

名古屋市老人クラブ通信

第67号

なごやかひろば

発行 なごやかクラブ名古屋
 (公社)名古屋市老人クラブ連合会
 〒462-0844 名古屋市北区清水四丁目17-1
 名古屋市総合社会福祉会館6階
 TEL.052-991-7734 FAX.052-991-7581
 http://www.nagoyarouren.com

制作 (株)博報社 名古屋支社
 〒462-0843 名古屋市北区田幡二丁目13-23 2F-B
 ☎0120-0212-09

毎年1・4・7・10月発行 発行部数7万5千部

令和4年度新任会長研修会



りません。そこには喜びや楽しみもある反面、老々介護や闘病生活などもあつても、悲喜こもごもでありますが、とにかくにも大事なのは健康寿命を維持することであります。日本老年学的評価研究機構が発表した調査によると、地域の社

7月12日、昭和文化的小劇場において、令和4年度新任会長研修会が開催され、新任会長98人とクラブリーダー17人が参加しました。

開会にあたり、あいさつに立った三溝市老連会長は、「この度は単位老人クラブ会長の役を引き受けていただき、ありがとうございます。さて、名古屋市に限らず全国的な傾向として老人クラブの会員数減少は、後継者がいない、若い人(前期高齢者)が入会しないに起因していると言われます。その一方で人生100年時代を迎え、われわれ高齢者は現役を退いた後も長きにわたり生きがいを持って毎日を過ごさなければなら



三溝市老連会長

会活動に参加する人は、そうではない人より健康寿命が延びる傾向にあることが分かりました。皆さんが今後新規会員の勧誘に臨む際、「地域の楽しい仲間たち」が待っていますよ」に加えて「地域活動を通じて健康寿命を延ばしませんか」をアピールポイントに仲間を増やして活発なクラブ活動につなげていただきたいと思えます」と、新たにリーダー

となった参加者に訴えました。続いて塚原義政研修委員長から「老人クラブの組織と活動」と題した講義があり、老人クラブの組織、目的と性格、運営の原則が紹介され、老人クラブ活動は主に「生活を豊かにする楽しい活動」と「地域を豊かにする社会活動」に分かれ、相互にバランス良く取り組むことが大切であるとされました。

次に名古屋市健康福祉局高齢福祉課の明石吉正企画係長から、老人クラブ運営補助金について、対象となる活動、申請などの手続きの流れや補助対象と



平川仁尚氏

なる経費の例や申請書類の書き方などが解説されました。

その後、休憩を挟み名古屋大学大学院医学系研究科 国際保健医療学・公衆衛生学教室准教授の平川仁尚氏により「すこやかなエイジングライフ」と題した講演をしていただきました。



東海地方最大の前方後円墳で国の指定史跡になっている。6世紀初頭の築造で、全長は151メートル、高さは前方部16・2メートル、後円部13メートル。古来ヤマトタケルノミコトとミヤズヒメノミコトの墓と伝えられていたが、現在では尾張氏の墓と考えられている。

発掘調査から、尾張氏は大陸と直接交易ができるルートを持っており、独自の文化と高度なインフラ整備技術力を持つ強国だったといわれている。断夫山の呼び名は「夫を断つ断夫山」からとったといわれている。未発掘なので、調査が進めば歴史上貴重な発見となる可能性を秘めている。1500年のローマンが眠っており、一帯の公園化が待たれる。

交通 地下鉄名城線「西高蔵駅」下車2番出口より南へ徒歩約7分

「六十七」

なごやか彩時

シリーズ

熱田区 断夫山古墳
 ~古代のロマンに想いをはせて~



アクティブシニア笹山クラブ



高針福寿会



高見親睦会（大高学区老連）

全老連「活動賞」 3団体が受賞

全老連は、全国の多様な活動のうち、他の老人クラブが模範とすべき先進的な取り組みを行っている単位老人クラブや連合会を対象に「活動賞」を授与しています。名古屋市老連からは今年度、緑区・名東区・天白区の1学区老連および2単位老人クラブが表彰されましたので、ご紹介いたします。

◎緑区老連

「高見親睦会（大高学区老連）」

平成24年に結成し、会員数は60名。ゴルフコンペやボランティア活動で仲間づくりを進めています。また、近隣の駅や学校周辺の清掃活動や小学生の低学年を対象に見守り活動や地域のアオパト活動など社会奉仕の活動を行っています。

◎名東区老連単位老人クラブ

「高針福寿会」

昭和42年に結成し、会員は54名。会員への配布を目的としたエッセイ集を作成しています。防犯や防災、交通安全を題材にした作品も手掛けており、一人暮らしの方に好評です。また、ホームページを立ち上げ、行事やその結果の報告など情報の提供にも努めています。

◎天白区老連単位老人クラブ

「アクティブシニア笹山クラブ」

昭和50年に結成し、93名の大規模クラブ。研修旅行や社会見学、スマホ教室、ソーシャルダンス、食事も、資源回収、清掃活動等幅広く活動しています。とくにデジタル化に配慮、情報提供や会員同士の情報交換のため、スマホ教室を開催しています。運動と社交を兼ね、ソーシャルダンスにも力を入れています。

令和4年度 仲間づくり活動表彰受賞者

会員増強に努めた単位老人クラブの個人・グループ

仲間づくり活動に熱心に取り組み、年間5人以上会員を増加させた単位老人クラブで会員増に最も貢献のあった個人またはグループを表彰します。（クラブ合併等組織変更による増は除きます）

区	受賞者	区	受賞者
千種	寿第四クラブ	中村	中村町五丁目長寿会
	寿第九クラブ		則武四長生会
	宮根台福寿会		沖田町ことぶき会
北	下一クラブ	二瀬町シニアクラブ	二瀬町シニアクラブ
	下四長寿クラブ		県宮中村住宅横寿会
	西志賀一福寿会	熱田	今西 晋二（横田町福寿会）
	西部カトレアクラブ		新生・三七の会
西	第二大木クラブ	中川	寿クラブ
	竹ノ長生会	守山	芙蓉会
中村	栄生延寿会	緑	高見親睦会
	千原町末広会	名東	勢寿クラブ
	三友会		



令和4年度 東海・北陸ブロック 老人クラブリーダー研修会

8月4日、新型コロナウイルスが猛威を振るうなか、東海・北陸ブロック老人クラブリーダー研修会が主催・石川県老連の石川会場をメイン会場とし、感染拡大防止のためWEB方式により6カ所の会場を結んで開催されました。名古屋市老連では、名古屋市総合福祉会館を会場とし、会長をはじめ理事会のメンバー20名が参加しました。

前半は、全老連正立事務局長から「老人クラブの現状と課題」についての基調報告に続いて、三重県・岐阜県・富山県の事例発表がありました。後半は、いきいきクラブ体操を行った後、「新しい生き方を求めて～鈴木大拙に学ぶ～」を演題に、鈴木大拙館館長の木村宣彰氏の講演が行われました。

最後に、次回主催老連の名古屋市老連三溝会長より、「コロナ感染に打ち勝ち、来年度こそ直接お会いした形での研修会にしたいと考えているので、どうぞよろしくお願いします」とあいさつがありました。

受賞おめでとうございます





令和5年度 名古屋市長への 予算要望書を提出

①については、「なごやかクラブ」の活動は会員の会費を基本としつつ、行政や町内会等からの補助金に支えられており、会員の規模によってクラブ運営に要する経費も大きく異なります。現在、行政から4万1520円を補助いただいているクラブの会員は最少30名から最大268名まで幅があり、一人当たり補助額を換算すると155円～1384円の差が生じます。そこで運営に要する経費が多くなる大規模クラブ(会員数70名以上)に対する補助金について増額して

「いただきたい」と要望しました。

7月21日、来年度の予算編成を前に、なごやかクラブ名古屋(市老連)の犬飼謙治、塚原義政、加納年子各副会長が名古屋市の行政支援についての予算要望のため名古屋市役所を訪れ、浅野正敏長寿社会企画監に市長あての要望書を提出しました。

《要望事項》

①単位老人クラブに対する運営補助金について会員数の多い大規模クラブは増額を要望します。

※会員数70名以上(38クラブ)

…8万3000円(現行の倍額)

※会員数100名以上(9クラブ)

…10万円

②区老連役員に対して、日頃のクラブ活動における費用弁償として年5000円の支給を要望します。

③令和5年度は、本市老連が東海・北陸ブロック老人クラブリーダー研修会の主催者となることから、開催経費の助成を50万円要望します。

②については、「クラブ活動の中心を担っている各区老連の役員は単位老人クラブの会長であるとともに、区老連の役員として体育委員会や広報委員会、研修委員会など多くの会合や市・区老連主催のさまざまな行事に参加しています。もちろんこうした活動への参加はボランティアですが、活動に携わることで時間的な制約を受けるとともに事務的な経費(例えば資料コピー代や関係者への電話代、行事会場の駐車料金など)を相当額負担しています。クラブ活動の中心的役割を担っている各区老連役員の負担を少しでも軽減するため、年5000円(敬老パス本人負担相当額)を費用弁償として支給していただきたい」と要望しました。

③については、「全国老人クラブ連合会傘下の東海・北陸ブロック(6県1政令市)老人クラブ連合会では、持ち回りで毎年7月頃に東海・

市老連 これからの行事予定

月日(曜日)	行事名	場所
10月19日(水)	JASSくらぶとの交流交歓事業 史跡散策(守山区:緑地と名刹めぐり)	集合場所 名鉄「小幡駅」
10月21日(金)	女性リーダー ノルディック・ウォーキング体験会	名城公園
11月1日(火)	グラウンド・ゴルフ大会	白川公園
11月8日(火)	全国老人クラブ大会	東京都
11月10日(木)	JASSくらぶとの交流交歓事業 史跡散策(緑区:千鳥塚コース)	集合場所 名鉄「鳴海駅」
11月18日(金)	健康づくりウォーキング大会	東山公園
11月29日(火)	女性リーダー研修会	総合社会福祉会館 7階大会議室
12月1日(木) ~2日(金)	全老連「高齢者の健康づくり・生活支援 セミナー」	全社協
12月2日(金)	シニアスポーツリーダー(ボッチャ)研修会	東スポーツセンター
12月13日(火)	JASSくらぶとの交流交歓事業 史跡散策(緑区:緑地・砦コース)	集合場所 名鉄「鳴海駅」
12月16日(金)	なごやかクラブ研修会	日本特殊陶業市民会館 フォレストホール(大ホール)

※「史跡散策」の申し込みについては、市老連事務局または各区老連事務局(区役所福祉課内=4頁掲載のお問い合わせ先)へお尋ねください。
※各種行事の開催時期、日程等につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止、延期、変更等の可能性がありますのでご注意ください。

参加者募集! 第15回 市老連健康づくり ウォーキング大会

参加費
無料

と き: 令和4年11月18日(金)(予備日25日(金))
と ころ: 東山公園1万歩コース内の約3.7kmのコース

みんなで歩き 健康づくりの輪を広げよう!
飲み物持参で 随時水分補給を忘れずに!

※参加申し込み: 各区老人クラブ連合会 事務局
(区役所福祉課内=4頁参照)にお申し込みください。





生きがいと健康づくりの推進 ⑧



なごやかクラブ熱田 学区対抗カローリング大会



8月1日、各学区6名で36名の選手、役員14名の合計50名が参加して熱田区役所の講堂で学区対抗のカローリング大会が開催されました。

村瀬会長のあいさつと大会の説明の後、競技開始。カローリングの器材は高価で購入は難しい。広いコートを要すると思うように練習できない。しかもコロナで大会は2年ぶり、練習不足。それでも皆さん、カローリングのことはよくご存じで、コントロールのいい人、腕力で相手のジェットローラーを押し出せる人、難しい局面でも度胸のある人など投球順を工夫して適材を配し、アドバイスよろしくチームワークもとれていました。

カローリングは、投球の順番や点数の数え方、ペナルティなど、ルールは複雑です。最初は混乱がみられたものの、皆さんスムーズに試合を続けられていました。レーンやジェットローラーの癖をよく読むことや安定した投球フォームなどが大切で、ボーリングに似ています。試合結果は、1位＝大宝学区、2位＝旗屋学区、3位＝野立学区。皆さん、会長から賞状と副賞をうれしそうに受け取られていました。帰りのエレベータで、「今日は楽しかったね」「久しぶりにワクワクした」「また、やってほしいね」と、こんな会話が聞かれました。

なごやかクラブ港 初心者ほど楽しいポッチャ体験会

観測史上2番目に早い梅雨明け、その後は猛暑。このなか、6月29日、南陽交流プラザを会場に港区老連のポッチャ体験会が開催されました。

各単位老人クラブ3名、約50名の方が参加。吉田会長があいさつをされ、引き続き寺野常任理事が進行を説明をされた後、体験会が行われました。今回は初心者の方が多いため、順位はつけず、まずはポッチャの面白さを知ってもらうことをねらいとしました。それぞれグループに分かれ、実践練習。ジャックボールの役割、赤ボールと青ボールを投げる順番、点数の数え方など初歩的なルールや投げ方、攻略方法が説明されました。

皆さん上達が早い。2ゲーム目になると、入念にフォームを研究する人やベテランを質問攻めにする人、得点の数え方の説明に真剣に聞き入る人、攻略法を研究する人、上達への意欲は尽きません。

閉会にあたり、会長より「ポッチャはそれほど難しいゲームではありません。また、場所をとりません。今後はコミセンでも楽しんでください」とあいさつがありました。また、杉藤福祉課長より「今回の体験会で皆さん、たいへん上達されました。これを機会に、より多くの方に楽しんでいただきたいと思います」と講評されました。

わたしたちのクラブへ入りませんか！



老人クラブは、いきがいづくりや仲間づくり、健康長寿に大きく貢献しています。人生の居場所であり、一部でもあります。その代替を見つけることは困難です。老人クラブに加入して、より健康に、より楽しく、より充実した日々をおくりましょう。



入会申込書（お近くの老人クラブに申し込んでください）

おところ	〒 名古屋市	区
おなまえ		☎
生年月日	大・昭	年 月 日

◆お問い合わせ：各区老人クラブ連合会事務局

千種区 753-1942	東区 934-1194	北区 917-6530
西区 523-4596	中村区 453-5367	中区 265-2329
昭和区 735-3911	瑞穂区 852-9395	熱田区 683-9900
中川区 363-4415	港区 654-9708	南区 823-9413
守山区 796-4607	緑区 625-3966	名東区 778-3099
天白区 807-3898	◎名古屋市老人クラブ連合会 TEL 991-7734 FAX 991-7581	

「危ないよ!! 前方見ない スマホ歩行」

なごやかクラブ 交通安全標語

東宝寺



成道寺 佛足石



見晴台遺跡

また、成道寺と東宝寺を訪れ、成道寺では、今日の幸福を感じ、疑念のないさわやかな気持ちを持ちながら「佛足石」を撫でていく方も見えました。

5月17日、新型コロナウイルス感染状況が落ち着きを見せていた時期でしたので、JASSの参加者も含め73名もの多くの方が史跡散策に参加しました。散策では、いにしえの美しい景色であった桜田を心に思い浮かべ、また数多く点在する古墳を巡り、見晴台考古資料館では、弥生時代の集落の遺跡から、古代の人々の生活をうかがい知ることができました。

南区桜田勝景跡と古墳めぐり 史跡散策



令和4年度なごやかクラブ名古屋 カローリング大会

6月16日、東スポーツセンター第一競技場においてカローリング大会が開催されました。区ごとに3名の選手が参加し、区対抗で2試合が行われました。

試合開始前、日本カローリング協会の鈴木さんよりルールおよび得点の数え方の説明が行われた後、試合開始。それぞれのレーンにおいて、白熱した試合が行われました。

今大会の順位のつけ方は、総得点が多いチームを上位としますので、たとえ第1試合および第2試合で負けても、2試合の合計得



女性リーダー屋外研修会

年度当初に会員の親睦を目的に行っている屋外研修会。今回は6月22日、千種区の揚輝荘で行いました。松坂屋初代社長長15代・伊藤次郎左衛門祐民氏の別荘として建設されたもので、名古屋市に寄贈され一般公開。庭園と一体となったしっとりな雰囲気あふれる歴史的建筑物です。

当日、あいにくの雨でしたが、皆さん話が弾んでいました。「名古屋にこんなレトロな建物があったの」「区老連の女性リーダー会の会場にしたい」「緑豊か、庭と建物が一体となっ



揚輝荘

て素晴らしい」、こんな会話が交わされていました。例年食事会を行っていましたが、今年中止。その代わり皆さんにはグルメマップが提供されて、覚王山・日泰寺周辺のお店で各々ランチを楽しんでいただきました。

点が16チームの中で高ければ、上位になります。そのため、選手の皆さんは1点でも多く得点しようと集中して積極的な投球をされていました。

成績は、優勝Ⅱ東区、準優勝Ⅱ千種区、3位Ⅱ中川区、4位Ⅱ中区、5位Ⅱ南区という結果でした。



優勝した東区(左から高木基夫さん、若原夏美さん、杉村徳保さん)

各区だより

熱田区
あつた3年ぶりに
各種行事を開催

コロナ禍のため中止していた「ペタンク大会」と「熱田区老人クラブのつどい」を3年ぶりに開催しました。久しぶりのため、準備や運営の手順を忘れていたところもあり、みんなで思い出したり、当時の資料を引っ張り出したりしてやっと開催にこぎつきました。

「ペタンク大会」は感染拡大防止に注意を払い、5月25日に熱田区大瀬子公園で開催。当日は暑くもなく寒くもない快適な日和でした。3年ぶりのことなので、すぐに試合をするのではなく、ゲームを思い出していたため、まずは練習から始めました。

皆さん久しぶりの試合に、時には真剣に、時にはのびのびと楽しんでいました。「熱田区老人クラブのつどい」は、7月13日に熱田文化小劇場で開催。感染拡大防止のため、



参加者や出演者の数を制限。3年のブランクは大きく、区老人クラブの理事も変わり、劇場側の職員も異動していて、前回は劇場側がやってくれたところを今回は主催者が行わなければならぬ状況に大慌て。ヒヤヒヤする場合もありましたが、何とか実施することができました。

第一部大会では、最初に老人クラブの発展に功績のあった方へ感謝状が贈呈されました。続いて第二部芸能大会が開催のため、出演者の方からは「待ってました!! 長い間待ち望んでいました!!」という、うれしい歓迎の声が上がりました。新型コロナウイルスで外出運動の機会が減っています。休憩時間を利用して



コモ予防体操を行いました。出演者は一生懸命演技をし、観客も声援で応え、皆さん、久しぶりの芸能大会を満喫されていました。(加納 年子)

中川区
なかがわ健康づくりと
生きがいを求めて

清掃活動では、バス通りの歩道(1・6キロメートル)を4区画に分け、それぞれグループを決めてピンヤカンの収集と可燃ゴミ拾い、雑草取りを行っています。

交通安全活動では、各町内会と合同で老人クラブが登校日に主要な交差点で児童を見守っています。

社会見学は、新型コロナウイルス感染症がまん延してからの2年間は、活動を中止しています。これ以外は、3密を避け手の消毒、マスク着用を徹底しながら活動を続けています。

これからも会員相互が連携し、健康で生きがいを求めて楽しく日々を送れることを願っています。(二村 眞弘)

五反田学区は、松蔭地区の一部を含み、庄内川と新川に挟まれた地区にあります。五反田学区連合老人会(会長・日比基之)は7クラブ会員で構成されています。

主な活動は、グラウンド・ゴルフや主要道路歩道の清掃、毎朝交差点などで登校時の交通安全、年2回の社会見学で、担当を決め自主的に実施しています。

年間予定表を定めています。詳細は、奇数月第3土曜日の役員会で決定し、各クラブを通じて会員に連絡しています。

このうち、グラウンド・ゴルフは大人気で、年間5〜6回ある学区老連主催の大会には、毎回40人前後の会員が参加しています。コロナ禍前は、多いときには60人以上が参加したこともあり、高齢者の健康づくりと親睦に適したスポーツです。



各区だより

港区 みなの

2年越しの バス旅行を開催して

第5波、第6波と続いた新型コロナウイルスを潜め、行動制限が解除されていた7月7日、なごやかクラブ南陽は、2年越しのメロン狩り旅行を実施しました。バス2台、67名が参加しました。

学区老連の会員の高齢化が進み、参加者も減少するなか、12単位老人クラブ(全会員678名)中、9クラブから参加がありました。

一行は岡崎市の大樹寺へ。境内でまず目を引くのは3代将軍家光公が建立した



財の鐘楼です。よくお寺で見かけるのものは違い、大鐘は入母屋屋根の立派な建物に収められています。

ので、その心意気が感じとれます。

三門から総門(現大樹寺小学校南門)を通して一直線に3キロメートル先の岡崎城が拝めるように、この間には視界を遮る建物がありません。岡崎市民の配慮によるも



り、17時には帰着することができ、ゆったりとした旅になりました。次回を楽しみにしています。(寺野 肇)

この後、蒲郡オレンジパークでの昼食。席に着いたら料理の横に半切りメロンがドーン。「食べられるかなあ」そんな心配は無用、参加者は旅慣れたものでバック、タッパーを持参していたのでした。

食後、マイクロバスで園内の温室ハウスに到着。自分の納得できるメロンを各々1個収穫し、今日の目的はほぼ完了。後はお土産屋さんへ寄り、

南区 みなの

明治朗朗クラブの 活動紹介



に会員として150名が活動しました。

教養活動として、交通安全の集いや自転車の乗り方、防火、防災、生活安全等の講義、講習に会員60名ほどが出席してきました。

町の美化活動として、会員100名ほどが駅の周りや公園、道路を清掃し、草の根駆除を行ってまいりました。

社会活動として、150名ほどが懇親旅行や研修旅行を楽しんでまいりました。

明治朗朗クラブとして年間延200名ほど参加協力してきました。これらの活動を通じて、まだまだ元気で、活躍していただけの会員の方も大勢おられるのだなと実感しました。コロナ禍が明けことを願っています。(橋本 博之)

毎年、明治朗朗クラブは、市老連(3行事)や区老連(6行事)の行事に参加し、3行事を主催してきましたが、ここ2〜3年の間は、コロナ禍で思うように活動ができませんので、これまでのものを紹介いたします。

区老連総会にはそれぞれに役員が出席してきました。

健康活動として、スポーツ大会(カローリングやグラウンドゴルフ、ペタンク、ニュースポーツ)、スポーツ研修会、秋の運動会にも選手として5〜50名ほどが参加してきました。

福祉活動として、区民祭や老人福祉大会、さわやかウォーク、趣味の作品展、夏祭り、文化祭(ともに明治学区)、明朗福祉大会(平成30年は57回目でした)



楽しく介護のすすめ ~心と体の健康講座~

●北部介護者教室 ※4回シリーズですが1回のみ参加も可

【会場】名古屋市総合社会福祉会館7階 中会議室または研修室東西 (北区清水四丁目17-1 北区総合庁舎内)

10/21(金) 「食事介助の基本のキ ~食事姿勢と介助の実践~」

10/28(金) 「おむつの使い方 ~モれるには理由がある~」

11/ 4(金) 「アロマテラピーで香りのドライフラワーボックス作り」

11/10(木) 「福祉用具でらくらく! 起き上がりと移乗」 ※終了後プラザおしゃべりサロンを開催(午後4時まで)

●南部介護者教室 ※4回シリーズですが1回のみ参加も可

【会場】名古屋市総合リハビリテーションセンター4階大研修室 (瑞穂区弥富町字密柑山1-2)

11/26(土) 「おむつの使い方 ~モれるには理由がある~」

12/ 3(土) 「食事介助の基本のキ ~食事姿勢と介助の実践~」

12/10(土) 「新聞ちぎり絵でお正月の色紙作り」

12/24(土) 「福祉用具でらくらく! 起き上がりと移乗」 ※終了後プラザおしゃべりサロンを開催(午後4時まで)

【開催時間】午後1時30分~3時 各回終了後、介護に関する個別相談会を実施(午後3時30分まで)

【定員】各回20名

【費用】無料

【申込】北部介護者教室は受付中、南部介護者教室は10月20日(木)の午前10時より電話・FAX・郵送・窓口・Webにて受付開始(先着順)

◆申し込み先・問い合わせ先

なごや福祉用具プラザ(開館時間 午前10時~午後6時、月祝休) 〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3丁目12-1 御器所ステーションビル3階 TEL(052)851-0051 FAX(052)851-0056 インターネット「なごや福祉用具プラザ」で検索 ウェブサイトはこちらから▶



◆主催 名古屋市・名古屋市総合リハビリテーション事業団 なごや福祉用具プラザ

愛知県警察からののお知らせ

百貨店店員と警察官からの電話、それホント? 詐欺の電話に注意!

愛知県内では、百貨店店員や警察官を名乗った特殊詐欺が多発!



●被害を防止するために

特殊詐欺は、自宅固定電話への電話から始まります。犯人と直接会話をしない対策が有効です。

◎「留守番電話設定」にしましょう!

…自宅固定電話を常時留守番電話に設定し、相手のメッセージを聞いてからかけ直しましょう。

◎「被害防止機能付き電話機」を使いましょう!

…自動録音機能や警告メッセージが流れる機能が付いている電話機を活用しましょう。家電量販店等で販売しています。

高齢運転者の方、ご注意ください!

高齢者の運転免許証の更新制度が変わりました。75歳以上で、過去3年間に一定の違反歴がある方は、運転免許更新手続きの前に運転技能検査に合格しなければ、運転免許証の更新を受けることができません。安全運転をお願いします。



●運転技能検査の対象者

更新期間満了日における年齢が75歳以上(令和4年10月12日以降に誕生日を迎える方から適用されます)の普通自動車対応免許を保有する方のうち、運転免許証の有効期間満了日の直前の誕生日の160日前の日前3年間に、一定の違反行為がある方が対象になります。

詳細は愛知県警ホームページをご覧ください。

◎愛知県警察本部運転免許課コールセンター

☎0570-02-7050(午前9時~午後5時、土日祝日・年末年始を除く)

令和4年度 犯罪被害を学ぶ会(参加無料)

第1回トークセッション

「被害者の実情と必要な支援」

【とき】10月20日(木) 午後2時~3時50分

【ところ】緑文化小劇場 (緑区乗鞍二丁目223番地の1)

【講師】NPO法人犯罪被害当事者ネットワーク緒あしす

【会場参加申込期限】10月17日(月)

第2回講演

「尊きいのちみつめて」

【とき】11月16日(水) 午後2時~3時50分

【ところ】青少年文化センターアートピアホール (中区栄三丁目18番1号ナディアパーク内デザインセンタービル11階)

【講師】佐藤 逸代氏(交通犯罪被害者遺族)

【会場参加申込期限】11月11日(金)

申込方法

【ファックス】送信先 052-972-6453

【はがき】送付先 〒460-8508 中区三の丸三丁目1番1号 名古屋市スポーツ市民局人権施策推進室

【電子メール】アドレス a2580@sportsshimin.city.nagoya.lg.jp

◎記入事項(各申込方法共通) ①参加の講座(第1回・第2回・両方) ②住所 ③名前(ふりがな) ④電話番号

オンラインでの参加

申込期限は会場参加申込期限の1週間前まで。詳細は名古屋市公式ウェブサイトへ

◎問い合わせ先 名古屋市スポーツ市民局人権施策推進室 TEL052-972-2582

書き損じはがき キャンペーンへの協力のお願い ユネスコ世界寺子屋運動「書き損じはがきキャンペーン」にご協力いただきました誠にありがとうございます。市老連会員の皆さまから寄せられた書き損じはがきは1834枚、切手は112枚、収入印紙は5枚で、お金に換算すると10万7315円相当でした。



書き損じはがき キャンペーンマスコットの「はがきちゃん」

なごや見守り情報 55

インターネットの定期購入トラブルにご注意!

インターネット通販を利用する際は、定期購入のトラブルに遭わないよう、注文の前にはしっかりと確認しましょう。

◆ インターネット通販に関する相談が、全国の消費生活センターに多く寄せられています。

【事例】

スマホの動画サイトの広告から誘導され、「初回550円」の美白クリームを知った。「解約保証」と書いてあり、550円なら一度試してみようと思ったところ、一カ月後、また同じ商品が届いた。サイトをよく確認すると、電話で解約しない限り定期的に商品が届くことがわかったが、電話が繋がらず解約できない。

改正特定商取引法では、販売業者は「最終確認画面」で顧客が注文を確定する直前に、簡単に契約内容を確認できるように表示することを義務付けています。注文を確定する前に、以下の点をよく確認してください。 ・契約内容(定期購入になっているか。定期購入の場合、継続期間や購入回数) ・支払うことになる総額 ・解約や返品の方法 ・解約方法 など

義務付けられた表示がされず、誤認して申し込んだ時には申し込みを取り消せませんが、表示に問題がない場合、返品できるかどうかは販売業者が定める条件に従うこととなります。通信販売に、クーリング・オフ制度はありません。ネット通販を利用する時には、最終確認画面をきちんと確認し、保存しておくようにしましょう。

【ご相談先】名古屋市消費生活センター

☎222-9671(月~土)

※祝休日・年末年始を除く ※土曜日は電話相談のみ 相談受付時間 午前9時~午後4時15分

ウェブサイト

https://www.seikatsu.city.nagoya.jp/

名古屋市スポーツ市民局消費生活課

☎222-9679



認知症とともに暮らす社会に向けて(23) 認知症の人との接し方と 家族のたどる心理ステップ

千種区認知症地域連携の会代表世話人
黒川 豊



認知症の人の気持ち

認知症の人は何を言っても理解できないのではないかと、話したこともすぐに忘れてしまうと思いませんか？

認知症の症状が始めた頃、最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗や、今までできていた家事や仕事

ができなくなっていくことに気づき、不安を感じ始めます。そして、できないことが増えてくると、気分が落ち込んでうつ(抑うつ)の症状が見られることがあります。意欲の低下、不眠、食欲不振、何ごとに対しても関心を示さなくなり

ます。うつ病と誤解されることもありますが、これは認知症のうつ状態です。うつ病が悲観的なものに対し、認知症によるうつ状態は無関心が多いとも言われています。

認知症が進行してくると物事の事実関係は忘れてしましますが、その時感じた感情は心に長く残ります。つまり、失敗したことは忘れてしま

い、叱られた、怖かった、不快だったという感情だけが残ってしまいます。そして何

度も叱責すると、その負の感情はより強く残ることになり

ます。

接する時の心の準備

まずは理解してもらおうとあれこれ説明するよりも笑顔で優しく接することが大切です。記憶力や思考力が落ちた

動作や反応がゆっくりになりませんが、できないわけではなく、急かしたりせず本人のペースに合わせましょう。

認知症の人は何もわからないのではなく、そして自尊心もなくしていません。本人の気持ちに寄り添い、自尊心や感情を傷つけないようにする

ことが大切です。家族に対しても自分の弱みは見せたくないという思いがあります。

「助けて欲しい」という思いもあります。自然にさりげない手助けをするようにできれば、認知症の症状や問題行動の軽減にもつながっていきます。

認知症の人への対応

認知症が進行すると、最近の出来事を思い出すことも難しく、同じ質問を何度も繰り返すことがあります。家族や

周りの人はイライラするでしょうし、面倒くさいと感じることもあ

るでしょう。しかし本人は同じ質問をしているという自覚がないので、なぜ家族や周りの人がイライラし

たり、怒ったりするのが理解できません。気長に答えてあげましょう。

お財布がない、時計が盗まれたという「もの盗られ妄想」の場合は「どこかに置き忘れたの

ではない」と叱るのNGです。自分で片付けたことや置いた場所を忘れてしま

い、とても困っている状況です。絶対に叱ってはいけません。そして一緒に探してあ

げるのですが、家族や周りの人がすぐに見つけてしまうと「やっぱり盗んで隠していた

に違いない」と思わせてしまう可能性があります。急かすので、本人が見つけられるように誘導

するのがポイントです。フラッと出かけてしま

う「ひとり歩き」は、本人にとって今居る場所は安心できない

場所、知らない場所などの理由で、以前住んでいた家や以前勤めていた会社に行こうと

することがあります。本人の中ではきちんとして出かける理由と目的があるのです。無理に止めようとしたり、言い

聞かせようとすると解決しませんので、そんな時は「一緒に行きましょう」とか「送って行きますよ」などと言って一緒に出かけましょう。そして、頃合いを見て「そろそろお家へ帰りましょう」と誘導

抱えているのと同じように、家族も不安を抱えています。介護するすべての家族にあってはまるわけではありませんが、段階を経て、あるいはいつ

たりきたりして、「否定」から認知症の人の心理や行動を受け止めて、ありのままを受け入れられる「受容」へと

持ちが徐々に変化していく過程をご紹介します。第1ステップは認知症の人の

の言動や行動に戸惑い、否定しようとして。第2ステップは認知症の理解が十分でないため

のように対応したらいよいよかかわらず混乱し、怒りさえ覚えます。第3ステップは第2ステップの辛い時期を

繰り返して「No」とイライラしても仕方がない、なるように

しかならない、良い意味でのあきらめや開き直りの気持ちになります。大らかな

な対応ができるようになることで認知症の人の気持ちも安定

しやすくなります。第4ステップは認知症への理解が深まり、認知症の人の世

界を認め、認知症の症状を問題ととらえなくなり、いとわ

さが増してくる段階です。第5ステップは介護の経験を自分の人生において意味あるものとして位置付けていき、穏やかな時間を過ごせるよう

段階を経て家族の気持ちが軽くなってきますが、第2ステップを乗り越えるまでに7

年から10年かかることが多いようです。この長い時間を続けるには、認知症は病気だ

ということを受け入れ、まずはがんばり過ぎないこと、外部サービスなどに任せられるこ

とは任せてご自身(介護者)をいたわること忘れな

ください。信頼できる周りの人に話を聞いてもらうのも良いでしょう。そして同じ悩み

を持っていて仲間や家族などどつながら一人を抱え込まないようにしま

しょう。お互いのために。

家族のたどる心理ステップ (家族の会・愛知県支部作成資料の改変)



・頑張ってやさしくしようとすると早くつぶれてしまう。・混乱期を抜け出すまでに7~10年かかることが多い。

名古屋市高齢者就業支援センター 講習受講者募集中!

高齢者の方を対象にさまざまな講習を実施し、高齢者の方の社会参加を支援しています! あなたも第二の人生、新たな生きがいを見つけてみませんか?

11月募集
(12月実施)

☆ 申込期間 11/1(火)~11/21(月)
・警備業基礎講習 ・Zoom(ズーム)体験講座 ・パソコン/デジタル写真(基礎)

12月募集
(1月実施)

☆ 申込期間 12/1(木)~12/20(火)
・はじめてさわるパソコン ・パソコン/ワード(応用)

1月募集
(2月実施)

☆ 申込期間 1/1(日)~1/20(金) ※来所、電話でのお申込みの場合は1/4(水)~
・竹工作教室
・講演会 ・パソコン/入門 ・パソコン検定準2級試験対策講座

※各講習の開催日時・場所・対象者・受講料などは、講習によって異なります。
※新型コロナウイルス感染症の影響で講習が中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。詳細についてはお問い合わせください。

◆名古屋市高齢者就業支援センター
(指定管理者:名古屋市シルバー人材センター)
〒466-0015 昭和区御器所通3丁目12-1
問い合わせ先 ☎ 842-4691

アクセス情報

地下鉄鶴舞線・桜通線「御器所」駅下車
②番出口を出て右手に40分、「御器所ステーションビル」4・5階

◎ホームページもごさいます。アドレス <https://www.bes-c.com>
◎就業に関する相談も行っています。相談窓口(土日祝日 12/29~1/3を除く9時~17時) ☎ 842-4692

呼吸器なんでも相談のご案内(無料)

ちょっとした動作で息切れや息苦しさを感じるなど、呼吸器のことで気にかかること、心配なことがありましたら呼吸器なんでも相談へどうぞ!

- ◆ 受付時間 / 午後 1:15 ~ 2:30 の指定の時間
- ◆ 対象者 / 市内在住の 15 歳以上の方
- ◆ 場所 / 南保健センター(南区東又兵衛町5-1-1)
- ◆ 内容 / ① 問診 ② 身長・体重測定 ③ 胸部エックス線検査 ④ 血圧測定 ⑤ 診察・個別相談
- ◆ 費用 / 無料

すべて予約制です

相談日 / 令和4年10月18日(火)・11月15日(火)・12月20日(火)

申し込み先・問い合わせ先 南保健センター公害保健担当
TEL(614)2879 FAX(614)2818

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、一部検査の中止、相談日の中止となる場合があります。

読者の声



老人クラブ仲間作り

北区アーバンフレ志賀寿会
山ノ内登志江

会員の減少で老人クラブが一つまた一つと消えています。一方、年を重ね、だんだんと体力も弱り、友も少なくなり、一人暮らしになったりして、淋しく過ごしている方や退屈している方もたくさんおみえになります。そして多くの方は心を開きお話しできる友を求めています。でも、自分から進んで入会するには勇気がいります。

私はご縁あって60歳で入会し、26年を迎えます。これまで老人クラブの内外の方々と気軽に言葉を交わり、会員以外の方にも機関紙「なごやかひろば」をお届けしたり、いろいろな行事等にお誘いしたり、作品展にも沢山の方にお越しいただきました。

このように皆さんとはいろいろな言葉を交わり、楽しく過ごしていました。昨今お会いできない方がおみえになるようになり、「お元気でいらっしやるかな」と、とても心配になります。そんな時、まだまだ若い方が入会を希望されびっくりです。最近では数名の方に入会していただきました。大変うれしく思っています。自分の家族のように大切にお付き合いをさせていただきます。

小さな積み重ね

天白区平成東クラブ
杉浦 幸一

この十数年来、早朝のウォーキングを楽しんでいます。80歳を超えると、足・腰が衰えてきて、億劫になってきたのも正直なところ。それでも習慣づいているのか、朝になると出掛ける毎日です。天白川には、サギ・鶺鴒・鴨が群れています。そんな中、ラジオ体操をし、仲間とおしゃべりを楽しみながら帰ってくる、すがすがしい気分になります。

老人会に入ったのも、この頃です。町内の多くの人達と知り合いになり、あいさつをするだけでも気持ちのいいものです。引込み思案の方も、ぜひ老人クラブに入会し、地域に友達をつくり、健康で快適な日々を送るのもいいものだと思います。ぜひ入会を！

思い出の品

中川区三ツ池ことぶき会
谷崎 信子

「思い出の品」ではありませんが、実家の帯戸と土間のある暮らしが思い出され懐かしい。重い帯戸を開けると、仏壇や仏具が黄金に輝いており、子どものころは怖かった。毎月27日になると同行の集まりがあり、子どもは早くから祖母に寝かされ、座敷から聞こえてくる親鸞聖人の正信偈、帰命無量壽如来…が今でも耳元から離れません。昨日食べた物も思い出せない年齢になったのに、昔のことはよく覚えていいます。風呂は五右衛門風呂、焚口が四角く掘ってあり、ここに腰掛けて、お芋を焼き頬張りながら、マキをくべていました。体がすく暖かくなり、苦になりませんでした。伊勢湾台風(昭和34年)の後、家が建て替えられたので今はありません。

嫁いでの現在のガス栓をプッシュするだけで風呂が沸く、ありがたい時代ですね。



ボッチャは楽しい！

天白区むつみ会
渡辺 順子

今日は楽しかった。何がって：それはボッチャ。去年のパラリンピック東京大会でチラッと見ていましたが、まさか私がボッチャをやるとは。

天白区老連は、この普及に努めています。7月6日、天白スポーツセンターで開催された学区対抗大会に参加しました。ルールも知らず、初めて球にさわるのですが面白い。少し、広い場所がいりますが、誰でもできます。役員の皆さま、お疲れさまでしたネ。ありがとうございました。



読者の声

「編集後記」読ませていただきました。くれぐれもお身体に気をつけて頑張ってください。(東区I)

いつも「文芸コーナー」の川柳の部を楽しみにしています。私にはない感性での川柳に、感心したり、「クスッ」としたりしています。「詠み人」ではなく、「読む人」に生涯なりそうです。(中村区A)

クラブ通信毎回楽しみにしております。早いもので入会して27年が過ぎました。最初の頃は仕事が多忙で、なかなか出席できませんでしたが、この頃はグラウンド・ゴルフ、ペタンク、研修旅行等々に参加し楽しいです。(緑区A)

いつも楽しみに拝読させていただいております。時には心を打たれることが書かれており感動いたしております。これからも楽しみにしています。(港区K)

毎回いろんな記事を載せていただき、また「各区だより」それぞれ個性のある内容で楽しく読ませていただいております。(天白区K)

町・学区連合会・区連合会・市連合会・老人クラブの行事が非常に多いのに驚きです。(中川区U)

毎号とても楽しみに拝読しております。内容が盛りだくさんで勉強になります。66号の編集後記、ぼやき同情いたします。次号が待ち遠しいです。(緑区N)

次号テーマ

寒さに負けない「冬の冷え対策」



「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、寒さに負けない「冬の冷え対策」です。寒さが厳しい季節、カラダが冷えると、あちこち不調になりませんか？ そこでお知恵を拝借！ あなたが冷え対策に実践していることがあれば、ぜひ教えてください。



文芸コーナー



画/宮地 慶子 (瑞穂区陽明第三長寿会)

名古屋市老人クラブ連合会では、こちらに掲載させていただきます。投稿先は左下「投稿についてのお知らせ」をご参照ください。

短歌の部



夫逝きて十年あまりたつ今も

「いい先生だった」と聞くは嬉しき

(千種区内山第七寿クラブ 村元 孝子)

緑り返す雷のもと濡れ燕

口に餌を子等の唄へ

(北区五月クラブ 伊佐治 清)

星空や若きひととき赤き帯

彼と歩いた胸はときめき

(西区平田永寿会 齊藤 文子)

山好きの亡夫のよろこび即絶たれ

私の不調に夫も下りたり

(昭和区ささらぎ会 柳原 貞子)

片陰の途切れし先や逡巡す

狂おしい如き蝉声敗戦日

(昭和区川原第一NAC 山田チエ子)

カタカナのあふるる中に老いていく

母語を使えぬ哀しみ深し

(昭和区緑坂なごやクラブ緑会 大林 幸雄)

暑き朝氏神社にお参りす

大樹の風に心洗われ

(昭和区寿栄会 岩田 和子)

卒寿過ぎ花も嵐もふみ越えし

思い出はみな虹の色

(瑞穂区姫宮シニアクラブ 天野 幸子)

講習を受けて免許の更新へ

今後も無事故自分に誓う

(瑞穂区長寿会 鈴木 教子)

夏休みひ孫と手習い久方に

姿整正して筆使いから

(南区宝寿会第一 青山 好子)

月美草夕風の香を吸って咲く

窓辺の下でどんな夢みん

(守山区ふれんど四軒家 川澄 邦子)

短冊に願いをこめて仰ぎ見る

彗星になったあの人は今

(緑区熊の前寿クラブ 高瀬百合子)

俳句の部



お囃子の淋しく山車の帰りゆく

(東区古出来寿会 加藤みち子)

長閑さやバラ園走る汽車ポッポ

(北区東志賀寿会 大場美佐子)

盆踊り広場溢れる人の波

(西区浮野第二クラブ 足田 正英)

墓に立ち秋色の雲姉思う

(中村区森一豊寿会 関戸みね子)

水流に負けじと跳ねる夫婦鮎

(中村区つるかめクラブ 布川美代子)

貨車の音遠く聞こゆる夜長かな

(瑞穂区シニアクラブ 足立 忠昭)

白壁の大キャンバスに蔦紅葉

(熱田区青池天寿会 岡田 武利)

片陰を求めし歩き軽やかさ

(中川区高寿会 溝口美代子)

盆供養寺院にひびく鈴涼し

(南区なごやかちどり第一健全会 加藤 京子)

川柳の部



梅雨二回猛暑三回コロナ七波

(守山区第二長寿会 出口 昌子)

漆黒の闇をつんざく夜鷹かな

(緑区旭出クラブ 坂 富久子)

青柿の枝張り出せりトタン屋根

(名東区香流第三クラブ 川口 敏子)

孫最終サッカー試合 秋あかね

(天白区笹山クラブ 池上ゆり子)

歳重ねテレビドラマに涙増し

(千種区千石千寿会 吉田 守松)

ボケ防止一日五分脳トレだ

(東区富士塚老人会 吉橋 広武)

耳すませ虫の音色に月あかり

(北区宮前シルバークラブ 高見美智子)

会長になりてがなくて長寿国

(西区第二新珠クラブ 宮脇 行正)

ワクチンを二度打つても熱も出ず

(西区永寿会 浦野美智枝)

クーラーを我慢した分ビール増え

(中村区旭寿会 尾国 麗子)

コロナ禍よ尾張に城と叫ぶ店主

(中区第二千寿会 島田 悦子)

乳母車孫と思えばワンちゃん

(中区第三きらく会 堀田友三郎)

「パタ・カ・ラ」は誤嚥予防の良薬よ

(中区平和第八寿会 浅野 元子)

毎日が指のすきまを落ちる砂

(中川区ポッポ会 伊藤壽巴江)

早三年いつまで流行るコロナ禍や

(中川区高寿会 田中 康雅)

やつと雨生き返ったよ元氣でる

(港区惟信東部長寿会 山崎 正子)

ドキドキとワクワク探す旅行かん

(南区宝南寿会東クラブ 福岡 靖子)

梅雨二回猛暑三回コロナ七波

(守山区第二長寿会 出口 昌子)

八月忌列島静止風ざわわ

(緑区高見親睦会 堀田 志保)

卒寿越え親に感謝の健康体

(名東区勢寿クラブ 丹所 和子)

時すぎて祈る八月蝉の声

(名東区貴船みどり会 三谷 典子)

「もういいか」「まだよ」で返す顔なじみ

(名東区おもとクラブ 山口 武子)

食べて寝て嫁の体重増えぬ謎

(名東区郷クラブ 戸潤 武)

マスク付け知人に会っても知らん顔

(天白区若宮クラブ 坂野 利男)

まごむすめ成人晴れ着ママのもの

(天白区八事山年輪会 篠崎 房美)

投稿についてのお知らせ

▼題材は本紙の感想やクラブの紹介、随想、文芸などなんでも結構です(字数400字まで)。▼「読者のページ」ではテーマも設けています。▼「文芸コーナー」に投稿いただく際は「短歌」「俳句」「川柳」の別を明記してご投稿ください(未発表の自作に限ります)。▼締切は11月11日、原則として1人1作品。住所・氏名・電話番号・所属クラブ名を明記し、名古屋市内老人クラブ連合会(なごやかひろば)投稿係(〒462-0844 名古屋市中区清水四丁目17-1 名古屋総合社会福祉会館6階)まで。ハガキ・封書・市老連ホームページにある応募用メールフォームを使って応募ができます。 ※紙面の都合上、すべての原稿を掲載することができませんのでご了承ください。

作ってみましょう! お手軽手料理 ④8

食品の表示、見えていますか?

スーパーなどで食品を選ぶとき、ラベルにいろいろなことが書かれていることにお気づきですか? 包装された食品には食品の名称や原材料、栄養成分などが詳しく書かれています。字が小さくて読みにくいかもしれませんが、とても有益な情報です。しっかり読む習慣をつけましょう。

皆さんが気になるのは「エネルギー(カロリー)」や「食塩相当量」ではないでしょうか? そのほかにも、たんぱく質、脂質、炭水化物の量が書かれており、「食物繊維たっぷり」などと書かれた食品には食物繊維の量が書かれています。健康を維持するために表示をしっかり見て、自分の目的に合った食品を選ぶようにしましょう。

名古屋市健康福祉局 管理栄養士 磯部 貴恵

表示を見分けて選んで使いましょう!

千切りキャベツのツナ煮(2人分)

〈材料〉

- 千切りキャベツ…………… 1袋(200g)
- ツナ缶…………… 1缶
- めんつゆ(ストレート)…………… 大さじ1



〈作り方〉

- (1)袋入りの千切りキャベツの袋を開けて、全量鍋に入れ、ツナ缶を開けて汁ごと入れ、めんつゆを加えてそのまま火にかける。
- (2)全体に火が通ったら出来上がり。

*ツナ缶は油漬が一般的ですが、それ以外にも水煮、スープ漬、他の具材と一緒に入っているものなどいろいろな種類があり、原材料、栄養成分などに違いがあります。表示を見て好きなもので作ってみましょう。

*千切りキャベツを加熱すると、かさが減ってたっぷり食べられます。

唄おう

なつかしの歌

どんぐりころころ

作詞 青木存義
編曲 梁田 貞

どんぐりころころ ドンブリコ
お池にはまって さあ大変
どじょうが出て来て 今日
坊ちゃん一緒に 遊びましょう

※歌詞は2番まであります。



1947年(昭和22年)に小学校の教科書(音楽)に掲載され、急速に広まった。物語性のある歌詞、耳に残るメロディは多くの人々に親しまれ、歌い継がれている。2007年(平成19年)には「日本の歌百選」に選ばれた。歌詞は青木存義の幼少時の体験に基づいているといわれ、出身地の宮城県松島町に歌碑がある。

パリに生きた画家たち マルケ、ユトリロ、佐伯祐三、荻須高德が見た風景

パリを愛し、描き続けたアルペール・マルケ、モーリス・ユトリロ、佐伯祐三、荻須高德の作品52点を紹介する展覧会。20世紀初頭から1970年代にいたるまでのパリやその近郊を描いた絵画・版画をお楽しみいただけます。アルペール・マルケ(ノートルダム 曇天)1924年頃 BBプラザ美術館



●ヤマザキマザック美術館(地下鉄「新栄町」駅直結)
会期/2022年10月28日(金)~2023年2月26日(日)
開館/平日10:00~17:30、土日祝10:00~17:00 ※入場は閉館30分前まで
休館/月曜日・年末年始(12月29日~1月4日) ※月曜日が祝日の場合は開館、翌日休館
観覧料/一般1,300円、小中高生500円、小学生未満無料
☎052-937-3737 ホームページ <https://www.mazak-art.com>

大人のためのプロテイン タンパク生活

いきいきとした生活を送るためにたんぱく質をとり入れることが必要ですが、実はたんぱく質は運動しなくても消費されています。大人のためのプロテイン「タンパク生活」は、毎日の食事の中で無理なくたんぱく質を補うことができます。



●森永乳業株式会社 中部支社
〒461-8658 名古屋市中区徳川一丁目15-30 名古屋リザンビル4階
☎052-936-1591
営業時間/月曜日~金曜日 9:00~17:30

「クマのプーさん」展

イギリスの作家 A. A. ミルンが1920年代に生み出した『クマのプーさん』は、E. H. シェパードの挿絵とともに愛され続けています。本展では、シェパードが1950~60年代に描いた原画約100点とミルンのことば、そして映像、写真、立体物等によりプーさんの世界をたどります。E. H. シェパード『The Pooh Cook Book』原画1969年



●名古屋市美術館(芸術と科学の杜・白川公園内)
会期/2022年10月8日(土)~11月27日(日)
開館/9:30~17:00(金曜は20:00まで) ※入場は閉館30分前まで
休館/月曜日(10月10日は開館)、10月11日(火)
観覧料/一般1,500円、高大生900円、中学生以下無料
☎052-212-0001

創業明治23年。めん造り一筋 きしめん三昧

小麦粉と塩、水のみで作り上げるきしめん。愛知県産「きぬあかり」や三重県産「あやひかり」など麵づくりに適した国産の小麦粉と、国内産の塩、そしてまろやかな口当たりの軟水で作上げる吉田麵業のこだわりあるきしめんです。

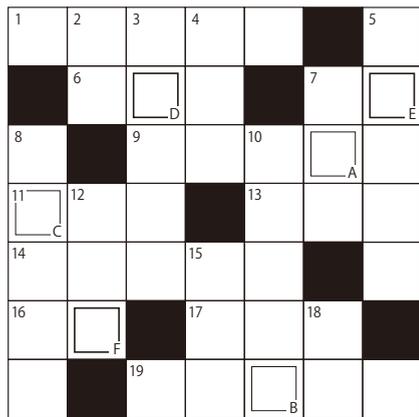


●吉田麵業 店舗情報
エスカ店 中村区椿町6-9 ☎052-452-2875
千音寺店 中川区新家一丁目1918 ☎052-432-2875
荒子店 中川区荒子二丁目222 ☎052-355-7003

読者プレゼント お楽しみクロスワードを解いて応募しましょう(左下の応募要項参照)。

※プレゼント提供企業様に発送に必要な情報(当選者情報)を開示しますが、発送以外での利用はいたしません。
※名古屋市美術館では11月28日から来年4月14日まで施設の改修工事による臨時休館のため、読者プレゼントはありません。

★解答と住所、氏名、電話番号、所属クラブ名を明記のうえ、市老連事務局(11ページの投稿に ついてのお知らせ欄に宛先記載)までご応募ください。正解者のうちから抽選で図書カードを10名、ヤマザキマザック美術館のチケットを5組10名、森永乳業「大人のためのプロテイン」タンパク生活を20名、吉田麵業「きしめん詰合せ」を5名、合計45名の方に贈呈します。
★締切は11月15日(当日消印有効)です。
★前号クロスワードパズルには315通のハガキが寄せられました。正解は「ナツカセ」でした。



◎問題 タテとヨコのカギを解いて、ABCDEF に入ることばを見つけてください。

タテのカギ

- 2 雌の馬と雄の口バの雑種
- 3 外で食べること
- 4 もちをさまざまな具と共に煮た汁物
- 5 空き缶・ペットボトル・紙類など、再利用が可能な廃棄物
- 7 東京都が経営・管理すること。〇〇〇バスや〇〇〇地下鉄などがあります
- 8 慣用語。「キツネとタヌキの〇〇〇〇〇」
- 10 レモンや梅干しに多く含まれる、すっぱい味がする酸味成分
- 12 聖職者。カトリック教会では司教の下位
- 15 必要以上に自分をいやしめること
- 18 肉食動物の上下のあごにある、するどく尖ったじょうぶな歯

ヨコのカギ

- 1 加齢などにより色素が落ちた髪を薬剤で染めること
- 6 つゆの長雨。〇〇〇前線
- 7 バラやサボテンなどに生えている、固くつがった部分
- 9 歯ぐきに炎症がある状態
- 11 特定の部分。「問題の〇〇〇」[修正〇〇〇]
- 13 イギリスやアメリカなどで広く使われている言語
- 14 製造の前にテストとして作るもの
- 16 1986年発売の美空ひばりの名曲といえば「〇〇燦燦」
- 17 「〇〇〇も眠る丑三つ時」
- 19 両手・両足を地につけてはうこと

お楽しみクロスワード

「なごやかひろば」の発行にあたり格別のご支援ご協力を頂き、おかげさまで第67号が無事発行できました。このことを厚くお礼申し上げます。本紙は高齢社会の心の糧となる情報紙をめざしております。今後とも内容充実を努めてまいりますので、ますますのご後援を賜りますようお願い申し上げます。(公社名古屋市老人クラブ連合会)

広告掲載のご協賛御礼

編集委員
この号の編集は私たちが担当しました。
長尾 滋男(市老連常任理事)
安江 春彦(市老連理事)
田代 吉洋(中村区)
朝日 俊彦(中区)
高橋 静江(昭和区)
吉田 憲二(瑞穂区)

編集後記

広報委員になり初めて編集後記を書くことになりました。今年は梅雨明けが早かったものの、猛暑や豪雨で天候不順、東北北陸の豪雨では、被災地の皆さんにお見舞い申し上げます。コロナも第7波を迎え、勢いは止まりません。行事も断念せざるをえない状況です。引き続き、感染防止に心がけていたいただきたいと思えます。今回も短歌や俳句、川柳、投稿をたくさんお寄せいただきました。ありがとうございました。お礼申し上げます。今後とも、「なごやかひろば」にご愛顧をお願いいたします。(T) <http://www.nagoyaroujin.com>