

# 10年、ひと昔

いよいよ来月、10年です。

「緑が丘しんぶん 丘」は来月、生まれ変わります。



「岩手」という字は  
「若手」に似ている。  
「岩手県」ではなく  
「若手県」ですね。

2025年10月号

10周年カウントダウン号

緑が丘しんぶん

ゼット  
Z (ゼット) は、アルファベットの最終文字です。  
「緑が丘しんぶん丘」は、来月生まれ変わるので、今号は、Zを付記して「最終号」のつもりです。

ネットでも、最新号の全頁を無料で見ることができます。

⇒ (株)岩手科学社 ホームページ [www.kagakusya.com/](http://www.kagakusya.com/)

緑が丘を中心に約4千2百世帯に無料配布しています！

特別に 材木町 にも配布しています。

(上田堤・東緑が丘・高松・上田・箱清水・三ツ割・岩脇町には、配布されていません)



発行：「緑が丘しんぶん 丘」編集室 [nao.hatt@gmail.com](mailto:nao.hatt@gmail.com) (株)岩手科学社 (盛岡市本町通1丁目5-30)

緑が丘、黒石野、東黒石野、材木町等への全戸配布型フリー(無料)ペーパー。約4,200部発行。

広告掲載のご依頼、お店の取材依頼などお気軽にメールください♪

第119号

2025年10月20日発行(毎月1回発行)



営業本部長 村木 さん

にお聞きました。

**園児ボウリング向け無料教室を開催**  
国体スポーツの競技種目にもなっているボウリングは、中学3年生より大会参加が可能です。  
ボウリングを体験して頂き、子供たちのスポーツの選択肢を増やせるよう、無料のボウリング教室を開催しています(送迎バスあり)。

**子供会や町内会のイベントに最適**  
天候に左右されず予定が組め、ルールが簡単で老若男女が楽しめるボウリングは、イベントに最適です。  
お食事や軽食がセットのプランも大人気です。

**楽しめる店がいろいろある**  
マッハランドとしてのメインはボウリングですが、他にゲーム場、カラオケ店、物販・飲食の店舗もあります。  
巾広い年齢層の皆さんが楽しめる場所です。

**家族連れも多い**  
小さなお子様でも楽しんで頂けるよう、キッズボール、キッズシューズをご用意しております。  
ボールを持たないお子様でも楽しめるよう、ボウリング滑り台の無料貸し出し、全レーン自動キッズレーンでお子様も存分にお楽しみ頂けます。

**健康ボウリング**  
健康維持を意識した生涯スポーツとしてボウリングは全国的に人気があります。  
プロボウリング協会の主催で行われる健康ボウリング教室は、毎回賑やかで楽しく多くの皆様に喜ばれております。

素敵な店が、こんなところに。  
**丘の上のショップ**  
楽しい場所に行こう！  
第110回

マッハランドさん  
上堂一丁目

## ミニ知識①～ボウリングのボールのお話

ボウリング場に設置しているボールの他に、自分専用の「マイボール」というのがあります。マイボールは使う人の指のサイズに合わせ指穴をドリルするので、世界で一つだけのボールとなります。マイボールはハウスボールに比べ、ボールを離す際にボールへの回転もかかりやすい事も特徴です

余談ですが、「マイボール」の中心部分の芯の形もいろいろあって、ボールの曲がり方もいろいろです。また、マイボールの素材もプラスチック以外にウレタンなど他の材質のものもあります。それでストライクを取りやすい、曲がりやすい、という利点につながります。

## ミニ知識②～専用シューズのお話

ボウリング場で貸している靴は、両足とも滑りやすくなっていますが、実は、右利きの人と左利きの人がいます。右投げの人は左足で滑るようなフォームで投げます。

マイシューズを持っている方は、右足は蹴り足になるので右足の裏は滑らないようになっています。左利きの人は逆になっています。

## キッズボウリング！

キッズボールは軽量で指穴が5個あり、子どもでも安定してボールを持てます。

キッズレーン is 全自動で作動し、ガターに落ちづらく、ピンも狙えます。



- ・ゲーム料金 (1ゲーム)  
一般 680 円、学生 550 円、中学生以下 500 円、友の会会員 550 円
- ・貸靴 370 円
- ・朝のサンキュータイム  
土・日・祝日 7:00～9:00 受付(10:30 終了分まで) どなたでも1ゲーム¥390
- ・夜のサンキュータイム  
毎日夜8時から どなたでも1ゲーム¥390

平日 AM 10:00～AM 0:00

土日・祝日 AM 07:00～AM 0:00

☎ 総合窓口 019-647-7070



わたなべ 内科 脳神経内科 クリニック



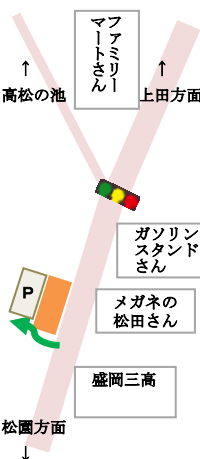
院長：渡邊 活見 (わたなべ かつみ)

日本神経学会 専門医

診療科目：  
脳神経内科、内科  
リハビリテーション科、  
脳神経外科、整形外科  
診療時間：  
・午前 9:00～12:30  
・午後 2:00～ 6:00  
休 診 日：  
・木曜日午後  
・土曜日午後  
・日曜日/祝祭日



高精度1.5テスラ最新MRI機器、リハビリ施設完備



〒020-0114 盛岡市高松3丁目9-8  
TEL. 019-605-1117 FAX. 019-605-1118  
<http://clinic-watanabe.com>



連載6

## はげきよ

真澄が語る



「はげきよ」とは「禿げ」のことではなく、「激（はげ）しく共感（きょうかん）」という意味です。  
ファミリーマート盛岡西松園店の膳亀真澄店長さんに語っていただきます。  
お楽しみに！（編集部）

第6話

### もしも・・・

「もしも一つだけ特殊な能力が使えたら、どんな能力を身につけたい？」  
友人たちと、このような話題になりました。  
友人や家族の答えは、瞬間移動できる能力、寝なくても生きていける能力、どんな国の言葉でも読み書きできる能力、人間関係で悩まずに一生過ごせる能力、お腹がいっぱいにならない能力など十人十色でした。  
私は、「遠くに居る人の会話や声を聞くことができる能力」と答えました。遠くに居る人が何を話しているか、聞こうと思ったら聞ける能力あったら良いなと思ったのです。  
時間、お金、心や体の健康、人間関係、人生の経験、豊かさなど、人それぞれ大事にしているものが見えたような気がしました。欲しい能力を語ることによって、その人が何を大事にしているか分かる気がしました。  
その能力が欲しい理由を詳しく聞くと、もっと面白かったと思いました。私がこの中で激しく共感した答えは、「戦争や病気や、事件、事故でこの世を去ってしまう全ての人を、救うことが出来る能力」というものでした。  
自分のためではなく、「他の人のために」能力を身につけたいとする点に激しく共感しました。  
（膳亀真澄（ぜんかめ ますみ）さん  
ファミリーマート盛岡西松園店・店長）

## ワクワクする日々

ビジネスマンの弾ける日常

第4話

### 賃金と物価の関係



最近、賃金のこと話題になっています。ちょっとばかり偉そうな意見になりますが、お許しください。  
家族からすれば賃金の高いところで働いてほしいのは当然です。ですが、「今すぐに賃金を大幅アップ」との思いは一旦、様子を見たい。と言いますのは、賃金と物価の関係について、以下のように心配するからです。  
賃金が大幅に上がるという事は、その分を、会社としては、生産しているモノ・サービスの価格に転嫁して回収しようと考えます。すると、賃金が大幅に上がると、否応なしに、物価が上がりかねない。この先、さらに物価が上がるとなると、自分たちの生活は大変なことになります。賃金が大幅に上がると会社の負担が一層大きくなって、会社は利益を出せずに潰れることになりかねない。  
賃金の大幅アップよりも大事なことがあるのでは？と感じます。以下の考えは、「世迷い事」と思われるかもしれませんが、賃金大幅アップ以外の別のところにもチカラを入れる。つまり、営業努力、国策拡充、そのいずれについても、賃金大幅アップ以外の方策もとる。たとえば、会社として、消費者に買ってもらえるような工夫をいろいろと企画するとか、国としては、事業所得減税により企業が営業しやすいような対策をとる。給付金についても企業のほうに配って企業がもっと営業活動をしやすいうように応援するとか。要は、企業がこの先も存続できるように方策をとることが今、求められているのではないのでしょうか？今のままで、賃金が大幅にアップしても、自分が働いている場所そのものが無くなってしまいうる危険を感じます。以上は、あくまで、私の個人的感想です。大変失礼しました。  
ワクワクの毎日となるよう、家族と共に突き進んでいきたいです。体調にも留意して。（公社勤務 田村有樹さん）

## の ナメたり、飲んだりしたら、いかんぜよ～

### 誤飲リスクを低減するために！

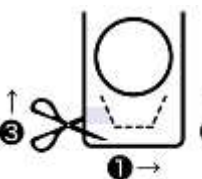
パナソニックエナジーは、乳幼児によるコイン形リチウム電池の誤飲リスクを低減するため、電池本体の負（マイナス）極面に、苦み成分である「安息香酸デナトニウム」を塗布した誤飲対策のコイン形電池を、2025年10月10日に発売しました。



子どもを守る 2つの誤飲対策



苦み成分 塗布



誤飲対策 パッケージ

詳しくは、こちらをご覧ください。

<https://panasonic.jp/battery/contents/lithium-safety.html>



（有）柿沢電器

上田3丁目5-25  
電話 622-0593

これが、1コマ広告枠です。

広告募集

メールでお申し込みください。

→ [nao.hatt@gmail.com](mailto:nao.hatt@gmail.com)

（メルアド 変更となりました）

1コマ 9,000円（税別）

丘

認定補聴器専門店を運営されている田中敦さん、「認定補聴器技能者」と「終活カウンセラー」の資格もお持ちです。（編集部）

連載

## プロが語る 相性と言う考えを補聴器に！

第23話

### TVの音をもう少し・・・



たなか あつし  
田中 敦 さん

奥様と地域猫の保護活動をされています。  
人情味あふれる方で、高松にお住まいです。

**朝夕めつきりと、**  
お早うございます。地域にお住いの皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。お変わりございませんでしょうか。  
朝夕めつきりと肌寒い日が増えてきましたねー。あの暑かった日々があったのが嘘の様でもあります。季節は移り変わっていくのですね、今月もどうぞよろしくお願いたします。  
家族からの指摘や自分が聞こえ辛い？と気付く時が2点ほど出てきます。  
1、テレビの音量を上げないと聞き辛くなつた。2、ハッキリと聞こえず聞き返す事が増えてきた。あなたはでしょうか。  
補聴器ではどうなのか。上手く行くケースもありますが「X」というケースも。固定や携帯電話も同様で、可能なら事前の体験などを通じ確認されるのがよいでしょうと私はお伝えしています。

**手軽な音響機器の利用も、**  
問題なかった配置（位置関係）であったとしてもテレビと自分の席を見直してみてもアイディア。  
そしてテレビの音の設定変更も試してみる価値があります。  
通常はステレオ設定となっていると思いますが、ここをモノラル設定に変更。モノラル設定の方が音は遠くに届くとも言われています。まずはお試しを。又逆に、音を出すスピーカー側を手元に持つてくるアイディアも。  
別売りの音響機器類も各種あり注目されています。

## 未来造りへの架け橋として 岩手の未来造りを手がけ、おかげさまで65年。

教育・研究施設・科学分析機器・実験機器



### ホワイトニングの特長



歯の内部から白くします

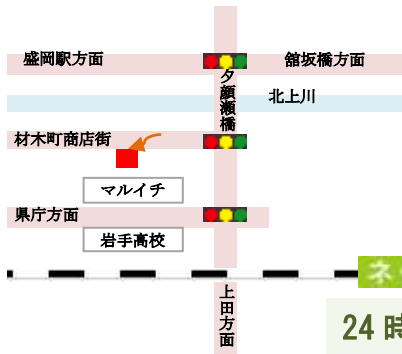


歯を強くしながら白くします



飲食制限はありません

**素敵な笑顔を作りませんか？**  
これまでマスクをしていることが多かったと思いますが、皆さんはマスクを外して大きく口を開ける準備は出来ていますか？  
ざいもくちょう歯科では、この度、ホワイトニングシステムを新たな方法に変更しました。  
新しいホワイトニングは、歯を強くしながら白くする、飲食制限がない等のこれまでと違ったホワイトニングを提供することが出来るようになります。  
大きなお口を開けて素敵な笑顔で笑えるように精一杯サポートさせていただきます。是非、新しいホワイトニングを体験してください。



一生美味しく食事ができるお口の健康を提供しています

ざいもくちょう歯科

019-653-2264

ネット予約

駐車場有

24時間予約可能です

<https://zmt-dc.com/>







わたなべ かつみ

渡邊 活見 先生

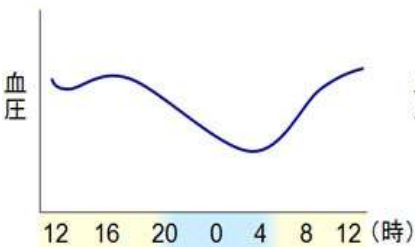
(プロフィール)  
わたなべ内科・脳神経内科クリニック (高松3丁目) 院長。  
長年にわたり、脳神経内科医として診療にたずさわってこられました。医大時代はバイオリンを演奏しておられたそうです。

# 『早朝高血圧』に ご用心！

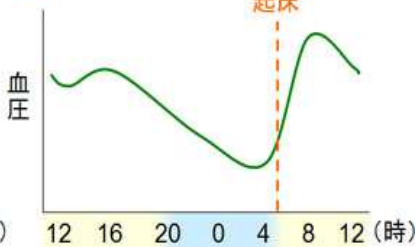
現代社会において、高血圧は多くの人びとが直面する健康上の問題です。その中でも「早朝高血圧」は、見逃されやすいにも関わらず、重大なリスクをはらんでいる状態として注目を集めています。

今回は、早朝高血圧の定義や特徴、原因、診断方法、治療、日常生活での対策について詳しく解説します。

○ 正常な血圧変動



● 早朝高血圧



## 早朝高血圧の定義

「早朝高血圧 (そうちょう こうけつあつ)」とは、起床後1～2時間以内に測定した血圧が高値を示す状態を指します。

一般的に、**家庭で測定した早朝血圧が 135/85 mmHg 以上**の場合、早朝高血圧と診断されます。

早朝高血圧は「隠れ高血圧 (仮面高血圧)」の一種で、日中や病院での血圧測定では正常範囲なのに、家庭での朝の血圧のみ高値となることが多いため、見逃されやすい特徴があります。

血圧は一日の間で上下を繰り返していて、通常血圧は夜に下がり、明け方に目覚める頃から上がり始めるのですが、この変動が過度である場合、脳卒中や心筋梗のリスクが高まるとされています。

## 早朝高血圧の診断方法

診断には、家庭用の血圧計を用いて、1週間以上、毎朝起床後1時間以内 (排尿後、朝食前、服薬前) に安静状態で測定した血圧値の平均を確認します。

診察室血圧だけでは早朝高血圧を見逃しやすいため、家庭血圧の記録が非常に重要となります。また、必要に応じて24時間血圧モニタリング (ABPM) を用いることもあります。

## 早朝高血圧の治療

治療の基本は、高血圧全般と同様に「生活習慣の改善」と「薬物療法」の両立です。

### 「生活習慣の改善」

- ・塩分摂取の制限：1日6グラム未満が推奨されます。
- ・適度な運動：ウォーキングや軽い体操を毎日継続することが大切です。
- ・規則正しい生活リズム：十分な睡眠を取り、夜更かし・寝不足を避けましょう。
- ・ストレス管理：リラクゼーションや趣味の時間を持ち、心身の緊張を和らげましょう。
- ・禁煙・節酒：喫煙や過度の飲酒は血圧上昇の要因となります。
- ・体重管理：肥満がある場合には減量を目指しましょう。

### 「薬物療法 (内服治療)」

- ・降圧薬の種類や投与時間、量は個々の状態により異なります。早朝に特に血圧が高くなるタイプには、長時間作用型の降圧薬や、夜間服用することで早朝の上昇を抑制できる薬剤が選択されます。医師の指示に従い、自己判断での中断や増減は避ける必要があります。

## 早朝高血圧の対策 (家庭血圧測定のすすめ)

定期的な家庭血圧の記録は、早朝高血圧の管理に欠かせません。

家庭での血圧測定を習慣化しましょう。早朝と就寝前に、市販の自動血圧計で血圧を測定し。測定値は日付とともに血圧手帳に記録して受診時に医師へ提示しましょう。

ご自身の血圧の変動パターンを知ることが、治療の質向上につながります。



## まとめ

早朝高血圧は、日中の血圧が正常の場合見逃されやすいですが、脳卒中や心筋梗塞など重篤な病気につながる可能性があり、非常に重大な健康リスクを伴う状態です。

普段から日常生活の中で自分自身の血圧に気を配り、もし早朝に血圧が高い場合は一度、かかりつけ医に相談してみることをお勧めします。

生活習慣の見直しや適切な治療を行うことによって、長期的な健康維持が可能となります。

## 早朝高血圧の特徴

- ・家庭での血圧測定で特に起床直後の値が高い。
- ・日中や夜間は正常範囲の血圧であることが多い。
- ・自覚症状が乏しいことが多いが、頭痛、めまい、動悸、肩こりなどの症状が現れる場合もある。
- ・脳卒中・心筋梗塞などのリスクが高まる。
- ・健康診断や外来受診時には血圧正常と判断されることもあるため、家庭での自己測定が重要。

## 早朝高血圧の原因

人間の体内時計は、寝ている間は「休め」の信号を出す副交感神経が優位に働いていますが、明け方の時間帯は「働け」の信号を出す交感神経が活動するようになり、血圧や脈拍が上昇しやすい状態になります。

この生理的現象に加え、加齢やストレス、睡眠不足、飲酒や喫煙、肥満、塩分過多、糖尿病・腎臓病・睡眠時無呼吸症候群 (SAS) などの病気が重なると、早朝の血圧上昇が過度となることがあります。

## 早朝高血圧のリスク

早朝高血圧を放置すると、血圧の過度な変動によって血管に負担がかかり、特に以下の病気のリスクが高まると指摘されています。

早朝高血圧は単なる数値上の現象にとどまらず、命に関わる病気と直結しています。

- ・「**脳卒中 (脳梗塞・脳出血)**」：脳の血管に負担がかかり詰まったり (脳梗塞)、破れたり (脳出血) しやすくなります。
- ・「**心臓病**」：心臓の血管も早朝の血圧上昇によってダメージを受けやすくなり、心筋梗塞や狭心症などの心血管の病気のリスクが高まります。
- ・「**腎臓病**」：腎臓の血管にも悪影響を与え、早朝高血圧が続くと腎機能が低下する可能性があります。
- ・「**動脈硬化**」：高血圧は動脈硬化を引き起こしますが、早朝の急激な血圧上昇は、特にこのリスクを高めます。

## 「争続」にならないために 今からできること

相続対策は、元気なうちに対策してほしいものの、元気なうちは全く考えないという矛盾があるのも事実です。

遺言書一枚あればこんなに争わなくて済んだのと思う場面も散見されます。

高齢化に伴い、個人の遺産承継や事業の承継について少しばかり紙面でお話しできたらと考えております。



司法書士  
実家信託アドバイザー  
**照井 真理**

盛岡市東黒石野一丁目

TEL : 090-6343-1521 FAX : 019-903-0336

## まり司法書士事務所

### 業務内容

- 遺言など生前対策、事業承継
- 不動産登記全般
- 会社・商業登記全般
- 裁判業務一部
- 後見業務

初回相談無料です。  
お気軽にご連絡ください。  
(土日対応可・出張可・要予約)



ホームページ



佐々木先生のひとくちコラム

東洋医学の話

体のパワースポット

第82話 ながいも 長芋（薬食同源 ⑪）

さ さ き まさひと 佐々木 正人 先生

鍼灸師 鍼灸ささき・院長。高松で鍼灸治療院を開いています。



滋養強壮の効果が

長芋といえば滋養強壮効果で知られます。

東洋医学的にいいますと、衰弱した肺の機能を高め生殖機能を保つ（補肺固腎）、肌を潤す（潤肌）、胃腸を丈夫にし体力を高める（健脾益気）、虚弱体質を補い精神を安定させる（鎮心安神）などの効用があります。

体内に水分が溜まりやすく

現代の研究では、細胞組織を潤して老化を防止し、血糖値を下げ、動脈硬化を予防する効果があることが知られています。

長芋は虚弱体質（気血兩虚）の人の体質を改善します。

ただし普段から食べ過ぎ飲み過ぎ消化不良（食積痰湿）の人は体内に水分が溜まりやすくなりますから控えめにしましょう。

長芋には栄養素のムチンとアミラーゼ・ジアスターゼが含まれています。

ムチンはネバネバした粘質成分で、肺や胃腸の粘膜を潤してタンパク質の消化吸収を高めます。

また、アミラーゼ・ジアスターゼはデンプンを分解して消化吸収を高めます。

長芋といえばとろろ芋です。栄養価は高いですが、胃腸の弱い人やお腹の張る人は控え目に。

カリスマ美容師のエッセー

第104話 育毛剤って効果あるの？

髪と頭皮と私

知ったら優しくしちゃう髪のこと

2010年HIKARICUPグランプリ・ジャーナル賞、2012年ミルボン・デザイナーズアビリティー最高賞、2018年ジャパンヘアドレッシング・アワード北海道・東北エリア・ノミネートなど。



中舘 弥寿夫 さん

多くの方が、「正直どうなの？」と思っていると思います。

「何かひよこのやつよく見るけど」とか「香取くんと草薨くんが広告してる」とかとか。

育毛剤の目的は、髪の毛を増やすではなく、「抜け毛を減らして、今ある髪の毛を元気にする」のが育毛剤です。

今ある髪の毛とは、細いうぶげも含めてですので、生えてきたように感じる方もいると思います。

基本的には、男性よりも女性、高齢よりも若い場合の方が効果は出やすいです。

短期間で効果を感じたいとか、薄毛がかなり進行している場合は、効果を感じにくいことがあります。

毛根にある毛母細胞を活性化することで髪の毛が生き返るので、気になったら早めに試してみることをお勧めします。

髪が、心地よく風になびく……自分らしいことに気づく瞬間です。

詳しくはホームページをどうぞ

営業時間 火～土 10:00～20:00 日・祝 10:00～18:00

定休日は月曜。不定休あります。

メール y.nakadate@outlook.jp LINE@ @i s a 7399

風とa oの美容室



緑が丘ヒルズ入口。tel 019-681-4302

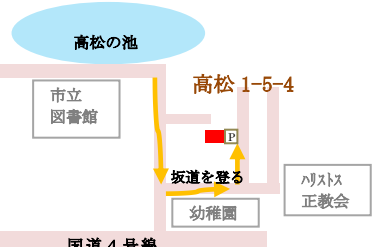


はり灸 ささき

鍼灸治療 佐々木正人



☎ 019-663-6337



往診できます。不定休です。交通手段のない方は、ご相談ください。

歯の健康

第32回 虫歯の進行



中谷寛之 先生

虫歯は、進行すればするほど治療が複雑になり、最悪の場合、歯を失うことにもつながります。虫歯は、風邪のように自然に治ることはありません。

【C0】ごく初期の虫歯

歯の表面のエナメル質が、酸によって溶け始めた状態です。見た目には白く濁って見えることがあります。痛みや穴はまだありません。この段階であれば、適切なブラッシングやフッ素塗布によって、再石灰化が期待できます。

【C1】エナメル質の虫歯

エナメル質に小さな穴が空き始め、茶色や黒っぽく変色して見えることがあります。まだ神経に近くないため、痛みはあまり感じませんが、放置すると確実に進行します。治療はコンポジットレジン（歯科用の樹脂）による詰め物で済むことがほとんどです。

【C2】象牙質に達した虫歯

虫歯がエナメル質の内側にある象牙質まで進行した状態です。冷たいものや甘いものがしみたり、痛みを感じるようになります。ここまで進むと、削る範囲が広くなり、詰め物や被せ物（インレー、クラウン）が必要になるケースもあります。

【C3】神経にまで達した虫歯

虫歯が歯の神経に達すると、強い痛みやズキズキとした感覚が現れます。神経が炎症を起こしているため、根管治療（歯の根の中を清掃・消毒する処置）が必要になります。

【C4】歯の崩壊・末期虫歯

歯冠がほとんど溶けて崩壊し、根っこだけが残っている状態です。神経もすでに死んでおり、歯の根に膿がたまり、腫れや強い痛みを引き起こすことも。多くの場合、抜歯が必要となります。

虫歯を進行させないためには、定期検診を受けることが大切です。初期に見えれば、最小限の治療で済みます。気になる症状がある方はご相談ください。（ささいもくちよう歯科 中谷寛之）

ばなし フルーツ 話



第1話

ジャクソンフルーツ

ジャクソンフルーツは、グレープフルーツのホワイトに似ていますが、それより小ぶりで甘い。2014年に日本への輸入が解禁されて、近年、人気も高まっているようです。9月にベルフ松園さんで見ました！

スーパーでも時々見かけます。ネットで調べましたので、お知らせします。

ジャクソンフルーツの栽培

ジャクソンさんという方が栽培を始めたのかと思いきや、違うようです。「ジャクソン・グレープフルーツ・トライアンフ」というホワイトグレープフルーツの品種が、元々あった。

ところが、そのジャクソン・グレープフルーツ・トライアンフの枝変わり・突然変異種として発見された。発見場所は南アフリカで、ムプマランガ州ネルスプラウト近くのカリノ地区の農場。発見者はフェルディ・エッセレン氏。

ジャクソンフルーツの正式名称

ジャクソン ロー シードッド グレープフルーツ (Jackson Low Seeded grapefruit) と言います。“Low Seeded”は「種が少ない」という意味です。

ジャクソンフルーツは種子がほとんどありません。一般的なグレープフルーツより樹が小ぶりで育てやすく、味も苦味・酸味が少なく、甘くジューシーな果物として評価されており、栽培が広がっています。

まだまだ知名度が低い果物ですが、とても食べやすく美味しいので、期待が持てる果物として注目を集めています。甘いです。一度ご賞味を！

1コマ 9,000円（税別）

広告募集

メールでお申し込みください。→ nao.hatt@gmail.com



これが、1コマ広告です。

緑が丘地区に無いもの・もっと欲しいもの

発表！

本紙8月号で募集しました。多数のご意見をいただき、ありがとうございました。一例をお伝えします。

本屋さん、デパート、ショッピング・モール、沢山の遊び場。（I.Sさんより）  
パン屋さん、本屋さん。（N.Mさんより）  
スーパー銭湯、その周囲に飲食店。（S.Mさんより）  
パン屋さん、ATMが並んだ施設、雑貨屋さん。（T.Mさんより）  
カラオケ店。（K.Tさんより）  
緑が丘パーガー。（N.Hさんより） などなど。



教えて！まり先生

「争続」にならないために  
今からできること

第9回 相続方法の3パターン

生前対策は元気なうちにしてほしいものですが、元気なうちは全く考えないという矛盾があります。  
書類一枚あればこんなに争わなくて済んだのと思う場面も散見されます。  
こちらの記事にて個人の遺産相続や事業の相続についてお話ししてみます。



司法書士  
照井真理 先生

相続放棄、単純承認、限定承認

相続方法の3パターンについてお話しします。相続には、相続放棄、単純承認、限定承認があります。

相続放棄は、相続人という地位を放棄することです。「はじめから相続人ではなかった」という非常に強力な重要な手段です。相続人でなくなるためマイナスの財産だけではなく、プラスの財産も一切相続しません。単純承認というのはいくつかの相続方法があり、亡くなられた方のプラスの財産もマイナスの財産も全てを相続するというものです。相続があった場合、何もしないでいると自動的に単純承認となります。

相続放棄について

たとえば、相続して実家を売りたいと思った場合、相続放棄をするとその権利が全く無くなってしまいます。  
相続放棄の期間は法で定められており、相続の開始を知った時（自分が相続人であることを知った日）から3か月以内に家庭裁判所で相続放棄を申し述べなければなりません、ととなっております。

限定承認について

この三か月の期間は、あつという間です。四十九日が終わる頃で残り一か月強です。相続放棄をするかどうかの判断として遺産の中に負債（借金）がどれくらいあるか調べますが、調査が終わる頃には相続放棄をした方がいいと分かった時点で時間的に余裕がないことが多いです。  
相続放棄は、家庭裁判所で申し出る必要があるのですが、一度申し出ると撤回できませんので、かなり慎重に、そして急がなければいけないという手続きになります。  
相続放棄をした方がいいのか分からない場合は相続放棄をしたい場合は、司法書士に相談するのがよいと思われます。

限定承認は、マイナスの財産はプラスの財産の範囲内で払う方法です。例えば、プラスの財産が三十万円、借金が百万円の場合、三十万円の返済で済むという方法です。限定承認も三か月以内に家庭裁判所で申述する必要があります。  
限定承認の場合、相続人全員で家庭裁判所に申述しなければなりません。相続放棄の場合は、「私は放棄する」、「私は放棄しない」と各々の選択ができるのですが、限定承認に関しては、必ず全員で限定承認をしなければなりません。

相続放棄が限定承認か迷うとき

また、家庭裁判所に申述する際「財産目録」を作成し提出する必要があります。  
三か月以内に・相続人全員で、作成後の財産目録を持参し家庭裁判所内で手続きをする必要があるため、かなりハードルが高いです。  
そのため、実際に限定承認を選択している方はごく少数です。

相続放棄・限定承認に共通する注意事項としては、相続財産の一部を使い込んでしまった（預貯金を使い込んでしまった）場合です。  
このような場合、相続放棄・限定承認は認められないことがあります。  
そのため、相続放棄や限定承認をして債務を引き継がないようにしたいのであれば、相続財産を勝手に使い込んだりしないことが必要となります。使った後に債務は支払わない方法を選ぶのは裁判所や債権者から「虫が良すぎる」と思われます。

相続放棄を検討している場合の注意点としては、故人の遺産に一切触らないことです。遺産の一部を使ってしまうのは前述のとおりですが、借金の一部でも弁済してしまうと相続放棄が認められないことがあります。

甥っ子が相続人になる場合も

また、相続放棄は相続人各々が選択できることから、子（第一順位）が相続放棄をした場合、第二順位・第三順位の相続人が相続することになります。

たとえば、相続人である妻も子供も相続放棄をした場合、第一順位の相続人がいないということ確定します。第二順位の亡くなった方の親が相続人となります。親が先に他界している場合、第二順位の相続人もいないこととなります。第三順位の亡くなった方の兄弟姉妹が相続人となります。兄弟姉妹のうち一人が被相続人より先に亡くなっている場合、甥っ子、姪っ子が相続人になるという、とても複雑な相続関係になることがあります。

相続放棄というのはいくつかの相続方法のようにも見えますが、相続人がいる限りは第三順位の子まで追い続けますので、前記のような注意が必要となります。  
相続が開始した場合、相続放棄した方がいいのか、しない方がいいのか分からない時は、お近くの司法書士に相談してみてください。次号でも相続や生前対策についてお話ししたいと思います。

日日是恋日

連載

「日日は好日（にちにちこれこうじつ）」とは、「毎日が素晴らしい」という意味です。あるときは庭の花を愛で、あるときはホントに誰かに恋をして。「日日は好日」になぞらえて、高前田博子さんが綴ってくれます。（編集室）

高前田 博子さんの「思い出エッセー」

第54話

いき



高前田 博子さん

『岩手日報随筆賞』  
最優秀賞を受賞。  
磐石町在住。

我が町に鮎屋が一軒しかない。三十数年前には六軒あった。一軒二軒と明かりが消えて行つた。私はその頃のことを思い出していた。  
商売の先輩の「ゆう鮎」は、ここところ休みがちだ。店はうまく行っているはずだ。  
「父さんが腰痛でね。私の方が面倒を見ることになるなんて・・・」お茶を勧めながらトシさんは夫・雄太との馴れ初めを話した。  
二人は温泉宿の板前と仲居だった。夫は色白で切れ長の目をして女性に良くもてた。  
（色の白いのは七難隠す）私は心の中で呟いた。  
彼は仲居、帳場の女性、出入りの酌婦と噂の相手に事欠かない。トシさんと言え美人と言ってくれるのは太鼓持ち位だ。口数は少ないが客への気配りで心付けが多かった。難しいことではない。客へのお茶を出すタイミング、話をじっくり聞くことに好感が持たれた。配膳の時、調理場で彼女は雄太さんと挨拶を交わす程度だった。ある日、突然、雄太さんがトシさんの耳元で囁いた。「トシさん、お金貸してくれない？」

女が賭け事と察しが付いていたが、彼女は訳一つ聞かず金を用立てた。  
最初、彼にとつてトシさんは便利だけの女性だった。もさつとして口数が少なく、間違つても男が寄つて来るタイプではない。が、おっとりしたところに今まで付き合つた女性にはない安らぎを感じるようになった。  
彼女は、いけないと思いつつも彼に惹かれて行つた。そんな自分の気持ちを持て余していた。  
しだいに周りの従業員が二人の仲を察した。  
「あんな遊び人、辞めた方がいいよ」  
「金だけが目当てよ」  
心配して雄太と関係のあった女性達は忠告した。心配と言うより、やつかみの気持があつたようだ。  
非難の鳴り物入りで雄太さんとトシさんは結婚した。披露宴はない。宿の主人がお義理で寿の熨斗袋を渡した。気丈にも彼女は袋を押し返した。  
ほどなく二人は宿を辞し隣町に引っ越した。トシさんの貯えで小さな鮎屋を開いた。  
店の名で二人は採めに採めた。夫は妻の名から「とし鮎」と思った。妻は夫を立てて、彼の名から「ゆう鮎」と決めた。互いに相手を考えてやつた。  
トシさんは多少の浮気や賭け事は覚悟の上だった。  
あんなにももてもての男性を夫にしたのだと手放しで惚気（のろけ）た。しかし彼は人が変わったように働いた。従業員は雇わず二人で切り盛りした。  
毎日、現金収入があり、店を閉めてから彼女がお札を数える。彼は側でにんまりしていた。

休日に働きずくめの夫に  
「あんな、たまの休みよ。遊んでおいで」  
昔の癖が出たらと心配があつたが、小遣いを持たせ送り出した。  
彼はほどなく戻つて来た。酒を飲んだ風もない。  
「ほら、これ」  
と、トシさんに口紅を買つて来た。  
働きっぱなしで紅一つ付けない妻への心遣いだった。  
一通りトシさんの問はず語りが終わり、お茶を啜りながら私は彼女に尋ねた。  
「お店を閉めるの」、「暫く休業ね。主人が一回りも若くて『棄てられるのは時間の問題』って結婚した時、皆に言われた」  
隣で元、色男の夫が苦笑いを浮かべている。  
「苦労したのね」  
私の言葉に、彼女は何度も首を横に振つた。  
「ううん。父さんに懸命に働いて貰つた。」  
「そうだね。喧嘩したのを見たことがない」  
いつの間に口紅を差したのか、トシさんの唇は淡いピンクに染まり、ちよつぱり色づいた。  
時は流れ、雄太さんは亡くなりトシさんは施設暮らしだ。もうじき百歳になる。  
面会に行くとき空ろな目を向ける。私を解らない。それでも私は会いに行く。  
昔、お互いに商売が繁盛していた頃の話をする。  
「ほんとに、おもせがった」  
と話し、不思議なことに目が輝く。

ほんわか・・・

連載

家族日記

緑が丘で保険代理店を営んでいる佐藤晴紀さんの会社のみなさんの日々の出来事を紹介します。

第119話 避難訓練しました

定例会議の最中に、突然のアラーム！  
避難訓練です。みんな分かっていたはずなのに、アラームが鳴ったら、すっかり忘れていて、びっくり（笑）  
ヘルメットをかぶり、避難所としている隣の空地へGO！  
もちろん、火の元も消したことを確認。  
無事避難訓練もいたしました。  
ちなみにこんな感じ。



一無事避難完了ー  
みんな反省会

今年も  
始まりました！

ファミマの  
中華まん

ジュシー本格肉まん

のび〜るチーズの  
濃厚ピザまん

4号線  
FamilyMart  
盛岡高松四丁目店  
高松の池  
24時間営業  
ガソリン  
スタンド  
わたなべ  
脳神経内科さん  
盛岡三高  
三馬橋方面





新しい家電、古い家電、かしこく素敵に  
使いたいですよね。上田の「柿沢電器」  
さんのご協力により掲載します。

連載

## かしこい家電術

第97回

LED(^.^);

ナメたら いかんぜよ～

おのだ りえ  
小野田 利枝 さん

スタッフの皆さんと

上田で電器店を経営され、家電の  
体験教室も開催されています。

Panasonic

### 誤飲防止の電池



コイン形リチウム電池

【コイン形の電池の誤飲防止について】  
まずパッケージがあえて不親切です！  
コイン形リチウム電池は大抵中身が見える透明ラミネートの  
ような個包装ですが、取り出す際にお菓子の袋みたいの手で破  
ることはできないし、薬のようにポチッと押しても出てきませ  
ん。  
「子どもを守る誤飲対策パッケージ」と言い、開封には必ず  
ハサミが必要で、特にパナソニック製品は3方向にハサミを入  
れないと出てこない徹底ぶりです。  
また直径16mm以上のコイン形リチウム電池の本体には、注意  
喚起のセーフティマークが刻印されています。子どもの手が届  
かない場所に保管をお願いする意味で、大人と子どもの二人を  
描いたわかりやすいピクトグラム（視覚的な図形）になっ

ます。そして、今回さらに進んだ対策として、電池本体に  
「苦み成分」を塗布した製品が開発されたのです。  
安息香酸デナトニウムは、すでにおもちや・教材などの  
分野で、誤飲防止の「苦み成分」として使われているもの  
です。様々な検証の結果、電池の負（マイナス）局面に塗  
布して事故防止につながる製品となりました。このような  
製品を通して、誤飲事故の危険性をたくさんの方が知り、  
予防意識を高めることへのきっかけになれば良いですね。  
さて、味蕾（みらい）の数は加齢とともに減るそうです。  
ですが、がっかりしなくて大丈夫。  
おかげで、サンマの塩焼きに、大根おろしとすだちを添  
えて、熱燗で一杯！ 苦みも酸味も平気だもん！

いつまで!?  
このまま!?

Insio IX HC

それで 何かいいこと ありましたか。

認定補聴器専門店  
**補聴器1番館**

何方さまも予約からお願いしています。

電話 **661-3381**

見比べられて判断できる、その為の情報と場の提供。



阿部オーナー さん

連載

女性オーナーの

## コンビニ日誌

第65話

### 変わる街並み

九月某日 雨のち曇り。秋近し。  
街は、あちこちで様変わりです。何事も、数十年経つと変化する。  
緑が丘地区でも、閉店した店舗もあれば、新規開店する店もあり  
ます。住んでいる方にとって、もつともつと楽しい地域になつてほ  
しいです。  
ところで、うちの店として食品を仕入れる場合、たいてい、店舗  
買取として仕入れをします。なので、かなりシビアです。  
食品は消費期限があるので、漫然と発注することはできません。  
去年のデータを調べたり、スタッフさんの意見を聞いたりして「目  
利き」が求められるところです。  
リピーターさんというのは、店にとって有難いお客様となりま  
す。店に立ち寄ってくれる人の予測が付くと、例えば、そのお客様  
がよく買ってくれる品を仕入れておけます。  
「この商品、美味しそう」と思う時、たくさん仕入れて、実際に  
売れた時は嬉しいです。最近の話ですが、可愛い金魚の立体のグミ  
を沢山、仕入れました。ただ、ちよつとリアルなところがあつてス  
ルーするお客様もありました。  
また、長く勤めてくれているスタッフさんが、お客様の要望を聞  
いてくれたり、商品がよく売れるように店のレイアウトを考えてく  
れたりして、助かることも多いです。  
さてさて味覚の秋。美味しい商品が店にも並びます。  
石焼いも、今年も始まりました。  
本日も張り切っています！

今年も  
始まりました！



専用オーブンで、じっくり焼きます



創刊十周年  
お祝いプレゼント  
あります。

子供会・町内会イベントに!

# ボウリング

団体予約受付中

## マッハランド

盛岡市上堂1丁目2-38 019-645-1400

マッハランドさんより、創刊十周年を記念してプレゼントがあります。  
ボウリングゲーム券（4枚綴り）を、抽選で十名様にプレゼント。  
編集室から郵送しますので応募ください。

ボウリングゲーム券（4枚綴り） 抽選で **10名**の方に

ハガキの場合  
〒020-0015 盛岡市本町通1丁目5-30  
応募先 (株)岩手科学社 緑が丘しんぶん編集室  
メールの場合 [nao.hatt@gmail.com](mailto:nao.hatt@gmail.com) まで

応募の締切

2025年11月5日

氏名・住所を記載してご応募ください。  
個人情報についてはプレゼント品送付のみに利用します。

2025年8月19日より改定		※各停留所の到着時刻は 変わりません。		いいわて生活協同組合 ベルフまつぞの 岩手県盛岡市緑が丘3丁目18-20 TEL 019-662-5152 朝9時～夜10時	
No	停留所	火曜日	土曜日		
1	北厨小バス停	13:40	9:10		
2	きたくり保育園前	13:43	9:13		
3	三馬橋バス停	13:44	9:14		
4	箱清水1丁目2 美容室メイプル前	13:45	9:15		
5	箱清水1丁目 (ファーストフロー前)	13:46	9:16		
6	箱清水1丁目34 コーポサイト2C前	13:46	9:16		
7	箱清水1丁目16清水荘前	13:48	9:18		
8	老人憩いの家向い	13:51	—		
9	ライズ高松K棟前	13:51	—		
10	ファミリーマート高松店前	13:52	—		
11	善王堂緑が丘店向い 旧ミスタードーナツ前	13:55	9:21		
12	新緑が丘3丁目バス停	13:55	9:21		
13	緑が丘4丁目バス停	13:56	9:22		
14	東銀黒石野支店前	13:56	9:22		
15	岩協団地前バス停	13:57	9:23		
16	東黒石野バス停	13:58	9:24		
ベルフまつぞの着		14:10	9:35		
お買い物時間		45分	50分		
帰り出発時間		14:55	10:25		





毎日、YouTubeで猫ちゃん動画を見ているのですが、先日、おススメでボタンを紹介する動画を見つけました。

「世界一 幸福な国」という印象的なサムネイルに惹かれ、つい見てしまったのです。

ボタンは「GNH（国民総幸福量）」という独自の指標を掲げ、「幸福の国」として世界に知られていました。

GNHとは、経済成長だけでなく、国民の幸福度を重視するボタン独自の概念です。そんなGNHの様々な柱は、実は読書と深く結びついています。

一つ目は、「教育と学習の機会」です。

読書によって新しい知識や多様な価値観に触れることで、視野が広がり、人生の選択肢が増えます。

二つ目は、「健康と福祉」。

物語に没頭したり、ハウツー本で心を整えたりすることで、ストレスを軽減し、心の健康を保つ助けになります。

三つ目は、「文化とコミュニティの活性化」。

読書会に参加したり、オンライン上で感想を語り合ったりすることで、共通の興味を持つ人々とながらぎっかけが生まれます。

四つ目は、「文化的多様性と創造性の尊重」です。さまざまな文学や歴史に触れることで、自分とは異なるものを受け入れる寛容さが育まれます。

五つ目は、「環境保護と持続可能性」。

環境問題に関する本を読むことで、日々の生活における意識が変わり、行動に結びつくこともあります。

しかし、GNHを掲げていたボタンが直面したのは、インターネットの普及による他国との比較でした。

情報鎖国という閉ざされた環境が、人々の相対的な幸福感を高めていただけの「知らぬが仏」だったのです。

幸福度は急落してしまいました。

ですが、読書は他者と比べるためのツールではありません。

むしろ、自分自身の内面を豊かにし、人生をより深く、有意義なものにするための手段です。

読書の秋、YouTubeの猫ちゃん動画も癒されていいですが、たまには本を手にとって、自分自身の心を豊かにする時間を作ってみようかなと思っています。

みなさんも一緒に読書いかがですか？

（個別指導Axis 後藤隆司先生）

街で見つけた新鮮な話題

ヒルズ・ニュース

HILLS NEWS

第47回



緑が丘ひまわりこども園の「ひまわり組」の皆さん

マッハランド



「ボウリングすべり台」を使って投げる！

今回は、緑が丘ひまわりこども園の「ひまわり組」の皆さんが、元気いっぱい、マッハランドにやって来ました♪  
最初は、「ボウリングすべり台」を使って投げていたお友達も、最後は、片手でボールを投げられるほど上達しました。マッハランドでは、園児を対象とした無料ボウリング教室を開催しています。

キッズボールは軽量。指穴が5個あり、子どもでも安定してボールを持てます。キッズレーンでは全自動で作動し、ガターに落ちづらくピンも狙えます。小サイズのシューズは15センチから。

幼稚園・保育園を対象にした無料ボウリング教室 随時受付しています

お問合せはマッハランド ボウリング場 フロントさんへ 019-645-1400

## 丘の上の花 (4)

写真投稿をお待ちします！

岩山の頂上付近で見かけたオニユリ。  
「見よ！これがホンマモン！」  
と申しているような気高さでした。  
(H・Nさん)



掲載されました方にはクオカード千円分を郵送いたします。  
氏名、住所を記載してください。個人情報、記念品発送のみに利用します。

手紙・メールでのご応募を随時お待ちしております。手紙の場合は写真を郵送してください。  
撮影場所・日時・一言をお願いします。紙面の都合で掲載できないとき、ご了解下さい。  
〒020-0015 盛岡市本町通1丁目5-30  
(株)岩手科学社 緑が丘しんぶん 編集室  
メール nao.hatt@gmail.com 写メで

### 編集後記

「石の上にも三年」という言葉があります。それにならうと、この新聞は次号で、「丘の上にも十年」となります。広告によって成り立っている新聞です。読者の皆様と、広告を出して応援してくれている方々のおかげです。  
ところで、リ・リーブ (re:live) には、「再体験する」、「蘇 (よみがえ) る」という意味があるようです。リ・サイクルという言葉は聞き慣れています。リ・リーブ (re:live) は、まだ使い古されていません。  
「新しく生まれ変わる」という意味ならば、「緑が丘しんぶん丘」にピッタリの言葉とも言えます。次号から、当新聞は生まれ変わります。  
これからも、地域の方々に喜んでもらえる記事づくりに邁進します。広告で、あなたの店を紹介してみてください。貴方の店の集客のチカラになります。  
広告をお待ちしています。

## 物知り名探偵

第8話

ぎょくろ 玉露 って何？

### 玉露と抹茶は違う

玉露 (ぎょくろ) は、お茶の葉の新芽を、日の光から遮断して栽培されたお茶です。独特の甘みと旨味が引き出された高級茶です。これに対して抹茶 (まっちゃ) は、末状に加工された緑茶の一種です。日光を遮断して栽培されたものではありません。玉露は、渋みが少なく旨味と甘みが強い、と言われます。玉露の香りには、海苔のような独特の香りがするようです。「覆い香」と呼ばれたりします。手間暇をかけて栽培されるため、高級茶として扱われています。

### 玉露の栽培方法

玉露の茶畑は、新芽の時期に、よしず、ワラ、寒冷紗 (かんれいしゃ) などで覆われます。覆下 (おおいした) 栽培と呼ばれていますが、棚の上に覆いをかける「棚かけ被覆」と、茶樹に直接覆いをかける「直かけ被覆」があります。玉露は、新芽の時期に茶畑を覆うことで光合成を抑える点に特徴があります。それによって、渋み成分であるカテキンが減り、旨味成分であるテアニンが増え、まろやかで旨味の強いお茶に仕上がります。



覆下 (おおいした) 栽培の例  
(「お茶ナビ」 <http://ochanavi.com/> より)

### 低温で淹れる

低温でじっくりと淹れるのがオススメです。お湯の温度は 40℃～50℃程度、抽出時間は 2～3 分が目安です。玉露の微妙な味と香り。これは知る人ぞ知るものですが、知っている人は知っています。以上、ネット記事などを参考にして概説しましたが、美味しい生活を送るために気になる方は、調べてみることをおすすめします (編集室)。



石焼きイモ  
今年も始まりました！

「待ち遠しかった」とおっしゃるお客様も！

FamilyMart

盛岡松園南口店

24時間営業

桜台・岩泉方面

盛岡市東松園1丁目1-1

電話 665-2050

旧  
東宮野球場

三ツ割

緑が丘方面

山岸方面

北山方面



盛岡第四高校卒業。第4回全国観光ポスターコンクール金賞（国土交通省）など大きな賞を受賞。銀座松屋、阪急デパートなど全国各地で個展を開催しています。この11月には、カワトク本店で個展が開催されます。（編集室）

こんなにユニークな方が。

# 丘の上の人

第106回

おおば とみ お  
大場 富生 さん

（北山2 大場版画工房 主宰）

「あるものの全部、処分して、あなたの作品を飾ります。」



昆虫が好きで、子どものころから、チョウチョなどの昆虫採集をしていました。そういう性格を、周りの大人が大事にしてくれたんでしょうね。「感動」とは、感じて「自分が動き出す」ということだね。



JAZZ RAIN

五十歳を過ぎてから一本立ち  
それまで印刷業をしていましたが、版画家一本で独立したのは五十歳を過ぎてからです。「これで飯を食べて行く」という真剣さ、それは何事につけ大事だと思います。  
作品が生まれる背景がある  
自分の世界を正直に表現したいと思います。これまでも、心に落ちたものを制作してきました。写真家さんに影響された作品もあります。今回のカワトク本店での個展に、「JAZZ RAIN」という作品を出します。  
赤い傘を作品の左下にポンと置いてあります。対面している男の人が傘をさして、現実には無いワシヨットの風景が生まれました。

中学生のとき、先生の前で歌うテストがあって、先生が「大場君、いい声をしているね」と褒めてくれました。先生に、けなされるかと思っていただけに嬉しかった。また、別の時、担任の先生が「これ、誰の作品？」と聞くと、女の子達が、「ああ、それ、大場君です」って答えると、「これは、いい！」と先生が言った。その作品は版画だったんです。「これ、欲しいなあ」と先生が言ったのを覚えています。

浮世絵に触発された作品もあります  
浮世絵「東海道五十三次」（広重）に影響された作品があります。  
今年、「菜園子（さいえんす）」の個展で発表した「夕陽が急ぐ」という作品が、それです。ギターを抱いて彼は、なんで急がなきゃいけないかな？やっぱ、時間に間に合わせるためだろうなとか、出番まであと少しだ、遅れてしまうとか、いろんなことを考えて・・・。  
そう思っているうちに、「夕陽が急ぐ」というタイトルが生まれました。



夕陽が急ぐ IV

納得するまでには、長い時間が掛かる  
岩手芸術祭賞の大賞をいただいたときも、そうでした。  
最初に出した作品は奨励賞、その後に出した作品は優秀賞。翌年には大賞をもらえるところで思ってしまう。ところが、実際は大変。  
「ドリームコースト」で大賞をいただくまで七年もかかりました。  
まだまだ未熟なのに、心の中では「やった」と思ってしまう。

## 個展を続けているワケ

個展会場に足を運んでくれる人に励まされています。先日、中央のほうの会場での話ですが、年金暮らしのファンの方がおられて、ちよっと大きな作品の前でたずねていたのでお声掛けしました。  
「おばあちゃん、これ、飾るところあるんですか？」

するとこう返事をするんです。  
「今あるものを全部、処分して、あなたの作品を飾ります。」って。

作家としては嬉しい話です。個展を続けるのは、そういう人の期待に応えたいからです。

## ドキッとするような作品を作ってみた

昔の作品の中には自分では貴重な作品もあります。そういうものを復活させたい気持ちがあります。リメイクのような形で、「水底（みなそこ）のブルース」という作品を、今回のカワトク個展で発表します。が、それは、これに近い作品です。ぜひ、見に来てください。

青く揺らぐ陰影

## 大場富生 版画展

2025年11月5日(木)～11日(火)

5階 ギャラリーカワトク

大場富生 情熱ライブ

8日(土)、9日(日) 午後3時から20分(入場無料)



ドリームコースト

随時開催

## 無料体験授業

- 1対1個別指導 40分×1回
- 1対2個別指導 80分×1回
- オンライン家庭教師 40分×1回
- AI学習AxisPLIS 80分×1回
- ロボットプログラミング講座 80分×1回
- ステップアップ講座 40分×1回

随時開催

## 無料学習相談

- ✓ 目的を達成するために必要な期間はどのくらいか
- ✓ 目的を達成するために必要な学習量と費用の目安は
- ✓ 学習量を確保するために無駄な時間を削られるか
- ✓ 目的は誰の意思なのか
- ✓ アドバイスを柔軟に取り入れる姿勢はあるか

秋からの通塾とその目的を考える

「とりあえず、で塾に通い始める方がいいと思います。目的は何なのか、また現在の取り組み状況と、ここからどのくらいの学習量が必要なのかなどを正しく把握することが勉強の第一歩です。」



集団授業の

能開センター緑が丘校

はコチラから↓

<https://nokai.jp/iwate>

高校生  
中学生  
小学生

能開の個別指導Axis緑が丘校

TEL. 019-664-9285

受付. 火～土 15:00～20:00 担当. 水野

