祉センター隣) ☎0246-27-1208
[平日] 20:00~23:00 [土曜] 19:00~23:00
[日曜] 14:00~18:00 / 19:00~23:00
[祝日] 9:00~13:00 / 14:00~18:00 / 19:00~23:00

休日救急歯科診療所(総合保健福祉センター内) ☎0246-27-8620
[日曜・祝日] 9:00~12:00 / 13:00~16:00 (受付終了時間 15:30)

10月26日(日)			11月3日(月) 文化の日		
ふじい医院	小名浜	☎56-2288 9:00~17:00	須田医院*	内 郷	☎27-6060 8:30~12:00
呉羽総合病院	勿 来	☎63-2181 9:00~17:00	中村病院	小名浜	☎53-3141 9:00~17:00
箱崎医院	常 磐	☎42-3131 9:00~17:00	いわぶちクリニック	勿 来	☎63-1501 9:00~17:00
常磐病院(泌尿器科のみ)*	常 磐	☎81-5522 9:00~15:00	常磐病院	常 磐	☎81-5522 9:00~17:00
あおぞらキッズクリニック	小名浜	☎85-5439 9:00~12:00	ニュータウン腎・内科クリニック*	平	☎46-0606 9:00~12:00
11月2日(日)			11月9日(日)		
山口医院*	平	☎24-1811 9:00~17:00	磐城中央病院	小名浜	☎53-3511 9:00~17:00
まつはし内科クリニック	平	☎68-8031 9:00~17:00	矢吹病院	勿 来	☎63-1818 9:00~17:00
石井脳神経外科・眼科病院	小名浜	☎58-3121 9:00~17:00	いわき湯本病院	常 磐	☎42-3188 9:00~17:00
こうじま慈愛病院	勿 来	☎63-5141 9:00~17:00	常磐病院(泌尿器科のみ)*	常 磐	☎81-5522 9:00~15:00
織内医院	常 磐	☎44-1133 9:00~17:00	森のこどもクリニック	勿 来	☎38-7227 9:00~12:00
常磐病院(泌尿器科のみ)*	常 磐	☎81-5522 9:00~15:00			
中央台たなか眼科*	平	☎29-1722 9:00~14:00			

※は診療協力医



いわき中央警察署だより



11 今月のテーマ
犯罪被害者支援

暮らしの中には多くの犯罪や事故などの危険が潜んでいます。私たち一人ひとりが安全に関心を持ち、地域の力で大切な人を守りたいものです。

このコーナーではいわき中央警察署の皆さんにお話しいただきます。

犯罪被害者を知っていますか？

犯罪の被害にあわれた方は、直接の被害だけでなく、生活の不安や心の傷など、さまざまな困りごとを抱えることがあります。そのため、まわりの理解や支えがとても大切です。まずは「知ること」から始めてみませんか。

犯罪被害は、いつ、誰の身に起こるかわかりません。もしかすると、あなたや大切な人が被害にあうこともあるかもしれません。「自分には関係ない」と思わずに、少しだけ関心に向けてみてください。あなたの

思いやりが、誰かの支えになるかもしれません。



政府公式ポータルサイト「ギョっとCH」トップページ画像とQRコード

政府公式ポータルサイト「ギョっとCH」

犯罪被害にあわれた方やその家族、支援者が必要な情報を一元的に得られるよう、警察庁が2025年に開設したポータルサイト「ギョっとCH」は、被害者が直面する様々な困りごとに応じて、相談窓口や支援制度、地域ごとの支援情報を検索できる機能を備えています。

主な特徴としては、困りごと別の情報検索や自治体ごとに異なる支援制度を調べたり、支援者向け教材の提供、被害者心理やトラウマについて学べる動画が掲載されています。

この取り組みは、犯罪被害者週間を「犯罪被害者

月間」へと拡充する動きと連動して、支援の輪を広げることが目的としています。

支援を必要としている方や、犯罪被害者支援に関心がある方が活用することで、迅速に的確な情報へアクセスできます。

被害者に優しいふくしまの風運動「支援の輪を広げるつどい」

- ・日時：2025年11月8日(土) 13:30開始
事前申込制・入場無料
 - ・会場：二本松市安達文化ホール(二本松市油井)
 - ・内容：2019年7月に起きた京都アニメーション放火殺人事件被害者ご遺族による基調講演と、県警音楽隊の支援コンサートなど。
- 申し込みは県警HPからかTEL024-522-2151(県警本部県民サービス課犯罪被害者支援室)まで。



いわき中央警察署 いわき市内郷御殿町四丁目148
電話0246-26-2121

警察からのお知らせはPOLICEメールふくしまで！

なりすまし詐欺・犯罪発生・不審者・地域防犯・交通安全・防災・お知らせなど、各情報を発信中！



福島県警察 安全・安心情報 POLICEアプリふくしま



福島県警察 安全・安心情報 X(旧Twitter)の公式アカウント



- ◎タテのカギ
- 1 耳、鼻、喉の病気はこの科を受診しましょう。
 - 2 暑い夏は、症に注意が必要です。
 - 3 RNAは、核酸ともいいます。
 - 4 同一の遺伝情報を持つ細胞や個体のこと。
 - 5 尿や便が漏れること。
 - 9 薬は医師の処方なしで買える一般医薬品の別称。
 - 11 所は銭湯などで服を脱ぎ着する場所です。
- ◎ヨコのカギ
- 1 先発医薬品の特許が

答え

1		2	3		4		5
	E				B		
		6			7		
8			A				F
		10				11	
12	13						
14			15		16		17
	18	19		20			
			D	C			
21				22			

A B C D E F



3名様 クイズ&プレゼント

「図書カード(千円分)」

いわき民報社提供

クイズはクロスワードパズルです。正解者の中から3人に、いわき民報社提供の「図書カードNEXT(1000円分)」をプレゼントします。

希望者は、はがきに①クロスワードの答え②読者の声に使用するアンケート「年の瀬に食べた地元の〇〇〇」への回答③表紙の挿絵に対する

答え

〈前回の答え〉

エ	ア	ン	チ	エ	イ	ジン	グ
ン	バ		ユ		モ	リ	ル
ゲ	ラ	ジ	ウ	ム		ツ	バ
シ	ボ		ジ		ゴ	シン	
ヨ	ネ	ガ	エ	リ		ン	シ
ウ		イ	ン		ユ	ケ	ム
ガイ	ゲ	コ		キ	ウ	イ	ヨ
	リ	ツ	プ		キ		ト
							ク

- 12 心臓が血液を送り出すリラックス法です。
- 10 精神分析医のフロイトの代表的な著書。
- 9 漢方薬になるナマコは英語で「キューカーパー」。
- 8 かつての物種、の洗濯。
- 7 舌がうまく動かないとこれが回らなくなりま
- 6 全身に361カ所あるといわれます。
- 14 「で糸を引く」は表に出ず他人を動かすこと。
- 16 両脚をそろえて膝を折る、日本の伝統的な座り方。
- 18 ガマの油で知られる茨城県の山です。
- 21 英世は黄熱病の研究者として世界中で知られます。
- 22 心を静めて無心になるリラックス法です。

10月号の当選者

松本寿子さん(内郷)、斎藤千寿子さん(小名浜)、西畑幹雄さん(南相馬市)

感想④郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、11月7日必着(当日消印不可)で編集室へご応募ください。

ここ暮らしに、載ってみませんか？

編集室では、読者のみなさまとともに紙面を作っていければと考えております。みなさまの趣味や思いなどが紙面に載ることで、他の読者のみなさまが共感したり何かを始めるきっかけになったり…そんな『ここ暮らし』を目指していきたいと考えております。

1. 川柳…今回のお題は、「南瓜」「響く」。
 2. 『私の宝物』シリーズ…子どもの頃から大事にしている物、ペット、孫、子ども、奥さん、旦那さん、家族、など、みなさんの宝物を、その画像と説明文(100字程度)を添えて、ぜひご紹介ください。
 3. エッセー…日頃、何気なく感じたことや、伝えたいことなど。
- ・掲載の可否は当編集室にて判断します。
 - ・頂いた情報は当フリーペーパー『ここ暮らし』でのみ使用します。
 - ・ペンネームを希望する人は、ペンネームも添えてください。
 - ・場合によっては、当編集室より取材のご連絡をさせていただくこともあります。
- ☆寄稿は、郵送かメール、持参で受け付けております。ぜひ、お寄せください。

お問い合わせ

☎0246(38)7171
E-MAIL news.koko_@iwaki-minpo.co.jp
〒971-8131
いわき市常磐上矢田町叶作13-3
いわき民報社「ここ暮らし」編集室

お着物全般、和装小物、祭り・踊り衣裳、着物丸洗い、洗張り、お直し、シミ抜き、染め替え、紋入れ...

お着物のご用命は信用と真心の専門店へ...

《今月の催事のご案内》

原町本店 11月13(金)~15(日)

- 秋の米沢織展
- 綿入れはんでん (光延織物)
- 正絹帯揚げ・帯締め大特集!
- ちょっと訳あり、うれしきもの市

いわき店 11月20(金)~22(日)

- 凛の布展~秋冬編~
- 秋のほっこり絨展
- 洗えるオーダー着物 & 長襦袢

※詳しくはホームページをご確認ください。
https://wasou-yoroduya.jp

きもの着方教室 生徒募集中

■ レッスン月2回 ■
(1回 約2時間)

■ 月謝 3,000円 ■
時間や曜日はご相談の上調整させていただきます。

新 きもの丸洗い

汗抜き効果を加えた新しい丸洗い

振袖・訪問着・小紋・紬・襦袢・帯...

なんでも1点 **3,520円**税込

LINE @yoroduya 公式アカウント

友だち追加募集中!

お得な情報を配信します!

よるづ屋

着物・和のこと Salon

原町本店

南相馬市原町区栄町2-83

TEL 0244-24-2929

営業時間 9:30~18:00

定休日: 日曜・祭日

いわき店

いわき市平字三倉69-8、1階

TEL 0246-85-5298

営業時間 10:00~18:00

定休日: 日曜・祭日

はまどおりかるた

ハーマー&ドリーの

つ

月と星がきれいに見えるよ

田人町

「いわき市田人町」

田人町はいわき市南部由来地区西側にある中山間地域。急峻な山地地形の中に平坦地が点在している。夜の灯りが少ないため、月星が良く見える。初夏にはたくさんのホテルが見られる。地区内には石割桜やクマガイソウ群落、四時川溪谷など、風光明媚な所も数多くある。

ハーマー&ドリーとは?

サッカー J2リーグ所属「いわきFC」のマスコットキャラクター。8500万年前に栄えたフタバスズキリュウ王国からやってきた。上がハーマー、下がドリー。

※ハーマー&ドリーの二次創作イラスト制作・使用について、秋いわきスポーツクラブの許可を得ています。

墓

じまい リフォーム

有限会社 石昌石材

いわき市小名浜字中原4-32

TEL (0246) 53-7002

ここ暮らし

フリーペーパー

毎月第4月曜日 好評発行中!!

元気楽しく! 読者をつくる情報紙

ここ暮らし

フリーペーパー

毎月第4月曜日 好評発行中!!

神棚 線香 仏壇 位牌

創業 天保10年

橋本屋

平新川町1

☎25-3948

定休日/木曜日

スタッフ大募集!!

入社祝い金 1万円支給!!

そのほかの求人は採用ページに掲載中です。

官公庁施設内清掃/平

【勤務時間】7:00~16:00 (休憩2時間)

【月間稼働】20日前後

【休日】土日祝シフト制

【その他】女性活躍中

【時給】960円+交通費

市役所内の清掃です。床の掃き掃除やトイレ清掃、ごみ回収等。

病院内清掃/小名浜

【勤務時間】①7:00~11:30 ②7:00~12:00 ③9:00~12:00

【月間稼働】20日前後

【休日】日祝シフト制【その他】女性活躍中

【時給】960円+交通費

各病室・共用部の除塵、トイレ・流し台清掃、ゴミ回収等。午前中4名、午後2~3名での作業となります。

病院内清掃/鹿島

【勤務時間】8:15~12:00 (休憩15分) 13:00~16:45 (休憩15分)

【月間稼働】20日前後

【休日】シフト制【その他】女性活躍中

【時給】1,100円+交通費

病院内の清掃。床の掃き掃除、トイレ清掃、浴室清掃、ゴミの回収を行います。

スーパー内清掃/小名浜

【勤務時間】7:00~10:00 (休憩なし)

【月間稼働】20日前後

【休日】シフト制

【その他】女性活躍中

【時給】960円+交通費

午前中は開店前清掃。売り場内の除塵清掃及びモップ拭き。トイレ全面清掃、ゴミ回収、駐車場粗ゴミ拾い等。

0120-239341

事前にお電話の上、写真添付の履歴書をご送付ください。

総合ビルメンテナンス業 -ISO9001・ISO14001取得-

常光サービス株式会社

本社/〒971-8161 福島県いわき市小名浜諏訪町11番地の1

TEL. 0246-92-0555

いわき民報社

Gas One 常磐共同ガス(株)

■編集/ここ暮らし編集室 ■発行/いわき民報社・常磐共同ガス ■問い合わせ先/いわき民報社

〒971-8131 いわき市常磐上矢田町叶作13-3(2階)

TEL(0246)38-7171 FAX(0246)38-7159 E-mail news.koko_@iwaki-minpo.co.jp

© いわき民報社 2022

じゃらんnetユーザーが選ぶ泊まって良かったホテルランキング

夕食部門福島県1位(東北6県2位)

全プラン入浴付き(※)

ホテルパームスプリングの 日帰り夕食プラン

源泉かけ流しの檜風呂

タオル無料貸し出し

(※)入浴時入湯税150円別途

・日帰り夕食プランは必ず2名様以上でお申し込みください。

・仙台牛食べ比べプランは当日15:00までにご予約下さい。特選料理プランは2日前までのご予約となります。・お日にちによっては受け入れ出来ない場合がございます。

料理長おすすめ 選べる特選料理もご用意

日本三大和牛A5ランクの「米沢牛」をご堪能いただける特選料理3種もご用意いたしております。

写真は特選料理「幸」▶

お一人あたり 20,000円のコースです

いわき湯本温泉 源泉かけ流しの宿

ホテル パームスプリング Hotel Palmspring

いわき市常磐白鳥町老丁田18

《予約専用ダイヤル》

0246-43-3011

レストラン営業時間 18:00~21:00(ドリンクL.O 20:45)

入浴可能時間 17:00~22:00

仙台牛 食べ比べプラン

旬の食材とともに「仙台牛」の部位によって異なる旨味を陶板焼きで味わっていただけます。

お一人あたり **5,000円**税別