



朝日サリー

食と体を見つめる 健康情報

100周年 生活の愉しみとゆとりを感じさせる食器ヴィルジニアカーサ

Virginia Casa
Handmade in Italy

KIRAKUKAN 輸入家具・雑貨の専門店
いわき市平字材木町45番地
☎11:00~17:00 休土・日曜日
☎0246-21-1001

オンラインショップはこちら



Capriccio Cafe/Bar

にんにく、しょうがでガッツリ味付けをした「国産鶏のもも肉から揚げプレート」1,000円。みそ汁とドリンク付



「焼きおにぎり茶漬け」330円。今は夜のメニューだけど、大人気なのでランチメニューへの仲間入りを検討中

銀座通りで2周年を迎えた店は、真っ白な壁に大きな窓で明るい2階席が魅力。天井が高く開放感のある空間です。ランチは豚汁や焼肉定食など馴染みの味が揃う中、人気は大きなから揚げ。低温でじっくり揚げた後、高温でカラッと2度揚げしています。ヤニニョムやおろしポン酢など、味は全部で5種類。夜は料理に合わせるお酒も多く揃っているので楽しい時間が過ごせます。



ばる

「猪狩カレー」600円。ご飯は無料で大盛りに。トッピングは「卵黄キーマ」450円、「半熟オムレツ」250円、「チーズ」200円



「自家製レモンサワー」650円。「生ハムとピクルスの盛り合わせ」はコース料理の一部。(コース料理も月替り)

レパトリー豊富な料理が楽しめる気軽なバル。ランチは限定10食「猪狩カレー」だけ！じっくり煮込んだ野菜や果物、店で炊く豚骨スープなどがベイス。スパイスを程よく効かせ、辛さは3段階。豚骨スープはラーメンで夜メニユーに登場もあるとか!? そんな夜メニユーは旬の食材により月替り。4名以上でコース予約も可。飲み放題3時間付きで一人5,000円。

おさんぽいわき いわき駅前周辺ーランチ編

INDEX	
■ おさんぽいわき	
いわき駅前周辺ーランチ編	P1
■ 医療コラム	P2
中野内科クリニック	
● What's community shokudo?	
いわき市内コミュニティ食堂をご紹介します	
● いわき准看護学校REPORT	
So Happy Days	
● 読者通信	
● オープン情報	
■ コラム&まちの情報	...P3
● 日々思ふ、コト。	
● 健康MEMO	
● ふくしま探訪記	
(朝日新聞 福島総局長コラム)	
● ASAだより	
■ 医療機関情報	P4
● 休日当番医	
● いわきFC応援!	
WALK TO THE DREAM	

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

Happy new year

本年もよろしくお願いします

あいあい

楽しい雰囲気を感じて見学にいらしてください!

デイサービスセンター 郷ヶ丘2丁目55-3 ☎0246-46-0633

シェアハウス 中央台飯野5丁目1-4 ☎0246-29-1696



ばる
平字田町1-14 百合ビル1階 / ☎070-7549-8924
☎11:00~LO13:00、18:00~LO21:30 ※時間外対応可(要予約) / 休:毎週日・月曜日、毎月1日、末日2日間、夜:毎週日曜日 / ⑨なし

Capriccio Cafe/Bar (カプリッチョ)
平字田町68 堀江ビル3号館中央
☎090-5325-9202 / ☎11:30~14:00 (LO13:30)、18:00~23:00 (LO22:00、ドリンク22:30) / 休:毎週日・月曜日 / ⑨提携駐車場あり

Trattoria Luce (トラットリア ルーチェ)
平字南町71 YOSHIDAYAビル2階
☎0246-84-6159 / ☎11:30~14:00、17:30~22:00 (LO21:00) 休:毎週月曜日 ※1月22日(月)まで店休中 / ⑨提携駐車場あり



Trattoria Luce

色鮮やかな15~20種類の旬の野菜をシンプルな味付けで際立たせる「千葉県より直送野菜の温サラダ」1,738円



「カルボナーラスパゲッティ」1,298円。たっぷりのベーコンとクリームを使用し、本場の味を日本人好みにアレンジ

80年続く八百屋が営むイタリアンレストラン。店で使う野菜は西洋野菜を中心に30種類以上。一番人気の温野菜サラダは、食べたことのない珍しい野菜の味と食感が楽しめます。また、ボリウムあるパスタも人気で、カルボナーラはイタリア本場の味バージョンも隠れメニユーで存在します。海外に店を持つことが目標のオーナー。達成される前に食べに行かなくちゃ!

Recycled material born from clay roof tiles

Tecora 瓦チップ材 テコラ

(株) マルエイで販売いたしております
福島県「うつくしま、エコ・リサイクル製品」(公財)日本環境協会「エコマーク商品」

消臭効果 炭と同じ多孔質なので、カビの臭いを吸着します。また、汗やアンモニアについて吸着効果が見られます。気になるベットの尿などの処理にも最適です。	透水性 透水性があり、水たまりをつくりません。庭のぬかるみ対策や水田の排水施設のパイプ周囲に敷くフィルター材として利用できます。	床下の調湿材 瓦は多孔質なので、湿気が多いときは吸収し、乾燥時には放出します。	ヒートアイランド抑制 瓦自体の空気層(多孔質)で、アスファルトなどと比べると表面温度を低く抑えることができます。	防犯効果 踏むと音が出ることから、防犯効果にもつながります。	道路の下層路盤材 福島県ハイテクプラザの研究により、道路舗装の際に使用する路盤材として利用できます。
---	---	--	---	-----------------------------------	---

スタッフ募集!! 瓦の職人さん募集 [正社員] 若干名 年齢・学歴不問
1400年の歴史を誇る瓦文化。それを支える職人さんが全国的に不足しています。あなたも歴史を守る一員になってみませんか?
■応募/電話連絡の上、履歴書をご送付ください。折り返し、面接日をご連絡致します。

■総合屋根工事(瓦・セメント・板金・石綿スレート) ■屋根資材総合販売 ■瓦のリサイクル
■システム足場(組立・解体)リース ■太陽光発電システム施工 ■雨樋施工

www.marueiroof.com

創業1934年(昭和9年)

SAFETY FIRST
RS
ROOF & SCAFFOLDS
MARUEI

株式会社 マルエイ

いわき市泉町本谷字35
【0246】58-4565

いわき准看護学校 REPORT
So Happy Days

vol.
19



誓灯式

いわき准看護学校
1年 Mさん

現在いわき准看護学校に通っている学生さんに生の声でレポートしてもらいます。

令和5年11月26日、いわきワシントンホテル椿山荘において誓灯式を行いました。コロナ禍以降、式典は縮小していましたが、4年ぶりに来賓や家族を招いての盛大な式典になりました。

私たちは誓灯式へ向けての準備にたくさんの時間をかけ、一人ひとりが看護への思いをメッセージに残したり、クラスのみんで式典の練習をしたりと、協力しながらの日々でした。入学して8ヵ月以上が経ち、多くの学校行事をクラス一丸となり行ってきましたが、今回の誓灯式は、私たちの励みになる心に残る良いものになったと思いました。式の終了後には、今までよりも団結力を深めることができ、また達成感を感じとることができました。

私たちは来年の1月9日から臨地実習が始まります。困った時や悩んだ時は、まず自分自身でよく考えることを大切にしていきたいです。そして、みんなで協力し、励まし合いながら、この臨地実習の期間を乗り越えたいと思います。私たちが思い描く准看護師になれるように、この誓灯式で誓ったことを胸に成長できるように努力していきます。



いわきワシントンホテル椿山荘で行われた誓灯式

あなたもナースのお仕事を目指してみませんか？
詳しくはホームページをご覧ください！
一般社団法人いわき市医師会附属 いわき准看護学校



What's community shokudo?
いわき市内コミュニティ食堂をご紹介

いわき市内にはたくさんのコミュニティ食堂(子ども食堂)があることを知っていますか？主に民間団体や地域住民が主体となり、子どもたちへ安価または無料で食事を提供するコミュニティの場です。単に「子どもたちへの食事提供の場」としてだけではなく、貧困に苦しんでいる子どもたちへの栄養支援、共働き家庭の子どもたちへの放課後の居場所の提供や学習支援の場として活用されています。さらには高齢者や障がいをお持ちの方を含む地域の人々とのコミュニケーションの場としての役割を担っている場所もあります。

コミュニティ食堂(NPO法人 共創のまちサポート)
場所: 平第14区公民館
子ども食堂 ほっと
場所: 訪問介護ステーションそら内
Hiraku(一般社団法人Teco)
場所: 下平窪公民館

Fカフェ子ども食堂(認定NPO法人 いわきフスポーツクラブ)
場所: 古民家蕎麦カフェカフェ
あえる食堂(はまどおり大学)
場所: 特定の会場がなくイベント開催
Kids space YUME(ボランティアサークルぴーる)
場所: 悠々の里訪問介護ステーション内

ほかの地域も多数あります。詳しくはいわき市HPでご確認ください。

※市で把握し掲載を希望した団体であり、市内すべてのコミュニティ食堂などを反映したものではありませんので、ご注意ください。

子ども食堂「行ってみたい・利用したい方」「応援したい方」「これから始めたい方」どんなことでも、お尋ねください。見学・試食も受け付けています。

☎090-6251-5814 事務局・増子(共創のまちサポート)
☎090-5844-9779(子ども食堂ネットワーク推進員)
☎0246-38-9120
いわき子ども食堂ネットワーク代表・菅波(はまどおり大学)

いわき市
WEBサイト



いわき子ども食堂
詳細はこちら



健康クリニック

vol.
178



中野内科クリニック院長

医学博士 中野 庄内 先生

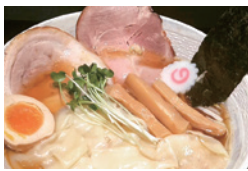
パーキンソン病における
睡眠障害について

パーキンソン病には加齢も加わり臨床的には75%に何らかの睡眠障害が見られ、入眠困難、頻回の中途覚醒、睡眠-覚醒周期の乱れ、日中の過度の眠気などがある。さらに、近年処方されるようになったパーキンソン病治療薬であるドパミンアゴニストを服用中のパーキンソン病患者が運転中に発作的に眠りに陥り、交通事故を起こしたという衝撃的報告があり、これは何の前触れもなく睡眠に陥ったことにより「睡眠発作」と名付けられ、米国の神経専門雑誌に掲載され全世界から注目を浴びた。

パーキンソン病における睡眠障害、特に日中過眠の背景因子としては、睡眠-覚醒機能障害、抑うつ状態、夜間頻尿、パーキンソン病治療薬、向精神薬、加齢、認知機能障害、不安障害、運動障害など様々な要素と、むずむず脚症候群、睡眠時無呼吸症候群、レム睡眠行動異常などいろいろな事柄が関連している。

パーキンソン病治療に伴う過眠や睡眠発作についてはドパミンアゴニストなどの薬剤減量も考慮されるが、減量による運動機能悪化などもあり患者の利益を考慮し調整すべきである。

夜間不眠は非運動症状中でも頻度が高く約60%に認められ、エスゾピクロン・メラトニンなどの睡眠薬や光線療法・認知行動療法など効果は十分とはいえないが考慮しても良いとされる。ただ、睡眠薬の使用に関しては長期使用についての効果や安全性について十分考慮すべきであるとされている。



鶏ガラベースの「ワンタン麺」990円。サイドメニューも多彩に用意



ショコラバスクチーズケーキ500円。レアチーズケーキ各種500円



鶏淡麗系醤油のスープにちぢれ麺がからむ、王道のラーメンを提供。ゆったりと食事を楽しんで欲しいと、ミニシランビブグルマンを4年連続獲得した多田シェフ

フ監修のチーズケーキをサイドオーダーできます。ラーメン注文の方は、4種のチーズケーキが100円引き、17時以降は半額に！ドリンクバーは150円

麺屋まるたけ

常磐関船町77-1
☎070-1142-2446
☎11:00~21:00
※毎週火曜日、金曜日のみ15:00~17:00の間休み
⑧80台

OPEN

ゆったりと食事ができる
新スタイルのラーメン店



「本日のお味噌汁」350円、この日の具材は油揚げ、豆腐、ほうれん草



木の外観が目印。田町・白銀近辺は電話予約で出前も対応



忘新年会で疲れた胃腸に嬉しい味噌汁。専門店が12月にオープン。具材ごとに使い分ける味噌は山田屋醸造のもの。日替わりの「本日のお味噌汁」や、肉と野菜がたっぷり

入った「豚汁」550円が人気。合わせていただく大葉香るごま味噌焼きおにぎり330円もオススメです。深夜まで営業しているので飲んだ後の締めにも最適！

お味噌汁専門店 みそつかさん

平字田町51-7
☎090-8198-2870
☎10:00~14:00
19:00~24:00
※毎週水曜日、日曜日夜の部(日曜日は昼のみ営業)

OPEN

吟味した素材を使い
丁寧に作る至福の味噌汁



リーズナブルな料金の施術。メニューは今後も増える予定



いわき鹿島郵便局と同じビルにオープン。特別感のある個室で体と心がほぐされる

12月にオープンした整体・リラクゼーションルーム。メニューはボディ、足つぼ、ドライヘッドなど。の料金は1,700円。新たにハンドやフェイスマッサージ

も加わります。スタッフは元極楽湯健美館にいたベテラン揃い。肩甲骨ほぐし、ダイエットアドバイスなど、それぞれ特技があるので予約時に相談してみてください。

OPEN

経験豊富なスタッフの手技
ホッとできる時間を堪能

りもら

鹿島町走熊字小神山63-1
ビジネスセンタービル1階
☎090-2058-5515
☎10:00~22:00
※1/1のみ
※支払い現金のみ対応



読者通信

1月号のプレゼントに応募した方の中から、コメントを掲載しています。
たくさんのご投稿ありがとうございました

ネットに無い朝日サリーの良さ

- 紙面はいい！一度に情報が目に入り、気になる記事は切り取ってバッグへ。昭和生まれはアナログなんです。(平 Tさん 68歳)
- 紙面が大きくて、こちら側に訴えてくる迫力が違うところ。(中央台 Kさん 63歳)
- 地元の情報を何度も読み返せるので忘れない。ネットは探してない情報も出てきて面倒。(平 Tさん 48歳)
- 開けばすぐに見られて、ゆっくり読むことが出来る。(小名浜 Tさん 60歳)
- 紙でこそ！ワクワク感が全然違います。毎回、エプリアでGETするのが楽しみです。(好間町 Tさん 73歳)
- どこから読もうか…と、迷うのも楽しい！(中央台 Sさん 67歳)
- ネットは自分が欲しい情報しか入ってこない。紙面はさまざまな情報があり、新たな発見が出て良い。(常磐 Uさん 44歳)
- 行ってみたい店を見つけたとき、切り抜いてノートに貼って残せる。(植田町 Sさん 60歳)
- 写真の色がきれいなので本物に近い状態でみられること。(好間町 Sさん 60歳)
- 高齢者に付きペーパーレスは苦手、折込みを楽しみにしています。(好間町 Tさん 73歳)

1月号の感想

- 「わたしを語る」でアリオスの歴史を知ることができて愛着が増しました。(湘南台 Sさん 59歳)
- アリオスが15周年！震災やコロナを乗り越え、全国に誇れるホールが素晴らしいです。(中央台 Sさん 67歳)
- 「わたしを語る」を読み、なかなか行けなかったアリオスのイベントに積極的に行ってみようかなと思う。(桜が丘 Hさん 68歳)
- 「年末年始に楽しくお食事会」たくさんのお店情報、最高です。友人と年内に行ってきます。(常磐 Sさん 55歳)
- 「年末年始に楽しくお食事会」を読んで、コロナも落ち着いてきたので4年ぶりにママ友会をしたいと思いました。(好間町 Iさん 56歳)
- 「冬の逸品」平のソウルフード「じゃんがら」にミニがあることを知り、ぜひ買いたいと思った。(平 Oさん 61歳)
- 「おさんぽいわき」を眺めて、インフルエンザが落ち着いたなら、街に繰り出そうかなと思いました。(平 Sさん 63歳)
- 「現代人に危険信号！」ストレスクリニック松崎先生のコラムを興味深く読みました。(常磐 Oさん 73歳)

我が家の秘密を発表します！

- 実は保護猫8匹飼っています！なぜか知人には5匹とサバよんです。(平 Kさん 42歳)
- 夫婦二人暮らしのわが家では、トイレを流す回数を2回に一度程度に節水しています。ただし、来客のことを考え、家族だけ使用の2階のトイレに限定です。階段の上り下りで運動にもなっています。(中央台 Sさん 67歳)
- なんだかんでエングレ係数がめちゃくちゃ高いです。なので家族みんな歳と共にデブっています。(常磐 Sさん 55歳)
- 我が家のインテリアはほとんどリサイクル製品でまなっています。欲しい物を見つけた時は感動です。(小名浜 Kさん 67歳)
- 毎週土曜日、我が家は唯一肝臓が活躍する吸酒日です。(平 Sさん 69歳)
- 来年で家の借金が終わります。(中央台 Mさん 75歳)
- 週末は必ず鍋料理になります。(内郷 Sさん 62歳)
- うちの9歳のキジトラ猫は、太り過ぎてお腹の形がツチノコのようになっています。(平 Sさん 63歳)
- 駐車場が地域猫たちの運動場になっています。(内郷 Nさん 73歳)



INTERNAL MEDICINE
NAKANO CLINIC

■診療科目
内科・神経内科・消化器科・呼吸器科・循環器科

中野内科クリニック

院長：中野庄内



■診療時間
月・火・木・金
(午前8:30~12:30)
(午後2:00~6:00)
水(午前8:30~12:00)
土(午前8:30~12:30)
日・祝日 休診

TEL.0246-22-7200

健康MEMO

こころとからだの診察室

今月の先生



なかにし内科クリニック
院長 中西 文雄先生

好酸球性多発血管炎性肉芽腫症(EGPA)ってどんな病気ですか？

以前、アレルギー性肉芽腫性血管炎あるいはチャーグ・ストラウス症候群と呼ばれた血管炎症候群で、2012年に現在の名称に変更となった疾病です。

気管支喘息やアレルギー性鼻炎を伴う好酸球性副鼻腔炎があり、血中好酸球増多と血管炎が生じて発熱、体重減少、末梢神経炎によるしびれ、筋肉痛や関節痛、皮膚の出血斑、

消化管の潰瘍、脳血管障害や心筋障害などさまざまな症状を呈する疾患で、やや女性に多く30〜60歳に好発しますが、年間の新規患者数は約100名で然程頻繁に遭遇する疾患ではありません。

診断はそれほど困難ではなく、血中好酸球増加以外に好酸球性組織障害因子の上昇やANCA高値、抗好中球細胞質抗体(ANCA)の亜型に対する抗体(WPO-ANCA)が約半数に認められます。従って、①気管支喘息やアレルギー性鼻炎があり、②血中の好酸球増加、③血管炎症状を認め、これに病理組織所見が加わると確実となります。さらに、血沈亢進、血小板数増加、ANCA高値、血清WPO-ANCA(ANCA)陽性などが重要な所見となります。

治療はステロイドと薬で加療しますが、重症者にはステロイドパルス療法や免疫抑制剤の併用も行います。約90%は半年以内で良くなっていますが、寛解・増悪を繰り返す場合があり、このうち重症症例が10%ほどいて後遺症を残すか死に至る場合もあります。

本疾患は指定難病で、EGPAの重症度3以上であり、1.臨床症状、検査所見などに関して、いずれの時期を用いてもよい。2.治療開始後における重症度分類については6カ月間で最も悪い状態を医師が判断。3.なお、症状の程度が重症度分類で一定以上に該当しない者でも高額な医療を継続することが必要なもの。これらの項目に該当する患者は医療費助成の対象となります。

なかにし内科クリニック

平白白土字宮前58-1 ☎0246-21-8181

■診療科目／内科、呼吸器科、消化器科、リウマチ科、放射線科
■診療時間／8:30〜12:30、14:00〜18:00
(土曜日/8:30〜14:00)

■休診日／木曜日、日曜・祝日



ASAだより 138

朝日新聞読者と、朝日サービスアンカー(ASA)をつなぐコーナー

ASAはいわきのお店や人を応援します!!

無邪気に遊んで盛り上げられる店

2022年8月、コロナ禍に店をオープンした木村拓也さん。「明日何があるかわからないけど、今、この時を全力で楽しんでもらいたい」そんな居場所にしたいと店名を「冒険者ギルドALL IN」にしたそうです。ランチは木村さんのお母さんが担当し、食事にデザートが付いたセットが好評です。夜はバー営業となり、いろいろなボードゲームがあって、お客様同士で時間を忘れて盛り上がっています。さらに土・日曜日の13:00〜15:00は「メンズ小顔エステ」を実施。パフェと飲み物付きで4,500円(ご来店時のみ予約可)。



ランチの人気No.1は「オムライスビーフシチューかけ」1,200円。ポテトサラダ、わかめスープ、コーヒー、コーヒゼリーまたはキャラメルプリン付き



木村 拓也さん
吞んで楽しく、笑って楽しく、お酒も多彩に用意しています。ランチではBARの雰囲気でお食事ができます。お一人様でも気軽に来店ください。

冒険者ギルドALL IN

平白白銀町6-4 スタイルリッシュハウス3番館2階

☎080-1656-9055

◎昼11:30〜14:30(土・日曜日は完全予約)

夜20:00〜24:00(延長あり)

◎毎週水曜日、夜毎週木曜日



あなたの街の朝日サービスアンカー

●ASA勿来 ☎0246-64-7752
●ASA植田 ☎0246-63-0810
●ASA小名浜・いわきNT ☎0246-92-3085
●ASA湯本・泉 ☎0246-43-4002

●ASA平中央 ☎0246-22-2682
●ASA平東部・四倉 ☎0246-34-4352
●ASA好間 ☎0246-36-2383

医療系職業に従事する同級生7人のリレーコラム

vol.238



江尻 豊さん
福島労災病院

還暦を迎えた卯年に思いを馳せながら、新春の年賀状をしたためています。日本最古の年賀状は平安時代の文例集(庭訓往来)の「春の始めの御悦び、貴方に向かつてまず祝い申し候」と言われています(漢学者・藤原明衡)。また、その由来は正月1日から15日まで、年始に、主君、父母、親戚やお世話になった人への挨拶回りの慣習が、年賀状に

年賀状

変わってきたとされています。

さて、2024年は辰年です。辰は十二支の中では唯一の架空の生き物である龍を意味しています。龍は水を司る神として祀られており、「龍が現れるとめでたいことが起こる」と伝えられてきました。神社などの手水舎で龍が口から水を吐きしているのは、まさに水神ならでは。ところで「龍」か「竜」？現在では「龍」は人名用漢字、「竜」は常用漢字となっているようです。

過去、辰年にはこんなことがあった！先ずは1988年、世界最長53.85kmの青函トンネルが開通しました。工事期間は約24年に

及び、のべ1,400万人を超える作業員による大事業でした。

そして2000年、シドニー五輪が開催されました。女子として史上初の金メダルを獲得したマラソンの高橋尚子選手や柔道の田村亮子選手などが大活躍しました。

直近の2012年、山中伸弥先生がノーベル生理学・医学賞を受賞しました。多能性幹細胞(iPS細胞)の発見は、再生医療の分野で画期的な成果が期待されています。このように辰年は努力した成果が実を結び、繁栄や変革が起きる年と言えます。

昔から大切な人と交わされてきた年賀状。そこには人とのつながりを大切に、相手を思いやる日本人の心が現れています。年賀はが

きは1949年に発売が開始されました。発行枚数は2003年の44億6千万枚(1人当たり35枚)を最高に徐々に減少し、2023年は14億4千万枚(1人当たり12枚)となっています。これもまた時の流れ、新年の挨拶、これからの変革を想像するのを楽しみですね。

さて、年賀はがきの楽しみと言えば、お年玉。これは1950年に始まり、当時の特賞はミシンでした。2024年の1等賞は現金30万円！(当選確率は100万本に1本、先ずは3等賞の切手シート(同1000本に2本)に新春の運を託したいところです。抽選日は辰年1月17日(水)です。

皆様にとって、ご健康で幸多き一年となりますようお祈り申し上げ、辰年の初稿とさせていただきます。



Haruo Katayose
(かたよせクリニック)



Yukihito Nemoto
(ネト内科クリニック)



Michiya Saito
(みちや内科・腎臓科)



Keiichiro Nagase
(長瀬内科・腎臓科)



Masahiro Yano
(村岡産婦人科)



Masayoshi Akatsu
(アイル薬局)

ふくしま探訪記

朝日新聞福島総局長 歌野清一郎

第8回

横断歩道で車、止めていますか？

信号機のない横断歩道で、どれくらいの車が一時停止するか、日本自動車連盟(JAF)が毎年、実施している全国調査で、福島県は2023年、60.8%と全国で10位の好結果でした。5年前はわずか3.5%で、横断歩道で9割以上の車が止まりませんでした。なぜ急激に上昇したのでしょうか。

代から学校の整備が早く、知識や技能だけでなく、心や人格を育てる「全人教育」が浸透し、挨拶と清掃が特に重んじられています。子どもの頃、横断歩道で車に止まってもらった子どもたちが大人になると自然に横断歩道で止まる好循環があるといわれています。

福島県警は2018年の3.5%という数字に、これは何とかなしいといけなと、取り締まりを強化し、啓発キャンペーンを始めました。道路交通法では、車やバイクの運転手に、横断歩道を渡るうとしている歩行者がいいたら、一時停止し、道を譲るよう定めています。止まらなかったら、反則金として、原付バイクは6千円、普通車は9千円、基礎点数も2点減点の行政処分の対象になります。道交法の横断歩行者妨害容疑での摘発件数は18年の1,148件から、19年は4,060件、20年は5,346件と急増し、徹底して取り締まりました。横断歩道での車の一時停止は「マナー」ではなく、「ルール」だとテレビCMでも訴え、一気に浸透を図りました。

なぜ、横断歩道で車が止まるべきなのでしょう。2018年から5年間で、全国の車の事故で亡くなった歩行者4,678人のうち7割は道路横断中に亡くなっています。横断歩道上で亡くなった人も1,145人います。福島の人たちは奥ゆかしく、歩行者の方が遠慮して、車に先に行って促すこともあるようですが、実際、横断歩道上の事故は減ってきています。もうひと踏ん張りして、「ルール」として定着するといですね。

JAFは47都道府県の信号機のない横断歩道2箇所を選んで歩行者がいた場合に、車が一時停止するか、通り過ぎるか、毎年調べています。1位は長野の84.4%、2位は石川の76.4%、3位は栃木の74.8%、最も低いのは新潟23.2%、佐賀26.2%、大阪と福井26.7%の順です。

この調査、不動の1位は長野県で、県民性が大きく影響しているといわれています。教育県として知られる長野県は明治時

今年のお正月は懐かしい顔ぶれに会えた。成人式のため子の同級生が帰ってきたから。大人になった姿に小さい頃の面影を感じつつ少し寂しい気持ちにも…。一変、我が家では前日からのドタバタ劇で感傷に浸る間もなく当日を迎え慌ただしく見送った。若人に幸あれ!!(く)

2015年に七尾や輪島を訪れた。情緒ある古い街並みが火の海に包まれ、知り合いとも連絡が取れず、悲しみと不安でいっぱいになった。3.11を経験している福島に住む私たちにとって能登半島地震は決して他人事ではない。復興に向けて、今できる支援をしていきたい。(そ)

お正月は箱根駅伝を楽しみにしている。できるなら誰にも邪魔されずテレビを見ていたいと思っているが、実家に行くと給食のおばさんの存在になってしまう。還暦になったら、毎年1区間ずつ10年かけて沿道での応援を試みようかと小さな目標を掲げてみた。(る)

前澤友作氏の宇宙旅行に密着したドキュメンタリー映画「僕が宇宙に行った理由」が素晴らしい。決して生半可な気持ちや道楽ではなく厳しい訓練を真剣に、そして常に笑顔で取り組む姿に周囲の人を魅了する力を感じた。まじっさいわきで上映中。今おすすめの本。(だ)

内科/消化器科/呼吸器科/循環器科/小児科

chuodai endo clinic

中央台遠藤内科クリニック

院長 遠藤 到

日本内科学会認定 内科専門医
日本消化器病学会認定 消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医

診療時間 月火水木金土 休診日
9:00~12:30 予診 水曜日(予約検査)
14:30~18:30 日・祝日
(土曜日は16:00まで)

いわき駅 GS マルト 中央台北小 MEGADON・キホーテ 中央台東小 中央台南小 中央台南中 小名浜 中央台高2丁目22-1 FAX 46-2577

0246-46-2566

●呼吸器疾患のご相談承ります●

なかにし内科クリニック

院長 中西文雄

内科 呼吸器科 消化器科 リウマチ科
放射線科 人間ドック 各種検診

診療時間 月火水金 土
午前8:00~午後0:30 午前8:00~午後1:00
午後2:00~午後5:00

●休診日 木曜・日曜・祝祭日

いわき市平北白土宮前58-1 0246-21-8181

内科/消化器科/循環器科/小児科

志賀内科クリニック

院長 志賀 伯弘

糖尿病専門医

糖尿病・生活習慣病などでお悩みの方はご相談ください

診療時間 午前 8:30~13:00 午後 14:30~18:00 (土曜日は17:00まで)

休診日 水曜日、日曜日、祝日

いわき市平字五丁目17-10 0246-24-3085

M MICHIIYA CLINIC 医療法人道済会

みちや内科・胃腸科

院長 齊藤道也

消化器病専門医・消化器内視鏡専門医
日本ヘリコバクター学会 ヒロリ菌感染症認定医
日本禁煙学会認定専門指導医

診療科目 内科・消化器科・循環器科・呼吸器科

診療時間 月火水木金土日祝
午前 8:30~12:30 (受付8:00~11:30) 〇 〇 〇 〇 〇 〇
午後 14:30~18:00 (受付14:00~17:30) 〇 〇 〇 〇 〇 〇

いわき市小名浜住吉字道下33 0246-58-4180(ヨイハラ) https://michiya-clinic.com

LINE 公式HP

保険調剤・在宅医療を

バックアップ!

薬や在宅介護 何でもご相談下さい

TARO PHARMACY

介護職員募集中! 詳細はお問合せ下さい

薬局タロファーマシー

いわき市平谷川瀬一丁目17-6 0246-25-3600 Fax0246-25-3655

医療法人 内科・胃腸科・循環器科・呼吸器科

長瀬内科胃腸科

理事長 長瀬克慶 院長 長瀬慶一郎 副院長 長瀬紀子
消化器病専門医・消化器内視鏡専門医

受付は30分前

診療時間 月火水木金土
午前 8:00~12:00 〇 〇 〇 〇 〇 〇
午後 1:30~ 5:30 〇 〇 〇 〇 〇 〇

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝祭日

胃・大腸内視鏡検査、人間ドック、禁煙外来を行っています。〈電話予約承ります〉
四倉町上仁井田字北姥田6-1(6号国道沿い) 0246-32-3125

ネモト内科クリニック

内科・消化器内科・糖尿病内科・内視鏡内科

院長 根本 行仁(消化器病専門医)

診療時間 月~金 9:00~12:30/14:00~18:00 土 9:00~12:30

休診日 水曜日、日曜日、祝日

糖尿病・高脂血症等の相談承ります
内視鏡検査随時受け付けます

〒970-8026 いわき市平字新田前1-16 0246-25-0663

イオンいわき店並び

産婦人科一般・不妊症・婦人科検診

母体保護法指定設備

かたよせウイメンズクリニック

旧・かたよせクリニック産科・婦人科

〒972-8316 福島県いわき市常磐西郷町金山70-1 0246-42-4135 http://katayose-clinic.com

診療時間 月・火・木・金 午前9:00~12:00 午後3:00~6:00 土 午前9:00~13:00

休診日 水曜日・土曜日午後・日曜日・祝日

至福本町 至福本駅前 至福本駅前 至福本駅前 至福本駅前 至福本駅前 至福本駅前 至福本駅前 至福本駅前 至福本駅前

1/14~2/14の休日当番医 (作成:1/9現在)

小林胃腸科・肛門科医院(小名浜) 053-4466
14(日) 櫛田病院(植田) 063-3202
いわき湯本病院(常磐) 042-3188
21(日) 山口医院(平) 024-1811
中山クリニック(小名浜) 073-1112
呉羽総合病院(錦) 063-2181
吉成内科(常磐) 042-2220
28(日) くさのクリニック(泉) 056-1060
こうじま慈愛病院(錦) 063-5141
渡辺産科婦人科(常磐) 042-4567
2/4(日) 山口医院(平) 024-1811
かしま病院(鹿島) 058-8010
呉羽総合病院(錦) 063-2181
常磐腎臓泌尿器科(常磐) 043-1200
11(日) 中村病院(小名浜) 053-3141
櫛田病院(植田) 063-3202
いわき湯本病院(常磐) 042-3188
須田医院(小島) 027-6060
12(月) 磐城中央病院(小名浜) 053-3511
森のこどもクリニック(植田) 038-7227
常磐病院(常磐) 081-5522
須田医院(小島) 027-6060

見城整形外科クリニック

院長 見城 知巳

整形外科、リハビリテーション科、リウマチ科

診療時間 午前 8:30~12:00 午後 14:30~18:00

休診日 木曜・日曜・祝日

中央台飯野3の33の4(いわきニュータウン・MEGADONキホーテ向かい) tel.0246-28-3985

スポーツ外傷・障害でお困りの方、ご相談下さい

TANEDA CLINIC 医療法人

たねだ内科クリニック

院長 種田 嘉信

糖尿病専門医 総合内科専門医

診療科目 糖尿病内科・内科

福島県いわき市内郷御殿町3丁目82-2 0246-45-3303 https://www.tanedaclinic.jp/

診療時間 月・火・水・金 午前 9:00~12:30 午後 2:30~6:00 木・土 午前 9:00~12:30 休診日 木・土曜午後 日・祝日

糖尿病に関心のある看護師を募集しております

アイル薬局

薬剤師 赤津雅美・梅津健一

住吉店 平店

開業時間 8:30~18:00 9:00~18:00 (土曜日のみ13:00まで)

小名浜住吉字冠木1-2-101 FAX.0246-76-0899 TEL. 0246-76-0898 休局日/第1・3・5木曜日、日・祝日

平字月見町13-1 FAX.0246-84-8864 TEL. 0246-21-1060 休局日/日・祝日

各クリニック、医院、病院 どちらの処方箋も受け付けています

薬剤師募集中! パート可 詳細はお問い合わせください

いわきFC応援! WALK TO THE DREAM

2023クラブカンファレンス

12月15日にいわきPITで開催された「2023クラブカンファレンス」には約130名のサポーターが参加。はじめに大倉社長が今季を細かく分析したデータをもとに来季への展望を発表。またスタジアム観戦について課題を詳細に説明されました。その後の質疑応答ではサポーターから多くの質問を受け丁寧に応えていました。いわきFCは2月に2024明治安田J2リーグの開幕戦が、アウェイで水戸ホーリーホックとの対戦に決定。詳細は1月23日に発表です。

新スタジアムの進捗について

いわきFCでは「新スタジアム検討委員会」を立ち上げ、コンセプト機能を制定する分科会、10代から20代前半の若い世代の想いを吸い上げる「ユースプロジェクト」を複数回行ってきました。また毎ホーム試合ごとに、来場者にアンケートを行ったスタジアムボイスでは1,000以上の意見が集まり、グラフィックレポートを作成し発信しています。

お問い合わせ/株式会社いわきスポーツクラブ TEL.0246-72-2511

HP X instagram

心と身体に効く鍼灸

“やりたいことができる身体”で自分らしい人生を一人ひとりに合った自宅でのセルフケアもお手伝い!

ライトボディ 4,400円/回 目撃疲労改善コース 育毛、便秘、尿もれコース 睡眠の質改善コース 疲労回復コース 身体のこり改善コース

ミディアムボディ 6,600円/回 メンタルケアコース 自律神経調整コース 身体の痛み改善コース 美容鍼コース 体質改善コース

フルボディ 9,900円/回 全身調整コース 麗しの美容鍼コース

はり灸ソムリエ 小名浜辰日町31-3 BOX4号2階 営業時間 9:00~20:00 土・日曜日9:00~15:00 定休日 火・木曜日、第3日曜日 完全予約制 070-4432-6636

自律神経を整え、身体の不調をケアする鍼灸治療院です。社会人時代にさまざまな不調を抱えた経験から、自分らしい人生には心と身体が土台となることを知りました。鍼灸施術と合わせて、ヨガインストラクターの目線からセルフケアのご提案もさせていただきます。

鍼灸師 sommelière まい

近赤外線 スーパーライザーを導入しました 自律神経を整え、自然治癒力を引き出します

ネット予約はこちら