



朝日サリー

街と暮らしを
楽しむ

生活情報

LIXILリフォームショップ
ライファいわき中央
田村建材株式会社
0120-16-3121
いわき市内郷綴町金谷1-7

リフォームの施工事例
ご紹介しています



わたしを語る vol.425



自身の経験が原動力 育児に奮闘するママを支えたい

いわきこどもプロジェクト

代表 山田 亜希子 さん

卒業後は東京の大学へ進学し、地域の音楽隊に入る。そこでご主人と知り合い結婚して東京に住むが、愛知県へ引越すことに。子どもは1歳、多忙なご主人、実家は遠い、まさにワンオペ育児！美容室や歯医者さへ行くタイミングが作れずにいると、1枚のチラシが目に入った。

9人兄妹の長女。読書好き。お気に入りの小説の主人公は全国に友人がいて、それに憧れ県外にペンフレンドを作った。進路を考えていた頃、島根県に全国から生徒が集まる高校があると父の知人から聞き、進学を決めた。「家事の手伝いや兄妹の面倒をみる時間が長く、自分の時間が欲しくて遠方を選んだのかも」と今は思う。島根県との行き来は格安な鉄道やバスを乗り継ぎ、各地の友人宅へ寄り道。時にはいわきを通り過ぎ八戸市まで行った。携帯電話もない時代だったが親は自由にさせてくれた。

ひとりワン、作業IIオペレーションを合わせた略語「ワンオペ」。パートナーが多忙、実家など頼れる場がない状況下で育児をすることを「ワンオペ育児」と呼ぶ。実際に経験した山田亜希子さんは「ママが怒ったり寂しい顔をしていると家の中が暗くなりますよね。だからママたちにニコニコになってもらいたいです」と話す。

楽しかった知らない地での生活
ママには楽しさより不便が直結

INDEX

- わたしを語る vol.425
いわきこどもプロジェクト代表
山田 亜希子さん……P1-2
- 美容コラム
のぐち形成外科クリニック……P2
- 街のトピックス
I Love Pet………P3
\\お得なクーポン付//
- フルーツピークス情報……P4
- IWAKI INFORMATION
Ohana通信、読者プレゼント
SALLY文庫から新刊書発売!!
………P5
- 今月の特集
年末年始に楽しく
お食事会 2023-24……P6
- すまいまのりのリフォーム…P7
- 市内お役立ち情報………P8



朝日サリーはIWAKI FC
を応援しています。

朝日サリーInstagramで情報発信中!
フォローをお願いします!

https://www.instagram.com/asahi_sally



Disney Cinderella
Bridal Collection 2024

ディズニー シンデレラ2024
①PtダイヤER 264,000円～
②PtレディースMR 132,000円
③PtメンズMR 121,000円

～期間・数量限定発売～
マリッジ&エンゲージリング
合わせて777(ベア/本)限定
販売期間/2023.10.1～2024.9.30

Jewelry
SHOJI
ジュエリー庄司
鹿島町米田字日渡5
エプリア1F
0246-29-3177
<http://www.j-shoji.co.jp/>

向志満 おせち
ご予約 承り中

こたわり贅を極めた特選おせち
向志満特選おせち三段重

特別価格 30,000円 (税込)

参の重
海老福目煮 北海道産いくら醤油漬 かつお節
かねまん紅白かまぼこ 昆布巻 松前漬 丹波黒豆甘煮
カモロースト 栗金団 かねまん伊達巻

武の重
伊勢海老 柚子釜盛りホタテマリネ 数の子土佐漬
わらび旨酢漬 鮭めあん焼 紅白はじかみ 豚角煮
梅人参 カニしんじょう湯葉巻

余の重
新槍土佐煮 鮑福良煮 菜花
黒毛和牛ビーフンチュー 里芋福目煮 網さや
いか松笠 うに貝焼 ちくぜん煮 子持ち鮎甘露煮

お申込み 締切 12/20まで
※限定販売とさせていただきますので、お早めにお申込み下さい

お料理のお渡し日 12/30・31日 郵送も承っております
お受け渡し時間 10:00～18:00

限定 100個

写真はイメージです。
お節の内容は仕入れの状況により
若干変更となる場合がございます。

PRESENT
ご来店して「おせち三段重」の
受け取りをされたお客様に
フルボトルワイン
1本プレゼント!

大晦日のお楽しみ!
特選 年越し美味セット

食卓に料亭の味を!テイクアウトで承ります【要予約】

限定 50 セット
黒毛和牛
しゃぶしゃぶセット
特別価格 15,000円 (税込)
[5～6人前] 特製胡麻だれ付

向志満 心茶花 日本料理
ご予約・お問合せ Tel 0246-29-8686

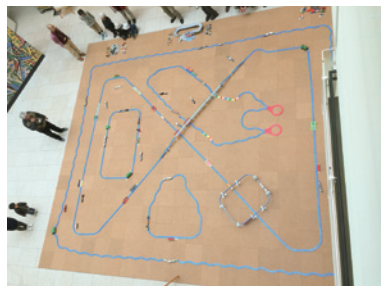
ランチタイム/11:30～14:00
ディナータイム/17:00～21:00(LO20:30)
月曜日・第1・3火曜日(※祝日の場合は翌平日) 28台
いわき市草木台3-5-14
<http://www.1-bankan.co.jp/iwaki/>
●年末年始は営業時間の変更がありますので確認の上ご来店下さい

完全予約制 (前日まで)

2012年から発行している「キッズ★アリペ」は市内で子どもが参加できるイベントをメインに掲載。子ども向けイベントの情報を子どもが集めていたらページが増えてしまった



2019年3月に開催した「第88回あそび工房 大ホールのぼうけん」。大ホールの舞台や楽屋を子どもたちの「あそび場」に。「あそび工房」は、2011年8月から毎月1回程度行っているイベント。同時開催する「おもちゃクリニック」もお馴染みの企画になっている。修理したおもちゃにはそれぞれ修理カルテが作られ記録している



不要になったプラレールの寄贈を募り、カンティーネいっばいに線路を広げて開催した「あそび工房 プラレールスペシャル」



スィミーの会(幼稚園教諭や保育士のコミュニティ)のスタッフとして行った読み聞かせ



11月3日～19日、いわき駅前大通り(国道399号)で行われている社会実験「ほこみち」の地域ワークショップにも参加



この忍者修行をいわきでやりたくて「いわきこどもプロジェクト」という企画書を書いた、山田さんの原点ともいえるワークショップ

**文句を言っても始まらない
自分の想いを形にする**

そこには子連れで行ける歯科医院や助産師の情報があり、知らない地での生活を支え続けてくれた。愛知での生活にも慣れてきたが、2人目の出産もあり、いわきに帰ることを決める。「慣れた土地での子育ては楽だろう」と思うも、実際に帰るとママとして欲しい情報は独身時代とまったく違うことに気づいた。

子育て環境に気がかりがありながらも「どこでもできることを」と、子どもたちにもいろいろな体験をさせる中、いわきアリオス主催の「かえっこバザール」スタッフ募集を発見。子どもを連れてスタッフとして活動を開始することになった。

後に参加したアリオスのモヤモヤ会議。「やりたいと思うことはあっても、それを実行に移す人は少ない」という言葉を受け、山田さんの心に火が付いた。いわきで多くの家族と楽しい時間や経験を共有するために「いわきこどもプロジェクト」という企画書を作り活動を始めた。

**子どもの遊び場を企画
多くの経験をさせたくて**

2011年、東日本大震災が発生。3月に企画していたかえっこバザールは実行できるはずもなく、スタッフたちと再開を誓い各々避難した。6月になると、いわきアリオスのスタッフから連絡があり「自分たちにできることをしよう」と声がかかり、8月にはアリオス屋内で子どもの遊び場「あそび工房」を開催。ワークショップなどを行うと、今でも月に一度開催し続ける人気イベントとなった。あそび工房のお知らせをするために始めた「キッズ★アリペ」は、山田さんの想いと共に作り上げている。

「『キッズ★アリペ』の内容を考える時に思うのは愛知で出合った1枚のチラシ。見知らぬ土地で子育てに奮闘する私を助けてくれました。今度は私がいわきで子育てをするママの助けになりたいんです。そして、喜んでもらえたら嬉しいです」と、ママたちの優しい味方は笑顔を見せてくれた。

第124回あそび工房 ダンボールスペシャル4



「あそび」に年齢制限なし！誰でも参加できる「あそび工房」、12月は人気のダンボールスペシャルを開催。事前予約は不要です。小さなお子さんは保護者同伴でご参加ください。

日時／12月3日(日) 14:00～16:00
会場／アリオス本館5階 大リハーサル室
参加費／無料

おもちゃクリニックも同時開催。診察するおもちゃは1家族2点まで。付属の充電器や説明書があればお持ちください。

今後の「あそび工房」予定／2024年1月14日(日)、3月16日(土)



山田 亜希子さん

Akiko Yamada

1975年、いわき市常盤生まれ。9人兄妹の長女として中学3年生まで実家で生活をする。島根県松江市の高校で寮生活を経験し、東京の大学へ進学。卒業後、23歳で結婚。第一子を出産後、ご主人の仕事の関係で愛知県へ引越す。ワンオペ育児により、慣れない土地での育児の難しさを実感。その後、いわき市へ戻る。愛知での経験から「いわきこどもプロジェクト」として情報発信をする。「あそび工房」「キッズ★アリペ」のスタッフとしても活動。2022年、保育士の資格を取得し活動の場を広げている。現在は放課後デイサービス等に勤務。大学と大学院に通う3人の子どもの母親。

文・写真/ 宍戸紀子 写真提供/山田亜希子さん

いわきこどもプロジェクト

marutamafamily@yahoo.co.jp



子どもたちが作る「あそび工房」での作品

安心、信頼できる美容外科

Noguchi Plastic & Cosmetic Surgery Clinic

のぐち形成外科クリニック

院長 野口 記生

診療科目

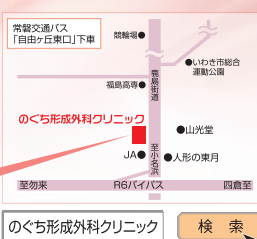
- 形成外科 ● できものの手術
- 美容外科 ● 二重まぶた ● ヒアルロン酸注射 ● ボトックス注射 ● 医療レーザー療法 ● HARG療法(医療機関で行う毛髪再生療法)、他
- 皮膚科 ● にきび、イボ、タコ、ウオノメ
- 美容皮膚科 ● しみの治療 ● ケミカルピーリング ● イオン導入 ● ビタミン注射 ● プラセンタ療法 ● 医療レーザー療法、他

診療時間 午前 9:00～12:30
午後 14:30～18:00

休診日 水曜日・日曜日・祝日



TEL
0246-46-2311
いわき市自由ヶ丘37-10
(駐車場有り)



※保険診療が適応となる場合がありますので保険証を持参下さい。

のぐち形成外科クリニック

院長 野口 記生



こんな人は美容医療に向いていない③

以前ネットやSNSの発展が美容医療の敷居を低くし、身近にしたという話をしました。ただし物事には良い面もあれば、負の面もあるのも事実です。その一つに醜形恐怖症や美容形成依存という問題があるかと思ひます。

醜形恐怖症は、見かけは欠点がないか、あっても些細な程度でも思ひ詰める傾向があり、日常生活に支障をきたす状態のことです。気になる箇所の形成手術を望んでも、また手術を繰り返したり、ドクターショッピングになることもあります。また醜形恐怖症でなくても、二重まぶた埋没法などの小手術をきっかけに、美意識の覚醒と向上により美容手術を繰り返す人がいます。これもSNSが一要因でしょう。

中にはスマホの写真加工アプリのような仕上がりの顔にしたいという要求もあるようです。このような現実的ではないリクエストや、度重なる手術への対応について医師の間でも、問題となっています。醜形恐怖症や形成依存があることを患者さんに指摘し、希望する手術を行わない医師もいれば、可能な限り患者さんの望む施術をする医師もいます。一人の医師でも、患者さんによっては別々の対応をすることも正直あるでしょう。

患者さんが選択したとはいえ、繰り返す手術は経済的な問題にもなり、医学的にも後遺症・合併症の発生へとつながりやすくなるので悩ましい問題です。

のぐち形成外科クリニック

自由ヶ丘37-10 ☎0246-46-2311
(午前9時～午後6時。ただし水曜・日曜祝日除く)

トビタ

お客様宅紹介 vol.182

石森 A様邸

ダイニングを彩る

モリスの伝統的な刺繍

かつてのカーテンもトビタで施工し、今回はウィリアム・モリスのシェードをダイニングに設置しました。クロスもかわいい草花柄だったことから、リネン素材のナチュラルな刺繍デザインを選びました。両脇にエメラルドグリーンのボーダーを施し、よりトラディショナルな雰囲気です。「次は寝室をミラ・ショーンカーテンにします!」と、お部屋の模様替えを楽しんでいらっしゃいました。

お問い合わせは

フリーダイヤルで

トビタ

インテリア館(南白土)

☎ 0120-08-1471

カーテンハウス(エブリア2F)

☎ 0120-07-3194

担当/インテリア館トビタ 飛田真紀子

モリスの妹とのコラボデザイン「ニューウイール・エンブroidery」。ボーダーのファブリックもモリス。総裏張りにし、丈夫で遮光を考慮しています

着物とみひさ

Instagram

フォローお願いします!

シンプルだけど、自分らしく…

着物とみひさ

Instagram

フォローお願いします!

成人式 前撮りパック

数寄屋造りの建物と庭園で自然な表情で♪

①振袖レンタル ②着付

③和装小物 ④ヘアメイク

⑤撮影 ⑥データプレゼント

6点すべてコミコミで

110,000円

手ぶらでOK

レトロシックな振袖袖で20歳の想い出を作ろう♪

カフェ原介

せいざん荘

健康福祉高校

マクドナルド

ミズミリー

ミズラン

衣食住を通して心に潤いや豊かさ、彩りを添えるお手伝い

株式会社 K-Life

—お問い合わせ・ご予約—

江畑町場72-19

☎0246-38-5747

家の屋根材はスレート屋根ですが、色あせもひどく、メンテナンスを検討しています。何か注意点はありますか?

Yさん(50代・女性)

スレート屋根は瓦の劣化状態で塗装できない可能性があり、正しい診断が重要。

プロタイムズいわき店

いわき支店長 田中尊也さん

2004年頃以降に建築された家は、スレート屋根にアスベストが使われていない可能性があります。この場合、瓦の耐久性が低く、洗浄だけで欠けや割れが発生する恐れがあるため、塗装ではなく耐用年数が20年以上あるカバー工法(ガルバリウム鋼板)での施工を推奨いたします。屋根材自体の見立てを誤ると割れや雨漏りに繋がるので、有資格者による診断が大切です。診断は無料なので気軽にお問い合わせを。

2005年に建てた家のスレート屋根(耐久性が低い素材のため多くのひび割れが発生)

カバー工法の施工方法は屋根の上に防水シートを張り、ガルバリウム鋼板の屋根材で覆って完成

父親が亡くなって家の登記を見たら、祖父の名前でした。これから始まる「相続登記義務化」とは何ですか?

Sさん(60代・男性)

不動産の名義を亡くなった方のままにしてはいけない法律です。

ベストファームいわき店

行政書士 高橋卓也さん

不動産を持っていた方が亡くなった場合は、不動産の名義を相続人に変更しなければいけないという法律で、2024年の4月から開始されます。名義を変更していない方は、まず相続人全員の戸籍を集めたり、遺言を探したり、相続人全員で協議したりとかなり手間のかかる手続きが予想されます。早めの司法書士や行政書士などへ相続のご相談をされることをおすすめいたします。

ベストファームではさまざまな相談・手続きを各種専門家に1ヵ所で相談可能です。**毎週土・日曜日に個別相談会を実施しております。0120-165-245までお気軽にお問い合わせください。**

併設カフェの自家製「なめらかプリン」

完全個室の面談室が7部屋あります

ひとり親のためのサロン

セルフケア体験会&おしゃべり会

お一人での参加もOK!

託児所あり!

参加無料

12/2(土) 10:00~14:30

いわき市生涯学習プラザ

(平一町目1番地 ティーワンビル4階・5階)

AM 親子で参加OK! 骨盤体操講習会

呼吸に合わせて背骨を動かし、骨盤のゆがみを整える体操。力みが取れて心身が楽になります。

PM おしゃべり会

子育てや親の介護、職場の悩みなど、1人で悩んでいることを話してみませんか。

※午前または午後のみの参加もOK

※昼食はありません。必要な方はお弁当をご持参ください。

【お問合せ】NPO法人しんぐるべあれんとF・福島

TEL.090-2952-4195

(受付時間10:00~15:00 ※日・祝日除く)

郡山市安積町荒井字方八丁65-1山ロビル1F

※このイベントは福島県ひとり親家庭等生活支援事業の委託を受けて実施しています。

女性のカラダ相談室

お答え

岡部 幸治 先生

薬剤師・不妊カウンセラー・コスメコンシルジュ

赤ちゃんが欲しいあなたへ⑥

35歳以上は妊活のターニングポイント

以下に当てはまる事項がある方、要注意!

- 1年間避妊しなくても妊娠しない
- 子宮内膜症、筋腫がある
- 35歳以上から妊活を始めた
- 生理周期が25日未満or35日以上
- 排卵日付近のオリモノが少ない
- クラミジアの感染歴がある
- 貧血またはやせ過ぎ
- 極度の冷え症またはのぼせ症

40代の方は時間との勝負です!妊活でお悩みの方は一度ご相談ください。不妊カウンセラーの資格を持つ薬剤師が、妊娠しやすい体作りの漢方相談いたします。病院での治療の疑問にもお答えします。

☒ X(旧ツイッター)でほぼ毎日お肌に関する情報を発信しています!

公式LINEではお得情報を配信中!登録お願い致します

お問い合わせ/漢方の美保薬局

TEL.0246-63-8255

糖尿病と上手に付き合うために食事と運動など楽しく学ぶ

10月14日、健康講話「糖尿病と共に歩む」がラトブ6階産業創造館で行われました。主催はたねだ内科クリニックで、市民約120名が参加しました。第1部では糖尿病専門医である種田嘉信先生の講話。「糖尿病」という病名が変更になるという話題の後、糖尿病が寛解するための食事の摂り方をクイズ形式でお話ししました。次の食べ物の中で最も血糖値が上がりにやすいのは?①とんかつ定食 ②焼肉定食 ③コロッケ定食 こちらの答えは③ですが、ほとんどの方が正解していました。

第2部では、郡山市のひろさか内科クリニック運動習慣支援室 室長・佐久間貞典先生のお話の後、誰にでもできる簡単な運動を会場の参加者と一緒に行いました。

主催/たねだ内科クリニック 内郷御厨町3丁目82-2 ☎0246-45-3303

たねだ内科クリニック

検索

「Lancet Diabetes & Endocrinology」

種田先生、質疑応答でも参加者から積極的な手が挙がりました

今回も楽しくわかりやすく講話を行った種田先生

大腿筋を鍛える体操を伝える佐久間先生

1日5分間、この運動をすれば健康が保てるというエクササイズを披露

I Love Pet

■メールで下記の内容を記入のうえ、お送り下さい。

●ペットの名前 ●年令 ●性別 ●PR文 ●飼い主または投稿者の名前

info@asally.co.jp

はるちゃん・15才・♀

15才の誕生日を迎えました

飼い主: M.S

ムック・9才・♂

このソファがお気に入りのムックちゃん

飼い主: Oさん

涼(りょう)・8才・♂

お散歩大好き!

飼い主: S

※掲載に関して、いかなるトラブルも責任は負いかねます。ご自身のペット以外の投稿の際は飼い主に了解を得た上でご投稿いただきます様、お願い致します。



fruits peaks
1日200gのフルーツで
免疫力アップ

by fruits shop AOKI since 1924

SEASON PARFAIT

みかん
コンフィチュール
温州みかん
生クリーム
とちあい
シャイン
マスカット
11/30まで

みかん
アイス
塩キャラメル
くるみ
生クリーム
ぶるん
ゼリー
ラズベリー
コンフィチュール

バナナ
アイス
いちごアイス
塩キャラメル
くるみ
ラズベリー
コンフィチュール

温州みかん
パフェ
¥980
(店内飲食税込)
¥1,078

ご予約
受付中
12/17日
まで

11/16日
START
とちあい
とシャイン
マスカット
パフェ
¥1,800
(店内飲食税込)
¥1,980

NOEL DES FRUITS
フルーツピークスのクリスマス

タルトのお渡し日 12/21日~25日



プレミアム・ノエル「雅」
1ホール20cm ¥7,500 (税込¥8,100)



クリスマスあまおうショート
6号 ¥8,600 (税込¥9,288)



ナポリタン風グラタン
¥1,380 (店内飲食税込¥1,518)



白菜とシーフードの
グラタン
¥1,480
(店内飲食税込¥1,628)



冬野菜の
ミートドリア
¥1,460
(店内飲食税込¥1,606)

フルーツサラダ、フルーツカプレーゼ、ドリンク付き
(コーヒーor紅茶のHotまたはIce)



グラタン・ドリア
¥1,380 (店内飲食税込¥1,518)



冬野菜の
ミートドリア
¥1,460
(店内飲食税込¥1,606)

フルーツサラダ、フルーツカプレーゼ、ドリンク付き
(コーヒーor紅茶のHotまたはIce)



聖なるかがやき
1ホール 13cm ¥3,900
(税込¥4,212)



ノエル・ド・フロマージュ
17cm ¥4,900 (税込¥5,292)



クリスマスパニエ
15cm ¥5,800
(税込¥6,264)



クリスマス・ショコラ
1ホール 13cm ¥3,600 (税込¥3,888)

※()内の価格はテイクアウト8%の税込価格です

aoki
fruit shop AOKI since 1924

冬の
贈り物

紅まどんなギフト①

1箱 **¥7,000** (税込¥7,560)

★11月下旬～発送

ぶっつとゼリーのような果肉質で近年人気の高まっている柑橘「紅まどんな」。とろけるような食感で強い甘味と心地よいオレンジの香りをお楽しみいただけます。

お世話になったあの方へ
フルーツマイスター厳選のフルーツを贈りませんか？

プレミアムセレクション

福島セレクト

¥8,000 (税込¥8,640)

★12月上旬～発送

シャインマスカット、いちご、りんごなど福島で獲れた旬のフルーツを詰め合わせました。ふるさとの味を贈ってみてはいかがでしょうか？

よこすかみかん(菊)

5kg **¥13,000** (税込¥14,040)

みかんの栽培を手がけて40年。横須賀市の原田柑橘園で大切に育てられた「よこすかみかん」は甘みと酸味のバランスが絶妙。その中でも「菊」は最上級のおいしさで、一度食べたら忘れられない味です。

予告

12/8(金)～12/17(日)に
試食販売会開催！

数量
限定

ブラックフライデー

期間 11/23(木)～11/26(日)

¥650

(税込¥702)

¥1,600

(税込¥1,728) (2kg)

※事前予約は出来かねます。※各日無くなり次第終了致します。※ギフト包装は承れません。※入荷状況により、内容が変わる場合がございます。

フルーツショップ青木に
ご来店いただいたお客様に

「aokiおすすめみかん」
をプレゼント

期間

11/23(木)～11/26(日)

無くなり次第終了

※詳しくは店頭スタッフまでお問い合わせください。

fruits peaks フルーツピークス いわき泉店

by fruits shop AOKI since 1924

泉滝尻2丁目14-15 ☎0246-84-6248

営業時間／9:00～20:00 テイクアウト/9:00～20:00 カフェ/10:00～18:00(LO17:00)

※営業時間が変更になる場合がございます

フルーツショップ青木 いわき泉店

泉滝尻2丁目14-15 ☎0246-84-6224 FAX84-6109

営業時間／9:00～19:00

SALLY COUPON

温州みかんパフェ

200円引き

1,078円→858円(税込)

有効期限: 2023.11.15㊦～11.30㊦

※1枚で1グループご利用可能
※他の割引との併用はできません
※いわき泉店のみで利用可能

SALLY COUPON

とちあいかとシャインマスカットパフェ

200円引き

1,980円→1,760円(税込)

有効期限: 2023.11.16㊦～12.14㊦

※1枚で1グループご利用可能
※他の割引との併用はできません
※いわき泉店のみで利用可能

SALLY COUPON

期間中、フルーツを824円、080円以上 お買い上げのお客様に

「店長おすすめフルーツ」をプレゼント

有効期限: 2023.11.15㊦～12.14㊦

※1枚で1名様までご利用可能 ※他の割引との併用はできません
※いわき泉店のみで利用可能 ※イラストはイメージです

SALLY COUPON

期間中、フルーツを824円、080円以上 お買い上げのお客様に

「店長おすすめフルーツ」をプレゼント

有効期限: 2023.11.15㊦～12.14㊦

※1枚で1名様までご利用可能 ※他の割引との併用はできません
※いわき泉店のみで利用可能 ※イラストはイメージです

CINEMA INFO

上映中 (11/15時点で上映中の作品)

ポレポレシネマズいわき小名浜

■マーベルズ ■法廷遊戯 ■駒田蒸留所へようこそ ■正欲
■ゴジラ-1.0 ■映画 すみっこぐらし ツギハギ工場のふしぎなコ
■人生に詰んだ元アイドルは、赤の他人のおっさんと住む選択をした
■ドミノ ■【アンコール上映】ONE PIECE FILM RED
■ザ・クリエイター／創造者 ■おまえの罪を自由しろ ■アナログ
■ゆとりですがなにか インターナショナル ■映画「沈黙の艦隊」
■ミステリと言う勿れ ■君たちはどう生きるか ほか

まちポレいわき

■おしよりん ■福田村事件 ■白鍵と黒鍵の間に
■ドラキュラ デメテル号最期の航海 ■オオカミの家(＋短編「骨」)
■アンダーカレント ■フェイス

上映予定 (11/16～12/15公開予定作品)

ポレポレシネマズいわき小名浜

11/17◎ ■スラムドッグス【PG12】 ■鬼太郎誕生 ゲゲゲの謎
■OUT【PG12】
11/23◎ ■首【R15+】 ■翔んで埼玉 琵琶湖より愛をこめて
■ロスト・フライト【PG12】
■劇場版 シルバニアファミリー フレアからのおくりもの
12/1◎ ■ナポレオン ■怪物の木こり【PG12】
■エクソシスト 信じる者
12/6◎ ■NCT NATION: To The World in Cinemas
12/8◎ ■ウォンカとチョコレート工場のはじまり
■あの花が咲く丘で、君とまた出会えたら。
■映画 窓ぎわのトットちゃん
12/15◎ ■ウィッシュ ■屋根裏のラジャー
■パワ・パトロール ザ・マイティ・ムービー

まちポレいわき

11/17◎ ■ごねけゆく女 ■レンタル×ファミリー
■658km、陽子の旅
11/24◎ ■チャイニーズ・ブッキーを殺した男
■燃えあがる女性記者たち
■バーナデット ママは行方不明 ■愛にイナズマ
■モリコーネ 映画が恋した音楽家
■DASHCAM ダッシュカム ■理想郷
12/1◎ ■オープニング・ナイト ■蟻の王 ■ゲイコ 目を澄ませて
12/8◎ ■6月0日 アイヒマンが処刑された日 ■沈黙の自叙伝
■ラヴ・ストロームス ■さよなら ほやマン
■ゴーストワールド
12/15◎ ■ジャンポール・ゴルチエのファッション狂騒劇
■極限境界線 救出までの18日間【PG12】

予定が変更になる場合もあります。

上映時間はポレポレシネマズいわき小名浜、
ポレポレいわきのHPまたはお電話でお問い合
わせ下さい。

ポレポレシネマズいわき小名浜

☎0246-54-1212

まちポレいわき

☎0246-22-3394

朝日サリー-12月号 映画鑑賞特別割引券
ポレポレシネマズいわき小名浜
当日料金より一般の方 200円割引券
※本券一枚に付3名様まで有効 ※2023.12月14日(木)まで有効
※ポレポレシネマズいわき小名浜のみ使用可

IWAKI INFORMATION

いわき市内と近郊で行われるイベントをご紹介します

イベント内容等のお問合せは、各お問合せ先まで直接お電話ください。

R399社会実験

いわき駅前公園化計画

開催中～11・19日 10:00～20:00

会場／いわき駅前大通り(国道399号)
※実施期間中、自転車は車道の自転車走行区間
を走行してください。

いわき駅前周辺の歩行者利便増進道路(ほこみち)
制度を活用する社会実験を実施。期間中は
キッチンカーの出店やマルシェなどの楽しみも！

ふるさと文化祭in田ん

11・18日 10:00～17:30

会場／田んふれあい館、田ん観光いちご園テラス
料金／入場無料
問合せ／☎0246-25-1011
(福島県商工会連合会 浜通り広域指導センター)

田んふれあい館と向かいの田ん観光いちご園テラスが会場です。音楽ライブ、マーケット、キッチンカー、フィナーレには打ち上げ花火も予定。

第4回ファミリーフェス

in 21世紀の森公園

11・19日 10:00～15:00

会場／21世紀の公園 サブ駐車場
料金／入場無料
問合せ／☎246-85-5021
(いわきファミリーフェス実行委員会)

ステージでは恐竜ショーや高校生のフラ、吹奏楽が
開催され、ハンドメイド、ワークショップ、消防車
の展示もあるファミリーイベントです。

演劇団黒ヒゲキャラバン 第17回公演
僕らの芝居のつくりかた

11・25日 開演15:00 26日 ①開演11:00 ②開演14:30

会場／中之作プロジェクト 清航館
料金／当日1,500円・前売1,300円
学生当日1,000円・前売800円(全席自由)
申込・問合せ／☎090-7332-1205(代表:阿部嘉明)

台本締切日に1ページも書けていない!とあるア
マチュア劇団の作家と演出家が織りなす、血と汗
と涙とほんの少しの絆の物語。

アクアマリン クリス麟

～イクラでも輝く夜～

11・25日～12・25日 9:00～17:00 12・23日、24日は19:00まで開催

会場／アクアマリンふくしま
料金／一般1,850円 小～高校生900円
未就学児無料
問合せ／☎0246-73-2525

今年はユニークなクリス麟ソリーが登場! 12月は
毎週日曜日がごんべえに会えるチャンス。23・24
日はアクアマリンスノーでホワイトクリスマス!

LALA マルシェ

11・16日 15:00～19:00

会場／ララシャンスいわき
料金／入場無料
問合せ／☎0120-888-648

素敵な結婚式場でマルシェでは、なかなか見ら
れないチャペルの見学、おいしいものや雑貨の
販売、ドキドキな占いなどイベント盛りだくさん。

第3回イルミエールいわき

光と食の祭典&点灯式

11・18日 16:00～20:00

会場／いわき駅前大通り・ペDESTリアンデッキ
料金／入場無料
問合せ／☎0246-24-0780(いわき青年会議所)

高校生によるフラや吹奏楽の演奏が披露される
今年の点灯式。大通りにはキッチンカー、イベン
ト広場ではワークショップなども開催します。

いわきワイナリー収穫感謝祭

IWAKI WINERY HARVEST FESTIVAL 2023

11・19日 10:00～16:00

会場／いわきワイナリーガーデン
テラス&ショップ敷地内
料金／前売3,000円・当日3,500円
申込・問合せ／☎0246-36-0008

秋風を感じながら、いわきワイナリーの2023年
産出来立てヌーヴォーや各種ワインをフードや
音楽などのプログラムと合わせて楽しめます。

光の森プロジェクト2023

11・25日～12・25日 月～金曜17:00～20:00 土日曜16:30～20:30

会場／21世紀の森公園 花の谷エリア
料金／300円、中学生200円、3歳～小学生100円
問合せ／Eメール:hikarun@iipb.biz
(いわきイルミネーションプロジェクトチーム)

「光の森にたくさんの笑顔を」をコンセプトに、花
の谷エリアを色とりどりのLEDイルミネーション
で彩ります。荒天時は点灯を中止します。

-ちっちゃな幸せ-

私のお気に入り展-17

12・9日～24日 10:00～17:00

会場／ギャラリー創芸工房
料金／入場無料
問合せ／☎0246-29-3826

福島を中心とした作家の絵・ガラス・石・革…、手
のひらサイズの作品であふれます。会期中は創
魔カフェを要予約にて営業します。

朝日サリーにイベント情報などの掲載をしてみませんか?

掲載希望の方は前月20日までにメール(info@asally.co.jp)でご連絡ください。
※掲載内容については審査を行うため掲載できない場合もあります。

超人祭-MATSURI-in ハワイアンズ 観覧無料

12月23日(土)～2024年1月8日(月・祝)

①11:30～12:00 ②15:30～16:00

会場／ウォーターパーク「ビーチシアター」

世界の超人技が繰り広げられる冬休み特別イベン
ト! 等身大のリングを操る「シルホイール」、高さ約
5mの壁を駆け上がる「トランプ・ウォール」など、ハ
ワイアンズでしか見られないスペシャルなショー
をお楽しみください。※施設入館料がかかります

問合せ／☎0570-550-550(スパリゾートハワイアンズ ナビダイヤル)

サリナ舞踊教室フラメンコ開設25周年 LIVE

Flamenco y La musica latina

LOS VINCULOS ～絆～

11月26日(日) 開場14:00 開演14:30

会場／まちポレいわきB1プラス

料金／3,500円(1ドリンク付)

フラメンコダンサー&ラテン歌手として首都圏でも活
躍するサリナ先生が主宰するフラメンコ教室の25周年
LIVE。サリナの歌と踊り、生徒による踊りを生演奏でお
楽しみください。

■フラメンコギタリスト:今田央 ■カンテ:深谷恵子

【友情出演】カンテ&ギター&カホン:石川了三

申込・問合せ／☎0246-28-2508(サリナ舞踊教室フラメンコ)

独身の子どもを結婚に
導く為の親向け相談会

「いつか結婚してくれるだろう」から
いつの間にか
「うちの子、結婚出来るのかしら?」に
変わってませんか?

11月19日(日) 26日(日)
12月 3日(日) 10日(日)
各回10:00～

離婚時代だからこそ今
婚活ならめ親話が話題!!

予約制のため、まずはお電話を!!

結婚相談所 MUSBELL ムスベル

植田町中央3-1-7
植田ビル1階
☎0246-84-8415

11・12月のサークル 女性限定

★健康ストレッチクラス★

動けなくなる前に今からやっておきたい
「ストレッチ+簡単トレーニング」。
お家ではなかなかできないから…
初心者歓迎!お気軽にお問い合わせを!

木曜日 10:00～10:50

レッスン日 11/16, 30

※広いスタジオで 少人数クラス

12/14, 21

料 金

入会金 5,500円

月 謝 4,400円(月3回)

体験1回無料

【随時受付・要予約】

会場/プリンセス・アイ

小島町3-3-3(せきのホール向い)

申込・問合せ/☎0246-26-5050

読者プレゼント

応募方法／ハガキに必ず下の『応募券』を貼付し、〒住所・氏名・年齢・
電話番号・希望プレゼント番号(第1希望・第2希望)、本号のサリーを
どこで手に入れたか(新聞折込みの方は新聞店名)、「今月号の感想」
と「最近迷惑をかけたことは?」について記入の上、ご応募ください。

〒970-8044 中央台飯野4-2-4 いわきNTCビル2階
朝日サリー編集室「プレゼント」係
present@asally.co.jp
携帯、スマホの応募はこちらから▶

締切 2023/12/25(月)必着

1, 2のプレゼントをご希望の場合は11/30(木)必着

1 クリスマスリース

1個 1名様

お酒落な
お花屋さんの
ゴージャスな
クリスマスリース
提供／青山ガーデンフラワー ☎0246-34-8783

2 スパリゾートハワイアンズ

ペア入場券

2名様

「超人祭-MATSURI-
inハワイアンズ」
ぜひ楽しんで!
※詳細はこのページ上段を参照
提供／スパリゾートハワイアンズ

3 ふくしま手帳2024

1冊 3名様

福島県を深掘した
魅力や特産で
情報たっぷり手帳
提供／日進堂印刷所

4 無料施術チケット

※5,500円相当

1枚 3名様

カウンセリングと
オールハンドの施術
約2時間かけて
じっくり体験できます
提供／総合創美館いわき好間店
☎080-5566-6944

5 お好きな焼きドーナツ

3個 5名様

人気のいちごミルクなど
6種類の焼きドーナツから
お好きな3個を選んで
提供／アトリエnobuya ☎0246-38-8491

朝日サリー-2023年12月号 読者PRESENT
応募券

1, 4, 5の当選者には引換券を郵送いたします。当選の発表は、
商品または引換券のお届け、発送をもって代えさせていただきます。
(当選に関するお問い合わせにはお答え出来ません)

ohana 通信

【いわきTNR病院オープン】

オハナに「NPO法人動物愛護団体LYSTA付
属いわきTNR病院」がオープンしました。診療
日・費用・予約は電話(070-2028-3838)でお
問い合わせください。

※TNRとはTrap捕獲して、Neuter不妊去勢手
術をして、Return元の場所に返すの略

【保護猫を家族に迎えよう】

保健所収容の「シニア猫」と、「条件付き譲渡
になっていた犬」を引き取ってきました。なか
なかな声が聞かない犬猫をメインに保護してい

.....【運営:NPO法人動物愛護団体LYSTA】.....

保護猫ふれあいシェルターOhana

いわき市内郷秋山郷秋山7-12

営業時間: 土日・12:00～16:00

■登録番号 福島県4い保展第1号 ■登録

年月日 令和5年3月1日 ■有効期間の末日

令和10年2月29日

(公社)アニマル・ドネーションを通して

寄付すると、寄付金控除の対象となります

ます。保護してあげたくても、里親さんが
決まらなければ次の子を保護することが
できません。保護猫を家族に迎える選
択肢をどうぞご検討ください。

条件付き譲渡に
なっていたシュ
ウザーの「マル
モくん」(左)。シ
ニア猫「とみさ
ん」(右)

■ゆうちょ銀行
記号 18230 番号 32324431
名義 NPO法人動物愛護団体LYSTA
■他行からお振込みの場合
ゆうちょ銀行 店名 八二八 店番 828
項目 普通 口座番号 3232443
口座名義 NPO法人動物愛護団体LYSTA

里親募集型保護猫サロン オハナ

いわき市常磐湯本町天王崎1-56

TEL.070-2028-3838

◎金・土・日・月・祝日▶10:30～18:00

ご利用料金 一時間1,000円

ペットホテル&シッターOhana

ホームページ

SALLY文庫の新刊書

ご予約受付中!!

お電話またはお近くの書店にてご予約ください

いわき市も「過ごしやすい」地域に!

この夏の異常気象は信じられないものでした。地
域によって猛暑日が何日も続いたり、11月になっても
夏日だったり、豪雨被害が各地で起きたり…。地球温
暖化の影響だと思いますが、日本の四季が無くなっ
てきたように思います。本書は83歳とは思えないパワ
フルな著者が、緻密な考察した本。データを元に過
しやすい地域の特徴を、移住施策を交えながら紹介
しています。もちろんいわき市も「過ごしやすい地域」に
入っており、1家に1冊、備えたい本です。

朝日サリー代表 曾我泉美

「過ごしやすい地域は、
その結果を掲載致しました。」
(著者・安保武志)

多数ありますが、
それら多くは立地によるもので
定量的に表した資料がありません。
そこで気象庁が測定した
30年間のデータを元に
「過ごしやすい」の比較をし、
その結果を掲載致しました。

・快適な心地よい温度について
・気温評価の考え方
・気温評価の基準
・評価結果
・気温評価結果に対する考察
・気温評価値の高い観測所の
所在市町村の特徴と移住施策について

SALLY文庫

中央台飯野4-2-4 いわきニュータウンセンタービル2F
(有)いままじゅ 朝日サリー編集室内

☎0246-46-0321

[受付時間] 土・日曜、祝日を除く9:30～18:30



温暖で、
住みやすい
ところはどこか

2023年
12月上旬
発刊予定

83歳の著者が気象庁発表の
30年分のデータから考察した集大成

わら焼 湊

地産地消にこだわった多彩なメニュー
豪快な炎で炙るわら焼と炭火焼が人気



5,500円宴会コース(料理6品)飲み放題付

名物「わら焼」は注文を受けてから薫るの炭で食材を豪快に焼き上げます。中でも看板メニューの「カツオのたたき」が入った、「5,500円宴会コース」が一番人気で、50種類以上のアルコールから選べる2時間の飲み放題付。さらにプラス500円で全国の銘酒も飲み放題に！料理内容や予算も気軽に相談できます(2名以上で前日までの要予約)。ほかにもフレンチのシェフによる漁港直送の常盤ものや、地元の契約農家から仕入れる野菜を使った創作料理のメニューが豊富。四万十のうなぎや川海老など、他県の珍しい一品料理も楽しめます。



一気に燃え上がる薫るの炭と煙で豪快に焼き上げる看板メニューの「カツオのたたき」1,210円。香ばしい薫りと凝縮された旨みがたまらない

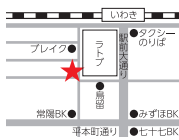


和洋折衷おせちの予約受付中！2人前15,000円、4人前27,500円。鯛の姿焼きやロブスター、アワビのコンソメ煮、麓山高原豚のハムなど13品

SHOP DATA

☎0246-51-9214

平字田町17-3 田町堀江ビル2階
☎17:00~24:00(LO23:00)
休日曜日
※おせちは12月11日(月)まで要予約



和牛専門料理 たむら

通をもうならせる「和牛板前料理」を堪能
記念日に大切な人と至福の時間を…



見事なサシが入った写真はサーロインを使用。すき焼きは1人前150g

目の前で料理人が上質の肉を切る様を見ることができ和牛専門料理店。「黒毛和種A5」の極上和牛は若い雌牛を選び軽やかな脂で、口のなかでふわっととろける味わいです。おすすめは「焼きおまかせ料理」。肉、野菜、締めのお食事まで食べ進めるタイミングで出されるコースで、希少部位も味わえます。「すき焼き」は最初に鉄鍋で肉そのものを味わってから、割下で煮るいただき方。カウンター、小上がり、個室があり、大切なお客様との食事会にも最適。予算や好みに合わせて料理を用意してくれますのでご相談ください。



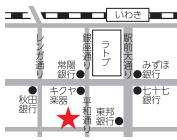
シャトーブリアン 100g~
4,400円~

- おすすめメニュー —
- 焼きおまかせ料理(食事・デザート付)……6,600円~
 - しゃぶしゃぶ(食事または雑炊・デザート付)
《要予約》6,600円/8,800円
 - すき焼き(食事・デザート付)
《要予約》6,600円/8,800円
 - サーロインステーキセット(食事・デザート付)……7,700円~
- ※上記料金はお一人様の価格です
※単品メニューもあります

SHOP DATA

☎0246-24-1180

平字二丁目55-1
☎17:00~22:00(LO21:00)
休日曜日 ⑨3台
※年末年始休12/31(日)・1/1(月)



ビストロ あん庵

本格フレンチの優雅なディナーで
とおきのクリスマスを



— Christmas Dinner Course MENU —
11,000円(税込)

- アミューズ・3点盛り:ホタテのベニエ、バターナッツカボチャムース、カニのキッシュ
- 前菜1:鴨肉のソテーとフォアグラ
- 前菜2:ラングスティーズとキャビア
- リゾット:サフランリゾット、鮑とキノコのクロケット添え
- スープ:自家製コンソメスープ
- お魚:白身魚と海老のムースのバイ包み、オマール海老のソース
- お肉:牛ホホ肉の赤ワイン煮、トリュフ香るソース
- デザート:クリスマスデザート
- パン・コーヒーor紅茶

クリスマスを華やかに彩る12月22日(金)・23日(土)・24日(日)限定、「クリスマスディナーコース」の予約が始まりました。この3日間はディナータイム(17:30~23:00)ご予約のみの営業となります。ご予約は電話での対応となります。席に限りがあるので、お早めにご予約ください。

限定20個 ビストロのお節料理(2人前、税込22,000円)も予約開始！
お引渡し:2023年12月31日(日)17:00~19:00

SHOP DATA

☎0246-88-1163

平字ノ前22 労働福祉会館1階
☎11:00~14:00、17:30~21:00
⑥月曜日、第2・4日曜日(第1・3日曜日はランチのみ)
⑦労働福祉会館に同じ ※お支払いは現金のみ



焼肉ホルモン おはこ

多彩なホルモンをリーズナブルな価格で
自慢の新米コシヒカリが食べ放題！



「おはこレギュラーコース」1名5,000円(料理10品)+120分飲み放題付

昭和レトロな雰囲気店内では厳選した新鮮なホルモン「豚ホルモン」「コブクロ」「シマ腸」など多彩な部位が各329円~と手頃な価格で楽しめる！おすすめの人気メニューが入った写真の「おはこレギュラーコース」が飲み放題付でお得です。ホルモン盛り合わせ(塩味5種)、ネギ塩タン、豚カルビ、カルビ、ロース、ナムル盛合せ、キムチ盛合せ、チョレギサラダなどが味わえるコースで、ご飯は食べ放題。平日は500円引きになり、さらにお得！利用は2名からで予約不要。コースではなくても「単品飲み放題120分」2,178円がスタート。



〈おはこ〉に来たらずい食べて欲しい3大看板メニュー！「ホルモンユッケ」989円、「ネギ包みタン」439円、「福島牛のホルモン」549円

- おすすめメニュー —
- 豚ホルモン……………329円
 - コブクロ……………439円
 - 牛ハツ……………439円
 - 牛カルビ……………659円
 - 旨辛カルビクッパ……………659円
 - にんにくホルモンミックス……………1,539円
 - 馬レバー刺し……………1,539円
 - せんまい刺し……………769円

SHOP DATA

☎0246-88-9529

平字大町4
☎17:00~23:00(LO22:00)
※金・土曜日、祝前日は24:00まで
休不定休 ⑨指定有



海鮮炉端 魚正

旬のいわきの味覚をふんだんに味わえる
秋冬限定のコースを地酒と共に



「カツオの薫焼きと冬のいわき味覚・贅沢福島牛サーロインコース」

地元漁港や市場から仕入れる厳選魚介で多彩な海鮮料理が味わえる「魚正」。写真はいわきの味覚が存分に楽しめる秋冬限定の「カツオの薫焼きと冬のいわき味覚・贅沢福島牛サーロインコース」。アンコウ鍋やホッキ貝刺身、めひかりの唐揚げなどの海鮮のほか、福島牛のステーキも入り料理は全10品で1名6,500円。プラス1,500円で120分飲み放題が付きます(2024年1月下旬まで提供)。利用は2名以上で前日までに要予約。「寫楽」「一歩己」など福島の地酒は10種類以上あり、すべて1杯439円。



「カツオの薫焼きと海鮮鍋コース」120分飲み放題付1名5,000円。料理は13品、海鮮チゲまたは海鮮ちゃんこ鍋が選べます

- おすすめメニュー —
- カツオの薫焼き……………1,429円
 - 鮭とイクラの釜めし……………1,319円
 - サーモン握り……………219円
 - マグロ握り……………263円
 - 牛肉豆腐……………659円
 - めひかり唐揚げ……………659円
 - 単品飲み放題120分……………2,178円

SHOP DATA

☎0246-38-5124

平字大町4
☎17:00~23:00(LO22:00)
休日曜日 ⑨指定有



やきとり十八番

一本一本丁寧に串打ちした国産鶏を
職人が備長炭で焼き上げる焼鳥が人気



「やきとり三昧コース」料理16品、120分飲み放題付1名6,000円

毎日一本一本串打ちして、創業27年の秘伝のタレで焼き上げる焼鳥を存分に味わえる新コースが誕生。写真は一番人気のいわき名物絶品トロ塩レバー、いわき産ネギを使ったねぎま、かわ(タレ)、8種類の食材と6種類のスパイスで仕上げた自家製つくね、ハツ、ささみしそ、福島牛串、野菜巻きなどの串焼きに加え、もつ煮込みなどがセットで飲み放題付6,000円(2名以上で前日までの要予約)。コースではなくても1名2,178円で120分飲み放題にできる「単品飲み放題120分」がスタート。思いっきり飲みたい向きにはおすすめ！



「焼鳥&牛タンしゃぶしゃぶコース」120分飲み放題付1名6,000円。特製ダシのしゃぶしゃぶや5種類の串焼き、知覧鶏のたたきなど全13品

- おすすめメニュー —
- トロ塩レバー1串……………186円
 - やきとり盛り合わせ5串セット……………769円
 - 自家製つくね1串……………219円
 - とりもも1串……………164円
 - 自家製もつ煮込み……………549円
 - 博多風もつ鍋……………1,208円
 - 塩辛じゃがバター……………505円
 - 焼きおにチーズ……………385円

SHOP DATA

平店 ☎0246-22-7040

湯本店 ☎0246-88-8884

植田店 ☎0246-85-5885

☎17:00~23:00※金・土曜日、祝前日は24:00まで ⑥不定休



リフォーム&
リノベーション

リフォームファイル vol.7

すまいまもり



Reform File

平下神谷 K様邸

築45年の家を快適に
大規模リノベーション

リフォームのご要望

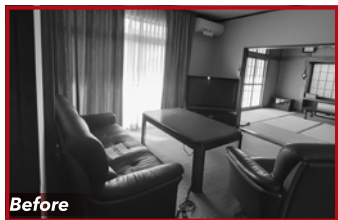
- ① 外構工事をして4～5台停められる駐車場にして欲しい
- ② LDKを心地良くて皆が集まれる場所にしたい
- ③ ダイニングキッチンに隣接してゴミ箱や電化製品も置けるパントリーを作りたい
- ④ 浴槽が広々としたバスルームにしたい

かつて奥様の祖父母が住んでいた築45年の日本家屋の家。全面リフォームをすることになり、職場の同僚の紹介で〈すまいまもり〉のショールームに来店されました。

要望としては、1台しか駐車場がないため、庭を駐車場にしたいということでした。そのために、建物を減築して庭への通路を作り、植栽や石を取り除いて広い駐車場を作りました。

1階の和室と洋室と納戸を1部屋にし、無垢床が気持ちの良いLDKにし、キッチンの隣に奥様念願のパントリーも作りました。

「土地問題も担当の方の骨折りによって解決でき、本当に感謝しかないです。2つの補助金も活用でき、想像以上に暮らしやすい家到大満足です」と、ご夫婦はとても嬉しそうでした。



Before

「こどもエコすまい支援事業」と「先進的窓リノベ事業」の2つの補助金を活用しての全面リフォーム。独立していた北側のキッチンはゴミ箱も置けるパントリーとし、南向きの日当たりの良いLDKに対面式のキッチンを設置しました。ダイニング脇にカウンターも作り、パソコン作業などを行っています



Before

昔ながらのタイル貼りの浴室を広くしてワイド幅の浴槽を選びました。落ち着いたカラーでバスタймも楽しんでいます



以前北側にあり、暗かったキッチンもこんなに明るくなりました。無垢床は満足でもとても気持ち良い！



パントリーの棚は好きな高さにできる可動式。「掃除用具や分別用のゴミ箱も置けるのでとても便利」と奥様も大喜び



外壁塗装、断熱改修、サッシ交換など全面的にリフォームをし、夏涼しく冬暖かい家に生まれ変わりました

Reform File

洋向台 A様

子どもたちがのびのびと
暮らせる明るい家

リフォームのご要望

- ① 対面式のキッチンにし、パントリーを設置して欲しい
- ② 脱衣室と洗面室を分け、洗濯物をたたむカウンターを設置したい
- ③ 家事動線のよい間取りにして欲しい
- ④ 広々としたLDKにし、無垢床にして快適に過ごしたい

以前はアパートに住んでいたAさん。お子さんたちも成長して活発になり、生活音も気になることから、中古住宅を探していたところ、築40年の今の家を紹介されました。三栄住宅(現エコ・ビレッジ)で建てた家だったこと。市内で数多く手がけている同グループのリフォーム部門である〈すまいまもり〉に大規模改修を依頼されました。

家の一角をピアノ教室として利用しており、アコーディオンカーテンでリビングと区切られていた空間を1室にし対面キッチンを設置。キッチンに並列して冷蔵庫や食器棚を設置し、その裏側はパントリーにしました。また、廊下にクローゼットを設け、洗濯・乾燥した衣服がすぐにしまえるようにしました。

「すまいまもりさんは私たちの要望を丁寧に聞き、形にしてくださいました」。新しく生まれ変わった家には家族の笑顔があふれていました。



Before

独立したキッチンが対面式になり、家族とのコミュニケーションもとれるようになりました。パントリーをキッチンと並列して設置し、ぐるっと回れる家事動線は、共働きの奥様に好評です。「こどもエコすまい支援事業」と「先進的窓リノベ事業」の2つの補助金を活用して大規模改修をしました



洗面化粧台の隣に乾燥機を設置し、その上に洗濯物をたたむためのカウンターを付けました



浴室前の廊下に設置したご主人と奥様の2つのクローゼット。着替えも洗濯物片付けもとてもスムーズ



奥様念願の対面キッチン。ハイタイプでダイニング側から調味料やカトラリーを取ることができとても便利



アコーディオンカーテンで区切られていたリビングとピアノ教室を1つの部屋にした広々としたLDK



お子さんと一緒でもゆったり入れる広いバスルーム。クッション性のある床にし、転倒などの安全性も考慮

くらし、住まいのすべてを エコ・ビレッジグループで

木の会社 ECO-VILLAGE

株式会社 エコ・ビレッジ



本社／いわき市中央飯野4丁目2-4 INCビル
TEL.0246-28-0111

イオンモールいわき小名浜店／
いわき市小名浜辰巳町79 イオンモールいわき小名浜2F
TEL.0246-38-5636

エコ・ビレッジのリフォーム。

株式会社 すまいまもり



本社／いわき市鹿島町久保字反町20-2
TEL.0246-58-8100

ショールーム／
■営業時間：10:00～18:00 ■休館日：水・木曜日

くらし・住まいのサポート

株式会社 すまいまもりサービス



本社／いわき市錦町綾ノ内121番地
TEL.0246-85-0413



カーテンご試着できます

毎日見て暮らすカーテンだから失敗したくない。
気になるデザインのカーテンを実際の窓に試着して
一番のものを手に入れることができるので、とても安心!

トビタではカーテンのほか、椅子やソファの張り替え、壁紙・クロスのリフォームなども承っております。お気軽にご連絡ください

トビタのホームページが新しくなりました!
<https://curtain-tobita.com/>

CLUB on TOBITA 新規会員登録中!
「CLUB on TOBITA」のポイントが
本体価格500円につき1ポイントとなります。

カーテンハウス トビタ 鹿島ショッピングセンター2F
〒0246-46-0585 ☎0120-07-3194

インテリア館 トビタ いわき市平南白土1丁目14-4
〒0246-21-1471 ☎0120-08-1471

毎日、自宅で気軽にレッスン♪

オンライン ヨガレッスン

専門家からの丁寧なアドバイスを受けながら、パソコンやスマホでレッスンが受けられます。初心者の方でも気軽にご参加ください!

プログラム

- 100%笑顔になるヨガ
- スローピクスヨガ
- 骨盤調整ヨガ
- 呼吸法と瞑想
- おはようベリーダンス etc...

詳しくはお電話で
お問い合わせください
TEL.090-4043-2972
(担当/林)

LINE 予約

ファッションサロン ロリエ いわき市平谷川瀬ノ入1(鹿島街道・いわき平競輪場入口)
TEL.0246-23-7936
【お気軽にお問い合わせ下さい/担当・林】
◎10:30～17:00 休水・木曜日

何を試しても結果が出ない方、ご相談ください

漢方相談 特に多いご相談

更年期障害 腰痛・神経痛 皮膚トラブル 耳鳴り・めまい 不眠 疲労感 便秘・下痢

年間(2022年) 232人の方が漢方相談で来店しています

朝日サリー読者様限定 **先着9名様** カウンセリング枠確保 11/25(土)まで

こんな症状ありませんか?
よく風邪をひきやすい
キーン・ザーと音がなる
塗り薬が効かない
目を瞑っても寝れない
疲れがたまって動けない

漢方相談はお気軽に! いわき漢方堂店主 渡邊 幹二

辛かった耳鳴りが改善!
更年期頃からだんだんと耳鳴りが強くなり(ジージキーン)思い切つていわき漢方堂さんを訪ねました。アドバイスを受け、3ヵ月頃から症状が良くなり、あんなに辛かった時期が半年過ぎた頃には、さほど気にならず毎日楽しく過ごしております。(60代・女性)

メールフォームからお気軽に相談できるようになりました!

いわき漢方堂 (旧ワタナベ杏雲堂)
いわき市平見町33-1 イオンいわき店すぐ
【平日】9:00～19:00 定休日/日曜・祝日
予約電話番号 **0246-22-1661**

クチコミ件数 **300件突破!**

漢方相談者さんの声はこちら! **いわき漢方堂** 検索

お持ち帰り承ります!! (ご予約ください)

鰻 国産

天重【特】 1,900円
大海老2本がのった八丈の人気メニュー

うな重 梅 3,200円
竹 4,500円
松 7,100円
メニューは税込価格です

秋から冬は鰻の旬! お祝い・記念日に八丈の鰻

子どもからお年寄りまで安心!!

営業時間/11:00～14:30 17:00～20:00
定休日/月曜日

食事処 うなぎ **八丈**

好間町大利大利前40 **ご予約 ☎0246-36-5018**

地図: 好間町大利大利前40

2023 Merry Christmas

ご予約受付中

生クリームフレーズ5号 4,000円(税込4,320円)
ふわふわスポンジに
こだわりの純生クリームと
梅原農園のイチゴをサンド

シャンティショコラ5号 4,300円(税込4,644円)
ベルギー産ショコラを使った
生チョコクリームが2層。
濃厚でリッチな仕上がりに

ご予約は12月15日まで

ふらふら菓子とその仲間たち
Cream house アトリエ nobuya

中央台高久1-13-2 Tel.0246-38-8491
営業時間/9:00～18:30 定休日/毎週水曜日、第3木曜日【12/21(木)は営業】

いわき 税理士・弁護士・司法書士 出張無料相談会

確定申告、相続・贈与、その他のお悩みを専門家が対応します。

第5回 令和5年 12.9(土)
エブリア2階 ギャラリーエブリア
10:00～15:00 (税理士、弁護士、司法書士が対応)

事前予約受付中! (無料)0120-98-0444 当日受付も行いますが、事前予約優先とさせていただきます。お一人様30分程度で相談をお受け致します。

常陽経営 相続総合支援センター
TEL.(0246)27-9110

佐藤法律事務所 Sato Law Office
TEL.0800-100-2413

司法書士 藤森事務所
TEL.0246-88-7418

城山法律事務所
TEL.0246-38-7333

マンツーマンで わかりやすい!! 希望の曲をレッスン

無料体験レッスン 受付中!!
メール・TELにて要事前予約

大人の音楽教室 ドラム&ギター

■ドラム教室(電子ドラムを使用) 月7,000円
■初心者向けギター教室 月6,000円

●1回1時間・月2回の完全個人レッスン
●入会金・教材費等は一切かかりません
●リモートレッスンご相談致します
お問い合わせください

生徒さんの声
80年代の洋楽を学生時代から好んで聴いてます。いつかバンドで演奏してみたいと、時間に余裕ができた今、ドラムを習い始めました。とても楽しく、ストレス発散できてます。

fun fun fun the music f ドラムスクール

【小名浜教室】鹿島町御代字堂ノ前37-5 ホームページ
【平教室】平字梅香町8-7 梅香ポート
☎090-1065-1357

小名浜教室 地図: 小名浜御代字堂ノ前37-5

海の近くの 家族葬専用斎場 ファミリオ神白

多様なニーズにお応えし、心をこめてお手伝いいたします。

事前相談承ります ※お気軽にお電話で予約ください

株式会社しらた マネージャー 根本孝志

株式会社しらた しらた斎場 塩屋崎
平豊間字榎町110 TEL 0246-98-6868

ファミリオ神白 小名浜下神白字弥木太郎49
TEL 0246-73-3938

STAFF募集 若い方が活躍中!! 葬祭プランナー(若干名)

頭痛・肩こり・腰痛・関節痛の改善 骨盤矯正体験

キャンペーン実施中

- 初回カウンセリング+施術(2時間) 検査+技術料 6,600円 ▶ **3,300円**
- 2回目、3回目 5,500円 ▶ **4,400円**
- 大好評ヘッドスパ **3,850円**

期間 12/15(土)まで

カイロプラクティックで 骨盤・背骨の調整 体全体の筋肉バランスの調整

慢性過労 ⇒ 体力低下
ストレス ⇒ 自律神経のみだれ
骨盤・背骨のゆがみ ⇒ 節々の痛み

カイロプラクティックで改善してみませんか

カイロプラクティック 総健創美館 いわき好間店
好間町上好間山下44 ☎080-5566-6944
■営業時間 10:00～18:00(要予約) ■定休日 不定休

小屋裏からの騒音・異臭に 困りですか?

チェックしましょう!

- 天井から走り回る音がする
- 糞尿の悪臭がする
- 天井に不明なシミがある
- 大切なペットが襲われた
- アレルギー性の健康被害
- ノミヤダニに刺された

ハクビシン対策

害獣調査は無料
お気軽にご相談ください
建築物内・外・昆虫等防除業登録
福島県20ね第79号
わな罠・罠有資格者が現場対応します。

快適・生活環境を創造する
mkk mikikankyou 有限会社 幹環境
本社・技術開発センター TEL.0246-83-2825
調査部 TEL.0246-22-8055

健康経営優良法人 2023
いわき市小川町 西小川字下野地14