

NHKテレビ ☆印は白黒	NHK教育 ☆印は白黒	福島テレビ ☆印は白黒	福島中央テレビ ☆印は白黒	NHK第1 1340KC	NHK第2 1540KC
6・00 どももニュース 05 怪人オオヨ 35 NHKハイライト 7・00 ニュース 20 海外の話題 30 「第4回思い出のメロデー」 島崎洋 五月みどり 東海林太郎 渋谷のり子 三橋美智也 花村東江 田代みどり 平山あけみ 渡辺はま子 岡本洋子 9・30 ニュース解説 10・00 連続ドラマ「夜行列車」ルチーナ・ウインニックカレオン・ニエムチック	6・00 ☆コンピニーター講座 7・00 ☆実用英語 30分中国語講座 8・00 放送特集「東北東北 訪記」～菅江隆造の旅～ 宮本賢一 町田佳声 9・00 ☆交通情報多言語 英語1 30分通信高校講座 英語2 10・00 ☆通信高校講座 英語3 30分通信高校講座 数学2 11・00 たのしいフランス語	6・00 赤穂退治「母上ノ鈴之助です」 30 仮面ライダー「アマゾン」の海賊キリッパ 30 お笑い傑作集 8・00 8時30分全国集合「ドリフ新団結」特ダネお笑い 柳家金語楼 山本紀彦 長沢純 大井小町 佐野厚子 9・00 フロテクター電光石火「恐怖の大嵐射」おふくろの味「タライまわしの父さん」 10・00 若くは魚だ「あしやからの飛行」ユル・プリンナーほか 11・03	6・00 ニュース 10 びっくり大ショック▽ 特集/危機一髪SOS 30 ゴンゴノヤング 30 小さな恋のものがたり「タッチとサリ」 8・00 系「おのゝ宿」佐々木剛 北あけみ 紅京子 江夏夕子 入川保明 山本紀彦 長沢純 大井小町 佐野厚子 9・00 フロテクター電光石火「恐怖の大嵐射」おふくろの味「タライまわしの父さん」 10・30 感動物語「読経無用(1)」加賀まりこ 11・45 ワイドショー11PM	6・05 土曜コンサート ガラント舞曲 バイオリン 西崎崇子 7・00 ニュースVニュース解説 25 ニュース特集 8・05 人生読本「神国試法」 趣味の手帳「二つの漂流記」 30 科学千一夜「PCBのゆくえ」 9・05 文芸劇場「アメリカひじき」 端田宏三 高村昌子 ほか 10・15 スポーツニュース 20 若いこたまり 11・23 夢のハーモニー	6・00 夏のラジオクラブ・定期制高校(高校生) 40 英語会話 7・00 ラジオ農業学校「四年生」の近代化(3) イングリッシュアワー 30 通信高校講座 生物 20 通信高校講座 現代国語C2 40 通信高校講座 数学I(第1部) 9・00 通信高校講座 地理 20 通信高校講座 古典Z1(第2部) 40 通信高校講座 英語A 10・20 通信高校講座 農業経営 11・00 大学講座 英語

NHKテレビ ☆印は白黒	NHK教育 ☆印は白黒	福島テレビ ☆印は白黒	福島中央テレビ ☆印は白黒	NHK第1 1340KC	NHK第2 1540KC
6・00 どももニュース 05 七つの海「太陽のきらめく海」～カリブ海～ 7・00 ニュース 20 ステージ10「いとしのセシリア」ほか 8・00 「新・平家物語」 伴淳三郎 若尾文子 滝沢修 志村敏太郎 緒形拳 45 「世界の音楽」 オイゲン・キケロ・トリオ 9・30 ニュース 45 ニュース解説 10・00 空想劇場「ウクライナ」キエフバレエ団公演「森の詩」	6・00 ☆若い広場「西ドイツから帰って」 7・00 セサミストリート「ホプの古いお宝」ほか 8・00 放送特集「オロロン」 唄い 津島康之 木野工中川いせ 9・00 市民大学講座「演劇と風土」～観客からの教影～ 10・00 ☆市民大学講座「演劇と風土」 11・00 ☆コンピニーター講座	6・00 ミラーマン 30 海のトリトン「さらば北の海」 7・00 決めるゾバニッヂ「15才の海」 30 ミンヘンへの道 8・00 日曜ライダー「ヤグルト対巨人」＝中止の時＝8・00洋画「ピストン」野郎」カトリーヌ・ドヌーブ ジャン・ピエール・カッセルほか 9・30 日曜劇場「血と砂」タロン・パワー リンダ・ダネル リタ・ヘイワース アンソニー・クイン ほか 11・00 ドム・ジョーンズ	6・00 笑点「大喜利」三遊亭内楽 桂枝丸 ほか 40 スター・ホームライフ 7・00 ビットバレード 30 スターものまね大合戦 青江三奈 藤田進 8・00 遠山の金さん捕物帳「悪魔の恋」加賀山由美 加賀山由美 加賀山由美 加賀山由美 9・00 洋画劇場「血と砂」タロン・パワー リンダ・ダネル リタ・ヘイワース アンソニー・クイン ほか 11・00 ドム・ジョーンズ	6・05 ラジオリサイタル 7・05 日曜ダイジェスト ミンヘンめぐりして 遠藤幸雄 谷口正男 8・00 お笑いラジオ寄席 漫才「恐怖のエレベーター」 横山たかし・ひろし「お笑い夜はこれかい」 海原お徳・小沢ひかる 9・05 民謡をたずねて「磯原」 「白根音頭」 ほか 10・20 新藤兼人「歌謡討論会」 35 若いこたまり 11・35 夢のハーモニー	6・00 通信高校講座 英語A 20 通信高校講座 数学I 40 通信高校講座 現代国語 7・00 通信高校講座 特別教育活動「3日間」 20 通信高校講座 商業一般 40 通信高校講座 音楽I 9・00 通信高校講座 英語A 20 通信高校講座 英語I 40 通信高校講座 現代国語 10・20 通信高校講座 数学I 40 通信高校講座 数学I 11・00 市民大学講座

29日 FM放送 ☆印はステレオ	30日 FM放送 ☆印はステレオ	29日 ラジオ福島 1060KC	30日 ラジオ福島 1060KC
6・00 ☆大作音楽の時間クシェーベルトの作品「響にD・882」ほか 7・15 ☆音楽ホール・ベタジゴ・アルバム～聴き取れ～ 後の巻ほか 菅原洋一 8・05 ☆ステレオコンサート＜ボビエラ・パレード＞ 結果 シェルプールの雨傘 ワイフと恋人 誰かが私を愛してる ムーン・クラヴァー ゴッド・フォーザー しいあけみ ほか 10・15 ☆NHKシンフォニーホール 指揮 森正 11・10 音楽夜話	6・00 リクエストコーナー ディスクジョッキー石田豊 7・15 ☆音楽の話題 サムジックス・カミング・トプシー ほか 8・00 ☆ステレオコンサート＜ミュージカルへの招待＞ 南太平洋の島 話してね やぶにらみの薬 天家。この胸のときめきを聴いて ハリハイ ほか 藤・川上博 10・15 ☆現代の音楽 神楽のたのしみ ほか 11・00 名曲のたのしみ	6・00 ニュースハイライト 30 コーラスをどうぞ 45 プロ野球日曜ナイター「ヤグルト対巨人」【第一中継】「中日対大洋」【第二中継】「阪神対広島」【第三中継】「西武対南海」【第四中継】「西武対南海」【第五中継】「西武対南海」【第六中継】「西武対南海」 9・40 お笑い傑作集 10・30 MUハイフ・オンックワイキキの歌謡で 11・20 ポピュラーパレード	6・00 新時代の中小企業 今日の高球野からプロ野球日曜ナイター「ヤグルト対巨人」【第一中継】「中日対大洋」【第二中継】「阪神対広島」【第三中継】「西武対南海」【第四中継】「西武対南海」【第五中継】「西武対南海」【第六中継】「西武対南海」 9・40 お笑い傑作集 10・30 MUハイフ・オンックワイキキの歌謡で 11・45 演歌こぼれ

入れ食いの記憶

一生忘れないものかも

いれ食いの記憶。水...
その記憶は、心の中に...
忘れられないものかも...
一生忘れないものかも...
いれ食いの記憶...
一生忘れないものかも...
いれ食いの記憶...
一生忘れないものかも...

血と砂

セピアというたれた父の血...
マドリッドで一人前の...
「ヤグルト対巨人」...
「ヤグルト対巨人」...
「ヤグルト対巨人」...
「ヤグルト対巨人」...

夜行列車

ルチーナ・ウインニックカレオン・ニエムチック...
ルチーナ・ウインニックカレオン・ニエムチック...
ルチーナ・ウインニックカレオン・ニエムチック...
ルチーナ・ウインニックカレオン・ニエムチック...

源氏

おいしいかまぼこ
源氏
株式会社 志賀四郎商店
いわき市平塚字中野11 (39)3500代

天国の父ちゃん

天国の父ちゃん...
天国の父ちゃん...
天国の父ちゃん...
天国の父ちゃん...

思い出のメロデー

思い出のメロデー...
思い出のメロデー...
思い出のメロデー...
思い出のメロデー...

PCBのゆくえ

PCBのゆくえ...
PCBのゆくえ...
PCBのゆくえ...
PCBのゆくえ...

真炭焼

磯鮮糧炭焼熱麦飯真心共攝美味絶妙而廉
真炭焼
いわき市平塚前・緑屋ビル地下(23)1400

RESTAURANT BRASIL

マイカーの皆さまに朗報!
お車でお食事においでのお客様は隣の＜田町駐車場＞をご利用下さい
ご宴会のプランは洋食で.....
4名様から70名様まで 大・小5つのお部屋をご用意しております
ご予約に応じていかに相応しいか
◆コック見習い募集

RESTAURANT BRASIL
営業時間 AM11:00 ~ PM8:30
いわき市平塚・田町・並木通り/いわき民報ビル2F ☎0246(74)2990

好評!!

好評!!
好評!!
好評!!
好評!!

ATURDAY 談話室

【季節の花】 夏のなかに咲くひる
夕映えに映くゆうが 朝早く咲
るさかおが夏を涼しく感じさせる 夜
中にほむ花で愛種は驚くほど多い 中
央原産地

花 あさがお
(ヒルガオ科)
朝まだき涼しき夏の朝顔は曇りとよく
あはれなと思ふ 長葉 朝
顔 花・有柄が花はことば 歌舞伎『朝顔
』などまつわる物語は多い 染織法
品でもある

豆腐の地盤に高層ビル



カメラ スナップ

写真はあなたです！

7月23日大黒屋デパート
いわき市報社編集局スナップ係においでなれ
ば、撮影写真機キヤメラを可憐に、大黒屋
デパートの撮影用フィルムを貸します。

もっとかっこいいのはないかなあ...

海辺の美容法

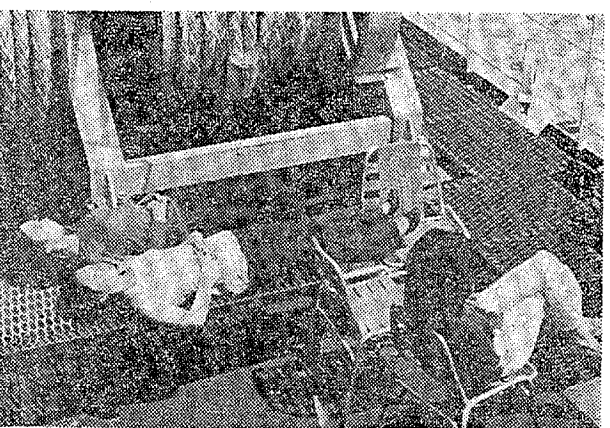
シーソルトは天然の塩で、保湿効果が高く、
皮膚の乾燥を防ぐのに効果的。また、
肌の角質を除去し、清潔な肌を保つのに
役立つ。海辺での美容法として、
シーソルトを使ったスキンケアが人気だ。
例えば、シーソルト入りの洗顔料や
化粧水を使う。また、海水を肌につけ
ておくのも効果的。ただし、敏感な肌
の場合は、海水をそのままつけるのは
避け、シーソルト入りの製品を使う
方が安全だ。

家庭 婦人

「ほぐし」がポイント。肌の
ハリを回復させるには、肌の
弾力を高めることが大切。この
ため、化粧水や乳液は肌の
水分を蒸発させないよう、
肌を保湿する効果がある
ものを選ぶ。また、肌の
角質を除去し、清潔な肌
を保つことも大切だ。

「ほぐし」がポイント。肌の
ハリを回復させるには、肌の
弾力を高めることが大切。この
ため、化粧水や乳液は肌の
水分を蒸発させないよう、
肌を保湿する効果がある
ものを選ぶ。また、肌の
角質を除去し、清潔な肌
を保つことも大切だ。

潮水はきれいに落とすとして 効果あるオイルパック



「船上の日光浴も大切だが、そ
の肌の手入れは、無理な
ことではない。肌の
弾力を高めることが大切。
このため、化粧水や乳液は
肌の水分を蒸発させない
よう、肌を保湿する効果
があるものを選ぶ。また、
肌の角質を除去し、清潔
な肌を保つことも大切だ。

「色白の肌を早く
回復するには」
肌の色を早く回復させる
には、肌の弾力を高める
ことが大切。このため、
化粧水や乳液は肌の水分
を蒸発させないよう、肌
を保湿する効果があるも
のを選ぶ。また、肌の角
質を除去し、清潔な肌を
保つことも大切だ。

「食事と健康」
夏の暑い時期は、食欲が
落ちることが多い。この
ため、夏は食事の管理が
大切だ。栄養バランスの
とれた食事を摂ることで、
肌の健康を保つことが
できる。また、水分をこ
とと摂ることも大切だ。

「生活習慣」
夏の暑い時期は、生活
習慣が肌に与える影響
は大きい。例えば、日
光浴は肌の弾力を高め
るのに効果的だが、過
剰な日光浴は肌の乾燥
を引き起こす。また、
肌の保湿も大切だ。

「ひとりのわが子」
親の無理解が、子供の
成長に与える影響は
大きい。子供の成長は、
親の理解とサポートが
大切だ。子供の個性を
尊重し、子供の成長を
サポートすることで、
子供の健全な成長が
期待できる。

Hawaiian Center
提供・給屋
常盤ハワイアンセンター
ショーのご案内
歌と踊りで
楽しもう！
7月30日(日)
心の扉を開いて
中屋ミエ
8月6日(日)
友誼を大切に
森田 健作
8月13・14日
本場ハワイ
坂本 九
8月16日
朝日新聞サンパ
青江 三奈

宴会・会食は
本格的中華料理で豪華版!!
中国料理
桃園
chinese restaurant
いわき市平字研町二丁目ビル2F(74) 3048

臨時休業のお知らせ
従業員夏季研修会のため 七月三十一日
(日) 八月一日(火)の二日間休ませ
ていただきます
ただし 八月四日からは午後九時まで
営業いたします。お盆の十四日は休
みません
松ヶ岡美容院
いわき市平字研町 電話三三六一

オープン
思考の部屋
はば広いご利用が
町(永島ビル3F・4F)
8189

30日 午後2時 開店
近代センスの中古百貨センター
テーブル イス 家具 電気器具
製品から量産品まで取りそろえ...
お値段はアツと驚く
バカ安値!!
丸源百貨センター
いわき市内東御道下地35 (御影郵便局前)

内科 小児科
高久医院
いわき市平字研町
電話二五二三

遊佐胃腸科医院
いわき市小名浜字丹波沼三八 電話四六八八

鈴木助産院
院長 鈴木 ミエ
副院長 池田 敬子
いわき市平字研町五一 電話七七八八(産院専用)二九五八

長瀬内科
院長 長瀬 克慶
四倉町上仁井田北地町 電話三二二五

