

Super Bowl Nabari
スーパーボウル名張

お盆も使えるお得なクーポン

ボウリング 3ゲームランキング
1,080円 (貸靴代別)

・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28年8月27日まで有効

ボウリング 学割4ゲーム (平日最強学割)
900円 (貸靴代込)

・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28年8月27日まで有効

バッティングセンター
4ゲーム 通常 1,000円が **800円**

※1ゲーム25球
・本券1枚で4名様までご利用いただけます。
・カード購入の際、クーポンをボウリングフロントまでお持ちください。
HOSスーパーボウル名張 / 平成28年8月27日まで有効

バッティングセンター
13ゲーム 通常 3,000円が **2,400円**

※1ゲーム25球
・本券1枚で4名様までご利用いただけます。
・カード購入の際、クーポンをボウリングフロントまでお持ちください。
HOSスーパーボウル名張 / 平成28年8月27日まで有効

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



名張市新田 伊藤 留奈さん

太鼓響かせ 伝える感動

本番に向けて樽太鼓の練習に励む伊藤さん=新町の愛宕神社にて



たいまつ川渡りの中で演奏される樽太鼓(提供: 名張市観光協会)

愛宕の火祭り披露

名張川納涼花火大会の開始を勇壮に飾る「愛宕の火祭り」。たいまつ川渡りが行われる中、ひととき力強く樽太鼓の音が響き渡る。名張市新田の伊藤留奈さん(32)は、6年前から愛宕樽太鼓保存会(会長・井上智昂さん)の一員として花火大会をはじめ、市内の祭りなどで活躍する。

「演奏中に感じることは、シンプルに『楽しい』。この気持ちだけですねと笑顔を見せる伊藤さん。大勢の前で演奏を行う本番は、開始直前までは緊張するが、曲目が始まれば自然と体はリラックスして演奏ができるようになるという。

「もちろん曲目は全て覚えていてるので、安心して演奏できるといいます。でも、入会して1年目は曲を覚えるだけで必死でしたよ」と笑顔を見せる。同会に入会直後の2011(平成23)年は、週に一度の合同練習以外に、自主的な練習として、樽太鼓演奏のCDを毎日聞きながらイメージトレーニングをしたり、仕事の休憩時間にリズム練習を行って実力をつけたと話す。

「入会1年目の祭りから演奏に参加しましたが、演奏後の達成感と同じくらい感動したことは、河原から見る花火の美しさ、すね」と白い歯を見せる伊藤さん。演奏場所の河原から見上げる花火は、視界を遮る物もなく、打ち上げ場所に近いことから同保存会メンバーの「特等席」だそう。

「今年で6年目になります。まだまだ実力を上げたいと思っています。もっと練習して、人に感動を与えられるように表現力を上げていきたいです」と意気込みを語った。

補聴器 専門店 三重県補聴器センター

おかげさまで70周年
2016年6月で創立70周年を迎えました

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 (上野高等学校前)
TEL 21-4133 FAX 26-2934

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)

- ①ご相談**
どんな時にお困りかなど日常生活でのお悩みを詳しく確認します。
- ②オトスコープ**
専門機器で外耳道の耳垢や異物の有無をモニターに映して確認します。
- ③聴力測定**
日ごろ生活で使用する語音が何%聞き取れるかも確認できます。
- ④補聴器の試聴**
測定データをもとにテレビや会話・電話を屋内外で試聴できます。
- ⑤器種の説明**
見えにくい補聴器など、さまざまな器種について丁寧に説明します。

お気に入りの一冊を

「私の一冊文庫」代表

名張市つつじが丘 澤田 仁美さん

「ここは大好きな場所」と、満面の笑みを見せる名張市つつじが丘の澤田仁美さん(30)は、地域文庫「私の一冊文庫」の代表になって10年余り。さまざまな場所での絵本の読み聞かせなど、多くの人に本を楽しんでほしいと活動が続いている。

地域の人が集い、縁側から笑い声が聞こえる、同市桔梗が丘の「桔梗が丘サロン」(福本明子さん主宰)。その一角にずらりと本を並べるのが、私の一冊文庫だ。

ウォッチフェア
開催中 **新作入荷**



宝石・時計・メガネ **田村** TEL 0595-63-0730

た澤田さん。「やってみてほしい」と快諾でしたよ」と母・博子さんは振り返る。

10年以上、読み聞かせで披露しているのが、エリック・カールの『月ようびはなにたべる?』。澤田さんは「この本が、私の一冊です。読み聞かせをたくさん練習して、多くの人に聞いてもらいたい」とこやかに話した。

現在、同市新田の「CAFE & GALLERY ほっぷ」で、焼き菓子作りの他、ウェートレスとして店に立っている澤田さん。休日には文庫に顔を出し、博子さんも「代表として誇りを持ってやってきています」とニコニコ。



『月ようびはなにたべる?』を手に笑顔の澤田さん=名張市桔梗が丘の「桔梗が丘サロン」で

ヨガで“変化”感じて

伊賀市島ヶ原 コーエン 佑子さん

しなやかな体で美しいポーズを披露するのは、伊賀市島ヶ原のコーエン佑子さん(35)。ヨガに出会って2年。魅力を知ってもらいたいと、さまざまなヨガを企画しては、多くの人をとりこにしている。

「背筋を伸ばして。そのままキープ」。コーエンさんの掛け声とともに、ヨガのポーズを作る女性たち。コーエンさんが主宰のヨガ教室「ママヨガ」では、小さな子どもを連れたママたちが汗を流す。「体が軽くなった」「すっきりして気持ちいい」。和気あいあいの雰囲気の中、参加者らの明るい声が響く。

年1月に教室を開講した。以来、モットーにしている言葉は、心地良さを表す「mellow (メロウ)」と「happy (ハッピー)」を組み合わせ、心地よく楽しいことを意味する造語「Melopy (メロピー)」。日々の生活を楽しく過ごすための合言葉として夫と作った造語だそう。

アメリカ出身の夫と国際結婚したコーエンさんが、ヨガに出会ったのは2年前。当時2歳の長男、1歳の長女と年子の子育てに忙しく、家にこもりがちだった頃だという。

現在は、ママヨガの他に、凛(りん)とした空気の寺院を会場に行う「お寺ヨガ」や、フリークライミングとヨガを組み合わせた「ヨガリング」など、さまざまなヨガ教室を実施。また、英語で韻を踏みながらヨガをする「キドキッズヨガ」では、子どもたちは普段あまり耳にすることのない英語の音に触れながら、楽しく体を動かしているという。



しなやかに「戦士のポーズ」をとるコーエンさん=伊賀市の島ヶ原会館で

今だけ **メガネ** **夏の大バーゲン開催中** 9/4日 まで

期間中は、割引金額から更に **10~8%引き** ※一部除外品がございます。

大人メガネ 遠くを見ながら手元も見える遠近両用メガネ。この見やすさを当店で確かめください。

学生メガネ 度数の変わりやすい成長期に。大変喜ばれています。小学1年~中学3年生が対象です。

2年間 **度数交換無料** 見て楽しく、見られてオシャレ。

シーザー・フリップⅡ **CAESAR-FLIP II**

あなたのメガネがワンタッチでサングラスに変身!
・選べる15色・軽くて丈夫
夏にピッタリ! 目が楽になります。一人一人に合わせたオーダー品。

偏光レンズ使用 **7,800円** 税別~

テレビ・ラジオでCM中 **車のサンバイザー**

運転中に眩しいと感じる方へ特にオススメ!
・国産品質・1年保証付き
夏の太陽の眩しさはもちろん対向車のヘッドライトの眩しさを抑える!

2,980円 税別

補聴器もお気軽にご相談ください

メガネセンター **フジモリ**

名張駅前店 名張駅東口バス停前 TEL.64-1970
桔梗が丘店 ローソン斜め前信号角 TEL.65-8530
榛原サンクシティ店 榛原区下井足 TEL.0745-85-2110

営業時間/各店10:00~20:00 定休日/名張駅前店・桔梗が丘店...なし、榛原サンクシティ店...専門店定休日あり



名張川に生息する魚が泳ぐ水槽と竹中さん。同市新町のやなせ宿で

昔の美しい川を取り戻したい——。名張市柳原町の竹中淑博(よしひろ)さん(78)は、ボランティアで川のゴミ拾いや、名張川での釣り教室などを主催し、河川や自然の大切さを伝えている。「川を以前の状態に完全に戻すことは不可能かもしれませんが。しかし可能な限り魚や虫たちを守り、自然の素晴らしさを伝えることが、私にとっての『元気の素』」

子どもの頃から、釣りや川遊びが大好きだったという竹中さん。日常的に川魚やウナギを釣っては食べた味が今でも忘れられない思い出だと語る。大人になるにつれ、年々減少していく川の生物を、なんとか保護したいと考えるようになったそうだ。

「失われていく自然を放っておくことはできませんでした」。少しでも河川を守るために、毎月有志を募り名張川のゴミ拾い活動を始めた。そして、2012(平成24)年からは、もっと多くの人に自然を身近に感じてもらうと、釣り教室やホテルの観賞会などを主催。今年6月からは「やなせメダカ塾」と題した、メダカの飼育観察を行う教室も開始した。

「川魚や生物に慣れ親しんでもらう機会が増えれば、自然を大切に



竹中さんの「やなせメダカ塾」で飼育するメダカの水槽

意識も深まると思います。もっとたくさんの人に教室に参加してもらい、自然を身近に感じてもらえたらうれしいですね」と力を込めた。



川と自然守りたい

名張市柳原町 竹中 淑博さん



行ってみよう
このお店
地域のお店紹介 Vol. 50

パンロード

【TEL】0595-64-7536 【所在地】名張市安部田4806-3
【営業時間】10:00～18:00(なくなり次第終了) 【営業日】火・木・土曜日

自家製小麦の「優しいパン」を

田園風景の中にたたずむ天然酵母パンの店「パンロード」。「おいしくて体に優しいパン」と、多くの世代に愛される人気の店だ。

店に並ぶパンは、約30種類。自家製小麦と大麦をふんだんに使い、店の名が付けられたシンプルな「パンロード」をはじめ、野菜たっぷりピザや、クリーム入りのパンなどが女性らに好評だ。

自然食に興味があった店主・須藤葉子さん(50)は約25年前、東京にある天然酵母を使うことで有名なパン屋で修業。「いつか自分のパン屋を」と温めていた思いを実現し、2002(平成14)年に店をオープンした。

「自分の子どもに食べさせたいパンを」と無農薬で自家栽培した小麦を石臼で製粉する。また、パンに合わせる餡(あん)やピザソースなども須藤さんが全て手作りするのこだわりだ。

須藤さんは、「これからも喜んでもらえるパンを作り続けたい」と笑顔を見せた。



焼きたてのパンの香りが漂う店内



店の近くにある、刈り取りを待つ麦畑(6月21日撮影)

7/16・17・18 プレOPEN
7/23(土) 7/28(木) 只今営業中!!
100mのウオータースライダー
120mの流水プール
深さ40cmの幼児用プールも!

天然温泉「芭蕉の湯」
温泉+プール セット券
・大人/1,600円・子ども/800円

温泉+プール+軽食 セット券
・大人/2,000円・子ども/1,200円
フライドポテトやかき氷、焼きそばなど
プールサイドで使える
500円分のお食事券付き

株式会社伊賀
ヒルホテル サンピア伊賀 TEL.(0595) 24-7000
〒518-0809 三重県伊賀市西明寺 2756-104 http://www.hh-sunpia-iga.co.jp/

プール営業時間/10:00～17:00
料金:大人・中学生以上/1,000円
子ども(3才～小学生)/600円
※悪天候により営業を中止する場合があります。

西口園 KIKYOGAOKA
安心・安全・新鮮なぶどうを丹精こめて栽培しています

大粒で種なし! 甘くて女性に人気☆ 種なしで皮ごと食べられる!

ピオーネ 安芸クイーン(伊賀乙女) シャインマスカット

7月25(日)から直売開始

TEL 0595-65-2646 営業時間 8:30～18:30 名張市桔梗が丘8-4-51 西口園 検索

アドバンスコープ

納涼祭

「名張川納涼花火大会」にあわせて、今年もアドバンスコープ従業員駐車場でイベントを開催します。
ご家族やお友達そろってお越しください！



写真提供：名張市観光協会

7/30 土 16:00~

※荒天の場合、花火大会の開催日にあわせ順延

場所：アドバンスコープ(従業員駐車場) 名張市箕曲中村18番地の2

※天候などにより、予定を変更する場合があります。
あらかじめご了承ください。
※駐車場はございません。
お越しの際は公共交通機関などをご利用ください。

アドバンスコープ納涼祭 無料イベントタイムスケジュール

タイム	イベント
16:00	オープニング・ストラックアウト大会(小学生)
16:30	大声チャレンジ(幼稚園以下)
16:50	缶積みチャレンジ(小学生)
17:10	ストラックアウト大会(幼稚園以下)
17:30	バルーンアートショー
18:00	缶積みチャレンジ(幼稚園以下)
18:20	大声チャレンジ(小学生)
18:40	景品じゃんけん大会
19:50	
21:00	花火大会観覧
21:30	

※時間・内容は変更する場合があります ※屋台はなくなり次第終了します

屋台コーナー(有料) 16:00~

- かき氷
- たこ焼き
- 諭吉のからあげ
- カうどん
- 鮎の塩焼き
- フランクフルト
- ホットドッグ
- 草餅
- 富士宮焼きそば
- 牛くし
- お好み焼き
- アルコール
- ソフトドリンク



昨年の様子

イベントいろいろ

- 大声チャレンジ
- 缶積みチャレンジ
- バルーンアートショー
- 景品じゃんけん大会

打ち上げ花火が 上がる! 地域の催し



開催日	名称	開催場所	開催時間等
7月23日(土)	桔梗が丘5番町第2区 区民夏祭り	桔梗が丘南市民センター広場(名張市)	18:30~21:30
	梅が丘夏祭り	梅が丘パーク(名張市)	15:00~20:30(※朝の天候状況により開催判断)
	都美恵(つみえ)神社 奉納花火大会	都美恵神社(伊賀市)	19:50頃~
7月30日(土)	矢持地区夏祭り	矢持市民センター前グラウンド(伊賀市)	18:00~
	陽夫多(やぶた)神社 奉納花火大会	河合地区内(伊賀市)	20:20~
7月31日(日)	上津納涼祭り	上津地区市民センター(伊賀市)	18:00~
	すずらん台納涼夏祭り大会	すずらん台7号公園(スポーツグラウンド)(名張市)	17:00~21:00(※雨天の場合7日)
8月6日(土)	しまがはら夏まつり2016	島ヶ原温泉やぶっちゃ 温浴棟前(伊賀市)	20:30~21:00(予定)
	依那古ふれあい夏祭り	依那古小学校グラウンド(伊賀市)	18:00~
	赤目夏まつり	錦生赤目小学校(名張市)	17:00~21:00
8月7日(日)	古山地区納涼大会	旧古山小学校グラウンド(伊賀市)	18:30~
8月11~14日	メナード青山リゾート打ち上げ花火	メナード青山リゾート・総合案内所周辺(伊賀市)	21:40~ ※花火打ち上げ前後20分程度、ふんすい池周辺道路(県道29号線)が通行止めになりますので、ご注意ください。
8月12~14日	ホテルローザブランカ打ち上げ花火	ホテルローザブランカ・ガーデン内(伊賀市)	未定
8月15日(月)	大山田ふるさと夏まつり	大山田せせらぎ公園周辺(伊賀市)	18:00~22:00頃
8月20日(土)	第19回納涼夏祭り大会	旧滝之原小学校グラウンド(名張市)	18:30~21:30(※雨天の場合、小学校体育館)
	高尾地区夏祭り	高尾グラウンド(伊賀市)	17:30~
8月27日(土)	伊賀市市民花火大会	服部川河川敷(伊賀市)	20:30~21:30

※開催日、時間などは変更する場合があります(7月7日現在 当社調べ)。お出掛けの際は、事前に各主催にご確認ください。



伊賀FCくノ一の ハツラツDiary

VOL.20 新人コンビ その④ スピード自慢の2人です

皆さん毎日暑いですが、元気にお過ごしですか？ そして、学生の皆さんは、夏休み満喫していますか？ うらやましい限りですね。今回は、新人コンビ第4弾で、背番号24の竹島加奈子=写真左=と、背番号15の草野詩帆が自己紹介させていただきますー☆

私竹島は、伊賀FCくノ一サテライト出身の「くノ一育ち」です。くノ一愛は誰にも負けませんよ！ 大好きな地元でよく行くのが、コメダ珈琲です。ほっと一休みの時間って大事ですね。音楽を聞くのと同じくらい、コメダ珈琲通いも趣味かも(笑) コメダさん、いつもお世話になってます。続いては、草野です。大阪体育大から来ました。ニック

ネームは「うた」です♪ 趣味はドライブ。伊賀は見どころがいっぱいありますよね。いろいろな所を車で走ると気分転換になって、心も元気になりますね！ 試合での得意プレーは、ディフェンスのポジションから駆け上がるオーバーラップです。竹島選手も左足のキックとスピードが持ち味なので、私たち実は「スピード自慢コンビ」です。

試合でも、鍛えたスピードをお見せできるように頑張ります！ ぜひ会場に応援に来てくださいねー☆☆



観戦チケットは、「チケットぴあ」などで発売中☆ みんなで来てね!

http://www.igafc.jp/



今後の試合予定

- なでしこリーグカップ1部Aグループ
- 第8節/7月24日(日)16:00 vs 日テレ・ベレーザ Shonan BMWスタジアム平塚(神奈川・平塚市)
- 第9節/7月31日(日)16:00 vs コノミヤ・スペランツァ 大阪高槻 三重交通G スポーツの杜 鈴鹿(鈴鹿市)



お見事！ 4種目満点で全国へ

つっじが丘小5年 小谷涼太郎

集中力や記憶力のアップなど、計算処理能力の向上の他にも、さまざまな効果が期待できる「そろばん」。名張市桔梗が丘にある「竹島珠算簿記学校」に通う、小谷涼太郎君(11歳)は、このほど行われた「第36回三重県珠算技能競技大会」小学生の部で初優勝。見事、全国大会への切符を手にした。

同大会の個人総合競技は、乗暗算・除暗算・見取暗算・乗算・除算・見取算の6種目の合計得点で順位が決まる。県内の珠算教室の選抜メンバーが熱戦を繰り広げる中、小谷君は6種目中4種目満点の865点で、昨年の優勝者を僅差で押さえて1位に。7月30日に東京で行われる「第35回全日本珠算技能競技大会」への出場を決めた。

今年1月、同じくそろばんを学ぶ姉の彩花さんと共に、暗算の最高位となる10段に合格。5月の検定では珠算7段に合格し、さらに今回の県大会優勝と、メキメキと力を付ける小谷君。「全国大会では5位以内に入りたい」と大舞台での意気込みを語る。

小谷君を指導する、竹島正記さんは「真面目で努力を惜しまない。初の全国大会なので、思い切りやってきてほしい」とエールを送った。(PR)

7/23(土)~31(日) 無料体験学習実施

- 期間中、2回授業が受けられます(※定員15名)
- 体験希望の方はお電話ください

1番町教室 桔梗が丘1-3-37
授業日…月・火・木・金・土・日
時間…午後3時~8時
土/午前9時~12時、日/午前9時~11時

そろばん・暗算
フラッシュ暗算

6番町教室 桔梗が丘6-3-92
授業日…火・木・金
時間…午後3時~7時

竹島珠算簿記学校 三重県名張市桔梗が丘 ☎ 65-1657

FMなばり 8月のお出かけ放送

名張・伊賀のあちこちで出張生放送します

- 8/7(日) 13:00~16:00 サンピア伊賀
- 8/11(木祝) 10:00~16:00 アピタ名張店
- 8/21(日) 13:00~16:00 市民夏のにぎわいフェスタ「楽市・楽座」

番組を聞いてお好きなプレゼントをGETしよう!

※放送時間は都合により変更になる場合があります。

イベント情報

丸沼芸術の森所蔵 ベン・シャーン展

20世紀アメリカで活躍したベン・シャーン、初期から晩年までの水彩・素描・版画・写真など、約300点を展示します。情趣あふれる描線と明快な色彩が織りなす豊かな世界を楽しんで。

日時/7月9日(土)~9月25日(日)
午前9時半~午後5時
(入館は午後4時半まで)
月曜休館
※9月19日(月・祝)は開館。9月20日(火)は休館

場所/三重県立美術館(三重県津市大谷町)
料金/一般900円、学生700円
※高校生以下無料
☎ 059-227-2100
※料金は税込です。

プレゼント ペア5組10名様に

「ベン・シャーン展」チケット

※応募方法は、7ページのプレゼント欄へ。

三重県立美術館で9/25(日)まで開催

MOKUMOKU

楽しみながら宿題も片付けよう

いよいよ待ちに待った夏休みが始まりましたね。家族そろってのお出掛け予定はバッチリですか？ モクモクでは、思い出作りと一緒に宿題も片付けられる、夏休みにピッタリのとっておきのイベントがあります。

「遊ぶのに夢中で宿題は後回し」という、わんぱくな子どもたちにおすす

めなのが、その名も「たんけん工作くらぶ」。ファームで自然を感じながら、工作も楽しみましょう！

内容は、風鈴への絵付け、竹筒の水鉄砲作りといった夏を感じるものから、万華鏡、自然木の鉛筆、木のバジ作りなど、さまざまなメニューで自由研究や工作にもってこい。8月31日(水)まで毎日開催中で、ファーム内、手づくり体験C館横の田んぼ広場が会場です。

時間は午前10時から午後3時(土日祝は同4時)までで、参加費は200円から600円(内容により異なる、いずれも税込)。モクモクで楽しく宿題を片付けられますよ。

伊賀の里 **モクモク手づくりファーム** 入園料500円(3歳以上)
〒518-1392 三重県伊賀市西湯舟3609 総合案内 0595-43-0909

羊プレゼント

ファーム入園券と野天もくもくの湯入湯券のセットをペア3組様に
※応募方法は、7ページのプレゼント欄をご覧ください。

2016年7月31日(日) 必着

介護を笑顔のイメージに



伊賀市古郡 小林 啓太さん
裕子さん夫妻

「プライベートの時間の大半を使った力作です」と声をそろえる小林さん夫妻

目指すは介護のイメージチェンジ——。伊賀市古郡の小林啓太さん(33)、裕子さん(31)夫妻は、このほど、夫婦でつづってきたブログをまとめた一冊の本を出版した。その名も「ハードロック介護」。愛嬌(あいきょう)のあるキャラクターとともに、介護施設でのエピソードから描かれる4コマ漫画は、「ほっこりする」「なんだか楽しい」と多くの人を笑顔にしている。

名張市内の福祉施設で、介護士として働く小林さん。2年半前、「介護での人と人との触れ合いや温かさを伝えたい」と、利用者への対応の中で生ま



「まかれる」「はしかい」など、利用者の語る伊賀弁がそのまま書かれていたり、伊賀についてのエピソードも満載の4コマ

れた面白いエピソードをブログに書き始めた。ブログタイトルは、「コバヤシのハードロック介護!」。介護のつらく暗いイメージを「ぶっ壊したい」との思いで名付けたそう。すると、イラストレーターである妻の裕子さんがそのエピソードを元に、小

林さんを模したキャラクター「コバヤシ」を主人公にした4コマ漫画を作成。明るいイラストがブログのイメージにピタリと、以来、週1回のペースで更新するブログには、夫のネタに2人でアレンジを加えて妻が描くという、二人三脚の創作漫画が並んだ。実体験をネタに描かれるユーモアたっぷりのブログは、いつしか人気が高まり、年

間で最も注目されたブログを表彰する「BLOG of the year 2015」(アメリカン・ソフトウェア)に選出。1日で最高閲覧数15万を記録することもあるという。

息子が2歳を過ぎた頃、私の頭の中は息子のおむつを取ることでいっぱいでした。不快なおむつをできるだけ早く取るために、100%布おむつで育て、生後6カ月から小さなおむつを使ってきた私。おむつは2歳までに取れると思い込んでいました。というのも、私の母は満州で生まれたのですが、私は祖母から「日本に引き上げてきた時に、あなたのお母さんは2歳になったばかりやったけど、おむつ取れてたから、ほんまに助かったんや」という話を何度も聞かされていたのです。しかし、息子の2歳の誕生日(4月)を迎えても、なかなかおむつは外せず。夏になり、家にいるときは長めのTシャツを着せるだけで下は何もはかせないで、部屋の隅に常におまるをスタンバイ。行きたくなったらすぐに座れるようにしました。床を何度拭いたことか……。そして気付けば秋、私たちは保育所の親子遠足で鳥羽水族館に行くことに。私はあえておむつを持っていかずに着替えを山ほど持っていきました。遠足中3回は漏らしたと思います。ほんとに大変でしたが、なんと次の日からピタッとパンツを濡らすことがなくなったのです。「遠足の時は、おむつでいいわ」と思いがちですが、実は「遠足の時こそパンツ!」。あの日がおむつが取れた日と確信しています。



おむつが取れた日

田口知恵子の 小さな気づき 大きなうなずき

Vol. 35

★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。 Vol. 35

新作引っさげ 圧巻のステージ

竹田NINJA 京右 ONE MAN HALL CONCERT ～疾風～

8/27

チケット販売中!

厳しい暑さも吹き飛ばす「疾風」が巻き起こる。8月27日、名張市出身で全国的に活躍するギタリスト・竹田NINJA 京右さんがADSホールでコンサートを開きます。自ら作曲・演奏を手掛け、これまでに未公開楽曲も多数披露されるとい

かしのついで 伊賀市 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 市民センター前

夏の贈答品に 粒あんはぎだみ栗の最中 1個 162円(税込) 上品な甘さの求肥入り 1個 140円(税込)

少年少女スポーツチームを紹介

かがやけ! スポッ子

暑さに負けず、元気いっぱい声を出して白球を追い掛ける「友生少年野球クラブ」のメンバーたち。小学1年から6年までの26人が汗を流しています。

クラブの発足は1988(昭和63)年。地域の子ども会の野球チームから発展し、クラブとして活動するようになったそうです。

チームの特長について、「最後まで諦めない粘り強さ」と監督の白坂俊明さん。また、キャプテンの植田理久汰君(伊賀市立友生小6年)は「チームの目標は、伊賀地区のリーグ戦で優勝すること」と話してくれました。

友生少年野球クラブ



練習日時/土曜、日曜9:00~18:00
練習場所/伊賀市教育研究センターグラウンド(伊賀市上友生)

仕事に就いたきっかけは?

約40年前、ピアノ調律に興味を持ち、現場を見せてもらったことからです。複雑な仕組みのピアノの調整を手早くこなす技術に驚き、関心を持ちました。大学卒業後、ピアノ調律師養成の専門学校に進み、仕事を始めました。



キラリ輝く/仕事人 Vol.18

ピアノの美しい音色を引き出すスペシャリスト、ピアノ調律師。この道36年、ベテランの鈴木克司さんに聞きました。

1級ピアノ調律技能士 鈴木 克司さん(59)

名張市夏見 (有)前田文具 楽器部

研ぎ澄まされた耳を道具に



基準の音を音叉(おんさ)で確認。他の音は全て聴覚を頼りに合わせていく

どんな仕事?

ピアノをベストな状態にする仕事です。音を合わせる「調律」、仕組みが正確に動くようにする「整調」、音色や響きのバランスを整える「整音」が中心です。限られた時間で最善のことができるように心掛けています。



ピアノの頭脳部を取り出し、微妙な位置を調節。「ピアノのタッチをそろえます」



調律には欠かせないチューニングハンマーで音程を合わせる。「繊細な音の違いも聞き分けます」

仕事の魅力は?

自分の力で思い通りの音になり、お客様に喜んでもらえるとうれいそうですね。長いお付き合いのお客様も多いので、できるだけ長く続けていきたいです。

教えて 答えて わたしのギモン

ギモン Q アジサイの花、色が薄くなることってあるの?

我が家の庭には、30年近く前に地植えしたアジサイの木が毎年美しい花を咲かせています。それが、先日ふと気付いたのですが、確か、親戚からもらって植えた当初は濃いピンクだった花の色が、近年白くなっています。土の成分で色が変わるのは聞きますが、白くなることもあるのですか?

(名張市 かたつむりんさん)



コたえ A 土壌の酸性度と日照が花の色を決める

名張市瀬古口にある井上植物園さんによると、アジサイの花の色は土壌のpH(酸性度)で変化し、一般的に「酸性ならば青系、アルカリ性ならば赤系」になるそうです。「もともとピンク色の花だったのなら土壌は少しアルカリ性だったと思います。その土壌が、酸性に変化してきた可能性が考えられますね。また、今回のように徐々に色合いが薄くなる場合は、日照不足の影響もあるかもしれません」とのことです。

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。

採用された方には「FMなばり特製ステッカー」プレゼント!!

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。



舞台を踏んできた竹田NINJA京右さん。現在ではラジオやテレビ出演もこなし、多くの楽曲が、各種番組のテーマ曲などに使われています。

「子どもたちに大きな可能性や夢、希望を届けたい。温かく応援してくれたい。名張伊賀の皆様に、進化し、た姿をお見せします。」と、来場のすべてを呼びかけ、パワフルなパフォーマンスを開演。夏、残暑

竹田NINJA京右 ONE MAN HALL CONCERT ~疾風~

8/27(土) 17:00開場 18:00開演

【料金】前売り3,000円、当日3,500円
【連絡先】会場に関して: ADSホール ☎64-3478
公演に関して: 竹田NINJA京右HP/contact
【チケット予約購入方法】
竹田NINJA京右HPの入力フォームから・公演日・氏名・連絡先・チケット枚数を記入してご予約を。
http://www.kyosuketakeda.com/#!contact/c24dg



「子どもたちに大きな可能性や夢、希望を届けたい。温かく応援してくれたい。名張伊賀の皆様に、進化し、た姿をお見せします。」と、来場のすべてを呼びかけ、パワフルなパフォーマンスを開演。夏、残暑

夏ヤセ応援キャンペーン実施中!!

入会金 54,000円(税込) + DNA基本解析料 33,737円(税込) + キャンペーン値引き 54,000円(税込)
総額141,737円(税込)の割引!!

7月限定...3名様 8月限定...6名様
申し込みは7月31日まで!!

Before	After	変化
50歳女性 身長152cm	3か月終了データ	
体重 60.0kg	48.0kg	-12kg
体脂肪 35.4%	23.0%	-12.4%
ウエスト 93.0cm	73.0cm	-20cm
ヒップ 95.0cm	85.0cm	-10cm
50歳女性 身長161cm	2か月終了データ	
体重 53.0kg	47.0kg	-6.0kg
体脂肪 29.0%	21.0%	-8.0%
ウエスト 71.0cm	60.0cm	-11cm
ヒップ 87.0cm	81.0cm	-6cm

※個人の結果であり、数値には個人差があります。

nava 読者プレゼント

名張川納涼花火大会

特等席で迫力の花火を! 有料観覧席チケット

ペア2組様に 7月26日(水)必着

プレゼント応募方法

あて先 (ハガキ) 〒518-0444 名張市箕曲中村 18-2
(株)アドバンスコープ「nava 7/23号プレゼント」係
(Eメール) guide@asint.jp (FAX) 64-5202

※希望賞品は、花火観覧券、モクモク入場券、ペン・シャーン展のいずれかを明記ください。
※Eメール・FAXでご応募の際は、件名または本文に「nava 7/23号プレゼント係」と記載をお願いします。

モクモク入場券・7月31日(日)必着
美術展チケット

観覧券当選者には7月27日に電話連絡いたします。
①希望賞品 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥記事への感想など(任意)を明記し、ご応募ください。

抽選の模様をFMなばり 8月5日(金) 83.5MHzで放送します! 夕方の生放送内

※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。 ※個人情報には抽選および賞品の発送以外には使用いたしません。



パーソナルジム kaika

無料カウンセリング 受付中

入会金無料 キャンペーン中

「navaを見た」で特典あり!

TEL 0595-64-4646

営業時間/10:00~20:30
http://kaika-gym.com/

〒518-0711 三重県名張市東町1882番地 エリートハイツ伊賀101



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



福祉医療型緊急通報サービス

つながりコール

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。

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

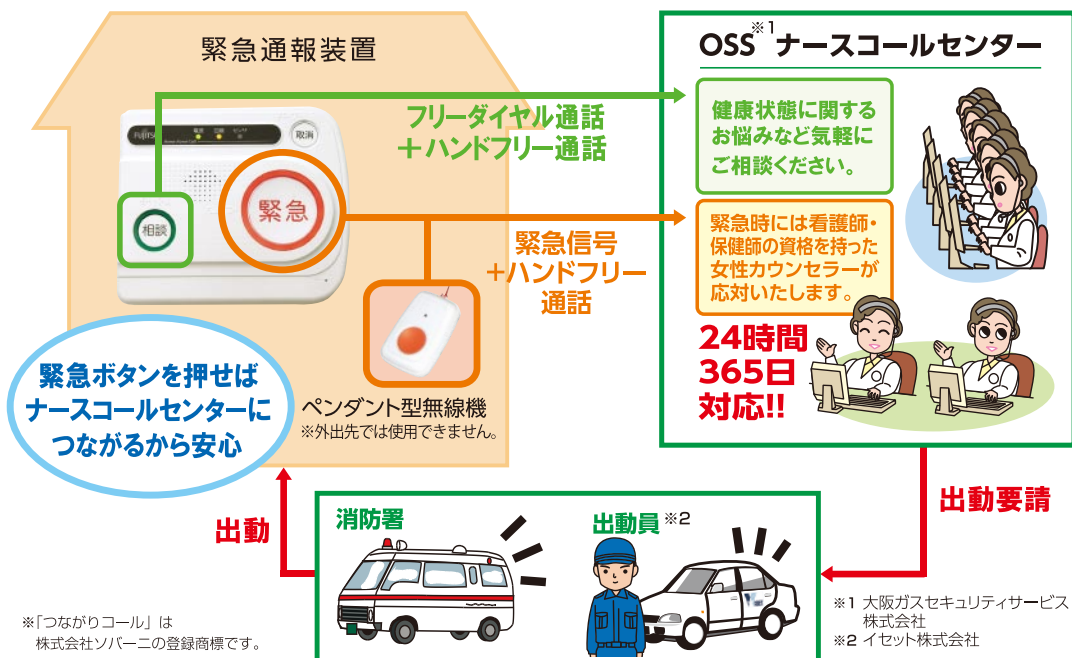
月額利用料 **2,700円** (税込)

「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

ソバーニ株式会社 ソバーニ

0120-99-5082
携帯電話・PHSからの問い合わせは Tel. 0595-62-5082

受付時間 / 平日 9:00 ~ 17:00
<http://www.sobani.jp>