

とらぎん通信

発行
東北銀行
 〒020-0023 盛岡市内丸3番1号
 TEL019-651-616(代) FAX019-651-4310
1999 夏号

シルバー世代に
 贈る情報紙



初音頭は、 小学3年生の時。

白扇片手に、鍛え上げた美声で唄う江戸木遣り調の節廻し。威勢のいい山車音頭を披露するのは伊藤吉之助さん、82歳。音頭歴70年以上になる今なお現役、腹の底から湧き出る響きは勇壮そのものです。

伊藤さんは2年前、自作の音頭をまとめた「山車音頭集」を発刊しました。290年もの歴史を持ちながら、音頭の記録は皆無に等しいことに気付き一念発起。自分史であると同時に、盛岡の歴史の一片を綴った記念誌でもあるのではないかと、全額自費で制作した貴重な記録です。

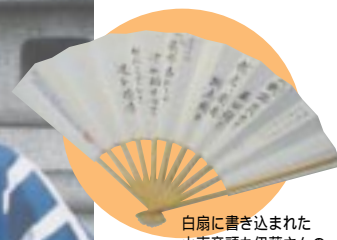
「比叡の山で重ねし修業
 知勇優れし若辨察」
 (平成9年9月 本組「梶若丸」)

山車音頭歴70余年、 七・七・七・五調で歩む、 鯛背な祭り人生。

老若男女集まっても、
 唄い伝える山車音頭。

伊藤さんは現在、「山車音頭研究会」を主宰し後継者の指導にあたっています。耳で聞いて分かる音頭を心掛け、姿勢や音頭の作り方、山車の歴史について毎月2回勉強会を開催。これまでに約200名の生徒が巣立ち、毎年9月の盛岡八幡宮例大祭で活躍しています。しかし、「年々、音頭に耳を傾けてくれる方が少なくなっている」と語る伊藤さん。

を通じて、祭り本来の意義や歴史も伝えていきたいと、意気込みを語ってくれました。



白扇に書き込まれた山車音頭も伊藤さんの手によるものです。



長年にわたる伝統文化の伝承・普及が認められ、昨年、市政振興功労者に選ばれました。

TOHOKU BANK

とらぎん

'99 サマーキャンペーン

定期預金または貯蓄預金、積立定期預金、ためま専科で、
 合計590名様に好きな「ゆとり」抽選で当たります!

芸術コース [100名様] とらぎんスペシャルポリシヨイ ハシエアご招待券	グルメコース [120名様] 選べる産直ギフト	旅行コース [60名様] JTB旅行券10,000円分
健康コース [60名様] e200ウォーキングシューズ (紳士or婦人)	ショッピングコース [200名様] JCBギフトカード3,000円分	カルチャーコース [50名様] テレビ岩手アカデミー受講券 (入会金+3ヶ月分)

応募期間 / 平成11年6月1日(火)~8月13日(金)



ゆとりの風をお贈りします。

とらぎんオリジナル
 「キキ&ララウラウ」
 プレゼント!

©76-'99 SANRIO CO.,LTD. APPROVAL NO.S0060101

応募条件 / 期間中、預入期間1年以上の定期預金10万円以上か貯蓄預金10万円以上にお預け入れいただいた方、または積立定期預金、ためま専科を月額1万円以上でご契約いただいた方。
 応募方法 / 定期預金の場合はお預け入れ金額10万円毎に1枚、貯蓄預金の場合はお預け入れ10万円以上につき1枚、または積立定期預金、ためま専科の場合は月額1万円以上1口につき1枚応募ハガキを差し上げます。必要事項をご記入後、郵送または窓口にお持ち下さい。お一人様10枚までご応募できます。ATMでのご入金の際は、「ご利用明細書」または「ご通帳を窓口にご提示下さい。
 応募期間 / 平成11年6月1日(火)~8月13日(金) 当選発表 / 応募期間終了後、厳正な抽選を行います。発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

年金相談会カレンダー

7月から9月までの「年金、社会保険無料相談会」の予定は次の通りです。お気軽にお越しください。

[相談時間：午前10時～午後3時]

7月 5日(月)	南水沢支店
6日(火)	大通支店
7日(水)	水沢支店
8日(木)	南大通支店
9日(金)	ときわ台支店
12日(月)	大船渡支店
13日(火)	青山支店
14日(水)	山目支店
15日(木)	矢巾支店
16日(金)	一戸支店
19日(月)	釜石支店
21日(水)	大館町支店
23日(金)	鹿角支店
26日(月)	太田支店
27日(火)	南気仙沼支店
28日(水)	気仙沼支店
8月 3日(火)	原中支店
4日(水)	二戸支店
5日(木)	仙台支店
6日(金)	宮城野支店
10日(火)	見前支店
11日(水)	月が丘支店
12日(木)	江刺支店
13日(金)	種市支店
16日(月)	高田支店
17日(火)	宮古支店
18日(水)	宮町支店
19日(木)	茶畑支店
20日(金)	千厩支店
24日(火)	遠野支店
25日(水)	花巻支店
9月 3日(金)	夕顔瀬支店
6日(月)	水沢支店
7日(火)	高松支店
8日(水)	黒石野支店
9日(木)	北上支店
10日(金)	平泉支店
14日(火)	大船渡支店
16日(木)	みたけ支店
17日(金)	北上西支店
21日(火)	一関支店

リフレッシュ ウォーキング タイム

「ウォーキング」を 始めてみませんか。



ウェアからぼうし、ウエストポーチまで、ウォーキング向けの商品がたくさん登場。シューズは通気性やクッション性、そして軽さなどから、足にフィットするものを。



歩数計は達成感を味わえるゲーム感覚のものなど多彩。ウォーキングタイムのいい励みになりそう。

世代を問わずウォーキングがブーム。歩きやすいシューズがあれば、簡単に「有酸素運動」ができる。ところが人気の秘密です。ダイエットや健康維持に効果を出すためには、正しいフォームで歩くことが大切。ピンと背筋を伸ばし歩幅を大きくとる、規則正しく呼吸する、そして無理せず自分のペースで毎日続けることです。ウォーキング用のシューズやウェア、歩数計やウエストポーチなど携帯品も豊富なので、自分にあつた

もので歩けば一層楽しめそう。緑のまぶしい季節、さわやかな空気で心もリフレッシュできるウォーキング、早速トライしてみたいかがですか。

プレゼント コーナー

抽選で温泉入浴券を
ペア20組合計40名様に
プレゼント!!

お申し込みは「とうぎん通信編集局」まで、
お八ガキでご応募ください。
応募締切
平成11年9月30日(木)

志戸平温泉
溪谷大浴場「日高見の湯」
14の多彩なお風呂が特長。
じっくり湯めぐりが楽しめます。

大沢温泉
大露天風呂「大沢の湯」
心にしみ入る温泉風情。
露天風呂には格別の趣があります。

年金相談室

年金は
請求しないと
もらえません。

誰も関わらず年金立場によって受給に多少の違いがでてくることも。東北銀行では、皆さんの疑問や詳しく知りたいことなどについて、社会保険労務士による「年金相談会」を各店で開催しています。今回は相談会でも見られる見落としがちなお点についてご説明いたします。

誤解が多い特別支給の 老齢厚生年金

厚生年金の被保険者期間が1年以上あること。
老齢基礎年金を受けるのに必要な資格期間があること。
60歳に達していること。(女性抗内員・船員に特例)以上の条件を満たしていれば特別支給の老齢厚生年金が支給されます。

この年金に対して非常に誤解が多い様に思われます。つまり65歳まで年金を受給しなかったり、手続きを遅らせ

ば60歳から受給するのと比較して年金額が増えると思ってる人があります。

これは老齢基礎年金と特別支給の老齢厚生年金と混同されているのではないかと思います。老齢基礎年金は、原則65歳から支給されますが、「繰上げ支給」といって、60歳からでも受給することができます。この場合は、65歳の年金額の42%が減額となるので、どちらかが有利かという問題がでてきます。厚生年金は、60歳から65歳まで支給される特別支給の老齢厚生年金と65歳からの老齢厚生年金・老齢基礎年金があります。特別支給の老齢厚生年金の年金額は、60歳から支給されても減額されることなく100%の年金額です。

この特別支給の老齢厚生年金は、遅らせて、たとえば65歳からなどと増額して受けるという制度はありません。従って、厚生年金は60歳、65歳のどちらが有利かという問題は起こりません。尚、年金は請求しないともらえません。5年の時効により遡って5年分はもらえますがそれ以上はもらえません。早めに受給資格や加入歴を確認しておくことをお勧めします。



東北銀行
営業統括部
社会保険労務士
金野 二郎

昭和37年入行・営業統括部調査役を経て現在専任役員・平成2年国家試験合格・一関支店に駐在し、主に北上以南を担当

次回に紙上「相談会」を開催いたします。ご相談・ご意見のある方は「とうぎん通信編集局」までお送りください。

加藤頭取 日中友好に 大活躍

加藤頭取が団長を努めた第十七回日中友好の翼（岩手朝日テレビ企画）に訪中団一行が、七泊八日の日程を終了し、六月十日無事帰国しました。

中国山西省中国の省は日本の県に相当との交流・花巻空港の活性化を目的として始まった、日中友好の翼は通算十七回となります。

六月三日、花巻空港での結団式に臨んだ加藤頭取は、岩手県民百四十一万人の代表として民間外交官という気持ちで交流してこようと力強く挨拶、中国国際航空のチャーター機で出発しました。

約五時間の飛行を経て、一行は山西省太原市に着きました。加藤頭取を先頭に元気にタラップを降りた一行は、熱烈歓迎の赤い横断幕と地元小学生の

鼓笛演奏に出迎えられ、関係者から、団長の加藤頭取と副団長の蓮見岩手朝日テレビ専務（現・社長）および千葉高弥建設副社長に花束が贈られました。

同日市内のホテルで開催された歓迎式典には、省政府・市政府の要人七名も出席し、訪中団一行は歌や胡弓の演奏とさまざまな料理のもてなしを受けました。答礼に立つた加藤頭取は、建国五十周年の記念すべき年に訪中できたことを喜びに思いつ。日中両国の友情を永遠にしたいと願っている」と謝辞を述べました。

翌日は山西省政府および太原市政府を表敬訪問し、増田岩手県知事、桑島盛岡市長の親書をそれぞれ手交するとともに、通訳を交えて歓談し、両国の絆を



会談を終え、蘇崇哲山西省副省長（右）と握手する加藤頭取

一層深めました。

三日目以降は、歴史の街「西安」や砂漠のオアシス、敦煌等の視察を含め、行く先々で中国のスケールの大きさ、歴史の重みを痛感しながら、交流・友好を深めました。

帰国の機内で行われた解散式で、加藤頭取は「中国は本当に素晴らしい国だった。太原市での歓迎を始め、本当に温かいもてなしを受けた。わが国には季節があり、きれいな環境ともの豊かさがあることを実感しつつ、同時に中国も愛そう」と呼びかけ、団員の労をねぎらいながら、訪中の幕を閉じました。

とっぎんスペシャル
『ポリシヨイ・バレエ』
いよいよ今秋開催。

ポリシヨイ
究極のプログラム、
岩手で上演。

毎年ご好評をいただいております。とっぎんスペシャル、今回は世界三天バレエのひとつポリシヨイ・バレエ団が、オーケストラも帯同してやってきます。上演するのはクラシック随一のエンターテイメント『ドン・キホーテ』。10月13日岩手県民会館を会場に、総勢250名による完全公演が実現します。この秋はぜひとも極上のめくるめくバレエの醍醐味を会場にてご堪能ください。



季節の台所

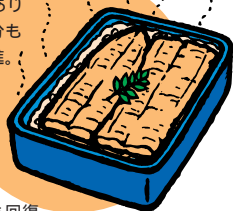
夏

「夏につなぎ、
こんな
パーが
あった！」

夏になると登場するもの、スイカ、ところ天、脂ののった蒲焼き…。これらのものにはこの季節に食べたくなる秘密が隠されているのです。とりわけ昔から夏のスタミナ源とされてきた「うなぎ」。なんと、一日に必要なビタミンAを3倍、不足しがちなビタミンB₁、B₂、Eなどを豊富に含んでいるのです。脂質も上質なうえ、皮部分には消化吸収を助けるムコ多糖体を含んでいるので、まさに夏

夏のフードパワー

利尿効果の高い「すいか」は、果実の90%が水分であり体温調整に必要な水分も十分に新陳代謝を促進。酔をかけた「ところ天」は、酢酸が疲労物質の乳酸を分解し血液の酸性化を防ぎ、夏バテを防止し疲労も回復。



読書の時間

『東京セブンローズ』井上ひさし
¥2,381(税別)

戦局いよいよ見通しのない昭和二十年春のこと、東京根津に団扇屋の主人が綴る驚倒・讚嘆すべき日記帖。耐乏生活に明るさを失わぬ人々の姿。そして戦後、日記は続く。占領軍は、思むべき過去を断つべく日本語のローマ字化をはかる。国家、市民、そして国語とは何なるか。執筆じつに十七年、井上ひさしが世におくる日本語を救った女たちの物語。

(本の紹介——第一書店・田口幹人氏)

暮らし遊び

好きな花や緑で彩る、自分だけの小さな庭づくり。

ベランダや庭先で気軽に楽しめる、英国風の庭づくり・ガーデニング。大きな鉢を用意して、寄せ植えから始めてみませんか。

ここ数年、ガーデニングという英国式の庭づくりが大流行しています。花や緑に囲まれて、暮らしの潤いを楽しむ人が増えてきているんですね。そもそもガーデニングは、庭という空間を思い通りに彩る大人の暮らし遊びですが、

広い庭がなくてもベランダや庭先で十分楽しめるんです。例えば、大きな素焼きの鉢に色とりどりの花を組み合わせてみたり。寄せ植えのプランターで、玄関先を彩るのもいいですね。また、ちょっと目先を変えてハーブの寄せ鉢はいかがでしょうか。目で楽しむだけでなく、お料理にも大活躍してくれま



ハーブを中心に寄せ鉢。香りも楽しめます。

す。最近では、国外品種の種や苗も簡単に手に入りますし、ガーデニングの専門書も数多く出ています。



草花の寄せ鉢。色やバランスを考えながら自由にアレンジできます。

人気のアイビー各種。



新種の花や珍しい素材を探しに出かけるのも楽しいものです。

ガーデニングにきまりはありません。あなたの自由な発想で、暮らしに彩りを添えてみませんか。

アレンジノ
スタイリスト吉田淳子さん

私たちが花巻支店の渉外課です。

いつも「お客様の身になって」をモットーに、皆さんの所にお伺いさせていただいています。年金についてのわからないことやそれ以外のことでも、私たちにお気軽にご相談ください。

支店
便り

TOHOKU BANK

年金お受け取りの方に有利な「年金定期」。

当行で各種年金をお受け取りのお客様に、お得な商品「年金定期」のお知らせです。今、年金定期預金をご契約になると、お一人様百万円を限度に基準金利に1%プラスした利率でお預けいただけます。さらに、65歳以上の方は優小額貯蓄非課税制度をご利用になると、お受け取りの利息に税金がかりませんが、したがって百万円の年金定期をお預けいただいた場合、他の定期預金に比べて1年間で1万円もお得に預金ができます。

現在年金をお受け取りされている方はもちろん、これからの方も当行をご指定いただき、ぜひ「年金定期」をご一考ください。

お申込みやお問い合わせは写真で紹介しました行員までお願いいたします。

高野橋

佐藤

中村

高橋

新沼

とうぎん通信への 応募先・お問い合わせ先

プレゼントのご応募や各コーナーへのご意見、お問い合わせは下記までお送りください。
〒020-0023 盛岡市内丸3番1号
東北銀行営業統括部「とうぎん通信編集局」

TEL019-651-6161(代)

開催日時：7月23日(金)
午後2時～午後4時
会場：花巻市文化会館
(花巻市若葉町3-16-22)
講師：高橋哲雄氏
(岩手大学名誉教授)
演題：「いつでも、どこでも、
だれでもできる健康法」
お問い合わせ
花巻支店：TEL.0198-23-5121
北花巻支店：TEL.0198-23-5150

Information
メイシヨ
健康セミナー開催のお知らせ

今回の「健康セミナー」では、前回ご好評をいただいた医療講演を岩手大学名誉教授高橋哲雄氏を講師にお迎えして開催します。詳しくは花巻支店・北花巻支店または本店営業統括部まで、皆さんお誘い合わせのうえお越しください。