

100周年

店内アウトレットコーナー開設!!

ネットでもセール同時開催中

4/30まで

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



yo おはぎと癒しごはん

ランチメニューは日替わりの「癒しごはん」1,200円。この日はチキンピカタ。フレッシュトマトのソースでいただきます



「いちごのおはぎ」350円、「華おはぎ」各300円。かわいらしいおはぎは数に限りがあるので、早めに来店を

花で埋め尽くされた壁や小部屋のような席がある、アットな雰囲気漂うカフェ。ランチタイムの「癒しごはん」は、せいろ蒸しの白米と温野菜がセットに。14時以降はパスタやカレーが登場します。自家製あんこのおはぎはシンプルなものやアンフロワーがのった華おはぎなどもある人気メニュー。オーナー1人での対応なので、混雑時は時間に余裕を持った来店がおすすめです。



そら Cafe&Dining

チーズインのケチャップライスは火星の大地、そこに立ち入るソーセージの火星人。「火星オムライス」1,100円



デザートは太陽系の惑星をイメージ。左:「水星オレオチョコチップマフィン」440円、右:「天王星クリームソーダ」495円

星空準案内人の資格を持つオーナーが創る、天体モチーフのカフェ・レストラン。夜はプラネタリウムのような星空の下で西洋創作料理や惑星をイメージしたカフェメニューが楽しめます。人気は本格メキシカン。スパイシーなトマトソースのエンチャダが1,100円。ランチにも登場。ロマンティックな星空を眺めながらの食事、記念日にも利用したい特別な空間です。



soza Cafe&Dining

平谷川瀬3-25-3 山野辺ビル2階
 ☎0246-38-6697 / ☎11:00~14:30 (LO14:00)、17:30~21:00 (LO20:30) / 休毎週火・水曜日 / ①13台※店舗裏

yo おはぎと癒しごはん

平谷川瀬3-11-8 永山ハイ3号室
 ☎080-5730-7284 / ☎10:00~20:00 (LO19:00) / 休不定休

フラワーショップa noeud

平南白土1-16-12 / ☎0246-23-1620 / ☎9:30~18:00 / 休毎週火曜日 / ①9台



フラワーショップ a noeud (アノエウ)

予算5,000円のアレンジメント。百合咲のチューリップ、ポンポン咲のガーベラ、オンシジウム、スターチスなどを使用



フリンジ咲のチューリップ、スプレー咲のストック、ガーベラ、サイトピー、ユーカリの花束。こちらは予算3,000円でオーダー

花と食事が楽しめる「a noeud」。フラワーショップでは珍しい花や植物を揃えています。イメージを伝えれば希望の雰囲気を作ってもらえるフラワーアレンジに大満足。隣接するカフェでは、自宅ですぐに飾れるような植物を展示しています。気に入ったものは購入可。また、興味のあるテーマの時だけ参加ができる、フラワーアレンジメント教室も開催。電話で事前予約を。

おさんぽいわき

平谷川瀬・南白土

INDEX

- おさんぽいわき
 - 平谷川瀬・南白土……P1
- 医療コラム ……P2
 - タウン形成外科クリニック
 - ストレスクリニック
 - いわき准看護学校REPORT So Happy Days
 - オープン情報
 - I Love Pet
- コラム&まちの情報 …P3
 - 日々思フ、コト。
 - 健康MEMO
 - 健活コラム
 - 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

今日も元気にやってみよう!!

寒い日が続いたけどみなさん頑張りました

一步一步 落ち着いて…

しっかりサポートしてくれるから安心よ

みなさん 今日もよくできました

よし! 1回

あいあい

楽しい雰囲気を作り見学にいってください!

デイサービスセンター シェアハウス

郷ヶ丘2丁目55-3 ☎0246-46-0633

中央台飯野5丁目1-4 ☎0246-29-1696

何をしても痩せない! 体重増加でお困りの方!! 『胆汁酸・漢方ダイエット』がオススメ!

めざせ!! -5kg減!!

50代女性が胆汁酸・漢方ダイエットチャレンジ中!!

Dr.クロワッサンに「胆汁酸ダイエット」が掲載されました!

～運動や食事制限不要、リバウンド無し!!～

なぜ、これまでのダイエットで一瞬やせても、維持できずリバウンドしてしまったのでしょうか? それは「ヤセ体質」の肝である胆汁酸が古いままだからなのです。慶應義塾大学医学部 環境情報学部の渡辺光博教授が、胆汁酸の重要な役割について研究成果を出され、論文を発表。ほかにも雑誌「Dr.クロワッサン」の特集を監修したり、NHKにもご出演されたり、胆汁酸に注目が集まっています。

渡辺教授は、研究結果より——「代謝を落とす古い胆汁酸を追い出す」「新しい胆汁酸は脂肪をどんどん増やす」「燃やす細胞を刺激してエネルギーを使う」と主張されています(Dr.クロワッサンより)。

漢方ダイエット 体験者の口コミはコチラをご覧ください!!

身長166cm

69.1kg → 64.1kg

2ヵ月後の目標体重

3/2 体重 69.1kg

3/14 68.1kg

4/1 67.2kg

1ヵ月で 約2kg減!!

ダイエットモニター K子さん

食べるのが大好きで外食の機会も多く、20kgぐらい太ってしまい、いろいろなダイエットを試しましたが続きが…。足も悪いので、運動はできません。胆汁酸ダイエットは漢方薬とサプリを飲むだけで運動や食事制限も無し。食欲も抑えられるのでドカ食いも無くなりました。体も軽くなり、目標体重になっても続けようと思います。

スリムで健康的に痩せたいというK子さんには「胆汁酸ダイエット」がピッタリ! 目標に向けて一緒に頑張りましょう!

いわき漢方堂店主 渡邊 幹二

予約電話番号 0246-22-1661

いわき市平野町33-1 [平日]9:00~19:00 定休日/日曜・祝日

いわき看護学校 REPORT

So Happy Days

vol. 22



卒業式を終えて

いわき看護学校 1年生 Mさん

現在いわき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。

厳かな雰囲気の中で、卒業式が行われた3月3日。天気も良く、達成感にあふれた2年生の姿がそこにはありません。一まわりも二まわりも成長した、その姿はとても立派に感じ、私の目の裏に焼きついて今でも忘れることができません。卒業式が始まるとより一層厳かな雰囲気になり、会場内は緊張感に包まれ、ライトが卒業生を照らしていました。学校長のはなむけの言葉は「あなたたちは1人ではない、ここに来るまでに様々な方たちに支えられてここに立っている」と贈り、1学年の私たちも入学式の際にいただいた言葉でした。再度、お話を伺うと本当にそうだなと思えました。卒業生、一人ひとりの胸に響いていたのではないかと思います。卒業生答辞では、代表者が2年間の思い出を語り出すと、卒業生の席や保護者席からは、すすり泣く様子があり感動致しました。「2年間、お疲れ様でした」という気持ちと、「ご卒業おめでとうございます」というお祝いの言葉をお伝えしたいです。私も来年、あの場所に立てられるように今後の実習や授業に日々努力を惜みず、邁進していこうと感じました。



令和5年度 いわき看護学校卒業式

あなたもナースのお仕事を目標してみませんか？

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 いわき看護学校



現代人に危険信号!!

vol. 185



ストレスクリニック

院長 松崎 博光 先生

さらに悩みが深くなる湯の町入れ知恵

よんどころない用事があり、湯本駅前を通りました。静かでした。猫の子も歩いていませんでした。耳に歌が流れてきました。幻聴です。

あわい湯の香も 露路裏も 君住む故に なつかしや ああ 忘れぬ 夢を慕いて 散る涙 今宵ギターも むせび泣く

作詞:野村俊夫 作曲:古賀政男 歌唱:近江俊郎 湯の町エレジー 3番

駅前再開発計画があるそうです。市役所支所や公民館、図書館をメインとする近代的ビルに生まれ変わります。巨額な補助金が出るそうです。やっぱり金かー。政治家は金動くの好きだからね。

人生には表もあれば裏もある。憂き世の垢の捨て所も必要です。繁華街、歓楽街、盛り場、ネオン街、ちょっといかがわしいレジャー施設、近代化の美名の下、浄化・排除されてしまいます。

人情や情緒、風情などデジタル社会では死語です。以前、いわき駅前再開発の時、メインに演芸場、ミュージックホールなど提案しました。即却下でした。医者のかせに下品だ。教養がないと言われました。

上野発の夜行列車、湯本駅にとまる度、出てくるお客は皆、下を向いて無口です。盛り下がるねー。

これだから文科省系のお役人様は肌があわねー。

美容の悩み相談室

vol. 265



いわき・郡山タウン形成外科クリニック理事長 日本美容外科学会認定専門医 日本形成外科学会会員

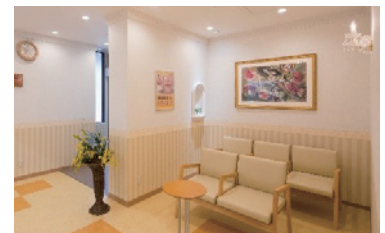
医学博士 石原 信浩先生

メスを使わない若返り法 ~サーマクール~

メスを使わない若返り法として、サーマクールがあります。

顔の皮膚に直接当て、真皮層にある弾力線維であるコラーゲンを増やし若返りをはかります。治療20分程度以内で行え、すぐにお化粧など日常生活に戻れるのが良い点です。効果は直後から肌の張りとして実感でき、3ヵ月から6ヵ月かけて徐々に皮膚のコラーゲンが増え、若返る効果を日々実感しながら進行していきます。本来の自分の持っているコラーゲンを増やすことで若返り効果を出し、従来のようなメスを使った手術や注射などではないので、とても受けやすいのがこのサーマクールの特長です。治療中は多少熱さを感じますが、麻酔は必要ないほどです。行える部位は額、まぶた周囲、頬、あご、首などで、顔だけでなく、身体のたるみにも効果があり、バスト、二の腕、お腹、ヒップ、膝周りなどにも行えます。

興味のある方は美容外科の専門医にご相談ください。



いわきタウン形成外科クリニックの待合室

EVENT 日本初公開を含む展覧会を 郡山市立美術館で開催
4月20日(土)〜6月23日(日)に開催する「印象派 モネからアメリカへ ウスター美術館所蔵」西洋美術の伝統を覆した印象派の革新性と広がり、アメリカなどの諸相に注目します。ポスト...

OPEN オリジナルの組合せで 自分だけのにおぎりを発見
3月にオープンした、東京のにおぎり専門店「おにぎり」の本店が、いわきの駅前再開発ビルにオープンしました。おにぎり専門店。米は粒がしっかりと詰まっている会津産コシヒカリを使用。25種類前後の...

OPEN タイムスリップしたような 懐かしさが漂うギャラリー
地域に親しまれてきたさわのゆのゆの泉の建物に、ギャラリーとして3月オープン。昭和初期の着物をリメイクしたミニチュアサイズの白無垢や色打掛、当時の結婚式に...

招待券プレゼント 生活情報5ページの「読者プレゼント」で 招待券を5名様にプレゼント!
郡山市立美術館 開館時間/9:30~17:00 料金/一般1,500円 高~大学生:65歳以上1,000円 休館日/毎週月曜日(4/29、5/6開館) 問合せ/郡山市安原町字大谷地 130-2 ☎024-956-2200

おにぎり ばはり 小名浜南君ヶ塚町15-21 ☎090-5201-7765 11:00~15:00(L014:30) 17:00~20:00(L019:30) 毎週火曜日 11台

えびく ギャラリー笑福さわのゆ いわき市平字胡摩沢77(さわのゆ鉱泉跡地) ☎0246-23-7800 10:00~16:00(入館15:30まで) 毎週水~土曜日 20台

I Love Pet info@asally.co.jp ペットの名前、年齢、性別、種類(犬種など)、PR文、飼い主または投稿者の名前
げんき・13才・チワワ♂ べろが出ちゃうんです 飼い主:あゆ
ミド・14才・柴犬♀ 庭が楽しそうだね!!いい笑顔 飼い主:マカロンローズ
まめ・2才・キジトラ♂ 賢い子 飼い主:S

ストレスクリニック 神経科・心療内科 院長 松崎 博光 ●診療時間:火・水・金 午前9時~正午 午後2時~午後5時 木 午後2時~午後7時 土 午前9時~正午(再来のみ) ●休診日:月・日・祝日 初診時要予約

美容外科 形成外科 皮膚科 医療法人 きびたき会 いわき郡山青森八戸盛岡仙台表参道 タウン形成外科クリニック 日本美容外科学会認定専門医 理事長 医学博士 石原 信浩

日々思フ、コト。

がんばれ いわきFC



長瀬 慶一郎さん
長瀬内科胃腸科

サッカーのJ2リーグでいわきFCが今季好調なスタートを切っています。第6節の時点で2勝3分け1敗で、直近5試合負けなし。順位は20チーム中7位です。3月9日、鹿児島ユナイテッドFC戦をハワイアンズスタジアムで観戦しました。F病院の1先生とバツタリ会い、本格的な応援スタイルでした。いわきFCの応援団の熱狂ぶりに感動

し、知らぬ間にその渦の中におり、心ウキウキワクワクでした。私事ですが、昭和50年、平三小すずかけサッカーチームの一員として、市大会で優勝した思い出があります。左バックとして出場し、相手FWからボールを奪って味方に蹴り返すのが最高の醍醐味でした。当時のキャプテンは、幼なじみの児山輝君で、彼はその後、中学・高校・大学でもサッカーで大活躍しました。今、なでしこジャパンで活躍中の千葉玲海菜選手は、すずかけサッカーチームから出発しました。すずかけの「負けじ魂」でがんばってください。応援しています。

THE DREAMを毎回読んでいます。年末年始に大倉社長と田村監督らがイングランドやドイツにサッカー観戦に出かけ、名門リパールの試合を観戦したり、教え子の遠藤選手にリパール・クラブ内を案内してもらったりして、大変有意義な視察旅行であったという記事を読みました。超一流のクラブから学び、より上を目指すお二人は素晴らしい、さすがだなと思いました。

いわきの旧国名磐城国は、浜通り全体を含みます。マスコット・キャラクターの「ハーマー&ドリー」と一緒にいわきFCを応援しましょう。がんばれ、いわきFC。

Writer Profile
現在いわき市の医療の現場で活躍中の若きドクター、薬剤師の皆さんにリレーコラムをご執筆いただいています。



Masahiro Yano (村岡産婦人科) Yutaka Ejiri (福島労災病院) Masayoshi Akatsu (アイル薬局) Haruo Katayose (かたよせクリニック) Yukihiro Nemoto (ネモト内科クリニック) Michiya Saito (みちや内科・胃腸科)

健康MEMO

こころとからだの診察室

今月の先生



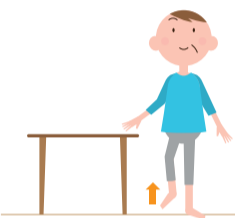
高倉基整形外科
院長 高倉 基先生

骨粗鬆症の運動療法について

骨粗鬆症の治療法として「運動」「食事」「薬」の3つがありますが、治療の基本は運動と食事の改善で、必要に応じて薬を使います。骨は、「刺激」を与えることで作られます。そのため、骨を丈夫にするために運動は欠かせません。骨には、運動などの負荷をかけると強くなり、逆に負荷をかけないと弱くなるという性質があるからです。骨粗鬆症の効果的な運動として、「ウォーキング、ジョギン

グなどがありますが、高齢の方の場合は腰や膝を傷める可能性があるので注意が必要です。高齢者にもおすすめの運動は、「背筋運動」「片脚立ち」「ハーフスクワット」「しこ踏み」です。「背筋運動」は、加齢に伴う腰椎の骨密度の低下を抑制し、背骨の圧迫骨折の発生を減らします。また、姿勢がよくなるので転倒しにくくなります。「片脚立ち」は、歩行の安定性が増すため転倒予防になります。また、立った脚の付け根（大腿骨頸部）に負荷が強くなるため、骨密度が上がることで報告されています。もし運動中にバランスを崩しても、直ぐにつかめるような机や手すりの横で行ってください。「ハーフスクワット」は、膝

の曲げ伸ばしに関わる太ももの筋肉（大腿四頭筋）だけでなく、股関節の曲げ伸ばしに必要なお尻の筋肉（大殿筋）や太ももの裏の筋肉（ハムストリング）も鍛えられるので、トレーニング効果が高い運動です。「しこ踏み」は、相撲力士が土俵などで行う動作です。股関節の柔軟性を高め、横方向のバランス力、脚・体幹の筋肉を鍛えます。無理なく行える範囲で、自身に合った運動を選び、継続することが大切です。



高倉基整形外科

中央台鹿島2丁目28-1 ☎0246-84-9030

■診療科目 整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科
■診療時間 8:30~12:00、14:30~18:00 (木・土曜日は午前のみ)
■休診日 木曜・土曜日の午後、日曜・祝日



ASAだより 141

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!!

遊びの中から自主性を育む学童

小名浜第三小学校の隣に、放課後児童クラブ(くすのキッズ)があります。午後になると「ただいま!」の元気な声と笑い声があふれ、宿題をする子や校庭を走り回る子など、それぞれがやりたいことを自分で決めて行動します。遠足や夏祭り、豆まきなど1年間の季節の行事は、みんなで話し合っって子どもたち主導で行います。「自主性や社会性を学び成長していく変化を間近で感じられるのが最大の喜びです」と職員の方々は答えてくれました。



避難訓練を行い、自分の命を守る方法を真剣に聞いていました。



夏祭りの屋台など子ども同士で話し合いながら企画し製作、販売。



施設長 小野倫子さん
「学童大好き」と言ってくれる子どもたちと温かく見守ってくださる方々に感謝です。みんなの笑顔の源となれるように職員一同頑張っています!



3月の遠足では「キッズアニア東京」で職場体験を楽しみました

一般社団法人 くすのキッズ

小名浜住吉字彌町31-3 ☎0246-58-0506 ⑩10:00~18:30

新施設オープンのため 学童保育スタッフ募集中!

資格や年齢は不問、働き方は応相談 気軽に電話で問合せください



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

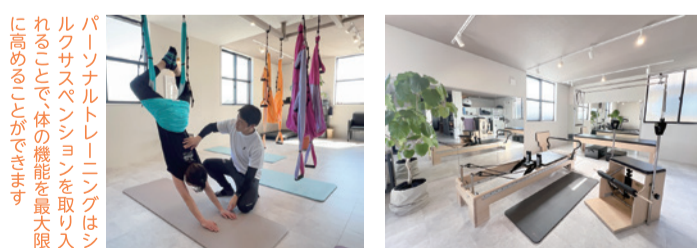
健活「らむむ」 vol.7 いわきの健活プロから学ぶ



今回の先生 大塚 司さん
Daisuke Takahashi
Pilates Personal Studio Feel代表。理学療法士として病院のリハビリテーションに7年間勤務。メディカルフィットネスジムでもから高齢者までパーソナルトレーニングとピラティスを担当。2022年いわきFC非常勤フィジオセラピスト。

良い姿勢をしていますか?

雑誌やスマホを見ている普段の姿勢が筋肉や関節にかかる影響は大きく、猫背や骨盤が前に出てぽっこりお腹のような姿勢をしていると肩こりや腰痛になり慢性化してしまします。また、不良姿勢が続くと変形性関節症や脊柱管狭窄症などの病気に繋がる恐れがあります。マッサージや整体などで慢性的な痛みや症状が改善できなかった方は、姿勢から改善するのも良いかもしれません。現在はピラティスをより効果的にする専用のマシンを使用し、硬くなった筋肉や関節の可動域を調整し、しなやかな体へと変化させていきます。正しい姿勢や動き方を自分の



協力 Pilates Personal Studio Feel
錦町竹ノ花42-2 DAITOKU錦ビル201 ☎0246-84-7559

鍛えたい部位にフォーカスできるピラティスマシンが各種あり、姿勢改善には抜群の効果を発揮

の筋肉で覚えることにより、元に戻りにくい体にしていきます。姿勢から改善する一つの方法として、ピラティスを取り入れてはいかがですか?

編集後記

コロナ禍もようやく出口が見え、5年ぶりに短大時代の同級生と女子会。想い出話や近況報告にさんざん花を咲かせた後、母校がある三軒茶屋の街を40年ぶりに歩いた。かつて住んでいたアパートはすでに無く、目の前の銭湯も閉鎖され煙の出ない煙突だけが残っていた。(そ

ら猫で遊んだ猫との別れが辛くてもう飼うまいと決めていたのに捨てると言う子猫をもらってしまった。その猫が19歳と言うと皆にびっくりされる。たまに獣医さんにお世話になるが何とか元気だ。ギネスに38歳のアメリカの猫が載っている。頑張れ!我が家のモモちゃん!(あ

先月号「わたしを語る」の大樽さんたちのダンスイベントを見に行った。おもしろかった企画がダンスの特徴、プレイキンの採点ポイントなどのダンス講座、実演付。その後開催されたダンスバトルは見方が少し分かったような気がして、オリンピックが待ち遠しくなった。(の

ずっと気になっていたリビングの模様替えがやっと完了しました。30年使ったソファ2個と、正方形の大理石の重いテーブルを処分。新たにリクライニング電動ソファ3人掛けと大型テレビを配置したら広々としたリビングに变身!快適に映画や動画が楽しめ最高。(お

●内科/消化器科/呼吸器科/循環器科/小児科

ちゅうだいえんど 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 予診 ●●●●●● 日・祝日
(土曜日は16:00まで)

いわき駅 GS マルト 医療創生大学
中央台北小 MEGADON・キホーテ
立川いわき公園 中央台東小
いわき 光洋高校
中央台南小 中央台中小 小名浜 中央台南中

中央台高久2丁目22-1
0246-46-2566 FAX 46-2577

●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 午後2:00~午後5:00 午前8:00~午後1:00

●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

MICHIYA 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ピ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)	○	○	○	○	○	○	●
午後 14:30~18:00 (受付14:00~17:30)	○	○	○	○	○	○	●

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

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

薬局クローファーマシー

いわき市平川瀬一丁目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 ●●●●●●
午後 1:30~ 5:30 ●●●●●●

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝祭日

四倉町上仁井田字北焼田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 かつ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

●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

絶対発売中!! SALLY文庫より

温暖で、住みやすい
とくらはがどうにか安売

本の内容
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

A4判 72ページ 定価/1,430円(本体価格1,300円)
販売/ヤマニ書店、鹿島ブックセンター

SALLY文庫 amazonでも販売中
中央台飯野4-2-4
いわきニュータウンセンタービル2階
(有)いままじゅ 朝日サリ編集室内
0246-46-0321

癒しの空間で、患者さんのおもいに寄り添う治療を...

整形外科
リウマチ科
リハビリテーション科

高倉基
整形外科

診療時間 平日 午前8:30~12:00 午後2:30~6:00 木・土 午前8:30~12:00 ●●●●●● 休診日 水曜日、木曜、日曜、祝日
木曜日、午後休診 土曜日、午後休診 日曜、祝日、終日休診

〒970-8043 福島県いわき市中央台鹿島2丁目28-1 (中央台南中学校前)
0246-84-9030

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・土曜日午後 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 玉川団地 ブックエース 開局時間/8:30~18:00 ※土曜日のみ13:00まで

平店 小名浜住吉字冠木1-2-101 平字月見町13-1
FAX.0246-76-0899 FAX.0246-84-8864
TEL. 0246-76-0898 TEL. 0246-21-1060
休局日/第1・3・5木曜日、日・祝日 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**

頑張り いわきFC!!
スタジアムで応援中のサポーターからMessage

期待しています! 今年のいわきFCは、何が違う!!

11月昇格! 目指せJ1昇格!
今年、ぜひ、目標達成!

大好き いわきFC選手達

いわきFCホームゲームスケジュール
ハウイアンスタジアムいわき (21世紀の森公園内)

5/3(金) 16:00~ J2リーグ第13節 vsジェフユナイテッド千葉
5/12(日) 13:00~ J2リーグ第15節 vsレノファ山口FC
5/26(日) 14:00~ J2リーグ第17節 vs徳島ヴォルティス
6/2(日) 13:00~ J2リーグ第18節 vsベガルタ仙台
6/16(日) 16:00~ J2リーグ第20節 vsヴァンフォーレ甲府
6/29(土) 18:00~ J2リーグ第22節 vs横浜FC
7/6(土) 18:00~ J2リーグ第23節 vs大分トリニータ
8/4(日) 18:00~ J2リーグ第25節 vsブラウブリッツ秋田

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

4/14~5/14の休日当番医 (作成:4/9現在)

矢吹病院(佐藤) 063-1818	かしま病院(鹿島) 058-8010
14(日) いわき湯本病院(常磐) 042-3188	5/3(金) 緑川内科クリニック(錦) 068-6415
かしむら婦人科クリニック(泉) 056-2289	高坂脳外科クリニック(内郷) 085-0333
常盤病院(常磐) 081-5522	常盤病院(常磐) 081-5522
中央台たなか眼科(中央台) 029-1722	中村病院(小名浜) 053-3141
むらまつ小児科(常磐) 072-0707	4(土) 松崎内科(植田) 063-3358
山口医院(平) 024-1811	常盤病院(常磐) 081-5522
すみのやりウマチ整形外科(小名浜) 058-1154	高坂脳外科クリニック(内郷) 085-0333
21(日) 呉羽総合病院(錦) 063-2181	山口医院(平) 024-1811
かたよせウイメンズクリニック(常磐) 042-4135	石井脳神経外科・眼科病院(小名浜) 058-3121
常盤病院(常磐) 081-5522	5(日) 呉羽総合病院(錦) 063-2181
中央台たなか眼科(中央台) 029-1722	根本内科胃腸科医院(常磐) 043-4100
相原小児科医院(内郷) 026-5551	常盤病院(常磐) 081-5522
永井整形外科(小名浜) 054-7722	磐城中央病院(小名浜) 053-3511
こうじま慈愛病院(錦) 063-5141	6(月) いわき草木台総合クリニック(草木台) 028-1145
かもめクリニック(草木台) 028-1010	小松医院(遠野) 089-2041
28(日) 高原整形外科(内郷) 045-0123	常盤病院(常磐) 081-5522
常盤病院(常磐) 081-5522	ふじい医院(泉) 056-2288
中央台たなか眼科(中央台) 029-1722	榎田病院(植田) 063-3202
小名浜生協病院(小名浜) 053-4374	12(日) いわき湯本病院(常磐) 042-3188
クリニック田畑(中岡) 063-1476	常盤病院(常磐) 081-5522
常盤病院(常磐) 081-5522	中央台たなか眼科(中央台) 029-1722
29(月) 須田医院(小島) 027-6060	森のこどもクリニック(植田) 038-7227
ニュータウン腎・内科クリニック(中央台) 046-6060	

※このほかにも休日診療している医療機関がありますので、あらかじめかかりつけの医療機関などで確かめて下さい。
※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関、または消防署(0246-23-0119)へお問い合わせ下さい。
いわき市ホームページでも公開していますのでご覧ください。