

今年もやります♪
クリスマスケーキ



クリスマス デ
ホワイト
(12cm×12cm)
3,000円

外資系ホテルの元製菓長、
パティシエ藤田が作ります!

数量限定
(各50台)

ご予約は
お早めに

クリスマス デ
ショコラ(15cm)
3,200円
※料金は全て税別

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/



11月26日は「いい風呂の日」。町の銭湯として長きにわたり地域の人たちの憩いの場にもなっているのは、伊賀市上野愛宕町で60年以上湯をたたえる「池澤湯」。店主の池澤良武さん(62)は、「ほっと息抜きできる場所でありたい」と今日も湯を沸かす。

1952(昭和27)年創業の池澤湯。のれんをくぐり、昭和の風情が残る脱衣所のガラス戸を開けると、目に飛び込んでくるのは、「これぞ銭湯の絵」と言わんばかりの鮮やかな



温まって癒やされて

池澤湯 池澤 良武さん

「今日もいい湯加減です」と笑う池澤さん

富士山の絵。男女両方の浴室から見える富士山は「常連さんにも愛される、池澤湯自慢のペンキ絵」だ。小さい頃から、風呂屋の子どもとして、祖父や父が「釜炊き」をする様子や番台に座る姿を見て育ち、「風呂に入りに来るいろんな人に可愛がってもらった」と当時を懐かしむ池澤さん。8年前、父一行一さんが大病で倒れた際、「父が愛した銭湯を残したい」と、跡を継ぐことを決意。長年勤めた銀行員から転身し、「3代目の『風呂屋のオヤジ』になりました」。



と話す池澤さん。「お風呂に入るだけでなく、お年寄りにとっては談話室だったり。今後来てくれる皆さんに喜んでもらえる場所作りをしていきたい」と顔をほころばせた。

銀行員時代に培った話術は番台でも。「金融や資産運用の話はもちろん、「どこの病院が良い」とか、「これを食べたら良い」とか、お客さんとのコミュニケーションを楽しみながら、お馴染みさんの健康の見守り役も」と豪快に笑う。全盛期には市内に20軒以上あったという銭湯も、今では2軒に「残った銭湯として、できる限りのことをして楽しんでもらいたい」と

タイヤコフェア 12/1(土)・2(日)
9:00~17:00

スタッドレスへのはき替えがお得
特別大特価セール!!
※特別価格につき、クレジットカードではお支払いいただけません。あらかじめご了承ください。

タイヤご購入の方
組替・バランス
工賃無料!
ガラガラ
抽選会
空クジなし

伊賀のお菓子「花咲かりん」プレゼント!
ハンドマッサージコーナー無料!
お菓子のツリもあるよ!

ご来場記念品
価格は当日発表

タイヤはき替え 工賃1,620円(税込) ※ホイール付・4本
※ただし、軽・普通乗用車 ※他社購入新品の場合は、お引き受けいたしかねます

お買い得車情報 他にも新古車多数あり☆

HONDA



新古車 N-BOX カスタム
価格は店頭発表!

全メーカーお取り扱いしております



中部運輸局指定整備工場/新車・中古車販売/車検・点検/钣金・塗装/JAマイカーローン・東京海上日動火災保険・東京海上日動あんしん生命・みえ共済 取扱店

第21回全日本自動車整備技能競技大会
優秀賞獲得

おかげ様で
創業69周年

確かな技術で
安心・安全をお届けします

小川モータース

三重県伊賀市服部町2170 0595-21-2525

小川モータース 検索

アピタ伊賀上野店
伊賀上野城
TSUTAYA 上野店
上野市駅

大きな
デジタル看板が
目印です!

眼鏡市場



元気がつながる場所に

iroha整骨院 院長 田之上 裕希さん

「自分の体に興味を持ってもらうきっかけになれば」と話すのは、9月に名張市栄町に「iroha整骨院」をオープンした、柔道整復師の田之上裕希さん(30)。開業して以来訪れる人たちに「痛みのない生活への体作り」を伝えている。

同院は、院長である田之上さんが施術を行う整骨院に、トレーニング器具が並ぶスポーツジムが併設されている。痛みなどの不調を訴えて来院する人たちに施術する他、パーソナルトレーナーでもある田之上さんが、「健康は姿勢から」を合言葉に、それぞれの人に合った「オーダーメイド」の筋力作りメニューで、不調の原因を無くするための「肉体改造」をサポートする。

時計・宝石
新商品
続々入荷中!!
田村 TEL 0595-63-0730
宝石・時計・メガネ

が柔道整復師という資格を知ったのは高校時代。3年間ハンドボールに打ち込み、手首や腰にケガが多かったという田之上さんは、柔道整復師の営む整骨院で治療を受けていたという。大学時代、就職を考える中、生まれたのは「人と接する仕事がい

たい」との思いだった。その時、頭に浮かんだのが、身近に接して体をケアする柔道整復師の仕事。法学部を卒業後、専門学校で3年間学び、資格を取得した。

大阪の整骨院で腕を磨く中、「地元を生きづつけられたら。人が集う場所を作りた」と、名張での開業を決意。「施術」「矯正」「運動」という、三本柱での体作りの場所をスタートさせた。

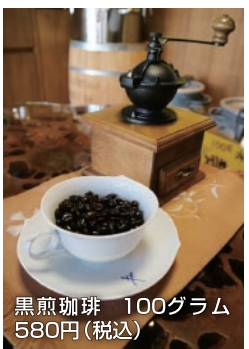
現在の仕事について、田之上さんは「マッソマンで接するので、通ってくれる人の体の変化も分かるし、一緒に喜んだり、楽しい毎日」と魅力を話す。さらに、「多くの方が元気になるきっかけになれば。そして、人が集まる、つながる場所になりたい」と期待を込めた。



声をかけながら施術する田之上さん

癒やしタイムのお供に

永尾さんは、自身からの計り売り。永尾さんお薦めの「粗挽き」の他、豆での販売や、好みの味に合わせた挽きも可能だ。



温かい飲みものが恋しい季節。伊賀上野の城下町に店を構える「永尾珈琲 豆挽売店」には、「ほっこりタイム」のお供にと、コーヒー好きの人たちが足を運ぶ。

同店は、深煎りの「黒煎珈琲(くろいりコーヒー)」の専門店。黒煎珈琲は、口当たりが滑らかで、まろやかな甘みを兼ね備えているのが特長だ。店主の永尾幸憲さん(66)は、「酸味がなく、作り置きしても温めるだけでいっつもおいしく飲めますよ」と太鼓判を押す。

「コーヒーは、1000円も酸味のあるコーヒーが苦手で、初めて黒煎珈琲を飲んだ時に「ハマった」という。「黒煎珈琲のおいしさを地元の人にも知ってほしい。コーヒーでゆとりの時間を過ごしてほしい」と、公務員を退職した7年前に同店を開いた。

「コーヒー好きな方はもちろん、自分に合うコーヒーを探している方や苦手という方は、ぜひ味わって」という永尾さん。「カフェインも少なく、体にも優しいですよ」とこやかに話した。



永尾珈琲 豆挽売店

0595-41-0021 伊賀市上野魚町2873
【営業時間】10:00～19:00
【定休】水曜・木曜、日曜午前

行ってみよう
このお店

地域の
お店紹介
Vol.
104

日本茶にも
コーヒーにも
よく合います

あんトリュフ

6個入 540円(税込)

10個入 864円(税込)

今ならお試しパック(350円)販売中ぞ。



かしま
のた・けん

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/火曜日
<http://www.sawadaikkyuan.jp/>



伊賀FCくノ一のハツラツDiary

VOL.76

自炊で節約頑張ってます☆

皆さんこんにちは。伊賀FCくノ一、背番号5・MFの澤田由香です。日に日に寒さが増して来て、もう冬ですかね～。お鍋とか、シチューとか、あったまる食べ物が欲しい季節になりましたね。

そんな今日この頃、私は節約もかねて、自炊にハマっております！料理に関しては、まだまだ未熟なのですが、栄養バランスも考えながら(笑)煮物を作って、サ

ラダを作って……。煮魚もできます☆これからもたくさん料理して、レポートを増やしていけたらと思っています。おすすめメニューやいいレシピがあったら、ぜひ教えてくださいね♪

チームは、リーグ戦を終えてこれから皇后杯が始まります。選手、スタッフ一丸となって頑張りますので、引き続き応援よろしくをお願いします!!

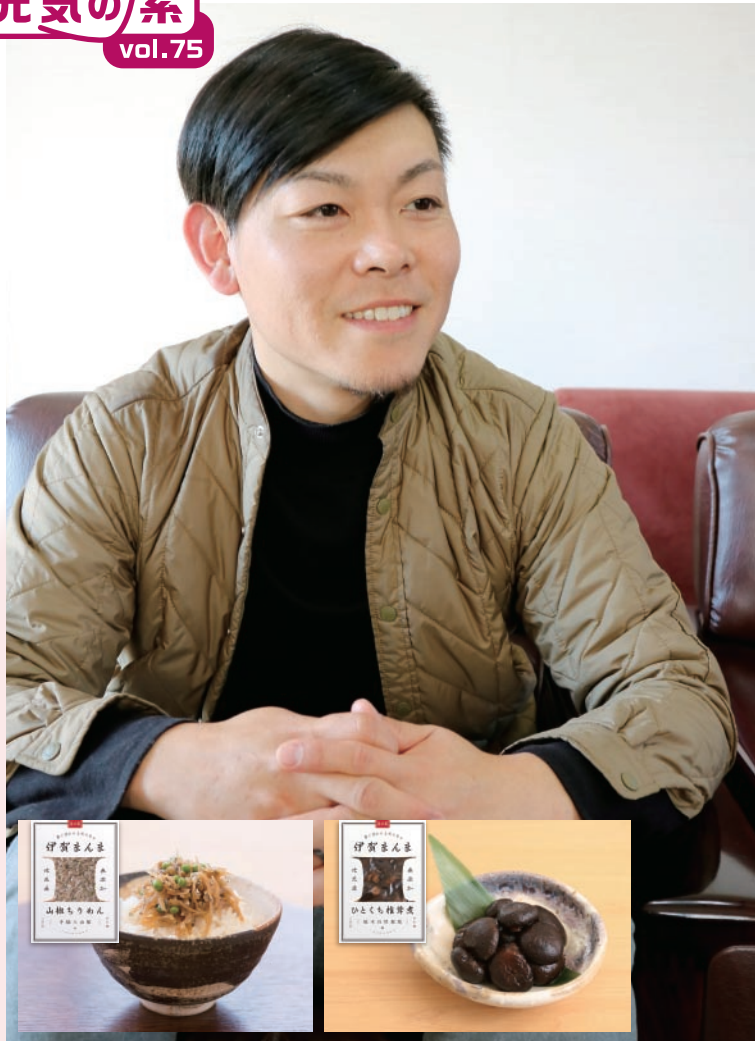


試合予定

皇后杯 JFA 第40回全日本女子サッカー選手権大会

2回戦 11月25日(日) 11:00キックオフ
vs 帝京平成大学 富山県総合運動公園陸上競技場

わたしの 元気の素 vol.75



伊賀の美味しいものの魅力を語る木根さん

食の豊かさ届けたい

株式会社 きねや 木根 英男さん

伊賀の「おいしいもの、を届けたい」。伊賀産食材で作る食のブランド「伊賀まんま」。旗振り役を務めるのは、伊賀地域で配食事業や飲食業を行う「株式会社 きねや」の代表、木根英男さん(39)だ。食の世界に携わり7年余り。「食べることから人生を豊かにしたい」と奮闘の日々を送っている。「食とおもてなしの中での喜びの声や感謝の音が、私の元気の素」

IT業界で働いていた木根さんが、食の世界に身を置くことを決めたのは、ある高齢者の言葉がきっかけだった。「買い物が大変で、毎日の食事の支度に困っている」。この一言から、「高齢化が進む伊賀では、同じように毎日の食事に困っている人がいるのでは」と一念発起。半年後に「きねや」を創業した。

配食事業から始まり、「人それぞれの食の豊かさを探したい」と手がけた多種の飲食事業。3年前には、「食材そのものおいしさを味わってほしい」と、天ぷらと日本料理の店「旬菜天 そらや」をオープン。食材探しをする中、まだまだ知られていない伊賀の良質の食材に出会い、「多くの人に発信したい」と、食のブランド作りへ思いを膨らませた。

企画、構想から2年。今春、伊賀まんまは、伊賀地域の食材を生かし、「山椒ちりめん」と「ひとくち椎茸煮」という「ごはんのお供、2品を商品化した。「伊賀の『まんま(そのまんま)』を伝える、伊賀の『まんま(ごはん)』」をコンセプトに作られた同商品は、「佃煮ではなく『炊きもの』。素材の味、『伊賀そのまんま』を食べてほしい」という自信作だ。

「食とおもてなしで新たな価値を生み出し、世界に誇れる地域コンテンツを作ることが、私たちのミッション」と力を込める木根さん。食を楽しくする伊賀の味作り——。挑戦は始まったばかりだ。

伊賀まんまの2品は、受注生産にて販売中。商品の問い合わせは、株式会社 きねや(Tel 0595-24-8418)まで。

大衆演劇 観客の劇場

やまと座

12月公演 **逢春座**
座長 浅井雷三
12/1(土)~23(日) 昼の部まで
【休演日】なし **日替わり演目**

12/1(土)~3(日) **1,000円**
通常 1,700円
高齢者 1,600円
※全て税込

11月公演 **劇団玉座** 座長 櫻村玄武
1/1(火・祝)~1/30(水) 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



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

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

キラリ輝く / 仕事人 Vol.72

車の安全お任せあれ

私たちの足、として、暮らしを支える自動車。毎日安心して乗れるようにと、自動車整備士は点検や整備といった重要な役割を担う。整備士になって5年目の大西聖也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？

車好きの父に連れられ、物心ついた頃から休日には「鈴鹿サーキット」へレース観戦に行っていました。そんな環境からか、兄弟ともに自然と車やバイクが好きに。高校卒業後、工場勤務をしていましたが、次第に車への思いが再燃し、整備士の道へ。25歳で自動車整備士になりました。

自動車整備士 大西 聖也さん(30)

仕事人歴：5年
趣味は：サーキットでのドリフト走行。「オンもオフも車漬けです」
休日は：ドリフト用の愛車をメンテナンス



点検や整備では、プロの目でしっかりチェック。「安心して運転してもらうため、小さな変化を見逃さないように気を配ります」

どんな仕事？

1日に数台、車検整備や修理を担当します。整備についての説明は、車に詳しくない方にも分かってもらえるように、例えを大事に話します。また、これからの季節は冬準備へのアドバイスも。伊賀地域では、クリスマスまでにスタッドレスタイヤへの履き替えが理想です。溝の減り具合のチェックなどもお忘れなく。

仕事の魅力は？

無事に修理を終えてお客様に車をお渡した時の「ありがとう」の一言はもちろん、「また頼むわ」という言葉がもらえると、信頼をいただけていると感じられてうれしいです。また、難しい修理箇所を直せた時には達成感があります。



整備や修理の内容を詳しく説明する際にはオイルやタイヤへのアドバイスも。日頃の整備が車の寿命につながります。

協力：株式会社亀井商事 ジョイオートサービス青山 伊賀市青山羽根381-27 TEL 0595-53-0087

MOKUMOKU



シュトーレンでクリスマス
町にジングルベルが流れて、もうすぐ待ち遠しいクリスマス。今年のパーティーは、手作りのお菓子で楽しみませんか。12月1日から24日までのクリスマス前限定で開かれる手作り体験は、「クリスマスシュトーレン教室」。今回、モクモクで作るシュトーレンは、国産小麦を使い、モクモクのジャージー牛乳やバター、卵を練りこんだ生地を、洋酒に漬け込んだイチジクやレーズンなどのドライフルーツをたっぷり混ぜ込み焼き上げます。しっとりとした食感と、濃厚な風味、フルーツの甘みが楽しめるケーキですよ。

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12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、7ページのプレゼント欄をご覧ください。

教室は、平日は午後1時から、土・日・祝は午前10時半からと午後1時からの2回開催。体験時間は約90分で、90分後に引き取りとなります。体験料金は、ペアコースが3600円。1人追加ごとに1542円(いずれも税込)となります。調理用のエプロン持参で、小学生以上は、人数分の申し込みが必要です。体験の予約は、TEL 0595・43・1489まで。

FMなばり 83.5MHz

ads.FMの番組紹介

marutoku ギュギュっと5min

生中継

旬の情報を生放送でお届け！
スーパーのお買い得情報やイベント情報を5分間にギュギュっと詰め込みます！

月曜～金曜 15:00～15:05 放送

※日程や放送時間は都合により変更になる場合があります。

ads.FMはインターネットでも聞かれます！
詳しくは、ads.FM公式サイトへ
<http://www.advanscope.jp/fm/>

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

仕出し料理承ります

内容・値段などお気整にご相談ください

仕出しパック (写真は¥4,000 ご飯・汁物・茶碗蒸し付)

仕出しパック ¥2,000～¥4,000 (松花堂箱でも承ります) ※料金はすべて税抜きです。※写真はイメージです。

忘・新年会 承り中!

割烹の味を 行きつけに

天然鯛の薄造り ¥1,000

中トロのお造り ¥1,200

秋刀魚のお造り ¥680

ノドグロの一夜干し 時価

カジュアル割烹

TAKIGAWA 赤目

TEL 0595-51-8105

営業時間
11:00～14:30 (L.O14:00)
17:00～23:00 (L.O22:00)
※金・土曜、祝日前は24:00まで (L.O23:00)
月曜定休 (祝日の場合は営業)
名張市赤目町丈六 427-1

赤目養生診療所 至 赤目池

ads
ホール

梅沢富美男が 名張にやってくる!

梅沢富美男劇団 名張公演

12月1日チケット販売開始

3/17

テレビ番組でおなじみの、梅沢富美男さんが率いる劇団が名張にやってきました。歌に劇にと盛りだくさんのステージは、梅沢富美男さんの魅力たっぷりです。

大衆演劇の花形役者の父と、娘歌舞伎出身の母を持つ梅沢富美男さん。20代に女形で話題となり、現在は劇団座長として活躍中です。

今回のステージでは、三部構成のショーを披露。演劇に、歌によるオンステージにと、梅沢富美男さんの魅力を余すところなく楽しめまます。お茶の間で見せる辛口コメディーターから一転、妖艶な美しさを見せる女形は必見ですよ。



梅沢富美男劇団 名張公演

2019年3月17日(日) 昼公演 / 13:00開演(12:30開場)
夜公演 / 17:00開演(16:30開場)

【料 金】S席6,500円 A席6,000円 (当日いずれも500円増)
※全席指定 ※未就学児入場不可

【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、ブックスアルデアピタ店、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、e+(イープラス)http://eplus.jp、エムズネット(三重県文化会館WEBチケットサービス)https://www3.center-mie.or.jp/tickets/

イベント情報

なばなの里 イルミネーション

冬の風物詩となった、国内最大級のイルミネーション。今シーズンのテーマエリアは「JAPAN 日本の情景」と題して、日本の美しい景勝地の他、色鮮やかな浮世絵や、世代を超えて親しまれている昔話などを演出。なばなの里史上最大スケールの大パノラマ演出で感動の時間を！
日時 / 2019年5月6日(月・祝)まで
開園時間 / 午前9時～午後9時

※午後10時までの延長営業日あり
イルミネーション点灯時間 / 日没後～

場所 / なばなの里(桑名市長島町)

料金 / 入場料 2,300円(1,000円分の金券付き) ※未就学児は無料

☎0594-41-0787

なばなの里
入村券プレゼント

ペア3組様に

※応募方法は、7ページプレゼント欄へ

鍔金と彫金の新たな表現

角谷圭二郎・佳代 金属工芸二人展

鍔金作家・角谷圭二郎と、彫金作家・角谷佳代の作品展。創業130年の茶釜工房で伝統の技を引き継ぎながらも、新しいライフスタイルに合わせた「おもてなし道具」を手がける二人の世界を楽しんで。

日時 / 11月29日(木)～12月4日(火)

午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで)

場所 / 赤井家住宅 伊賀市上野忍町

料金 / 無料 ※展示作品の販売があります

☎伊賀市文化都市協会

☎0595・22・0511

※各イベントは変更される場合があります。詳しくは、各問い合せ先へ。

災害・被災者 ちいさい支援チャリティー

豪雨災害などの被災者となった子どもたちに、あたたかいお正月を、と企画されたイベントです。手作りの大人も楽しめる紙芝居やマジックなど多彩なステージを見て、被災地支援しませんか。
日時 / 12月1日(土) 午前10時～11時半
場所 / 名張市総合福祉センターふれあい

ふれあいホール(名張市丸之内)

料金 / 入場無料 ※会場入り口に募金箱設置

☎080-6942-0299

松ぼっくりでツリー作り

うだ・アマルパークの無料イベント。大きな松ぼっくりに色を塗って、クリスマス飾りにピッタリの、かわいいツリーが作れます。
日時 / 12月2日(日) 午前10時～11時半、午後1時～2時半(当日受付)

場所 / うだ・アマルパーク(奈良県宇陀市)

料金 / 無料

☎0745-87-2520

忍者修行に「VR手裏剣修行」登場

赤目四十八滝にある「忍者の森」の忍者修行に、新しいメニューが加わりました。VR(バーチャルリアリティ)で眼前に迫る手裏剣をよけて身を守れ! 対象年齢は7歳以上で、13歳未満は保護者の同意が必要です。迫力ある最新VRで、忍者になりきってみませんか?

日時 / 通年 午前10時～午後1時半

※12月29日(土)～1月2日(水)は冬季休業

1月3日～3月2週目までの毎週水曜日は休業

場所 / 忍者の森(名張市赤目町長坂)

料金 / 小学生 1,750円、幼児 1,550円、大人 2,000円(いずれも忍者衣装付)

※料金には赤目四十八滝入山料が含まれます

☎赤目四十八滝エコーデスク

☎0595・64・2695

料理教室のご案内

12/16(日)
10:00～13:00頃

～親子クッキング～
クリスマスケーキレッスン

※サンタのクリスマスケーキ(15cm)

親子ペアで
¥2,300(税込) ■定員:18名 ※お子様は1組2名まで ※1名追加につき700円
■対象:3歳～小学生のお子様と保護者様

ケーキはお持ち帰りできます!

12/22(土)
10:00～13:00頃

誰でもマスター★
おせちレッスン

※高野豆腐の奉書巻 ※簡単ふっくら黒豆
※福ごまめ ※正月風エビチリ
※辛子レンコン相生添え

レッスン料
¥2,300(税込)

■定員:各18名 ■対象:中学生以上 ※中高生は、保護者様よりお申し込みください。

12/24(月・祝)
10:00～13:00頃

クリスマスイブ★
クリスマスケーキレッスン

※クリスマスリースのタルトケーキ

レッスン料
¥2,800(税込)

ケーキはお持ち帰りできます!

申込期間 11/30(金)まで

申込多数の場合は抽選

※当落の通知を郵送します。届かない場合はお問い合わせください。

専属講師 桑佐知子先生

Daigas Group
名張近鉄ガス株式会社

お申し込みはホームページから!

TEL.0595-65-2311(代表) 担当/地域CS部 http://www.kintetsugas.co.jp/
名張市桔梗が丘1-1-5-1 (店頭・電話受付/9:00～17:00) 名張近鉄ガス

◆開催場所:名張近鉄ガス 本社2F料理教室 ◆持ち物:エプロン、お拭き、筆記用具

—教室の開催情報 配信中!—
携帯メール用▼ スマホ用▼

◆アート&クラフト・手づくり工芸作家による 展示 販売 体験

空間感 イガデハク 入場無料

- 無料駐車場あり
- 屋内開催

伊賀でデザイン博

場所 県立ゆめドームうえの伊賀市ゆめぼりすセンター

11/30(金) 12:00～18:00

12/1(土) 10:00～18:00

土日のみ 抽選会開催 2(日) 10:00～16:00

いが★グリオ来場 土曜のみ

新設! シャトルバス運行 日曜のみ

毎時0分、30分に伊賀鉄道・市部駅発

※10:00～15:30の間 ※時間は目安。若干の誤差があります

主催:(一社)社会をデザインするネットワーク Tel.080-6919-8863
〒518-0225 伊賀市桐ヶ丘5-79 E-mail:iga@de-haku.net http://de-haku.net/

うちのじまん **みてだあ〜こ**

vol.45 株式会社 岡本養鶏場

8（昭和43）年から同地で採卵養鶏場を営み、今年で50年目。自然豊かな土地で、現在は8万羽を飼育。玉子は地元その他、滋賀県などに出荷している。

標高約770mの霊山のふもと、伊賀市川東にある「株式会社 岡本養鶏場」。伊賀ブランド「IGAMON」に認定された「伊賀忍者たまご」などを手がける同養鶏場で、岡本朋子さん（48）は、「おいしい玉子を味わってほしい」と力を注ぐ。

岡本養鶏場は、1968（昭和43）年から同地で採卵養鶏場を営み、今年で50年目。自然豊かな土地で、現在は8万羽を飼育。玉子は地元その他、滋賀県などに出荷している。

「伊賀忍者たまご」は、岡本さんの夫・2代目社長との和朗さんが、25年前に「より黄身が濃く、味が濃い玉子を」と取り組み、生み出した赤玉の卵。弾力のある白身や濃厚で甘みのある黄身が特長で、昨年「IGAMON」に認定された。

岡本 朋子さん

おいしい玉子味わって



自慢の玉子を手笑顔の岡本さん



「伊賀忍者たまご」20個入り870円（税込）

「買ってくださる方が、『おたくの玉子じゃないとアカン』と言ってくれるのがうれしい」と話す岡本さん。「自信のある玉子です。うちの玉子を愛してくれる仲間が増えてくれたら」と目を細めた。「伊賀忍者たまご」は、「とれたて市ひごっこ」（伊賀市平野西町）での販売の他、通信販売も行っている。

岡本さんのうちの玉子自慢、

- ・「伊賀忍者たまご」は、料理はもちろん、プリンなどのお菓子にもピッタリ☆
- ・黄身の味が濃いので、塩で味わう玉子かけごはんもおススメです!
- ・お歳暮などのギフトにもどうぞ♪

Check it!

奈良県で唯一の無垢板テーブル・一枚板テーブル専門店

樹齢150年 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）



樹齢150年の大木から切り出した一枚板の天板。圧倒的な迫力と存在感のある1点もの。特別なあなたに使って欲しい珠玉の逸品



小径木からとれた材料を幅で接ぎ合わせた無垢板天板。リーズナブルに木の素材感を楽しむことができる

ホームページはこちら↓

Facebook・Instagramも見てね!



お客様の声

値段が手ごろで驚きました。スタッフも丁寧で好感が持てました。今度は座卓を作ろうかと考えています。

クミ材のダイニングテーブルご購入・名張市 Y様

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

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



「スタイリングが長持ちする」と評判の「ル・マードテクニクカット」や、プーとクリームには、天然染料で染める「びはつヘナからー」で知られる「美容室アンジェラ」。9月から登場した新メニュー「頭皮のハリ、コシを。さらに、頭皮の引き締めにより、ふんわりとボリュームアップも。また、マッサージでは、頭皮のツボ「百会」や「風池」の指圧

アールヴェーダと指圧で美髪に

同店の「頭皮のハリ、コシを。さらに、頭皮の引き締めにより、ふんわりとボリュームアップも。また、マッサージでは、頭皮のツボ「百会」や「風池」の指圧により、血流を整えることで筋肉のコリをほぐし、顔の表情もスッキリ。マッサージに使用するヘアパックは、生活環境で抜けていく成分を補い、紫外線やパーマなどで傷みやすい髪にダメージを予防する。

そして、それらの施術の時間に立ち込めるのは、アロマ精油を使用した爽やかなヒノキの香り。店長の田澤さんは「髪も気分もリフレッシュできます。ぜひ一度お試しください」とこやかに話した。

- ル・マードテクニクカット 回数券でのヘナからーと同時に **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)
- 頭皮のハリ、コシを... 1回 **5,000円** ※1回施術につき約30分
- 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**
- 頭皮のハリ、コシを 回数券(10回分) 通常 **50,000円 → 25,000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

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! スポコ子

楽しそうにバトンを振るのは、「名張バトン&ダンススポーツ少年団」のメンバーたち。小中学生の女子15人が、明るく声をかけ合って互いに技を磨きます。

チームが誕生したのは、バトンが流行し始めた1977(昭和52)年。当時、県内には子どものバトンクラブが無かった中、多くの子どもが取り組んでいたダンスにバトンを取り入れて、スポーツ少年団を立ち上げたそうです。

学年を越えて、和気あいあいと練習に励み、「難しい技が決まると楽しい」と声をそろえる子どもたち。指導する鶴田喜代子コー

チは、「バトンを落とすことを恐れずに、伸び伸びと元気よく踊ってほしい」とニコリ。代表の梶田淑子さんは「『バトンをやりたい』と言ってくれる子どもたちがいる限り、チームは続けていきたい」と話していました。

練習日時/土曜 16:00~18:00
練習場所/名張市武道交流館いきいき第2道場
連絡先/代表・梶田さん
090-4760-8548



名張バトン&ダンススポーツ少年団

nava 読者プレゼント

引換券で
3名様に株式会社 岡本養鶏場
伊賀忍者たまご
20個入り

本紙6ページ「うちのじまん みてだぁ〜こ」で紹介した、岡本養鶏場の「伊賀忍者たまご」20個入りを3名様にプレゼント。こだわりの玉子を召し上がれ!

※応募は、同養鶏場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12月2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 11/24号プレゼント」係
〈Eメール〉guide@asint.jp 〈FAX〉64-5202
※件名に「nava11/24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、伊賀忍者たまご、なばなの里入村券、モクモクチケットのいずれかを明記してください。

12月7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。

おなじみの小3の息子がこんなことを聞いてきました。「お湯ってなんで冷めるの?」確か学校で習ったなと思い返しながらかえしました。「温度は周りと同じになろうとして分かち合おうとする習性がある。周りの温度が低ければお湯は熱を周りに与えて冷めていくんだよ」とここまで答えてからの、いつものパターンで、またふと、私の中に気づきが起きました。「自然の法則はすごいな。熱ひとつとっても、周りと協調して一体となっていこうとするんだな」

そこで考えたのが「私は熱を与える方かな、それとも、与えらう方かな」。もちろん時と場合によって、そのどちらの立場にも立っていると思います。どこかから熱を上げてもらわないと、与えることもできません。でも自然の法則にさからって、熱をため

込んだり、十分に熱を与えてもらっているのに、「まだまだ」と人から熱を奪う行為をしていないか……?

顔は自分のものではなく、人の物だと聞いたことがあります。私たちは自分の顔を一生「直視」することはできません。直接見ることができるのは他人だけです。

その顔を笑顔にする。気持ちのいいあいさつをする。相手の目を見て受け答えをする。それだけでも十分に人に熱を伝えることができる。改めて自分の中に「熱」を持ち続けたいな



なぜお湯は冷めるか

と思いました。

このコーナーも今回で最終回です。長らくお読みいただきありがとうございます。今後も小さな気づきを重ねる毎日を大切にしたいと思います。また会う日まで!

田口 知恵子の

小さな気づき
大きなうなずき

最終回

★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。

新築の
施設!送迎
あり♪地域密着型通所介護
一般社団法人

和の風 名張伊賀まる

10月に名張市梅が丘にOPENしました!
デイサービス利用者募集!!

- 頼れるスタッフがそろっています!
(保健師・看護師・介護福祉士)
専門スタッフによる機能訓練・口腔ケアも行います
- 新築の施設できもちよく過ごせます!

名張市梅が丘南1番町213番地の1 9:00~17:00
☎0595-51-5141 ☎080-5293-3399(デイサービス担当 北畑)

吹き抜けのある広々空間!

託児ルームもあって
子どもとふれあえる♪名張伊賀まる
ヨロシちゃんまずは見学に
来てください!カラオケ・マージャンなど
楽しく過ごせる!

運動器具も完備

2018 秋の 名張山花火大会

スマホで見えてね!

夜空を彩る花火とともに、打ち上げプログラムや会場周辺の情報などもお届けします。

11/24(土)リアルタイム配信!

配信時間 / 19:00~19:40頃 ※時間・内容は都合により変更する場合があります。
※配信は花火大会の開催に準じます。

ads.connect

アドバンスコープのアプリ

「ads.connect」で見る!

ads.Wi-Fiに簡単接続!
Wi-Fiスポットは名張・青山に
100カ所以上!

アプリ
ダウンロードは
コチラから



ads.navi 動画webサイト「ads.navi」で見る! (<http://www.ads-navi.jp/>)

映像は
コチラから



本日開催!みにきてね!

ケーブルテレビ

キッズダンスコンテスト2018

11/24(土) 13:00~15:00

名張産業振興センターアスパア 屋外特設ステージにて

アスパアの駐車場は、名張商工会議所青年部主催のイベント準備設営のためご利用いただけません。
お越しいたご際は、公共交通機関をご利用ください。

観覧
無料

雨天・荒天で順延の場合は、
アドバンスコープのホームページで
詳細をお知らせします
(<http://www.advanscope.jp/>)

主催 / 株式会社アドバンスコープ
共催 / 名張商工会議所 青年部