

宝石・時計・メガネ
田村
 7/3(金)・4(土)
メガネ特売会
 アスピアにて開催
 TEL 0595-63-0730

Super Bowl Nabari
 スーパーボウル名張

ボウリングなら梅雨の時期も
 屋内で楽しめる♪

7月1日より
**新規入会
 キャンペーン**

年会費 4,320円

今だけ！
 マイシューズ
 プレゼント★
 (定価 3,900円の品)
 (ほか、特典いっぱい)

スーパーボウル名張
 会員になって
 一番おトクに
 遊ぼう！

<お申し込み・お問い合わせ>
HOSスーパーボウル名張
 名張市希中央1番町51 / TEL.64-3333

**ボウリング
 2ゲーム・靴代込 1,160円券**

- 本券1枚で4名様までご利用いただけます。
- 他券との併用、予約時の使用はできません。

HOSスーパーボウル名張 / 平成27年7月24日まで有効

**ボウリング
 3ゲーム 1,280円券**

- 本券1枚で4名様までご利用いただけます。
- 他券との併用、予約時の使用はできません。

HOSスーパーボウル名張 / 平成27年7月24日まで有効

石川さんは、バある「Wリーグ」のスケルトンボール女「新潟アルビレックスBBラビッツ」で相手チームの守りに切り込み、そ

躍動感あふれるプレーと、スピーディーなスコア争いで観客を魅了するスポーツ、バスケットボール。名張市梅が丘出身の石川真衣さん(24)は、プロのバスケットボール選手として活躍し、今年の春からはコーチとして新たな人生を歩み始めている。



©NIGATA ALBIREX BB RABBITS/WJBL

バスケット界盛り上げたい

プロ選手から転身 コーチとして新たな道へ

現役時代の石川さん=2014年12月20日富士通レッドウェーブ戦より

で、「いかに流れを変えらるか」を考へて試合に挑んでいたという。石川さんがバスケットボールを始めたのは、小学4年の時。「好きだった男の子に誘われて」始めたのだとか。その後もバスケットボールを続け、高校生の頃にプロチームと試合や合宿をするうちに、プロとしての自分を意識するようになった。大学卒業後は「新潟アルビレックスBBラビッツ」に入団し、2シーズンコート

を駆け抜けた。コートで、プロとしての自分を意識するようになった。大学卒業後は「新潟アルビレックスBBラビッツ」に入団し、2シーズンコート

子どもたちと 同じ目線で

選手時代を振り返り、「仲間の存在はとて大きい」という石川さん。リーグ戦などで勝利した時は、「このチームでよかった」「このメンバーが好きだな」といつも思っていました。笑顔を見せる。今年の5月から



指導に当たる石川さん
 (©NIGATA ALBIREX BB RABBITS/WJBL)

新潟アルビレックス BBラビッツ

普及部コーチ **石川 真衣さん**

「教えるのは難しいけれど、子どもたちの成長や自信につながる一歩を作れるようにしっかりと力を伸ばしていきたい。バスケットが好きだと目を輝かせた。

コーチになったことで、「どうすれば一人ひとりの練習を多くできるかと、子どもたちの目線で考えられるようになった」と話す石川さん。

三重県補聴器センター
 補聴器専門店

昭和21年創業
 安心・実績

名張店 名張市夏見3219-3(ザ・ビッグエクスプレスさん隣)
 TEL 62-4133・FAX 62-2933

上野店 伊賀市上野丸之内71-1 2015年7月オープン!
 TEL 26-2933・FAX 26-2934

補聴器基本3年間無償保証
 商品により保証が3年以外の補聴器もございます。

日・祝日も無休で安心
 万一の故障や調整が必要なきも安心。

ご自宅無料訪問サービス
 ご自宅でも聴力測定や補聴器の体験できます。

なるほど!の補聴効果測定
 最新設備のフィッティングルームで行います。

三重県補聴器センター 検索 http://www.12jido.jp
 営業時間:午前9時~午後6時(年中無休)

奥深さを広めたい

名張市つつじが丘 松永和子さん

「地上のカーリン 界中で親しまれて タンク」。名張市つ
「とも呼ばれ、世 いるスポーツ」ペ つじが丘の松永和



競技で用いる金属球「ボール」を手にする松永さん=名張市つつじが丘で

子さん(63)は、「シ
ンプルだが奥が深
い」とペタンクに
引き込まれ、腕を
磨く日々だ。
ペタンクとは、
「ボール」と呼ばれ
る金属球を、「ビュ
ット」という木製
の目印を指し投
げて競う、フラン
ス発祥のスポーツ。
自分のボールをビ
ュットに近づける
のはもちろん、対
戦者のボールを弾
き飛ばすなど、い
かに相手に不利で
自分に有利な状況
にできるかが重要
になる。

動ができるため、
中高年を中心に健
康増進目的で人気
が拡大中。「一つの
ボールを弾くだけ
で自分のチームが
有利になることも
あるし、初心者で
も熟練者に勝てる
可能性がある」と、
松永さんは奥深さ
を話す。

友人が楽しんで
いたことからペタ
ンクを知り、5年
前に「健康にいい
かな」と軽い気持
ちで始めたそうだ。
今では多くの大会
に参加し、今年の
3月に高知県で開
催された「第21回
室戸ペタンク交流

では、三重県
ペタンク協会の
理事も務める
夫の登良男
さんと、夫婦
そろって優勝
するほどの実
力に。
「地味に見
えませんが、実際にプ
レイしてみると面
白い。ぜひ若い世
代にも広げたい」と、
「技術はもちろん、いかに冷静に集
中できるかが重要」と松永さん



「技術はもちろん、いかに冷静に集中できるかが重要」と松永さん

魅力を伝えること
にも積極的だ。
今年の8月には、
東南アジアのラオ
スで開かれる世界
大会に出場する
という松永さん。「海
外の選手はとても
強いと聞きますか
ら、度胸をつけな
いと」と志は高い。

花と共に 咲かせる笑顔

名張市つつじが丘 高口悦子さん

「生け花から、人
のつながりを広め
たい」。名張市つ
じが丘の高口悦子
さん(71)は、生け
花の流派の一つ「池
坊」の師範になっ
て30年。魅力を伝え

るとともに、生け
花を通じて多くの
人に「笑顔の花」を
咲かせている。
かつては「花嫁
修業の一つ」とも
言われていた華道。
岡山県出身の高口
さんは、16歳の時
に部活動で初めて
生け花を体験し、
「習ってみたい」と
すっかり虜に。自
ら教室を探し、熱
心に通ったそうだ。

しかし、結婚後
は子育てなどに追
われ、10年以上生
け花とは無縁の
日々。そんな中、
37年前につつじが
丘に転居し、「何か
趣味を」と探す中
で生け花への思い
が再燃。新たな師
の下で腕を磨き、師
範となってからは自
宅を教室に多くの
生徒を育ててきた。
「以前は、流行に
沿った新しい生け
方などを若い生徒
に教えるために、
大阪の教室に足を
運んで勉強してい
ましたね」と懐か
しむ高口さんの現
在の生徒は、80代
から90代の「人生
の先輩たち」。「今
はゆとりを持って、
自分にとっても楽し
みになるように」。



「枝ぶりや花の高さ、傾きなど、個性が出るのが楽しい」と生ける高口さん=名張市つつじが丘で

自宅教室は、「ご近
所の花好きの憩い
の場」だという。
生けるだけでは
なく、出来上がった花を囲んで、会
話に「花を咲かせ
る」のが、高口さ
んの教室のスタイ
ル。「今では、月1
回集まるのが楽し
くて、半日くらい
話してたりね」と
高口さんは顔をほ
ころばせた。

火事をはじめとした災
害が発生した時、消防士
と協力して救助や避難誘
導などの活動に当たる消
防団の人々。名張市梅が
丘の山本泰三さん(30)は、
今年の春から名張市消防
団蔵持分団に入ったばかり
の「新人団員」だ。
消防団とは、会社員や
自営業などの仕事をしな
がら、火事などの災害が
発生した緊急時に職場や
自宅から現場へ出動する、
地域の消防防災組織。防
災の呼びかけをする他、
住民の命と財産を守るた
めに、団員たちは普段か
ら訓練に励んでいる。

責任感胸に抱いて

名張市梅が丘 山本 泰三さん

団員募集の話をしていた
のを耳に。「責任のある仕
事をしてみたい」と応募
し、4月から正式に団員
となった。
入団する前は「ホース
を運ぶとか、消防士の消
火活動の補佐をするのだ
と想像していた」という山
本さん。「けれど実際は制
服もきちんとして、自
分でホースを使って消火
活動にも直接関わる。思
ったよりも役割が大きか
った」と驚いたのだとか。
制服を着て活動に参加
している、見知らぬ人
から「お疲れさま」など
と声をかけてもらうこと
も。「うれしいですし、同
時に気が引き締まります」
と表情はほろりしい。

山本さんが入団してか
ら、現場への出動はまだ
ない。「無いことが一番
ですが、もしもの時は一
刻も早く駆けつけて精い
っぱい頑張りたい。その
ためにも先輩たちが教え
てくれることを吸収し
て、追いつけるようにし
たいですね」と意気込み
を語る。蔵持分団長の宮
井伸悟さんも、「訓練を
重ねて頑張ってもらい
たい」と山本さんの活躍に期待
を込めた。



ポンプ機の使用法について教わる山本さん(右端)

名張市桔梗が丘3-3-8 6
【電話】67-1313
【営業時間】9:00~18:30 (火曜定休)
HP <http://www.sawadaikkyuan.jp/>
桔梗が丘公民館前

涼を呼ぶ
夏の和菓子
くずまんじゅう
1個 140円(税込)
1個 108円(税込)
夏季限定 販売中

名張の旧市街地を流れる城下（じょうげ）川のほとり。創業80年、知る人ぞ知る「豆腐屋さん」吉野屋がひっそりとたたずむ。2代目店主の吉井正男さん（75）は、豆腐を作って半世紀以上。年季の入った大きな鉄釜を前に「江戸時代と変わらない作り方だよ」と笑顔で話す。

昔ながらの製法と味でテレビや新聞にも多数取り上げられ、他県から買いに来るファンもいるという同店。三重県産の大豆を原料に手作りした豆腐は、店頭販売を中心に、市内の飲食店の他、小学校や保育所の給食などにも使われている。

「作る量は、体の能力に合っただけ。急がず慌てず作ります」と吉井さん。一枚一枚手揚げする「揚げ」類は妻の和代さんが担当し、二人三脚で店を守る。手作りの味にこだわり続ける吉井さんは、「豆腐作りは文化だと思ってますよ。本物の味を若い人にも知ってほしいね」と揺るぎない表情で語った。

吉野屋

【TEL】63-0891
名張市中町353
8:00~19:00 日曜定休

店の周りには大豆の香りがほのかに漂う



行ってみよう
「このお店」
地域のお店紹介 Vol.24

手づくり豆腐 “本物の味” 知って



「地域のひととの協力が不可欠なので、活動にご理解と協力をお願いします」と話す山本さん

担当している収録番組「ちえこのビッグショー」で、月に1回程度「ちえこのひとこと話」とい

私が出会った、いいお話。を朗読させていただくコーナーをお届けしています。その中で、宮崎県内で発行されている「宮崎中央新聞」を朗読させていたでいています。「宮崎中央新聞」は元々一般的な地方新聞でしたが、現在は全国各地で開かれる講演など、いいお話ばかりを掲載している、全国的に大人気の新聞です。

私は、毎月さまざまなお話を朗読しますが、その中に「人が幸せに生きる」ために必要な、ひとつの共通項があることに気づきました。それは「言葉の使い方」です。簡単にいうと、前向きな言葉、ポジティブな言葉、感謝の言葉を使うことで、自分の周りに良い循環が生まれてくるそ

うなのです。言葉にはそれだけの力があるといわれています。そうはいっても、なかなか普段使う言葉を変えることは難しく、つい「私なんが」「うせ」「やっつられへんわ」「お金ないわ」などなど、癖のように使ってしまうんです。

そこでひとつ、誰でもできる簡単なテクニックが掲載されていたのでご紹介します。それは朝と寝る前、鏡に向かって「私ってすごい」と言う方法です。何度かこういったやり方が紹介されていたのに、なんとなく「いつかやる」と先延ばしにしていたんですが、「私ってすごい」と鏡に向かって「ほれ、朝言った人が「ほれ、朝言った人が「ほれ、朝言った人が」た」ということが書かれてあって、「それならすくやろう」と

Vol.22

田口知恵子の 小さな気づき・大きなうなずき

FMなびナビゲーターの田口知恵子が、日々の暮らしの中で出会った小さな発見や大きな感動をご紹介します。ていくコーナーです。

私ってついてる!!



私ってついてる!! 私ってすごい!! 私ってラッキー!! 今日はいよいよ一日になるぞ!!

の息子も「いいことが起きるよ」と誘うと、「僕ってついてる!!」って毎朝言うようになります。始めてから約1カ月、ほろほろ線が薄くなったかどうかはわかりませんが、鏡に映る自分の顔が心なしか明るくなった気がするのです。ほんとに。

簡単にできますし、一切お金もかかりません。これでもっと美しくなれたらいいですよ。加えて普段自分が使っている言葉がどんな言葉なのか意識していきたいと思っています。

はんこ屋 名張店

誠実を貫く印鑑・印刷の専門店です
これからも地域の皆様とともに
歩んで参ります

実印・銀行印・認印・印鑑資材
ゴム印・風雅印・落款印・浸透印

名刺・挨拶状・伝票・封筒・各種カード印刷・チケット・シール
カッティング・のぼり・ライター・タオル・うちわ・ポケットティッシュ
チラシ・ポスター制作・データ作成・変換

TEL 0595-67-2016
FAX 0595-67-2017
OPEN 9:00~18:00 (月~金)
10:00~17:00 (土)
定休日 日曜・祝日

名張市桔梗が丘2-7-17
はんこ屋名張店



夏

備えあれば憂いなし。

を元気に乗り切ろう★

ジメジメ〜とする梅雨の時期もあと少し。その後には、いよいよ「暑すぎる夏」がやってきます。

近年の日本の夏は、気温はもちろん高い湿度も影響して、外国人観光客も、その暑さに驚くそうです。

そんな「日本の真夏」。暑さに負けず、思いっきり楽しみたいですね。



子どものお出掛け

気を付けることは？

お出掛けをするには、夏は最もワフワフする季節ですね。しかし、熱中症や脱水、強い紫外線による皮膚のトラブルなど、注意しなければいけないことが多いのも夏の外出の特徴です。

熱中症は、気温の上昇や運動等によって体の中の水分・塩分が失われ、体温調節がうまくいかなくなることで起こります。子どもは大人より代謝が活発で、汗もよくかきます。食事の際やおやつの間には必ず水分を取り、のどが渇く前からこまめに水分補給するようにしてください。大量に汗をかいたときは、水分と一緒に塩分も取るようにしましょう。

熱中症にならないためには、日ごろの体調の管理も非常に大切です。気温の変化に対応するために、バランスの良い食事や睡眠・休養をしっかり取って、規則正しい生活を心掛けてみましょう。

ベビーカーに乗る

赤ちゃんは暑く？

夏場、日中のアスファルトは強い日差しが照り返しが起こり、ベビーカーの中の温度は大人の顔の高さより3度ほど高くなります。何に対策をしないベビーカーでの外出はとても危険で、日差しが強い午前10時から午後3時までの時間帯は特に注意が必要です。ベビーカーの専用日よけを使用し、直射日光を防ぎましょう。冷却シートや保冷剤を直接皮膚に当たらないよう背中に置いたり、首もとや足のつけねに当てたりするなど、体が冷えるような工夫も大切です。

また、ベビーカーで赤ちゃんが寝ているときも「寝ているから安心」ではなく、暑くはなったりして、熱中症になってしまっている可能性があります。時折声を掛けるなど、様子をしっかりと確認しましょう。

私自身は夏バテ対策として、3食きちんと食べ、睡眠時間をしっかり取るようにしています。外出の際は、遮光性の高い日傘を使用しています。



お話を聞いたのは……名張市健康支援室 保健師 山口 恵利加さん



髪と頭皮をすっぴんに

デトックス スパ
1,620円(税込)～
各メニューにプラス5～10分で！

テクノイト社のロハスシリーズを使用しています。

一般カット 3,780円(税込) シャンプー・ブロー込
パーマ 8,640円(税込)～ カット込
カラー 5,400円(税込)～



店長 山岸 孝史さん

頭皮や髪に付いた残留物や老廃物を取り除いて、美しくスタイリングしやすい髪を目指しませんか。ハーブエッセンスを使ったデトックススパで、肌に負担をかけずに頭皮を活性化。サラサラ軽やかな髪はもちろん、ツヤ感やボリューム、カラーの色持ちアップも目指せますよ。

aien hair design TEL 41-0708

(アイエンヘアデザイン)

名張市上八町1495 <http://aien.secret.jp/>
10:00～19:00 毎週月曜、第2火曜、第3日曜定休



中華冷麺 800円(税込)

長崎ちゃんぽん 800円(税込)

長崎皿うどん 800円(税込)

スタミナラーメン 700円(税込)



店長 徳永 謙一さん

「中華冷麺」は麺も具もたっぷり暑い夏にピッタリ。「長崎ちゃんぽん」「長崎皿うどん」は10種類以上の具が入って栄養満点です。ニンニクたっぷりの「スタミナラーメン」は疲れた時に！28年変わらぬおいしさのぎょうざ 300円(税込)もおすすめ。

スタミナけん TEL 68-6887

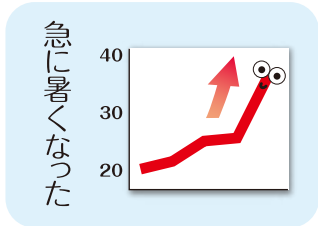
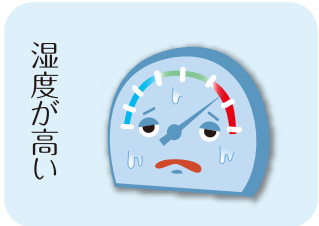
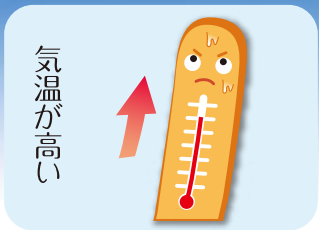
名張市つつじが丘北5番町78-2
11:30～14:00・18:00～22:00 水曜定休



食べて夏を乗り切ろう

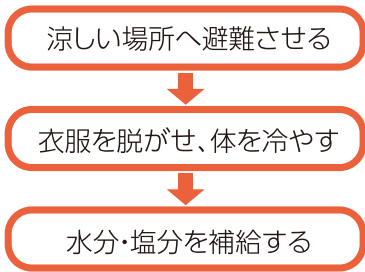
熱中症にご注意を

! こんな日は要注意



! こんなときどうする!? 熱中症の対処法

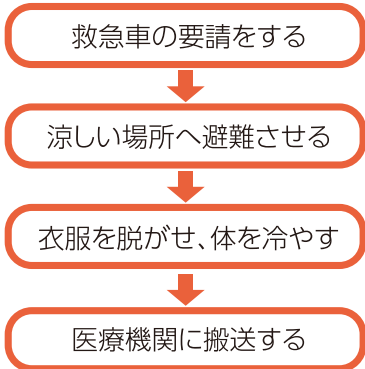
①意識がある、反応が正常な時



ただし、水を自力で飲めない、または症状が改善しない場合はただちに救急車を要請しましょう。



②意識がない、反応がおかしい時



倒れた時の状況が分かる人が医療機関に同行しましょう。



熱中症予防に

おうちで簡単★ 手作りスポーツドリンク

- 材料・水…500ml
 ・砂糖…大さじ 1
 ・塩…ひとつまみ
 ・レモン汁…少々

容器に材料を全て入れ、よく混ぜて冷やせば出来上がり♪



情報提供:名張市健康支援室

イヤ〜な虫対策に

おうちで作れる★ 虫よけスプレー



- 材料・50mlのスプレー容器 (100円ショップなどで手に入ります)
 ・無水エタノール…10ml
 ・精製水…40ml
 ・アロマオイル
 「シトロネラ」5滴、
 「レモンユーカリ」5滴
 ※ペパーミントやレモングラス、ラベンダーなども虫よけ効果があります

スプレー容器に全て入れ、混ぜれば出来上がり♪

情報提供:

アロマコーディネーター 山浦 真理子さん(名張市) 2007年にJAAのアロマコーディネーター資格を取得。昨年まで山浦さんが所属していた名張市の子育てサークル「ばればれ」では、「人にも自然にも負担が少ないものを」と、毎年この虫よけスプレーを作っているそう。

使うたびに軽く振ってスプレーします。3歳未満の子どもや肌の弱い人は、なるべく肌に直接つけず服や帽子に付けてください。直射日光や高温になる場所を避けて保管。2週間くらいで使い切るのが目安ですが、香りが残っていれば効果は期待できます。

※環境や個人によって効果には差があります。

シロアリ駆除 7,560円/坪(税込)



薬剤散布中

おうちの害虫対策も



代表取締役 坂元 幸治さん

「雨漏りしている」「床が浮いてフワフワしている」などのおうちは、シロアリが生息している可能性が。特にジメジメする梅雨時は、床下に集まってくるので要注意。点検は無料です。お気軽にお問い合わせください。その他、ハチやゴキブリなど、どんな虫でもご相談承ります。

有限会社 バスターズ

☎0120-46-8714 <http://busters.bo.jp/>
名張市百合が丘東2-132-7 8:30~17:00



10周年記念感謝祭 7/1(水)~8/31(月)



- 特典1 シャンプーコース or シャンプー・カットコース 施術で「EX トリートメント」サービス!
 特典2 新規ご来店の方に泥パック、オゾンシャワー、はみがきのいずれか一つをサービス♪



常連客 前川法子さん・バブちゃん(伊賀市桐ヶ丘)

昨年の秋からお世話になっています。いつも丁寧に仕上げしてくれるし、急な予約にも対応してくれて助かっています。

シャンプーコース ¥3,240(税込)~ シャンプー・カットコース ¥3,780(税込)~ ※料金は犬種によります



Little Magic のブログへ

Little Magic TEL 63-6999

(リトル マジック) スタッフ募集中。お問い合わせください
名張市鴻之台2-58-2トレンドビル1階 9:00~18:00



ワンちゃんも快適夏準備

住まいも職場も快適に

私たちが暮らす住宅の窓やドア、キッチン、トイレ、バスルームなど、住まいに関わる商品を幅広く開発・生産する企業「LIXIL（リクシル）」。

名張市蔵持町にある名張工場は、数多くある商品のうち、玄関用のドアや引戸、窓枠や室内木質ドアなどのリビング建材の生産を担う。

同工場はLIXILの前身である「トステム」の工場として、1970（昭和45）年に操業を開始。2011（平成23）年に同社と、インテリア・エクステリア関連の4社が統合し、同工場はLIXILの工場へと生まれ変わった。

現在名張工場で力を入れているのが、今年6月に発売したリフォーム専用玄関ドア「リシェントII」の生産だ。既存のドア枠の上から新しい枠を取り付けることで、壁を壊さず一日でリフォームが完了するという「1day Reform」が売りの商品だ。

さらに防犯や採風はもちろん、鍵の開閉が楽にできる電気錠など優れた機能もそう。



環境美化にも力を入れる名張工場＝名張市蔵持町

また、女性が多い同工場では職場環境の改善にも尽力している。古くなった女子トイレや事務所、会議室などを改修し、現在も工場内を順次リフォーム中だ。さらに、敷地内にグリーンカーテンを作るなど緑を積極的に取り入れ、地元で開催されるイベントへの参加や協賛など地域との連携や貢献にも力を注ぐ。

「緑を含めて動物、人にも優しい企業」を目指すLIXIL。現在工場内で働く社員たちはもちろん、次の世代も安心して楽しく働ける環境作りへの精進は、これからも終わらない。

今回の会社は……株式会社LIXIL

株式会社 LIXIL
本社／東京都千代田区霞が関 3-2-5
名張工場／名張市蔵持町芝出 1171
TEL／64-0621 http://www.lixil.co.jp/



Before After
新リフォーム玄関ドア「リシェントII」

42種のデザイン、16色から選べるリフォーム専用玄関ドア「リシェントII」

社員たちの「おかあさん」に

ドア製造課 VSTL
（ビジュアル・スタンダード・トータル・レディー）



社員が気持ちよく安心して働けるように作業環境を整える。縁の下の力持ちが、「VSTL」の4人。全国の各工場ごとにVSTLが結成され、新人の教育指導や、社員らの相談役となって問題解決に当たる。

名張工場では、井上玲子さんをリーダーに、坂口淳子さん、積佐奈さん、源みつ子さんの4人がタッグを組んで活動中だ。社員からの要望には、4人が主になって解決に

当たる。過去には「休憩時間女子トイレが混む」という相談を受け、個室と流し台の数を増設。さらには、「便座や壁材も自分たちで選んで」内装も落ち着いた雰囲気大改修したという。今日も4人一丸となって社員の毎日を支えている。

「みんなが快適に働ける職場にしたいです」と声をそろえる井上さん、源さん、積さん、坂口さん（右上から時計回り）

アドバンスコンサート

ピアノに吹奏楽、和楽器などの優雅な調べから、声楽や合唱などの美しい歌声——。このコーナーでは、名張・伊賀で音楽活動を楽しむ皆さんが、日頃の成果を披露したステージの様をお届けします。

FMなばり(83.5MHz)で
好評放送中

放送時間
【金曜】15:40
【土曜】18:10/20:40
【日曜】12:40/16:40

第30回 そよ風コンサート

親しみある童謡や主題歌
コーラスや楽器演奏で

美しいハーモニーや息の合った演奏——。この季節恒例の「第30回 そよ風コンサート」が5月17日（日）、名張市松崎町のアドバンスコープADSホールで開かれました。

今年で30回目を数える同コンサートは、名張文化協会に所属する音楽グループが実行委員会を結成し、毎年この時期に開いているもの。今回は、コーラスや楽器演奏など、12団体が舞台に立ちました。



しました。

中でも「名張マンドリンクラブ」のメンバーは、『七つの子』『証城寺の狸ばやし』などの懐かしい童謡集を息の合った音で演奏。観客らは、時折歌詞を口ずさむなどしながら、聞き入っていました。

日頃の練習の成果を發揮し、見事なステージとなった同コンサート。会場全体が一つになり、素敵なひと時となりました。



アドバンスコンサートを
応援しています。

岡三証券株式会社、株式会社第三銀行、メモリアルホール紫蘭、LIXILリフォームショップ高建



コミュニティFM「FMなばり(通称:なばステ)」に出演したゲストや、ラジオで紹介したお店などの情報をお届けします。

メッセージ・リクエスト
お待ちしております!!



Eメール: nabari@fm835.jp
FAX: 62-0835

木漏れ日の中、子どもたちの笑い声が響く自然いっぱいの遊び場「森

の学校」(名張市奈垣。手掛けたのは、名張市つつじが丘の牧原三千男さん

(67)。「子どもたちが、自然を感じていろいろな体験ができる場所を」と



「思いつき自然の中で遊んだ、子ども時代の遊びを伝えたい」と話す牧原さん=名張市奈垣で

昔ながらの自然遊びを

名張市つつじが丘 牧原 三千男さん



ダイナミックに遊ぶ、牧原さん手製のブランコ

森を整備した公園は、今では近所の子どもたちの「自然体験の場」になっている。ツリーハウスや竹の滑り台、ハンモックにブランコ、ターザンロープ。子どもたちが使うさまざまな遊具は、全て牧原さんの手作り。好意で伐採を許可してくれた数々の竹林から、一本一本歩いて運んだ竹などを使った「渾身(こんしん)の作」だ。旧国津小学校の放課後児童クラブの指導員として、「マッキー」の愛称で親しまれ、子どもたちを楽しませる「遊びの先生」だった牧原さん。夏休みにはツリーハウス作り、冬は竹のそりで雪遊びなど、現代の子どもたちがなかなか体験できなくなった遊びを仕掛けては、子どもたちを喜ばせてきた。

少年少女スポーツチームを紹介

かがやけ! スポっ子

◆FMなばりで放送中の「全力! 少年少女」に登場したチームを紹介します。

男子12人、女子3人の小学生15人で活動する、「名張柔道スポーツ少年団」。メンバーたちは和気あいあいと稽古に励み、一緒に汗を流しています。

大切にしている言葉は、「精力善用 自他共栄(せいりよくぜんよう じたきょうえい)」。柔道の理念で、「柔道で鍛えた心と体を良いことに使い、自分だけでなく他の人と助け合いながら力を出し切り、強くなってほしい」という意味が込められています。

違う年代の人とのコミュニケーションも大切にする同チームでは、日頃からOBの先輩たちが練習に参加するなど、その思いはしっかりとメンバーたちに伝わっています。

名張柔道スポーツ少年団



練習日時/土曜、日曜 9:30~12:00
練習場所/武道交流館いきいき
連絡先/岩本さん Tel 090-5459-5591

7月4日(土)、5日(日)、11日(土)、12日(日)の4日間に行われるのは、楽しい音楽の生演奏を聞きながら、モクモク自慢のおいしい手作りハムと地ビールを楽しむ「ハム・ビアフェスタ」。オリジナルの乾杯ソングに合わせて、ビール片手にみんなで乾杯しましょう! 時間は、午前10時から午後4時(4日、11日は午後8時)まで。ジュシーなハムをつま

みにビールもどんどん進みますよ。また、会場には、ノンアルコール地ビールもご用意しています。「モクモクノンアルコール」は、三重県の特産「マイヤーレモン」を使い、さわやかな味わいと豊かな香りが特長。飲酒をしない「ハムンドルキーパー」の方は、ぜひ一度お試しください。

そんな中、国津小学校が昨年の3月に閉校。保護者からの「これから自然の中で遊べる場所がほしい」との声を受け、牧原さんは一念発起。貸してくれる土地を探し、公園作りをスタート。約半年かけ、昨年の夏休みに、自然の中の公園「森の学校」が完成。以来、地域の子どもたちに無料開放している。「森の学校の校長

として、「子どもたちが日常ではあまり味わえないような体験ができる場所を作ってあげたい」と、優しく微笑む牧原さん。「森で遊ぶと、子どもたちは自分で自分の身を守る感覚が研ぎ澄まされる。みんな上手に遊んでいます。『自己責任』というルールを理解して遊びに来てください」と呼び掛けた。

毎年、県内外から多くの観光客が訪れる、伊賀市西



湯舟の「伊賀の里モクモク手づくりファーム」。1995(平成7)年に開園し、今年の7月7日に20周年を迎えます。それを記念し、ファ

記念イベントも開催 二十歳のファームへ



伊賀の里モクモク手づくりファーム

〒518-1392 三重県伊賀市西湯舟3609
総合案内 0595-43-0909 (9:00~17:00)



牧原さんの周りには、自然と子どもたちが集まる

コンサートにフリマ、プラネタリウム。名張市母子寡婦福祉会主催のイベントが6月28日(日)、同市蔵持町の武道交流館いきいきで開催される。同会の総会に合わせて行われ、昨年は多く

今年も プラネタリウム登場 母子寡婦福祉会イベント 28日

の親子連れでにぎわった同イベント。中でも好評なのが、移動式プラネタリウム「星たまご」。料金は1人150円で、当日は午前11時半から整理券が配られる。先着80人。午後からは、声楽と

ピアノのコンサートの他、近大高専吹奏楽部が演奏を披露。雑貨や小物などのフリーマーケットも開かれる。問い合わせは、事務局・藤原さん(090-7603-5634)まで。

コミュニティFM 「FMなばり」ナビゲーター 募集



FMなばりで
地域の情報を発信しませんか？

仕事内容

『FM なばり』(FM83.5MHz) で放送する番組のナビゲーター(番組進行役)やリポーターのお仕事です。地域情報番組の企画・制作も担当していただきます。

勤務時間 6:00 ~ 20:00 内の 8 時間勤務 (週 3 ~ 5 日)
時 給 **780 円** ~
そ の 他 各種社会保険完備、交通費支給、要普通運転免許

※研修及び試用期間あり

採用後アナウンス研修及び試用期間があり、その後 9 月より正式採用となります。
試用期間中は時給 753 円を支給します。

応募方法 7月10日(金)必着で、下記住所あてに履歴書・職務経歴書を郵送してください。
なお、お預かりした個人情報については、採用事務以外の目的には使用しません。



株式会社 **アドバンスコープ**

〒518-0444 名張市箕曲中村18-2
TEL 0595-64-7821 (9:00~18:00)
<http://www.advanscope.jp/>
担当: 総務部 総務課 和所・制作部 FM制作課 石川

高齢者の世帯やひとり暮らしの方でも
家族みんなが安心の緊急通報サービス

福祉医療型緊急通報サービス

つながりコール

with **ケーブルプラス電話**

月額
利用料 **3,300 円**

(税込 3,564円)

※この金額にはつながりコールとケーブルプラス電話の基本料金が含まれます。
※通話料は別途かかります。



家族が離れていても

いつも誰かといえるような
安心と安全をお届けします

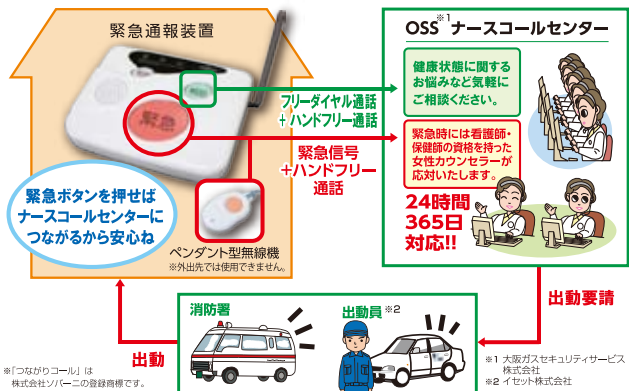
安心だね

ひとり暮らしや、昼間・夜間、家族が出掛けひとりになる高齢者の安全に。
また離れて暮らす家族の安心に。
ぜひ「つながりコール with ケーブルプラス電話」をお役立てください。

福祉医療型緊急通報サービス

つながりコールって何？

緊急通報装置から、看護師・保健師による健康に関するお悩み相談と緊急時の対応(ご自宅への駆けつけ、救急車の手配など)を24時間365日行います。



この機会にNTTから
ケーブルプラス電話に乗り換えて、
電話代も安く抑えましょう！

ケーブルテレビと
セットで

さらにお得!!

ケーブルプラス電話と
つながりコールに
セットで入れれば
こんなにお得!!

CATV スタンダード 3,500円 (税込 3,780円)	+	ケーブルプラス電話 1,330円 (税込 1,436円)	+	つながりコール 2,500円 (税込 2,700円)	-	割引 1,860円 (税込 2,008円)	=	3つ合わせて 5,470円 (税込 5,907円)
---	---	------------------------------------	---	----------------------------------	---	-----------------------------	---	--

料金についてお気軽にお問い合わせください

24時間 365日 安心対応!

株式会社 **アドバンスコープ** TEL **64-7821**