



今号のトピックス
topics

3ページ
・古布でつながる
人の温もり
西口 陽子さん

45ページ
・2016
伊賀 名張の押し麺
・読者プレゼント

6ページ
・郷愁の音色 ハーモニカで
後藤 誠司さん

7ページ
・キラリ輝く仕事人
パーソナルジムKaika
萩森 知洋さん



太古からのプレゼント

伊賀市上野玄蕃町 北田 稔さん

コレクションの展示室でハートの化石を手にする北田さん

バレンタインに発見
ハートの化石

日本でもすっかりおなじみとなった、2月の風物詩バレンタインデー。伊賀市上野玄蕃町の北田稔さん(69)は、7年前のこの時期に、ハートの形をした化石を自らの手で発掘。太古からの贈り物は、現代の「愛の日」の前に、見る人を笑顔にしている。

ハートの形をした化石は、「オクヤマドブガイ」という貝の化石で、「およそ400万年前に、生きたまま地中に埋まった珍しいタイプ」。さらに、もともと綺麗な左右対称だった二枚貝が、土が堆積(たいせき)する重みで潰れることなく形を保っていたという奇跡の一品だ。

「最初は貝だと分からず掘り出してみたら、見事なハート型で驚いた」という北田さん。「寒い中探していた私へのバレンタインプレゼントとして来てくれたのかな、とうれしくなりましてね」と当時を振り返る。

取材が来るなど注目を浴びているハートの化石。見つかったのは大山田地区を流れる服部川で、かつて400万年前には琵琶湖の原型となる湖があったとされ、今もたくさん化石が見つかるという。

北田さんが化石の採集を始めたのは小学生の頃。友人が持っていたという奇麗な化石を目にして、「自分も欲しい」と採集するように。「それからずっと、半世紀以上続けています」と屈託のない笑顔を見せる。

現在も伊賀市内を中心に化石採集を続ける傍ら、伊賀地域の公民館などで講演を行ったり、発掘体験の案内役を務める。さらには、自宅の数千点にもおよぶ化石コレクションを一般公開するなど、化石の魅力を広めているという。

「私にとって化石は、いつまでも眺めていられるほど夢中になれる人生の励み。これからも続けて、いつか新種を発見したら自分の名前を付けたいですね」と夢へ思いをこめた。

地元メディアから

三重県補聴器センター
イメージキャラクター ちん太くん

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ができます。

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

お母さんに活躍の場を

名張市桔梗が丘 松井 志織さん



今後の目標を語る松井さん

女性の仕事と子育てを両立できるよう、さまざまな取り組みが行われている。名張市桔梗が丘に住む松井志織さん(29)は、子育てに励む母親らを応援する団体「mothers space (マザーズスペース)」を設立。母親たちの悩みを共有し、活躍の場を作ろうと奮闘している。

松井さんが、仲間と共に同団体を設立したのは、昨年11月のこと。子育てに追われる母親らが「1人の女性」になって息抜きできる「時間作り」を目指し、メンバーらと協力してイベントを開いているという。

松井さんが同団体の設立を考えるようになったきっかけは、

自身の仕事の中で、子育てに悩む母親から相談を受けることが多く、自身も2児の母親として「悩みに共感」したことからだったという。「子育ての悩みを相談できる場所は多くあるけれど、土日などは開いていないことも。そんな、フォローしきれないところを支えられれば」と、松井さんは同じ思いを持つ仲間と共に活動をスタート。現在は男女合わせて十数人がメンバーとして参加している。

設立から1カ月後の12月には「お母さんたちの気分転換の場」と、子どもを連れて参加や出展ができる託児ありのフリーマーケットを開催。参加した母親たちは



ダンスパートナーの次男・竜我(りょうが)ちゃん(1才)と踊る澤田さん

「いろいろなことを『子どもがいるからできない』と悩んでいる人も多いので、そういった人が活躍できる場所にしていきたいですね」と松井さんは笑顔を見せた。

「気兼ねなく子どもを連れて来ることができて、リフレッシュできた」と好評だったそう。同様のイベントを今月13日、14日にも市内の商業施設で開くという同団体。さらには3月からは、毎月1回子育ての悩みなどを共有できる座談会も企画 중이다。

ベビードダンスで楽しく子育て

伊賀市小田町 澤田 理恵さん

赤ちゃんと一緒に楽しめる、近年注目されている「ベビードダンス」。伊賀市小田町の澤田理恵さん(38)は、2児の母。ベビードダンスを生かして子育てに励む中、インストラクターとしても活躍し、たくさんママたちに魅力を伝えている。



レッスンの合間に笑顔を見せる澤田さん親子

ベビードダンスは、首が座った生後4カ月から2歳くらいまでの乳児を抱っこし、サンバや童謡などの音楽に合わせてステップを踏むダンス。「赤ちゃんはママの腕の中でリラックスするし、ママも産後の運動不足を解消できて、リフレッシュします」と澤田さんは目を輝かせる。

自身も9歳と1歳の男の子を育てる現役ママの澤田さん。次男がぐずったり、夜泣きする時などに胸に抱いてベビードダンスをする。そのまま眠ってしまったり、機嫌も直るなど「子どもも私も気分が変わる」と話す。

6年前、テレビでベビードダンスを見て「面白そう」と釘付けに。一念発起して講習に通い、認定試験に合格。インストラクターとしての道を歩み出した。

「伊賀地域でも広めたい」と、翌年には伊賀市のダンススタジオで教室を始めた澤田さん。元保育士の経験を生かし、レッスンは、童謡や手遊びも取り入れる。「知らなかった歌も覚えられた」とママたちからも好評だという。

近頃は、核家族が増え、子どもを抱き方やあやし方に戸惑うママも。澤田さんは「ベビードダンスを、楽しく子育てをするツールの一つにしてほしい」と顔をほころばせた。

不動産全般・仲介・売買・買取・リフォームetc

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

無料査定!

即金買取! 秘密厳守!

金額が合えば売却
をご検討いただける方

将来のために査定
だけをご希望の方

住宅ローンの返済
がしんどくなってきた方

買い取りをご希望の方

相続物件でお悩みの方

その他不動産
に関わるお悩みがある方

既に他社にて売却を依頼されていて未だ**売却できない方**

土地だけの売却をご希望の方

まずは、お気軽にお問い合わせください!

わたしの
元気の素
vol.9

手にするだけで古き良き時代に導いてくれる「古布」。伊賀市上野車坂町の西口陽子さん(72)は、さまざまな時代の古布をバッグやタペストリーなどに再生。新たな命を吹き込み、魅力を伝えている。「つらいことがあった時にも、生きる力を与えてくれた古布が、私の『元気の素』」。

西口さんは、約20年前、知人が手にしていた古布で作られたバッグに「一目惚れ」。それまで習っていたパッチワークの技を生かし、オリジナルの作品を作り始めたという。

「時を重ねた独特の風合いが好き」と魅力を話す西口さん。主に、昭和初期から古いものでは江戸時代の着物や布団の木綿地などを使いリメイク。知人らからの「譲ってほしい」との声を受け、夫が営む骨董(こっとう)店の一角に作品や古布を置くようになって20年。現在も、古布ならではの「和モダン」な品々が店を彩る。

「古布を一針一針縫いつないでいくのが楽しい」と笑顔で話す西口さんだが、7年前には転機が。火災により、自宅と店舗が全焼し、「それまで築いたものが一瞬にして失われ、『人生が終わった』と塞ぎ込んだ」。

そんな中、西口さんに「光を差し込んで、元気を与えてくれた」のもまた、古布だった。焼けずに残った古布を友人から差し出された時に「私にはこれがあった」と再認識し、「喜びとともに元気も出てきた」と当時を振り返る。



プレゼントにも喜ばれるという作品

現在は、火事に見舞われる前にも増して、熱心にリメイクに勤む西口さん。「本当に古布が大好きで、私の生きる原動力。古布を通じて多くの人も出会い、人の温もりに感謝する毎日です」としみじみと語った。

伊賀市上野車坂町 西口陽子さん

古布でつながる人の温もり



自作のバッグを手に古布の魅力を語る西口さん

Book Cafe 月灯りの書齋

【TEL】0595-21-1864 【所在地】伊賀市上野忍町2580
【営業時間】11:00 ~ 19:00 【定休】水曜日

行ってみよう
このお店
地域のお店紹介 Vol.39

自分の時間、味わう場所に

城下町の風情を残す、伊賀市上野忍町に店を構える「Book Cafe 月灯りの書齋」。本と向き合いゆっくと過ごせると、いろんな世代の人たちの間で評判を呼んでいる。
4年前に店長の宮下葉子さん(57)が「一人で温かいものを飲みながら、ゆっくりくつろげるスペースを目指し、父親が経営していた医院を改装して始めたという同店。店内の本は、宮下さんの家族が持っていたものや訪れた人などから寄贈されたものが主で、千冊以上あるという。書棚に並ぶのは、小説はもちろんマンガや絵本、辞典や美術書など多彩で、宮下さんは「ジャンルを問わず用意しています」と話す。
仕事帰りに通う人や、県外から訪れる常連客もいるという同店。次に来たときに続きが読めるようにと、しおりも用意されている。
ギャラリーや演奏会などの、貸しスペースとしても地域のの人に親しまれている同店。宮下さんは「これからも、一人でも多くの人が安らぐ空間を作れたら」と明るく話した。



千冊以上の本が並ぶ店内

「一人でゆっくりできるよう一人掛けの席も多く用意されている」

新登場! オリジナルのブレンド茶3種
春のブレンド茶
ROSE BEAUTY
HERBAL CLEAN

こだわりの茶葉をバランス良く配合したアズウェルのオリジナルブレンド茶シリーズ。飲みやすくスッキリとした味わいだから、安心して毎日お飲みいただけます。

春のブレンド茶 べにふうき他、配合。 お出かけも快適に! ・30/パック入り 2,700円(税込)	ROSE BEAUTY ダイエットをサポート! ・30/パック入り 2,700円(税込)	HERBAL CLEAN キャンドルプッシュ他、配合。 毎朝スッキリ、気分爽快! ・30/パック入り 2,700円(税込)
---------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------

合同会社 アズウェル
名張市つつじが丘北5番町80-5番地
携帯: 090-5639-6123
TEL: 0595-68-5906 (担当者/山口)
販売スタッフ大募集

※写真はイメージです

お試しパック 無料で提供いたします!
詳しくは、お問い合わせください。

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

至赤目 至青山
R165
名張市桔梗が丘2-7-17
はんこ屋名張店 (検索)



味わい深い十割そば そば.けいた

青蓮寺の森にたたずむ、隠れ家的な店です。こね、打ち、湯がき、全てに真剣勝負。自家挽きの粉と水だけで作る十割そばは、多くのお客様に好評です。味わい深いそばを、ぜひ一度ご賞味ください。



店主 松久 慶太さん



鴨汁そば 1,500円(税込)

こだわりのそばを香ばしく焼いたネギ、鴨と共に熱いだしで。寒い季節にピッタリの一品

☎0595-61-1371

住所／名張市青蓮寺1258-9
営業時間／11:30～14:30 定休日／水曜日



こだわりのだしと手打ち麺 かみ六

名張市中町に店を構えて27年を数えます。手打ちのそばとうどんはもちろん、米・肉・野菜と伊賀をまるごと味わえる「縁結び膳」もおすすめてです。歓送迎会もぜひどうぞ。スタッフも募集しています。



店主 山村 順一さん



カレーうどん 980円(税込)

ほどよい腰の麺に使うのは、愛知県三河地方の小麦粉。たっぷりの伊賀肉と濃厚なだしで多くの人に愛される一品

☎0595-64-1498

住所／名張市中町348番地
営業時間／11:30～15:00 17:30～21:00 定休日／木曜日(祝祭日は営業)



うどんにそば、ラーメンにパスタ。北は北海道から南は沖縄まで、全国各地に「ご当地麺」があるほど、麺好きな私たち日本人。伊賀地域にも、おいしい麺料理を提供するお店がたくさんあります。

そこで、今回のnavaでは、各店の店主イチオシの麺料理「押し麺(オシメン)」をご紹介します！いずれ劣らぬ逸品ぞろい。ぜひ一度味わってみてください。

イベント情報

第12回 絵てがみ教室合同作品展

「ヘタでいい、ヘタがいい」を合言葉に思いを伝える絵てがみ。名張・蔵持両公民館の教室で描いた作品を展示します。

日時／2月19日(金)～21日(日)

午前10時～午後5時

※最終日は午後4時まで

場所／リバーナホール(イオン名張店3階)

料金／無料

〈問〉事務局 徳島さん ☎6511903

成年後見無料相談会

成年後見制度は、認知症や知的・精神障がいがあるなど、判断する能力が不十分な人の契約や財産管理を助ける制度です。困っている家族や、将来のために備えたい人の相談を受け付けます。

日時／2月20日(土)午後1時～4時

場所／名張市総合福祉センター

ふれあい(名張市丸之内)

料金／無料

〈問〉行政書士長谷川さん ☎644720

野草紙作り(紙を漉こう)

昨年5月の「野草紙作り」で仕込んだ紙の素を使って紙すき体験。森の紙を作り、お手紙を書きましょう！

日時／3月6日(日)

午前10時～午後12時半

場所／三重県上野森林公園 伊賀市下友生

定員／12人

申し込み／2月25日(木)までに、Eメール、FAXまたは往復はがきで。参加者全員の住所、氏名、年齢、電話・FAX番号、イベント名を記入。

申し込み先／FAX 222151

ハガキ 〒5180817 伊賀市下友生

生松ケ谷1 三重県上野森林公園

Eメール muenoj@net.or.jp

持ち物／動きやすい服装、防寒着、帽子、運動靴、筆記用具

料金／無料

〈問〉三重県上野森林公園 ☎222150

nava 読者プレゼント

高級ボックス
ティッシュ 3箱



5名様に

待ち遠しい春とともにやってくるのが、花粉の季節。今回のnavaでは、花粉症の鼻にも優しい高級ティッシュをプレゼント。つらい花粉症に負けず、仕事に勉強、頑張りましょう！

2016年
2月21日(日)
必着

〈ハガキ〉〒518-0444 名張市箕曲中村18-2 (株)アドバンスコープ「nava 2/13号プレゼント」係
〈Eメール〉 guide@asint.jp 〈FAX〉 64-5202
※Eメール・FAXでご応募の際は、件名または本文に「nava2/13号プレゼント係」と記載をお願いします。

①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 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(住所)は抽選および賞品の発送以外には使用いたしません。

抽選の様様をFMなばりて放送します♪
(2月26日(金)夕方(生放送内))



VOL.9

仲良し
師弟コンビです♪



皆さんこんにちは！今回は、FCくノ一の「師弟コンビ」がお互いを紹介させていただきます。

最初は、私くノ一の背番号2番・畑中美友香=写真左=が、背番号11番・小川志保選手を紹介します。しほさんは、監督から私の指導係に任命されています。私は高校卒業してすぐくノ一に入団させてもらったので、サッカー選手としても、社会人としてもまだまだ。そこで、しほさんにご指導いただいています(笑)

とっても努力家なしほさん。初めてこんなにする人を見たというくらい、とにかく時間があれば体幹を鍛えたり筋トレに励みます。そして、しほさんはどんな時も前向きに物事を考え行動し、私が悩める時は相談に乗ってくれます。とても頼もしい先輩です！そんな先輩と一緒にプレーできるくノ一が、私は大好きです♪

続いて私、小川が紹介するのはピチピチ19歳！畑中選手です。私のことをいつも「師匠、師匠」と呼び、うるさいですが、若いながらチームの最終ラインを守っている「要」です。サッカーになると女子とは思えないくらい、たくましい!! 足も速くて相手の攻撃を見事に阻止します！その姿を見ると本当に頼もしいです。

彼女がキャピキャピしすぎてついていけません、私たちはすごく仲良しです！最近料理を頑張ってるみたいです。私は怖くて食べたくないですけどね(笑)

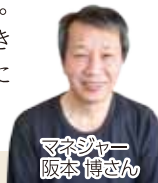


<http://www.igafc.jp/>



鉄板焼きでアツアツを 浪花どどん

居酒屋風鉄板焼き、お好み焼きなど充実のメニューは、30数年こだわりの味。また、「みえジビエ」の食べられる店として、高たんぱく・低カロリーでヘルシーな鹿肉料理もあります。お持ち帰りもできるので、お気軽にご来店ください。



マサヒロー 阪本 博さん



ホルモン焼そば
885円(税込)

ホルモン焼うどん(みそ味)
885円(税込)

☎0595-51-0848

住所/名張市鴻之台1-46 営業時間/17:00~深夜1:00
定休日/火曜日(土・日・祝の日は予約営業のみ)

みそ味の「ホルモン焼うどん」は、ホルモンのまったり感と、特製ピリ辛みそのコラボレーションが絶妙。「ビールにも合う」と人気のメニュー



もちもちの生パスタ味わって スイーツリングカフェ

おいしい生パスタとスイーツ、充実のカフェフードも楽しめるおしゃれな空間は、女子会にも、おひとり様でもお気軽にご利用いただけます。限定メニューの「彩り野菜のカポナータ」が大好評のため定番化! ぜひご賞味ください。



スタッフ 秋岡さん



彩り野菜のカポナータ
1,080円(税込)

☎0595-42-8880

住所/名張市希中央5-19 NAVARIE1階
営業時間/11:00~22:00 定休日/無休 <http://sweetsringcafe.com/>

イタリア産トマトのおいしさが詰まったソースに、彩り野菜たっぷりの人気メニュー

教えて

答えて

わたしのギモン



ギモン

卒園式の母親の服装 NGや注意点ある?

来月、長男が幼稚園を卒園します。私もママとして卒業セレモニーへのデビューで、服装が不安です。おすすめの服装や、「これはNG」など、気を付けることはありますか?

(名張市 ぶちママ)

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。

コタエ

ストッキング 柄や黒色は避けて

主役はあくまでもお子さんです。派手な服装は好ましくありません。紺やグレーなどのシンプルなスーツやワンピースに、ストッキングは柄物や黒を避けてヌードカラーのものにしましょう。

アクセサリはパールのネックレスなどで、「清楚で上品なママ」に。ゴールドなどの派手なアクセサリも避けましょう。

また、ブラックフォーマルを着る場合は、フリルやレースのインナーにする他、胸元にスカーフやコサージュを付けるなど、さりげない華やかさを。バッグは靴と同色にすると、コーディネートに失敗しませんよ。

料理教室

のご案内

おいしく♪楽しく♪クッキング!



3/3(木)

10:00~13:00頃

2,000円(税込)

ひなまつりの パンレッスン

お持ち帰り
できます!

- *桜もちパン
- *苺のシナモンロール



4/1(金)

10:00~12:00頃

4/3(日)

10:00~12:00頃

ご都合の良い開催日をお選びください

親子ペアで

1,500円(税込)

はじめての 親子Cooking♪

春のスイーツ レッスン

~今年の干支
おさるさんスイーツ~

- *お花のロールサンド
- *おさるのカップケーキ

参加者全員に
楽しく食育が学べる
「食育絵本」を
プレゼント!

はじめての親子Cooking♪とは
お料理に興味を持ち始めたお子様と一緒に、
楽しくできる簡単レッスンです♪

楽しい「食育クイズ」を
用意しています。
親子でチャレンジ♪

対象
3歳児から小学2年生までのお子様(4月1日現在)と保護者
※お子様1名追加の場合500円追加
※お子様は2名まで



3/13(日)

10:00~13:00頃

2,000円(税込)

ホワイトデー★ スイーツレッスン

- *カラフルマカロン

お持ち帰り
できます!

- 申込期間:2/21(日)まで
- 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
- 対象:中学生以上(親子Cooking除く)

お申込は当社ホームページにて!
<http://www.kintetsugas.co.jp/>
名張近鉄ガス 検索

店頭・電話受付
9時~17時

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
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



郷愁の音色 ハーモニカで



名張市富貴ヶ丘 後藤 誠司さん

音階の違う2本のハーモニカで演奏する後藤さん

趣味で音楽を楽しむ人たちの発表の場として、毎年2月に開かれる「大人たちの TOKIOKON コンサート」。名張市富貴ヶ丘の後藤誠司さん(75)は、ハーモニカ・ソロ演奏の「常連」として、10年以上スポットライトを浴び続けている。

後藤さんが同コンサートに初出演したのは、11年前。それまでは同窓会などで腕を披露していたが、出演者募集のポスターを見て、「もっと広い会場で演奏してみたい」とチャレンジ。「とにかくドキドキして、震えながらあっという間に終わった」と初舞台を振り返る。

60歳の時、次女の結婚式で披露しようと、本格的にハーモニカを吹くようになったという後藤さん。3カ月間猛練習し、娘から「うれしかった」と感激されたという。

今年もステージが近づき、練習に力が入る。朝食前の1時間に加え、少しでも時間ができればハーモニカを吹くという熱心ぶりだ。今までは日本の曲ばかりだったそうだが、今回は趣向を変えて、「アリアン峠の歌」など外国民謡など3曲を演奏予定だという。後藤さんは「落ち着いて楽しく、感動を与えられる演奏ができ



音符ではなく数字で表すハーモニカ専用の楽譜と愛用のハーモニカ

井上宏の 祝徳覚エッセイ

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

中の説明を読むと、最後に「病気の欄があって、私の方には「病は快方に向かう」とある。これは今年の私に当てはまるのではないかと、私はニコニコ顔である。妻の方を見ると、「介抱すれば、快方に向かう」とあった。これは我々夫婦のことをピタリと言いついて思われた。期せずして、2人が顔を見合わせると、大笑いになってしまった。「おみくじで、こんなことがあるのかな」と私は不思議な気がしたが、大きな笑いを誘ってくれたおみくじに感謝であった。



占いが好きな人がいるが、私の占いと言えば、神社で引く「おみくじ」程度のものである。「吉」と出ても「凶」と出ても、こだわることなく、家族の健康・安全を祈って神社を後にする。今年のお正月は、好天が続いて、初詣に出掛けた人が多かった。さぞかし多くの人がおみくじを引いたに違いない。私たちのお正月は、毎年なら、子どもや孫たちでにぎわうのだが、今年初めて夫婦だけで過ごすことになった。家の近くの鹿島宮にお参りして、2人でおなじみのおみくじを引いた。私が「吉」で、妻が「半吉」と出た。

楽しんで 学んで味わって

さまざまな手作り体験が楽しめるモクモク手づくりファーム。多くの家族連れらが訪れる中、「作業の様子や、スタッフさんの思いがよく分かる」と人気を集めているのが、「工房見学ツアー」です。モクモクのモノづくりを



を楽しみながら学んでいただけます。コースは、「ワインナーコース」と「地ビールコース」の二つ。ワインナーコースでは、まずミニブタのハウスで、豚の生態や暮らしについて学びます。その後、

ゴルフ場 スタッフ募集

未経験者 大歓迎!!

【パート・アルバイト】

- フロント ●レストランホール
- ハウス清掃 ●マスター室

時給 900円~

時間 6:00~18:30の間でローテーション制

休日 4週7休(応相談)

待遇 交通費支給、制服貸与

【契約社員】※正社員登用あり

- コース管理メカニック

芝を美しく保つためのメンテナンス機械を整備していただきます

月給 19万円~31万円 ※経験・能力によって考慮します。

時間 6:00~18:00の間で8時間程度

休日 ローテーション制(年間休日92日)

資格 自動車整備士、普通自動車免許(AT限定不可)

名阪チサンカントリークラブ

伊賀市田中1029 (名阪国道下柘植ICより5分)

☎0595-43-1629

http://www.pacificgolf.co.jp/meihan/

応募方法/まずはお気軽にお電話ください(担当 山本)

少年少女スポーツチームを紹介

かがやけ! スポコ子

のびのびと元気に硬式野球に取り組み「伊賀ボーイズ」のメンバーたち。中学1、2年生の男子10人が白球を追い掛けます。

1999(平成11)年、伊賀地域の子どものための硬式野球の練習の場にとの思いから設立された同チーム。監督の福岡基樹さんは、「野球を通して礼儀を身に着け、体力と精神力を向上できれば。女子部員も募集中ですよ」と笑顔を見せます。

選手たちは「常に全力疾走、全力プレー、全力野球」をモットーに、日々頑張っています。キャプテンの下中宙君(伊賀市立緑ヶ丘中2年)は、「チームみんなで喜び合えることがうれしい。厳しい練習を乗り越えて、全国大会に出場したい」と目標を話してくれました。

伊賀ボーイズ



練習日時/土曜、日曜、祝日 9:00 ~ 17:00
(季節により変更有り)

練習場所/大山田せせらぎ運動公園など

キラリ輝く/ 仕事人 Vol.7

名張市東町の「パーソナルジムKaika」で働く萩森さんに、お仕事についてお聞きしました。

パーソナルトレーナー 萩森 知洋さん

パーソナルジムKaika(カイカ)

一緒に理想の体作りを



仕事に就いたきっかけは?

スポーツに関わる仕事をしたいと思い、専門学校へ。医療について学び、トレーナーと鍼灸(しんきゅう)師の資格を取り「体のプロ」であるパーソナルトレーナーになりました。

どんな仕事?

お客様が思い描く「理想の体」になれるよう、まず始めにカウンセリングを行います。専門機関によるDNA解析に基づいて一人ひとりに合ったトレーニングプログラムを作り、目標達成できるようお手伝いしていきます。



毎回のトレーニング前にはカウンセリングを行って体調を確認する

仕事の魅力は?

トレーナーの仕事は、お客様の未来と一緒に作る仕事だと思います。トレーニングで体型がしまるなど、結果が出てお客様に喜んでいただけるとうれいですね。



パソコンやスマートフォンなどを利用して、メンタルケアや食事管理なども行う



器具などを使い、主に筋力トレーニングをサポート。正しい姿勢の作り方など普段の生活について指導することも



地元で遊んで

運だめし

ボウリングで遊んで、人気店のお得なチケットをゲット! 「HOSスーパーボウル名張」の人気企画「3ゲームランキング」が、市内

の人気店とコラボレーション。賞品に市内の温泉四つの湯のいずれかに無料で入れる招待券や、焼肉レストランのランチ券などが登場します。



2月15日から4月末までの期間中に、ボウリングを3ゲームプレーし、ランキングに申し込むだけ。登録料はかかりません。上位だけでなく、指定された順位にも各種賞品が。腕に自信がなくても当

大人気企画「3ゲームランキング」が地元企業とコラボレーション!

- ・湯元赤目 山水園
- ・名張の湯
- ・青蓮寺レークホテル
- ・対泉閣
- ・焼肉レストラン 奥田 他

HOSスーパーボウル名張より

3ゲームランキング参加招待券 10名様にプレゼントします!

〈ハガキ〉〒518-0444 名張市箕曲中村18-2 株式会社アドバンスコープ 「nava HOSスーパーボウル名張 3ゲームランキング招待券」係
〈Eメール〉guide@asint.jp (FAX) 64-5202
平成28年2月28日必着

①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号を明記の上、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(住所)は抽選および賞品の発送以外には使用いたしません。



HOSスーパーボウル名張
名張市希中央1番町51 電話 64-3333



ビール工房ブルワリーで醸造行程を学ぶツアー。実際にビールが入っているタンクや瓶詰め行程を見ていただきます。こちらのコースでも、職人が行う説明とともに「樽出し」の地ビールの試飲が好評です。未成年者やお酒が苦手な方、「ハンドルキーパー」の方には、地ビ

ールと同じ麦から作った「特製麦茶」をどうぞ。
ツアーは、1日1回開催。時間は、ウイナーコースが午前11時半、地ビールコースが午後1時半からで、ファーム内の「ハム・ウイナー専門館」での当日受付となります。両コースとも、所要時間30分で料金は無料、定員は15人。2月中は、毎週水曜日と23日(火、25日(木)、見学ツアーは休みです。楽しんで味わって楽しめる工房見学ツアー。ぜひ参加してみてください!



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

navaに

navaでお店・会社をPRしませんか?

広告を載せませんか?

- 名張市・伊賀市の全域に新聞折込
- 毎月2回 第2・第4土曜日に発行
- サイズいろいろ! ご相談ください!!

詳しくは、アドバンスコープ 制作部 P.A 課まで
☎:0595-62-1881 ☒:guide@asint.jp



歌の好きな子
集まれ〜♪

子ども合唱団 団員募集中

明るく元気な歌声が響く合唱団の立ち上げを目指し
参加する子どもたちを募集します。
みんなで楽しく歌いましょうー♪
定期演奏会やイベントにも参加予定★

対象

歌うことが好きで、
みんなで楽しく歌いたいという
小学4年～6年までの女子・男子、
中学生の女子

※オーディションでの選考があります

団員は
随時
募集中!

応募・問い合わせ先

アドバンスコープ P.A課
☎ 0595-64-7821

締め切り：平成28年3月5日(土)

練習日：月2回 土曜午後から2時間程度
(平成28年4月より活動開始予定)
※公演前は日数が増える場合があります

練習場所：ADSホール音楽練習室
またはアドバンスコープスタジオなど

活動内容：①数カ月に1度
地域のイベントに参加
②定期公演を開催

団費：3,240円(税込)/月



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

24時間 365日 安心対応!

月額
利用料 **2,700**円(税込)

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。

「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。

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
<http://www.sobani.jp>