

今号のトピックス
topics

- 3ページ
・わたしの元気の素
趣味や仕事、多才で元気に
今川 かなめさん
- 45ページ
・伊賀を味わう
・読者プレゼント
- 6ページ
・いつか、に備え手助けを
山本 淳二さん
- 7ページ
・キラリ輝く 仕事人
美容室「LILY」代表
高木 健次さん

伊賀市の皆さん
こんにちは!

FMなばりをお聞きいただいていた伊賀市のみなさん、この度フリーペーパーnavaが伊賀市にもお邪魔することになりました。今後ともFMなばり共々、どうぞよろしくをお願いします。

人が集いにぎわう街へ

上野商工会議所会頭 木津 龍平さん

市街地活性化への熱い思いを語る木津さん=伊賀市上野農人町の「レストランテ チッタ」で

「まちなか」を訪れる人を増やしたい。商工会議所会頭、市街地活性化を目指す地域振興会社代表、地元企業の社長として「三つの顔」で伊賀市のまちづくりを見つめる木津龍平さん(75)伊賀市上野恵比須町。「伊賀上野の魅力を生かしてにぎわう街に」と、日々力を注いでいる。

地元企業の社長を務めていた木津さんが、上野商工会議所の会頭となったのは11年前。「街の様子を改めて見て、空き店舗や空き家の多さを再認識した」。それがきっかけで、市街地を活性化したいという熱い思いが胸に芽生えたという。

8年前には、空き家だった築100年の町屋を改装し、イタリアンレストランやギャラリーショップなどが入る複合施設「まちやガーデン伊賀・色々」を自身が社長を務める会社でプロデュース。まちづくりの先駆けとしてオープンした同施設は、観光客だけでなく地元でも人気のスポットに。

三つの顔で まちづくり

また、商議所会頭として店舗誘致に尽力した駅前ビル「ハイトピア伊賀」は3年前に完成。今では多彩なイベントが開かれるなど、市民らの「集いの場」に定着した。

街の変化と 手応え

さらに、9年前に市民らに呼び掛け設立した会社「まちづくり伊賀上野」でも、さまざまな企画を発信。商店街の空き家を利用した貸店舗「新天地 otonari」では雑貨店やカフェなどが人気を集め、駅前で開かれる「伊賀風土 FOODマーケット」は、毎回1500人以上が訪れるなど、盛り上がりを見せている。

「いろんな取り組みで、多くの人が訪れるようになった」と、市街地の変化と手応えを話す木津さん。「これからも、都会へ出た若者の「Uターン」や、まちなかへの定住化など、取り組みたいことはいっぱい」とまだまだ意欲は尽きない。

秋の特別キャンペーン 暖房、調理、節電にバツグン。
25% OFF! 今、お住まいのご自宅にも 3日で 簡単お取り付け

まずは新築計画段階でのご相談を!
Q 新ストーブによる煙など、ご近所への影響は大丈夫ですか?
A 煙の多い少ない、安全性は煙突の質などで決まります。お店によって煙突の質や設計は違いますのでご注意ください。

FireLife 薪ストーブ・ギャツペ専門店
ファイヤーライフ天理
天理市石上町428-1 (天理インターより南へ500m、R169沿い) ☎0743-65-4146
営業時間/13:00~18:00(土・日10:30~) 定休日/水・木曜
http://www.firelife.jp/tenri/ http://www.oneshearth.jp/

料理教室 のご案内
おいしさ発見 vol.3 発行しました! 料理教室にてプレゼント!

10/25(日) 地産地消コラボ
10:00~13:00頃 2,000円(税込)
“よこやまさんち”のこんにやくを使ってヘルシークッキング
* 牛すじの煮込みこんにやく
* 冷凍こんにやくの唐揚げ
* 茶碗蒸しのあんだれ
* こんにやく飯
* こんにやくブラウニー

10/30(金) ハロウィン♪ アフタヌーンティーレッスン
10:00~13:00頃 2,000円(税込)
* ミニスイーツ3種
・マカロン ・モンブラン
・パンキンパイ
* クルミのスコーン
* サンドウィッチ
* 紅茶

申込期間: 10/18(日)まで 対象: 高校生以上
開催場所: 名張近鉄ガス本社2F 料理教室
定員: 各18名 ※申込多数の場合は抽選

専属講師 桑 佐知子先生
お申込は当社ホームページにて!
http://www.kintetsugas.co.jp/ 店頭・電話受付 9時~17時
名張近鉄ガス 検索

大阪ガスグループ 名張近鉄ガス株式会社
名張市桔梗が丘1-1-5-1 担当/地域CS部
TEL.0595(65)2311(代表)

料理教室開催情報配信中
携帯 空メール用 スマートフォン用

身に着けたいと 思えるものを

名張市桔梗が丘 中谷 友美さん



「よく作るのはピアス」と話す中谷さん

金属や皮などのパーツを用いて作られた、アンティーク風のピアスやペンダント。名張市桔梗が丘に工房を構える中谷友美さん(38)は、趣味でアクセサリーを手作り。イベント



中谷さんが制作したアクセサリー

などで販売して人気を集めている。「自分が着けたいと思えるものを」と

金属チャームや合皮、レースなどを組み合わせ、古めかしくも温かみのあるデザインのペンダントやヘアゴム、ピアスなどを制作。「お客さんからは、『リーズナブルで可愛い』と言われます」と笑顔を見せる。

中谷さんがアクセサリー作りを始めたのは4年前。「もともと手作りの作品が好きで、よく買っていた」と話す。そんな時アクセサリーパーツを販売している人と知り合ったことから、自分でも独

学でチャレンジしたという。

手作りの 楽しさ

今では年に10回ほど地域のイベントなどに出席し、作品を販売する。「新しいデザインを考えるのは大変ですが、イベントに参加して作家仲間

の輪が広がっていくのが楽しい」と中谷さんは手作りの楽しさを話す。

これからは、透明な液体樹脂を使ったアクセサリー作りにも挑戦するという中谷さん。

「自分が作ったもので喜んでもらえると、うれしいですね」と創作意欲に目を輝かせた。

小さなギター奏者

小さな体で抱えるようにギターをポロロンと奏でると、たちまちリビングが癒やしの空間に。名張市百合が丘の丸山仁一君(10)百合が丘小5年)は、8歳からクラシックギターを始めた「ギター少年」。

心細い音色で聞く人の耳を楽しませてくれる。

丸山君がギターに興味を持ったのは、小学校1年生のころ、母・智子さんがファンだというロックバンド「ウルフルズ」のDVDを見たことから。エレキギターを弾く映像に「面白そう」とくぎ付けになった丸山君。家にあったウクレレを抱え、まねをして遊んでいたそう。

2年前の秋に、智子さんの知人からクラシックギターを習い始め、自宅で週に1回手ほどきを受けている丸山君。昨年の12月には、自身2回目のステージとして、「クリスマス



練習に励む曲の楽譜とレッスンでのアドバイスなどがしっかりと書かれたノート

「猫の恩返し」、『崖の上のポニョ』などのジブリ映画のテーマ曲を中心に練習中。丸山君は「全部完璧に弾けた時、『ヤッター』とうれしくなる」とニコリ。智子さんは「ギターを始めてから

現在に『猫の恩返し』、『崖の上のポニョ』などのジブリ映画のテーマ曲を中心に練習中。丸山君は「全部完璧に弾けた時、『ヤッター』とうれしくなる」とニコリ。智子さんは「ギターを始めてから

名張市百合が丘
丸山 仁一君



ギターを手に笑顔を見せる丸山君(名張市百合が丘)

「これからは、難しい曲を弾けるようになる。『三重奏もギターフェスティバル』にも出演してみたい」と意欲的な丸山君。「食べることが大好きなので、将来はギターも弾ける料理人が夢」と満面の笑みを見せた。

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

至結梗が丘駅 はんこ屋 名張店
至赤目 R165 至青山
ろうきん
名張市桔梗が丘2-7-17
はんこ屋名張店 検索

「Nava」伊賀エリア配布開始おめでとうキャンペーン!

伊賀地域にお住まいの方限定・完全予約 10月末まで

①リラックス整体・・・通常、初回受付料込み 6,480円を
疲れた体をリフレッシュ! ▶(50分) 4,320円(税込)

または
②ダイエットカウンセリング
ゆがみチェック・骨盤エアシート・・・通常 3,240円を
体脂肪・筋肉量・内臓脂肪などを細かく
チェック。ダイエットの流れ・料金プラン
をご提案し、ご納得いただけましたら
ダイエットスタートです! ▶半額 1,620円!
(税込)

初回の方に限り

日本フィジカルナチュール協会 認定 ミヤレックス完全
予約制

みや整体院 TEL 24-3805

伊賀市久米町 77-1 大京塗料ビル 2 階
受付時間 / 8:00~13:00、15:00~20:00 定休日 / 不定休
駐車場あり みや整体院 やってます

院長 宮崎 有香

施術料金表(一例)
初回受付料:1,080円

- 一般整体(40分) ...4,320円(税込)
- むくみ改善エアシート(40分) ...3,240円(税込)
- スポーツ整体(40分) ...4,320円(税込)

骨盤整体メニュー・美容矯正メニューもあります。

至伊賀上野駅 至サウルク 至上野東I.C. 至上野I.C. 至名張 至青山地区 至天理

ある時は農家、またある時は民族楽器の演奏家、寒い季節は織物作家に――。名張市新田に住む今川かなめさん(44)は、名張での「田舎暮らし、を楽しみながら多才な趣味を持ち、バイタリティーあふれる毎日を過ごしている。「自由に、やりたいことをやって生きることが、毎日の『元気の素』」。

都会を離れ農業がしたいと、3年前に会社勤めをしていた東大阪市から名張市に転居した今川さん。名張での多くの人との出会いから、「やってみる」をポリシーに、興味を持ったことに次々チャレンジを始めたという。

今ではジュニア野菜ソムリエとしての農業から養蜂、手織りで自分の感性を形にする「さをり織り」、インドネシア民族楽器アングルの演奏など、9種類の仕事や趣味を掛け持ちするほどに。「以前の生活からは想像できない」と、自身の行動力に改めて驚くことがあるそうだ。

掛け持ちがゆえにスケジュール管理が大変になることもしばしば。「でも、充実した毎日。楽しんで生きているので、元気にいろんなことができています」と屈託のない笑顔を見せる。

今夏には新たに、わなでの狩猟免許も取得し、害獣駆除のパトロールにも励む今川さん。「植物や動物の『命をいただく』という気持ちを大事にしたい」と、食品加工も勉強中だ。さらに、



インドネシアの民族楽器アングロン。揺らして奏でる

「名張は釣り人も多く来ると聞き、来年挑戦したいのはアユ釣り」と、あふれるエネルギーとともに、今川さんの好奇心はとどまるところを知らない。

名張市新田 今川かなめさん

趣味や仕事、多才で元気に

わたしの
元気の素
vol.1



織り上げた「さをり織り」の作品を手に現在の暮らしの魅力を語る今川さん

行ってみよう
このお店
地域のお店紹介 Vol. 31

西澤コロッケ店

【TEL】21-5249 【所在地】伊賀市上野小玉町3090
【営業時間】9:00~18:30(なくなり次第終了) 【定休】水曜日

変わらない味を

「この味が忘れられない」と言んでもらえるのがうれしい。妻・美智子さんはコロッケを手に笑顔を見せた。

店主の西澤信雄さん(78)は、1956(昭和31)年に実家の精肉店で扱っている肉を生かして、当時は珍しいコロッケの店を始めた。ジャガイモなどの材料は「質の高い」国産を使用。中でも牛肉は、「伊賀牛でなかったら加減が悪い。どこにもまねできない味付け」と西澤さんはこだわりを語る。

出来たてアツアツはもちろん、冷めてもおいしいと評判のコロッケ。「西澤コロッケ店」は、伊賀市の旧市街地に店を構え、来年初業60年を迎える。夫婦二人三脚で昔から変わらぬ味を守り続けている。



「これまで続けてこられたのは妻のおかげ」と照れながら話す西澤さん。



町の人や学生らに愛される同店

株式会社 **近畿不動産販売**

www.kinkih.com 本社 **0120-69-4733**
伊賀支社 0120-92-7779



仲介・売買・買取・
リフォーム etc
不動産全般

リフォーム全般 **Re-Sumai**
www.resumai.com **0120-63-2556**



安心の定額制料金

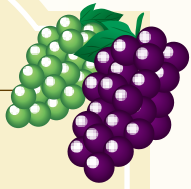
〈一例〉
パッキン交換 1カ所 **2,000円**
網戸張替 1枚 **1,800円**
一度の発注金額の合計が5,000円以下の場合、基本料金として3,000円が加算されます。但し発注合計が5,000円を超える場合、基本料金は加算されません。(全て税抜金額)

寒暖の差が激しい伊賀盆地。清らかな水と豊かな土壌で、野菜や果物、米はもちろん肉まで、四季折々で自慢の食材がいっぱいです。さあ、いよいよ食欲の秋、到来。伊賀の美味しいものを食べて、心もおなかも満たしましょう～!!

伊賀を味わう

果物

KUDAMONO



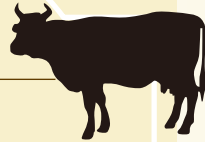
伊賀地域では、おいしいフルーツもたくさん採れます。

夏場、伊賀市羽根地区で作られる「白鳳梨」は、甘くジューシーな伊賀の「ブランド梨」です。また、近年頭角を現しているのは、名張市の「美旗メロン」。毎年7月下旬から約1カ月の販売期間では連日「売り切れ御免」の大盛況です。

さらに、伊賀地域で栽培が盛んな果物がブドウです。名張市青蓮寺では「ぶどう狩り」も観光客らに人気。10月末まで楽しめますよ。

伊賀牛

IGAGYU



一年を通して寒暖差が大きい気候の伊賀盆地は、暑さに弱い牛の肥育に適しており、脂が乗った良い牛肉ができる環境とされています。

食通で知られた小説家・池波正太郎は、著書「食卓の情景」で伊賀牛を「松阪の牛肉が丹精をこめて飼育された処女なら、こちらの伊賀牛はこつてりとあぶらが乗った年増女である」と評しました。また、映画監督の黒澤明も、京都の撮影所から伊賀牛を食べるためだけにタクシーでやってきたというエピソードが残っています。

伊賀米

IGAMAI



伊賀地域は古くから、米の育成にはうってつけの土壌。栄養豊富で粘土質な土壌と、寒暖差が激しい気候によって米の栄養分がぎゅっと凝縮され、味・粘り・香りの三拍子がそろった良質な米が育ちます。

日本穀物検定協会が毎年実施する「米の食味ランキング」では、伊賀米コシヒカリは4年連続で最高評価の「特A」を獲得。全国的に有名な米どころに負けない、おいしい米の産地です。いろんな秋の味覚のお供は伊賀米の「銀シャリ」ですよ。

〈参考文献〉・「三重の里 いなか旅のススメ」株式会社ゼロ(制作)／三重県・「三重の文化 郷土の文化編」三重県教育委員会(編集・発行)・「三重観光ガイド」三重県農水商工部 観光・交流室、社団法人三重県観光連盟(発行)・「写真探訪 伊賀・名張のたから」郷土出版社・「伊賀上野 観光ガイドブック」上野商工会議所・「遊歩名張」三重県名張市観光交流室、一般社団法人名張市観光協会
 〈引用〉:「食卓の情景」池波正太郎(著)／新潮社

イベント情報

第10回 隠(なばり)街道市

地元名張などの物産のお店が並びます。その他、イベントエリア内では「っひやわん怪人20面相を探せ!」「光と影えんむすび行灯コンサート」「やなせひやわんまつり」などいろいろな催しが盛りだくさん。

日時／10月10日(土)
 午前9時～午後4時

10月11日(日)
 午前9時～午後3時半

場所／名張市旧市街
 (催しにより会場が異なります)

料金／無料(一部有料)

〈問〉名張地区まちづくり推進協議会
 (名張公民館内)
 ☎64-26005

伊賀上野「灯りの城下町」

「灯りと華のプロムナード」

町中にあんどんが並べられ、いつもと違う街道の風情が楽しめます。灯りを使った手作りの作品や花をテーマにした作品を、雰囲気のある場所で展示します。

日時／10月10日(土)～12日(月・祝)
 午後5時～午後9時

場所／史跡旧崇廣堂、旧小田小学校校本館、菘虫庵など

料金／無料

〈問〉伊賀市文化都市協会
 ☎22-0511

「自然体験フェスタ」

ススキ投げや丸太切りを競う「子ども遊びリンピック」やクラフト体験、夜のお亀池を散策するナイトハイクなどがあります。

日時／10月17日(土)～18日(日)

場所／国立曾爾青少年自然の家
 対象／子どもを含む家族

〈問〉国立曾爾青少年自然の家
 ☎0745-96-2121

新卒 中途 未経験 問わず!

正社員募集

携帯電話ショップスタッフ 【勤務地】伊賀市・名張市

月給 **20万円以上** 月収例 **28.3万円**
【入社4年】(基本給+諸手当)

パソコンが苦手な方でも大丈夫!

仕事を覚えれば全国の携帯ショップで通用します!

- 時間／10:00～19:00(多少残業あり)
 ★就業時期などは相談に応じます。
 ※auショップは10:00～20:00(シフト交替制)になります。
 - 資格／40歳まで
 ※長期勤務によるキャリア形成のため。
 - 休日／月8日(シフト制)
 - 待遇／社保完備、要普免、研修期間あり **「手に職がつく」仕事です**
- ★入社後、資格取得した場合、別途手当あり(2,500円～35,000円/月々)
 ★お給料UPは実力次第! 別途能力給・職務手当あり



ドコモショップ 名張蔵持店限定 アルバイト募集

フリーター、主婦の方も歓迎! まずはお問合せください。
 時給 **1,000円** 週2～3日でも可
 ■時間／10:00～19:00 時短勤務も応相談
 ★社員同様、資格取得すると別途手当もあり(2,500円～35,000円/月々)
学生さんにオススメ!(高校生不可)
 ◎授業に合わせ、勤務時間など考慮します。
 ◎長期休暇はがっちり稼げます!
 ◎正社員登用あり! ずっと働きたい方は就職活動不要。(取得した資格も引き継ぎ可)

株式会社フォルテグループ
三重・岐阜で12店舗展開中 <http://www.fortegroup.co.jp/>

応募受付は全てドコモショップ 名張蔵持店で行います。
 受付/10時～19時(担当/坂本・中尾)
 ☎0595-62-7815
 ドコモショップ名張蔵持店
名張市蔵持町原出1746 マックスバリュ名張内

docomo au SoftBank
ドコモショップ 名張蔵持店 auショップ 名張 ソフトバンク 伊賀上野・名張中央

伊賀FCくノ一の ハツラツDiary

VOL.1

くノ一を
応援してね!



10月から、このコーナーで私たち「伊賀フットボールクラブくノ一」の選手からメッセージをお届けします。今回は、私、那須麻衣子がチームを紹介します。伊賀FCくノ一は、「なでしこリーグ」というトップリーグに参戦しています。1976年に創部し、今年で40年目。日本の女子サッカーチームの中でも歴史が長いチームです。私たちは地域のみならず、スポンサー企業の方々、ファンの皆様に支えていただいている「市民チーム」として活動しています。

現在、22人の選手が所属していて、それぞれ個性豊か。練習の無いオフの時には、集まって食事会を開いたりするほど、みんな仲良しですよ!

試合は、伊賀市の上野運動公園競技場を本拠地に頑張っています。これからも応援よろしくをお願いします。



<http://www.igafc.jp/>

キャプテン・MF
那須麻衣子

【プロフィール】
背番号6
1984年7月31日生
名張市出身
好きな食べ物:
生クリーム
愛犬:ティグ
(チワワとパピヨンの
ミックス)



ランチセット ¥1,550 ~、ランチコース ¥4,100、ディナーコース ¥4,100 ~ (金額は全て税込です)

リストランテ チッタ

☎ 0595-22-8320

住所/伊賀市上野農人町423
営業時間/ランチ11:30~14:00
カフェ14:00~17:00 ディナー17:00~20:30(L.O.)
定休日/火曜日(祝日の場合は翌日)

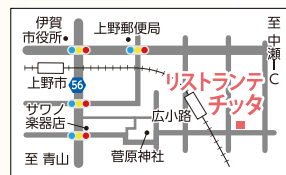
町屋で食す本格イタリアン

「城下町伊賀上野」の町屋を改装した、和モダンなレストラン。イタリア・シエナで腕を磨いたシェフが、伊賀牛などの厳選した素材を使った、本格イタリアンを提供します。「ディナーはリーズナブルに。昼間もランチでフルコースを」。ゆったりとした空間で、至極の味を。

女性のお客様に多くご来店いただいています



シェフ 新家康仁さん



忍者が食した名物鍋



※写真はイメージです

忍術鍋 1人前 ¥5,400 (税込)は2人前以上で前日までに予約を

対泉閣

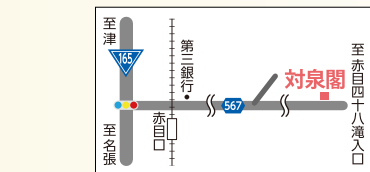
☎ 0595-63-3355

住所/名張市赤目町長坂682
営業時間(昼食)/
お食事11:30~14:30
入浴・館内利用10:30~15:30
定休日/不定休



常務 玉置智也さん

名勝・赤目四十八滝のふもとにたたずむ温泉宿で、その昔、忍者が食したといわれる鍋は、伊賀牛をはじめ、ブタ、トリ、イノシシの4種類の肉や野菜全て地元の食材を使ったオリジナル鍋は、その名も「忍術鍋」。その味目当てに訪れる人も多いうような名物鍋、ぜひご賞味あれ。



その他、「伊賀の旬の月替わり会席」¥5,400~(税込)も好評

第12回 森の音楽会

伊賀地域などで活躍するグループの演奏やコーラスがあります。出演は、大阪新音アコーディオン研究会、コーラスグループ「はなろ」、上野高校吹奏楽部。
日時/10月18日(日)
午後1時半~午後3時

場所/県上野森林公園
料金/無料
☎ 22-2150

青蓮寺湖観光村ぶどう狩り

時間制限なし、食べ放題のぶどう狩りは、弁当や飲み物の持ち込みもOKです。10月は、甘みと酸味が濃厚な「マスカットベリーA」を収穫できます。
日時/10月31日(土)まで
午前9時~午後5時

料金/中学生以上1300円
小学生950円
幼児(3歳以上)650円
☎ 63-7000

上野歴史民俗資料館特別企画展

「恐竜と世界の化石2015」
恐竜の全身模型や伊賀地域などで見つかった化石を展示しています。
日時/11月7日(土)まで
午前9時~午後4時半
(月曜休館)

場所/上野歴史民俗資料館
料金/無料
☎ 21-6666

メナード青山リゾートハーブガーデン

2015 セージフェスタ
ラベンダーセージやメキシカンセージなど、約20種類、10万株のセージのグラデーションが丘いづばいに広がります。
日時/11月23日(月・祝)まで
午前9時~午後5時
(同4時受け付け終了)

料金/中学生以上1000円、小学生500円
☎ 54-1326

nava 読者プレゼント

新米 伊賀米こしひかり 10kg

5名様に

おいしい食材が次々登場する秋。それらの味を引き立てるのは、やっぱりホカホカごはんですよ。食味ランキングで4年連続「特A」獲得、伊賀の新米コシヒカリをど〜んとプレゼントします。



2015年
10月18日(日)
消印有効

〈ハガキ〉〒518-0444 名張市箕曲中村 18-2
(株)アドバンスコープ「nava プレゼント」係
〈Eメール〉guide@asint.jp 〈FAX〉64-5202

①住所 ②氏名 ③年齢 ④連絡先 ⑤navaへの感想やご意見(任意)を明記の上、ご応募ください。
※当選の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。※個人情報(抽選および賞品の発送以外)には使用いたしません。

いつか〴〵に備え 手助けを

名張市桔梗が丘 山本淳二さん



役所への届け出書類の作成だけでなく、遺産相続や遺言書などの相談にも応じるという行政書士。名張市桔梗が丘の山本淳二さん(62)は、定年退職後に自宅に事務所を設立。人生の「エンディング」に向けて、自身を見つめ直す「終活」に取り組む人々の助けとなっている。

「もの作り」が好きだったという山本さんは、大学卒業後はベアリングの部品を製造する会社へ就職。その後、電子部品関係の会社へ転職したが、「人と面と向かって接する仕事が好き」と思うように。そんな時に書店で行政書士に関する書籍を

見つけ、資格を取ることを決めたという。仕事をしながらこつこつと勉強を続け、54歳の時に初受験。「ちょうど定年退職前の年」となった5回目のチャレンジで合格を勝ち取った。

目を浴びる「終活」に関心を向けるようになったきっかけは、行政書士として独立直前に母親が亡くなったことだったという。「遺産相続について何も知らないと感じました」と当時を振り返る。

これを50回以上開催し、今後は中高年も対象に知識を広めていく予定だという。「抱えていた問題が解決した時に見せる、依頼者のほっとした表情に接すると、お手伝いして本当に良かったと思います」と、山本さんは優しい笑みを浮かべた。

教えて 答えて わたしのギモン

Q 保冷剤 どう捨てるの?

夏場大活躍した「保冷剤」。気付くと冷蔵庫にいっぱいあって、そろそろ捨てたいのですが、「燃やすごみ」、「燃やさないごみ」どちらで出せばよいのですか?
(名張市 たなちゃん)

A 可燃か硬プラで

伊賀南部環境衛生組合に聞きました。
名張市と伊賀市青山地域では、保冷剤は「燃やすごみ」に分別されています。

質問募集中!
暮らしの中の素朴な疑問を、nava編集部が調べてお答えします。

あて先
(ハガキ) 〒518-0444 名張市箕曲中村 18-2 アドバンスコープ「nava わたしのギモン」係 (Eメール) guide@asint.jp (FAX) 64-5202
①毎日の暮らしで疑問に思っていること②住所③氏名(ペンネーム可)を明記の上、ご応募ください。
※採用の可否はお答えできません。あらかじめご了承ください。

また、伊賀市廃棄物対策課によると、伊賀市(青山地域除く)では一般的な保冷剤は「可燃ごみ」ですが、硬質プラスチック製のものは、「硬プラ・革製品類」の収集日に、「透明または白色半透明の45ℓ以下のごみ袋で」とのことです。
いずれの場合も、ごみ出しはルールを守って行いましょう。

手作りでおいしい秋 いかが

秋風が気持ちいい季節となりました。おなかもグーグー鳴りだす、待ちに待った「食欲の秋」到来です! 伊賀の里モクモク手づくりファームでは、旬の食材を使った期間限定の体験教室を開いています。手づくりで、おいしい秋を楽しみませんか。



ろごろソース作り体験」。モクモクの農場で大切に育てた、色とりどりの10種類のミニトマトを収穫。採りたてを味わった後は、完熟トマトを使って果肉たっぷりソースを作ります。パスタやオムレツにピッタリな、オリジナルの秋

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)

三重県補聴器センター
イメージキャラクター ちゆん太くん

補聴器専門店 三重県補聴器センター

昭和21年創業
安心・実績

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ときも安心。

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。

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
TEL 26-2933・FAX 26-2934

2015年7月にオープンしました!

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)

独自の聴能トレーニングと万全のアフターサービス

少年少女スポーツチームを紹介

かがやけ! スポコ子

仲良く練習に取り組む「Zero kids くらもち」は、小学生の男女9人が活躍するミニバスケットボールチーム。「毎日コツコツ所懸命」がモットーです。地元での練習試合の他、大阪、和歌山にも遠征に出掛けるなど積極的に活動しています。「他のチームの子とも仲良くなれるのが楽しい」とキャプテンの一人、竹内桃代さん（蔵持小6年）は話してくれました。

Zero kids (ゼロキッズ) くらもち



練習日時 / 木曜 17:00~19:00
土曜 13:00~16:00
練習場所 / 名張市立蔵持小学校体育館
連絡先 / 竹内さん Tel. 090-1986-5275

キラリ輝く / 仕事人 Vol.1

伊賀市服部町 美容室「LILY」で働く高木さんにお聞きしました。

美容師 高木 健次さん

美容室「LILY」代表

いつも美しいスタイルを



仕事に就いたきっかけは？

手に職を付けたいと思っていた時に、美容師が主人公のテレビドラマを見て「カッコイイ」と思ったことがきっかけで進路を決めました。



ヘアカットする高木さん。「お客様の希望や悩みを聞きながら季節感も考えて、ヘアスタイルを提案しています」

どんな仕事？

カット、パーマ、カラーなどの造形できれいに。さらに、頭皮ケアやヘッドスパなどのヘアケアを組み合わせ、お客様を最大限に美しくします。



シャンプーも丁寧に。「リラックスしていただけるように心掛けています」

仕事の魅力は？

お客様にきれいになって喜んでいただくことです。笑顔で「ありがとう」の言葉をかけていただくのが嬉しいです。



愛用の白いシザーバック。半年に1回、プロに手入れをしてもらっているハサミは「一生もの」

携帯電話をスマホに切り替えてから、ラジオをよく聞くようになった。音質も良くて聞きやすい。手軽にどこにでも持ち歩きできるので便利が良い。私は枕元において聞くことが多い。就寝前や目覚めた時には、ついスイッチを入れてしまう。NHKの第2放送では、朝6時45分から「ラジオ英会話」が始まる。6時半頃に目覚めるので、6時45分開始が、ちょうど頃合いというところである。若い時には英会話に苦労したが、この年齢では何の役にも立たないのに聞き入ってしまうのはなぜなのだろう。



遠山顕さん、パートナーのケイティさん、ジェフさんの組み合わせが絶妙で、よくアドリブが入り、英語で冗談を言い合うのである。分からない時の方が多いが、それが理解できた時は、何か謎が解けたような痛快な気持ちになる。私は、簡単な日常単語で語られるイディオム(慣用句)が苦手である。例えば、9月10日の放送では、「a slip of the tongue」が「口がすべること」であるとか。「keep a straight face」が「笑いをこらえる」という意味であるとか、こんな言い回しに「なるほど」と感心してしまうのだ。

井上宏の 祝徳覚エッセイ

Vol.19

★井上宏:1936年生まれ。関西大学名誉教授、日本笑い学会顧問。名張市桔梗が丘に在住。著書に「笑いの力」(情報メディアと現代社会)など



リジナルトマトン
1ス完成させま
しょう。
時間は、火曜日

と木曜日の午後1時半から約1時間半。料金は中学生以上1500円、小学生以下900円。うれしいお土産付きです。二つ目は秋の味覚を楽しむ「かぼちゃミルクパン教室」。モクモクのジャージー牛乳を使ったミルク生地の中に、カボチャを練り込んだクリームを巻き込んでパンを焼き上げます。時間は、毎日午前10時半から午後1時からの2回。参加料金は、2人分3240円、1人追加ごとに1296円となっています。すがすがしい秋空の下、家族や友達とおいしいものを作って食欲の秋を満喫しませんか。

名張市の桔梗が丘

名張市桔梗が丘 3-3-86
【電話】67-1313
【営業時間】9:00~18:30(火曜定休)
<http://www.sawadaikkyuan.jp/> 桔梗が丘公民館前

美味しい秋の味覚

栗入りのこしあんを
チヨコ羊羹で
金柑入りの白あんを
柚子羊羹で
包みました

伊賀銘菓
かくだま

1個 162円(税込)

家族が離れていても

いつも誰かといっているような
安心と安全をお届けします

安心だね



福祉医療型緊急通報サービス

つながりコール

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

ひとり暮らしや昼間・夜間に家族が出掛け、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」をお役立てください。

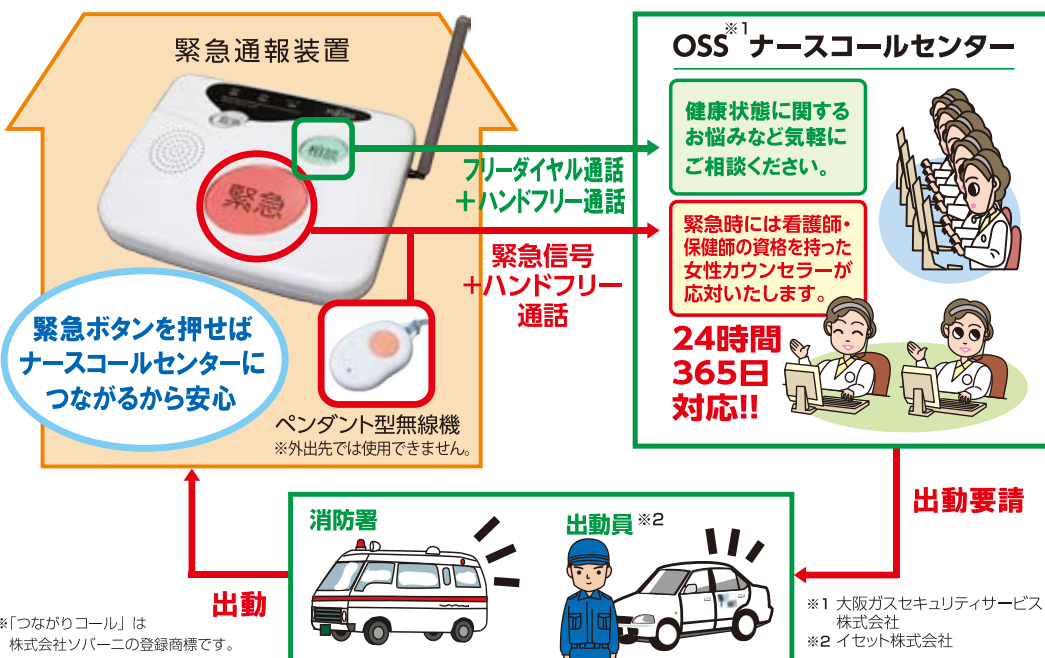
月額利用料 **2,700円** (税込)

「つながりコール」は、株式会社ソバーニが提供する緊急通報サービスです。コールセンターでは、専任の保健師や看護師の免許を持つ相談員が24時間コールセンターに待機し、健康に関する様々な健康相談を受け付けています。また緊急事態に備えて、警備員も24時間体制で待機。もしもの備えにご利用ください。

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。



緊急通報

通報装置の緊急ボタンを押すとナースコールセンターに繋がります。ナースコールセンターには24時間365日、複数の相談員が待機し、通報に対応します。

また、出動員は名張駅前と伊賀市ゆめが丘の待機所に常駐し、こちらも365日24時間体制で対応します。

健康相談

ナースコールセンターの相談員にいつでも相談できます。健康相談はもちろん、介護や健康に関連した各種生活相談も24時間、気軽にご相談ください。

sobaniURL

<http://www.sobani.jp>

24時間 365日 安心対応!

お申し込み
お問い合わせ

ソバーニ
Sobani 株式会社 ソバーニ

0120-99-5082

受付時間
平日 9:00 ~ 17:00