

とびきりのスイーツパンが
11月のおススメ



上質なカスタードに、
マロンクリームと
渋皮マロンをトッピング♪

渋皮マロンとマロンクリームデニッシュ
150円

いつものお気に入り
ふわふわ、美味!



伊賀抹茶で作り上げた
フワフワパンの中には
たっぷりの大納言小豆。さらに
いちごみるくチョコをトッピング!

伊賀抹茶&大納言小豆&いちごみるくチョコ!?
150円

※料金は全て税別

トルタロッシ製パン
Tel 0595-43-2000

時間/10:00~18:00
定休日/日曜日
伊賀市下友田1371
Instagramやってます
<http://www.torta-rosso.jp/>



異国の文化伝えます

秋のイベントとして、近年若者を中心に親しまれている「ハロウィーン」。ヨーロッパ発祥の祭りながら、すっかり日本にも定着した。そんな異国文化を伝える1人、伊賀市上野桑町にある「英会話・学習塾Step」の英会話講師、マリア・ロールダン・ボレリさん(30)。講師となつてまだ1カ月ながら、その明るい笑顔で人気を集めている。



英会話・学習塾Step 講師
マリア・ロールダン・ボレリさん

子どもたちに「トリック・オア・トリート(お菓子をくれなきゃいたずらするぞ)」を教えるボレリさん

ボレリさんは、アルゼンチン南部のリオガヤゴス出身。母国語はスペイン語だが、幼い頃から英語を学んでいた。子どもが好きで、「いつかは海外で英語を教えたい」との思いを胸に抱いていたという。

そんな中、「日本には伝統的な文化と近代的な文化、両方がある。それらを学びたい」と決意。4カ月前に来日し、先月末から同教室の英会話講師として、3歳から大人まで幅広い世代の生徒に英会話を教えている。人懐っこいフレンドリーなボレリさんは、「マリア先生」と多くの生

徒に人気だ。本場のヨーロッパなどでは、ハロウィーンといえば、魔女やゾンビ、ドラキュラなどのモンスターに扮した子どもたちが町の家々を巡り、「トリック・オア・トリート(お菓子をくれなきゃいたずらするぞ)」と菓子をねだる風景が名物。しかし、日本では近年、すっかり仮装を楽しむイベントとして知られている。ボレリさんは、「教室の子どもたちとは、トリック・オア・トリートをやってみよう。そして、仮装を作って仮装もみんな楽しんでみたい」と、日本での初めてのハロウィーンに期待を膨らませる。

現在は、週に4日同教室で英語を教えながら、伊賀市内で日本語を学んでいるというボレリさん。「日本の食べ物おいしい。大好きなのは、寿司とラーメン」とニコリ。「伊賀の皆さんにも、タンゴや食べ物など、アルゼンチンの文化を伝えて、異国に興味を持ってもらいたいですね」と目を輝かせた。

乗馬クラブクレイン三重 創立44周年記念キャンペーン

乗馬お試しレッスンご招待!!

※騎乗時間約20分(所要時間約80分)

1組につき
2名様まで

マンツーマンで馬の乗り降りからレッスン。馬にまたがり、少し走るところまでの体験ができます。

初めての方、大歓迎!

期限：平成30年11月30日(金)まで

装具レンタル料・保険料として、1,820円必要となります。
※未成年の方は、親権者同伴をお願いします。

持ち物：長ズボン・靴下着用、手袋(軍手でOK)

▼ご予約はこちらから▼ 気軽にお電話ください!(R165沿い・近鉄西青山駅から送迎あり)

TEL 0595-52-1322

三重県伊賀市伊勢路1351 【動物取扱業登録済】
平日/10:00~18:00 土日祝/9:00~18:00 火曜定休



小学1年生から70歳代まで
体験できます!

経験重ね、腕磨き

中本パックス株式会社 松本 光輝さん

おいしいような料理が詰められた惣菜の器や、真っ赤に熟したトマトが入るパック。スーパードライなど見かけるさまざまな食品の容器やパッケージを手がける「中本パックス株式会社」(本社：大阪市天王寺区)の名張工場に勤務する松本光輝さん(25)は、入社9カ月目のルーキー。先輩たちの技を吸収しようと、汗を流す毎日だ。

視力検査や聴力測定もお任せ!
ご自宅まで伺います
お気軽にお電話ください。
宝石・時計・メガネ 田村 TEL 0595-63-0730

前は菓子メーカーに勤務し、色鮮やかなパッケージに包まれた商品を作っていた。使う側から、パッケージを作る側、という真逆の立場に。入社してからを振り返り、「全く新しいチャレンジで、毎日仕事を



「癒やしは2歳の息子との時間です」とにこやかに話す松本さん

コンビニやスーパーに買い物に行った際に、自身が手がけたパッケージを目にすることも。「皆さんのもとに届いている」という実感が、次への原動力になります」と思いを話す。「今後は、どんなスキルアップして、みんなを引っ張っていく存在になりたい」。がむしゃらに仕事に取り組んだ9カ月。さらに上を目指して、まだまだやる気は尽きない。

「本当に、経験値が大切な仕事。僕はまだまだ勉強中」と話す松本さん。そんな中でも、先輩たちのアドバイスを受けながら、発注された色に近づいて完成させた時は、「達成感がありま」と屈託のない笑顔を見せる。

を覚えようと必死で「死」とはにかむ。パッケージの印刷を担当する中、「一番難しい作業」と話すのが、発注された色見本通りの発色にするためのインクの微調整。印刷する素材によって発色が違うので、「見た目の色」での調整は至難の業。一緒にチームを組む先輩たちは、肉眼でのわずかな差を見つけて調整する。

暮らしに花の彩りを

名阪国道・治田インター近くに店を構えるのは、「雑貨&flower Pepper berry」。季節を彩る花々や可愛らしい雑貨が並び同店には、「自分の癒やしに」「プレゼントに」と多くの女性たちが訪れている。



オイルの他、ドライフラワーやブリザーブドフラワーなど、ハーバリウムの素材も豊富

雑貨&flower Pepper berry

0595-20-1554 伊賀市治田5200-3
【営業時間】10:00～17:00 【定休】水曜

行ってみよう
このお店

地域の
お店紹介
Vol. 102



ハーバリウム各種 1,600円～(税別)

近年人気が高まっている、ガラス瓶に植物標本のように花を飾る「ハーバリウム」にも、色合いや季節感など樋高さんのセンスが光る。ハーバリウム用の花材や瓶、オイルなどの素材もそろった同店。ハーバリウムは、予約をすれば店内で自作が可能だ。樋高さんは「小さいお子さんでも作っていただける簡単な作業です。いろんな花を組み合わせて、オンリーワンの作品を作りに来てください」と笑顔で話した。

お伊勢さん菓子博2017で
金菓賞受賞!

ついたち餅 開催 11/1(木)

- ◆ 黒豆大福 1個 140円を **100円**(税込)
- ◆ 赤飯 300g **400円を 半額**

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/>

粒あんのなか
きざみ栗を入れた
あっさりとした
味わいの最中

ご贈答用もごさいます
1個 162円(税込)



伊賀FCくノ一の ハツラツDiary

VOL.74

ありがとうございました

こんにちは！今回担当させていただくのは背番号23番・GKの井指楓(いさし かえで)です。

先日10月7日に、リーグ優勝と1部昇格が決定しました。私たちにとっては必ず成し遂げなければならぬミッションだったのでほっとする気持ちと、1部での戦いに向けてのスタートだという気持ち、そして何よりも一緒に闘ってくださったサポーターのみなさまへの感謝の気持ちで

いっぱいです。

2部に降格した悔しいときも、たくさん励ましやパワーをもらい、みなさんのおかげで強くなれました。今年のくノ一はチーム力が日本一だと確信しています！

カップ戦・国体・リーグ戦と3冠を達成しましたが、残りのリーグ戦や皇后杯もひかえています。引き続き応援よろしくお願いたします！！

2018プレナスなでしこリーグ2部

優勝&1部昇格

ご声援ありがとうございました！



わたしの 元気の素 vol.73



マクロビオティック食材で作ったデザートを手笑顔の小田さん

選んだもので体はできる

マクロビオティックサロン Sweets Therapy

オーナー 小田 敬子さん

「いろいろな食べ物がおいしい季節。今こそ質の良いものを口にして」と話すのは、名張市桔梗が丘にある「マクロビオティックサロン Sweets Therapy(スイーツ・セラピー)」のオーナー、小田敬子さん(58)。「健康とキレイの伝道師、として、さまざま世代の人たちに食の大切さを伝えている。「『おいしい』という笑顔や『元気をもらった』という声が、私の元気の素」

小田さんが取り組む「マクロビオティック」は、肉や魚を極力減らした、穀物菜食中心の食事のこと。「自分が選んで口にしたもので体は作られる。だから、食材選びは大切」と話す小田さん。店内では、オーガニック食材を販売する他、ケーキや焼き菓子、ベグルサンドなどを提供。これらも乳製品や卵、白砂糖は使わないが、訪れる人たちは「期待よりもずっとおいしい。ボリュームがある」「体になじんで良さそう」と大満足だそう。

小田さんが、マクロビオティックに取り組み始めたのは約25年前。夫と5人の子どもたちが重度のアトピー性皮膚炎で治療をする中、「薬に頼らず、体を変えていけたら」と食事療法を始めた。独学で、さまざまな食事療法を学んでいた時に出会ったのがマクロビオティックだったという。

穀物菜食の生活で、徐々に家族の体調に変化が。「私自身も若返ったかも」と白い歯がこぼれる。「この健康的な食事を皆さんにも伝えたい」と店を開いて10年。今では、県内外で企業向けのセミナーや公民館講座なども開講し、マクロビオティックの魅力を伝えている。

さらに、「食材選びはもちろん、料理に向かう気持ちも大事。料理人の気持ちやエネルギーが料理に伝わる。だから、包丁を持つときは「プラスの気持ち、を大事にしています」とモットーを話す小田さん。「これからも、お客様の体作りのお手伝いをしていきたい」。バイタリティーあふれる小田さんの、元気を届ける毎日は続く。

やまと座

- ◆ 笑いあり、涙あり
お芝居とショーでたっぷり3時間!!
- ◆ 終演後は役者がお客様をお見送り
記念撮影もどうぞ
- ◆ イス席の他、さじき席もあり
団体でのお越しも大歓迎です!

「nava」(本紙)持参で粗品進呈!

11月公演 劇団武る

座長 三条すすむ

11/1(木)~29(木)昼の部まで

【休演日】11/22(木)

日替わり
演目11/1(木)~3(土)
1,000円通常 1,700円
高齢者 1,600円
※全て税込

12月公演

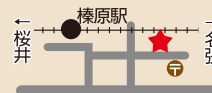
浅井劇団 座長 浅井雷三
12/1(土)~ ※千秋楽は未定

カラオケ歌謡大会 出演者募集中!

参加費
6,000円
(入場料含む)

やまと座の舞台上でスポットライトを浴びて
思いっきり歌いませんか?
劇団員がバックで踊ります!

くわしくは
お問い合わせを!



☎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



キラリ輝く/ 仕事人 Vol.70

季節感じる菓子を

四季の移ろいが表現され、目でも舌でも楽しめる和菓子。城下町・伊賀上野に店を構えて、まもなく百年を迎える和菓子店「お菓子司 くらさか風月堂」の三代目・倉阪浩充さんに仕事について聞きました。



仕事に就いたきっかけは？

祖父の代から続く和菓子屋で、小さい頃は古くなった「押しもん」の木型で遊んだりしました。そんな環境の中、ごく自然に和菓子職人の道に。高校卒業後は京都の和菓子屋で4年修業し、その後伊賀に戻って2年間は父の下で伊賀の和菓子を学びました。のれんを受け継いで、今年で21年目です。

和菓子職人 倉阪 浩充さん(46)

座右の銘：一生逸品

休日：茶道歴は18年。「お茶会」に参加したり、専ら最近は、心と体の鍛錬にと始めた「アシュタンガヨガ」に夢中

仕事の魅力は？

これまでは、職人として作ることに専念していましたが、近年はイベント出展やSNSでの発信などから生まれる、お客様との触れ合いが楽しいですね。じかに声を聞くことで、刺激を受けたり情報をもらったりして、新しい菓子作りへのエネルギーにもなっています。



生菓子は色合いを大切に。「この人の作っているお菓子だから買いたい」と言ってもらいたいですね

どんな仕事？

「自分の手から生まれる、手間暇かけたものを知ってもらいたい」という思いから、菓子は一つひとつ手仕事で、全て一人で作っています。和菓子の食材なども、人との出会いやつながりから、自分で確かめたものを使います。季節感を大事に、伊賀の「おいしいもの」を和菓子に詰めていきたいですね。



先代から受けついで木型がズバリ。季節を感じるさまざまなデザインが施されている

協力：お菓子司 くらさか風月堂 伊賀市上野車坂町753-3 TEL 0595-21-2866

MOKUMOKU



旬のりんどう ミルクパンづくり
いろいろな Mokumoku の体験の中でも、食べ物を自分たちで作る体験は大人気。今回ご紹介するのは、11月だけの季節限定「りんどうミルクパン教室」です。Mokumoku 自慢のジャージー牛乳をたっぷり使った、もっちり甘い生地。そこに旬のりんどうジャムを使ったクリームを包み込んで焼き上げるパンは、ジャージー牛の恵みがいっぱいです。教室では、パンのことも学べ、もちろん、牛乳のことも学べて、親子で楽しめますよ。
体験時間は約1時間半。教室は午前10時半からと、午後1時からの2回で、1時間後に焼き上がったパンの引き取りとなります。

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11月4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。

りとなります。
料金は2人分で3240円(税込)、1人追加ごとに1296円(同)。体験には予約が必要で、小学生以上は人数分申し込んでください。なお、エプロンの貸し出し、販売はしていませんので、各自持参してください。
作って学べるパンづくり教室。ぜひご家族で楽しんで☆

ads.FM

秋からの新番組 絶賛放送中!

morning catch 【月～金 7:00～9:00】
1日の始まりに、役立つ情報をキャッチして!

banwago station 【月～金 12:00～13:00】
今の流行やイベントなどを紹介。昼のひと時を楽しく☆

a-time 【月～金 14:00～15:00】
ティータイムはラジオでリラックス&チャージ!

marutoku ギュギュッと5min 【月～金 15:00～15:05】
スーパーから生中継で、おトク満載の5分間♪

ads.news 【月～金 18:00～18:15】
地域のニュースをとれたてほやほやでお届け。

weekend mix 【土日 10:00～12:00, 14:00～15:00】
イベント会場からの公開放送も。

FMなばり 83.5MHz

メッセージ・リクエストお待ちしております!
e-mail nabari@fm835.jp FAX 62-0835

国道165号沿いにOpenしました!

大正浪漫 オーガニックカフェレストラン 小春日和

宇陀市榛原山辺三474-1-1
TEL 050-1289-6768
(朝食) 8:30～11:00
(昼食) 11:00～15:00
定休日 火曜・水曜

米粉のパンケーキ 600円(税込)

★コースは要予約★
健康食コース「こはる日和」 3,000円(税込)

近鉄榛原駅 徒歩10分
Aコープ 榛原店
ホームプラザ ナフコ 榛原店
小春日和
駐車場 20台完備

～こだわりぬいた食前であじいひとときと～

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/正社員応募可

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

ads
ホール

不朽の名作を 大スクリーンで

なばり名画座「ローマの休日」

11/23

チケット好評販売中

毎年開催されて、根強い人気を誇る「なばり名画座」がリニューアル。大スクリーンで映し出す臨場感はそのままだ、今後は年に複数回開催予定。さらに幅広いジャンルから、誰もが知る名作を上映します。

リニューアル第一弾の今回は、ウィリアム・ワイラー監督の「ローマの休日」を上映します。女優オードリー・ヘプバーンのデビュー作であり、「第26回アカデミー賞」で最優秀主演女優賞を受賞したラブロマンス作品。

ローマに滞在中の某小国の王女アン(オードリー・ヘプバーン)は公

務に疲れ、ある夜滞在中の大使館を脱走。アンと偶然出会った新聞記者のジョー(グレゴリー・ペック)は、スクープをものにしようとアンを観光に連れ出します。しかし次第にジョーとアンの間には恋が芽生え、たった1日のラブストーリーが展開されます。

当イベントを主催する「なばり名画座実行委員会」の委員長・的場敏訓さんは、「今回の『なばり名画座』では初の洋画を上映します。名作だからこそ、ぜひホールの大スクリーンと大音響で作品を観てもらいたいですね」と呼びかけています。



© 1953 Paramount Pictures Corporation. All Rights Reserved.

なばり名画座「ローマの休日」 11/23 (金・祝) 14:00~

【料金】500円(税込) 【スケジュール】14:00~シネマトーク 14:30~上映

【連絡先】adsホール ☎0595-64-3478

【チケット取り扱い】adsホール、ネクスト・ワン名張本店、ブックスアルデ名張本店・アピタ店、前田文具 夏見店、名張市教育委員会文化生涯学習室、伊賀市文化会館、岡森書店 白鳳店、サワノ楽器店、青山ホール

イベント情報

名張秋まつり

平尾にある宇流富志禰(うるふしね)神社で行われる秋祭りです。宵宮には袴(かみしも)行列や獅子舞の奉納も。本祭りには、みこしや太鼓台、だんじりが繰り出し、昼頃にはイオン名張店(元町)で一堂に会します。

日時／

宵宮 10月27日(土) 午後8時~10時

本祭り 10月28日(日) 午前8時~午後3時

場所／宇流富志禰神社及び旧市街地

〈問〉名張市旧細川邸 やなせ宿

☎0595・62・7760

大村神社 例祭

宵宮では境内・参道の約200の常夜灯にロソクが灯され、境内は笛や太鼓のおはやしでにぎわいます。本祭りは、境内で沸き立つ湯釜に笹を入れ参拝者に振りかける「湯神楽神事」をはじめ、みこし・なます山車(だし)の祓式や餅まきが行われます。

日時／

宵宮祭 11月2日(金) 午後6時半~

例大祭 11月3日(土) 午前11時~

場所／大村神社(伊賀市阿保)

〈問〉大村神社社務所

☎0595・52・1050

Kodawari アート&クラフト

in Nabari Vol.3

雑貨や木工、アクセサリなど、さまざまなアート作家の展示販売とワークショップが開催されます。

日時／

11月9日(金) 午前10時~午後7時

11月10日(土) 午前10時~午後4時

場所／名張産業振興センターアスピア

多目的ホール(名張市南町)

料金／入場無料 ※ワークショップは有料

〈問〉吉田さん(午後6時以降)

☎0595・63・4184

※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

ふきとう 無垢の塔

ここで出会えるのは世界に一つだけの木のテーブル。それは毎日の暮らしの中でいつも安らぎや温もりをあたえてくれるもの。家族に寄り添い、家族の成長を見守り、家族と同じ時を刻む。さあ、我が家のテーブル選びの旅に出かけてみませんか？

「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)

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ましたが、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)

柎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.43 スポーツデポ 名張店



「これからの季節の『山歩き』にピッタリですよ」と一押しウィンドブレーカーを薦める山路さん

求められる、その上を

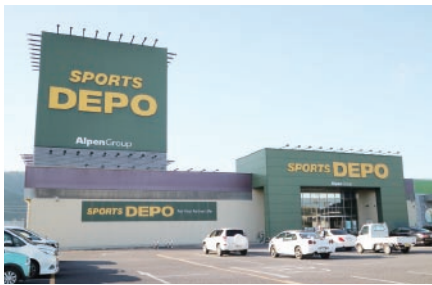
副店長 山路 正志さん

スポーツの秋、到来。幅広いジャンルの品を取りそろえ、地域のスポーツ愛好家たちのより所となっている「スポーツデポ名張店」。シーズンを迎え、同店の若き副店長・山路正志さん(29)は、「求められるものの、さらに上を提供したい」と力を注いでいる。

スポーツ用品専門店として、全国に店舗を展開しているスポーツデポ。名張店は今年の4月でオープン10年目を迎え、

約10万点の品数を誇る。京都出身の山路さんは、小学生の頃からスノーボードを楽しむ他、「休日も体を動かしています」というスポーツ好き。大学時代に同社系列店舗でアルバイトをしたことがきっかけで「スポーツに関わる仕事の楽しさ」を感じ、就職。昨年12月から名張店の副店長となった。

接客で大切にしているのは、「目配り、気配り」。主にスポーツウェアやフ



ットネス用品を担当する中で、「接客したお客様に覚えていただきたい、『また選んで』と声をかけてもらえたりすると、うれしいですね」とやりがい話す山路さん。「小さな相談から、気軽にお声がけください」と笑顔が弾けた。

山路さんのうちの店自慢

- 商品の販売はもちろん、店内ではスポーツ用品の修理や加工などのメンテナンスもできます!
- いろんなブランドの商品がそろっているのでお気に入りを見つけて☆
- 「スポーツカジュアル」の衣料品も充実。コーディネートもバッチリ♪

Check it!

色とりどりのセージに染まる秋模様の高原リゾートへ

セージフェスタ開催中

2018年11/25日まで

入園料／大人 1,000円(税込) 小学生 500円(税込)
 時間／9:00～17:00(受付終了16:00)
 場所／メナード青山リゾート内 ハーブガーデン

ハーブガーデンと選べる昼食、天然温泉入浴がセットで楽しめる

おすすめ日帰りプラン

大人 **4,100円** (税別) 子供 **1,750円** (税別)
 ー11月25日(日)までー ※子ども料金は9歳までです。お子様ランチをご用意します。

選べる昼食

秋のおすすめ膳

秋のフレンチミニコース

入浴

霧生温泉「香楽の湯」

お肌がつるつる、すべすべになる良質のお湯が自慢の天然温泉です。タオル・バスタオルを完備しております。

※写真は全てイメージです。

伊賀牛すき焼きとお造りなど旬の食材に料理長が手間加えた「秋のおすすめ膳」、または旬の魚と自家栽培ハーブを使用した香り豊かな「秋のフレンチミニコース」よりお選びください。

メナード青山リゾート 予約センター TEL 0595-54-1326

受付時間 〈平日〉9:00～19:00 〈土・日・祝〉9:00～18:00 伊賀神戸駅より無料送迎バス有 8:20～16:20 (毎時20分発・予約制)

三重県伊賀市霧生2356 <https://www.menard.co.jp/resort/>

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

24時間 365日 安心対応!

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。

緊急ボタンを押せばナースコールセンターにつながるから安心

出動員訪問

最寄りの待機所からお客様の状況確認に!

1日あたり100円以下

月額利用料 2,700円(税込)

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

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>

携帯電話・PHSからの問い合わせは TEL 0595-62-5082

(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 x ads.

少年少女スポーツチームを紹介

かがやけ! スポッ子

市内内外のイベントなど、さまざまな場所で華麗な舞を披露しているのは、よさこいチーム「桐ヶ丘どっこいしょ」のメンバーたち。幼児から高校生までは約10人。大人のメンバーと一緒に元気いっぱい練習に励んでいます。

「年代の違うメンバーが、よさこいを通じて親睦を深めて一緒に頑張れる場所」との思いから、16年前に誕生した同チーム。指導する吉村ゆきえさんは、「みんなの心が一つになるよう、チーム内の空気感を大事にしています」と話します。

また、「私たちの演舞で、見てくれる皆さんに笑顔と元気をお届けしたい」と話すのは、代表の清水朱実さん。踊りの魅力について、メンバーの正戸鈴夏さん(県立津高1年)は、「チーム全体の動きがそろって、皆さんが楽しんでくれているのを見ると、やりがいを感じます」と答えてくれました。

「桐ヶ丘どっこいしょ」の皆さんは、来月11月10日(土)に行われる「桐ヶ丘フェスタ」や、11日(日)に開かれる「川合ふえすた」などの祭りに出演予定。力強い踊りを披露してくれます。



練習日時/水曜 19:30~21:30 練習場所/桐ヶ丘アミティ 大ホール
連絡先/ kirigaokadokkoisy@gmail.com

nava 読者プレゼント

引換券を5名様に

Pepper berry 特製
クリスマス
ハーバリウム

※高さ約17cm
※写真はイメージです

本紙2ページの「行ってみようこのお店」で紹介した「Pepper berry」オリジナル、「クリスマスハーバリウム」をプレゼント! まつぼっくりや杉、カスミソウなどを使った、クリスマスにピッタリの品。匂いがいいので食卓にも飾って楽しめますよ!

※応募は、同店に引き換えに行ける方に限らせていただきます。

プレゼント応募方法 2018年11月4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 10/27号プレゼント」係
〈Eメール〉guide@asint.jp 〈FAX〉64-5202
※件名に「nava10/27号プレゼント係」と記載してください。

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、クリスマスハーバリウム、モクモクチケットのいずれかを明記してください。

11月9日(金)のFMなばり83.5MHz、14:00~15:00の生放送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。

※個人情報抽選および賞品の発送以外には使用しません。

前回のエッセイで、私の車の調子が悪くなり、父の車を借りて帰ったエピソードを書きましたが、結局その後、私の車は廃車のタイミングを迎え、父の車がそのまま私の車になりました。父は年齢的なこともあり、とうとう車を手放す決意をしたわけです。私はおかげさまで、ちょうど車を買わずに済みました。そんな“棚ぼた”な、ただただ感謝すべき立場な私なのですが……。

先日停車中にのどが渴いたので、水筒を取り出して一口飲んでから発車しました。そ

て以前の車の感覚でドリンクホルダーに水筒を入れようとしたら、なんと、父から譲り受けたその車にはドリンクホルダーがないのです! ドアの近くにも、助手席との間にもありません。そこで私の口

をついて出た言葉が「おいおい、普通ドリンクホルダーくらいあるやろ」でした。

私はすぐそうやって、自分の「当たり前」が「世間の普通」と思ってしまうところがあります。きっとそういう人は多い

と思います。ただ私は自分の口から「普通は」という言葉が出ると「はっ」と気づくようになりました。「あ、またいつもの癖が出た」と。いつもの癖を治すのはとても難しい。でも「普通はさ~」に対して「はっ」と気づくという新たな習慣を身に着けたことによって、私のこ

の癖はだんだん回数が減ってきているように思います。まずは気づくこと、明確に認識すること。そこから視点が変わり、しつこい癖とおさらばできる。そんな気がしています。



まずは気づくこと

田口知恵子の

小さな気づき
大きなうなずき

Vol. 62

★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。このコーナーです。

たいやきは焼きたてがおいしい。でも、わらしべのたいやきは時間が経ってもおいしいんです。

定番メニュー

つぶあん 160円
あんなし 120円
ぷりんクリーム 160円
ジャーマンポテト 180円
ミニチョコ(常温5個入り) 240円
アップルカスタード(常温) 200円

常温・焼いたものをパックしました。
そのまま召し上がれます♪(数量限定)

秋といえばコレ!

期間限定(11月末まで予定)
栗あん 180円

生まれ変わって新登場!

抹茶の香りにクルミの風味がアクセント
抹茶クリーム(クルミ入り) 180円
※料金はすべて税込み

電話予約承ります



たいやき

わらしべ 伊賀上野店

☎0595-24-8818

伊賀市佐那具町909

◆営業時間 10:00~18:00

◆不定休

ads.mobile

ケーブルテレビから携帯電話の新提案

10分以内なら何度でも 無料で通話ができる！

日本の
携帯電話・PHS
平均通話時間
2分35秒/回
って、知ってましたか？

※総務省「平成27年度通信量からみた我が国の音声通信利用状況(概要)」より



10分カケホ付き 3Gコース

音声コース
3Gコース
月額基本料 **1,800円/月**

+

通話オプション
10分カケホ **850円/月**

¥2,650/月

※料金は全て税別です ※10分経過後は10円/30秒の通話料が発生します

ケーブルスマホ鴻之台店

☎0595-62-5055

〒518-0702 名張市鴻之台2番町58-2 トレンドビル1号室

【営業時間】 10:00~19:00 【定休日】 月曜日 【FAX】 0595-62-5255

