

3Game Ranking

ボウリング
3ゲームパックを
プレイするだけ!
地元の人気店との
コラボ賞品をゲットしよう!

大人気
企画

大学生も幼稚園児も超お得!
平日最強学割
平日のみ
18:00まで

3ゲームまで **900円**
(貸靴代込)
追加1ゲーム **100円**

家族応援
プラン **ファミリータイム**
4人以上のグループなら
ボウリング2ゲーム(貸靴代込)が
1人当たり1,080円!
追加ゲームは360円/1ゲーム
土日祝
12:00
18:00

クーポン クーポン クーポン クーポン クーポン

バッティングセンター
4ゲーム 通常 **800円**
※1ゲーム25球 1,000円が
13ゲーム 通常 **2,400円**
※1ゲーム25球 3,000円が

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10月21日まで有効

<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



伊賀市千歳 森喜るみ子さん

伊賀酒の魅力を多くの女性に

「日本酒のいろんな楽しみ方を提案していきたい」と話す森喜るみ子さん

女子会で味わって

伊勢志摩サミットの会食に用いられるなど、一躍注目を集めた伊賀酒。そんな伊賀地域が誇る名酒の味を、多くの女性にも知ってほしいと開かれていく女子会がある。その名も「伊賀酒DE女子会」。発起人の森喜るみ子さん(56)伊賀市千歳は、「お酒を楽しむ女の人も増えてきた。これからはすそ野を広げていきたい」と思いを語る。

同会がスタートしたのは5年前。森喜酒造場の蔵人として酒造りに取り組んでいた森喜さんが、「日本酒人気が下火になる中、女の人にPRしたい」と、大田酒造の大田智洋(ちひろ)さん(49)同市上之庄に相談。当時の女子会チームにあやかっ、て、「よりお酒に親しんでもらえるように、ホスト側もお客さんも女性限定にしよう」と、伊賀地域の酒蔵に声を掛けし、「伊賀酒DE女子会」と銘打った、伊賀酒を楽しむ会食を開いたのが始まりだ。

現在は、いずれも実家が酒蔵という「酒蔵3人娘」の森喜さん、大田さん、若戒酒造の重藤邦子さん(43)同市阿保が主催。伊賀酒に合わせた「アテ」のメニューの提案の他、「若い人にも気軽に参加してほしい」と立ち飲みイベントなども開催している。伊賀酒を知り尽くした3人の企画も功を奏し、これまで開いた5回は大盛況。今では人氣の催しとなった。

「近畿圏から来てくれる人や、毎回横浜から足を運んでくれる人も。世代を問わず楽しんでいただいています」と目を細める森喜さん。10月8日に、ホテルロザブランカ(同市寺脇)で開く第6回を前に「女性の皆さんに、これから日本酒を広めてほしい。酒蔵を採検する気持ちで味わって、楽しんでもらえたら」とこやかに話した。



左から、重藤さん、森喜さん、大田さん(本人提供)

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。

手作りボタンに 心を込める

伊賀市上友田 長瀬 清美さん



工房に並ぶ自作のボタンと長瀬さん=伊賀市上友田の工房で



長瀬さんが作ったボタンの数々

白蝶貝や鹿の角など、天然素材を使ってさまざまな形や色のボタンを制作するのは、伊賀市上友田の長瀬清美さん(57)。手作りでしか表現できない繊細な造形や、一つ一つが異なる「味わい」を大切にされた長瀬さんの作品は、多くのデザイナーや有名アパレルブランドからも発注を受ける

など評判だ。1981(昭和56)年から8年間、大阪のボタン問屋に勤めていた経験を生かして「理想のボタン作り」を実現するために

田村 決算セール 開催中!
 宝石・時計・メガネ **田村** TEL 0595-63-0730

「私の作ったたくさんの中から『理想のボタンを見つけたい』と言ってもらえた時が何よりもうれいですね」と話し、今後もボタンのパリエーションを増やしていくと意気込みを見せる。「これからも制作活動をずっと続けていきたいですね。そして、各地のイベントや作家展などを通じて、ボタン選びの楽しさや、天然素材ならではの美しさを知ってもらえたら」と思いを語った。

天然素材への思い

1992(平成4)年に独立。同年、作家としての活動を始めた。「希望のデザインを聞いたり、持ち込みの洋服を見ながらボタンを作ることで、既製品には絶対に表現できない調和が生まれます」と話す長瀬さん。服に合わせた最適なボタン選びができるように、工房にはさまざまなデザインのボタンを常備する。素材を厳選して作られた作品はサイズや色合いも多種多様。スカル(ドクロ)形や家の形をした個性的な物の他、鮮やかな朱漆(しゅうるし)で仕上げられた物など、数百種類が陳列棚にズラリと並ぶ。

「ケーブルフェスタ2016」 今年も名古屋で開催

ケーブルテレビの魅力を多くの人に伝えるために、東海地区のケーブルテレビ局が共同で開く大型イベント「ケーブルフェスタ」。今年で13回目を迎える同フェスタは、毎年7万人以上の来場者でにぎわいを見せる。

10月1日(土)、2日(日)に「オアシス21 銀河の広場」(愛知県名古屋市中区)をメイン会場にイベントを開催。ステージでは東海4県のケーブルテレビ局が集まった「けーぶるGIRLS」のライブをはじめ、人気アニメ「妖怪ウォッチ」のライブイベントや、NHK Eテレでおなじみのワンワンと歌のお姉さんが登場する「ワンワンとあそぼうショー」などが予定されている。

また、常設ブースでは30を超える多彩な専門チャンネルの展示コーナーの他、4K映像の体験コーナーなどが並ぶ。さらに、期間中開催予定のお楽しみ抽選会では、高性能ハンディクリーナーなど豪華

賞品が盛りだくさん。家族みんなで楽しめる多彩で充実したイベントだ。

アドバンスコープからも「けーぶるGIRLS」が参加!

今回のケーブルフェスタに「けーぶるGIRLS」の一員としてアドバンスコープから参加するのは、制作部の若山真季(23)。同フェスタでは2日間にわたり、ステージで歌とダンスで会場を盛り上げる。「本番に向けて練習も大詰めです。歌もダンスも大好きですが、完全に覚えるのは難しかったです。当日は皆さんに素晴らしいステージを披露できるように全力でがんばります」と意気込みを語った。

同フェスタで予定されている「けーぶるGIRLS LIVE」は10月1日(土)の午前11時半と午後3時から、2日(日)は午前11時45分と午後3時15分からの、合計4ステージが披露される。



けーぶるGIRLSとして舞台上立つ若山真季

かきくんのたけや

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

伊賀銘菓 かくれだま

羊羹でチョコあんを、羊羹で白あんを、金柑入りの白あんを、栗入りのこしあんを包みました

贈答用もご用意しております

9月25日(日)~28日(水) マックスバリュ名張店にて実演販売いたします

1個 162円(税込)

わたしの
元気の素
vol.24

名張市長瀬地区で、中華料理の高級食材などで有名な「マコモ」を栽培するのは、同地区に住む木下幹雄さん(67)。「手間と愛情をかけて育てたマコモが私にとっての『元気の素』」。収穫時期の9月末から10月上旬には、背丈を超える2mほどまで成長するマコモはイネ科の多年草。肥大した新芽は「マコモダケ」と呼ばれ、タケノコに似た食感と、ほのかな甘みが特徴だ。

「マコモの栽培を始めて今年で約10年になります。以前は知らない人が多かったのですが、今では収穫時期が近づくと『早く食べたい』と声を掛けてもらえるようになりましたよ」と笑顔を見せる木下さん。マコモは除草のための登録農薬が無いので、雑草を抜いたり、畑の手入れは全て手作業で行わなければならない。

「栽培はとても手間がかかりますが、結果的に『無農薬栽培になるので、安心して食べてもらえます』と話す。栽培から全ての作業は木下さん夫婦のみで行うそうで、収穫は一本一本、手作業で刈り取りを行う。収穫されたマコモダケは地元の朝市や、「まちの駅なばり」とれたて名張交流館(名張市希中央)などで販売。毎年、この時期だけの『秋の味覚』だ。



収穫されたマコモダケ(写真提供:三重県中央農業改良普及センター)

木下さんは「ようやく地元の特産物として認知されるようになってきました。私が出荷できる量は限られていますが、これからは栽培を続けて、マコモダケのおいしさや知名度を広めていきたいですね」と意気込みを語った。

名張市長瀬 木下幹雄さん

地元の新たな特産物に



2m近くの高さに育った収穫前のマコモと木下さん=名張市長瀬にて

行ってみよう
このお店
地域のお店紹介 Vol. 54

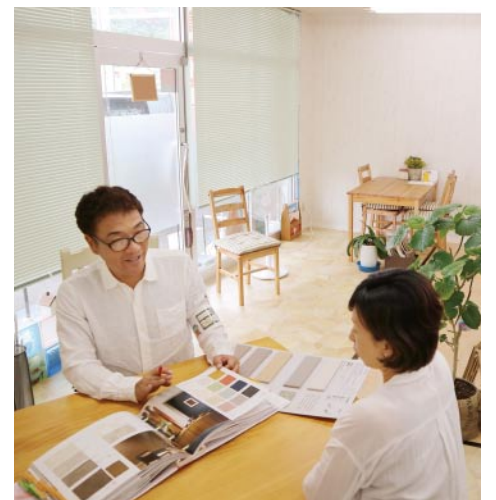
なかの工務店

【TEL】0595-62-3027 【所在地】名張市蔵持町原出1300-8
【営業時間】9:00～17:00 【定休】年末年始

丈夫で愛着ある家づくり

使用する木材はカナダ産の高品質のものだけを厳選。耐震性に優れ、高気密断熱が特長の2×4(ツーバイフォー)工法を用い、一般的なマイホーム建築の工期より1カ月長い4カ月をかける。確かな腕を持つ大工をはじめ、経験豊富な職人たちが存分に技を發揮できる体制を作っています。中野さんは、「災害に強いことはもちろん、生活や趣味が楽しめる、マイホームでの暮らしに人生の喜びを感じてもらえるような家づくりを目指しています」と目を輝かせた。

暮らしに大切な「衣・食・住」の一つである住まい。「なかの工務店は、若い世代を中心にマイホームを求める人へ、安心して心地良く暮らす家作りを提案。「信頼できる店」を目指している。代表取締役の中野義宣(よしのぶ)さん(47)は、当時暮らしていた大阪市内で、阪神淡路大震災を経験。恐怖を感じたことをきっかけに「災害に強い家」に興味を持ちはじめたという。同社のモットーは「建てるのは年間12棟」。その理由は「一棟一棟、思いを込めて建てられる数だから」と中野さんは力を込める。



ゆっくり打ち合わせができる店内

スポーツの秋 **テニス** 始めませんか!

膜式インドアで明るく、雨・風・紫外線カット!
楽しくレベルアップしましょう!

初心者歓迎 無料体験受付中

スクール生 募集中!

- 一般クラス(初心者～)
- ジュニアクラス(幼稚園～高校生、選手クラス)

希中央本店 テニスショップ
くるぎゃ ラケットセール中!

インドア名張ロイヤルテニスクラブ
名張市美旗中1番259-7(近鉄美旗駅より徒歩3分)
☎0595-66-0702 名張ロイヤル 検索

お手伝いします **自費出版**

詳しくは、アドバンスコープ 紙誌制作課まで
☎0595-64-7821 ✉guide@asint.jp

FMなばり **10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

| | | | |
|----------------------|---|----------------------|--|
| 10/2(日) 10:00~15:00 | 交通安全フェスタ なばり自動車学校 | 10/22(土) 10:00~16:00 | 高専名張祭 近畿大高専キャンパス |
| 10/8(土) 10:00~15:00 | 名張近鉄ガス ガス展&隠街道市 名張産業振興センターアスパ | 10/23(日) 13:00~16:00 | 伊賀FCくノ一 ホーム戦 VSジェフユナイテッド 市原・千葉レディース 上野運動公園競技場 |
| 10/9(日) 13:00~16:00 | 伊賀FCくノ一 ホーム戦 VS浦和レッズ ダイヤモンドレディース 上野運動公園競技場 | 10/25(日) 10:00~13:00 | 上野天神祭 伊賀市街地 |
| 10/16(日) 10:00~15:00 | ふれあいフェスタin青山 伊賀市役所青山支所周辺 | 10/30(日) 10:00~14:00 | 名張秋まつり ショッピングセンターリバーナ駐車場 |

※放送時間は都合により変更になる場合があります。

いよいよ

スポーツの秋

ニュースポーツを

楽しもう♪



秋の気配も次第に濃くなってきた今日この頃。体を動かすにも絶好の季節の到来ですね♪ 健康のために、新たな趣味にチャレンジしてみませんか。

キンボール

みんなで楽しむ時間

【NJ2009】 浅田志津子さん

約5年前、名張市立北中学校の当時のPTA役員らを中心に結成され、ニュースポーツに取り組みようになったという同サークル。現在は30代か



大きなボールを追って、コート内を駆け回る

「体を動かすのが楽しい」と笑顔で話すのは、ニュースポーツを楽しむサークル「NJ2009」のメンバー、浅田志津子さん(46)名張市美旗町池の台。毎週水曜日、世代を越えたメンバーたちと共に、和気あいあいと汗を流している。

ら60代の男女15人が、その時々に応じて「ファミリーバドミントン」や「ドッチビー」など、さまざまな競技を楽しんでいる。「その中でも、持久力が一番必要かも」と浅田さ

も「みんなで楽しむのがモットー」と話す浅田さん。「一緒に楽しめる人が増えたらうれしい。新しい競技にも挑戦していきたいですね」と白い歯を見せた。

んも苦笑いするのが、「キンボール」だ。4人1チームで3チームがコートに入り、「オムニキン」という掛け声とともに、相手チームを指定。直径約120cmの大きなボールを打ち、指定されたチームが床に落ちる前にボールをレシーブできなければ、他のチームに得点が入る。「7分間動き回って点を取れないように必死です」

ラダーゲッター

偶然からの展開も魅力

伊賀市ニュースポーツクラブ 辻喜嗣さん



ラダーゲッターを楽しむ、同クラブのメンバーたち

「やってみたら楽しいね」という声がうれしい」とこやかに話す、伊賀市依那具の辻喜嗣さん(57)は、「伊賀市ニュースポーツクラブ」のメンバー。大会を企画・主催するなど、自分たちが楽しみながら、多くの人にニュースポーツの魅力を伝えている。

16年前発足した同クラブ。辻さんは、スタート時からメンバーの1人で、ニュースポーツのすそ野を広げようと、毎年11月に開催する「市民スポーツフェスティバル」でも、カローリング競技の主管を行うなど、メンバーたちと力を注ぐ。現在、クラブでは「ペタンク」や「カローリング」などの普及に取り組んでいるそう。

辻さんが「今イチオシ」と

「ワンバウンドして引っかけたら5点など、偶然からも試合展開が変わる面白さがいい」と魅力を話す辻さん。「私たちのメンバーで指導もします。ぜひ興味を持ってもらってみたい」と呼び掛けた。

ほかにもいろいろあるよ!

ペタンク

土の上で、重さ約700gの鉄製のボールを投げ、ビュット(目標)球に近づける。主に戸外で行う競技。通常3人対3人で対戦するが、シングルスやダブルスもあり、ボールをよりビュット近くに止めることを競うゲーム。国際的なスポーツイベントの種目にもなっている。

ソフトバレーボール

日本生まれのニュースポーツ。ルールはバレーボールに準じ、4人制で行う。ボールが大きく、軽く、打ちやすいので、年齢や経験に関わらず安全にプレーできるのが特長。既存のバドミントンコートを使用して気軽に楽しめる。

ターゲットバードゴルフ

合成樹脂の羽根を付けたボールを打ち、傘を逆さに開いたようなかごの中に入れる。ゴルフのように打数を競い、老若男女問わず狭い場所でも楽しめる」と人気が高まっている。

《参考文献》「ニュースポーツ」編著/自由時間デザイン研究会(2002・評言社)「ニュースポーツ百科」編/清水良隆・紺野晃(1997・大修館書店)「ニュースポーツ事典」共編著/北川真人・財田本レクリエーション協会(2000・遊戯社)

nava 読者プレゼント

3歳元飲み比べ伊賀酒セット

本紙1ページで紹介した「伊賀酒DE女子会」を主催する森喜酒造場、大田酒造、若戎酒造の3歳元の名酒(300ml)をセットにしてプレゼント。各蔵自慢の味、飲み比べをお楽しみください。



3名様に

※未成年者のご応募はご遠慮ください
※組み合わせの銘柄は変わる場合があります。

プレゼント応募方法

〈ハガキ〉〒518-0444 名張市箕曲中村18-2 (株)アドバンスコープ「nava 9/24号プレゼント」係
〈Eメール〉guide@asint.jp 〈FAX〉64-5202

※希望賞品は、伊賀酒セット、モクモクチケット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「nava9/24号プレゼント係」と記載をお願いします。

①希望賞品名 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。

※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。

2016年
10月2日(日)
必着

抽選の様様をFMなばり83.5MHzで放送します♪

10月7日(金)夕方の生放送内



伊賀FCくノ一の

ハツラツDiary

VOL.24

新人コンビ その⑤
なるとマルです☆

少〜しずつ秋を感じ始めた今日この頃。芸術の秋、食欲の秋といろんな秋がありますが、私たちはもちろん、スポーツの秋です!! 今回は、今年入団した新メンバーの第5弾で、ともにMFで頑張っている背番号25番の倉谷也海(なるみ・写真左)と、背番号18番の福丸智子が自己紹介させていただきます☆

私、倉谷は兵庫県出身で、みんなからは「なる」と呼ばれています。3月に常盤木学園を卒業したばかりの18歳。まだ社会人になったばかりで、いろいろ勉強の毎日です。サッカーでは、スピードに乗ったサイドからの仕掛けが得意です! 試合でも、そんなプレーを皆さんにお見せできるように、毎日練習頑張っています。

続きまして、福丸です。鹿児島県出身の25歳です。

日テレ・ベレーザから来ました。ニックネームは「マル」です。プレーでは、相手の隙を狙ってのシュートが得意です! 切れ味鋭い私のシュートをぜひ試合で見たいですね。

なでしこリーグ、後半戦も残りわずか。私たち2人も試合で活躍できるように、そして皆さんに勝利を届けられるように頑張ります! 応援よろしくをお願いします☆

観戦チケットは、「チケットぴあ」や「サークルKサンクス」などで発売中です☆
見に来てね!



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



今後の試合予定

第14節 / 9月24日(土) 13:00
vs ベガルタ仙台レディース
仙台市陸上競技場(宮城県)

第15節 / 10月2日(日) 13:00
vs AC長野パルセイロ・レディース
南長野運動公園総合球技場(長野県)

MOKUMOKU



楽しいイベントとおいしい秋の味で心と体を癒やしませんか? モクモク三大祭りの一つ、実りの秋を祝う「第22回収穫祭」が今年も10月8日(土)、9日(日)、10日(月・祝)の3日間開かれます。

遊んで、食べて、「収穫祭」楽しさ満載

恒例になった「家畜追いダービー」は、3日間30レースを開催。ミニブタはもちろん、ヒツジやヤギなど7頭の家畜を追い掛けるジョッキーは会場から募集します。ハプニング続出のレース、誰が1番になるか、みんな予想しましょう! そして、祭りの3日間はおいしいものも盛りだくさん。

おなじみの「ぐるぐるウインナー」や地ビールの他、祭り名物の「豚かば井」やモクモクのウインナーを挟んだ「ホットドッグ」、肉汁がたまらない「スペアリブ」など、この期間だけの屋台も登場しますよ!

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
2016年10月2日(日) 必着

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、4ページのプレゼント欄をご覧ください。

イベント情報

アートフェスタ葉2016

名張育成会 ワークプレイス葉(しおり)の利用者たちの企画展です。「缶バッジを作ろう」や「ストーンアート」、「ぬり絵をしよう」、「ゴトバを見つけて絵を描こう」など、ワークショップが盛りだくさん。自由な表現で遊んでみませんか。
10月3日〜7日には、アーティストたちの作品の展示があります。

日時 / 10月1日(土)
午前10時〜午後3時
場所 / ワークプレイス葉
センサートギヤラリー
(名張市百合丘)

料金 / 無料
※ワークショップ 缶バッジを作ろう
1個100円
〈問〉ワークプレイス葉 ☎62-3271

隠(なばり)街道市

名張市旧市街地を中心に、クイズラリー、作家さんによる手作り市などイベントがいっぱい。8日は前夜祭として宇流富志禰神社で新能も。9日は、当地キヤラが大集合します。

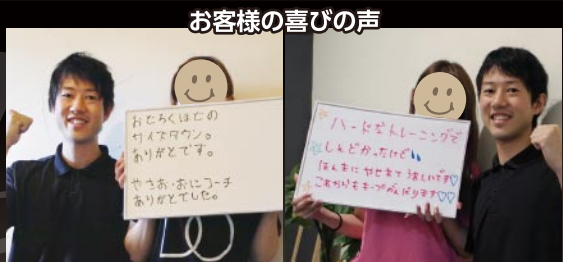
日時 / 10月8日(土) 午後4時〜9時
9日(日) 午前9時半〜午後4時
場所 / 上本町・中町周辺(名張市)
〈問〉名張地区まちづくり推進協議会
(名張市民センター) ☎64-2605

灯りと華のpromenade action VI

歴史情緒ある七つの建物を、灯りのアート作品と華やかな「いけばな」が彩ります。施設により入館料が必要です。(午後5時以降は無料)

日時 / 10月8日(土)〜10日(月・祝)
午前10時〜午後9時
場所 / 史跡旧崇廣堂、旧小田小学校本館、栄楽館、入交家住宅、赤井家住宅、沖森邸、袁虫庵(伊賀市)
〈問〉伊賀市文化都市協会 ☎22-0511

短期間でやせたい方
サイズを気にせず
おしゃれを楽しみたい方
我慢せず
食べながらダイエット



詳しくは **カイカジム** 検索

入会金無料キャンペーン10/31まで 新規受け入れ人数...残り6名



パーソナルジム **kaika**

無料カウンセリング受付中

[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



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
☎:0595-64-3478 ☎:guide@asint.jp
(アドバンスコープ ADS ホール内)



父の絵と思い、息子が発信



伊賀市別府 穂月 大介さん

明さんの作品を紹介する穂月さん

「地域に恩返しができれば」。伊賀市別府の穂月(あきづき)大介さん(60)は、同所にある美術館「青山讃頌舎(あおやまうたのいえ)」の学芸員。自宅横に建てた美術館で、日本画家の父・明さん(87)写真(真円内)が描く水墨画の魅力をもっとの人に伝えている。



36年前、穂月さんは日本画家として活動していた明さんと共に、一家で京都市内から「鎮守(ちんじゅ)の森」が広がる大村神社の隣に転居。明さんは自宅兼アトリエで、伊賀の風景などをモチーフに、作品を描いてきたという。

「自宅の隣に美術館を建てて、地域の皆さんに親しんでもらいたい」。明さんが温め

ていたそんな思いを、穂月さんが知ったのは約15年前。仕事は傍ら4年がかりで学び、45歳の時に学芸員の資格を取得した。今年2月、明さんが設計したという庭を囲むように建てられた美術館は、神社の森



静かな森の中にたたずむ同美術館

を背に建つ「ゴ」の字型の平屋。寺に生まれ育ち、仏教に親しんでいる明さんが描く、優しい表情の観音像や庶民の「祈り」の姿、自然の草花や動物などの水墨画、大小合わせて約40点が飾られている。現在、同美術館では秋の企画展を開催中。明さんは「信仰心を描いているので、それぞれの絵から感じ

レンタルDVDを返却するのに朝9時までに、お店に到着したかった日曜。小1の息子に、前日から「明日は8時40分になったら出るよ」と伝え、その日の朝も「早くしなさい」と何度も言いました。しかし息子は超マイペース、なかなか出発できません。ギリギリに車に乗り込み、私のイライラはピーク！「延滞になったらすごいお金かかるんで！」と、激しく怒りました。すると息子は泣き、「もっと簡単に言ってほしかった〜」と言いました。「ちゃんと時間も言うてんのにこれ以上どう簡単に言えるの

よ！」としばらく押し問答が続きました。すると、やっとのことで息子から出た言葉は「最初から、遅れたらお金かかるって言ってほしかった〜」というものでした。そこで私は我に返りました。簡単に言うって急ぐ理由も言うってという意味だったのです。「そうか、今度からはちゃんと理由も言うようにするな」と約束しました。そのあと息子が「なあ、お母さん、涙ってしょっぱいねん」と屈託ない笑顔を見せました。君はまだそんなことも知らない幼子だった。ごめんね。深く反省した朝でした。



「もっと簡単に言うて！」

田口知恵子の 小さな気づき 大きなうなずき

Vol. 37

★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。このコーナーです。

みんなが輝くステージに

市民文化 オンステージ2016

「みんなが主役になれる」。そんなステージが、10月15日(土)と16日(日)の2日間にわたってアドバンスコープADSホールで開催されます。

「市民文化オンス」

「みんなが主役になれる」。そんなステージが、10月15日(土)と16日(日)の2日間にわたってアドバンスコープADSホールで開催されます。毎年400人以上が出演。ダンスや



輝いてる人 教えてください

名張市・伊賀市にお住まいで、

- ものづくりをしている人
- 大会で賞を取った人
- 特技を持っている人
- 趣味のコレクターさん など、

頑張っている人をぜひご紹介ください。

情報に対して問い合わせをさせていただく場合がありますので、氏名・連絡先を明記の上、郵送またはFAX・Eメールでお知らせください。

※いただいた個人情報は、navaの制作に係る業務以外には使用いたしません。掲載の可否はお答えできませんので、あらかじめご了承ください。

(株)アドバンスコープ
「nava まちの情報」係
〒518-0444 名張市箕曲中村18-2
FAX:64-5202 Eメール:guide@asint.jp



あなたの身近な「あの人」をぜひnavaに♪

井上 宏の

くすっ。アハハ!そして、なるほど。「笑い学」の第一人者のエッセー集!

見つけた! 笑いとユーモア

9月発売



井上 宏

「日本笑い学会」を立ち上げた井上宏が、nava紙面などに7年にわたり掲載した珠玉のエッセー。日常にあふれる笑いとユーモアを、世相に絡めて「広く深く、語る一冊です。」

●定価1,200円(税込)



ブックスアルデ(名張本店・近鉄店・アピタ店)で販売!

少年少女スポーツチームを紹介

かがやけ! スポコ子

元気にパスをつなぐのは、ミニバスケットボールチーム「錦生(にしきお)チアフル」のメンバーたち。小学1年生から6年生までの女子25人、男子8人が汗を流しています。

約30年前に設立され、「礼儀作法はきちり」がモットーの同チーム。「一人ひとりの個性に合わせて」とコーチ的場智子さんは指導しているそうです。

現在は、11月開催の第35回サンアリーナカップ東海大会選考会に向け、チーム一丸となって練習中。メンバーの堀内凜さん(錦生赤目小6年)は「一つでも多く勝ち進むこと」と目標を話してくれました。

錦生チアフル



練習日時/木曜17:30~19:30
土曜14:00~17:00 日曜9:00~12:00
練習場所/名張錦生ふるさとパーク内錦生体育館

キラリ輝く/ 仕事人 Vol.22

世界一の長寿国となった日本で、活躍の場が増える介護福祉士。介護施設で働く珠玖(しゅく) 恵実子さんに仕事について聞きました。

介護福祉士 珠玖 恵実子さん(40)

名張市滝之原 デイサービス ひろこの家

「ありがとう」の笑顔励みに



仕事に就いたきっかけは?

人と接するのが好きで、「これから求められる職」という父の勧めもあり、介護の仕事を始めました。仕事に就いてから、奥の深さを感じ、スキルアップしたいと介護福祉士の資格を取得しました。

どんな仕事?

食事や入浴などの生活面で助けが必要な利用者の方の自立支援をします。今できることを維持し、できないことハビリや会話などで、少しでも回復するように手助けします。また、ご家族へのアドバイスも大切な仕事です。一人ひとりの意志を尊重するように心掛けています。



レクリエーションで人気のトランプゲーム。「ユーモアも交え、私も一緒に楽しんでいます」

仕事の魅力は?

皆さんの笑顔を見るとうれしいですね。「ありがとう」と感謝されたり、「あんたがおらへんと寂しいわ」と言われると頑張ろうと元気が出ます。



誘導は、手を引いてゆっくり。「バランスを崩さないよう、歩幅を合わせます」



「体を動かし、リフレッシュしてもらえようように努めています」。親しみのあるアニメソングを歌いながら

教えて 答えて わたしのギモン

Q 冬服のブレザーやジャケット、家でのお手入れ教えて?

もうすぐ衣替えですが、子どもの制服が冬服になってブレザーを着るようになると、毎日着続けるので臭いや汚れが気になってきます。家でできる簡単お手入れはありますか?

(名張市 高校生ママ)

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。

採用された方には「FMなはり特製ステッカー」プレゼント!!

〈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。

A 干して湿気取り、その後絞ったタオルで拭いて

ブレザーやジャケットを着続けて気になる臭い。「一番の対策は、湿気を取ること」だそうです。脱いだ後は、①裏返して1時間ほど日干し、表に返して30分ほど陰干しを。②次に、生地表面についたホコリを払って。③その後は「たたき拭き」。熱い湯で固く絞ったタオルで、全体をトントン。④仕上げは、再度ハンガーに掛けて2、3時間乾かせば完了です。

長く付き合う制服。しっかりおうちケアをして、快適に毎日を過ごしたいですね。

〈参考文献〉
『知ってトクする! おばあちゃんの知恵袋』著/斎藤美保子(2006年・イーストプレス)
『イチバン親切な 掃除と洗濯の教科書』(2008年・新生出版社)



昨年のステージの様子

民謡、日本舞踊など、子どもたちが元気いっぱいに日頃の練習の成果を披露します。16日は一般ステージで午前10時開演。歌や楽器演奏から各種舞踊まで、多くの分野で活躍する27団体が登場します。両日共に入場無料です。老若男女が集い、誰もが主役になる2日間、色とりどりのステージを楽しんでみてはいかがでしょうか。懐かしい知り合いや、新たな趣味に出会えるかも!?

から16日の11時半からは、名張出身の歌手・大和幸司さんがゲスト出演し、熱い歌声を響かせますよ。



僕たちにできることは必ずある

感染症・エイズ対策

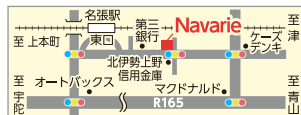
1000を超える仕事があり、世界約70ヶ国から、いま必要とされている。

青年海外協力隊 シニア海外ボランティア

名張会場

10月1日(土) 14:30
Navarie 2F 名張市民情報交流センター

秋募集 体験談 & 説明会



語学力が心配でも、事前研修があるから安心!

応募受付期間 **9/30 ▶ 11/4**

お問合せ・資料請求 JICA中部 **052-533-0220**
詳しくはウェブサイトへ JICAボランティア 検索



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

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

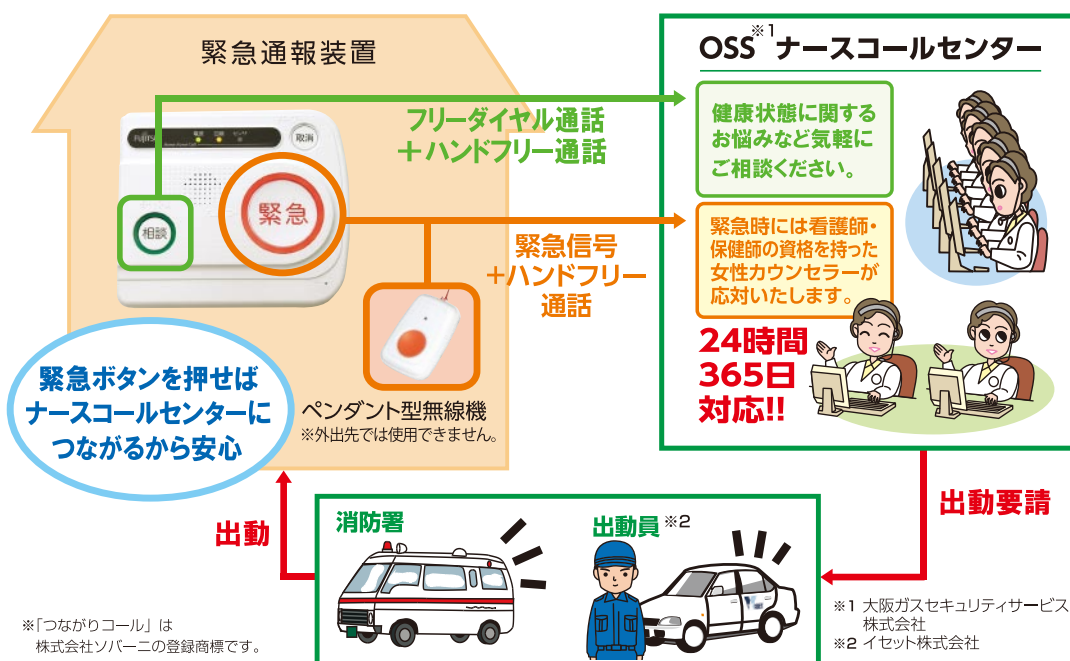
月額利用料 **2,700円** (税込)

「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>