

絶品! リピ買い決定  
10月のおススメパン



フロマージュ フランセーズ  
400円(税別)

薄皮で焼き上げたフランスパンには  
中にも外にもチーズがたっぷり!  
フランスパンとチーズ好きの人にオススメ。  
この組み合わせを味わってみてください♪

トルタロッソ製パン  
TEL 0595-43-2000

時間/10:00~18:00  
定休日/日曜日  
伊賀市下友田1371  
インスタグラムやってます  
http://www.torta-rosso.jp/




## 人が繋がる 場所に

伊賀にんにんボウル 支配人 高木 宏彰さん

「『ここが良い』と来てくださるような、愛されるボウリング場にしたい」と笑顔の高木さん

## 力注いだ リニューアルオープン

スポーツの秋、ボウリングはいかが。今年2月、ショッピングセンター「オークワ ジョイシテイ伊賀上野店(伊賀市小田町)」と共に、惜しまれつつ閉店したボウリング場「伊賀にんにんボウル」を閉じて半年余り。憩いの場が同地にリニューアルして、新たな産声を上げた。同ボウリング場支配人の高木宏彰さん(32)は、「伊賀のボウリング好きの人たちが繋がる場所にしたい」と熱を込める。

伊賀にんにんボウルは、同ショッピングセンター内のボウリング場を引き継ぎ、2014(平成26)年開業。高木さんは、オープン時から支配人として手腕を振るっている。

大学時代にはボウリング部に所属し、「ハマっていました」と話す高木さん。その腕前と経験を生かし、所属のプロボウラー2人や熟練のスタッフたちと共に、シニアやジュニア向けの教室を開くなど、スポーツボウリングの魅力を広げてきた。

### 多くの常連客

そんな効果もあってか、伊賀にんにんボウルは、週末などに訪れる家族連れや学生らはもちろん、マイボールで腕を磨く多くの

常連客らに愛されるボウリング場に。閉店と施設の取り壊しが決まっていたが、高木さんらスタッフは「1日も早く新しいボウリング場を」と力を注ぎ、完成が近づくと、工事現場にも入って汗を流した。

### なじみのレーン

そして、9月1日に念願のリニューアルオープン。バリアフリーの平屋建てのボウリング場に並ぶ18レーンは、以前の施設から「そのまま移設」。高木さんは「今までと同じ、なじみのレーンで楽しんでもらえます」と胸を張る。



駐車場入り口に立つ大きいボウリングのピンが目印

日頃のご愛顧に感謝をこめて  
2018 まちだ  
秋の大祭 OMATSURI

外壁大相談会  
“冬ごもり”  
断熱リフォーム相談会  
ハロウィンを楽しもう  
“まちだDEマルシェ”

入場無料 雨天決行

日時 10月6日(土)7日(日)10時~16時  
会場 株式会社まちだ 本社  
(名阪伊賀ICおりて2分)

株券記念品  
ハロウィン  
キッズ  
スポンジ

見積もり  
相談無料

株式会社まちだ 0120-45-2720  
本社：伊賀市柘植町3492-2 http://www.kkmachida.co.jp

困ったら一人で悩まず行政相談 小さなことからお気軽に

## 1日合同行政相談所を開設します!

遺産相続や、相続税対策についてのご相談や、  
社会福祉・医療保険や年金・道路の他、公共施設・役所の手続きなどご相談ください。

参加無料・秘密厳守 事前予約受付中(先着順) 名張市役所 市民相談室  
受付時間 平日 8:30~17:30 TEL 63-7416

開催日時 平成30年10/18(木) 午前10時~午後3時 場所 名張市役所 大会議室・相談室

総務省行政相談センター  
まぐみみ三重

※相談時間は1人につき60分、弁護士相談は30分、  
司法書士相談は45分です。あらかじめご了承ください。  
※司法書士相談は午後1時~4時  
※弁護士相談は午前10時~午後4時



# 感動させる「作品」を

## 風農園 代表 田上 堅一さん

「次のシーズンを待ち望んでもらえるような、地元が誇れるものを作りたい」。近鉄名張駅からほど近い住宅街に、農園と直売所を構える「風農園」(名張市鴻之台)。代表の田上堅一さん(44)は、同農園を立ち上げて10年目を迎え、さらに気合が入る。

イチゴに米、トマト、キャベツ……。市内の田畑で数種類の野菜を栽培する同園。田上さんが、土作りからこだわりの持ちこた育てるそれらは、見た目の良さはもちろん、甘みやコクなど「ひと味違う」のが自慢。「野菜作りは『もの作り』。手掛けているのは『作品』と話す田上さんの思いが、美しい実り

「米作りを始めたのは負けず嫌いから」。JAで営農指導員として勤めていた20代の頃、「住宅地育ちで全く農業を知らなくて。農家さんに相手にされなかったという田上さん。悔しさの中、自分でやってみよう」と決意。3千平方メートルの田んぼを借りて稲作に挑戦したのが、農家としてのスタートだった。

**モデルケースに**

勤めながら米作りを続ける日々で、作りの無い農地が多いことや、後継者不足を耳にすることも増えた。次第に「自分がやり手の無い農地の受



新米「ミルキーQueen」の出来を確かめる田上さん = 名張市赤目町星川で(9月3日撮影)

「米作りを始めたのは負けず嫌いから」。JAで営農指導員として勤めていた20代の頃、「住宅地育ちで全く農業を知らなくて。農家さんに相手にされなかったという田上さん。悔しさの中、自分でやってみよう」と決意。3千平方メートルの田んぼを借りて稲作に挑戦したのが、農家としてのスタートだった。

### 常にチャレンジ

これまでに、トマトは11月から7月に収穫期を迎えるように栽培、キャベツは5年がかりで年間を通しての収穫を可能にするなど、新しい試みで野菜を育ててきた。田上さんは「常にチャレンジを続けていきたい」と力を込める。さらに、「手にした時に感動するような、記憶に残るものを作りたい。そして『新しい農業』を伝えるためにも、発信していきたい」という田上さん。「目指すところはまだまだ先」。田上さんの挑戦は終わらない。

## おなかいっぱい召し上がれ

並んだ料理から好きなものを取って食べる、ランチビュッフェが人気の「農カフェレストランリエゾン」。開店して2カ月。買い物客や家族連れなど幅広い層の人たちが、手作りの味に舌鼓を打っている。

8年前から、伊賀市小田町でパン屋を営んでいる店長の向出益児さん。実家が兼業農家で米や野菜を作る中、「地産地消の店を作りたい」と、去る7月に2号店として「農カフェレストランリエゾン」をオープンした。

午前11時からビュッフェタイムには、季節の地元野菜を使ったメニューがズラリと約20種類並び、白米、みそ汁、デザート、他、「1回のみ取り放題」のおかず皿がセットで、おなかは大



満足。「素材の味を大事にした味」が好評だ。また、午後2時からのカフェタイムでは、1号店の天然酵母のパンとサラダのセットや、元パティシエが腕を振るう日替わりケーキが楽しめるケーキセットも。いずれの時間も、セットメニューは、同店自慢の自家焙煎コーヒーも味わえるドリンクバーが付いている。

「農家さんや皆さんと繋がる場」と話す向出さん。「秋メニューにもご期待ください」とこやかに話した。



**農カフェレストラン リエゾン**  
090-6335-2634  
名張市元町376 イオン名張店1階 【定休】年中無休  
【営業時間】10:00 ~ 16:00(L.O.15:00)

行ってみよう  
このお店

地域の  
お店紹介  
Vol. 100

### 伊賀・名張の食材を使った、体にやさしい料理です。

**伊賀で自家栽培した新米使用**

**のせ放題(1回のみ) ランチビュッフェ**

[小] ¥1,000 (税込)  
[大] ¥1,500 (税込)

ドリンクバー付き  
※写真は1500円のセットです

食器にもこだわり! 長谷園の伊賀焼使用

名張市元町376番地 イオン名張店(リバーナ)1F  
10:00~16:00【ビュッフェ 11:00~14:00/カフェ 14:00~16:00(L.O.15:00)】

**こだわりドリンクバー**  
(ドリンクバーのみの注文OK)

自家焙煎のコーヒーも3種! ¥400 (税込)

ドリンクバー付き  
**ケーキセット**  
(日替わり) ¥650 (税込)





## 伊賀FCくノ一のハツラツDiary

VOL.72

### 平成最後の夏を満喫!

こんにちは! 伊賀FCくノ一、背番号14・DFの山辺紗希(やまべ さき)です。皆さん、今年のおっつっつい夏、どのように過ごしましたか? ずーっと猛暑日ばかりで、外に出ると汗だくでしたが、やっぱり夏はキラキラの太陽に焼かれながら、お外イベントが楽しいですねー♪ 先日、私たちは、選手はもちろん、監督やコーチもみんな集まって、チーム全員で

バーベキューをしました。コンロの上に並んだ焼き鳥は、何と!! 大嶽監督の手作り〜☆ その他、おいしいお肉もモリモリ食べて、体作りは十分すぎるほどバッチリ(笑)

そして、みんなでスイカ割りや花火もして、大盛り上がり。全力で笑って楽しんで、チーム力もアップです。平成最後の夏を満喫しましたよー!



試合予定

なでしこリーグ2部

🏆 第13節 9月23日(日) 13:00キックオフ  
vs 愛媛FCレディース 甲賀市陸上競技場(滋賀県)

🏆 第14節 9月29日(土) 13:00キックオフ  
vs ASハリマアルビオン J-GREEN堺S1メインフィールド(大阪府)

わたしの  
元気の素  
vol.71



「手助けできる存在として、皆さんに知ってもらいたいですね」と話す木瀬さん

## 笑顔の毎日お手伝い

ペットシッター&ペット介護 nonton 木瀬 千尋さん

9月20日から26日は「動物愛護週間」。医療技術の進歩などで、ペットも長寿になる中、「愛するペットと毎日笑顔で過ごしてほしい」と話すのは、名張市桔梗が丘で「ペットシッター&ペット介護 nonton (のんとん)」を営む木瀬千尋さん(34)。開業して1年。飼い主の役に立ちたいと力を注いでいる。「飼い主さんからの『助かった』『ありがとう』の声が、私の元気の素」

動物が大好きという木瀬さんは、小学6年の時に家族と共に名張に転居。その時に飼い始めた雑種犬の「のんた」を、しっかり世話できるようにと目指したのが「動物看護師」だった。

専門学校で資格を取得後は、大阪市内にあるドッグカフェやホテルを併設した「ペット複合施設」内の動物病院に勤務し、獣医の診療をサポート。その中で、病院に訪れるペットたちの高齢化や、それに伴う飼い主たちの悩みも目にしてきたという。

結婚と出産を機に、動物医療の現場から離れたが、捨てきれなかった動物への思い。5歳になる長男の子育て中に、「ペットでの困りごとの力になりたい」と決意。思いを膨らませ、ペットシッターの資格も取得し、昨年9月に開業した。

「人間と同じく、老犬や老猫の介護は負担も大きい」と話す木瀬さん。昨年、開業して間もなくから約半年間、寝たきりとなった15歳のラブラドル・レトリバーを訪問介護し、最期を見送った。投薬の補助や、寝がえり、排せつの介助など、週に数回訪問。「飼い主さんと二人三脚で介護して、多くの経験をさせてもらいました」と振り返る。

「ペットとの暮らしの中で、少し自分の時間が欲しい時や困った時に頼ってもらえたら」と思いを話す木瀬さん。「飼い主さんが、また明日から笑顔でお世話ができるようにお役に立ちたい」と笑顔がはじけた。

問い合わせは木瀬さん(Tel090-6462-5934)まで。

9/28(金)・29(土)  
2日間限定 SALE

20~50%OFF  
真珠、色石、吊辞用バッグなど多数

お選びから修理まで  
パールインストラクターのいるお店

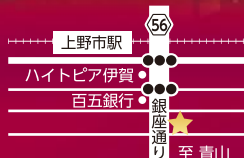
伊賀・名張で唯一の真珠専門店

創業40年 信頼と実績

志摩パール

■伊賀市上野相生町 2846 ■Tel. 24-0787

■営業時間 / 10:00 ~ 19:00 ■日曜・祝日定休



全国発送承ります

## 新米フェア

9/29(土)・30(日)  
9:30~16:00 9:30~12:00

風農園 こだわりのお米(玄米30kg)  
 ミルキーQueen 10,000円 →  
 コシヒカリ 9,000円 →  
 風農園スペシャル米 9,500円 →

2日間限りの特別価格

精米のご用意もあります 試食できます

※当日の引き取りまたは発送に限ります ※価格はいずれも税込みです

風農園  
kaze-nouen.co.jp

直売所 名張市鴻之台4-48  
080-5158-3576  
◆Twitter @kaze\_nouen  
◆Instagram kaze\_nouen

風農園

ファミリーマート ケーズデンキ 風農園 ココス  
マクドナルド キリン堂  
至 宇陀 HOSスーパーポル名張 R165 至 青山



# キラリ輝く / 仕事人 Vol.68

# 「地物」が一番

地元のいろんな品がそろった産直市場として、市民らが買い物に訪れる「とれたて名張交流館」。今年6周年を迎えた同施設の「4代目店長」を務める坂本隆一さんに、お仕事について聞きました。

## 店長 坂本 隆一さん(62)



仕事に就いたきっかけは？

40年間JAグループに勤務してきました。この春退職した後、5月から「とれたて」で勤務させていただき、7月に店長に就任しました。私自身が米を作る兼業農家なので、「農家目線」でお答えできたり、これまでのJAで農家の皆さんと接した経験などを生かせる仕事だと思いました。

座右の銘：継続は力なり  
尊敬する人は：坂本龍馬  
休日：多肉植物とサボテンの栽培、ゴルフ



買い物客に旬の野菜を勧める坂本さん。「スタッフみんなで野菜を学んでいます。おいしい食べ方もお教えしますよ」

仕事の魅力は？

お買い物される方や、野菜などを出荷して下さる会員の方にも喜んでいただけることです。地元の皆さんに気軽に立ち寄っていただき、薦めたものが「おいしかった」という声を聞いたりすると、やりがいを感じてうれしいです。



名張市への「ふるさと納税」の返礼品を発送。「遠くの方々に名張の味を知ってもらいたい大事な仕事です」

どんな仕事？

売り場には、地元で採れた季節の野菜や、お菓子・惣菜といった加工品、地酒、手芸品などがズラリと並びます。「地物が一番」をモットーに、お客様目線で、「さまざまな地元の品物がそろった場所」作りをしています。また、スタッフと一緒にイベントの企画も。10月中旬には、「収穫祭」を予定しています。

協力：とれたて名張交流館 名張市希中央2番町77番地1 TEL 0595-62-1755

## MOKUMOKU



今年、祭りの3日間、大人気の「家畜追いダービー」は、30レースを開催します。おなじみのミニブタはもちろん、ヒツジやヤギなどを追い掛けるジョッキーは会場から募集。ハプニング続出のレース、みんなが1位を予想しましょう！  
そして、祭りの3日間は、おいしいもの盛りだくさん。今回は、ハムやウインナー、スイーツなど、各工房対抗で新

## 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 入園料500円(3歳以上)

プレゼント 2018年9月30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、7ページのプレゼント欄をご覧ください。

おいしくて楽しい「収穫祭」来てね  
今年の猛暑の疲れ、楽しいイベントとおいしい秋の味で癒やしませんか。モクモク三大祭りの一つ、実りの秋を祝う「第24回収穫祭」が、今年も10月6日(土)、7日(日)、8日(月・祝)の3日間開かれます。笑いと熱狂の3日間。大人気の「家畜追いダービー」は、30レースを開催します。おなじみのミニブタはもちろん、ヒツジやヤギなどを追い掛けるジョッキーは会場から募集。ハプニング続出のレース、みんなが1位を予想しましょう！  
そして、祭りの3日間は、おいしいもの盛りだくさん。今回は、ハムやウインナー、スイーツなど、各工房対抗で新製品を用意した「職人屋台選手権」を開催します☆ 皆さんの投票で、職人たちの運命が決まるかも!?

創業104周年  
**第6回 煌宝展**

田村プロデュースのスペシャルな展示・販売会。  
旬のアクセサリ・本物のジュエリーが名張に集結!

10/13(土)、14(日)、15(月)

11時~19時 10時~19時 10時~18時

名張産業振興センターアスパア1階 多目的ホール

3億円のジュエリーを展示

イベント盛りだくさん3日間!

- 3日間限定ジュエリー大特価!
- ジュエリーバイキング
- 革バッグ修理相談会
- 最新ウイッグ体験会

スペシャルゲスト  
14日(日)、15日(月)限定  
大人気 明石家さんまのモノマネでおなじみ ぼいけんたが来場!

宝石・時計・メガネ

**田村**

- 本店 TEL 63-0730
- リバーナ店 TEL 61-2232
- アピタ名張店 TEL 68-3355
- ルーチェ TEL 22-0202

HPIはコチラ LINE@

友だち募集中!



ADS  
ホール

# 練習の成果を披露

## 三重県立名張高等学校吹奏楽部 第54回定期演奏会

チケット好評販売中

9/23



演奏会に向けて、練習に熱が入る部員たち

### 三重県立名張高等学校吹奏楽部 第54回定期演奏会

9/23(日) 13:00開場 13:30開演

【料 金】500円(小学生以下は無料)  
【連絡先】名張高等学校 石川教諭 ☎0595-63-2131  
【チケット取り扱い】名張高等学校、アドバンスコープADSホール、サワノ楽器店(伊賀市)

残暑厳しい9月23日(日)、アドバンスコープADSホールで開催されるのは、「三重県立名張高等学校吹奏楽部 第54回定期演奏会」です。第一部では、8月9日に開催された「平成30年三重県吹奏楽コンクール」で披露し、17年ぶりに金賞を獲得したという「沢地萃(たくちすい)」を演奏。「数カ所あるソロが見どころです」と、顧問の石川和裕教諭(33)お勧めの一曲です。

第二部では「キャンディーズメドレー」など、耳なじみのある歌謡曲をダンスと歌と共に。さらに第三部では、現役部員・OB合同で、「ラピュタ」キヤッスル・イン・ザ・スカイ」など、演奏難度の高い曲に挑戦します。



パーカッションを担当する部長の高橋さん

# イベント情報

## 平成30年度三重県障がい者芸術文化祭 【作品発表者募集】

県内の障がいのある人が活躍する一大イベントが、今年は伊賀で開催されます。ステージで発表するグループと、会場に展示する作品を募集。日頃の活動の成果をこの機会に発表してみませんか。

応募期間/9月10日(月)～10月10日(水)必着募集内容/

「ステージ発表」歌唱、楽器演奏、ダンス等 ※県内に所在し、出演者の半数以上が障がいのある人で構成されるグループ対象。

「作品展」絵画、写真、書道、工芸等 ※県内に住む障がいのある人対象。1人1点。

芸術文化祭開催日時/

◆11月30日(金)午前10時～午後4時  
◆12月1日(土)午前10時～午後2時

場所/ふるさと会館(伊賀市下柘植)  
料金/搬入、搬出にかかる費用は出品者負担

〈問〉三重県障害者団体連合会  
☎059・232・6803

募集要項のページはこちらから→



## 名張文化協会

### 創立40周年記念フェスティバル

文化協会所属団体の他、県下・県外からも文化団体を招いての、40周年記念にふさわしいフェスティバル。2日間にわたり、さまざまなジャンルのステージが披露されます。

日時/◆9月29日(土)午後1時～4時

(式典及び洋楽・洋舞)

◆9月30日(日)午前10時～午後4時

(大正琴・邦楽・邦舞)

場所/アドバンスコープADSホール

(名張市松崎町)

料金/無料

〈問〉名張文化協会

☎0595・64・2132

※各イベントは変更される場合があります。詳しくは、各問い合わせ先へ。

奈良県で唯一の無垢板テーブル・一枚板テーブル専門店

# 奈良工場の 風樹の塔

「すてきなテーブルねって  
来る人みんなに褒められるんです」

大和郡山市 M様(40代女性)

nava限定  
キャンペーン

10/1日～14日

「nava(ナバを見た)」でご成約の方に3つの特典

- ① 古いテーブルを5,000円で下取り
- ② 配送無料(近畿圏内すべて配送、組立、設置します)
- ③ お買い上げ合計(税込価格)から10%OFF!

### お客様の声

老後を控え最後の大きな買い物になると思っていたのですが、値段が手ごろで驚きました。お店のスタッフの対応も大変丁寧で好感が持てました。今度は和室の座卓を作ろうかと考えています。

一枚板が欲しくて来店しました。相当な数の天板が並んでいて決めるのに時間を費やしましたが、思っていた以上に素敵なテーブルが出来上がり、家族一同大変喜んでいました。ありがとうございました。

クルミ材のダイニングテーブルご購入  
名張市 Y様(60代男性)

柘の一枚板テーブルご購入  
橿原市 I様(50代ご夫婦)

■本社・奈良工房(名阪国道一本松インターすぐ)

Tel 0743-82-0328 奈良市針町3848-1  
営業時間/10:00～19:00 水・木曜定休

■イオンタウン 富雄南店

Tel 0742-51-0597  
奈良市石木町100-1 イオンタウン富雄南内  
営業時間/10:00～19:00 年中無休  
http://www.fuki-kobo.jp/

Facebook・Instagramもしています!





# うちのじまん みてだあ〜こ

vol.41 百姓工房 伊賀の大地



「伊賀のお米を使った カリカリかりんとう」300円(税込)と、色鮮やかなポテトチップス「なんとこれはじゃがいもです」250円(税込)の人気商品2種を手に笑顔の松森さん

## 豊かな伊賀味わって

代表 松森 芳子さん

食味ランキングで最高位の「特A」を獲得するなど、全国的に評価が高い伊賀米。そんな、おいしい米粉を使った加工品を製造販売している「百姓工房 伊賀の大地」(伊賀市島ヶ原)で代表を務めるのは、松森芳子さん(56)。今日も商品作りに汗を流す。

松森さんの夫・克太さんは、代々続く米農家の12代目。山間地の島ヶ原地区で米作りをする中、米粉を使った菓子作りを思い立ち、松森さんをはじめ、家族で試行

錯誤。半年かけて「伊賀のお米を使った カリカリかりんとう」を完成させ、2010(平成22)年、「百姓工房 伊賀の大地」を立ち上げた。

多い時は1日に



手土産にぴったりなセットも。「百姓工房お菓子の詰め合わせ」1,150円(税込)

「これたて市 ひぞっこ」や「島ヶ原温泉やぶつちや」、伊賀市内のスーパーマーケットの地物コーナーなどで販売中。松森さんは、「伊賀の豊かな実りを味わって」と呼びかけた。

711)まで。

(TEL0595・59・3

問い合わせは同工房

200個近く焼きますよ」と顔をほころばせる。

商品は同工房の他、

松森さんの「工房自慢」

- ・減農薬で自家栽培のコシヒカリの米粉を使用☆
- ・米粉パンは冷凍もOK♪ 解凍後焼いてもモチモチです。
- ・新商品、手焼きの「せんべい」「あられ」を試作中。乞うご期待!

Check it!

### 伊賀銘菓 半蔵 (はんぞう)

HANZOU

ふっくらと香ばしく焼き上げた皮と2種類の味がお楽しみ頂ける逸品。

1個 151円(税込)

かしこ 半蔵

0595-67-1313

名張市桔梗が丘3-3-86 (桔梗が丘市民センター前)

時間/9:00~18:30 定休日/火曜日

http://www.sawadaikkyuan.jp/

一体庵 伊賀銘菓セット 「半蔵でござる」

半蔵 × 4個  
ござる餅 × 5個 入り

1,425円(税込)

この他 各種銘菓詰合せ承ります

## 「頭皮のハリほぐし」で 美しい髪づくり

ジァミンフリーで髪「疲れている時や、ひに優しい」びはつヘナと息入れたい時にもピからーや、長持ちスタツタリです」と店長の田澤邦子さんイチオシ。テクニクカット」がクレンジングローションで髪に残ったシリコエラ」。同店に9月から、ン剤や整髪剤を落とす新メニュー「頭皮のハリほぐし」が登場した。

頭皮への指

頭皮が柔らかくなることで髪質の改善も期待できる「頭皮のハリほぐし」。田澤さんは「施術の後にはヘナの染め上がりも良くなったたり、ポリウムアップでカットのイメージも変わったり、良いことづくし。ぜひ体験してみてください」と声を弾ませた。(PR)

■ル・マードテクニクカット ..... 回数券でのヘナからーと同時で **5,000円 → 3,000円**

■びはつヘナからー、プレミアムヘナからー 1回 **6,000円** ※仕上がりまで約90分(個人差有)

■びはつヘナからー、プレミアムヘナからー 回数券(10回分) 通常 **60,000円 → 35,000円** **1年間有効**

■部分パーマ 7,000円~(カット込み) ※全てシャンプー・ブロー込み/エタニティ水使用/名張市内送迎可能 ※料金は全て税込み

■頭皮のハリほぐし ... 1回 **5,000円** ※1回施術につき約30分

■頭皮のハリほぐし 回数券(10回分) 通常 **50,000円 → 25,000円** **1年間有効**

ヘナからー専門サロン **美容室アンジェラ** ☎0595-66-0284

完全予約制 ■名張市さつき台1-25 ■月曜定休 8:00、10:00、13:00、15:00、17:00の中からご予約を



少年少女スポーツチームを紹介

# かがやけ! スポッ子

**短** 距離走、リレー、走り幅跳び。陸上競技のさまざまな種目に磨きをかけるのは、今年4月に開校した「ANSCばりっこクラブ」のメンバーたち。現在、小中学生44人が所属し、練習に励んでいます。

スポーツの基礎である「走・跳・投」を中心とした動きを習得して、運動の楽しさや達成感を体験してほしいとの思いで開校した同クラブ。メンバーを指導する徳地和子さんは、陸上競技の指導に携わって38年。「アスリートである前に一人の人として、人間力の育成にも力を入れたい」と

語ります。

練習のスタートは棒を使った体操から。筋肉を柔らかくして、けがをしない体づくりを目指します。その後、メンバーは短距離を1本走るたびに自分自身のフォームを振り返り、基本をしっかりと確認。「陸上競技は自分との戦い」と、気合を入れて励みます。

キャプテンの大市翔太君(伊賀市立上野南中3年)は、「自分の専門種目である短距離走で自己ベストを出せた時が楽しい」と笑顔で話してくれました。



練習日時/月曜・火曜・水曜・木曜 16:00～22:00 ※曜日により、練習時間は異なる  
練習場所/近大高専グラウンド、メイハンフィールド、旧名張桔梗丘高校グラウンド  
連絡先/NPO法人アクティブ名張スポーツクラブ事務局 Tel 0595-44-6556

## nava 読者プレゼント

引換券 5名様に

### ブルーランジェリー エカフェ リエゾン 五穀サンドセット(ドリンク付)

本紙2ページ「行ってみよう このお店」で紹介した「農カフェレストラン リエゾン」の姉妹店「ブルーランジェリー エカフェ リエゾン」の美味しいサンドセットをプレゼント。国産小麦使用の香りの良い五穀パンを味わって♪



※応募は、「ブルーランジェリー エカフェ リエゾン」(伊賀市小田町701-1)で食事ができる方に限らせていただきます。

プレゼント応募方法 **2018年9月30日(日)必着**

〈ハガキ〉〒518-0444 名張市箕曲中村18-2  
あて先 (株)アドバンスコープ「nava 9/22号プレゼント」係  
〈Eメール〉guide@asint.jp 〈FAX〉64-5202  
※件名に「nava9/22号プレゼント係」と記載ください。

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 ⑦ペンネームを明記してください。

※希望賞品は、サンドセット、モクモクチケットのいずれかを明記してください。

10月5日(金)の夕方、FMなばり83.5MHzで抽選の模様を放送します♪ 当選発表では、ペンネームまたは名前のイニシャルを読ませていただきます。

※個人情報と抽選および賞品の発送以外には使用しません。

松任谷由実の曲で一番好きなのは「やさしさに包まれたなら」です。特に”目にうつる全てのことはメッセージ”というフレーズがすごく好きです。

出会う人や起こる出来事など全ては「メッセージ」で、意味のないことなかなないと普段から思っているのですが、時としてそのことを忘れてしまいます。

先日ギリギリの時間になって家を出て、ただでさえ慌てている時に、1キロほど走ってから車のタイヤの空気がかなり抜けていることに気がきました。「うそやろ～もう最悪～」とぼやきながら、父の車を借りて家に戻りました。「マジ勘弁」とかなんとか車中で文句言いきりです。なんなら舌打ちしまくりです。

後で気付きました。「そうだと全てのことはメッセージだった。あのタイミングで車があんなふうになったのもきっと何かのメッセージだったんだ」と。自分にとって一見不都合と覚えることが起きた時、そんな時ほど、もしかしたら

大事なメッセージが届いているのかもしれない。ただ、考えても考えてもどんなメッセージなのか計り知れず、「なんで私がこんな目に??」と

天を仰ぎ恨み節が出そうな時もあります。それでも今の私に必要なことであるのは間違いのないのです。どんな時も、あのユーミンのさわやかな歌声を思い浮かべながら「目にうつる全てのことはメッセージ～」と口ずさめる心の余裕を持ちたいものです。



## 田口知恵子の 小さな気づき 大きなうなずき

★FMなばり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. 61

**ハウスクリーニング/エアコンクリーニング**  
**家事代行 整理 片付け 他**  
**シロアリ駆除** ●床下無料調査実施中 ●ゴキブリ、ハチ、ねずみ、他 害虫駆除  
**庭木管理** 消毒/肥料/剪定/造園 他  
**定期清掃管理** 事業所/工場/病院/店舗 他  
**パート・アルバイト募集** 時給900円～ 見習い期間あり/時間応相談/正社員迄

**DUSKIN**  
 見積無料・安心と信頼の地域密着  
**ダスキン エスプリ**  
**TEL 65-8411**  
 名張市新田1249-4  
 ISO 14001認証

**やまと座**  
 大衆演劇 密着の劇場  
**10月公演 鳳凰座**  
 10/1(月)～3(水) 座長 中野加津也  
**1,000円** 10/1(月)～30(火) 昼の部まで  
 通常 1,700円 日替わり演目 【休演日】10/22(月)  
 高齢者 1,600円  
 ※全て税込  
**11月公演 劇団 武蔵**  
 座長 三条すすむ 11/29(木) 昼の部まで  
**0745-82-1111**  
 宇陀市榛原萩原2445-6 (近鉄榛原駅下車2分)  
 昼の部 12時、夜の部 18時開演

中野加津也  
**鳳凰座**





# 親孝行のお手伝い

ボタンひとつで看護師に健康相談ができます

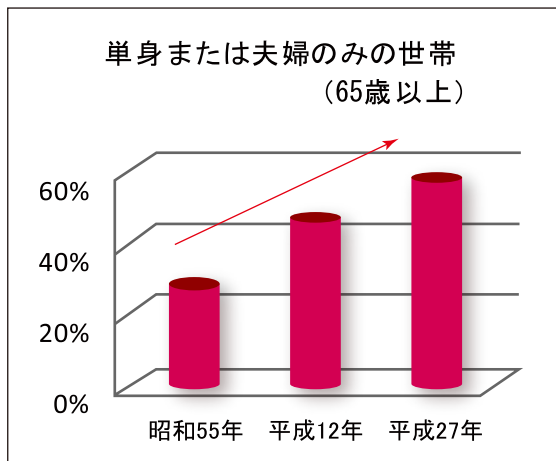
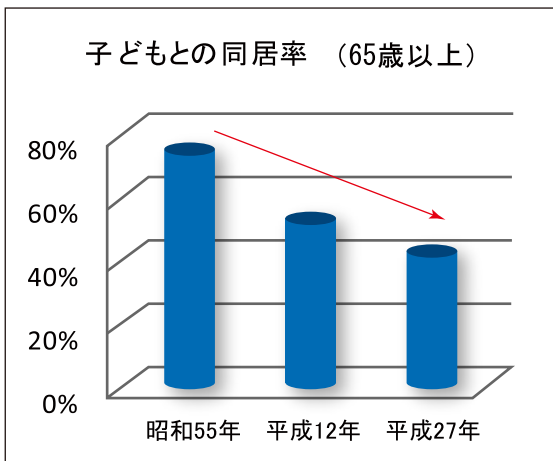
## つながりコール

**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。

**救急車要請**  
お客様の状況を確認し救急車が必要な場合は消防署へ出動要請。

**出動員訪問**  
最寄りの待機所からお客様の状況確認に！

【あなたのお宅はどうですか？】子どもとの同居は減少しています



65歳以上の高齢者について子どもとの同居率をみると、1980 (昭和55) 年にはほぼ7割であったものが、2015 (平成27) 年には39.0%となっており、**子どもとの同居の割合は大幅に減少しています。**

単独世帯または夫婦のみの世帯については1980 (昭和55) 年には合わせて3割弱であったものが、2015 (平成27) 年には**56.9%まで増加しています。**

資料：昭和60年以前は厚生省「厚生行政基礎調査」、昭和61年以降は厚生労働省「国民生活基礎調査」

※内閣府 平成29年版高齢社会白書 (全体版) より引用



「健康の不安は、離れて暮らす子どもにはなかなか相談しにくい。このサービスは、気になった時にいつでも相談員さんと話せるので安心です。」

「一人でいる親に万が一のことがあった場合を想像すると、いつも不安な気持ちに…。つながりコールなら、駆けつけもしてくれるので昼も夜も心配いりません。」



お気軽にご相談ください



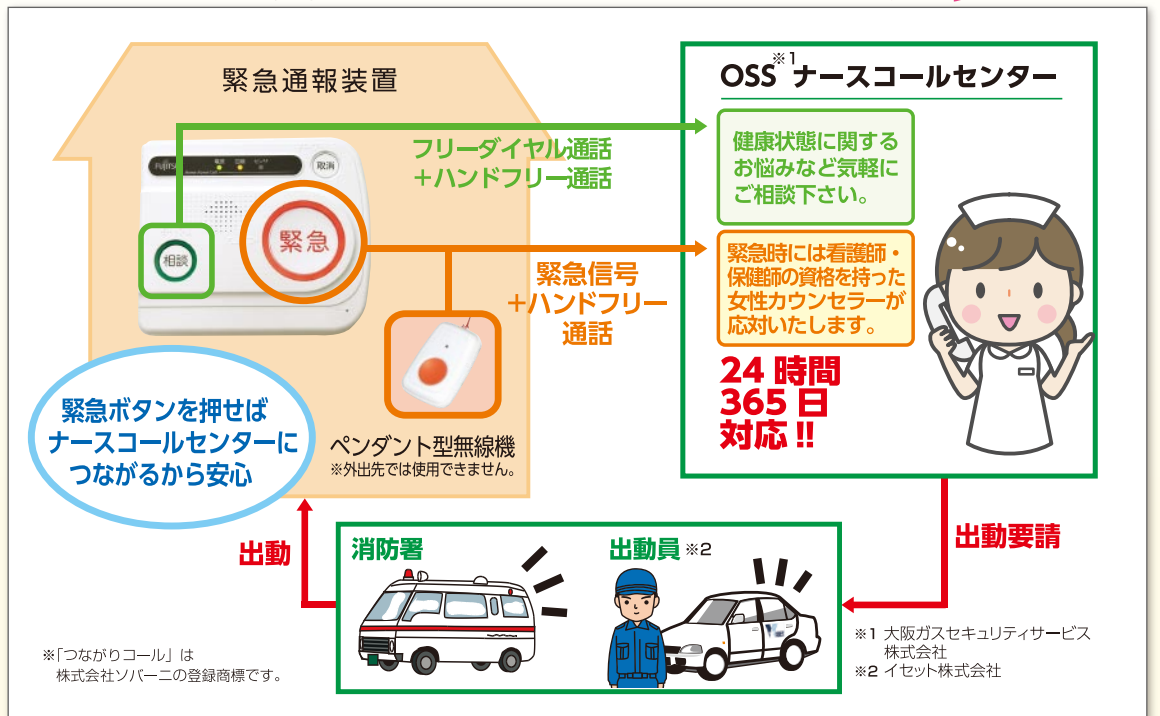
## つながりコール

月額利用料

**2,700円** (税込)

1日あたり  
100円以下

## 24時間 365日 安心対応!



(株)ソバーニは、名張近鉄ガス株式会社と株式会社アドバンスコープとの共同出資会社です。

Daigas 名張近鉄ガス × アドバンスコープ

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

三重県名張市箕曲中村18番地の2  
受付時間 / 平日 9:00 ~ 17:00  
http://www.sobani.jp