

今よりもっと岩見沢ライフが楽しくなる情報が満載!

これと

No. 10

TakeFree

Wonderful
Iwamizawa Life
[collet]

成就
祈願号

Happy
Winter

- 岩見沢五大まつり
冬といえば
「IWAMIZAWA
ドカ雪まつり」
- 市民による人気連載も
ますます好調

お得なプレゼント情報!

- 「イオンシネマ江別」/映画鑑賞チケットプレゼント
- 「スパ・イン メーブルロッジ」/入浴券プレゼント

● これとレポーター「これぽ」が行く!
バレンタインデー &
ホワイトデー

結婚について考えよう!

COLLET JOURNAL

寒さも
へっちゃら!

特集
冬の生活情報満載
冬を楽しく
過ごそう

ご自由に
お取りください

第27回 IWAMIZAWA ドカ雪まつり

元気な子ども大集合

こどもスポーツ 雪合戦

賞品
多数

参加者募集

日時: 2月25日(土) 13:00~
対象: 小学4年~6年生
申込み: 5~7名1組で岩見沢青年会
議所(☎23-3964)へ
お申込み下さい。

第7回

岩見沢自衛隊 音楽まつり

合同開催

日時: 2月26日(日) 12:00~14:00

場所: イベントホール 赤れんが

出演: 陸上自衛隊第11音楽隊
岩見沢市立東光中学校



11:20~12:00

岩見沢駐屯地 特製カレーライスを無料提供(限定400食)



2月11日(土)
めざせ2017年!!
雪だるま大作戦
家族や仲間と参加しよう!!

2月24日(金)~26日(日)
岩見沢キャンドルナイト2017
栄耀りをキャンドルで賑やかします。

2/24 金 10:00~19:00

- 開会式
- オープニングアトラクション

2/25 土 10:00~19:00

- スノーラフティング(有料)
- スノーモービル(有料)
- バルシューレ
- バブルサッカー

2/26 日 10:00~15:30

- ジャンボカルタ
- 氷彫刻の実演・展示
- ふれあい動物園
- 人間ばんば選手権
- 豚汁無料配布
- 税金クイズ抽選・表彰式

とき

ところ

2017年

2/24 金 25 土 26 日

駅東市民広場公園

岩見沢市有明町南1番地

主催/一般社団法人 岩見沢市観光協会
主管/IWAMIZAWAドカ雪まつり実行委員会
(お問合せ) 岩見沢市観光協会 (☎0126-22-3470)

これっと

Wonderful Iwamizawa Life [collet]

No.10

contents

04 特集 冬を楽しく過ごそう

冬を健康的に!

東山公園 歩くスキー情報

便利な雪かきグッズ紹介・DCMホームマック岩見沢店

05 「ドカ雪まつり」今年のおすすめ・岩見沢市観光協会

冬の生活をあたたくく!・岩見沢液化ガス

06 トレーニングで健康にストレッチアドバイス・岩見沢トレーニングセンター

07 インタビュー 桜井良治さん「健康の秘訣」

08 特集 バレンタイン&ホワイトデー

こればがゆく!
こだわりのお酒とディナーはいかが

09 手作りスイーツレシピ 小林みさき先生

10 COLLET JOURNAL

結婚について考えよう

NPO法人 赤い糸プロジェクト 代表
大澄宣枝さん

12 冬こそメープルロッジへ

・スパ・イン メープルロッジ

入浴券プレゼント/P.12

<地域の情報と話題>

13 冬のイベント情報

岩見沢・空知イベントガイド
《2017.2.1~3.30》

14 確定申告 準備はお済みですか?

プロジェクトクリスマス
フォトコンテスト入賞作品紹介

15 人気連載

山内陽子/稲葉千津/Joe Garcia/
前川英介

<食と健康、福祉情報>

16 COIインフォメーション「食と健康の達人」

季節をいつくしむ幸せ
冬のお楽しみ情報



今月の表紙写真/

「新春の岩見沢神社」

明治17年から開拓入地を始めた山口・鳥取等12県の土着農者が、18年秋8月総入地を機に、今の元町幾春別川左岸に多数の村民が参加して神祭を行ったのが始まり。29年の大火により社殿が焼失しましたが翌30年現在地に造営。昭和61年創祀百年を奉祝し耐火構造の現在の社殿・社務所ができました。長い間、人々の心の拠り所として地域を守っています。

●岩見沢神社

岩見沢市12条西1丁目3

☎0126-22-0180

写真/栗林真也

17 インフルエンザ対策に!・岩見沢ヤクルト販売

人生の格言

・シルバー人材センター 安藤茂子さん

介護ロボット登場!

・ゆあみーる介護老人保健福祉施設

<読み物連載>

18 人生を変えた本や映画

素晴らしき哉、人生!

・第十回

北海学園大学法学部教授 樽見弘紀さん

「ファニー・ファーム:勝手にユートピア」

・イオンシネマ江別

映画鑑賞チケットプレゼント/P.18

<子育て・生活情報>

19 ビーターバン閉幕!・岩見沢少年少女合唱団

藤女子大生&さわの実コラボ

「hana camレシビ」

これっとスポーツ少年少女応援団

スケルトン女子 藤原香夏さん

22 COLLET MUSIC INFO

サクソプレイヤー 吉田野乃子さん

ライブはMUSIC PLACEで

・有限会社ミュージックプレイス

23 日本商工会議所青年部

第36回全国大会 北海道いわみざわ大会情報

24 「どさんこ びーひゃらあそび組」公演

・岩見沢市あそびの広場



いわみちゃん!は岩見沢市の特産物のイメージキャラクター、
イワくんは大正池で生まれた森の妖精です

Publisher
株式会社スマートリンク北海道

Director & Editor in Chief
高橋 千奈美

Editor
内田 佐恵子
横山 円香

Art Director & Designer
上仙 文江 (Slow design)

Designer
富井 勝伸(富井デザイン制作事務所)

Illustrator
伊藤 優 (HUEI)

Cameraman
栗林 真也

Cinematist
木村 聡

Supervisor & Food
Meister of Iwamizawa

瀬尾 悦郎

Supervisor
横山 孝博

Comic Artist
たまだ としみつ

Special Thanks
岩見沢障がい者
就労支援センター
あかり家

Reporter
こればの皆さん

Printer
株式会社 組合印刷

特集 冬を健康的に 過ごそう

豪雪いわみざわ。家にとじこもってしまいがちではありませんか？

とはいえ、スキー場も2カ所あるし、

恒例の「IWAMIZAWAドカ雪まつり」をはじめ、

冬を楽しむ工夫もたくさんあります。できるだけ楽しみながら、
冬を健康的に過ごす、そんな情報を集めました。

ココロもカラダも
ぽっかぽかになる
情報が満載だよ！



東山公園陸上競技場 「歩くスキー」

3月20日(予定)まで、東山公園陸上競技場で、「歩くスキーコース」を開設しています。スキー用具(歩くスキー、靴、ストック)は無料で貸出し。運動できる暖かい服装で、手ぶらでどうぞ！

■ 9:00~17:00

■ 使用料無料

■ 外周600mコースと、東山公園を周る1,600mコースがあります。

「歩くスキー教室」も実施中！

「岩見沢市歩くスキーの会」による「歩くスキー体験」が開催中です。体力や年齢に関係なく気軽に楽しめる有酸素運動として注目されている歩くスキー。初めての方でも丁寧に指導して下さるので、ご家族で是非ご参加ください。

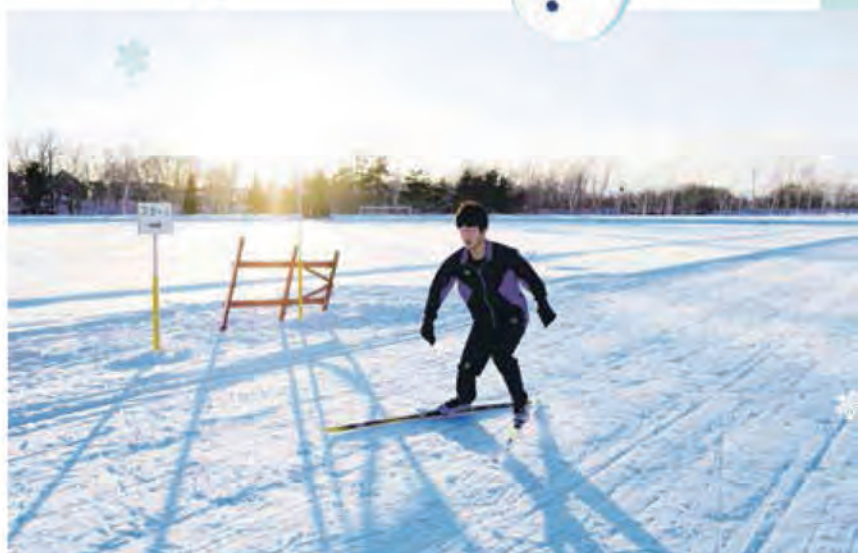
● 開催日/毎週木曜日(2月2日、9日、16日、23日、3月2日)

※天候により中止になることがあります。

● 時間/10:00~12:00(9:30から受付)

● 定員/各日8名(当日受付可。申込順)

● お問い合わせ/事務局 ☎090-6999-7275(大和)



東山公園陸上競技場

岩見沢市総合公園4

☎0126-25-1827(事務局)

雪かきの

体の負担を減らそう

雪かきも大切な運動ですが、急に無理な姿勢をとると腰を痛めかねません。そこで、雪かきの負担をできるだけ減らすおすすめグッズを紹介いただきました。



落とすだけ 「ニュー楽ハンドボー」

4,298円(税込)

力のない女性でも伸ばした棒を落とすだけで楽に氷を割れます。

インナー着脱式 「ウレタンブーツ」

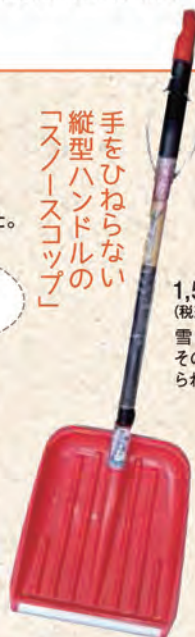
3,194円(税込)

インナー着脱なので春になっても使えます。



インナーだけを
取り出して
乾かせます

手をひねらない
縦型ハンドルの
「スノースコップ」



1,598円
(税込)

雪をすくってそのまま捨てられます。

長時間の作業にも
重宝！

紹介いただいたのは
DCMホームマック
株式会社
かわぐち なおき
川口 尚樹 副店長
「当店の人気商品を
紹介します！」



「あったか手袋」 裏起毛

321円(税込)

防水性に富んでいて、水の中に入れても染みてきません。



● お問い合わせ/
DCMホームマック岩見沢店
岩見沢市大和1条8丁目6
☎0126-22-9900



Destination
Adresse

Iwamizawa

岩見沢市観光協会 information

Télé:

氷の彫刻 実演展示 2月26日(日)

蒸気機関車「弁慶号」予定。

制作物のプレゼントもあります！(数量限定)

こどもスポーツ雪合戦 2月25日(土)13:00～

チーム編成7名(内補欠2名)とし、5名でも参加可能。

ご参加お待ちしております。※(一社)岩見沢青年会議所主催

その他、バブルサッカーやスノーラフティングなど、今年も子どもたちが楽しめる企画が沢山あります！



第27回

IWAMIZAWA

観光協会おすすめ情報！

ドカ雪まつり

<日時> 2017年2月24日(金)～26日(日)

<開催場所> 岩見沢駅東市民広場公園(JR岩見沢駅前東側)
イベントホール赤れんが(有明町南1番地14)

第27回 IWAMIZAWAドカ雪まつり

●24日(金) 10:00～19:00 屋台村/開会式 ほか

●25日(土) 10:00～19:00

こどもスポーツ雪合戦/バブルサッカー体験/スノーモービル
試乗(有料)/スノーラフティング体験(有料) ほか

●26日(日) 10:00～15:30

ジャンボかるた取り大会/自衛隊音楽まつり/人間ばんば
選手権/ふれあい動物園/閉会式 ほか

※スケジュール等が変更になる場合があります。

お問合せ/一般社団法人岩見沢市観光協会 ☎0126-22-3470

岩見沢市有明町南1-1(岩見沢市有明交流プラザ1階)

<http://iwamizawa-kankou.jp>

岩見沢市観光協会 検索

こんにちは！
観光協会の工藤ひろです！
恒例、「ドカ雪まつり」の季節が
やってまいりました。
工藤おすすめ、今年の見所を
ご紹介します！



昨日よりも今日、今日よりも明日、一步一步しょうずに未来へ。

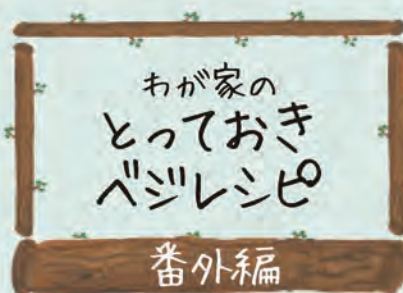


必要な暖を必要な場所で
暖かさを持ち運ぶ、
カセットガストーブ



手軽さが魅力！

イワタニ
カセットガストーブ
ハイパワータイプ
「デカ暖」



いつもはテーマベジタブルを使った
レシピを掲載していますが、
今回は、生活を豊かに、
冬を暖かくする逸品をご紹介します。

暖房器具はコンセントが
必要なものが多い中、カセッ
トガスが燃料なのでコンセ
ントのないスペースや、石油
暖房を使えないお部屋など
にとっても便利です。暖まるま
での時間も短く、キッチンや
トイレ、お風呂の脱衣所など
でも大活躍。そして、備えあ
れば安心。防災用に1
台あると安心。いざという
ときの強い味方！
立春を迎えてもまだまだ
油断できない岩見沢の冬。便
利グッズを賢く使って、どう
か、暖かい冬をお過ごしくだ
さい。



燃料はなんとカセットガス。
カセットコンロのガス缶と同
じ燃料なので、おすすめす
るポイントが、
簡単！
入手も交換もお手軽、簡単
です。一本2時間半くらい連
続燃焼可能！(使用状況や気
温により異なります)
軽い！
わずか4.1kg(ボンベ未
装着)なので女性でも持ち運
びが楽々！
節電に！
電気も電池も不要なので、
好きな場所でもどこでも暖を
とれます。

イワタニ カセットガストーブ ハイパワータイプ「デカ暖」
12,800円(税抜)

●商品についてのお問い合わせ/岩見沢液化ガス(株)



お客様に「安心＆安全」「快適＆便利」をお届けするのが私たちの目標です。

岩見沢液化ガス(株) 岩見沢市3条東14丁目9
☎0120-434-322

岩見沢トレーニングセンター

ランニングマシンやトレーニングマシン、フリーウェイトなどマシンルームが充実。専門のトレーナーが、希望に沿ったトレーニングメニューをつくってくれるフィットネスアドバイスもあります。ハワイアンフラやヨガなど楽しい教室も盛りだくさん！

岩見沢トレーニングセンター

岩見沢市総合公園40 ☎0126-22-6210

■ 営業時間／平日9:00～21:00

日祝9:00～17:00

■ 休館日／年末年始、2/19～26

※日本商工会議所青年部全国大会のため

■ 利用料金／マシンルーム(2時間)一般150円・高校生100円・小中学生50円

※フィットネスアドバイスや各種教室は、別途500円。



特集
冬を健康的に
過ごそう

トレーニングセンター 東 大貴トレーナーが教える テレビのCMの間に 簡単ストレッチ

継続は力なり。
一緒にがんばり
ましょう！



あずま だい き
東 大貴 トレーナー

お尻と 太ももを 引き締める

- ① まっすぐ立ち、片足を前に出して腰を落とす。
- ② 左右交互繰り返す。片足6回ずつ、1セット。

①



②



Point

腰を下ろした時、前に出した足の膝がつま先より出ないように気をつけます。体調を見ながら、足の出し方、腰の下ろし方をかえましょう。

ぽっこり 下腹を 引き締める

座った姿勢で足を床につけないよう、曲げ伸ばし。10～15回1セットを2回。

Point 呼吸は自然に！



岩見沢市総合体育館 トレーニングルーム

レッグエクステンションやチェストプレスなど、あまり使ったことのないマシンもスタッフが丁寧に指導します。トレーナーと一緒に目標を達成していくマンツーマントレーニングも人気。

岩見沢総合体育館トレーニングルーム

岩見沢市北3条西12丁目2-16 ☎0126-25-5210

■ 営業時間／平日9:00～21:00 日祝9:00～17:00

■ 休館日／年末年始

■ 利用料金／マシンルーム(2時間)

一般150円・高校生100円・小中学生50円

※利用者の無料託児サービス(1週間前まで完全予約制)もあります。





冬こそ運動!

さくら い よし はら
桜井良治さん(79)インタビュー

特集
冬を健康的に
過ごそう



運動不足の冬、何かしなきゃ!なんて言ってる方も多い事と思います。健康の為とはわかっていても重い体はなかなか動きませんよね。

美明市にお住まいの桜井良治さんは、現在79歳。昨年江別市で開催されたパワーリフティング大会のベンチプレス部門で、見事130キロを挙げ、堂々2位という成績でした。定年退職後から始められたベンチプレス競技、この19年間に、日本記録を18回打ち立て、世界記録を保持していた事もあります。それまで本格的なトレーニングをした事がなかったという桜井さんが、いかに運動に取り組み、トレーニングを積んできたか、そして、健康の秘訣についてお話をうかがいました。

「いつからベンチプレスを始めたのですか?」

「もともと足が悪く、両足が動かなくなっていました。60歳を過ぎて退職してから手術をしたのですが、そのリハビリで筋力トレーニングをしたのがきっかけです。ベンチプレスは足が不自由でも出来るので始めたら、重いものを持ってもすぐ物足りなくて、もっともっと、と欲が出て。当時は3カ所所リハビリ兼トレーニングをしていました。」

「練習を積んで大会へ、記録挑戦へと意識が変わって行ったのは何か理由は?」

「国内の大会に出て、他の選手がもっと記録を出していて、頑張る気持ちになったんですよ。2002年、テキサスの世界大会で、自分より重度の障害がある外国人がいい記録を出していたので、「まだまだ頑張らないと」と勇氣になりました。その大会では60歳以上の67.5キロ級で世界新の135キロを挙げたんですよ。」

「日本記録もたくさん塗り替えてきて、昨年の大会でも48歳差のライバルを抑え、2位でした。」

「昨年の大会は、コンディションが良くなかったんです。自分で作ったトレーニングのメニューがこなせなくて、自信をなくしていたんですね。そんな時、パワーリフティングの雑誌で、自分より年上の選手が載っていて、どんな体に変化するのかわからないことなんだ、それを受け止めていかなきゃ、と思ったんです。『おい、桜井良治、何をやってるんだ!』と自分を叱りましてね。大会の時も、若い人たちから、『桜井がんばれ!』と声援をもらって、そ

れで何とか130キロを挙げたんです。」

「ずっと記録に、そして自分に挑戦されている、その原動力ってなんですか?」

「私が子どもの頃、母が、『良治、おまえは力があるねえ』と言ったんです。おじ達にも力持ちが多かったんで、思い込んだんでしょね。それが今も心に響いています。本当は自分は力なんてないんじゃないのかって今でも思っんですけどね。いくつになっても母の言葉は忘れないものです。」

「健康管理はどのように?」

「妻が全部やってくれています。食事は三度、ご飯とお味噌汁。お米がパワーになるんですよ。大会の前夜はお肉を食べて闘志を燃やしますけど、基本はご飯。トレーニングの時もおにぎりを持ち歩いてますよ。健康のおかげで、ちよつとは皆さんのお役にたてていると思ってます。というの、医療費がほとんどかかってないんです。」

「今年も大会を控えていますね。」

「7月16日にまた目標の大会があるので、メニューをつくりました。岩見沢のトレセと三笠の施設で練習しています。」

「続ける秘訣は何でしょうか。」

「毎朝暗いうちに起きてストレッチし、体重をノートにつけています。体の状態を朝、確かめるんです。トレーニングの内容もメモをとっています。自分のその時の状態を知って、少しずつ続ける。一気にやろうとしても無理があります。あとは周囲の人たちと楽しくやることですね。」

若い選手のアドバイスもされるという桜井さん。「2020年東京オリンピック・パラリンピック大会に向けて、選手のサポートで何かできるというんですが」とのこと。お話をうかがっていて、日付や記録がすぐに引き出される記憶力に驚きました。毎日、自分に向き合い、大切にされている姿勢がうかがわれます。

年齢や障害に関わらず、着実にトレーニングを続け、常に挑戦し続けている、そんな桜井さんの前には、限界も言い訳もありません。毎日ちよつとずつの努力が自分の、周囲の皆さんのためになる。健康のために何かはじめてみませんか?



1960年代、製菓メーカーや大手デパートのイベントや宣伝で広がったバレンタインデー。女性から男性への愛の告白、といった日本型のバレンタインデーは70年代から定着しましたが、今や、「友チョコ」「ご褒美チョコ」「自分チョコ」に見られるように、プレゼントも変化してきたようです。この時期ならではのちょっとした贅沢で冬を楽しんでみませんか？ 旦那様へのプレゼント、夫婦でのお祝い、時間をかけた手作りケーキ…。もちろん全部自分へのご褒美でも！



これぼ
(これっとレポーター)
Sioがレポートします。

冬を楽しく
過ごそう



これぼがゆく！

Valentine's Day & White Day

バレンタインデー&ホワイトデー

たまには素敵な
ディナーを

カフェレストラン Pino(ピーノ)

☎0126-35-7056

日本語で「絶対的な愛」
イタリアワイン
「アモーレ・アッソルテ」
¥4,000(税抜)
※グラスでの提供は
ありません。



カフェレストラン
Pino(ピーノ)で
素敵な
記念日ディナー



チーズフォンデュメニュー/単品セット(パン、野菜、小海老、帆立、ソーセージ)
一人前 ¥1,500(税抜)・二人前 ¥2,800(税抜)※前菜盛り合わせ、サラダなどがつ
いたコースメニュー(2名様より・大皿盛)もあります。

ハートのエチケットが
印象的！
愛する人との乾杯に
美味しいワインとお料理
が楽しめるお店で、バレン
タインや記念日にぴったり
なワインを発見！その名も
「アモーレ・アッソルテ」。フ
ルボディながらもフルーティ
なオーガニックワインです。
あつあつのチーズフォンデュ
との相性は抜群！ワインの
品揃えが豊富なので、好
みを伝えればシェフが料理に
合わせてセレクトしてくれ
るそうです。ご家族や大切
な人との素敵なひと時にお
すすめです！

カフェレストラン Pino(ピーノ)

岩見沢市10条西1丁目7-2
営業時間/
ランチ 11:00~14:30(LO.14:00)
ディナー 17:30~22:00(LO.20:30)
定休日/火曜日
駐車場/有り 席数/40席



こだわりの
お酒はいかが？

クラモチコーポレーション

☎0126-22-0241

大人のバレンタイン &
ホワイトデーの
プレゼントに
今年で創業100年の老
舗。心も体も温まるお酒を
贈りたい時にはぜひ立ち寄
りたいお店です。今回紹
介いただいたおすすすめは、
可愛らしいイタリアワイン
や、縁起の良い日本酒など。
店内は空知ワインも豊富で、
地元の野菜に相性が良くと
ても身体になじむ味とのこ
と。お酒にまつわるストー
リーも聞けて愛着も生まれ
ます。選択に迷ったら丁寧
にアドバイスしてくれるの
でお気に入りが見つかりま
すよ！



クラモチ
コーポレーション
おすすめ
記念日には
このお酒を



①ハートのラベルのイタリアワイン 左「ピノグリー
ジョ サンクスコレクション」(白)/中央「キャンディ
ラ ブコレクション」(赤)/右「モスカートスプマンテ キュ
ビッドコレクション」(スパークリングワイン) 全て
¥2,500 ②発泡でにがり酒は珍しいと評判「八海
山」発泡ににがり酒(甘口)左720ml ¥1,650/右
360ml ¥935 ③受験生を持つお宅におすすめ 日本
酒 祝酒「開運」(辛口)720ml ¥1,480 ④賢い梅
酒「八海山の原酒で仕込んだ梅酒」720ml ¥1,300
※表示価格全て税抜

大正6年創業、3月で100年を迎える。
右から、3代目社長の倉持靖彦さん、息
子の英誉さん、弟で専務の裕彦さん。



クラモチコーポレーション

岩見沢市3条西6丁目1-1
営業時間/9:00~19:00
定休日/月2回(日曜日) 駐車場/2台



Love Sweet

スイーツを手作りで

高級チョコレートもいいけれど、やっぱり手作りが嬉しい！丁寧に感謝の気持ちを込めた手作りスイーツレシピをご紹介します。

レシピ提供/
Guppy edu.lab 小林みさき先生

「本格的なガトーショコラと、お子さんと一緒につくってほしい簡単ブラウニーを紹介します。6年間片思いだった男性にこのレシピのガトーショコラを贈った女性が、その美味しさゆえに彼の気持ちを射止め、結婚まで発展したという実話があるほど。ガトーショコラとブラウニー。どちらも作ってみてください！」(小林みさき)

ガトーショコラ

15センチ丸型
(ハート型でも)

【材料】

バター 30g
ブラックチョコ 60g
卵白(メレンゲ用).....小2個分(L玉1.5個分)
砂糖(メレンゲ用) 30g
卵黄 小2個分(L玉1.5個分)
砂糖 30g
生クリーム 15g
薄力粉 15g
純ココア 20g

【作り方】

- ① バターとチョコレートをに入れて湯せんにかけ、よく混ぜ合わせる。
- ② 別のボウルに卵白を入れハンドミキサーで泡立てながら、砂糖(メレンゲ用)30gを3回に分けて加え硬いメレンゲを作る。
- ③ 別のボウルに卵黄と砂糖30gを入れ、ハンドミキサーでもったり泡立てる。①と生クリームを加えて混ぜ、②のメレンゲの1/3を加えて混ぜる。(ここまでハンドミキサー)
- ④ ③に薄力粉とココアをふるい入れ、ゴムベラで混ぜる。残りのメレンゲを加えて混ぜ、紙を敷いた型に入れる。
- ⑤ 160度に予熱したオーブンで60分焼き、型からはずし冷ます。



これってミニ辞典

- ガトーショコラ=Gâteau au chocolat. フランス語でチョコレートケーキ。卵黄と卵白をわけ、メレンゲを使用することで生地が柔らかくなる。粉砂糖のデコレーションをすることが多い。
- ブラウニー=Brownie. アメリカの代表的なチョコレートケーキ。四角く焼いて切り分けたり、中にナッツが入ってるものもある。全卵を使ってチョコレートを多く使用しているので濃厚な味わいが多い。



ラッピングは腕のみせどころです

ブラウニー

18センチ角
くらいの型、
空き缶の蓋など

【材料】

ブラックチョコ 3枚
バター 60g
薄力粉 70g
砂糖 55g
卵 2個

【作り方】

- ① ボウルにチョコレートとバターを合わせて湯せんにかけて溶かす。
- ② ①に砂糖を加え泡立て器で混ぜ、溶いた卵も加えしっかり混ぜる。
- ③ 薄力粉をふるい入れ混ぜる。
- ④ 型にオーブンシートを敷いて平らに入れ、170度に予熱したオーブンで20分焼く。
- ⑤ 冷めたら好きな大きさにカットする。ハートのクッキー型で抜いても可愛い。



食べやすい形に小さく切ったり、ハート型の器で焼上げて可愛い。

冬を楽しもう! 2月の限定ディナーコース



通常メニューの Pasta と
ライスコロケも人気



テーマは「冬の野菜をとことん食べる」

- ・岩見沢産米粉とトリュフ入りじゃがいものニョッキ
- ・具だくさんのコンソメスープ
- ・岩見沢産小麦2種を使ったラビオリ
- ・七飯産鹿肉の煮込みとイタリア産ペコリーノチーズを入れて
- ・日高三石ボークフィレ肉と岩見沢産玉ねぎ・お米のオープン焼き
- ・ゴボウのソースとフォアグラのふりかけとともに

全8品のうちの
ほんの一例です

14周年記念特典 特別価格
通常5,000円→ **3,000円** (税抜)

お食事割引券 14周年記念コース料理をご注文のお客様に、
500円の割引券プレゼント
※次回よりお使いいただけます

※2名様より。予約なしでも承りますが、仕込みの都合により数に限りがあります。
※受付は21時までとさせていただきます。(日祝は20時まで)

「旬菜ダイニング Gonji」 ☎126-22-7681 岩見沢市2条東1丁目2-1(月曜定休)



昨今の結婚事情

結婚について 考えよう



これっと編集長 高橋千奈美
(通称: ちなみん)

2 月から3月にかけて、ホワイトデーやバレンタインデーで盛り上がったのは今は昔。女性から男性への愛の告白という風習も少しずつ減っているよう。となると、恋愛や結婚に対する考え方も変化しているのでしょうか？そこで、空知を中心に、男女の出会いから結婚までサポートしている「NPO法人赤い糸プロジェクト」の大澄宣枝代表に、昨今の結婚事情をお伺いしました。

赤い糸の活動について



「赤い糸プロジェクト」とは？

2014年設立、空知を中心に活動。結婚を真剣に望む未婚の男女に、出会いイベントの機会提供や、異性に対するコミュニケーション方法、ライフデザインの提案など、安心な縁づくりを支援。会員登録するとウェブ上での会話や、趣味を同じくする会員同士の少人数イベントの開催、会員検索、気になる方のご紹介、お見合いのセッティングなどのサポートが受けられる。登録には身分証明書提示必須、安心で最適なパートナー探しをお手伝いしている。

高橋編集長(以下高橋) 空知で出会いの場を作られているとのことですが、どんな活動をされているのでしょうか。

大澄代表(以下大澄、敬称略) 今年度で言うと、芦別市の産業後継者結婚支援や、JAきたそらちからの委託事業、また自前のイベントをいくつか企画して開催しています。研修に呼ばれて講演などもししています。私たちは1回だけの婚活イベントを行うというより、結婚支援をトータルに行う団体ですので、行政や商工会議所への働きかけもしています。

高橋 基本的には空知で行われているんですよね？

大澄 そうです。空知にこだわる理由は、出会って恋愛や結婚の話がすすむ時に、遠距離は難しいと思っているからです。育った環境や地域を知った子同士のほうがうまくいくのではないのでしょうか。

高橋 出会いのイベントでは年齢も気にされているんですね。

大澄 きちんと年代を区切って募集していきます。参加する女性たちは結婚に前向きで真剣です。あまりに年の違う人だと将来をうまく描けないこともあるので、できるだけ年代の近い集まりを企画しています。

高橋 いろんな事を考慮されているんですね。法人をたちあげたきっかけは？

大澄 都市部では結婚情報提供会社や、パーティーをされている業者さんもあり、ある程度人が集まっています。その状況を見ていて、自然に出会ってビビっときて結婚する人ばかりじゃないんだって思ったんです。普通の子育てをしている親たちが、自分の経験や主婦ネットワークを活かして、もう少し親切であったかい方法で結婚支援をしてあげたいと思った、ということがきっかけです。

高橋 大澄代表の思いからなんです。

大澄 しかし、一人ではスピードに欠けるし人の人生に関わることなので、信頼できる団体として法人をたちあげました。今は、サポーターのお母さんやお父さんも各地にいて、イベントを宣伝してくれたり、参加者のフォローをしてくれて



おお すみ のぶ え
大澄 宣枝 代表

30年間、共働きをしながら家事に勤しむ。2013年に退職し、2014年「NPO法人赤い糸プロジェクト」を立ち上げ現在に至る。7人という大家族、特に姑や大姑の世話をしながら働くことで、「家族」の大変さや大切さを痛感する。普通の主婦が一念発起し、無謀と言われながらもNPO法人を立ち上げるまでの、家族や多くの方の協力に対する恩は、結婚支援という形で返していこうと決意する。





結婚への意識の変化

います。壁の花、と昔はよく言いましたが、今は女性より男性の方が消極的のよう、私たちが声をかけたらスムーズにいくこともあります。

高橋 結婚に対するニーズは今も変わらないのでしょうか？

大澄 私たちが活動を始めた2014年4月当時、生命保険会社が行った調査では、20代の独身男女の85%が「将来は結婚して子どもは2人もちたい」と回答していたかと思いますが、わずか2年数ヶ月の間にぐっと割合が下がっているかと思っています。

高橋 女性が充実した仕事を持ち、報道では不倫やママ友トラブル、待機児童問題などがあり、結婚して子どもを持つことにあまり夢がないように感じます。

大澄 確かに都市部ではありませんが、地方ではまだ薄いのではないのでしょうか。我が団体には、女性の参加が約280名、男性250名います。うち、札幌から参加が50名くらいで、アンケートをとると空知出身の方が多い。だいたい「親元に帰って子育てしたい」と言います。巷でよく言われる「ひとりばっち育児」で、お母さんが一人で育児する状況もありますよね。こ

んなに子育てが大変なら次の子はいらない、となる事もあるかもしれません。そんな時、子育てで頼りにすることができず。人々や地域があるのは大きな安心感です。そして、パートナーと子育てに対する価値観が近いのも重要だと思います。

高橋 そういう意味では、ある程度同じ目線で結婚を真剣に語り合えるパートナーは大事ですね。

大澄 恋愛結婚での離婚率は40%、お見合い結婚は10%、それで全体30%離婚率。ある程度大人になって、社会に出てから落ち着いた頃になると、結婚してから、あれ、こんなはずじゃなかったという事が少ないですね。

高橋 結婚したい、という気持ちと先だと、愛情という気持ちは後で芽生えてくるものなのでしょうか。

大澄 今も昔もかわらない60%という恋愛結婚の割合があります。昭和40年代から50年代以降から今も60%が恋愛結婚、残りの40%は職縁、地縁、血縁などによるご紹介結婚です。ではその頃と今は何が違うんだろう？というところ、かつては、男女を「妻合わす」情熱をもっていた周囲の人がいた。女性が年頃になると、職場の上司、近所のお母さんたちが将来結婚相手になるだろう異性を紹介してくれたものです。

高橋 周囲が変わったんですね。少子化対策についてですが、結婚の対策も必要？

大澄 もちろんです。平成5年、1.57ショックがありました。1世帯あたりの子どもの数が2人を大きく下回った。少子化対策というけれど、子育て支援だけになってはいないでしょうか。未婚の男女の結婚を支援していくことが最初ではないのかなと思って、行政側にも働きかけをしているんです。今は不妊治療にも

補助金が出る時代。結婚に関して危機感を持つていなくては。

高橋 空知では農家さんの嫁不足が解消されないようですが。

大澄 イベントをしていて、農村地帯だからといって人が集まらないことはありません。集まりやすい方法と一環してフォローできる窓口があるという安心感が大事です。あとは、昔の農家のお嫁さんと今は違うことを農家の男性はアピールすべきです。仕事を持つお嫁さんだっているし、自分で畑をもらって低農薬の美味しい野菜をつくって子どもたちに食べさせたり、6次産業に着手する女性もいます。

高橋 結婚でいろんな可能性が広がりますね。大澄代表が考える結婚の良さって何でしょうか。

大澄 将来ひとりじゃ淋しいよね、というような事ではありませんが、例えば、素敵なバッグを貯金して買う幸せ、これは物質的なものです。人としての本当の幸せは、人からしかもらえないのではないかと思います。パートナーだったり、子どもだったり。子どもの成長は他の喜びにかえられないし、パートナーと一緒にいたら悲しみは半分、喜びは倍になります。一人でいるより、二人！

高橋 そのためにはいい出会いが必要だと。

大澄 今も昔も、恋愛できる積極的な人もいれば消極的な人もいます。結婚に対して意欲的な人もそうでない人もいるのは変わっていません。私たちの年代が、若い人の背中を押してあげるべきなんです。いつもスタッフと話しているんです。「赤い糸プロジェクトが解散できるほどの世の中になるといいね」って。みんながお世話をやきながら、面倒を見て行く、そんな社会が本来の姿だと思っています。

特定非営利活動法人「赤い糸プロジェクト」

URL <http://www.cupid.jp.net>

赤い糸プロジェクト

検索

Facebook「赤い糸プロジェクト」で検索！

結婚に対する男女の意識はそれほど変わってない、変わったのは周囲の環境だという大澄代表。

結婚だけでなく、他人に関わっていく事が変化しているのだろうと感じました。空知の未来を担う人たちの結婚問題、本人たちの課題だけではなくさそうです。最後に大澄代表から一言。「あ、ちなみに、チョコレートはあげたほうがいいですよ。気がある方がいるからね。男性は結構嬉しいものです。」

ちなみんの「取材後雑感」





極上の休日を

Have a luxury holiday in Maple Lodge

スパ・イン メープルロッジ



冬のお楽しみ

期間限定の「かまくらカフェ」

11:30~20:30

シェフのきまぐれスープ250円・コーヒー250円(全て税込)

岩見沢市民へのお得限定プラン登場!

お誕生日や結婚記念日など特別な日にいかがですか?

平日限定! 市民感謝 特別宿泊キャンペーン

2月1日(水)~2月28日(火)

<1泊2食・F1サーロインステーキ付 特別宿泊プラン>

●ファミリールーム(3~4名)/お一人様 8,250円(税込)

●スタンダードツインルーム(2~3名)/お一人様 8,790円(税込)

市民限定特別冬期キャンペーン

「市民感謝特別Week」

2月20日(月)~26日(日)・3月20日(月)~26日(日)

●食事付入浴セット/通常1,700円→1,400円

(道産鶏モモ肉ステーキライスなど4種類から選べます)

●食事付入浴セット/通常1,250円→1,000円

(特製肉味噌の石焼ビビンバなど4種類から選べます)

●日帰り入浴(大人)通常800円→600円(全て税込)

※ご利用の際は、住所が確認できるもの(免許証など)をお持ちください。

●お問い合わせ/「スパ・イン メープルロッジ」

一般財団法人いわさわ地域交流センター 岩見沢市毛陽町183 ☎0126-46-2222

<http://www.maplelodge.or.jp>

スパ・イン メープルロッジから プレゼント!

5名の方に抽選で、3月末まで利用できる入浴券をプレゼントします。応募はメールでこれとへ「入浴券希望」と件名をお願いします。

mail@i-collet.info ※2月20日締切

バレンタイン期間(2/7~14)や
ホワイトデー期間(3/7~14)の
特別デザートプランもあります!



平成28年1月に策定された「岩見沢市総合戦略」において、岩見沢市に人の流れを作る重要な施策として観光への期待が高まっています。それを受けて平成28年3月に策定された「岩見沢市観光振興戦略」の中で観光振興の拠点として重要な役割を担っているのが、毛陽にある「スパ・インメープルロッジ」。平成6年につくられた、カナダ産の丸太をふんだんに使ったログハウスで、市内はもとより、都会にはない癒しの空間として市外からもたくさんの方が訪れています。今年秋、リニューアルの予定で現在計画。より皆さんに愛される施設として生まれ変わる「スパ・インメープルロッジ」。市民としても地域の資源として、大事にしていきたい場所の一つです。是非、リニューアル前に訪れてみてください。皆さんの感想や意見も反映されるかもしれません。

冬のお楽しみ

メープルロッジの温泉

ナトリウム炭酸水素塩硫酸。とろみのあるお湯は「美人の湯」と呼ばれるほど肌がすべすべに! フィンランド式低温サウナは体を芯から温めます。

歩くスキー

ウェア以外の用具は全て無料貸出し。毛陽の動物に出会えるかもしれません。



バブルボールも人気!



フロントの松本直弘(まつもとなおひろ・左) マネージャーと長坂珠美(ながさかえいみ・右)さん。「お待ちしています!」

ライブ・コンサート

いわなびロビーコンサート

2月5日(日)

◎ロビコンVOL.51

<2017 空知の教職員による音楽発表会>

空知管内小中学校の教職員が子どもたちの音楽教育の向上・発展のために実践する発表会。第30回目をいわなびのロビーで開催します。

■開演/14:00(15:30終演予定)

■主催/全空知音楽教育連盟

※今回はいつもと違う日程ですのでご注意ください。

2月15日(水)

◎ロビコンVOL.52 <マジックサロンへようこそ!>

岩見沢在住のアーティスト、高橋圭介氏によるギター&ボーカルでお楽しみください。不思議・フシギ〜。みやぶるのは…あ・な・た、です★

■開演/18:00 ■出演/マジック同好会

3月15日(水)

◎ロビコンVOL.53 <弾き語りに酔う夜>

岩見沢在住のアーティスト、高橋圭介氏によるギター&ボーカルでお楽しみください。

■開演/18:00 ■出演/高橋圭介 ~hopesign~

上記すべて

■会場/いわなび1Fエントランスホール(岩見沢市4条西1丁目3-4) ■観覧無料

■お問合せ/岩見沢市生涯学習センターいわなび

☎0126-24-2333

講座

いわなび健康講座 VOL.12 保険医療の今

3月18日(土)

■時間/14:00～15:30

■場所/岩見沢市生涯学習センターいわなび 2F研修室(岩見沢市4条西1丁目3-4)

■講師/医療法人社団 中央病院 院長 伊藤 正美氏

■定員/100名(先着順・要事前申込)

■参加費/無料

■参加申込/参加を希望される方はお電話もしくはFAXにて、前日までに右記の連絡先へ「健康講座参加希望」の旨と氏名・電話番号をお知らせください。

☎0126-24-2333 FAX0126-24-2334

■お問合せ/☎0126-24-2333(いわなび)

■主催/岩見沢市生涯学習センターいわなび

■協力/岩見沢市医師会

※この講座は岩見沢市健康ポイント対象講座です。

催事

絵画ホール情報

3月11日(土)

◎絵と音の世界「春の土音 ～オカリナの響き～」

■時間/14:00～15:00

■会場/1階展示室

■演奏者/斉藤かすみ(オカリナ)・ピアノ(家下優子)

■曲目/古道(宗次郎) 他

2月13日(月)～3月20日(月)

◎岩見沢市在住作家展

■会場/2階展示室

■出展者/岩見沢市在住の作家

※最終日は16時終了

◎AFS(アートフリースペース)企画

会場は全て1階AFS ※最終日は17:00終了

2月17日(金)～2月28日(火)

・伊藤優イラスト展

3月3日(金)～3月14日(火)

・高木多美子 日本の絵巻(模写)

「鳥獣戯画と絵因果経(えいんがきょう)」

3月17日(金)～3月31日(金)

・下田徹～悠々自適展

上記全て

■入館料/一般 210円 高校・大学生 150円

中学生以下 無料

■開館時間/10:00～18:00(木曜日 13:30～18:00)

■休館日/水曜・祝日の翌日・年末年始

■お問合せ/岩見沢市絵画ホール・松島正幸記念館

(岩見沢市7条西1丁目7) ☎0126-23-8700

市立図書館情報

3月24日(金)

◎ベビカフェ

絵本の紹介や読み聞かせ、親子遊びなどお子さんはもちろん、ママも楽しめる内容です!

■時間/10:30～12:00

■会場/2F多目的ホール

■対象/3歳未満の親子と兄弟・姉妹

■参加料無料

■お問合せ/岩見沢市立図書館

(岩見沢市春日町2丁目18-1) ☎0126-22-4236

https://lib.city.iwamizawa.hokkaido.jp

郷土科学館情報

2月18日(土)

◎古文書教室

■時間/13:30～16:40

■会場/岩見沢郷土科学館

■参加費/無料

3月11日(土)～12日(日)

◎第12回「科学館まつり」

●3月11日(土) 10:30～15:00(参加費100円)

●3月12日(日) 10:30～12:00(参加費50円)

■会場/岩見沢郷土科学館

上記すべて

■お問合せ/岩見沢郷土科学館(岩見沢市志文町

809-1) ☎0126-23-7170

安田侃彫刻美術館

アルテピアッツァ美唄情報

3月18日(土)・19日(日)・20日(月・祝)

◎安田侃の「こころを彫る授業」

通常は当NPOスタッフにより、月に一度行われています「こころを彫る授業」。今回は、彫刻家・安田侃氏が講師となって開催します。

■時間/各日10:00～16:00

■定員/40名 ※申込制(新規の方優先)

■参加費/

●一般/15,000円(白大理石)・10,000円(軟石)

●高校生・大学生/

10,000円(白大理石)・6,000円(軟石)

●中学生以下/

9,000円(白大理石)・5,000円(軟石)

3月25日(土)・3月26日(日)

◎小学生のための「こころを彫る授業」

毎月第一土日に行っている「こころを彫る授業」を小学生向けに開催します。白大理石や軟石をつかって、自分の「こころ」をかたちにすることに挑む授業です。

君の「こころ」はどんなかたちになるでしょう?

■時間/各日10:00～15:30

■場所/スタジオアルテ(体験工房)

■対象/小学1年生～6年生

■定員/各回15名(先着順)

■参加費/3,500円(白大理石)・3,000円(軟石)

※材料費・昼食代含む

■持ち物/防寒着、汚れてもいい服装、長ぐつ、軍手、マスク、丈夫な袋(彫刻の持ち帰り用) ※外歩きをしますのであたたかい格好でお越しください。

■後援 美唄市、美唄市教育委員会

■申込み締切日/3月17日(金)

※なお、保護者の見学も可能です。昼食を希望される場合はお一人様700円でご用意します。詳しくはお問合わせください。

上記すべて

■お問合せ/安田侃彫刻美術館アルテピアッツァ美唄

(美唄市落合町栄町) ☎0126-63-3137

(9:00～17:00 火曜・祝日の翌日休み)

http://www.artepiazza.jp/

北海道グリーンランドホワイトパーク

■営業期間/～3月下旬

■営業時間/9:00～21:00(ナイター16:00～)

■無料駐車場/2,000台

■リフト一日券/

大人:2,700円 小人:シニア:2,300円

■お問合せ/北海道グリーンランドホワイトパーク

(岩見沢市志文町1056) ☎0126-22-2121

www.h-greenland.com/whitepark/

岩見沢萩の山市民スキー場

■営業時間/9:00～21:00(ナイター16:30～)

■無料駐車場/1,500台

■リフト8時間券/

大人小人共通:2,700 シニア:2,500円

■詳細についての問い合わせ先/

岩見沢萩の山市民スキー場

(岩見沢市上志文町502) ☎0126-44-2322

http://www.haginoyama.com

伊藤優イラスト展

2月17日(金)～2月28日(火)



過去の作品からこれとに掲載したイラストも展示します。ボールペン画を中心にした伊藤優のイラストの世界。どうぞのぞいてみてください。

■時間/10:00～18:00(木曜日13:30～18:00)

■場所/岩見沢市絵画ホール・松島正幸記念館

(岩見沢市7条西1丁目7)

■入館料/一般 210円 高校・大学生 150円

中学生以下 無料 ■休館日/水曜

■お問合せ/岩見沢市絵画ホール・松島正幸記念館

☎0126-23-8700

北海道教育大学岩見沢校「i-BOX」information

2016年度 北海道教育大学岩見沢校 修了・卒業制作展

前期/2月7日(火)～2月19日(日) ※2月19日(日)は18:00まで。

デジタル絵画、版画、彫塑、デザイン、情報デザイン、アニメーション、陶磁、空間造形、映像

後期/2月21日(火)～3月5日(日)

日本画、油彩画、木材工芸、金工芸、染織、書、修了生作品

開催時間
いずれも
9:00
～21:00

●会場・お問合せ
北海道教育大学岩見沢校「i-BOX」
岩見沢市有明町南1番地1
有明交流プラザ内2階
☎0126-35-1400 10:00～17:00

i-BOXは、JR岩見沢複合駅舎内にある、市民と学生を結ぶ情報拠点。芸術・スポーツ活動に関する情報収集と発信、相談及び企画立案業務を行なっています。



■イワホ賞「プロクリ」
岸本 和子さん(札幌市) ↓

↑ ■最優秀賞「駅舎」山崎和政さん(岩見沢市)



■カメラの理光賞「岩見沢の集う光」
福士 輝さん(札幌市) ↓



■大会実行委員長賞「メタセコイアのクリスマス」
萩野博行さん(千歳市) ↑



プロジェクトクリスマス2016 フォトコンテスト 入賞者発表!

岩見沢の冬の風物詩、「プロジェクトクリスマス」が今年も幕を閉じました。岩見沢駅前や商店街を飾る美しいイルミネーションに、また一つ思い出が増えたのではないのでしょうか。昨年度から実施のフォトコンテストも50作品以上のご応募をいただき、ありがとうございました。入賞作品が選ばれていますので紹介します!



プロジェクトクリスマス実行委員長 前川英介より

「今年で2回目となるプロクリフォトコンテストに沢山の力作、ご応募ありがとうございました。徐々にグレードアップしている岩見沢のイルミなんですが、新しいものをしっかりと被写体にいれて撮ってくれるととても嬉しく思います。今後更にスポットを増やしていきたいので沢山の応募お待ちしております。」

求む!
協力!

プロジェクトクリスマス スタッフ&共催団体大募集!

2017年、早いもので、プロクリはなんと15周年を迎えます。一緒に盛り上げてくれる運営スタッフを募集中です。点灯式は12月2日(土)予定。それに合わせて共催団体も募集しています。子どもたち、地域の皆さん、訪れてくださる観光客の皆さんのために、岩見沢の冬の風物詩「プロジェクトクリスマス」に力をお貸しください。どうかご協力宜しくお願い致します! ●お問い合わせは
プロジェクトクリスマス実行委員長 前川英介 ☎090-1642-8483



確定申告、必要ではありませんか?

自分が以下に該当するか
しっかり確認を。
最寄りの税理士にも
お気軽にご相談ください

2017年(平成29年)の確定申告は、
2017年2月16日(木)~3月15日(水)です。
正しい知識で正しく申告しましょう。

確定申告
確定申告が必要な人は、給与所得がある場合とない場合に分かります。

確定申告の必要な人

1 給与所得がある場合

会社員などの給与所得者でも、給与総額が多い人やその他の条件に当てはまる場合は確定申告が必要です。

●給与収入が2,000万円を超える人

●給与以外の副収入があり、その所得だけで20万円を超える人

●2力以上の会社から一定額の給与を得ている人

●同族会社の役員やその親族で、会社からの地代、貸付金利息等の所得がある人

●個人事業主の使用人などで源泉徴収が行われていない人

●「退職所得の受給に関する申告書」を提出せずに退職金を受け取り、税率20%の源泉徴収をされた人で、源泉徴収税額が正規の税額より少ない人

●災害減免法により源泉徴収税額の徴収猶予や税金の還付を受けた被災者

2 給与所得の有無が関係ない場合

給与所得の有無に関係なく、次に該当する人で、その所得が基礎控除額38万円を超える場合などは確定申告が必要になります。

●個人事業主の事業所得やアパート経営などの不動産所得がある場合

●不動産やゴルフ会員権などの譲渡売買をして、所得(利益)が発生した場合

●年金等の収入がある場合

※ただし、公的年金収入が400万円以下で一定の場合は、確定申告の必要がありません。詳しくは最寄りの税理士、税務署にお聞きください。

相続税のスピード申告にも対応します!

税理士法人TACS 相続税岩見沢センター

0120-664-588 ☎068-0005 岩見沢市5条東2丁目

「1時間程度の無料相談を行っています。相続などで悩んでいる場合は是非お電話ください。無料相談には事前予約が必要です」

木村聡 所長

税理士法人TACS 相続税岩見沢センター

http://www.taxhouse-hokkaido-zeirishi.com/iwamizawa/ 相続税岩見沢センター 検索

14

ちょっとした生活の工夫で
運気をアップさせてみませんか？

運のしくみをひもとく話

～⑤ 2017年のしくみ～

2017年は酉年。正確には節分の翌日、2月4日の立春から、酉の運勢が始まります。日本では、干支といえば12種類で「十二支」を指しますが、実は120もの種類があることをご存知でしょうか？十二支とは、目に見えない地上のエネルギーのこと。目に見えないとはいえ、決して怪しいものではなくて、時間や季節や方角など、私たちの身近にある地上のエネルギーのことです。地上のエネルギーに対してもう一つ、天上のものがあります。天上のエネルギーは10種類。これを「干」と呼び、10種類あるので「十干」となります。十「干」と、十二「支」を組み合わせて「干支」、10×12で120種類となります。120種類の干支のうち、60はあの世の干支、60はこの世の干支。ちなみにこの60の干支がぐるりと一周することを「還暦」と呼びます。2月4日立春からは、60のうちの34番目「丁酉」（ひのととり）の一年がスタートします。昔ながらの日めくりカレンダーには記載されていますので、良かったら見てみて下さいね。2017年もどうぞ良い年でありますように。



陰陽五行説占い師
稲葉 千津 さん

札幌市・岩見沢市を拠点とし、占い講座・個人鑑定を中心に活動中。夫は自然栽培農家、愛娘と三人暮らし。ホームページは「占いのいなば」で検索して下さいね。



こればレポートファイル

現役国際キャビンアテンダントの山内陽子さんが送る海外情報。岩見沢からあなたを世界へお連れします！

東京都出身。おひつじ座のO型。先日張り切ってオープン初日に桂沢湖のワカサギ釣りに。釣果ゼロ。トホホ。どなたかワカサギ釣りのコツ教えてください～

「冷たくないアイスクリーム」があるのをご存知ですか？興味があるけど、でも美味しくなさそう～なんて思いますが、これ、宇宙食のお話なんです。今回はNASAスペースセンターがあるヒューストンをご紹介しますね。ヒューストンのダウンタウンから車で40分、スペースセンター入り口には、運搬用にボーイング747に取り付けられたスペースシャトルが展示されています。大きい！これ以外も実際に使用していたロケット（中に入れるものもあります）、司令室、月の石などなど。その大きさと臨場感は他では味わえないものばかり。また宇宙船の中での入浴方法のような、なかなか知る機会のない展示や、宇宙食、NASAグッズのショッピングなど盛りだくさん！機会があれば一度は行ってみる価値が十分ある場所です。今回のお食事はイタリアンレストラン「Grotto Ristorante」へ。シーフードが美味しいお店でしたが、一番印象に残ったのはボリュームたっぷりのスイーツ！食べきれないと分かっているにもかかわらず注文してしまい、なぜか幸せな気分になるのは万国共通なのではないでしょうか？

お土産には、クリスマス用にBiscoffのサンタクッキー（写真右 4ドル＝500円くらい）。ベルギーのクッキーですが、アメリカのエアラインで提供されているため米国でも大人気。ほんのりシナモン香るキャラメル味クッキーは、コーヒーにピッタリです。



Hello!

Joe Garciaの Green Light English

ジョー・ガルシアのグリーンライティングリッシュ

英語の慣用句を使ってみよう！

Let's try using Idioms!



英語にも慣用句があるのを知っていましたか？慣用句のことを英語ではイディオムと言います。最初は使いにくいかもしれないけど、正しい使い方ができると自然に聞こえ、文化を理解してくれてと外国人は感じる事ができます。理解して欲しいことは、慣用句と同じで本来の言葉の意味とは変わっていることと直訳することができないということです。例えば、「顔が広いね」を英語に直訳すると「You have a big face!」そのままの言葉で外国人は受け取れるので、とても攻撃的な言葉に感じてしまいます。英語で言うなら「You're very popular!」や「You're well-known!」と言い換えることができます。英語のイディオムもあるので紹介します！

It's a small world!

北海道(世間)は小さいね！

偶然にばったりと同僚や友達に会った時にびっくりして、こんなところでも会うなんて「OOは小さいね」と言ったりするように英語でも同じ使い方です。「It's a small world!」と使ったりします。

Your eyes are bigger than your stomach!

あなたの目はあなたの胃より大きい(!?) お腹が減っている時に買い物に行くと、つい買いすぎてしまったりしますよね？自分が食べられる量よりも食べたいと思う気持ちが大きいということに使ったりします。食事に行くと相手が沢山注文しようとした時に使ってみてください！(笑)

It's a piece of cake!

朝飯前だよ！

この言葉は物事がとっても簡単にできた時に使います！例えば英語のテストがすごく簡単に解答できた時に「My English test was a piece of cake! Thanks to Green Light English!」(笑)と使ってみてください。



ウィンター (3/31まで) キャンペーン中!!

入会金 10,200円⇒2,550円

無料体験レッスンに参加されてから3日以内に利用を決めていただいた方は入会金75%OFF!

Green Light English
＜いわなび教室＞
岩見沢市4条西1丁目3-4
岩見沢市生涯学習センターいわなび

TEL.090-3114-9795
お問合せ / contact-us@greenlightenglish.com
ウェブサイト / www.greenlightenglish.com
＜傾向「はっとかん」教室もあります＞

エイスケは見た! 10

街頭放送でおなじみ
IHK 前川英介さんの
まちなか情報

これと再開おめでとうございます。このコーナーも10回目を迎えて、苦情がきたらやめることとします(笑)。

今年の冬はなにやらおかしいですね。私、まだ一度も屋根の雪下ろしをしていません…。その前に普通の除雪らしき除雪も数回しかしていない物足りなさを感じる岩見沢市民です。2月末には毎年恒例ドカ雪祭り！このままいくとサラ雪祭り～！どうやら商工会議所青年部全国大会北海道いわみざわ大会へ向けての大会長が熱すぎる人だからか？雪降らないようです(同級生…)。困ったもんだ。

ですが、今年はそういった青年部のメンバーが全国から約5,000人！岩見沢に来るそうです。少しでも岩見沢らしいおもてなしが出来ればいいですね。商店街もそういった観光客へ向けてのアプローチをしなきゃです。2月に一瞬だけ岩見沢市民が9万人に増えるんですよ(笑)！そんなチャンスを活かす為に、市内街頭放送でお店のPR！ぜひぜひご連絡お待ちしております(^_^)v

2月半月でもオッケー！詳しくは、☎0126-25-0001 IHK岩見沢放声協会、えーすけまでお待ちしております。

IHK専務取締役 前川 英介さん

三代目IHK所属(ソウル風)。山羊座O型。硬式テニス指導員、岩見沢市スポーツ推進委員副委員長等々。運動系ばかりと思いきや市振興青年部部長、4条通り商店街理事としてもまちづくりに取り組んでいます。

(有)IHK岩見沢放声協会

岩見沢市4条西4丁目 ☎0126-25-0001



COI

センター・オブ・イノベーション

Center of Innovation

COIは、文部科学省のプロジェクトで、10年後の社会を実現するものです。
岩見沢市で実証中。

10年後私たちは「食と健康の達人」になるブレマママから、子育て、高齢者の健康を守り、病後も美味しい食と、楽しい運動で「笑顔のあふれる」社会をめざす。

「食と健康の達人」拠点
プロジェクトリーダー

吉野 正則

(株)日立製作所



高校生と考えた 子育てに優しいまち。

北海道大学COI
「食と健康の達人」拠点×健康経営®シンポジウムの様子

出張で日本各地を訪れることが多く、先日広島へ行きました。東京から新幹線で行った際、名古屋を過ぎたあたりから雪が降り始め、広島に着く頃には車窓からの眺めも雪景色に変わっていました。

この日は日本が強い寒波に見舞われ、雪に不慣れた地域では交通渋滞をはじめとしたトラブルで大変だったようです。岩見沢の近隣の自治体でも例年よりも多い雪に除雪が追いつかず生活に支障が出ていますが、岩見沢市の道路の除雪は完璧に行われていますね。これだけの雪が降りながらも市内の交通渋滞が起らないのは、除雪経験と技術の蓄積の上に皆さんの努力があったからだと感服します。これから課題は、自宅前のドアと道路までの除雪でしょうか。

特に市街地から離れていて、高齢の方が多く住む地域では課題になっています。これは、今後のまちづくりを考える上でも避けては通れないテーマであり、北大COIでも考えていきたいと思っています。

さて、雪対策に限らず「未来のまちづくり」について北大COIは、岩見沢緑陵高校生と考えてきました。今年度のテーマは「高校生が考える子育てがしやすい街」です。

北大COIでは岩見沢市とともに「子育てがしやすい街」を目指して、「健康コミュニケーション」創造プロジェクトを開始しています。お手にとっていたいた方も多いかと思いますが、岩見沢市と北海道大学COIが共同で発行しているフリーペーパーも今月(1月)にはvol.8を発行す

るに至りました。

今回、北海道岩見沢緑陵高等学校の情報コミュニケーション科3年生のチーム5人が「課題研究」の授業の中で、高校生視点の「live」づくりに取り組み、昨年12月17日に開催された課題研究発表会の中で在校生に配布されました。また、これに先だつて北大COIが東京で開催したシンポジウムでも発表を行ってくれました。

今回の活動を通して、我々も彼らのような街の未来を担う世代に子育ての喜びを伝え、共感の輪を広げる重要性に気づかされました。北大COIは岩見沢市と一緒に今年も共感の種を見つけ、皆さんとともに広げて行きたいと思っています。

右:live vol.8
下:別冊live

こちらからご覧になれます↓

<http://www.mcip.hokudai.ac.jp/ebook/fmi/livebessatsu/>今後、岩見沢市で実施されるプログラムやイベントに関する情報は、これとや、市広報、イベントサイト「いつものこと」(<http://www.itsmonokoto.com/>)でご覧いただけます。

いつものこと

乳酸菌シロタ株が 上気道感染症(※)の発症回数を 約半分に減らす！？

※上気道感染症とは、一般的にカゼをさし、インフルエンザも含まれます

成果が
ある
研究

何より
重要
です

前に
対症
する
事

上
気道
感
染
症
は

最近
の
調
子
が
悪
く
て

約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

乳
酸
菌
シ
ロ
タ
株
を
含
む
飲
料
を
飲
む
と
上
気
道
感
染
症
に
か
か
る
回
数
が
約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

シ
ロ
タ
株
を
含
む
飲
料
を
飲
む
と
上
気
道
感
染
症
に
か
か
る
回
数
が
約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

シ
ロ
タ
株
を
含
む
飲
料
を
飲
む
と
上
気
道
感
染
症
に
か
か
る
回
数
が
約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

シ
ロ
タ
株
を
含
む
飲
料
を
飲
む
と
上
気
道
感
染
症
に
か
か
る
回
数
が
約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

シ
ロ
タ
株
を
含
む
飲
料
を
飲
む
と
上
気
道
感
染
症
に
か
か
る
回
数
が
約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

シ
ロ
タ
株
を
含
む
飲
料
を
飲
む
と
上
気
道
感
染
症
に
か
か
る
回
数
が
約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

シ
ロ
タ
株
を
含
む
飲
料
を
飲
む
と
上
気
道
感
染
症
に
か
か
る
回
数
が
約
半
分
に
な
る
と
い
う
研
究
成
果
が
得
ら
れ
ま
す

岩見沢ヤクルト販売株式会社

〒068-0005 岩見沢市5条東15丁目6番地 Tel. 0126-22-4121
ホームページ <http://www.iwamizawa-town.gr.jp/yakult/>

仕事と人生の達人から学ぶ名言・格言



あん どう しげ こ
安藤 茂子さん

昭和12年歌志内市生まれ、20代まで過ごす。昭和58年、岩見沢市に移住。地方公務員や生協の理事などを経て、昭和63年シルバー人材センターに登録。一昨年は副理事長を務めた。現在、北海道食を考える会会長。

「これで良い
いうことはない」

たまたま友人と利用していた体育施設でシルバー人材センターを知り、登録。一人暮らしの老人宅の掃除や食事の支度が最初の仕事で、鍵を預かるほどの信頼を得られたとのこと。『何ごとにも信頼が第一』という安藤さんにお話を伺いました。一北海道食を考える会の会長さんとのことですが、どんな活動をされているのですか。

「食や環境について学んでいます。

全道いろんな地域で班を作って、社会見学やボランティア活動などを行っています。」

「お茶の先生でもいらっしゃいますね。

「今は生徒をとっていませんが、お茶を点てて無心になる時間が好きです。貧しくても心まで貧しくなっちゃいけないという母の教えを大事にして心豊かにお茶を点てています。」

「シルバー人材センターの仕事もあり、お忙しいですね。若さの秘訣は？」「シルバー人材センターでは知らない事を学ぶ事ができます。どんなことも、これで良いという事はありません。死ぬまで勉強、前向きに生きることです。」

ご趣味は旅行。今年は人生3回目のイタリア旅行を計画されたいとのこと。旅先で美味しいものを食べるのが嬉しい、と楽しそうにお話してくださいました。

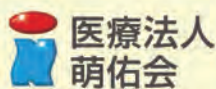
公益社団法人

岩見沢市シルバー人材センター

〒068-0025 岩見沢市5条西3丁目1番地1
☎0126-24-4255

<http://www.iwamizawa-sjc.or.jp>

シルバー人材 岩見沢 検索



最新!介護ロボット「HAL」

介護老人保健施設「ゆあみーる」に登場した、介護ロボット「HAL」は、介護支援用の最新ロボット。介護スタッフに装着して、腰にかかる負担を軽減します。より良い介護環境へ。実際の使い心地をゆあみーるのスタッフに伺いました。

「HAL」介護支援用(腰タイプ)
サイバーデザイン社製、世界初サイボーグ型ロボット。人が体を動かす時に脳から筋肉へ送られる信号を読み取って、その信号通りに動く。つまり、装着している人の脳が考えた通りに動きをサポートします。



介護職員リーダー 相馬 幸代さん(写真左)
「重量2.9kgと、思ったよりコンパクトで装着が簡単です。中腰になる事が多い介護の姿勢、腰への負担がかなり減ると思います」

お話を伺ったのは...

医療法人萌佑会 介護老人保健施設ゆあみーる 介護課課長 浦田 文子さん

「最初、何も言わず装着して利用者さんたちの前に現れた時は、とても興味を持っていたようです。『宇宙みたい!』と注目を浴びました。(笑)介護ロボット導入は、岩見沢でも先駆けになるかと思います。1月から試験的に利用を始め、現在はまだ準備期間。安全講習やテスト使用の期間で、態勢を整えてからいよいよ実際の介護で利用する予定です。より介護環境を良好にするため、スタッフからの声も集めて活かしていきたいと思っています」

ゆあみーるではこんな催しも!



取材に伺った時は新年会とお誕生会が開催されていました。森居さんが点てるお茶に利用者さんたちの笑顔が広がります。

介護課主任 森居 順子さん

「時々お茶会をするととても喜んでいただけます。着物を見るだけでも楽しいですね」

医療法人 萌佑会 岩見沢脳神経外科

岩見沢市8条西19丁目8-6 ☎0126-20-1001

医療法人 萌佑会 介護老人保健施設 ゆあみーる

岩見沢市8条西19丁目8-1 ☎0126-20-2311

社会福祉法人 萌佑会 特別養護老人ホーム めくもりの郷

岩見沢市6条西19丁目 ☎0126-25-5500

素晴らしき哉、
人生!

人生の転機となったり、深く影響された本や映画、
舞台やアートなどをいろんな方に紹介していただきます。

It's a Wonderful Life

第10回

『ファニー・ファーム』

勝手にユートピア

文・樽見弘紀

(北海学園大学法学部教授／
安田侃彫刻美術館アルテピアッツァ美喫理事)



たるみ ひろのり

福岡県生まれ。立教大学経済学部、ニューヨーク大学公共経営大学院を卒業。大学在学中から放送作家として在京のテレビ各局で活動。その後、留学等を経て、1999年より北海学園大学法学部に「公共政策論」の教員として勤務。2011年より同大学法学部学部長を務めた。2016年北海学園大学開発研究所長に就任、岩見沢市においても地域づくり講座を開催予定。

『ファニー・ファーム：勝手にユートピア』

チェビー・チェイス主演のコメディ映画。ユートピアのような田舎での生活を夢見て都会からやってきた作家夫婦。新しい生活が始まったものの、災難が絶えず起こり、華麗な暮らしの夢はだんだん崩れていく…。『明日に向かって撃て!』や『スティング』のジョージ・ロイ・ヒル監督の遺作となる作品。

監督／ジョージ・ロイ・ヒル
販売元／ワーナー・ホーム・ビデオ VHS発売日／1990/10/05(102分)
※廃盤になっています。
製作総指揮／バトリック・ケリー／ブルース・ボドナー
製作／ロバート・L・クロフォード
監督／ジョージ・ロイ・ヒル 脚本／ジェフリー・ホーム
出演／チェビー・チェイス／マドリン・スミス／ジョゼフ・マハー

告

白します。遅まきながらつい先日観た「君の名は。」と、30年ほど前に観た「ファニー・ファーム」のどちらを採り上げるかで真剣に悩みました。

一方は日本のアニメ、他方はアメリカの実写コメディ。一方は高校に通う若い男女の心と時間の触れ合い、他方はそろそろ倦怠期にもさしかかろうという壮年夫婦のすれ違いの話。ぱっと見には、両作品を貫く共通点は微塵もないかと思えます。しかし、いずれの作品も都会と田舎双方の風景に、人間の生きることへの渴望をおかしくも哀しく描いています。

僕は3年半前、伊達市郊外の丘陵地に中古の一軒家を求め、そこにはほぼ一人で暮らしはじめています。依然、札幌に職場がある僕が、この無謀ともいえる引越越しを断行するに背中を押した作品こそが「ファニー・ファーム」であった、と今に思います。

本作は、大都会マンハッタンの生活に疲れた小説家アンディ(チェビー・チェイ

ス)とその妻エリザベスが、田舎暮らしに憧れてついに引越越しを決行する、というお話です。が、呼吸をするように嘘をつき、意地悪、いたずらの限りを尽くす隣人たちに辟易として、ついには家の売却を決意します。しかし、隣人トラブル付の「事故物件」を売り抜けるのはなかなか難しい。そこで、やがてやって来る内覧希望カップルに向けた「鉄板の田舎生活」キャンペーンを展開すべく、なんと嘘つき村人たちが大勢を買収してまで「田舎生活」を打つ。折しも季節は村が一年で一番輝いて見えるクリスマス。村人たちの迫真の演技は村のあるべき姿を映し出していて、アンディとエリザベスについて……。

都会は田舎の価値を相対化すると同時に、その逆もまた真なり、であります。我が内なる理想の都会、理想の田舎にはそう易々と行き着けるものではありません。いや、だからこそ、人は旅を続け、生きることをやめないのかもしれない。

イオンシネマ江別 おすすめ映画 2017年2月11日全国ロードショー

「相棒－劇場版IV－ 首都クライシス 人質は50万人! 特命係 最後の決断」

7年前、駐英日本領事館関係者の集団毒殺事件で生き残った少女が国際犯罪組織に誘拐されていた。そして現在。特命係の杉下右京(水谷豊)と冠城亘(反町隆史)は、国際犯罪組織バースを追って来日した国連犯罪情報事務局の元理事マーク・リュウ(鹿賀丈史)に同行することになる。そんな中、7年前に誘拐された少女の現在の姿の動画が公開され、犯行グループは身代金を要求し……。

●お得な[夫婦50割引]実施中!



映画鑑賞チケット
プレゼント!

イオンシネマ江別で
どの映画にも使える
シネマ鑑賞券を
抽選で2名様に
プレゼント致します。

ご希望の方は、メールでご応募ください。
メールの件名に「シネマ鑑賞券希望」と明記の上、①氏名 ②電話番号 ③メールアドレス ④郵便番号と住所を本文に記入し mail@i-collet.infoへ。当選者の発表は
発送をもってかえさせていただきます。



歌の力を信じてみよう 岩見沢少年少女合唱団

「ピーターパン」公演 大成功にて閉幕!

去る2016年12月25日、岩見沢少年少女合唱団によるミュージカル「ピーターパン」が開催されました。入場者数450人の超満員。今回のミュージカルは衣装も舞台も演出もすべてオリジナル。団員も初めて舞台に立つ子も不安と期待の中、9月から稽古を積みました。2015年秋から1年以上準備をし、練習を重ねて実現した舞台。出演者や裏方スタッフの皆さんの「成功させたい」という願いと、観客の皆さんの応援する気持ちが一つにまとまった最高の瞬間を経て、少年少女合唱団はまた次のステージへと向かいます。

岩見沢少年少女合唱団 指導者

瀬川 香先生

「それぞれの仕事を必死でこなしてくれているのが手に取るように伝わってきました。このステージに関わった全ての皆さん、ありがとうございます。感謝の気持ちでいっぱいです。また次はどんな事が出来るか楽しみです。」

随時団員
募集中
!

♪♪観ていただきありがとうございました♪♪

歌が好きなお子もたち集れー! 見学、体験も可能です。

●お問い合わせ「岩見沢少年少女合唱団事務局」TEL.080-1887-6801



「ステージ練習が始まった頃、本格的にセット、衣装を準備してやっとなとき、ワクワクがすごくて「舞台はこうやってできるんだ」と知りました。」 益田 葉々子(小6)



「今回強く感じた事は「裏の支えがあったからこそ成功できた」ということです。」 伏田 里(高1)



「歌も踊りも間違いないで楽しかった。レインディアンも気に入っていました。」 渡辺 奏(小4)

さわの実 × 藤女子コラボ企画

藤女子大
hana*cam
レシピ

石狩鍋

菊地和美教授

「サーモンピンク」といわれている鮭の色は抗酸化作用があるアスタキサンチンです。鮭にはDHAやEPAが含まれていて、生活習慣病予防に効果的。また、さらに石狩鍋はキャベツなどの野菜がたっぷり入っている一鍋で主菜と副菜が同時にとれて他にもビタミンなどの栄養素も効率良く摂取することができ、美肌効果が期待できるので乾燥が気になる冬に、温かく優しい鍋です。



【材料4人分】

さけ切り身...200g しいたけ...4枚
さけアラ・頭 200g 春菊...80g
昆布...10cm 長ねぎ...1本
木綿豆腐...1/2丁(200g) キャベツ 3枚(200g)
...1/2丁(200g) 玉ねぎ...1/2個
つきこんにやく 80g

●調味料

A[水 8カップ、酒 大さじ2]
B[みそ 80g、みりん 大さじ2、酒 大さじ2]

【作り方】

- ①さけは切り身、アラ、頭をぶつ切りにする。
- ②鍋に昆布を敷き、①のアラ・頭、Aを加えて火にかけ、アクを取りながら炊く。
- ③しいたけは2等分に切り、長ねぎは1cm幅の小口切り、キャベツはザク切りにする。玉ねぎは1.5cm幅の半月切りにする。
- ④豆腐は12等分に切る。つきこんにやくは熱湯で洗い、食べやすい長さに切る。春菊は長さを半分にする。
- ⑤鍋にBの2/3量を入れ、さけの身、野菜、豆腐・つきこんにやくを加える。
- ⑥煮立ったら弱火にし、春菊、残りのBを加えて味を調える。



※1人分当たりのエネルギー/191kcal

石狩鍋の具材の
玉ねぎ、キャベツ、
人参は、
岩見沢産を使用!



岩見沢市有明町南1番地20
岩見沢市コミュニティプラザ1F ☎0126-35-1241
営業時間/11:00~18:00(土日祝休)



これって
スポーツ少年少女
応援団

Congratulations!
おめでとう!

第24回JOCジュニアオリンピックカップ競技会

スケルトン
女子

優勝!

藤原 香夏さん

(岩見沢緑蔭高等学校1年)

2000年岩見沢市生まれ。小学5年に参加したスケルトン体験会で魅力に触れ、翌日開催の札幌市民大会に初出場、2位。その後、北海道選手権大会や北海道ジュニア選手権大会で優勝するなど記録を残す。好きな俳優は竹内涼真、趣味は野球観戦。



スケルトン競技とは

ボブスレー・リュージュ兼用の水で作られた、全長1,300m~1,500mのコースを鉄製のソリで滑り降り、そのタイムを競う競技。最高スピードは、時速125kmにも達する事があります。特徴は、足を前にして乗るリュージュ競技とは異なり、頭を前にして腹這いになってソリに乗るところ。スイス(サンモリッツ)が発祥の地、現在冬季オリンピックの正式種目です。

スケルトンとは、何より家族の暖かさが身にしみています。」「競技を続けてきてくれてありがとう。」「と素直に感謝しているそうです。来シーズンは国體大会への出場をかけた遠征に向けて挑戦が始まります。競技タイムは速くはなくて、基礎的な体力も求められる選手基盤というところで、まだまだ超えなくてはならない山がありますが、目標は見えてきました。がんばれ、香夏さん! みんなで応援しています。」



●スケルトン競技について詳しくは、「公益社団法人 日本ボブスレー・リュージュ・スケルトン連盟」公式サイトで <http://www.jblsf.jp/>

これっと.info

Collet information

読者の皆さんから寄せられた地域情報や写真をご紹介します！

「うちの一番！」
に写真を
お送りください。

●応募方法／

Eメールにお子さんやペットの写真を添付の上、お子さんやペットの

①掲載可能な名前②年齢③性別④
ペットなら種類(ワンちゃんなら「ボメラ
ニアン」猫ちゃんなら「日本猫」など)⑤
投稿者の投稿ネームと本名⑥ご連絡
先電話番号かメールアドレス⑦写真の
一言コメント

を記入して、下記これっと編集部まで
メールください。

※掲載前に一度、メールかお電話で確
認させていただき、確認がとれた写真
だけ掲載させていただきます。お送り
いただいた写真データはこれっと掲載
用としてのみ、個人情報のご連絡する
時のみ使用し、その他への流用は致
しません。※添付いただく写真はでき
るだけ大きいサイズ(pixel)でお願い
致します。※応募多数の場合、掲載で
きないこともありますのでご了承ください。

これっと編集部メールアドレス
mail@i-collet.info

こんなイケメンに
甘えられたーい！
(スタッフ 内田)



○HANEさん／めいとくん オス2歳(メインクーン)「メインクーンという品種の猫です。ジェントルジャイアントという愛称をもつ優しい甘えん坊の猫ちゃんです！」

うちのコ
一番！

I'm proud of you!
我が家自慢の家族を
紹介します。

レモンちゃんのスマイル・・・
おじいちゃん間違いない
恋人！(スタッフ 内田)



○内海芳雄さん(79歳)／
レモンちゃん メス7歳(ゴールデンレトリバー)「おじいちゃんがいなくてご飯も食べないくらい、おじいちゃんが大好きなレモンです！」



みんなからの投稿
まってるワン・ニャン！



広告掲載について お問い合わせ

株式会社スマートリンク北海道
「これっと編集部」

岩見沢市有明町南1-12
ITビジネスセンター2階
☎0126-33-4141
メールアドレス／mail@i-collet.info

ご相談ください。

PR広告、求人広告、イベント
告知など、企業や個人のご要
望に沿った広告をご予算に合
わせて作成致します。是非一度
ご相談ください。

いろんなテーマを自由に話し合
うこれっとカフェ。美味しいお
茶とお菓子で楽しい時間を一
緒に過ごしましょう！

身の回りで見つけた楽しい事、
イベント、素敵なスポットなど
の情報を寄せてください。

読者レポーター

これっとカフェ参加
いろんなテーマを自由に話し合
うこれっとカフェ。美味しいお
茶とお菓子で楽しい時間を一
緒に過ごしましょう！

読者モデル

これっと
大募集！

一緒にこれっとを
作ってませんか？

【これっと編集部メールアドレス】 mail@i-collet.info

編集
後記



久々のこれっとです。次年度の企画に向けて話し合いを重ね、さらに皆様のお役に立つ冊子にできるよう、リニューアルを考えております。そのための充電期間として少しおやすみをいただきました。いつも読んでくださっている皆様には大変ご心配をおかけしまして申し訳ありませんでした。皆様のご意見やご要望も反映しながらより良い紙面づくりをしていきますので、どうぞ、今後とも宜しくお願い致します。

さて豪雪の岩見沢、編集後記を書いている時点では、例年より積雪も少なく、雪かきもずいぶん楽なのではないのでしょうか。子どもの頃は、朝、雪で玄関のドアが開かず、ペランダから学校に行った思い出もあるほど、もつと雪が多かったように感じます。しかし冬は辛い季節ではなく、今の陸上競技場にあったスケートリンクでスケートをしたり、ミニスキーで友達とグラウンドで速さを競ったりと楽しみのいっぱい。かまからも作ったし雪合戦もたくさんしました。かじかんだ指先をストーブの前でかざすじんわり感、スキーの後背中のタオルを抜くスッキリ感、受験合格祈願で絵馬を描いた時のドキドキ感など、「冬の感覚」を今も覚えています。大人になった今も、しんしんという音が聞こえる雪の夜は、心の中が真っ白になるような気がします。そんな、冬ならではの楽しさを皆さんと共有できればいいなと思いつきながら、編集をしました。そしてプロクリのイルミネーションもドカ雪まつりのキジ鍋も、メーブルロッジの木の香りも、あそびの広場も歩くスキも、いつか子どもたちの優しく暖かい記憶となって、故郷の冬を思い出せますように。

(編集長 高橋)

リニューアル準備号

今よりもっと
岩見沢ライフが楽しくなる情報が満載！

これっと

No.11
4月号

春、新生活スタート！

「新しいことはじめましょう！」

いよいよ新年度がスタート。「これっと」もリニューアルを計画しています。もっともっといみじさをみんなで愛していけるよう、歴史や資源、仕事や人、生活そのものについて一緒に考えていける紙面づくりを目指しています。グルメや健康情報もますます充実。4月号をお楽しみに！※内容は変更になる場合があります。

次号は
2017年
3月27日頃
発行予定！

岩見沢の美味しいお米

当社では、岩見沢市の様々なお米を取り扱っております。数に限りがある商品もございますのでお早目のご注文をお願いいたします。

倉田農場



おぼろづき

北海道で人気のブランド米で、ほのかな甘みと粘りのあるお米です。

炊き込みご飯やおこわなどに最適
冷めても硬くならないのでお弁当にもおすすめです。

10kg 4,200円 (送料別・税込)
5kg 2,300円 (送料別・税込)
1kg 600円 (送料別・税込)

西谷内農場



ほしまる (数量限定)

北海道の直播栽培に適した品種で、甘みも強く硬さや粘りもしっかりしています。

人気の品種と合わせて食べ比べしてほしい品種です。

10kg 3,500円 (送料別・税込)
5kg 2,000円 (送料別・税込)
1kg 500円 (送料別・税込)

(株)ホクベイ (あららぎ農産)



大地の星 (数量限定)

粘りは少なめだが、お米がしっかりしていて大きいのが特徴です。

チャーハンやリゾットなどに最適なお米です。

10kg 2,900円 (送料別・税込)
5kg 1,600円 (送料別・税込)

お申込みは、当社 HP (www.smartlink-h.co.jp) の「農産物販売」よりお申込み下さい。

お問い合わせ
はこちらまで

0126-33-4141

株式会社スマートリンク北海道
〒068-0034 岩見沢市有明町南1番地12号
ITビジネスセンター2F

これっ「今号の一枚」

この写真にアプリをダウンロードしたスマホをかざすと、これっNo.10のダイジェスト写真がご覧いただけます。

表紙のモデルは、
岩見沢神社で神主さんをされている、
會田史男さんとご家族、一樹さん、
陸人君(小4)、唯人君(年長)。
空手をがんばっているという二人の息子
さんは元気いっぱい。
「もっと強くなりたい!」という
澄み切った声はまっすぐ神様に
届きそうです。



AR
写真再生

スマホで! タブレットで! 動画で紹介!!

① まずは下記のアプリをダウンロード

AR広告サービス「ココアR」

COCOA R

Available on the App Store | Get it on Google play

で無料ダウンロードできます。



▲iOSはコチラ ▲Androidはコチラ

② 「COCOA R」をスマホやタブレット
端末にインストール
③ インストール後、
アプリを起動す
ると画面が表示
されます。



④ [AR] このマークの付いた「写真」
をスキャン



⑤ 認識すると動画がスタートします。



名前/高野 康夫さん

勤務先/HIC外国語スクール

年齢/38歳 血液型/O型

好きな食べ物/ラーメン 好きなタイス/吉田羊

趣味/空知をドライブすること

今後の夢/通訳ガイドの仕事をしているので、

空知を韓国の方にアピールしたい!

キラリ
He's so cool & hot!

10

イラスト/伊藤優

仕事や活動にがんばっていて
キラリ光る男性を、我々が
「これっ」で紹介しています!

これっ
うめさん

これっ
茶集

あなたの周囲のキラリ光る男性を紹介してください。
これっが取材に伺います! 自薦他薦問いません。
[これっ編集部メールアドレス] mail@i-collet.info



グループホーム・訪問介護のことなら
有限会社 ファイン

〒068-0021 岩見沢市1条西13丁目2-4
グループホーム/☎0126-35-6045
訪問介護/☎0126-33-6030

事業内容

- ・グループホーム(認知症対応型共同生活介護)
- ・指定訪問介護事業
- ・障がい者ホームヘルプサービス

訪問介護とは、訪問介護員(ホームヘルパー)が自宅を訪問し、ケアプランに基づいて、食事、排泄、入浴や清拭、着替え、通院の介助などの「身体介護」と、掃除、洗濯、調理、買い物などの「生活援助」を行うことをいいます。

雪対策はおまかせを!

除排雪のお困りはエムツーにおまかせください!

除雪 ¥10,000~¥15,000
1軒1か月(4か月契約・税別)

排雪 ¥500
1m×1m×1mにつき
4tトラックで
だいたい
お風呂10~16杯分
(お風呂1杯分)

レンタカーで、目指せ生活の達人!

不用品をリサイクルショップに持ち込んだり、家族の送迎や、冬期間だけの利用にetc.レンタカーはとっても便利でお得。1日からでも貸出しOKなので気軽に使ってみませんか?

- 軽(AT4WD) ¥35,000
- 軽トラック(AT4WD) ¥50,000
- ヴォクシー・ノア(AT4WD) ¥55,000
- ハイエースワゴン(10人乗り) ¥60,000

すべて保険込の1か月の金額(税別)です。他に格安レンタカーもありますのでお問い合わせください。

※フリーダイヤルじゃなくってすみません...



お気軽に
お電話ください

0126-322-400

mtwo
Max Market
Total Car Coordinator

(有)エムツー ●営業時間/10:00~19:00 ●定休日/日・祝日

岩見沢市4条西13丁目7 古物商許可番号「岩見(古)第51号」 使用済自動車引取 循環第64~46号

各種自動車、重機、販売、買取、車検、整備、板金、塗装、レンタカー、自動車ガラス、各種カー用品販売、各種保険代理店、看板製作、ステッカー、Tシャツプリント、除排雪

ZAWA 駅より欽ちゃん走りで15分(アホの坂田歩きで18分50秒) ※mtwo調べ

気持ちを伝える季節“春”は、
小さなギフトにおまかせ下さい。

岩見沢産小麦の
焼き菓子

- プチギフト 300円~
- しっかりギフト 2,000円~



ペーカリー&スイーツ

Sweets GUPPY
わーっつぐびー

リボン、装斗、短冊など
ご要望に合わせて
ラッピングいたします。

TEL 090-3115-9919 〒069-0382 岩見沢市横間北2条1丁目611-131
FAX 050-7537-8611 https://www.facebook.com/SweetsGuppy
工房販売/月・火・水・木 14:00~19:30

どさんこむぎ「キタノカオリ」



イタリアの平たいパン...ぼこぼこ窪みがあってオリーブオイルのいい香り。ワインのお供に、サンドイッチに...そう!フォカッチャ。もちもちふわふわ、歯切れがよいパンができる強力粉キタノカオリ。旨味のある粉だから、シンプルな材料のフォカッチャにもよく合います。ぜひ、試してみてください。

2016パン甲子園 in いわみざわ
グランプリ作品
「三笠で産まれた畑のフォカッチャ」<三笠高校>

JAいわみざわ地域産キタノカオリは岩見沢市内の「Aコープ各店」

または「JAわくわく情熱市場」のHPで

<http://store.shopping.yahoo.co.jp/ja-iwamizawa/>



イベント企画制作・運営・レンタル



野外ステージ設置・運営



ステージ機材レンタル



音響・照明・楽器等レンタル



スタジオレンタル



m.p.
MUSIC PLACE

有限会社ミュージックプレイス

岩見沢市大和3条8丁目2-2 TEL.0126-22-5350

詳しくは <http://mphall.net/>



COLLET MUSIC INFO

サクソプレイヤー

吉田野乃子

自分を自然に
表現する音楽

フリージャズを愛聴き「意図的に、というわけではなく、自分を自然に表現していた」と両親の影響で、はたして自分自身で表現しているだけだ。今年のこと。高校卒業後、単身ニューヨークに渡る。NY市立大学音楽科卒業。ジョン・ゾーンとの出会いにより、前衛音楽の世界に惹かれる。マルチリードプレイヤー、ネッド・ローゼンバーグに師事。2015年12月より帰国、拠点を北海道に移し、NYやカナダなど海外を舞台にソロ活動中。

よしだ のこ

1987年、岩見沢市出身。10歳からサクスを始め、高校時代、小樽在住のサクソ奏者、奥野義典氏に師事。2006年夏、単身ニューヨークに渡る。NY市立大学音楽科卒業。ジョン・ゾーンとの出会いにより、前衛音楽の世界に惹かれる。マルチリードプレイヤー、ネッド・ローゼンバーグに師事。2015年12月より帰国、拠点を北海道に移し、NYやカナダなど海外を舞台にソロ活動中。

ライブ予定

- 2/19(日)「マチの記憶ライブ」特別出演
14:00~ まなみーる岩見沢市文化センター中ホール
※入場整理券が必要です。予定枚数に達し次第、配布を終了します。
(お問合せ ☎0126-22-4235「はまなすアート」)
- 空知管内24市町「サクソソノツアー」
3/26(日) 砂川市「たまりBar Home」17:00開演
4/2(日) 由利町「ユニカフェ」15:00開演
※他の市町での予定や詳細は、
<https://twitter.com/nonokoyoshida> にて

2015年
11月17日発売
ソロアルバム
「Lotus」
2,000円(税抜)
NONOYA
RECORDS



いよいよ開催!

泰山北斗

拓け!! 今こそ魅せろ YEG 開拓精神

フロンティアスピリッツ

北極星を指針とし、北斗七星で時を知り、北の大地に渡ってきた先人たちが、限りなく広がる大地、高く連なる山々を望みながら額に汗し、未開の地を切り拓いた先人の思いを今に伝える私たちは、新たな時代に向け、船出の時を迎えています。今こそ力を合わせ、新たな世界を切り拓こう。どうか迷うことなく北へ北へと向かっていただきたい、北で待つ仲間の熱い鼓動を旗印にして!!



日本商工会議所青年部 第36回全国大会 北海道いわみざわ大会

開催日 2017年 2/23^{THU}・24^{FRI}・25^{SAT}・26^{SUN}

開催地:北海道岩見沢市 岩見沢市を含む道内各地にて分科会を開催
主催:日本商工会議所青年部 主管:北海道商工会議所青年部連合会
開催地青年部:岩見沢商工会議所青年部

大会公式ホームページ
<http://iwamizawa-yeg.com>



岩見沢商工会議所青年部から 市民の皆様へお願い

期間中、約5,000人の日本商工会議所青年部の会員が岩見沢に集います。道を訊かれたり、雪道に慣れていない方も多いため、うまく歩行できない方もいるかもしれません。そんな時、あたたかい対応をしていただければ、大変有り難く存じます。本大会が岩見沢市の全国のPRや経済活性化に繋がりますよう、どうか、皆様のご理解とご協力を宜しくお願い致します。

ボランティアスタッフ(2/15)まで募集中!

一緒に大会をお手伝いしていただけるボランティアの皆さんを募集しています。駅前広場での案内や大懇親会の会場セッティングなど、一緒に大会を創り上げていただける市民の方、お手伝いください!

記念講演のご案内

清水 宏保氏

平成29年 2/24(金)
15:30~16:30(開場15:00)

入場 当日先着
無料 300名様まで

※公共の交通機関をご利用ください。



「岩見沢商工会議所青年部」とは

岩見沢商工会議所青年部(岩見沢YEG)は、仁志方紀代表ほか20数名の発起人により設立準備会を重ね、昭和61年6月27日に道内9番目の商工会議所青年部として設立されました(現在の会員数は51名)。YEGとは「Young Entrepreneurs Group(若き企業家集団)」の略称です。岩見沢YEGは、若手経営者、後継者のグループとして異業種交流と相互研鑽の場をつくり、その活動を通じて地域産業の振興をはかり、会議所活動に参加し、その活性化をはかり、地域社会一般の文化等の増進に寄与することを目的に活動を行っております。



IWAMIZAWA EMIFURU
あそびのひろば

岩見沢市あそびの広場 2・3月の催し



劇団風の子北海道公演 どさんこ ぴーひゃらあそび組

あそび組のメンバーが3人で班をつくり、子どもたちのところへ飛んでゆきます。持っているのはあそび道具。でも十人十色。あそび方やおはなし、舞台道具はそれぞれ違ってきます。劇をみたら、みんなも一緒にあそんでみよう。あそびの声、ひびけ、ひろがれ!

日時/ **3月20日(月・祝)** ●13:00 受付開始
●14:30 上演開始

会場/ であえーる岩見沢地下1階ホール

受付/ であえーる岩見沢3階「あそびの広場」

※まずは3階で受付をお済ませください。

■対象/小学生・未就学児(保護者同伴) ■定員/100名 ■観覧料/無料
※小学生および保護者は、それぞれ「あそびの広場」利用料100円がかかります

■当日の流れ

- 13:00~ であえーる岩見沢3階「あそびの広場」にて受付
(利用料100円/一人) ※時間まで通常通り遊べます。
- 13:45 「あそびの広場」スタッフと一緒に地下1階へ移動
- 14:00 劇団員と昔遊び体験
- 14:30 上演
- 15:30 終了~ 劇団員と昔遊び体験
- 16:00 終了~ 3階「あそびの広場」に移動して17:30まで通常通り遊べます。
※再入場料はかかりません。

●お問い合わせ/ であえーる岩見沢「あそびの広場」

えみふる2月のイベント情報

広 節分~みんなでオニのお面を作ろう~
オニのお面作り2/3(金)まで
豆ますプレゼント2/3(金)

広 バルーンDE
ひなまつり

2/23(木)~3/3(金)
第1・2・3全クール実施
ひなまつり/リレーオブジェを展示します
※写真撮影可能

広 ひなあられ
プレゼント!

3/3(金)
第1・2・3全クール入場時
来場した子どもたち全員に、ひなあられを
プレゼント!

●お問い合わせ/「岩見沢市あそびの広場」
岩見沢市4条西3丁目1 であえーる岩見沢3F
TEL.0126-35-4670
※保護者は入場料100円(1名につき)がかかります。

「であえーる岩見沢」ホームページで
利用状況をチェックできます。



予約不可なので
事前に必ずチェック!

「であえーる岩見沢」
のHP画面で、現在の
利用状況が確認で
きます。



こちらのQRコードから
「であえーる岩見沢」の
HPにアクセス!

February 2017						
2月 えみふるカレンダー						
Event Calendar						
日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1 28 お面づくり	30	31	1 あそびの広場 休館日 (定期清掃)	2 保 8~9か月児 健診 (対象:1428年5月生)	3 支 おしゃべりルーム "とことこ" (生後9か月~1歳3か月児・子 10:00~11:30) 広 豆ます プレゼント	4 交 であえーるシアター "ベッパ" (B1F であえーるホール) 13:00~
5	6 広 ひゃっぴい体操 13:30~	7	8 大人の日 広 ヨガ教室 (中・高校生対象) 16:20~17:20	9 保 1歳6か月児 健診 (対象:1427年7月生)	10 支 おしゃべりルーム "ばぶばぶ" (生後1歳~1歳3か月児・子 13:00~14:30)	11 健康記念の日
12	13 広 ひゃっぴい体操 13:30~	14	15 大人の日 広 ヨガ教室 (中・高校生対象) 16:20~17:20	16 保 4~5か月児 健診 (対象:1428年5月生)	17 支 おしゃべりルーム "とことこ" (生後9か月~1歳3か月児・子 10:00~11:30)	18 交 いわみちゃん カフェ (2F カフェあり) 11:00~15:00 ※定額50円
19	20 広 ひゃっぴい体操 13:30~	21	22 大人の日 広 ヨガ教室 (中・高校生対象) 16:20~17:20 保 3歳児健診 (対象:1428年1月生)	23 保 バルーンDE ひなまつり	24 支 おしゃべりルーム "ばぶばぶ" (生後1歳~1歳3か月児・子 13:00~14:30)	25 交 第22回わくわく異業 「アイシングクッキー 作成講座」 (おカフェあり) 13:30~15:30
26	27	28 あそびの広場 月末休館日	3 1 あそびの広場 休館日 (定期清掃)	2	3 広 ひなあられ プレゼント	4

■カレンダーのお問い合わせ/ 保「保健センター」☎0126-25-5540 支「子育て支援センター」☎0126-22-3337
交「交流空間」☎0126-25-2511 広「あそびの広場」☎0126-35-4670

であえーる 岩見沢市あそびの広場
TEL.0126-35-4670
市民交流施設「であえーる岩見沢」3階
岩見沢市4条西3丁目1番地
岩見沢