

お惣菜屋 翠彩

電話 090-2022-5975

緑が丘3丁目19-12 伊藤ビルB

営業時間 平日 10:00 - 18:00

土・日 10:00 - 19:00

定休日：不定休 インスタに休日記載あります

<https://www.instagram.com/suisai.morioka/>

アネックスカワトクから移転しました。  
緑が丘のお客さんが多かったので、お客様が迷わないようにと、  
店舗名そのまま移転しました。

江刺の出身ですが、盛岡に来て二十年以上になります。緑が丘に住んでいます。アネックスカワトクで八年ほど店を開いていました。お客様のほとんどは、この地域の方なので、この新聞に掲載され、移転先を知つてもらいたいです。

ほぼ「緑が丘人」です

お惣菜屋 翠彩

第112回 第121号

お惣菜屋 翠彩さん 盛岡市緑が丘3丁目

お惣菜屋さんをやりたかった

勤務していた会社の一部門としてお惣菜の店をやつていましたが、独立して会社を立ち上げ、お惣菜部門を継続しました。自分の店なので、調理材料や味付けを自分の好きなようにできます。

この仕事が好きだから

この商売を続けるのは大変なところも多いですが、続けられるのは、この仕事が好きだからじゃないですかね。好きじゃないと続けられない。仕事、好きじゃないと、多分やつてないですよね。

メニューを考えながらの毎日です

お惣菜の味付けは？

お惣菜の店として地域の方に頼られるようになります。一言で言いますと「飽きない味」にこだわっています。塩味は抑えています。料理というのは、みんなの家庭の味が一番美味しい。それを目標にしています。

素敵な店が、こんなところに。

緑が丘  
しんぶん  
丘

2025年12月号

発行

（株）岩手科学社（本町通1丁目5-30）「緑が丘しんぶん 丘」編集室  
特別に材木町にも配布しています！  
(高松・上田・箱清水・三ツ割・岩牆町には現在、配布されていません)

二〇二五年十一月二十日発行（毎月一回発行）  
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♪

ネットでも、最新号の全員を無料で見ることができます。



(株)岩手科学社  
[www.kagakusya.com/](http://www.kagakusya.com/)

## 丘の上のショップ

家庭の味は美味しい。その味をめざしていきます。



店主 高橋 光明 さん

お聞きしました。

ニラとアサリの味噌汁、ゴボウサラダ



厚揚げと豚肉のすき煮、赤魚の煮つけ

お客様の声にこたえて

年配のお客さんが多く、濃すぎる味を敬遠されることが分かりました。量についても、「こんなに量は食べられない。もし減らしてくれれば、もう一品、買えるのに」という声を大事にしました。



お弁当、すべて  
税込 594円

日替り中華弁当  
・豚肉と春雨の中華炒め弁当  
・味噌漬け唐揚げ弁当  
・和風ハンバーグ弁当  
・チキンカツカレー弁当

日替り弁当  
・鶏天のネギしそれ弁当  
・ヤンニョムチキンの韓国風海苔弁当  
・ナポリタン＆サンドイッチ弁当

他に、少な目のお惣菜も用意しております。

休みの日は、サウナがある近場の温泉に行きます。  
八幡平の「森の湯」、「いこいの村」とか。あまり人もいなくて、静かで好きです。

本日の夕食セット主菜



鶏もも肉のバター醤油グリル



わたなべ 内科  
脳神経内科 クリニック

高精度1.5テスラ最新MRI機器、リハビリ施設完備



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：

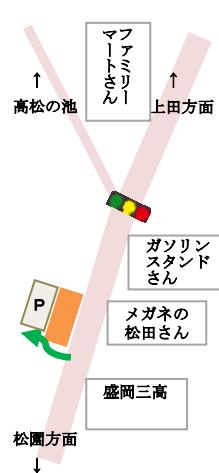
・午前 9:00~12:30  
・午後 2:00~ 6:00

休 診 日：

・木曜日午後  
・土曜日午後  
・日曜日/祝祭日



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







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。  
緑が丘3丁目バス停に停車スタート！

高松・緑が丘コース  
至ベルフまつその着

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番地前	13:45	9:15
5	(アパート)ワロー前	13:46	9:16
6	箱清水1丁目34番地前	13:46	9:16
7	箱清水1丁目16清水往前	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	香美夢が丘店向い	13:55	9:21
12	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	岩脇団地前バス停	13:57	9:23
16	東黒石野バス停	13:58	9:24
	ベルフまつその着	14:10	9:35
	お買い物時間	45分	50分
	帰り出発時間	14:55	10:25

## 新連載 若き詩人の肖像

第1話

### ドッペルゲンガーに会ったら

「ドッペルゲンガーに会ったら」という題を用意されました。ドッペルゲンガーとは、自分の分身かのようにそつくりな人のこと、またそれに遭遇すること…といったことであるとざっくり認識しています。自分でそれに出会ってしまうときは死の前兆であるとか…

#### 早川佳希さんのプロフィール

1994年生まれ。会社員。詩集「詩終」「真空の比喩」「必然」「それだけ」を出版。(近作順)



早川佳希さん

## はやり 流行コトバを巡礼する

第1話

### ヌン活



「アフタヌーンティー」は楽しい！

## 超かんたん その気分になってしまふ 調理 アイデア

実験的！



理想形！

肝心なことを付記します。

①食器

②周囲の雰囲気

「ヌン活」とは、「アフタヌーンティー」を楽しむ、そんなライフスタイルのことです。ホテルやカフェで紅茶やスイーツ、軽食を楽しむされるほど人気が広まりました。「ヌン活」が人気になった理由としては、次のようなことが言われています。アフタヌーンティーの写真は、「SNS映え」がして美しい。たいていは大きなホテルなどの豪華な空間で「ヌン活」を行なわれるため、普段とは違う贅沢な時間が過ごせる。

「ヌン活」ではカジュアルが基本とされていますが、カジュアルでも、少しは華やかにしたいですね。「ヌン活」は普段あまり服装で出かける楽しみを与えてくれます。昔から、自宅でアフタヌーンティーを楽しむ人も多かったと思います。それが外出スタイルになつたということですね。

「ヌン活」の特徴は、美味しい会話を盛り上がる、気持ちも高揚して、若返ったような気になります。緑が丘地区でも、そんな楽しい集まりが流行っている喫茶店もあります。緑が丘地区には才媛とも、ヌン活で楽しんでください。

「アチャヤ」



## 今昔物語 ボウリング

今は昔を比べて、ボウリング基礎知識について連載します。とある語りたまへたると、「今昔物語の終わりの文」にあやかって、「ある人が言つたと語り伝えているとか」ということです。と、まるで「生き字引」のような支配人・阿部さんに綴つていただきます。



マッハランド

### 第1話 レーンは丈夫で長持ち？

ボウリングのレーンは、重くて固いボールに耐えられるように、とても強い材質で作られています。レーンの材質は木製のウッドレーンと合成レーンの2種類があり、ウッドレーンは2~3年に1度、表面を削るリサフェースと塗装を行うリコーティングを実施します。現在はウッドレーン代わり合成レーン(別称、プラスチックレーン、シンセティックレーン)と呼ばれる素材が大半です。又、レーン材の保護としてオイルも塗られております。マッハランドでは他センターに先駆けて、30年ほど前にウッドレーンから合成レーンへ変更しております。

#### ボウリング豆知識を2つ。

レーンの両横の溝を皆さんガーターと呼んでいます。間違えないで下さいね。又、ファールラインから1番ピンまでの距離は約18mあり、これは野球のピッチャーマウンドからホームベースまでの距離であり、野球を元にしていると言われています。

(マッハランド ボウリング場 支配人 阿部さん)

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 vnakadate@outlook.jp  
LINE@ @i\_s\_a 7399

風とaoの美容室

緑が丘ヒルズ入口。  
tel 019-681-4302

カリスマ美容師のエッセー

髪と頭皮と私

第106話 40代、50代の髪の変化

体調や体、皮膚にも変化がある年代ですが、髪の毛にも大きな変化があります。

まずは、白髪。

毛根にあるメラノサイトの働きが弱くなるため、少しづつ白い毛が増えます。

また、毛包(毛根にある髪の毛を作るところ)が小さくなることで細くなります。

細くなり、少し減ることで、ボリュームも出しづらくなります。

生き物は酸化することで老化していきます。

白髪や細くなるのも酸化が原因です。

その酸化を防ぐのが緑黄色野菜です。  
髪の毛はタンパク質なので、お肉や魚と言ったタンパク質(アミノ酸)も大切ですが、ニンジンやピーマンも忘れないで摂りましょう！



中館 弥寿夫さん

緑が丘で保険代理店を経営して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。

## ほんわか…家族日記

### 第120話 芋けんぴ

今年は、さつまいもが豊富なのか、ありがたいことに、たくさんさつまいもをいただきました◎小学生の娘がスーパーに行くと芋けんぴを欲しがるので、今年は「芋けんぴ」にチャレンジ！ 実際作ってみたらとっても簡単だったので、ご紹介します♪

①さつまいもを2センチくらいの幅に切る(お店の芋けんぴのようなイメージで)

②切ったさつまいもは、水に1時間ほどさらしておきキッキンペーパーなどで水分をとる

③油でこんがりきつね色になるまで揚げる(フライドポテトのイメージ) 大体8分くらい

④フライパンやお鍋に砂糖・水・塩を煮たたせ、揚げたサツマイモを投入し絡める

以上の4つの工程で美味しい芋けんぴができますよ♪

ことわざ

## 諺 を解説してみよっ、と…

これまで、「丘の上の格言」コーナーを続けてきましたが、創刊十周年を超えたので、バージョンアップを目指すことにしました。

諺には正反対の意味を持つものがあります。たとえば、「君子、危うきに近寄らず」とは、危険なところに近づかないこと、「三人寄れば文殊の知恵」と「船頭多くして船、山に上る」とか、虎穴に入らずんば、虎を得ず、あるいは、「三人寄れば文殊の知恵」と「船頭多くして船、山に上る」とか、色々な意味の諺を知っておくと、のちのち役に立つことがあるかもしれません。ご参考まで(編集室)。

長い時間としての「十年」。それに対比して短い時間としての「一日」。長いあいだ、ずっと変化がないこと。

「緑が丘しんぶん丘」は、これまで、地域の身近な話題を掲載してきましたが、これなども、「十年」日」と言うのでしょうか。十年も経つと何事も変化したことあります。つまり、「十年一昔」という言葉もあります。たった十年しか経過していないのに、ひとつが過ぎたように感じる。「移り変わるのが早い世の中」

十周年が経過したことあります。「十年」も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。十年も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。十年も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。

長い時間としての「一日」。それに対比して、長い時間としての「千秋」。一日という短い時間なのに、千年も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。一日の気持ちは、つまり、一日も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。一日も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。

地域の身近な話題を掲載する店がある一方で、新規開店の店が出てきましたが、来店されるお客様が「この新聞が店に置かれる日が毎月、待ち遠しい」と申しておられます。編集室としては有難いばかりです。十年も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。一日の気持ちは、つまり、一日も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。一日の気持ちは、つまり、一日も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。

長い時間としての「十年」。それに対比して短い時間としての「一日」。長いあいだ、ずっと変化がないこと。

「緑が丘しんぶん丘」は、これまで、地域の身近な話題を掲載してきましたが、これなども、「十年」日」と言うのでしょうか。十年も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。十年も経つと何事も変化してしまいます。街の様子を思い起こせば分かります。

長い時間としての「一日」。それに対比して、長い時間としての「千秋」。一日とい

第一回

十年一日

じゅうねんいちじじつ

# 緑が丘しんぶん 丘



小野田 利枝さん

スタッフの皆さんと

Panasonic

奥行60cmの  
冷蔵庫

新しい家電、古い家電、かしこく素敵に使いたいですね。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9回  
LED(^^);

前から見ても横から見ても、  
シユツとしてる！

**毎年一度、モデルチェンジする家電**

年末年始、つい何かと覗き込んでしまうのが冷蔵庫です。家庭用冷蔵庫はどれも縦長の箱型で、似たり寄つたりな感じがしませんか？でも、昭和30年代に『三種の神器』と言われたこの家電は、絶世の約98%が所有する今でも、支持の高さに甘んじるところなく、年に一度は必ずモデルチェンジをして地道に進化を続ける頑張り屋です。

地道ゆえにどこが変わったか分かりにくいこともありますが、便利機能はもちろん、大きさ・色・素材、消費電力に省エネ基準達成率、ドアの数や位置など様々な要素に細かく手が入っています。

数センチの差とはいえ奥行60cmでピッタリ収まる、美しいだけでなく作業もしやすくなります。この冷蔵庫のさらに良い点は、これまで上位機種限定の機能を新たに搭載している点です。この冷蔵庫は、「冷やす」だけの単機能でした。旅館やホテル備え付けの冷蔵庫が良い例です。今日は機能も充実で、まとめ買いの野菜や肉や魚などを新鮮保存する機能、自動で省エネする機能、A.I.機能、

清潔性を保つナノイーXなど、あつたらいいなーを網羅しています。

この機種はグッドデザイン賞を受賞するなど、新たな品質を評価されていて、このクラスの冷蔵庫に新たな選択肢が加わりました。

新たに放熱スペースを設けて置くと、そこまで思いました。ただ不思議と冷蔵庫の買い替え時、それまで使用したものと同等サイズを選ぶ方が圧倒的に多いのも事実です。

食べ物保管の役目だけに、冷蔵庫選びは楽しくもあり、悩ましくもあります！

ここ十年ほどでも流行に応じて、例えば大容量600L前後の大型タイプから省スペース対応の500~400L前後へ、フルフラットガラスドアからスチールドア復活へ、野菜室と冷凍室の上下の位置逆転などなど変化があります。冷蔵庫の変化は、そのまま家族構成や生活スタイルなど世相の変化とも言えます。最近では二人世帯・単身世帯が増え、狭小住宅の増加によりコンパクトながら高品質の冷蔵庫が注目されています。この10月に新登場したやや小さめ容量300Lクラスの冷蔵庫(パナソニック/ノーフリーウォーターサーバー)は、横幅60cmだけな

ドーンと前に、出っ張らない！

うす型サイズの?冷蔵庫

なるよう元気いっぱいの態度を示すとか、アルバイト

生のときから知つてもらひたいです。そういうことを中学

今年もお世話になりました。良いお年を！

本日も張り切つていきましょう。



阿部オーナーさん

「販促(はんそく)」とは魅力ある販売スタイル。西松園店・高松4丁目店・松園南口店でファミリーマートを経営されている阿部オーナーさんの「つぶやき」を掲載します。

連載

女性オーナーの

## コンビニ日誌

### 若くてシャキっとして

十月初日 曇り。  
そろそろ今年もオシマイですね。飲食店で早朝勤務をされている方が店にやつて来て、少し話す機会がありました。七十歳くらいの人かなと思つた。仕事をされている人は若々しい。先日のことですが、ネットで買い物をされた方が当店に来ました。コピー機で入力してレジで支払いをする形式のものでした。その方は何と九十歳を超えていました。最近の方は、みなさんシャキっとしていて若々しいです。何か張り合があるんでしようね。

見習いたいものです。  
ところで、去年に引き続いて今年も、中学生が当店の「職場体験」にやつてきました。レジ操作、商品陳列、ファミチキを揚げる体験などをしてもらいました。

日頃から店に通つてくれていても、店のことを知る機会が無いので良い体験になつたと思います。たとえば、接客についてですが、スタッフの対応一つで店の印象が変わってきます。ただ「いらっしゃいませ」と言うのではなくて、お客様が「あ、こここの店、感じいいね」となるように元気いっぱいの態度を示すとか、アルバイト研修のような感じとなりました。その子が大人になったとき、思い出してもらひたいです。そういうことを中学会が無いので、お客様が「さつきまでやろうやろう」と思つてはいけません。たとえば、お客様が「だらだらませるこの時期、子どもたちの世界では違つた年の瀬が繰り広げられています。それは、冬休み、そしてその後に控える学年末試験という「試練」です。大人たちがこの一年を振り返り、来年への期待を膨らませるこの時期、子どもたちの世界では違つた年の瀬が繰り広げられています。それは、冬休み、そしてその後に控える学年末試験という「試練」です。



### 温まるスープ、あります～

「だしの香り広がる豚汁」「根菜入りつくねの和風スープ」など豚汁や和風スープが人気です。

品切れのときは、ご容赦ください。

今年も登場!  
本格派のおしるこ



お餅2枚入り。レンジでチンするだけ。



柚子の香り・和風だし  
もちもち食感 おもち入り

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

旧県営野球場  
三ツ割  
緑が丘方面  
山岸方面  
北山方面

教育エンゼル  
今どきの「学び」

第54回 カツコ良さげな生き方



世間はクリスマス商戦と年末年始の準備で大いに賑わっています。大人たちがこの一年を振り返り、来年への期待を膨らませるこの時期、子どもたちの世界では違つた年の瀬が繰り広げられています。それは、冬休み、そしてその後に控える学年末試験という「試練」です。大人たちがこの一年を振り返り、来年への期待を膨らませるこの時期、子どもたちの世界では違つた年の瀬が繰り広げられています。それは、冬休み、そしてその後に控える学年末試験という「試練」です。

心と頭には、この一年間に積み残した「負の遺産」がずつしりと重くのしかかっているのです。計算や漢字、理科の実験レポートや社会の歴史年号など、「さつきまでやろうやろう」と思つていたのに、やらなかつたこと」リストは、きっとサンタクロースの「プレゼントを配る予リスト」よりも長いありません。

かくいう私も「まずは終わらせてから」と心に決めた宿題を、冬休み最終日にまとめて片付けた経験があり、その時の集中力は、もはやアスリート級だったと自負しています。しかし、現代の子どもたちに求められるのは、そうした「火事場の馬鹿力」ではありません。

かくいう私も「まずは終わらせてから」と心に決めた宿題を、冬休み最終日にまとめて片付けた経験があり、その時の集中力は、もはやアスリート級だったと自負しています。しかし、現代の子どもたちに求められるのは、そうした「火事場の馬鹿力」ではありません。

ひたすらレベル上げ(反復練習)をすれば良かつた昔とは異なり、今はボス戦(入試)で、アイテム(知識と応用力)を駆使し、パーティーメンバー(協調性)と協力しながら戦略的に立ち回る目的は論理的な思考力や問題解決能力を養うことであり、単にコードを丸暗記することではありません。料理のレシピと作り方を覚えるのではなく、なぜこの食材とこの調味料を組み合わせるのが「」を考えるように、子どもたちは自ら考え、試してから知つてもらひたいです。例えば、最近のプログラミング今日の教育現場は、まるでゲームのようです。クリアすべきステージが次々と現れ、その難易度も上がつてきます。

「勉強って、人生という旅の準備みたいなんもだよな。どんな道具をカバンに入れておくかで、その旅の面白さが全然変わってくる」と遠い目を以てカツコ良さげな言葉を発していた友人を、ふと懐かしく思うのでした。

(個別指導Axis 後藤隆司先生)

## 心の声(付けてよ補聴器…)



お互い無言。QR

待ち時間ナシ事前予約がお得です!!

近い事が自分にとって得とお考えの方 補聴器1番館

661-3381



『キミの逆転劇がこの冬始まる、 いますぐアクシス・能開センター緑が丘校のサイトをチェック！

## 冬期講習

受講費用合計は「1回あたりの費用×回数」です。  
ご入会後は年間優待費用が適用となります。

詳細	1対1個別指導	1対2個別指導	オンライン家庭教師			
学年	年間優待	一般	年間優待	一般	年間優待	一般
小1~5	3,190	4,290	3,740	5,170	3,190	4,290
小6	3,300	4,400	3,850	5,280	3,300	4,400
中1・2	3,300	4,400	3,850	5,280	3,300	4,400
中3	3,410	4,510	4,070	5,500	3,410	4,510
高1	3,630	4,730	4,180	5,720	3,630	4,730
高2	3,630	4,730	4,400	5,830	3,630	4,730
高3・既卒	3,850	4,950	4,510	6,050	3,850	4,950



1対1個別  
1対2個別  
5回 9,900円

入会金0円 1/10 土  
ご入会まで

※通常22,000円  
入会月の授業料  
4回分無料

い週年ゼミで1対1・1対2個別またはAxis PLUS  
を2講座以上お申し込みされた方が対象

憧れを憧れで  
終わらせない  
志望校合格を  
本気で目指すキミへ



## 新中1 英数準備講座

お試し費用で個人別・学校別に対策できます。先取り学習で進学後も安心!

1/6 火 START 1月▶3月 最大3ヵ月

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>



## 冬の体験授業

事前学習相談にて皆さまのニーズをお伺いし、適な学習コンテンツの体験授業をご提案いたします。

まずはお試し『体験授業、ラインナップはコチラ↓↓↓

1対1個別指導 40分×1回／1対2個別指導 80分×1回／Axis PLUS 80分×1回  
ロボットプログラミング講座 80分×1回／オンラインゼミ 80分×1回オンライン家庭教師 40分×1回

## 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



こんなにユニークな方が。

## 丘の上の人

第 108 回



「奥中山スキー場で開催されるスキー教室の講師もやっています。青森方面からの参加者も多いです。イイところです」

しまだ けんいち  
嶋田 健一 さん

(岩手県青少年赤十字賛助奉仕団)

盛岡市在住

きねづか

## 何事も、昔取った杵柄です！

### 教員として

一関の中学校が初任。中学校や教育委員会に勤務させていただきました。

父が音楽教員をしていました影響があったのか、スポーツの楽しさを伝えたいと思いまして、体育教員を目指しました。

生糸の岩手県人です  
教員として保健体育を担当してました。  
学生の頃からウエイトリフティングに取り組み、国体には選手・監督・本部役員を数回経験させていただきました。

「昔取った杵柄（きねづか）」という諺のとおり、若い頃に習得した経験は、時間が経つても体が覚えていて活かせるといふことでしょうか。  
今も筋トレをやっています。健康のために歩いたりもしています。

### 健康の秘訣は

自分の体力を踏まえつつ、無理せず継続的に運動を行うことだと思います。  
あとは好きなことを見つけて楽しみ、お酒は適量を飲むことでしようか。

退職後は、盛岡市の公民館・日本赤十字社・活動センターにお世話になりました。

現在は、青少年を対象に「気づき」「考え方」「実行する」青少年の育成に携わっています。

退職後は三か所に勤務

### ギターに合わせて唄う

歌を唄う会に参加して、数人の仲間と一緒にギター伴奏をしています。月に二回ほど、公民館に15人くらいが参加しています。先日、皆で唄った曲は、竹内まりやの『駅』という曲でした。



### カラオケよりもノるかも

ギターは、唄う人に合わせて伴奏できるので、「カラオケよりもノリノリになります」と言います。ギターでコード伴奏の出来る人は、あまり多くいませんので、ギター伴奏で唄う機会は、なかなか得難いものです。

### 編集後記

#### ギター伴奏は楽しい

『駅』など、ギターコードが難しい曲もあります。今、皆で唄っている『駅』という曲のギターコードは…『見覚えのあるレインコート 黄昏の駅で胸が震えた』という歌い出しのところ、コードは、Dm7 Cmaj7 A7 Dm7 B7 E7 Am7 となります。

学生時代に覚えたギターが今、役に立っています。

大人のほうは、十年経つてもあまり変わり無いようですが、十年も経つとアチコチが・・・泣。五十歳だった方は六十歳に。六十歳だった方は七十歳に。七十歳だった方は八十歳に・・・。地域の方々のご活躍を掲載して、お陰様で十年が過ぎました。経営されているところからの広告で成り立っている新聞です。これからも地域の方々に喜ばれる記事を制作したいです。ご要望などがございましたら、編集室までお知らせください。広告をお待ちしています。

大人のほうは、十年経つてもあまり変わり無いようですが、十年も経つとアチコチが・・・泣。五十歳だった方は六十歳に。六十歳だった方は七十歳に。七十歳だった方は八十歳に・・・。地域の方々のご活躍を掲載して、お陰様で十年が過ぎました。経営されているところからの広告で成り立っている新聞です。これからも地域の方々に喜ばれる記事を制作したいです。ご要望などがございましたら、編

お店のこと、  
この新聞で紹介してみませんか？

- ・2コマ 18,000円(1か月・税別)
- ・3コマ 27,000円(1か月・税別)
- ・5コマ 45,000円(1か月・税別)
- ・10コマ横広告 90,000円(1か月・税別)

メールでお申し込みください。  
→ [nao.hatt@gmail.com](mailto:nao.hatt@gmail.com)