

11

2023  
vol.206

Oh!Shun

おー!しゅん

街を楽しく!  
人を元気に!

TAKE FREE

岩手県南の情報誌

## 自分磨きスキルアップ特集



Self  
improvement!



寒い季節のお楽しみ♪

味わい深い三重奏

あんぱん入り 干し柿

350円(税込)



菓子処

むぎとく

大町店 ☎0197-23-2931

駅通り店 ☎0197-25-5504

フリーダイヤル ☎0120-33-5108

<http://www.mugituki.com>

紀州南高梅が丸ごとひとつ  
5種類の海藻がたっぷり入った  
風味豊かなお吸い物

今月の一杯

海藻がいっぱい入った  
丸ごと梅のお吸い物です。  
5食入 ...734円

**【取扱店】**  
**pressé 水沢店**  
 ☎0197-22-5544  
 奥州市水沢横町229  
 営業時間/10:00~18:00  
 定休日/不定休 駐車場/有(5台)  
 支払方法/現金・クレカ・PayPay・各種電子マネー

PRE  
SENT

新しいことへのチャレンジは、  
いつからだって、何歳からだって出来る!!  
何かやってみたいなあ・・・  
そう思った今こそ、始めるチャンス  
さあ一歩踏み出そう

# 自分磨き スキルアップ 特集



PRE  
SENT

きもの京紅 水沢店

MIZUSAWA

## ワンランク上の自分へ

今年の4月コープアテルイに移転オープンしたきもの京紅。着物の着付けを覚えたい!という想いに、無料で着付け教室を行っている。着付けは、まずは帯結びから。わかりやすく丁寧に帯の締め方を教わってから、着物の着方を教えてくれる。行事等がある時に、ハツと自分で。短大の卒業式で定番となった袴も教えてくれるので、子どもの為にも。着物の購入から着付けまで、和装のことなら京紅にお任せ!



マンツーマンレッスンで、丁寧に教えてくれる



約30分で、きれいな帯(お太鼓)が完成

### 展示会開催

11月3日(金・祝)・4日(土)・5日(日)  
会場: コープアテルイ2階



奥州市水沢佐倉河東沖ノ目123 コープアテルイ1階  
TEL/0197-51-7311  
営業時間/10:00~19:00 定休日/水曜日 駐車場/有

## 出来た！を存分に感じて

県内外から多くの人が訪れる人気のボルダリングジム。ボルダリングとは飛び降りられる高さで行うクライミングの一種で小学生から60代までと通う年代も幅広い。スタート地点からゴールを目指し、ゴールのホールド(突起物)を両手でさわられたらクリア！自由に登るシンプルな競技なので気軽に始められるのも魅力。全身運動で体幹が鍛えられるのも嬉しい。自分との闘い。どう攻略するか、登るかはあなた次第！



奥行40メートル！  
広々としたジム内は10級から2段までのコースあり  
自分の力だけで登れると嬉しい、次も次もとなる



初めてでも安心。受付を済ませたらスタート講習(15分)で使い方やマナー・ルールなどしっかりとレクチャーしてくれる



出来るが出来ないかわからないけど希望を見出だすのが楽しい。出来なくても楽しいので一度やってみて！とスタッフの岩山さん

会員登録料 1,100円(永年)

### 通常利用

一般: 1時間990円 / 1日2,090円

大学・専門: 1時間770円 / 1日1,870円

高校生以下: 1時間770円 / 1日1,650円

毎月第3日曜日体験会10:00~12:00 ※要予約 変更の場合あり

シューズレンタル料: 330円

チョークレンタル料: 110円

※1日利用については出入り自由

お得なフリーバスや小学生対象のキッズスクールも有り

小・中学生の初回利用時と、19時以降保護者同伴必須

奥州市水沢横町99

TEL/0197-34-0626

営業時間/平日14:00~22:00 土曜・日曜日・祝日11:00~20:00

第3日曜日のみ13:00~20:00

定休日/月曜日 ※祝日の場合は翌日

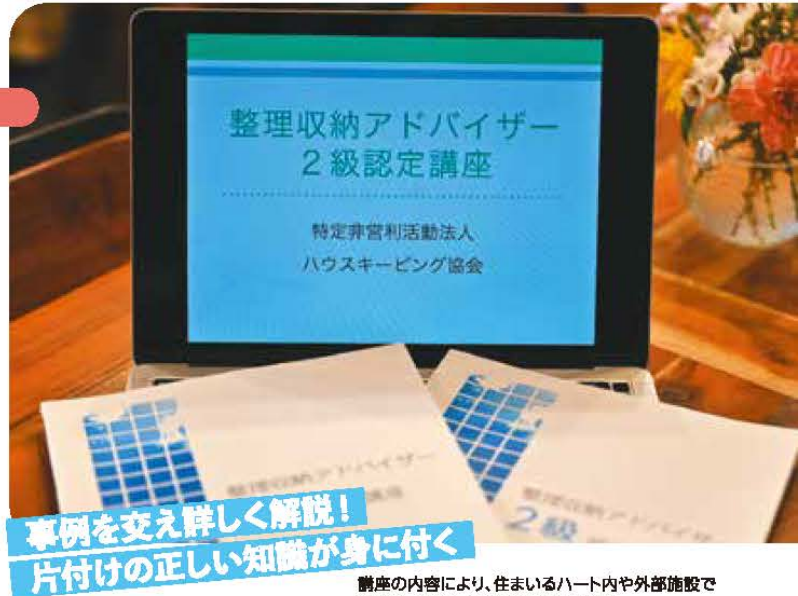


## 住まいるハート

ICHINOSEKI

### 整理収納で暮らしを楽しく上質に

一関市の井上建築デザイン、木の香り住まい館内にある「住まいるハート」では各種講座やセミナーも開催している。整理収納アドバイザーによる2級講座は、基本的な整理の考え方や具体的な整理の方法、実践的な収納のコツが身に付き認定も受けられる。生活していく上で片づけは永遠のテーマ。上手に学んで心地よい暮らしを手に入れよう。



事例を交え詳しく解説！  
片付けの正しい知識が身に付く

講座の内容により、住まいるハート内や外部施設で行われ、オンラインや出張講座も対応



3種類の紅茶の飲み比べや、茶葉の保存方法、家で気軽に美味しい紅茶を入れるポイントなどをレクチャーしてくれる紅茶教室も人気

### NPO法人 ハウスキーピング協会認定 整理収納アドバイザー2級講座

受講料: 24,700円 ※テキスト代、認定料含み  
講座時間: 7時間

講習場所: 主に一関文化センター

次回予定: 11/23(木)・12/22(金)

### 紅茶教室~紅茶のキホン編~

受講料: 4,000円(スイーツ付き)

講習場所: 木の香り住まい館

次回予定: 11/14(火)

両講座 要申込み

一関市田村町8-13 原田ガーデン1階東  
井上建築デザイン 展示事務所 木の香り住まい館内

TEL/070-2037-8300

営業時間/10:00~16:00 定休日/不定休



アイシングクッキー&お菓子教室

Myoppy ミョッピー

KITAKAMI

COU  
PON

レッスン  
10%OFF

## お菓子作りで 心を豊かにしてほしい

「わ〜かわいい!!」どれをみても思わず笑顔になるお菓子の数々。きれいに可愛く描かれたイラストや模様がステキなアイシングクッキー。ミニチュアのパンのようなクッキー。様々なお菓子の作り方を教えてくれるのは、北上市で教室を開く高橋かおるさん。「もっと自分にご褒美を」をコンセプトに、わかりやすく丁寧な説明と、笑顔いっぱいアットホームな雰囲気の中で、初心者でも安心してレッスンを受けることができる。子どもから年配の方まで年齢関係なく楽しめ、レッスンが終わった時は出来上がりに感動と嬉しさでいっぱいになるはず!



見た目もかわいい  
ミニパンクッキー



楽しく、そしてわかりやすく教えてくれる

- 米粉パンクッキーレッスン
- 米粉ドーナツクッキーレッスン  
商用利用5,500円  
趣味4,500円 (オンライン可能)
- マンスリー  
アイシングクッキーレッスン 4,500円
- はじめの一步コース(4回コース)  
※道具12,000円分付き 42,000円 (オンライン可能)

その他レッスンメニュー多数あり



米粉ドーナツクッキーレッスン  
まるで本物のドーナツ!プレゼントにも最適



「まだ、体験していないのはもったいない!!  
世界に1つだけのオリジナルクッキーと一緒に  
作りましょう」とはじける笑顔の高橋さん



アメブロ ミョッピー アイシングクッキーで検索



多彩なメニューから  
お気に入りを見つけてチャレンジ



「興味があるけれど、本を見ただけじゃわからない...そんな方に直接教えていく事で上手になっていき、喜ぶ姿を見るのが嬉しい!!」と、ハンドメイドクリエイターのcoco colorさん



「サイズアウトした子供服や、はぎれ、不要になるような物からでも新しいインテリアに生まれ変わることが出来る。それを知ってもらえると嬉しい!!」と、植物雑貨クリエイターのANMIさん



「絵は苦手、描けない。そう思っている人にぜひ挑戦して欲しい。正解がない水彩色えんぴつ。自分で良いと感じてもらえたらそれが正解。自分の色を見つけて欲しい!!」と、水彩色えんぴつのTAKATOTOさん

ハンドメイド教室

PRE SENT

つなぐ〜ここから〜

MAESAWA

## 三人のクリエイターが織りなす世界

「作品との出会いから人との出会い、そして自分へとつながる場所の一つになりたい」という想いで始めたハンドメイド教室。それぞれの個性が光るレッスンメニューは、どれも魅力的で、チャレンジしてみたい!という意欲を満たしてくれる。静かで居心地の良い空間で、おしゃべりしながら楽しめる種類豊富なハンドメイドメニュー!

キッズスペースもあるので、子どもを連れて、孫と一緒に、遊びに行く感覚でチャレンジできる。何か始めたい!やってみて!そんな想いに全力で応えてくれる三人。一歩踏み入れたらハンドメイドの世界へ魅了されること間違いなし。

### レッスンメニュー (完全予約制) 通常コース

2時間2,500円+材料費

- coco color  
つまみ細工・フレームアレンジ・キューブゼリーキャンドル
- ANMI  
季節のフラワーアレンジ・布リース
- TAKATOTO  
水彩色えんぴつ

その他レッスンメニューあり  
出張講師も可能



新たな挑戦 つなぐ〜キッチン〜始動中!  
詳しい情報やスケジュールはインスタグラムを  
チェック

奥州市前沢字屋敷68-2  
TEL/070-8581-6592  
問い合わせ/電話、LINE、インスタグラムDM



バレトン

COUPON

500円引き

## 輝く自分を想像し やってみたいをカタチに

音楽にのせてシンプルな動きを繰り返せし、バレエの動きで得られる効果をフィットネス化したバレトンは、普段使われない筋肉も使うので程よい疲労感や達成感を味わうことができる。子供から高齢者まで無理なく楽しみ、マットやシューズ、器具など使わず、手軽に出来るのも嬉しいポイント。リズムカルに楽しく体を動かし、中から外からアプローチ!



※会員別フィットネスジム 花巻ジョイフィット  
バレトン〜美ボディエクササイズ〜

体が硬くてもOK! 「反り腰が改善した」「バランスが整う」「体幹が鍛えられた!」などうれしい変化が男性の参加者もいるそう

毎日が目まぐるしく過ぎていく中、少しでも自分の身体と心に向き合う時間をつくり、自分の声を聞いてあげてほしい。自分の状態を知り、毎日を快適にいい状態で過ごしていくために、身体を動かすことを取り入れ、いつまでも身体も心も健やか(健康)な自分でいきましょう!笑顔が増えますよ♪



主に岩手県南地域をメインにバレトンなどのインストラクターとして活動している安藤舞さん

バウフルだけど寄り添った指導が心地よいレッスンでは頑張るところのポイントを毎回変え、楽しく無理なく続けられるような工夫も

- コンディショニング
- ピラティス
- 産前産後ケア
- バレトン

プライベートレッスン  
出張講師なども対応

江刺や金ケ崎でも定期レッスンあり

スケジュールや  
問い合わせは  
公式LINEまたは  
インスタグラムから



LINE



ハンドドリップのコツや器具による  
味わいの違いなどを真演  
終了後はコーヒーがもっと好きになる!



コーヒーを楽しむ人を増やす入り口となればと代表の坂本さん



それぞれ器具の違いで味に変化も



生豆も販売  
近年自分で焙煎する人も増えて  
いるそう!

PRE  
SENT

日本珈琲社

MIZUSAWA

幸せな香りにつつまれて

水沢公園すぐそば、昭和35年創業の自家焙煎コーヒー専門店。店頭売りはもちろん、まめ知識や淹れ方のコツなどを学べる教室も人気。スライドによるコーヒーの基礎知識や雑学、ハンドドリップによる試飲など、盛り沢山の内容となっている。知識をつけるとその後、のコーヒータイムが豊かに。好きを磨き、コーヒーの世界にとっぷりはまってみては?

コーヒー教室 ※要申込み(先着順)  
コーヒーの基礎知識、ドリップなどの淹れ方のコツ  
器具による味の違いなど  
受講料: 1,100円  
日時: 第2土曜日・第3火曜日のみ  
時間: 19:00~21:00の間で1時間半程度  
定員: 5名程限定  
場所: 日本珈琲社店内

申し込みは  
こちらから



奥州市水沢宮下町25  
TEL/0197-25-2151  
営業時間/9:00~18:30  
定休日/木曜日  
駐車場/無し ※近隣公共駐車場利用可





作る喜びと使う楽しみが魅力  
陶芸の奥深さにもっと触れたいと思ったら  
継続受講コースへ

PRE  
SENT

COU  
PON

陶芸体験  
500円引き

あすみ工房

ICHINOSEKI

期待から喜びへと変わる陶芸体験

今年20周年を迎えた工房では、初心者でも気軽に作れる体験講座を開いている。定番の「手びねりコース」は粘土をこねて指先で伸ばしながら、カップ・皿・インテリアの置物など自分の好きなものが作れる。新設の「電動ろくろコース」は陶芸家気分を味わえ、完成度の高さでも人気。また素焼きの皿にパステルで絵を描く「絵付けコース」は子供にオススメ。新たな思い出を作り訪れて。

1回体験 (1~2時間 / 午前・午後各定員18名 / 要予約)

- 手びねりコース 大人3,500円 園児~中学生2,000円
- 電動ろくろコース 5,500円~
- 絵付けコース 2,000円~

出張講座

上記のコース料金に加えて、出張料金 7,000円 / 回



一関市巖美町字八幡沢58-1

TEL / 0191-29-3300

営業時間 / 10:00~16:00

定休日 / 木曜・土曜日

駐車場 / 有 (10台)

申込方法 / 電話、HP、インスタ HP



完成形になるまで  
ドキドキしながら集中

なないろの風

ICHINOSEKI

PRE  
SENT

技術も絵心もいらず、  
自由に楽しく指で紡いだアート作品

無心に楽しく  
自由に絵遊び

柔らかな色合いが見る人の心を温かくさせてくれるパステルアート。自分にもこんな絵が描けたらと憧れを持つ人は多い。そんな夢をかなえられるパステルアートは、医療現場から生まれた脳と心のリフレッシュにもなるセラピーアート。台紙に好きな色のパステルを削りコットンや指で塗ったり消したり重ねたり、無心に書いて出来上がった作品はいつしか不安な心が自信に変わっていた。



パステルアート

受講料: 1レッスン 3,000円

(材料費込み、手ぶらで参加可能)

資格取得: 和アート、基本的な技法と  
バリエーション等の取得



パステル画材



指やコットンでなぞり、型紙も使ったオリジナル作品に



一関市大町2-6

TEL / 090-6220-7219

営業時間 / 10:00~18:00 (場合により18:00~20:00のレッスン有り)

定休日 / 不定休 駐車場 / 無 支払方法 / 現金のみ

申込方法 / 電話又はmail (smileangel.c.c@gmail.com)





## 紙すき館

ICHINOSEKI

### 世界に一つだけの 和紙絵を作り

手すき和紙の魅力はなんといっても触れた時の心地よい手触りと柔軟な丈夫さ。和紙の用途も様々で、その丈夫さから平安時代には衣にも使われていた。店内には折り紙・お面・菓子皿・財布・人形・傘・灯ろう・ランプシェードなど多くの製品があり、また和紙も多種類販売。和紙の魅力に触れられる「和紙絵作り」、子供から大人まで気軽に楽しみながら体験できるので、自分だけの「和紙絵」を作り是非訪れて。



半紙大の網を張った木枠の中に  
和紙の原料を流し込んだら、  
好きな色を流して絵を書いたり  
紅葉の葉や花びらなどを思い思いの素材を施し、  
オリジナル作品の完成



木枠に原料を入れ厚さが均等になる様に流す



「東山和紙の灯り」やわらかな灯りに  
心も癒される



和紙の品揃えが豊富

### 紙すき体験 (和紙お店で乾燥後、郵送)

時間：約15分～30分

受講料：1人 1,100円 / 2人 1,700円 / 3人以上 800円 (1人あたり)

送料：1枚 250円 / 2～4枚 300円 / 5～10枚 400円 / 11～15枚 500円 他



一関市東山町長坂字町390

TEL/0191-47-2424

営業時間/10:00～15:00

定休日/木曜日

駐車場/有 (18台) 支払方法/現金

申込方法/電話、6名以上は内容記載の上FAX (0191-47-2436)



和紙で出来たお面

# ムブシヨとは 車を使った店舗開業をサポート!

飲食・美容の分野に特化した、店舗型車両での開業から運営をサポートするサービスです。

**サポート**

ムブシヨ 開業-運営まで!

スタイリスト、ネイリスト、エステティシャン、整体師 etc.

食品・お菓子メーカー、飲食店、FC加盟等経営 etc.

開業までワンストップでサポート

車両手配	補助金申請支援	融資の支援
厨房機器 エステ機器etc.	自動車保険紹介	商材提案

開業してからの成長まで伴走!

**集客サポート**

- 販売場所の確保
- イベント参加手配
- 自社プラットフォームでの集客

**営業サポート**

- 接客コンサルティング
- 業務改善コンサルティング
- フランチャイズ加盟サポート

LINEで無料相談受付中! 車を使った開業の仕方 販売経路・販売場所の確保 開業サポート申し込み

株式会社ムブシヨ <https://movesho.com> 〒160-0023 東京都新宿区西新宿三丁目3番13号 西新宿水閣ビル6階

代表取締役 牧口孝の 梶野友樹 [info@movesho.com](mailto:info@movesho.com)

お客様のカーライフをリサイクルを通じて応援します!

不要車 事故車 廃自動車  
車検切れ 多走行車 不動車

**買取**  
いたします!



**軽自動車・乗用車・バン・トラック**  
お車のお持ち込み・引き取りどちらも大歓迎!

自動車買取専門店にお任せを! 廃車手続き代行無料サービス

**カーリサイクルリプロ** 【お申込み・お問合せ】0197-56-5938  
【営業時間】月～金/8:30～17:30 土/8:30～17:15  
【定休日】日曜・祝祭日

奥州市前沢新城 49-11



**PRO WORKER**

人と企業、人と社会を結ぶ

人材派遣会社 PRO WORKER

11月の現場特集

☎0197-31-0543

奥州市江刺八日町 1-9-37

【営業時間】月～金/8:30～17:30 休土・日・祝  
9:00～16:30 随時面接会開催中!!  
<https://www.job-j.net/proworker/>

HP随時更新中!!  
最新求人はこちらで▶

① 入社日有給休暇付与と制度(規定有)  
② HPリニューアルし、随時更新中!!  
③ 事前の工場(職場)見学が出来ます。

雇用形態	派遣	勤務地	北上	雇用形態	派遣	勤務地	江刺	雇用形態	派遣	勤務地	水沢	雇用形態	派遣	勤務地	水沢
職種	食品	製造	食品	製造	接客	接客	製造	製造	製造	製造	製造	製造	製造	製造	製造
勤務時間	8:00～17:00 (実働8.00h)			9:00～18:00 (実働8.00h)			8:30～17:00 (実働7.50h)			8:00～17:00 (実働8.00h)					
休日	土・日・祝 計 20日			休 日 計 20日			土・日 計 20日			土・日 計 21日					
月収例	253,500円			176,000円			192,500円			231,800円					
特徴	アットホームな職場です。男女活躍中!!長期勤務可能で、がんばり過ぎた方、必見!!未経験者からの職種雇用実績が多数あります。			乙四ある人尚可			未経験歓迎!! 3月末くらいまでのお仕事です。								

**面接会場案内**

- 日時: 11月8日(水) 13:00～15:00 場所: 古くもホール(北上)レッスンルーム
- 日時: 11月15日(水) 13:00～15:00 場所: 古くもホール(北上)レッスンルーム
- 日時: 11月22日(水) 13:00～15:00 場所: 古くもホール(北上)レッスンルーム
- 日時: 11月29日(水) 13:00～15:00 場所: 古くもホール(北上)レッスンルーム

事務所では、9:00～16:30まで随時面接会開催中!!

**FOLKJOE** 岩手の魅力を楽しむライフスタイルWEBマガジン

<https://folkjoe.com> @folkjoe2018 folkjoe Folkjoe

他にも物件多数取り揃えております!!

TEL 0197-34-1251



〒023-0825 岩手県奥州市水沢台町1-52

【平日】9:00~18:00(受付17:30)

【日曜日】9:00~17:00(受付16:00)

【定休日】水曜・土曜・祝日

他にも物件あります  
ホームページをご覧ください  
AVANTI HP▶



# 奥州市のふどうさん AVANTI

今月のおすすめ物件 11月1日現在

COUPON

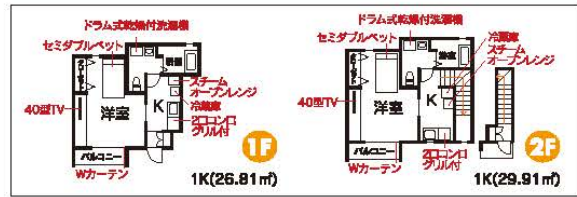
オークス江刺/江刺愛宕字橋本 **Wi-Fi付き**  
**新築** 家具家電付アパート 敷金礼金なし



共益費：3,000円  
駐車場敷地内1台  
3,300円(税込):契約必須  
保証会社の契約必須

即入居可

201	202	203	205	206	207	208
5.1万円	5.0万円	5.0万円	5.0万円	5.0万円	5.0万円	5.1万円
101	102	103	105	108	107	108
4.8万円	4.8万円	4.8万円	4.8万円	4.8万円	4.8万円	4.8万円



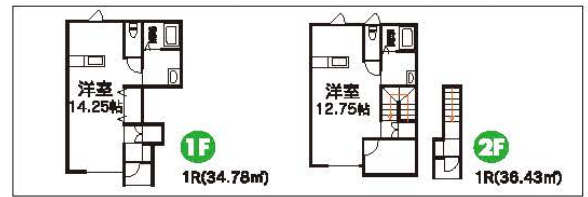
ハイツ花園C棟/水沢花園町二丁目 **Wi-Fi付き**  
**新築** カウンターキッチン



共益費：2,000円  
敷金：1ヶ月  
駐車場敷地内1台無料  
保証会社の契約必須

即入居可

201	202	203	205
5.8万円	5.8万円	5.8万円	5.8万円
101	102	103	105
5.5万円	5.5万円	5.5万円	5.5万円



※掲載物件有効期限: 11.30まで 掲載物件は全て仲介です。 当手厚知事(4) 2308号 岩手県地産物取引業協会 東北地区不動産公正取引協議会加盟機関  
仲介手数料は100%借主負担となります。

## 水沢競馬場 事務職員 募集

職種▶ 事務職員

仕事内容▶ 現金(売上金)管理等、勝馬投票券発売に係る事務

雇用形態▶ 常勤嘱託職員(正社員への登用実績有)

資格▶ なし(Excel操作等基本的なPCスキル)

勤務地▶ 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

勤務時間▶ ①8:30~17:15 ②12:30~21:15

休日▶ 週休二日制 年間120日 夏季休暇5日

給与▶ 190,600円(昇給有)他手当 通勤手当 超過勤務手当等

応募▶ まずはお気軽にお問い合わせください。  
問い合わせ日時▶ 土曜~水曜日 11:30~15:30

水沢競馬場 ☎0197-23-2999

〒023-0831 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

## 求人広告欄

掲載料金

正方形1段サイズ▶ ¥5,500(税込)

お問い合わせはコチラまで♪

☎ 0197-34-2177

mail▶ staff@oh-shun.com



## 水沢競馬場 パートさん募集

職種▶ パートさん募集 週2日~3日程度

仕事内容▶ 場内清掃・馬券発売・競馬補助業務など

雇用形態▶ パート

資格▶ なし 未経験者歓迎

勤務地▶ 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

勤務時間▶ 8:30~21:00までの6~7時間15分

(職種により勤務時間が異なります)

休日▶ 日・月または日・月・火曜日の週2~3日勤務

給与▶ 時給920円 部署により手当あり

通勤手当 超過勤務手当 繁忙手当(1,000~5,000円/日)

応募▶ まずはお気軽にお問い合わせください。  
問い合わせ日時▶ 土曜~水曜日 11:30~15:30

水沢競馬場 ☎0197-23-2999

〒023-0831 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

## 水沢競馬場 コース整備オペレーター募集

職種▶ コース整備オペレーター

仕事内容▶ 大型トラクターでの整地作業

雇用形態▶ 契約社員 社保完備

資格▶ 大型特殊免許取得者

勤務地▶ 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

勤務時間▶ 8:30~16:45

休日▶ 週休二日制 年間120日

給与▶ 174,100円 他手当 通勤手当 超過勤務手当等

応募▶ まずはお気軽にお問い合わせください。  
問い合わせ日時▶ 土曜~水曜日 11:30~15:30

水沢競馬場 ☎0197-23-2999

〒023-0831 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

**MAESAWAクラシックサロン Vol.13**  
～ピアノが奏でる愛と情熱の調べ～  
**齊藤一也ピアノリサイタル**

山梨県出身。東京藝大付属高、同大学卒業後、パリ国立高等音楽院、ベルリン芸術大学を最優秀で卒業。東京音楽コンクール最高位、日本音楽コンクール第2位及び三宅賞・岩谷賞など数々の賞を受賞。

日付/11月18日(土)  
開場/13:30 開演/14:00

入場料/前売一般 1,000円  
高校生以下 500円

※当日各500円増 ※未就学児重入場不可



**ワンコインシネマ 銀河鉄道の父**

日付/11月23日(木・祝)

開場/①9:30 ②13:30 ③17:30

開演/①10:00 ②14:00 ③18:00

入場料/500円(当日200円増)



©2022「銀河鉄道の父」製作委員会

**前沢ふれあいセンター**  
奥州市前沢字七日町104  
TEL 0197-56-7100

**大和証券グループ presents**  
**辻井伸行日本ツアー2023/24**  
**《楽興の時》**

悲哀と哀愁、そして幸福に向かって。  
辻井伸行が描く極上のロマンティズム。

《演奏予定曲目》

バッハ: フランス組曲 第5番

ショパン: 4つの即興曲

ラフマニノフ: ヴォカリーズ、楽興の時(全曲)

日付/12月22日(金)

開場/18:15 開演/19:00

会場/大ホール

入場料/S席 7,800円 A席 6,800円

B席 5,800円

※未就学児の入場はご遠慮ください。

【全席指定】

特別協賛: 大和証券グループ

オフィシャル・エアライン: 全日本空輸株式会社

主催 岩手めんこいテレビ

共催 一般財団法人北上市文化創造

企画・制作: エイベックス・クラシックス・インターナショナル

制作協力: インタースペース

プレイガイド

さくらホール、イープラス、ニイタカプラスチック

問い合わせ先

岩手めんこいテレビ TEL 019-856-3300

(平日10:00 ~ 17:00)



(C) Yuji Hori

**さくらホール**  
北上市さくら通り2丁目1-1  
TEL 0197-61-3500

**工作体験イベント**  
**うしはくミニ探検隊2023**

工作やゲームをしながら、のんびりたのしくあそぼう!

・ならべてびったりホネバズル

・ペタペタスタンプハンカチ

・うしはくたんけんビンゴ

・あそぼう! モーモーコーナー

日時/11月3日(金・祝) 10:00~15:00

会場/牛の博物館

料金/入館無料・体験無料

(申込不要)



**うしはく座談会特別編①**  
**江戸のなぞなぞ**  
**判じ絵を讀んでみよう**

日時/11月12日(日) 10:30~

会場/牛の博物館

講師/奥州市武家住宅資料館学芸調査員  
菅原郁恵

定員/20名 料金/無料

(要予約※前日までに電話で申込み)

**発掘された奥州市展2023**

**江戸時代のいのり**

**一胆江地方にみる信仰の随物一**

期間/11月18日(土)~12月10日(日)

会場/牛の博物館 企画展示室

※通常入館料でご覧いただけます。

**奥州市牛の博物館**  
奥州市前沢字南陣場103-1  
TEL 0197-56-7666

**「おかげさまで」**

**創業 43 周年!!**

皆様にたくさんの感謝を込めて...

11/17 全国 100 寿司の日

11/23 勤労 感謝の日

**にぎり寿司 実演販売!**

ご褒美に旨いお寿司を!

ご予約承ります!

三陸・大船液で 30年続く 老舗カレー屋の味!!

■カツカレー-KOJKA **700円** (税込756円)

■帆立カレー (180g) **1,100円** (税込1,188円)

■マールセイの贈り物 マチカハニーを使用!

■ニールカレー **1,500円** (税込1,620円)

■幸世の **パンケーキロール 1,500円** (税込1,620円)

**江刺完熟** 今年も**自慢の味**をお届けします!

**江刺産 サンふじ 活き活きりんご**

**ご予約セール開催中!**

もっとたくさんのお客の味と愛情をおいしさでいっぱいにして今年も、出荷スタートです!

完全 木成 無燻

※発送は11月下旬からとなります。ご了承くださいませ。

**K7+ 特選サンふじ**

※店はワンランク上のペケ系サンふじのみのお取り扱いとなっております。

**ののの K7+に登場!**

皮まで食べれる 酸味と爽やかな香りが特徴!

**K7+** 奥州市水沢字川端226 AM9:00~PM9:00 ☎0197-25-4155 dreamkmart インスタグラムで美味しい情報発信中!

おうしゅう女子創業応援セミナー

創業に必要な準備や心構え、成功に導くポイント等の創業に関する理解を深めるセミナーです。軽食を取りながらフランクな雰囲気の中で自己分析や参加者同士で自由に意見交換ができます。

日時/12月16日(土) 13:30~16:30  
軽飲食代/500円  
会場/興州市役所 本庁舎3階 302-303会議室  
[定員20名]  
[受講費無料]  
[託児スペース有]



興州市役所企業振興課  
興州市水沢大手町1-1  
TEL 0197-34-2331

興州水沢  
レイモミコミュニティサークル  
フラダンス無料体験会

フラの美しい音色を聞きながら、南国の踊り・フラの魅力を感じてみましょう!

日時/11月20日(月)・27日(月)  
19:00~20:30(受付開始18:15~)

会場/興州市文化会館 Zホールリハーサル室

持ち物/動きやすい服装(パウスカートをお持ちの方はご持参ください)

・汗拭きタオル・水分補給用ドリンク

講師/岩淵 澄枝(レイモミ小野フラスクール)

申込み/電話・申込フォーム

[お問い合わせ]  
RedStory School  
TEL 0246-25-1380

朗劇劇

泉ピン子の「すぐ死ぬんだから」  
人生100年時代の大ベストセラー痛快読活小説「すぐ死ぬんだから」(原作:内館牧子)を、泉ピン子と、「渡る世間は鬼ばかり」などで共演の多い村田雄浩の2人が舞台化。

日付/11月14日(火) 開演/19:00  
入場料/前売 4,000円(当日500円増)  
※未就学児入場不可  
[全席指定][チケット発売中]



助成/文化庁文化芸術振興補助金(演劇団体による文化芸術振興助成・地域活性化事業(アート・キャラバン2))  
大さか井 設立行政法人日本演劇文化振興会  
※「公文書アートキャラバン事業」産総研へ行政委託

太鼓芸能集団 鼓童

ワン・アース・ツアー2023~翔走  
その一瞬に、響き立つ。鼓童の歴史を網羅した、濃密でエネルギー溢れる舞台。

日付/12月10日(日) 開演/15:30  
入場料/大人 5,000円  
小中高生1,500円

※6歳児未満入場不可 ※当日各500円増  
[全席指定][チケット発売中]



一関文化センター  
一関市大手町2-16  
TEL 0191-21-2121

☆秋の編み物作家展

ベスト・セーター・マフラー・帽子など販売  
期間/11月2日(木)~11月30日(木)



※写真はイメージです。

今月の江刺物産紹介

吉田屋  
☆看板商品の金札饅頭  
☆芋の風味をそのままに仕上げたスイートポテト  
☆江刺りんごブッセ  
☆まどれーぬ



岩谷堂菓園 入札 開催中

定価より約半額からスタート  
江刺バスセンター展示  
岩谷堂菓園生産協同組合



江刺ターミナルプラザ内「バスセンター・えさし夢プラザ」  
10:00~17:00 ※火曜定休日  
興州市江刺豊田町3-1-27  
TEL 0197-31-1611

夢を大きく育てます  
園児募集

- 12ヶ月~2歳児...15名程度
- 3歳児(満3歳児)...15名程度
- 4歳児・5歳児...若干名

※2歳児定員は保育時間と、保育園規模の保育も行っています。  
※日食・茶道・水書・英語など特別教室もあります。

開所時間 7:00~19:00  
(うち3・4・5歳 保育時間9:00~14:30)

学校法人吉祥学園  
認定こども園  
水沢こども園



おいしい  
自園給食で  
元気いっぱい

男児・お問合せは  
いつでもOK  
ご連絡下さい

112年の歴史を生かした  
幼稚園教育を中心に加え、教育保育の  
充実を目指しています。  
★各年齢に応じた次世代に必要な力を身に  
つけられる教育保育を行っています。

興州市水沢大町26  
0197-23-3317  
HPアドレス <http://www.kissho-gakuen.com>  
★ブログも公開中!ぜひご覧ください!

子育て支援  
つぼみ組教室  
(未就学児開放教室)  
要予約(前日正午まで)  
※お子さんの上履き、  
活動中の水分補給用の  
飲み物をご持参ください

子育て相談も  
いたしております  
お気軽にお声  
かけて下さいね

みんな夢中で遊んでいます!



水沢こども園  
NTT  
IDS  
水沢キッズ  
クリニック

2歳児以下  
11/8(※) 12/20(※)  
9:45~10:45

2歳児以上  
11/2(※)  
七五三おめでとう!  
12/26(※)  
雪やこんご  
10:00~11:00

見放題作品数 No.1\*

U-NEXT  
※GEM Partners調べ/2023年8月 国内の主要な定額制動画配信サービスにおける洋画/韓国/海外ドラマ/映画、アジアドラマ/国内ドラマ/アニメを収録。日録、有料作品あり。

U-NEXT × わいわいネット お得なキャンペーン実施中!

月額利用料2,189円(税込) 最新作が楽しめるポイント  
31日間 無料 1,500円分  
U-NEXTポイント

わいわいネット株式会社 〒023-1111 岩手県興州市江刺大通り番5号  
https://www.waiwai-net.ne.jp TEL:0197(31)2288 FAX:0197(31)1618

# イオンシネマ北上

## 映画 すみっこぐらし ツギハギ工場のふしぎなコ

### 【ストーリー】

かわいいだけじゃない、ちょっぴりネガティブでシュールな世界観で子どもから大人まで幅広く愛されている人気キャラクター【すみっこぐらし】の映画第3弾。

とある日、すみっこたちは森のはずれで古くなった建物を見つける。そこはおもちゃを作る工場だった。「いっしょに作ってみよ!」手先が器用なしろくまはミシン、べんぎん?は虫めがねでけんぴんなど、それぞれとくいなことを活かしておもちゃ作りをスタート。でも、なんだかその工場にはふしぎなところがあつて…?



©2023 日本すみっこぐらし協会映画部

11/3(金・初)  
公開

上映スケジュールは  
こちら▶



**令和5年産新栗  
好評発売中**

例包装(35g)  
● 9個入 1,512円 ● 12個入 1,998円  
● 18個入 3,024円 ● 24個入 3,996円(税込)  
〈国内産の新栗のみを使用しております〉

厳選した  
国内産の新栗だけを  
ほつくりと蒸し上げ、  
ほつくりと炊き上げ  
丹精込めて練り上げた  
まろやかな  
栗色の羊羹です。  
この季節ならではの  
美味しさを  
どうぞ  
お楽しみください。

新栗だけで練り上げた  
**純栗**  
ようかん  
**岩倉堂羊羹**

回進堂の秋の美味しさを  
お楽しみください。

**株式会社 回進堂**

T023-1131 岩手県奥州市江刺愛宕字力石211  
TEL0197-35-2636(代)・FAX0197-35-1999  
全国発送承ります。お申し込みは 0120-35-2636

年に一度の「奥州コルネ」大集合!!

# コルネ祭2023

# 11月11日

(土) 1日限定

コルネ祭限定  
早期開店 **9:00 OPEN**

<p>カスタード 通常250円の ところ (税込) <b>220円</b></p>	<p>チョコレート・マロン・抹茶・カフェ 通常260円の ところ (税込) <b>230円</b></p>
---------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------

※ご予約は承っておりません。予めご了承ください。 ※届切れの際はご容赦下さい。

**Pâtisserie Parfum**  
パティスリー パルファン  
〒023-1105 岩手県奥州市江刺杉ノ町2-6  
TEL 0197-34-1807 / FAX 0197-34-1808  
【営業時間】10:00-19:00

# 新築一戸建をお探しのご家族様必見！ 完成見学会開催中

**完全予約制**  
10:00~16:00  
ご予約はコチラから



会場地図は  
コチラから

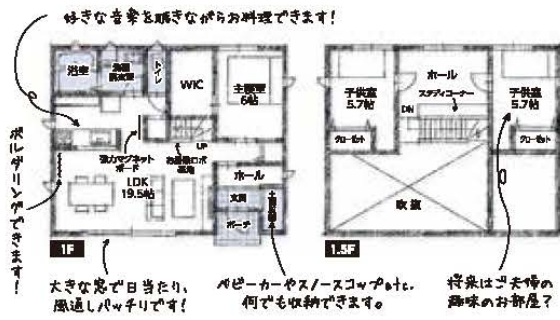


家族みんなが“HAPPY”に喜らせる1.5階建ての家

## 北上市 柳原町モデルハウス



※パースはイメージです。



ガス×電気ハイブリッド仕様の家

## 北上市 しらゆりモデルハウス



会場地図は  
コチラから



新築 リフォーム 不動産 電器工事 リバーク

●一般建築 ●建設工事 ●大工工事 ●内装仕上工事

**0120-55-3804**  
<https://sunhouseiwate.co.jp>

〒023-0003 奥州市水沢佐倉河字後園14-1 サンハウス ショールーム 住まいの情報館  
営業時間/10:00-17:00 [水曜定休] TEL 0197-24-0385

※サンエス設備/サンハウス 岩手県知事許可(般-4)第7297号 宅建業許可番号/岩手県知事(3)第2378号  
(一社)岩手県宅地建物取引業協会会員・東北地区不動産公正取引協議会加盟事業者

**緊急募集 未経験 大歓迎**

**求む！仲間達！**

- ◎営業(新築/リフォームアドバイザー)
- ◎工務管理(現場監督)
- ◎大工・職人(新築/リフォーム)
- その他、協力業者(各種)

お問い合わせは 総務部 TEL0197-23-5224 須藤まで

# 郷の家 -SATO- 家づくり相談会

— 予約制 —

日時 **11/25 (土)・26 (日)**  
①10時～ ②13時～ ③15時～

場所 奥州いえ博パレット村  
EC南部コーポレーション展示場  
(奥州市水沢真城字北垣加羅地内)

予約申し込み QRコード

予約先番号 ▶ 0191-23-3578

こんなイメージの家って建てることできる？  
予算はどのくらいかかるの？  
良い土地が見つからない…。



奥州市で1番餅まきをしている建設会社  
<http://www.ecnanbu.jp> EC南部住宅事業部 🔍 検索

ECハウスパートナー  
**EC南部コーポレーション株式会社**  
奥州市水沢佐倉河字後園71 TEL 0197-22-2255 FAX 0197-24-2555

## 月刊Oh!Shun 個人一般用広告プラン出来ました!!

イベント開催のお知らせがしたい！グループメンバー募集！など、個人としてPRしたい事があればお気軽にお問い合わせください。



お問い合わせはコチラまで…♪ ☎▶ 0197-34-2177 mail▶ [staff@oh-shun.com](mailto:staff@oh-shun.com)

# 40代から健康革命

年齢は変えられないけど  
カラダは変えられます!!

カラダを整え、痛みのないカッコイイ身体づくり  
初回体験パーソナルコンディショニング

80分  
通常 ~~5,500円~~ → **¥3,300**

※食べながら節減するダイエット法も伝授いたします。

動くカラダ研究所  
奥州市水沢中町80-2  
TEL 070-5624-9060  
https://iwate-ktraining.com

## 東北から女性を元気に!

### 女性起業セミナー

第一回 11/12(日) 20時start

**参加無料** 起業に興味がある、自分のスキルを活かしたい、でも何から始めたらいいかわからない... そんなあなたの「はじめの一歩」を応援します!

～全6回セミナースケジュール～  
月1回 オンライン開催 20:00~21:00  
11/12(日)-12/17(日)-1/14(日)-2/18(日)-3/10(日)-4/14(日)  
※毎回内容が深まっていくので全日程参加がおすすめ!もちろん単発参加もOK!

講師: 牧口学の  
東北地域から自分らしい生き方を創る中で多く女性を導くために起業。東北地域の女性を元気にする思いで現在積極的に活動中。

講師: 鈴木万葉江  
子ども二人の動に在りてできる仕事をしたと2年前に起業。起業から案件獲得まで仕組づくりを支援、女性が活躍するサポートを行う。

お申し込みはこちらから!  東北・女性起業セミナー事務局  
LINEでも様々な情報発信をしています。QRコードから友達追加をお願いします。

## お金の小学校

11月生まれ 初心者でもマスターできる全3回の通学制マネーセミナー

別料金だと“老後破綻”します **こんな方にオススメ!**

- 節減に貯金していても増えないと焦る方
- 将来の公的年金に不安を感じる方
- 投資を始めたいけど分からない方

11月教室 開催日 各コース先着3名(先着順)

① 土曜日コース 4日(小学2)11日(小学3)18日(小学4) 14:00~15:30 20代~50代の方

② 月曜日コース 6日(小学2)13日(小学3)20日(小学4) 10:00~11:30 50代~シニアの方も歓迎

③ 水曜日コース 8日(小学2)15日(小学3)22日(小学4) 19:00~20:30 20代~50代の方

会場 弊社 駐車場あり 新しくは **3-NAVICA** イーナビタ

お金の小学校 岩手校 専任講師 大内 功  
大内保康・社会保険労務士事務所【奥州市水沢上坤体 5丁目8-8】

お申込みは、携帯 **090-8927-2825**  
※ご希望のコースをご連絡願います。(担当:大内まで)

## 安心の全国統一サービス

人気のホリデー車検 **¥25,940+** 車検料 **¥25,630**

軽自動車 **48,270円** 車検総額 **51,570円** が割引適用で!!

ワゴン車 ムーブテイス N-BOX など

バイク車検 **38,840円** 車検総額

公道費用 **¥13,760+** 車検料 **¥25,080**

HOLIDAY 安いだけじゃない「スゴイあんしん」売ってます!!

全国フランチャイズチェーン **ホリデー車検奥州**

お問い合わせ、ご予約は... (受付時間) AM9:00~PM6:00 (定休日) 木曜日

**0120-038-405** TEL 0197-23-2224  
株式会社 小沢商会 奥州市水沢佐倉河字杉本125 FAX 0197-24-3711

## 月刊Oh!Shun 加盟店 & 広告募集!!

### 加盟店契約について

- 料金 (1ヶ月 3,600円)  
6ヶ月契約 **21,600円** もしくは 1年契約 **43,200円**
- 加盟店の特典
  - ① 契約期間中、月刊 Oh!Shun を毎月お届け。(上限 50部)
  - ② 広告掲載料金の割引(制作料別途)
  - ③ 「加盟店用掲示板」無料掲載
  - ④ 加盟店情報掲載  
契約期間中、「店舗名・住所・電話番号・営業時間・定休日」を掲載致します。
  - ⑤ 希望により、プレゼント、クーポン掲載可能

### 広告について

- 広告料金(参考) 1段~  
通常料金(制作料込) ..... **33,000円**~  
加盟店料金(制作料込) ..... **27,500円**~

### ショップガイドについて

- お得な取材記事広告 1(取材・校正・制作費含)  
1Pの1/2サイズ ..... **33,000円**  
1P ..... **66,000円**

お申込 お問い合わせ 月刊 Oh!Shun 編集室 TEL 0197-34-2177  
staff@oh-shun.com (受付時間) 月~金 10:30~17:00

## あなたの写真が月刊 Oh!Shun の表紙を飾るかも!?

月刊 Oh!Shun では表紙の写真(イラストも可)を募集しています!

**募集条件**

- ・カラー写真 ・原則は岩手県南を題材としたもの
- ・季節感が有るもの ・応募者本人の作品で、未発表のもの
- ※スマホでの撮影写真は高画質のもの
- ・人物が写っているものは事前に掲載了解があること。

**応募方法**

- 画像データをメールにてお送り下さい。
- ・居住地域・氏名・タイトル・撮影場所・撮影時期を明記
- ・件名を「Oh!Shun表紙応募係」にてお送り下さい。
- ※画像の内容によっては、掲載できないことがあります。

選定は月刊 Oh!Shun で行い、該当者にはご連絡いたします。表紙掲載の場合は、簡単なプロフィールを紹介します。

応募先▶月刊 Oh!Shun 編集室 E-mail▶staff@oh-shun.com ※応募写真・イラストはお返しできませんのでご了承ください。



**矯正歯科** **いとう矯正歯科クリニック**

- 診療科目/矯正歯科
- 診療時間/【火～金】10:00～13:00/15:00～19:30  
【土】9:00～12:30/14:00～18:00
- 休診日/月曜・日曜・祝日



奥州市水沢桜屋敷701  
完全予約制 <駐車場完備>  
**0197-51-7775**  
<http://ito-kyousei.com>

**内科** **医療法人 本田医院 本田胃腸内科**

- 診療科目/内科・内視鏡内科  
消化器内科・腎臓内科
- 診療時間/8:30～12:00  
14:00～17:30
- 休診日/日曜・祝日・水・土・日午後



<駐車場完備>  
奥州市水沢西町4-21  
**0197-23-7581**

**歯科** **高野歯科クリニック**

- 診療科目/歯科・矯正歯科・小児歯科
- 診療時間/9:00～12:00  
14:00～18:00
- 休診日/日曜・祝日・水・土・日午後



<駐車場完備>  
奥州市水沢谷地明円37-7  
**0197-23-2488**

**内科** **ひばりが丘クリニック**

- 診療科目/内科
- 診療時間/9:00～12:00  
15:00～18:00
- 休診日/日曜・祝日・木・土・日午後



<駐車場完備>  
奥州市水沢川端20-3  
**0197-22-8228**

**内科** **かじかわクリニック**

- 診療科目/内科・泌尿器科・皮膚科・外科
- 診療時間/  
【月・木】8:30～12:00/14:00～19:00  
【火・金】8:30～12:00/14:00～17:30  
【水・土】8:30～12:00
- 休診日/日曜・祝日



<駐車場完備>  
奥州市水沢佐倉河字慶徳26-1  
**0197-47-4733**  
<http://kajikawa-clinic.sakura.ne.jp>

**内科** **奥州病院**

- 内科・循環器内科・消化器内科・糖尿病内科・腎臓内科・人工透析内科・泌尿器科・外科・消化器外科・整形外科・腎臓外科・リハビリテーション科・歯科口腔外科・歯科
- 診療時間/【内科・外科】9:00～12:30  
【整形・循環器】曜日による13:30～17:30  
【歯科・歯科口腔外科】9:00～13:00/14:00～18:00
- 休診日/土曜・日曜・年末年始



<駐車場完備>  
奥州市水沢東大通り1-5-30  
**0197-25-5111**  
<http://www.hospital-ohshu.or.jp/oushu>

**竹花乳腺クリニック**

- 診療科目/乳腺外科・内分泌外科・一般外科
- 診療時間/  
【月・水～金】  
8:50～11:30(初診は11:00)  
13:20～16:50(初診は16:00)  
【土】8:50～12:00(初診は11:30)
- 休診日/火曜・日曜・祝日・土・日午後



※初診の方は必ず電話予約のうえ、お越しください。  
<駐車場完備>  
奥州市水沢山崎町8-1  
**0197-24-7000**

**婦人科** **見分森・丸田クリニック**

- 診療科目/婦人科一般・検診・不妊・避妊・日帰り手術
- 診療時間/  
9:00～12:00/14:00～17:30  
※午前11:45、午後17:15に受付終了
- 休診日/木曜・日曜・祝日・土・日午後



<駐車場完備>  
奥州市胆沢小山字川北35-1  
**0197-24-6546**  
<http://marutaclinic.com>

**田村川上医院**

- 診療科目/内科・泌尿器科  
循環器内科・外科
- 受付時間/8:30～12:00  
13:30～17:30
- 休診日/日曜・祝日・木・土・日午後



<駐車場完備>  
奥州市前沢字七日町裏86-1  
**0197-47-3946**

**掲載医院募集中!**

新コーナー DOCTORS INFORMATION  
※先着10医院限定  
一枠6,600円×6ヶ月または1年契約  
※制作費・校正代金  
6ヶ月掲載39,600円(税込) 1年掲載79,200円(税込)

お問い合わせ・掲載希望は下記メールまたはお電話にて  
Mail ▶ [staff@oh-shun.com](mailto:staff@oh-shun.com) TEL ▶ 0197-34-2177  
加盟店入会も同時募集中!お問い合わせお待ちしております。

人と人をつなぐ読者ページ

今月のテーマ

つつい  
買ってしまふもの



# 小梅便り

私の性格上弱くなってしまうのが「期間限定」ものです。お菓子やジュース、期間限定の惣菜など。目を輝かせ衝動買いのように「ああ…また始まってしまった…」と罪悪感も、買ってそのあとの味を楽しむと、さつきまでの罪悪感はどこかに行ってしまう…不思議ですね。人生は一度切り、楽しんで方が勝ちです!

(北上 ぶうにゃん 42歳)

自分100均が好きで良くいきます。つつい必要以外のものまで買ってしまいます。

(北上 タンタン 76歳)

わかりますー!

自分には子供がいないので、つついかわい小学2年生の甥、5才の姪に洋服を買ってしまいます。お金はないが、すぐくすぐ成長して着る服が小さい物を着ている2人を見るとつつい買ってしまいます。こんな経験子供がいない私にはできないことなので、とてもルンルンして楽しく選んでいます。ありがとうございます♡

(江刺 アンドウナッツ 39歳)

普段から値引きコーナーをみてお宝?はないかと買っています。たまに遊びに来る孫に「おばあちゃん買って良い♡」と言われると、値引きが頭から消え「いいよー」と買ってしまいます。孫に甘えればあちゃんです。

(水沢 ちかあさん 67歳)

どこへ行ってもまずコスメ売り場へ一番先に行きます。口紅をつつい買ってしまいます。20本以上ありますが、つつい買ってしまいます。

(北上 みーちゃん 36歳)

スナック菓子、特に新商品、地域限定季節限定にはメチャ弱い。

(水沢 メガネザル 33歳)

宝くじをつつい買ってしまいました。まだ一度も当たったことはいませんが、夢を買ってしまいました。

(北上 やまちゃん 66歳)

夢を買えるのは  
素敵なお事ですよ

お菓子ですね。ふらふらと寄って子供の分と自分の分をつつい買ってしまいます。だから太ってしまうのやめられない!!

(江刺 さはぬ 35歳)

岩塚製菓の「黒豆せんべい」おいしいので家にまだあるのに店頭でみるとつつい買ってしまいます。食欲の秋、関係なしに…。

(北上 おおばちゃん 67歳)

おもしろい・かわいい・めずらしい葉書と封筒。昨年からおば(1人暮らし90才)に毎月手紙を投函してくれます。読むと喜んで電話してくれるのですが、耳が遠いため話はトンチンカン。二人で大笑いして元気になります。先月で30号になりました。「二人とも元気で100号めぞう」と言っています。

(水沢 ちいパー 73歳)

応援しています!

文房具です。書きやすいボールペンやマジック、まだ書けるのにもしかして前よりも良くなっているかも?と、つつい買ってしまいました。

(関 マロン 53歳)

値引きシールを貼ったそうざい見たとたん冷蔵庫に食品がいっぱいになってるのを忘れてしまふ。あのシールには麻薬のような効果があるはずだ。売り場に行つて客の目を見てほしい。宙を泳ぎ焦点は合っていない。こ、こわい!

(水沢 文豪T 63歳)

チョコレートをつつい買ってしまいます。スーパーに行つても、デパートに行つてもちよつと覗いて、板チョコだったり、一粒のお高いものだったり、買ってます。ケキも好きだけど、チョコは疲れた時「ほいっ」と口に入れてにっこり出来るものなんです。好きなんだな。

(前沢 ゆきちちゃん 65歳)

これからの時期は缶のおしるこです。自動販売機でみかけると必ず買ってしまふ。なんておいしいのでしよう。ただ、缶を傾けても中の小豆が全部飲めなくて、缶を振つてトライするのだけど、残つてしまふのが心残りです。

(関 えっちちゃん 56歳)

湯上りのコーヒー牛乳!

(北上 さくら 50歳)

これは外せません!

文房具が好きなので、つつい筆箱とか買ってしまいます。

(水沢 雪 9歳)

黒っぽい服です。これからは明るい色の服を着ようと思うのですが、いざ買う時どうしても黒っぽいものになります。

(胆沢 胆沢のドラエモン 67歳)

「フジパン」「ヤマザキパン」とパン祭りがあり、つつい点数集めに買ってしまいます。(おいしいけど…)お店でフツーに血やエコーパックを買えば安いのは分かっているけど、気持ちはねじりハチマキで毎回頑張つて達成しています!

(水沢 さくらも 54歳)

アイスのガリガリ君、ソーダ味です。カップのかき氷も大好き!! 真夏は一日一本と決めていて、冷凍庫をあけて入っていると、今日はまだ食べていないから…と、手が出てしまいます。糖分に気をつけていても暑さに負ける私。

(水沢 ねこ 76歳)

夕食後に食べたくなるスイーツです。和菓子・洋菓子問わず甘いものつつい買ってしまいます。最近ではカボチャプリンがブームです。

(前沢 みんみ 44歳)

ポテトチップス類です。娘も大好きなのでお互いに別味を買つて、食べ比べをしていく母子です。(笑)。ピールもおいしくなります。

(水沢 ごんべい 49歳)

和菓子が好きなので、水沢の大町方面に行くついで後藤屋さんに寄っていろいろ買ってしまいます。中でもどら焼きは種類も豊富で、とてもおいしいです。

(水沢 ペコちゃん 35歳)

ズバリ「森永チョコもなかジャンボ」ですね!!常に冷凍庫に入っていないとさびしいです。お昼寝の後の「おめざ」に最高です。

(水沢 あきつばめ 70歳)

日本酒です。晩酌で飲むのですがスーパ―やリカーショップにいくとどんな種類があるのかなあ〜!つてみてまわり、飲んだことない銘柄があるついつい買物かごへ!!本当は禁酒したいのになあ!

(水沢 なおパパ 49歳)

これからの季節産直に並ぶ生落花生です。うまくゆでた時は最高です。日をあけず、毎日のように購入してはビールがすすみます♡

(関 ありす 45歳)



食感がサイコー!

さつまいも、カボチャが大好きなばーちゃんです。スーパ―などで外側にイモと表示してあるとすぐ手が出ます。ふかしてもおかしでもパンでもケーキでも...。ついつい買ってしまいます。甘くて、ほんわかで、本当においしい!!

(江刺 Y.E 76歳)

がんずき。お気に入り、大正堂さんや後藤屋さん。産直やスーパ―で見つける買ってしまいます。

(水沢 M.T 58歳)

ローソンのからあげ君、支払いに行ったのに買ってしまおう。

(江刺 3人の子豚姫のママちゃん 44歳)

コンビニ、本屋とかで好きなキャラクターの「番くじ」を見つけてしまおうとついつい買ってしまいます。ハズレると分かっているけどやめられない。

(水沢 踏んだり踏ったり 54歳)

手ぬぐい。近頃はミニジューアムショップのおしゃれなお土産品としても人気です。昨日は草間彌生さんの手ぬぐいを山登りをして、夏油三山の手ぬぐいを温泉でゲットしてきました! (ラストの1本でした)

(北上 お嬢のマミィ 55歳)

陶器市に小物の陶器を買いに行っています。我家の食器棚には積み上げられたまま使用することもない陶器だらけで我家のガラクタ市になっています。それでも懲りずに陶器市には毎回通って陶器買いをしています。

(金ヶ崎 瀬戸物大好き爺さん 76歳)

「赤札」と言うんでしょうか?お値段の安くなっているもの、見切り品、季節の処分品。もしかしら無くても何とかなるものでも安いーに飛びついてしまおう。帰ってから反省することもあり。得しているようで得してないですね...

(北上 ねこねこ 60歳)

孫へのおもちやです。見た時の孫の笑顔がたまらないですね!

(関 マナビー 64歳)

それは財布のヒモも緩みますね...

半額シールの貼ってある食品たち。お得だと感じ買っちゃいますね。そして私は太る...

(前沢 193 31歳)

図書館でも借りていますが、料理本です。だいたいぶつかれている料理本も本棚でまだがんばっています。

(水沢 主婦 51歳)

おやつです。購入時は孫に食べさせるために購入するんだと強い思いで買うのですが、一週間も経つと私の口に入ってしまうのでした。孫が来てからおやつを買えばいいですね!

(金ヶ崎 さつき 57歳)

中古のデジタルカメラ。色型の珍しいカメラを見ればついでに手袋が高価だから...

(花巻 花巻ウルトラマン 74歳)

旬の食材を使った、特に季節限定のモノを目にするついでに買ってしまう。とれたての野菜やくだもの。手作りのお惣菜などもありがたく感謝して買ってしまおうです。作ってくださった皆様に感謝を込めて。ありがとうございます。

(水沢 びーちゃん 63歳)

「チョコレート」です。10月に入りすっかり秋めいて、涼しさ通り返して寒い日もありますね。ほっこりしたくなる時は「チョコ」と「ヒー」で癒されます。「チョコ」も色々ありますが、あまり甘くない、ほろ苦めのカカオ70%位が好きです。

(江刺 ノンちゃん 57歳)

割引シールのついたおまんじゅう。たまに食べると幸せを感じます。

(前沢 かんかん 50歳)

割引シールが更に幸せをプラス!

調味料が広告の品価格で販売している在庫があつてもついつい買ってしまいます。

(水沢 たーこ 87歳)

おもしろTシャツを見つけるとついつい買ってしまいます。

(北上 トツティ 42歳)

ドラッグストアでジャンプ・リンスの試供品があるとすごく嬉しくて色々選んで買ってしまいます。1000円ちょっとで試せるし、泊旅行や温泉などでも大活躍なので。ペリーショートです。が全量使い切ります。

(北上 にぎり飯なす子 49歳)

みどりの箱に入った洋酒入りチョコ、パックスです。秋から冬にかけて寒くなると食べたくなります。口の中でチョコをパクツと割るとブランドーがトロリと出てきて1箱食べてしまいます。1箱336カロリーあるんだけどね...

(水沢 白こはん 65歳)

確かに箱入りチョコは気づけばすぐに空になってしまいます...

◆おーしゅんへ♪

ようやく秋らしい季節になってきました。温泉グルメ、参考にしたいと思います。

(江刺 あここ 46歳)

温泉グルメ特集良かったです。色々美味しそうなメニューがあり、それぞれの温泉のこだわりも見えました。

(水沢 ラッキービエロ 55歳)

表紙が秋らしくきれいですね。

(水沢 桜子 54歳)

初めて「りよんりよん」さんで肉巻きおにぎり梅ジュースを食べ、飲んでみました。とてもおいしくて手みやげまで買ってみました。また行きたいお店です。

(水沢 H.S 70歳)

「今月の一杯」に誘われて「りよんりよん」さんに初めて行ってきました。アジフライのお弁当といもの汁、美味でした。

(江刺 O.B.A 63歳)

\* 来月号のテーマ \*  
**2023年**  
**楽しかったこと**

巻末のアンケートハガキ、質問ハガキ、FAX、メールにてお寄せください。お待ちしております。

株式会社 梅小花通信社  
【月刊Oh!Shun編集部】  
〒023-0402  
奥州市塩沢小山字下笹森89-1

☎ 0197-34-2177  
FAX 0197-34-2178  
staff@oh-shun.com



# ペットの写真コーナー

欄間の障子ぶち抜き。



江刺  
菊池さんの  
にこ  
(メス・15歳)

ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ  
ふわふわ



奥州市  
佐藤さんの  
チャコ  
(メス・7歳)



相模原市  
おたけさん

胆沢  
小澤さんの  
ぐれ  
(オス・4歳)



一関  
小山さんの  
シマ  
(オス・11歳)

ちゅーる  
うまうま

あなたのおうちのペットをOh!Shunに載せませんか？写真の送り先はこちらまで▶[staff@oh-shun.com](mailto:staff@oh-shun.com)  
件名を「ボチタマ」にして送ってね！ペットのお名前・性別・年齢と、飼い主さんの苗字・居住地域も教えて下さい。



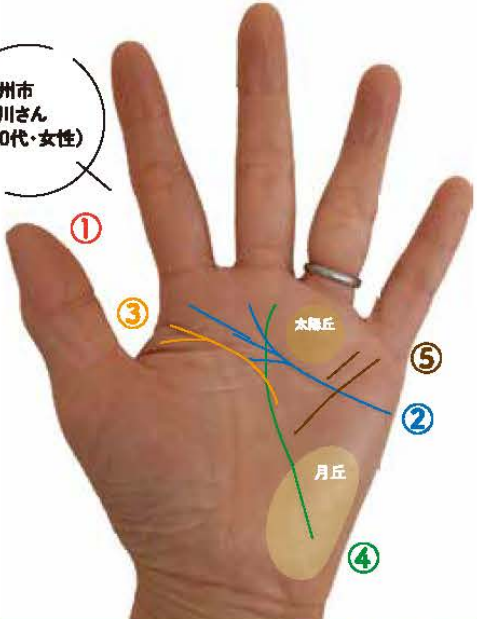
# うめちゃん手相鑑定



手相鑑定を勉強中のうめちゃんが貴方の手相の気になる箇所をピックアップ!

### Vol.18

奥州市  
及川さん  
(50代・女性)



#### ① 大きい親指

親指が目立って大きい人は知能指数が高い人が多く、その為、他者を顧みず何でも自分の思い通り振る舞い、孤立しやすい傾向にあります、思いやりの気持ちを持つことが大事。

#### ② 枝別れした感情線

感情線から枝分かれした線が濃く長い人は感情表現が豊か、また、知能線に接近している場合、その人は強い意思を持って物事を最後までやり遂げる性格で頼り甲斐のある人です。

#### ③ 知能線の始点の枝分かれ

枝線が生命線の内側に少し入り込んでいる場合、用心深さがあり、細かいことに気を配る性格です。

#### ④ 月丘から出る運命線

運命線が小指下の月丘から出ている場合、実家や地元から離れるとイキイキします。

#### ⑤ 財運線

水星丘の真ん中よりも太陽丘寄りに財運線がある場合、人よりお金の扱い方がうまいことを示しています。投資に挑戦してみてください。

現在、「うめちゃん手相鑑定」は沢山のご応募を頂いており、募集を一時的に停止させていただいております。募集の再開につきましては、決まり次第お知らせいたします。

# Oh!Shun Members Message Board



## OIGEN ファクトリーショップ

休日のちょっとした時間にオープン  
を使わず作れる、混ぜて焼くだけ南  
部鉄器のフライパンケーキを作って  
みませんか?

奥州市水沢羽田町宇堀ノ内45番地  
☎0197-24-2411  
10:00~17:00  
※水曜定休



## お仕事相談 (株)プロワーカー

地域密着型 人材の育成を積極的に行い  
ます。派遣雇用についての説明も丁寧  
に行っています。気になる求人や、雇用形態、疑  
問に思うこと、お気軽にお問合せ下さい。

奥州市江刺八日町1-9-37  
☎0197-31-0543  
8:30~17:30  
※土・日・祝日定休



## 大正堂菓子舗

お芋さんがおいしい時期ですね♪  
季節限定「芋ようかん」大好評販売  
中です!ご予約も承ります。

奥州市水沢羽田町駅前1丁目63  
☎0197-23-4295  
9:00~18:00  
※水曜定休




## ハートアイ

いよいよ寒い季節がやってきました。冬恒例の  
カニ、スキーリフト券、お正月花教室、クリスマ  
スクラフト教室等開催予定です。イベント情報  
はハートアイ会報誌、HPをごらんください。

奥州市水沢横町2-1 メイプル地蔵  
☎0197-51-1484  
9:00~18:00  
※土・日・祝日定休




## 田村川上医院

循環器と泌尿器の専門で医です。心電図  
異常、動悸、おしこの悩みご相談下さ  
い。只今看護師さんを募集しています。

奥州市前沢字七日町裏86-1  
☎0197-47-3946  
8:30~12:00 13:30~17:30 ※木・土曜午前のみ  
※日・祝日・木曜土曜午後定休




## 竹花乳腺クリニック

マンモグラフィーの痛みを和らげるに  
は、肩の力を抜く体はねじらず、遠  
くを見て立つといいです。

奥州市水沢山崎町8-1 ☎0197-24-7000  
8:50~11:30(初診は11:00)、13:20~16:50(初  
診は16:00)、土曜12:00受付(初診は11:30)  
※火・日・祝・土曜午後定休



## フォトスタジオ 近代社

七五三撮影中!今年もたくさんの笑  
顔を写すよ☆パパ・ママ スマホ撮影  
OK!詳しくはHPへ!

奥州市水沢中塚9-1  
☎0197-24-1140  
9:00~18:00  
※年末年始定休




## 大内保険事務所

高校の家庭科で資産形成の授業始まる。  
弊社も新たな企画「お金の小学校」を開校  
生徒さん申込受付中!!(本誌P16掲載)

奥州市水沢上師体5丁目8-8  
☎090-8927-2825  
9:00~17:00  
※土・日・祝日定休(事前連絡で定休日対応可)




## お茶の菅原園

日本茶を美味しく飲んで免疫力を高めましょ  
う。日常のお茶からご贈答のお茶、茶器、茶の湯  
道具、和雑貨そして抹茶カフェを営業中です。

奥州市江刺西大通3-11 一中交差点そば  
☎0197-35-1521  
9:30~18:30  
水・第1日曜定休






## きもの(有)あさ川

振袖レンタル¥55,000~(税込)  
(振袖・長襦袢・袋帯・重ね衿・帯  
ヅ・帯揚・着付1回込)  
お気軽に、お問合せ下さい!!

奥州市水沢台町5-5  
☎0197-25-6165  
10:00~18:00  
※月曜・祝日定休



## 整体 & リンパメディカル 心療術院

痛みとリンパの専門院(腰痛・ぎっ  
くり腰・肩こり・関節痛・片頭痛・手  
術後のリンパ浮腫etc)

奥州市水沢北五沢11-5  
S.Tオフィス102号(水沢中学校E7号前)  
☎0197-22-6266  
9:00~19:00 ※日曜定休




月刊 Oh!Shun は、岩手の県南地域の活性化を目的に発行している情報誌です。加盟店はこの趣旨にご賛同いただける方のサポーター制度です。ご支援・ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。加盟店料は月々3,600円(税込み)/6ヶ月または1年のご契約、加盟店には広告割引など各種特典がございます。お問い合わせ・加入希望はメール [staff@oh-shun.com](mailto:staff@oh-shun.com) または TEL0197-34-2177 までどうぞ。(平日 10:00~17:00)

## 水沢

店舗名	住所	TEL	営業時間	定休日
<b>ファッション・雑貨・デザイン</b>				
ブレッセ水沢店	水沢横町 229	0197-22-5544	10:00~18:00	不定休
きもの京紅 水沢店	水沢横町/目黒コブアパル1階	0197-51-7311	10:00~19:00	水曜日
梅小花	水沢横町 41	0197-24-3100	10:00~18:00	お盆、年末年始
ふりそで マイン	水沢土田 11-10 梅ものおのぞり1階	0197-51-6660	10:00~18:00	水曜、木曜日
きもの(有)あさ川	奥州市水沢台町 5-5	0197-25-6165	10:00~18:00	月曜・祝日
<b>美容・理容・健康</b>				
ナカノメ薬局	水沢吉小路 46-1	0197-22-2047	9:00~19:00	日曜・祝日
錦及川薬局	水沢横町 81-2	0197-23-2632	8:30~18:30(土曜14:00まで)	日曜・祝日
美容室ベルモード	水沢寺小路 2	0197-23-6335	9:00~18:00	月曜、第1・3火曜日
ヘアサロンズキ	水沢土田 11-5 S.T.オフィス102号	0197-22-6266	9:00~19:00	日曜日
ヘアサロンズキ	水沢大手町 3 丁目 35	0197-23-3929	8:30~18:00	月曜、第1火曜日
錦及川薬局 けいとく店	水沢佐倉河字豊徳 26-2	0197-47-4471	(月・木)8:30~19:00 (火・金)8:30~17:30(水・土)8:30~12:30	日曜・祝日
cut salon FIX	水沢東大通り 2 丁目 1-7	0197-22-5585	9:00~19:00	火曜日
クレイガーズ奥州水沢	水沢横町 99	0197-34-0626	平日14:00~22:00、土・日・祝11:00~20:00	月曜日(祝日の場合は翌日)
<b>お菓子・飲食店・スーパー</b>				
コーヒーハウスりよんりよん	水沢中町 39	0197-25-2965	10:00~18:00	日曜・祝日
蕎麦 悦	水沢中町 23-78	0197-27-0985	(火~土)11:30~14:00 17:30~L.O.20:00 (日)11:30~14:00(夜は予約コースのみ)	月曜日(祝日の時は火曜日)/第3火曜日
菓子処 後藤屋	水沢大町 78	0197-23-2931	8:30~18:30	年中無休
お食事処 梅ふたつ	水沢吉小路 48-4	0197-23-4664	11:00~14:00、17:00~20:00	不定休
梅餅と餅屋の店 ささ忠	水沢横町 205	0120-23-3621	(1F餅売店)10:00~18:30 (2F食事処)11:30~14:00(L.O.13:30) 17:30~21:10(L.O.20:30)	日曜日、月一回水曜日
Kマート	水沢川端 226	0197-25-4155	9:00~21:00	年中無休
南町 更科	水沢南町 5-25	0197-23-4017	9:30~14:30	毎月1・10・20日
レストラン エルミタージュ	水沢佐倉河字藤田 17-2	0197-24-7284	11:30~14:30(L.O.13:30)、17:30~20:00(L.O.19:00)*夜は要予約	月曜日
回転蕎麦 清次郎 水沢店	水沢佐倉河字豊徳 49-1	0197-51-8585	11:30~21:00(L.O.20:30)	年中無休
大正堂菓子舗	水沢羽田町駅前 1 丁目 63	0197-23-4295	9:00~18:00	水曜日
<b>くらし・生活</b>				
ハートアイ	水沢横町 2-1 メイプル地蔵	0197-51-1484	9:00~18:00	土・日・祝・年末年始
水沢ガスショールーム	水沢横町 95 メイプル西館	0197-25-8888	9:00~17:00	年末年始・GW・お盆
有限会社 鳥海米穀店	水沢東町 27-1	0197-23-2322	9:00~18:00	日曜・祝日・第2土曜日
リカーハウスこばやし	水沢中町 88	0197-24-3939	9:30~19:00	日曜・祝日
株式会社 ハローワーク	水沢町 3-12	0197-47-4151	8:00~17:00	
うたたねカフェ さくらの湯	水沢佐倉河字明神堂 27	0197-51-6211	10:00~21:00(受付20:30まで)	第1・第3水曜日
フォトスタジオ 近代社	水沢中城 9-1	0120-24-1140	9:00~18:00	不定休
水沢信用金庫本店	水沢宇日高西 71-1	0197-23-5191	9:00~15:00	土・日・祝・年末年始
税理士法人 あおば会計	水沢字谷地町 60-9	0197-25-6330	8:30~17:30	土曜・日曜日
フォト EYE	水沢南大館 1 丁目 1-1	0197-25-2680	9:00~18:00	年末年始
水沢 翠明荘	水沢大手町 5 丁目 33	0197-25-3311		年中無休
株式会社 正和印刷	水沢川原小路 1	0197-23-2431	8:30~17:30	土・日・祝日
岩手日報自給株式会社 水沢店	水沢宇多賀 6-2	0197-24-1123	9:30~18:30	水曜日
さすがや	水沢桜屋敷西 28-10	0197-47-5010	10:00~19:00	年中無休
有限会社小沢商会	水沢佐倉河字中ノ町 60	0197-23-3331	9:00~18:00	日曜・祝日
珠玉の湯 薬師堂温泉	水沢佐倉河薬師堂 27	0197-23-4126	5:00~21:00(受付20:00まで)	年中無休
オートボックス 水沢店	水沢佐倉河字横枝 4-1	0197-25-3188	10:00~19:00	年中無休
ドコモショップ奥州みずさわ店	水沢佐倉河字後橋 29-1	0120-554-440	10:00~19:00	第2火曜日
ホンダカーズ岩手南端	水沢佐倉河字藤田 25	0197-23-5300	9:00~18:30	年末年始・お盆
リサーチ シーズの抄	水沢佐倉河字川原田 71-1	0197-51-5100	9:00~21:00	火曜・第2・4・5水曜日
錦トキワ	水沢佐倉河字羽田 74-1	0197-24-5998		
あべ印刷錦	水沢佐倉河字東広町 60	0197-24-8303	8:30~17:30	土・日・祝日
シャティ たつのや 水沢店	水沢花田町 1-5-35	0197-25-3711	9:30~18:00	元日

加盟店にOh!Shunを設置しています♪お近くのお店でゲットしてください!

店舗名	住所	TEL	営業時間	定休日
<b>暮らし・生活</b>				
JA岩手ふるさとローンセンター	水沢東大通り1丁目8-17	0197-34-4018	9:00~18:00(10~3月は17:00まで)※日曜日16:00まで	土・祝・年末年始
錦水沢タクシー	水沢東大通り2丁目3-30	0197-25-8181	24時間営業	年中無休
産直 来夢くん	水沢真穂字杉の下51	0197-26-4141	(直売部)9:00~18:00【通年】(レストラン)11:00~15:00 (アイス工房)9:00~17:00 (ペーカリー)9:00~15:00	第2水曜日・1/1・1/2
大内保険事務所	水沢上筒体5-8-8	0197-34-0638	9:00~17:00	土・日・祝日
OIGENファクトリーショップ	水沢羽田町字郷ノ内45	0197-24-2411	10:00~17:00	水曜日
有限会社 アルファー住設	水沢真穂字北上野1-3	0197-22-6448	8:00~17:00	日・祝日・夏期休暇・年末年始
<b>住まい</b>				
錦ヨシダ室内装飾 カーテンハウスルモンド	水沢字聖天122-3	0197-25-2437	9:00~18:00	第1・2・3土曜日
千葉建設株式会社	水沢字内匠田39	0197-23-4018	8:00~17:30	第2・4土曜日・日曜・祝日
M&S エステート	水沢吉小路4-3	0197-22-8631	9:00~18:00	水曜日
サンハウス 錦ケンエステ装飾	水沢佐倉河字熊野堂18-1	0197-23-5224	10:00~17:00(本社/8:00~17:10)	水曜日(本社/日・祝)
EC南信コーポレーション錦 木とくらしの情報館	水沢佐倉河字廣徳71	0197-22-2255	10:00~17:00	水曜日
不動産 アヴァンティ(錦)	水沢字台町1-52	0197-34-1251	9:00~18:00(受付17:30)/日17:00まで(受付16:00)	水・土・祝日
<b>幼稚園・保育所・託児所・高齢者福祉社法人</b>				
水沢こども園	水沢字大町26	0197-23-3317	7:00~18:00(預かり19:00まで)	日・祝・年末年始
<b>病院・医院</b>				
いとう矯正歯科クリニック	水沢桜園敷701	0197-51-7775	(火~金)10:00~13:00,15:00~19:30 (土)9:00~12:30,14:00~18:00	月・日・祝日
内科ひばりが丘クリニック	水沢川端20-3	0197-22-8228	9:00~12:00,15:00~18:00	日祝、木土午後
高野歯科クリニック	水沢谷地明円37-7	0197-23-2488	9:00~12:00,14:00~18:00	日祝、水土午後
竹花乳腺クリニック	水沢山崎町8-1	0197-24-7000	8:50~11:30(初診は11:00),13:20~16:50(初診は16:00) 土曜12:00迄受付(初診は11:30)	火・日・祝・土午後
奥州病院	水沢東大通り1丁目5-30	0197-25-5111	(内科、外科)9:00~12:30※午後の診療についてはお問い合わせ下さい (歯科・歯科口腔外科)9:00~13:00,14:00~18:00	土日祝、年末年始
かじかわクリニック	水沢佐倉河字廣徳26-1	0197-47-4733	(月・木)8:30~12:00,14:00~19:00 (火・金)8:30~12:00,14:00~17:30(水・土)8:30~12:00	日曜・祝日
社団医療法人 啓愛会	水沢羽田町駅前2-87	0197-22-2688		

胆沢

<b>暮らし・生活</b>				
錦ヨシダ室内装飾 カーテンハウス	胆沢若柳字天沢52-7	0197-49-2006	9:30~21:00	水曜日
有限会社 会津ネーム	胆沢小山字岩ヶ尾橋8-3	0197-23-4369	9:00~	日曜・祝日
<b>幼稚園・保育所・託児所・高齢者福祉社法人</b>				
社会福祉法人 奥州いさわ会	胆沢南郷田字加賀谷地416	0197-46-5111		年中無休
<b>病院・医院</b>				
見分森丸田クリニック	胆沢小山字川北35-1	0197-24-6546	9:00~12:00,14:00~17:30	木・日・祝・土午後

江刺

店名	住所	TEL	営業時間	定休日
<b>飲食店</b>				
回道堂	江刺愛宕字力石 211	0197-35-2636	8:30~18:30	元日
日本茶と抹茶カフェ お茶の草原園	江刺西大通り 3-11	0197-35-1521	9:30~18:30	水曜・第1日曜
喫茶 ポプラ	江刺米町 7-6	0197-35-2941	10:00~18:00	月曜
<b>くらし・生活・医院</b>				
株式会社プロワーカー	江刺八日町 1丁目 9-37	0197-31-0543	8:30~17:30	土・日・祝日
ガーデン&エッセンス CLASSICO	江刺八日町 1丁目 8-12	0197-31-1550	9:00~17:00	日曜
わいわいネット株式会社	江刺大通り 1-5	0197-31-2288	9:00~17:00	土・日・祝日
<b>美容・健康</b>				
無印良品 洞爺湖温泉センター中町分院	江刺中町 9-27	0197-35-4157	9:00~18:00(最終18:00)予約優先	日曜・祝日

前沢

飲食・美容・健康・くらし・医院				
前沢牛オガタ牛五おがた原商店	前沢向田 1丁目 22	0197-56-7729	11:30~L.O.14:30, 17:00~L.O.19:30	不定休
ザ・ランド フェイシャルサロン オルタンシア	前沢字沖田 81-12 コーが原田 106 番地	0197-47-4556	10:00~20:00(最終受付18:00)	日曜・祝日
カーリサイクル リプロ	前沢新橋 49-11	0197-56-5938	8:30~17:30	日・祝・他
田村川上医院	前沢字七日町裏 86-1	0197-47-3946	9:00~12:00, 14:00~17:30	日・祝・木土午後

金ケ崎

お菓子・飲食店				
メフレ市場食堂	金ケ崎町六原下二の町 210	0197-41-9111	7:00~13:30	日・祝・市場が休業時の水曜
<b>くらし・住まい・医院・ファッション</b>				
永岡温泉 夢の湯	金ケ崎町赤沢石持沢 6-284	0197-44-3420	日無り6:00~21:00 宿泊あり	不定休

北上

お菓子・飲食店				
お菓子の栄泉堂	北上市駅前町 1-2-17	0197-63-2521	9:00~19:00	年中無休
<b>くらし・住まい・医院・ファッション</b>				
三井住友海上エージェンシーサービス	北上市大通り2丁目3-13北上市ビル4階	0197-72-7626	9:00~17:00	土・日・祝日
株式会社 タカヤ 北上支店	北上市大通り 3丁目 7番 26号	0197-63-2111	8:00~17:00	水曜

産直米暮らしで「食育ソムリエ」として活躍中の平山恵美子さんの主婦レシピ

シュフレシピ  
vol.63  
さつまいもの  
ホクホク焼き



でんぷん(炭水化物)の多さがイモ類の中でトップクラスのさつまいも。実は、白米よりも低カロリー! でんぷんは60~70℃のじっくり温度で甘さがグンッと増します。じっくり加熱することでおいし〜いさつまいもが食べられますよ!

材料(4人分)

- さつまいも…… 500g(大きめ1本)
- ★薄力粉 …………… 大さじ3
- ★砂糖 …………… 大さじ3
- ★黒ゴマ…………… 大さじ1
- バター…………… 20g

つくり方

- ① さつまいもの皮をむき、2センチ角に切ってサッと水で洗います。
- ② 鍋に①を入れてひたひたに水を注ぎ、弱火で粉が吹くまで加熱します。
- ③ 加熱したさつまいもをボウルに入れて粗くつぶし、★を加えて粘りが出るまでよく混ぜ合わせます。
- ④ ③を6センチの円筒状に成型し、2センチ幅の輪切りにします。
- ⑤ フライパンにバターを熱し、④を弱火で焼きます。両面がこんがり焼き色がついたら出来上がりです。



# 月刊Oh!Shun11月号 読者アンケートプレゼント

※当選者には12月10～15日に引換券を郵送致します。  
 ※写真はイメージです。 ※お食事券、引換券はおつりはできません。

- 1**



pressé 水沢店  
 海藻がいっぱい入った  
 丸ごと梅のお吸い物です。  
**《2名様》**

お受取りは  
お店へ
- 2**



きもの京紅 水沢店  
 レースの巾着 **《3名様》**

お受取りは  
お店へ
- 3**



つなぐ～ここから～  
 coco color 通常コース 10%OFF  
**《1名様》**

チケット  
郵送
- 4**



つなぐ～ここから～  
 ANMI 通常コース 10%OFF  
**《1名様》**

チケット  
郵送
- 5**



つなぐ～ここから～  
 TAKATOTO 通常コース 10%OFF  
**《1名様》**

チケット  
郵送
- 6**



日本珈琲社  
 オリジナルブレンド100g **《5名様》**

お受取りは  
お店へ
- 7**



あすみ工房  
 手びねり体験子供1名ご招待  
**《3名様》**

チケット  
郵送
- 8**



なないろの風  
 1時間体験レッスン **《5名様》**

チケット  
郵送
- 9**



須田施術院 中町分院  
 初めての方に5,500円分の施術優待券  
**《2名様》**

優待券  
郵送

◆お一人様一週のご応募とさせていただきます。  
 ◆官製はがきでも受け付けます。  
 ◆応募締め切り：2023年11月30日(木)消印有効  
 ◆プレゼントの当選者様には、郵送で通知させていただきます。  
 ◆貼付する切手に不足分がないよう、ご注意ください。

お手数ですが、**63円分**の切手を貼ってご投函ください。

0230402

POST CARD

岩手県奥州市胆沢小山字下世蔭89-1  
**月刊Oh!Shun編集室**

2023年11月号 vol.206  
 読者アンケートプレゼント発行

※ご精進の フリゼン番号を 1つご記入ください。		<input type="text"/>		性別 <input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
フリゼン	氏名	年齢	年齢	
ペンネーム				
住所	(〒 - )			
TEL	職業			

※応募された方の個人情報をご本誌企画以外の目的に利用することはありません。



「黄金の秋」

撮影者/後藤 知博さん(北上市在住)

撮影場所/「中尊寺」平泉町

## 編集後記 -Editorial Note-

テーマ: ついつい買ってしまうモノ



子どもがハマってるお菓子やケーキ、好きなキャラクターの物。喜ぶ姿を思い浮かべ、ついつい買ってしまう。

akane

紙ものです!付箋やメモ用紙、ポチ袋、レターセットなどなど、デザインが可愛いものから、出展されているものまで。あまり出番がないのだけれど、買って満足。どんどん増えていってしまう...



megumi



コンビニの新作スイーツ。目にしたら最後...カゴにINしてレジにGO!してしまうので、コンビニには極力行かないようにしています。

mie

コスメが好きなものでついつい買ってしまう。アイシャドウとか似たような色を買ってしまったら...可愛いパケがあるとテンション上がって買ってしまったり...可愛いもの大好きです!!



marie

※クーポンご使用の際は、必ず切り取って各お店へお持ちください。基本的に1枚につき1名様有効です。

## 11月号 COUPON

インストラクター安藤舞さん

プライベートレッスン  
4,500円から初回500円引き

※プライベートレッスンのみで使用可

月刊Oh!Shun11月号クーポン(2023年11月1日~30日)まで有効

あすみ工房

陶芸体験500円引き

月刊Oh!Shun11月号クーポン(2023年11月1日~30日)まで有効

日本茶と抹茶カフェ お茶の菅原園

カフェメニュー 50円引き  
※1枚で3名様まで

月刊Oh!Shun11月号クーポン(2023年11月1日~30日)まで有効

不動産 アヴァンティ株式会社

仲介手数料2,000円引き

※ご契約者様に限り有効

月刊Oh!Shun11月号クーポン(2023年11月1日~30日)まで有効

Myppy(ミョッピー)

レッスン10% OFF

※有効期限 令和6年3月末まで

月刊Oh!Shun11月号クーポン

インストラクター安藤舞さん

パレト  
1,000円から初回500円引き

※江刺「表スタジオ」グループレッスンプログラムでのみ使用可

月刊Oh!Shun11月号クーポン(2023年11月1日~30日)まで有効

心療術院

初めて来院の方  
500円引き

月刊Oh!Shun11月号クーポン(2023年11月1日~30日)まで有効

奥州カイロプラクティック 須田施術院 中町分院

初診検査料 1,100円→無料

※予約優先制

月刊Oh!Shun11月号クーポン(2023年11月1日~30日)まで有効

## 2023年11月号アンケート

1 《Oh!Shun》第206号の中から、面白かった記事を選んでください。

今月一杯  自分磨きスキルアップ特集  インフォメーション  
 小梅便り  シェアプレジビ  ペットの写真コーナー  手相鑑定

2 《Oh!Shun》をどちらで手に入れましたか?

3 12月号読者ページ【小梅便り】のテーマ...  
「2023年 楽しかったこと」について教えてください。

4 今月の《Oh!Shun》のご感想・ご意見、その他なんでもご記入ください。  
英訳に行ってもかまいません。また、ご紹介したいお店の感想、または紹介したいお店などありましたらお書きください。

ご協力ありがとうございました。今後も皆様のご意見をご参考に、よりよい誌面作りをめざしていきます。

- ◆ 右記の応募要項をご明記の上、切手を貼ってご投函ください。
- ◆ お一人様一週間の応募とさせていただきます。
- ◆ 官製はがきでも受け付けます。
- ◆ 応募締め切り...2023年11月30日(木)消印有効
- ◆ プレゼントの当選者様には、郵送で通知させていただきます。

※海蔵写真・イラスト等の無断転載はご遠慮ください。



奥州市水沢花園町モデルハウス

For Sale

2棟同時販売見学会

MAP

常盤小学校まで徒歩2分！



PRESENT 予約でもらえる！



WEB予約・初来場特典

人気アウトドアブランドの  
サコッシュプレゼント！

リー・エブロン®  
ウォーターゼトル  
プレゼント！

※数量に限りあり  
先着順です。なくなり次第  
は終了となります。



ご予約はWEBから！

予約専用URLはこちら

Naturie ナチュリエいわて奥州

株式会社タカヤ 奥州営業所  
岩手県北上市大蔵1-7-20

- 奥州市水沢と交差する国道10号・100号の角
- 奥州工業団地内、第一ビル南東角（奥州100号）
- 奥州工業団地内、第一ビル南東角（奥州100号）

tel.0197-63-2111 ご予約はTELでも  
0197-63-2111

新型コロナウイルス感染症拡大防止と  
予防に努めております。

FOLLOW  
ME



ナチュリエいわて奥州 奥州