



読者のページ



10周年を迎えた我がクラブ!!

守山区フレンドリークラブ

太田 康和

なごやかひろば31号(平成25年1月号)に「クラブ5周年」の投稿が掲載され5年が経過し、今年わがクラブは10周年を迎えました。10月7日、記念式典を会員106名中71名の参加者と来賓者を招き開催致しました。アトラクションは、会員のハーモニカ演奏、合唱クラブの手話を交えたなつかしい歌を披

露後、プロ芸人「マツハ金太郎」さんの見事な手品・芸人落語家「天満家知波々」さんの落語で大爆笑後、昼食タイムに入り各自に記念品(電波置時計)を贈り大盛況で終了致しました。

なお10月22日から郡上八幡へ一泊慰安旅行を25名の参加者で出発。ホテルでは大衆演劇の観劇で酔い、夜の宴会ではハプニングが発生。それは宴会中にスウェーデン国籍観光客、男女数人の方が仲間に入れて欲しいとのこと。我々も歓迎し、皆で歌等を合唱すると再度盛り上がり、最高の楽しい宴会となりました。

〈ミニ小説〉 ホールインワン

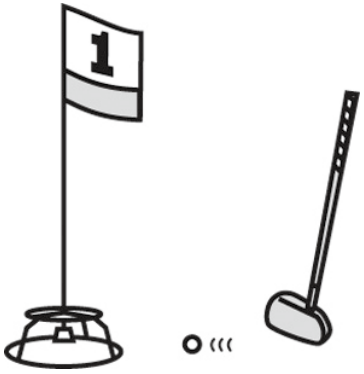
千種区西寿会

玉井 康雄

吾輩はボールである。ご主人に選ばれて5年になるが、彼は下手くそである。始めた頃に比べてスイングも安定し、時々ホールインワンが出る。私も必死になつてポストに向かつて転がろうとするが、息切れして届かなかつたり、猛進して通過してしまう。私の妹分は女主人にかわいがられ、大切に扱われ満足しているが、私は砂で汚れても傷が付いても、手入れしてくれず、いつもバッグにポイと保管される。

過日大会でもらったボールが私の弟分になった。まだ出番がない。いつ私が主人から「引退」を通告されるか不安である。だが先日やっとホールインワンを達した。私もがんばつてホールポストに向かつて転がった。当分現役続行となり、ひと安心。

『やっと出た
待ちに待ったよ
その一球』



ました。そしてホテル内での郡上踊りの体験をして1日目は終了。2日目は郡上八幡城「山内一豊と妻の銅像」の前で集合記念写真を撮り、道の駅等を散策して、無事帰着致しました。次は15周年を目標として、全会員が元気で頑張つて身体に気をつけて目標を達成する事を誓いました。楽しみです。頑張るぞ…。

読者の声

お楽しみクロスワードを頭の体操のつもりでやってみました。意外にスムーズにできました。次もまた楽しみにしています。(西区 I)

毎号楽しみにしています。お楽しみクロスワードは、頭の運動にもなり助かります。(南区 H)

なつかしの歌「案山子」をなつかしく一人で歌ってみました。幼き頃を思い出し、嬉しく拝読させていただきました。(守山区 N)



テーマ投稿

1月号のテーマ 「お風呂でゆったり“あなたのリラックス方法”」

鼻歌で入浴 幸せタイム

守山区吉祥会

石黒紀美子

生つ粋の名古屋っ子の私は、富士山のタイル画を見上げて浴びる銭湯が、幼い頃から好きでした。看護師だった母は「公衆浴場は不特定多数の人が入浴するから」と、毛嫌いしました。

逆に下町っ子の祖母は、身も心も裸で付き合える銭湯が大好きでした。母の目を盗んで祖母と出かけた銭湯。入口ののれんをくぐると、もう別世界! 番台の威勢のいい掛け声。広い脱衣所、大きな湯舟に小さな薬湯に電気風呂。あれから数十年。過日近所の銭湯も姿を消した今。致し方なく我が家の湯殿で、手足を伸ばし鼻歌で入浴は、最高の幸せタイムです。

お風呂でゆったり 命の洗濯

緑区桃山寿会

土井美智子

朝早くから電話の音。また、お誘いかな。しばらく電話なかったから急いで出る。「ねえちゃん、母ちゃんとこへ行こうか」と、妹が電話。いつも妹と私と従妹の子と大府の健康の森へ行つて、モー

二ングをして1時間くらいおしゃべりして、東浦にある、母が眠っているお墓に詣つてその後、また、健康の森へ戻つて、その中にあるめぐみの湯へ行くんです。それから3時間か4時間、いろいろなお風呂へ入つたり、出たり、お風呂の中で、近況などを話し合つてお互いに安心します。それと、もう一人守山にいる妹の近くに龍泉寺の湯があります。そこは岩盤浴があるので、肩こり解消につながると、肩こり解消につながる。

健康寿命を楽しく 生きる入浴法

熱田区金山町長寿会

坪井 香都

傘寿まで生かされ、おかげさまで薬やサプリメントも服用せず食事美味しく、元気に過ごせる日々感謝しております。それは毎日、手軽にできる血流アップ等の入浴法を続けているためと自負し

一、まず40度前後の湯舟にゆつたりと浸かり、温めた手の平を目の周りに繰り返し当て、血流を良くして視力アップをめざす。
二、第2の心臓と言われる足の裏全体を押し強く感ずるところは、強くマッサージする。足の指は曲げ伸ばしを繰り返して、転倒予防とする。
三、背肩から鎖骨に向けて、手の平で強く押すように撫で

最後に、永年続けている「コーラスの音程を確かめながら、メロディーを口ずさんでリラックスした気分を終了。夜もぐっすり安眠できる日々は、心安らかに過ごせる糧となっております。

次号テーマ

私にとっての平成

「読者のページ」ではテーマも設けています。次号のテーマは「私にとっての平成」です。

5月で元号が変わり、ひとつの節目を迎えようとしています。昭和が遠くなり、成熟してきた社会を過ごした皆さんの“平成”への思いをどしどしお寄せください。