

名古屋市老人クラブ通信

第61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2-13-23 2F-B
 ☎0120-0212-09

毎年1・4・7・10月発行 発行部数7万5千部



ニュースポーツ 市老連 ボッチャ研修会 盛大に開催!

昨年12月2日午後、東スポーツセンターにて新企画『ボッチャ研修会』が、新型コロナウイルスの感染対策をしっかりと行いながら開催されました。

ニュースポーツ『ボッチャ』を普及させていくことの目的から、この研修会では各区の体育委員や競技に関心のある方々総勢53名が参加しました。講師は名古屋市障害者スポーツセンター体育指導員の内田喜千さんと千葉明日香さんです。

『ボッチャ』は、直径10センチほどの赤と青のボールを投げたり転がしたりして、目標となる白球(ジャックボール)にどれだけ近づけられるかを競う競技です。

カローリングのように相手のボールを弾いたりして自分が優位に立てるよう位置取りをしていきますが、目標球を弾いて移動させることもできるため、カローリングとは一味違った魅力

力があります。1988年からパラリンピックの正式競技となっています。

この日の研修会では、講師の指導の下、コート作成を行いました。その後講師からルール説明がありました。耳慣れない競技のため皆さんから熱心にたくさんの質問が出ました。ルール説明終了後、8つのコートに分かれ、各チームが3ゲームずつ試合を行いました。あちこちのコートから「ナイスボール!」「しまった、はずれた!」といった歓声が響きわたり、皆さんボッチャを楽しんでいました。

熱気も帯びた皆さんのプレーに講師の内田さんは「今回の講師を引き受けて本当に良かったと感じています。今後とも老人クラブの皆さんがボッチャに慣れ親しんでいただくことを願っています」と話されていきました。



なごやか彩時

シリーズ

北区 スズラン通商店街

平成26年まで存続していたスズラン通商店街の一角に、今も頑張っている老舗のお店。その中から2店ほど紹介。

「森下武道衣」は現在の地に開店し90余年。販売の傍ら剣道の発展に努め、昭和53年に店舗裏に道場を設け、剣道愛好者の育成に尽力。コロナ禍が収まり平常に戻れば掛声と竹刀のぶつかる音が聞こえるかも…。

また、「伊勢久さん」で親しまれている和菓子店「伊勢久兵衛」商店は、先代が伊勢地方の出身で昭和34年に現在地近くに開店。平成16年に現在の場所に移転し、和菓子専門店として今も奮闘中です。地域はもとより遠方からもお求めにみえるほど。このご時世、一度お茶と和菓子で至福の時を過ごされてはいかがでしょうか。

交通 JR・地下鉄「大曾根駅」から西へ徒歩15分、名鉄「森下駅」から北西へ徒歩8分



狙いを定めてエイヤツ



史跡散策

善光寺街道と水屋めぐり(守山区)

11月の史跡散策は、守山区の「善光寺街道と水屋めぐり」コースを散策しました。善光寺街道は、名古屋城下から木曾に通じており、またの名を下街道といい、藩政時代には旅館、飯屋、酒屋などが建ち並び賑わいを見せたところです。またこの地域は、庄内・矢田の両川に囲まれた「瀬古村輪中」といわれた低湿地帯で、絶えず洪水にみまわれ、家屋敷が長く浸水することがありました。そのため食料等を貯蔵して生活できる避難小屋が設けられました。現在もむかしの面影をとどめる残り少ない水屋を見ることが出来ます。

今回は、地元の守山区から初めて参加される方が多く見受けられ、35名の会員の方が参加されました。

令和3年度 JASSくらぶとの交流事業
史跡散策(令和3年5月~令和4年3月)

5月史跡散策(南区)	5月18日(火)	桜田勝景跡と古墳めぐり
6月史跡散策(南区)	6月 8日(火)	星崎の里めぐり
※7・8月は休止		
9月史跡散策(南区)	9月15日(水)	大江川緑地と新田めぐり
10月史跡散策(守山区)	10月20日(水)	志段味古墳群「歴史の里」めぐり
11月史跡散策(守山区)	11月11日(木)	村絵図の里めぐり
12月史跡散策(緑区)	12月15日(水)	鳴海宿コース
1月史跡散策(緑区)	1月18日(火)	有松の町並みと桶狭間古戦場コース
※2月は休止		
3月史跡散策(緑区)	3月15日(火)	大高城下コース

参加申し込み先・注意事項等

※申込先：区役所福祉課内の区老人クラブ連合会
※申込方法等詳細については、各区老人クラブ連合会までお問い合わせください。

わたしたちのクラブへ入りませんか!



お住まいの地域の皆さんと、仲良く元気に、楽しく活動をしている老人クラブです。



誘い合ってお入りになりませんか。

~お申し込みはお近くのクラブへどうぞ~



入会申込書

おところ	〒 名古屋市	区
おなまえ	☎	
生年月日	大・昭	・

◆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

市老連 これからの行事予定

月日(曜日)	行 事 名	場 所
5月18日(火)	JASSくらぶとの交流交歓事業 史跡散策(南区)	南区：桜田勝景跡と古墳めぐり
6月 8日(火)	JASSくらぶとの交流交歓事業 史跡散策(南区)	南区：星崎の里めぐり
6月19日(土)	カローリング大会	枇杷島スポーツセンター
7月1日(木) ~2日(金)	東海・北陸ブロックリーダー 研修会	三重県鳥羽市
7月 8日(木)	新任会長研修会	昭和 문화小劇場

*行事につきましては、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。

市老連令和3年度事業計画と予算

令和3年度事業計画と予算は次のとおりです。これまでの経験や活動の実績をもとに、「のぼせう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をメインテーマに、次に示す基本方針をふまえ諸活動に取り組んでまいります。また事業の実施にあたっては、新型コロナウイルス感染症予防に充分留意してまいります。★印は新規事業です。

《基本方針》

「生きがいと健康づくりの推進」では、健康を保持・増進するフレイル(虚弱)予防活動に取り組むとともに、健康寿命をのばし、自立した生活、生きがいある生活の実現をめざします。

「仲間づくりの推進」では、各クラブの活動の魅力を一層高めるとともに、会員増強の5つの取り組みを積極的におすすめします。

「地域づくりの推進」では、行政や自治会、社会福祉協議会などの関係団体との連携を一層強化するとともに、高齢者の日常生活を支える友愛活動の推進に力を入れてまいります。あわせて高齢者の交通死亡事故や消費者被害の防止などに取り組み、安心・安全の住みよい地域づくりをめざします。

《重点事項》

1 健康づくり・フレイル(虚弱)予防で元気高齢者をめざします

2 高齢者の日常生活を支える友愛活動をすすめます

3 高齢者の社会参加を働きかけ、仲間づくりの輪を広げます

4 交通事故防止と生活安全・防災活動に取り組みます

5 高齢者の尊厳が守られる諸制度、地域共生社会の実現をめざします

《事業実施計画》

1 生きがいと健康づくりの推進

- (1) 生きがいと健康づくり活動
フレイル予防の推進(女性リーダーノルデック・ウォーキング体験会★等)
介護予防活動用器材・体力測定器具の貸出
多様な通いの場づくりの推進(友愛活動でも再掲)
健康づくりウォーキング大会の開催(11月)
健康づくりセミナーの開催(2月)
史跡散策の開催
お花見ウォーキングの開催(4月)
七福神めぐりの開催(2月)
名古屋美術館企画展等前売り券の老人クラブ会員価格での斡旋
健康大会の開催(11月)
シニア・スポーツの普及

2 シニア・スポーツの普及

- (2) シニア・スポーツの普及
カローリング大会の開催(6月)
ゴルフ大会の開催(11月)
シニア・スポーツリーダー(ボッチャ)研修会の開催(12月)
グラウンド・ゴルフ区対抗団体戦指導者養成大会の開催(3月)
ニュースポーツ器具の貸し出し
いきいきクラブ体操の普及・啓発
ゲートボール大会の後援

3 第33回健康福祉祭岐阜大会への参加(10月30日~11月2日)

4 仲間づくりの推進

- (1) 会員増強の5つの取り組みの実施
解散クラブをなくそう
会員減少に歯止めをかけよう
年間1クラブ1名増やそう
クラブをPRしよう
クラブをつくろう

令和3年度 収支予算書 (単位:円)

Table with 3 columns: 科目, 本年度予算額, 備考. Rows include: I 一般正味財産増減の部, 1. 経常増減の部, (1) 経常収益, ① 受取入会金, ② 受取会費, ③ 受取補助金等, ④ 受取寄付金, ⑤ 受取負担金, ⑥ 雑収益, 経常収益計(A), (2) 経常費用, ① 事業費支出, ② 管理費支出, 経常費用計(B), 当期経常増減額(C) = (A) - (B), 2. 経常外増減の部, (1) 経常外収益計(D), (2) 経常外費用計(E), 当期経常外増減額(F) = (D) - (E), 当期一般正味財産増減額(G) = (C) + (F), 一般正味財産期首残高(H), 一般正味財産期末残高(I) = (G) + (H), II 正味財産期末残高.

(1) なごやかクラブを知ってもらう
(2) 各種広報の実施
(3) なごやかクラブ活動の意義や有用性への理解促進
(4) 会員増強にかかる顕彰制度の実施

◎学区老連の顕彰
◎単位クラブの個人・グループの顕彰

(5) クラブのない町内の参加希望者の近隣クラブへの入会促進
(6) 未加入者の老人クラブ体験参加の促進
(7) 各区におけるクラブ未設置学区の解消

3 高齢者の日常生活を支える友愛活動「5つの活動」の推進
(1) 友愛活動班と友愛活動員による生活支援活動の推進
(2) 多様な通いの場づくりの推進
(3) 見守り支援活動の推進
(4) 健康づくり支援
(5) 情報伝達支援

4 老人クラブの育成
(1) 研修活動
(2) 見守り情報の提供
(3) 振り込め詐欺の未然防止活動の啓発資材の提供(啓発シール等の配付)

5 社会奉仕活動等の推進
(1) 老人の日(9月15日)・老人週間(9月15日~21日)の取り組み
(2) 全国一斉「社会奉仕の日」(9月20日)の取り組み
(3) 市老連「一斉社会奉仕の日」(5月20日、12月20日)の取り組み
(4) その他の推進事項

6 広報・調査活動
(1) 機関紙の発行(年4回、全クラブ会員配布)と内容の充実の推進

7 関係機関・関係団体との連携及び交流
(1) 公益財団法人全国老人クラブ連合会との連携
(2) 都道府県・指定都市老人クラブ連合会との連携
(3) JASSくらぶ(企業退職者の会)との交流
(4) 学区連絡協議会との連携強化
(5) 子ども会等他団体との交流

※事業運営にあたっての留意事項
◎新型コロナウイルス感染症防止のための新しい生活様式に基づくクラブ活動の普及
▼3密(密閉・密集・密接)を避ける運営の工夫
▼参加者への感染予防対策の周知徹底(体調の確認・マスクの着用・人との間隔等)



生きがいと健康づくりの推進 ②
なごやかクラブ北 クーリング大会が
コロナ禍に負けず開催されました



昨年12月9日午後、なごやかクラブ北のクーリング大会が北生涯学習センターで開催されました。競技実施にあたっては、役員の方々께서しっかりと新型コロナの感染対策を行うとともに、参加者も例年の半数に絞ることとし総勢80名ほどが参加されました。

皆さん、クーリングという競技をご存知ですか？クーリングとは、数メートル四方の正方形コートを作り、その中央に得点サークルを設置します。そしてグラウンド・ゴルフのクラブのようなスティックを使い、三角形のパックをコートの外枠ラインから得点サークルに向けて打ち、得点を競うゲームです。赤・黄・白・青の4チームがコートの4方向に分かれ、各チームの競技者が順番に得点サークルに向けて打ち合います。うまくサークル内に入ったパックでも後から打った相手チームのパックによってサークル外に弾き飛ばされたり、はたまた自チームのパックを誤って弾き出してしまったりと、1打ごとに盛り上がります。

また各チームは一つだけ5ポイントの高得点パックを持っています。この1打が勝負の行方を大きく左右し、どのタイミングで高得点パックを使うかもポイントです。大逆転が期待できるのもこの競技の醍醐味です。

16区老連の中でクーリングの競技大会を開催しているのは、なごやかクラブ北だけです。大会を運営している一人、なごやかクラブ北体育委員長の木村英夫さんは、「室内で、年齢や参加人数に関係なく気軽にでき、脳も使うゲーム感覚のスポーツです。小さい会場であれば、コー

トを狭くして行うこともでき、誰でも楽しむことができます。しかし、残念ながら現在この器具は作られていませんので大切に使うようにしています。コロナが収束し、皆さんで気楽にできる日が来ることを待ち望んでいます」と話しています。

この大会は『親睦・交流・健康』を目的として開催されており、毎年多くの参加者で盛り上がります。

お知らせ

健康づくりしませんか



暖かな季節となり、体を動かしやすくなりました。自然とのふれ合いや人との関わりを楽しみながら、健康づくりを始めませんか。自分に適した運動を見つけて、体力の維持・向上を図りましょう。

市老連では今年度も次のようなスポーツ・健康づくり事業やニュースポーツ器具等の貸出事業を行います。皆様の健康づくりにぜひお役立てください。

◆スポーツ・健康づくり事業

- カローリング大会 令和3年 6月19日(出)
 - グラウンド・ゴルフ大会 令和3年11月 9日(火)
 - ※健康づくりウォーキング大会 令和3年11月19日(金)
 - スポーツリーダー(ボッチャ)研修会 令和3年12月 2日(木)
 - グラウンド・ゴルフ区対抗団体戦指導者養成大会 ... 令和4年 3月 1日(火)
- (注) ※表示のある事業の開催日は、予定日です。

◆ニュースポーツ器具等の貸出事業

- ・カローリング
- ・シャフルボード
- ・フリーブロー
- ・ボッチャ
- ・グラウンド・ゴルフ
- ・タスポニー
- ・ペタンク
- ・体力測定器具
- ・クオリティ
- ・ディスクゴルフ
- ・ランタッチゴルフ

なごやかひろばの発行について

今年度からなごやかひろばの発行回数が、年3回から年4回になります。発行月は、4月・7月・10月・1月です。

また写真などを見やすくするため、全面カラー印刷になります。今後も会員の皆さまにとってわかりやすく充実した紙面を作っていきますのでよろしくお願いいたします。

「**気をつけて** なごやかクラブ **車の陰に** また車」

横断歩道で止まってくれた車の後続や対向車線の車にも気をつけて!!

感染症対策への **ご協力をお願いします**

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスク着用を含む咳エチケット」です。



市老連のホームページが新しくなりました。

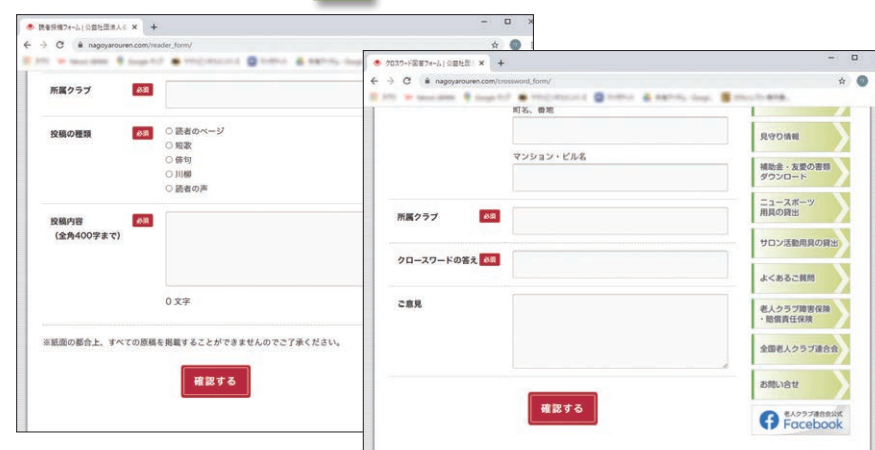
読者投稿・読者プレゼントの応募がホームページからできるようになりました。



主な改良点

- 写真を多用し、わかりやすいレイアウト、検索性の向上、情報セキュリティの強化を行いました。
- ◎各区老連のページを直接検索できる16区分のボタンを設置しました。 **1**
- ◎「お知らせ」「イベント情報」「史跡散策」「見守り情報」をすばやくタブ方式で切り替えられるようにしました。 **2**
- ◎行事の写真を一覧で見ることができ「フォトギャラリー」のコーナーを設けました。 **3**
- ◎市老連のフェイスブックを作成するとともに、ホームページから検索することができるようにしました。 **4**
- ◎読者投稿やクロスワードパズルの応募用メールアドレスを用意しました。 **5**
- ◎ホームページを開くと緊急情報などを知らせるメッセージ画面が表示されるようにしました。

5 応募用メールアドレス



ホームページアドレス
http://www.nagoyarouren.com/



※ QR コードから詳細情報を得られます。

各区だより

千種区

ちくさ

ポッチャの
大会開催を目指して

千種区老連では、新型コロナウイルス禍により、予定された行事が次々と中止になってしまいました。12月23日に緊急事態宣言が発出される寸前に区老連主催のポッチャ研修会が「ちくさポッチャ広めたい」の会員様10名の協力のもと、開催することができました。参加者は12学区の会員とポランティアを含め総勢85名となりました。

今年度初めての行事として、多くの参加者が久しぶりに思い切り体を動かし研修を楽しんでいました。研修が進むにつれ、ポランティアの皆様も次第に熱くなり、会員を含めて次第に大声でプレーしたり、密になったりしていました。本部としては、試合に熱中するあまり気のゆるみがちになる会場を巡回



し、ソーシャルディスタンス、正しいマスクの着用、用具の消毒などに注意して「安心」「安全」な研修会の運営に努めていました。今回は、コロナ禍における大会運営について学ぶことも多かったと感じています。

研修の最後は、3人1組のチームでの模擬試合で盛り上がりました。会場の参加者からは、「力が要らない」、「走る必要がない」、「ルールが簡単」など参加しやすいとの声を聞くことができました。後日、区老連の理事会で、各学区や単位クラブでポッチャの用具を買って、盛大に区老連の大会を開催したらどうかとの提案もありました。今後、ポッチャが各クラブでも盛り上がり、区の大会が開催されていくのではないかと期待しています。(中島 和明)

東区
C
ひがし

会員訪問活動

昨年の2月から新型コロナウイルス感染症が猛威を振るい、老人クラブの各種の活動は、感染症の拡大防止のために次々と中止を余儀なくされました。そのため、今まで会員どうし顔を合わせて話したり笑い合ったりしていた集まりがなくなってしまう、寂しい日々を過ごしている仲間が増えてしまいました。この現状をなんとかしようとして東区老連では昨年8月理事会で提唱し、各学区の単位クラブで会員訪問活動を展開しています。

訪問の際には区役所福祉課や保健センター、いきいき支援センター、警察などの協力を得ながら手に入れたさまざまなチラシを配付しています。8月には、熱中症予防とコロナ感染防止の新しい生活様式、9月には交通安全、11月にはコロナに負けない健康づくりとインフルエンザ予防接種の案内、12月には本格的な冬に向けての健康づくりのポイントなど、時季に応じて工夫をして作成しています。

昨年4月に緊急事態宣言が出たときは何もできず、会員はみな家に引きこもり、孤独に

過ごし、足腰が弱ってしまった人もいました。解除後は体温計で発熱のないことを確認して感染対策をしっかりしてからグラウンド・ゴルフの練習や公園・街路の清掃活動などをして明るく過ごす努力をしています。

本年1月に再び緊急事態宣言が発令され、不要不急の外出を自粛することとなりました。コロナとの戦いは先が見えない長いトンネルの中のようなのですが、感染防止対策をしっかりと取りながら会員訪問活動ができる範囲とするさまざまな情報を提供して会員とのつながりを作っています。(殿島 征男)



各区だより

北区 北き た

健康づくり・社会奉仕の場 東志賀公園

東志賀学区のエリアは、ちょうど北区の真ん中あたりです。今回紹介する東志賀公園は学区の中ほどにあり、アーバンラフレ志賀寿会が受け持っています。公園の面積は5800平方メートルと中規模であります。遊具はぶんこをはじめ鉄棒、滑り台、バスケット網、砂場等が揃っています。周囲には北図書館、北文化小劇場、東志賀小学校、集合住宅があり、公園には防犯カメラが設置されています。環境的にも大変安心・安全な場所です。公園の活用度が高く自慢の一つです。



午前中は保育園と幼稚園の園児が人替わりに遊びや運動に使用。週2日はグラウンド・ゴルフ同好会(大部分は老人クラブ会員)による8ホールをセットしての競技や大会を行っています。午後には学校が終わった小学生や中学生、他学区の児童等も利用し、日が暮れるまで遊びと運動で元気な声が響き賑やかです。老人クラブの関りとしては、東志賀公園は公園愛護会で特定Bと認定されており、清掃活動以外に除草活動が入ります。毎月第2・第4水曜日および11月・12月の落葉の時期には、早朝5時半から1時間程かけ、公園内や周辺道路および歩道の清掃。砂場は掘り起こして小石やゴミの撤去をし、遊具等の安全チェックを含め実施。作業終了後は、お茶を頂き情報サロン活動を行います。

また、定例行事となった夏季ラジオ体操は、子ども会からの要請により老人クラブ指導で行っています。7月20日～31日(日曜日は除く)までの11日間、毎朝6時30分から実施し、年々参加者は増えています。以前には、体操終了後に交通事故や犯罪被害について、北警察署交通課長より教示を受けたこともありました。今後、私たちが愛する東志賀公園を大切に守っていきま(児島 二郎)

西区 にし

秩父クラブと 上名古屋クラブの活動



上名古屋グランドゴルフ同好会は「いつでもいらっしやい」と毎朝開催しています。

上名古屋学区(上名古屋クラブ)で筆者の秩父クラブが結成されたのはいつ頃だろうか?と9クラブの結成時期を見ていたら秩父クラブの結成は、1965年4月1日(昭和40年)になっていました。初代会長はどなたか?と80代後半の数人に聞いてもわかる人はいない。55年前は働き盛り。「さあ?」というばかり。

秩父クラブのスローガンは、「声かけあって元気で若々しく長生きしよう」「頼りになる若者(子供や孫たち)を育てよう」です。役員は6人(6班)。総会、敬老の祝い、3月・8月の会費集めや区老連主催の行事へのお誘い等々毎月の役員会(例会)を進めています。また、町内のマンションが毎年開催する「サマー感謝祭」への参加はもう10年にもなりました。マンション

住人との交流も深まり明るい街づくりの貢献にもなるうかと自負しています。町内会の総会や旅行などでは中心的役割を果たしています。上名古屋クラブは、春・秋の伝統行事としてグラウンド・ゴルフ大会を開催し、全9クラブ1チーム(7人)参加で上名古屋小学校グラウンドで開催し、入賞者10人の中から西区大会への出場者6人を決めていきます。西区大会では上名古屋ゴルフ同好会の2~3人がいつも上位に顔をならべています。それもそのはず、同好会は毎日上名古屋公園で朝8時半から開催しています。今日も10人が参加して、5人1組に分かれてプレーしています。



西区老人クラブ連合会グラウンド・ゴルフ大会 選抜メンバーの皆さん

令和3年こそ、コロナ禍のトンネル抜ける明かりが早く見たいものです! (夏目 武三)

名古屋市健康福祉局からのお知らせ

ひとり暮らし高齢者緊急通報事業 緊急ボタン付き電話機 ・ペンダント貸与

心臓発作や火災などの緊急事態が発生した場合、緊急ボタンを押すと速やかに通報できる特殊電話機、ペンダントなどを貸与します。

対象は、市内在住の65歳以上で心臓病・高血圧などの慢性疾患があるひとり暮らしの方や、世帯内に寝たきりの方がいる75歳以上のみの世帯などです。所得に応じた利用者負担があります。



申込み・問合せは、各区の区役所福祉課・支所区民福祉課の窓口まで。

お知らせ

なごやかひろば61号に掲載してあります、行事、研修、講習会等の開催時期、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。最新の情報については、各主催者・各施設等のホームページをご覧ください。

新型コロナウイルス

高齢者にとって感染リスクが高まる場面

これまでの感染拡大の経験から、感染リスクが高い行動や場面が明らかになってきました。高齢者にとって感染リスクが高まる次の場面を認識し、これからも感染防止対策を引き続き徹底していきましょう。

場面1 マスクなしでの会話

- ◎マスクをせずに近距離で会話をするので、飛沫やマイクロ飛沫による感染リスクが高まる。
- ◎カラオケでは、マスクなしで比較的大きな声で発声するので、飛沫の量が多く、遠くに飛ぶので、感染リスクが高まる。
- ◎グラウンド・ゴルフやウォーキング等の屋外活動であっても、多くの人が集まったり会話したりするときは、感染リスクが高まる。
- ◎電車やバスで移動する際には、不特定多数の人が同乗するので注意が必要



場面2 大人数や長時間におよぶ飲食

- ◎大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。
- ◎長時間におよぶ飲食は、短時間の飲食に比べて感染リスクが高まる。
- ◎区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- ◎回し飲みや箸などの共用が感染リスクを高める。



なごやか見守り情報

49

定期購入トラブルに
ご注意!

インターネット通販で1回のお試しのつもりが定期購入だったというトラブルが発生しています。注文する際には、契約内容をしっかり確認しましょう。

◆ ◆ ◆
定期購入が条件となっている健康食品や化粧品などの通信販売に関する相談が、全国の消費生活センターに寄せられています。

具体的には、1回だけのお試しのつもりで購入した健康食品が翌月以降も届き、事業者にお問い合わせしてみると複数回の商品購入が条件の定期購入だったというトラブルです。また、定期購入が条件だがいつでも解約できるという化粧品を注文し、初回だけで解約しようとする業者に連絡したところ、何度かけても電話が繋がらず、解約できないまま次の商品が届いてしまうというトラブルもあります。

「お試し価格500円!」など低価格で購入できることばかりが強調され、定期購入が条件であることが離れた場所に記載されていたり、小さい文字で書かれていたりすることが多いため、定期購入が条件だと認識しないまま購入するケースが目立ちます。

商品を購入する際には、契約内容や解約の条件、返品の可否などをよく確認してから申し込みましょう。また、インターネットで購入するときは、最終確認画面(申込画面の後に現れる契約内容が確認できる画面)を保存するようにしましょう。

不安に思ったときは、早めに名古屋消費生活センターにご相談ください。

【ご相談先】名古屋消費生活センター

☎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(17)

介護家族を支える その②

公益社団法人 認知症の人と家族の会
理事・愛知県支部代表 尾之内直美



皆さんは「認知症の人に怒ってはいけません」という言葉を聞いたことがありますか？

確かに正しい接し方です。ですが他人なら容易いのですが、身内の介護となるととても難しいことです。しかし介護が始まると、ご家族は医師や親戚をはじめ周りの人から、「認知症の人に怒ってはいけません」と必ず言われます。そしてどの本にもそう書いてあります。

それを聞いて頑張ります。でも頑張れば頑張るほど追い詰められて、上手くいきません。中には介護疲れから介護うつや虐待に至ってしまう人もあるほどです。なぜなら認知症介護はそう容易いものではないからです。上手な対応には、だれもが随分の時間がかかります。

私たち家族の会では、つどい(認知症介護者交流会)を各地で開催しています。ここは介護者同士の情報交換の場ですが、「なんだ自分だけではないかった」「もっと大変な人がいる」と気持ちがあんなに楽になってきます。「同じことを何度も聞かれて腹がたつ」と言えば「うちもそうそう」と返ってきます。みんなそうなんだとわかることで、さらに気持ちも軽くなります。重要な介護者の心のケアの場と言ってもいいでしょう。

同時にこの場合は介護の百科事典です。受診から親族のことまで、ありとあらゆる話題が出てきます。「紙パンツを使ってもうらえない」と困っていると「うちはデイの職員の人に勧められて買った」「私は流行のパンツと言って一緒に履いた」など、それぞれの経験を聞くことができます。うまくいった話も失敗した話もどれも参考になるので

参加を重ねることに情報が蓄積され、徐々に対応のコツがわかり気持ちのゆとりも出てきます。介護者にゆとりが出てくると、自然と怒らない対応が出来るようになっていくのです。ぜひ、介護者の皆さん一人で抱えていないで家族の会の交流会に足を運んでみてください。

そして地域の皆様には、介護者の方に「怒ってはいけません」ではなく「よくやっているね」「体は大丈夫」とお声かけいただき、頑張っているご家族に寄り添っていただけたら嬉しいです。(つづく)



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?

5月募集 (6月実施) ☆ 申込期間 5/1(土)~5/20(木) ※来所、電話でのお申込みの場合は、5/6(木)~

- ・パソコン/デジタル写真(基礎)
- ・ホームページ作成入門
- ・全身性障害者移動介護従業者養成研修

6月募集 (7月実施) ☆ 申込期間 6/1(火)~6/21(月)

- ・特殊詐欺被害防止教室 **新規**
- ・はじめてさわるパソコン
- ・介護職員初任者研修

7月募集 (8月実施) ☆ 申込期間 7/1(木)~7/20(火)

- ・植木剪定の仕事について学ぼう
- ・パソコン/入門
- ・小修繕従事者養成講習
- ・同行援護従業者養成研修(一般・応用課程)

※各講習の詳細開催時期・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

- ◎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(土日祝日除く9時~17時) ☎ 842-4692

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40m、「御器所ステーションビル」4・5階

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3年 4月20日(火)・5月18日(火)・6月15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 ☎ (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。



マイナポイントの申し込みはお済みですか?

マイナポイントの申し込みは、マイナンバーカードをお持ちの方および令和3年3月までにマイナンバーカードを申請された方が対象です。
敬老パスにチャージで25%(2万円チャージで上限5,000円分)のマナカチャージがもらえます。



詳しくは、ウェブサイト『マナカにチャージでチャージ』のご利用案内を確認ください。
お問い合わせは、マナカにチャージでチャージ事務局コールセンター 0120-653-344 平日 午前10時から午後8時

※申し込みには、電子メールまたは携帯電話でメッセージを受信できる環境等が必要です。
※機器の操作に不慣れな方のために、名古屋市は区役所・支所にマイナポイント申込支援窓口を設置しております。
※新型コロナウイルス感染予防のため、手続きに必要な情報機器をお持ちの方は、できるだけご自分で手続きをお願いします。

読者の声



地震と空襲と
食糧難で生き地獄

天白区八事山年輪会第一クラブ
水谷 勝彦

昭和19年8月、米軍の都市への空襲懸念が濃厚となり、当時小学5年生だった私は三重県に集団疎開した。同年12月マグニチュード7.9の東南海地震が発生し、尾鷲、熊野、志摩の沿岸に7〜8メートルの大津波が襲い多数の家屋が壊滅し数千人の死者が出た。疎開先の古い旅館跡宿舎は大揺れしたが、辛うじて倒壊は免れ本当に怖かった。

ところが1カ月後の昭和20年1月に、またもや震度6強の三河地震が発生、多数の家屋倒壊と数千人が犠牲になった。2カ月続けて巨大地震が起きたのは驚きである。なおこの地域の地震は、過去100年ほどの周期で再発しており、今般重注意の時期にきている。その頃から米軍の都市部への空襲が本格化し、週1〜2度あった。犠牲者は名古屋で9000人弱にも達した。わが家は2度も焼失し、全財産を無くした。

苦難は重なるもので、戦時中の食糧難が深刻なところへ台風来襲で米の収穫が大幅減収して飢餓状態でもあり、正に生き地獄で昭和天皇のご聖断で終戦となった。

テーマ投稿 4月号のテーマ 「楽しいおさんぽ」

楽しいおさんぽ

緑区熊の前寿クラブ
高際 徳雄

私の住む緑区熊の前学区は、散歩には格好の場所がいくつもあ。町を東西に流れる扇川はその両側に遊歩道が整備されている。桜並木は春には花を咲かせ、行きかう人々を楽しませる。南には、

楽しいお散歩

守山区ひまわり会
安藤 幸子

「万歩計さん、今日もお世話になります」と言いながら腰に付けます。目的は1日5000歩です。朝、庭に出て野鳥に餌をあげる。といっぱい集まってくれます。餌は前日の仏さまのおさりのオボ

楽しいおさんぽ

天白区平成東クラブ
杉浦 幸一

もともと歩くことが好きで、土・日・祝日にはウォーキング大会に出掛けていました。職を離れた今は、毎朝天白川を歩いていきます。70代は五時起きで、上流に居るカワセミを見つづけるのを楽しみにしています。流れには、白鷺・鴨等がいます。時には群れをなして飛んでいます。カルガモの親子

みどりや丘公園があり、四季折々の木々と草花が心を癒す。ここは市管理の墓地公園なのだ。大空には数種の野鳥も飛び交う。北には古くから熊野神社が鎮座し、町を高台から見守る。こここの境内に登り降りするだけでかなりの運動量である。

私の散歩は、これらの場所を織り混ぜながら1日1万歩を目安に歩く。勤めの時代は通勤と仕事の中でかなりの量を歩いてきた。今



は自ら心掛けないと運動不足となる。ウエストが太くなり、昔のズボンがはけなくなる。2W (Weight & Walking) と名付け日々の景色を眺めながら一歩一歩と前へ行く。

クサマ、野鳥にあげると良いと何かで読みました。それからお花達にも、「皆さん今日も元気で！」と声を掛けます。

そして午後、自転車でスーパーへ。なるべく多くの物をみて歩き、夕食の献立を決めます。もちろんこれも万歩計に計上されます。夕方、家を中心に周囲を2回ほど(2500歩程度)歩きます。ただ出掛けた日、地域のグラウンド・ゴルフ等で歩いた時は加減し

楽しいお散歩

熱田区あすなる老人会
伊東 正子

散歩に出掛ける前、見上げる時計の針よし、わかりやすい時間だと足早に門扉を出る。とっぷり暮れた冬の日の舗道。会社帰りの人々たちをやりすし、足早に往復すること約40分。「今日も歩いてきたよー」と息子夫婦に呼びかける。

楽しいおさんぽ

南区星宮クラブ
平田 澄子

毎日、午前5時起床。さあ、朝の散歩。天白川の土手を「今日も元気」と言って歩き出します。いつも会う人に「おはよう」とにっこり。会えて良かったね。またね。マラソンのお兄さんも「おはよう」ガンバッテね。ワンちゃんも「おはよう」喜んで飛びついてきます。みんな元気で幸せいっぱいです。

長い間、病気をしていました。お陰さまで元気になれ、朝から次から次へとお話しでき、楽しい1日の始まりです。今日も、お月さまがきれいでした。

次号テーマ

コロナ禍でのつながり

「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「コロナ禍でのつながり」です。コロナ禍の下、以前のような会員同士の集まりや見守り活動における訪問などがしにくくなっていますが、「新しいつながり方」を考えて実践している方(これから実践しようとしている方)はいませんか? コロナに負けない「集まれなくてもつながる方法」を教えてください。



読者の声

なつかしの歌をいつも老人会のしめに歌っているのですが、新年会の集いでは、緊急事態宣言直前でしたので、新年のご挨拶と会の報告事項だけで、我慢の生活をしています。(緑区T)

「なごやかひろば」を楽しみに読ませていただいています。他区のクラブ便りや、スポーツの大会の写真などに、もしかして知っている人でも写っていないかと、天眼鏡片手に入ミからスミまで読み、文芸コーナーにも、もしかして知っている人いるかもと読みつづけています。(南区K)

昨年は新型コロナウイルスに振り回された年になり、みんなとも顔を見てのおしゃべりもできずに大変なウイルスさわぎで残念でした。新聞を届けてくれる役員さんとも挨拶を交わすこと無くて、早くおさまってほしいわ。(西区K)

毎回楽しみに読んでいます。皆さん、いろいろ活動されている様子がよくわかります。私は、このクラブ通信を読むのが好きです。短歌も一つ一つじっくりと読んで楽しんでいます。次号も今から楽しみです。(緑区K)

ステイホームのおかげで、今までより読書に費やす時間が増え、苦手な歴史物に挑戦し、新たな発見を毎日楽しんでおります。(瑞穂区W)

文芸 コーナー



画/大迫 秀子
(北区上飯田ハイツシニアクラブ)

名古屋市老人クラブ連
合会では、こちらに挿絵
を募集しています。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



里山に春を知ってる小鳥たち
コロナ禍知らず囀り競う

(千種区笑話会 西川 良一)

背伸びしても高所の扉あけられず

こんなことにも老いを感じる

(千種区第7寿クラブ 村元 孝子)

若水で入れる福茶に年重ね

寂と籠りて妻と喫すなれ

(北区五月クラブ 伊佐治 清)

街はみなマスク美人の人ばかり

早く素顔の美人が見たい

(北区アバンギャルドレザ寿会 山ノ内登志江)

コロナ禍終息願ひ私し事

マスク無しのグラインドゴルフ

(中村区福寿会 太田 鈴江)

若き日の主人の写真よく似合う

新仏壇に合掌す

(中村区豊寿会 櫻井八重子)

光さすやさしき母の横顔に

思わず我も顔がほころび

(中区古渡正友会 仲田美貴恵)

毎年のお伊勢参りがとりやめに

コロナで自粛感染防止

(瑞穂区長寿会 鈴木 教子)

桜葉にこぼれ陽としてあざやかに

冷めたき風に秋は去りゆく

(守山区ふれんど四軒家 川澄 邦子)

「おっそいね」デイサービスの車まつ

母のひとこえ笑顔さかせる

(緑区森の里森友クラブ 石川 一秋)

妻乗せて車椅子押す友がいる

我が家も同じ老々介護

(天白区新自楽会 小池鈴太郎)

北区より天白の地へ

八十路道子等とオハヨー年輪の友

(天白区八事山年輪会 後藤 孝市)

朝寝してコロナ禍なので二度寝して

まだ時間ある老いの贅沢

(天白区寄鷺会 土井なをみ)

初場所の若き力士の活躍に

番組表をつける楽しさ

(天白区新自楽会 喜田 政子)

俳句の部



夫は逝き気持ち癒えずに年迎へ

(千種区百寿クラブ 加藤 淑翠)

初詣マスクの奥の笑顔かな

(北区東志賀寿会 大場美佐子)

恋猫や涙を堪え毛の手入れ

(西区浮野第二クラブ 足田 正英)

初夢に会いたい初孫コロナ憎い

(中村区ことぶきクラブ 佐藤千代子)

往く晩春におしむくらむ初夏をまつ

(中区明友会 三田 節子)

碑の一句蹲ひて読む小春かな

(熱田区青池天寿会 岡田 武利)

登山くつ雪解こいし福寿草

(中川区高寿会 溝口美代子)

令和三年五指跳ねる「春の海」

(港区和風クラブ 渡辺 照子)

秋日和日間賀に集うふぐの味

(南区第一健生会 加藤 京子)

春疾風ころころ走る紙コップ

(守山区風越会 栗田 照子)

返納に愛車の別れ春惜しむ

(守山区志西桔梗クラブ 三谷 俊幸)

雪降るやどこにも行かず猫と居る

(名東区香流第三クラブ 川口 敏子)

ほほえまし長き旅路の果ての老い

(名東区おもとくらぶ 山口 武子)

新成人七夫に手向ける肩広し

(天白区笹山クラブ 池上ゆり子)

川柳の部



したつもりしてないことが多くなり

(千種区千石千寿会 吉田 守松)

マスクしてくもるメガネで先見ええ

(東区ゆうゆう会 玉井 辰巳)

3000歩楽しい散歩社まで

(東区富士塚老人会 吉橋 広武)

独居の晦日のワインみぞれ降る

(北区六郷北フレンドリークラブ 井上千勢子)

エコごころみんなで守るノウ廃棄

(北区宮前シルバークラブ 高見美智子)

子どもの日吾のいたずら柱キズ

(西区第二新珠クラブ 宮脇 行正)

口紅もコロナマスクで出番なし

(中村区亀島クラブ 伊藤 栄美)

老活に心の財第一なり

(中区第二千寿会 島田 悦子)

負けないよ家で一人のラジオ体操

(昭和区クラブ輝 川上久美子)

鬼よりもコロナ怖いと孫マスク

(熱田区幣懸長生会 奥山 慶子)

人見たら昔ドロボー今コロナ

(中川区長須賀長寿会 黒田 昭男)

1月や手帳真つ更遠出なし

(中川区高寿会 田中 康雅)

「やっとかめ」晴れ着にみとれし孫二十歳

(港区宝友会 大竹 義郎)

三蜜は避けて心の密増やす

(名東区郷クラブ 戸潤 武)

身に滲みる優しい言葉病んだ時

(名東区勢寿クラブ 丹羽 和子)

カレンダー今年のは祝休日は何曜日

(名東区貴船みどり会 三谷 典子)

河野さん少しさびしい脱ハンコ

(天白区若宮クラブ 坂野 利男)

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5月10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(応募用メールフォームについては5頁に掲載)。
※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 ④

おいしく食べよう! なごやさい

みなさんは「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか? 地元でとれたものを地元で消費する、まさに字のとおりのことをする、環境に良いことが多くあると言われ注目されています。輸送距離時間が短く新鮮でおいしいばかりでなく、身近な緑地や伝統文化を守ることもつながっているのが「地産地消」。名古屋市内でもブロッコリー(緑区)、なごやっこねぎ(中川区)、くりあじかぼちゃ(天白区)などが作られており、名古屋の農家さん(生産者)が作ったこのような野菜を「なごやさい」と呼んでいます。

他にも、水耕栽培のみつばやトマト、玉ねぎ、春菊など、種類も豊富です。もし見かけたら、ぜひ食べてみてくださいね!

名古屋健康福祉局 管理栄養士 磯部 貴恵

なごやさいをたっぷり。いろいろな料理に入れてみましょう!

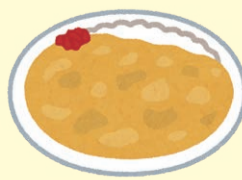
玉ねぎのまるごとレンジ蒸し

【作り方】

玉ねぎ(1個 150~200g)は上下を切り落とし、皮をむいて玉ねぎの半分くらいの深さに十字に切り込みを入れ、ラップでしっかり包みます。電子レンジ600Wで4~5分加熱したら出来上がり。

【調理アドバイス】

- ハンバーグやカレーに添えると一気に豪華料理に!
- インスタントみそ汁に入れると、具がなくても甘くおいしさアップ。
- お惣菜のポテトサラダに加えると分量が増えてうす味に。



唄おう

なつかしの歌

お玉じゃくしは蛙の子

作詞 永田哲夫・東辰三
作曲 灰田有紀彦 原曲 アメリカ民謡

おたまじゃくしは 蛙の子
なまずのまごでは ないわいな
それがなにより 証拠には
やがて手が出る 足が出る

※歌詞は全部で4番まであります。



1940年(昭和15年)に発表されたこの歌は、間奏にリパブリック讃歌(アメリカ南北戦争での北軍の行進曲)のメロディを用いたことからリパブリック讃歌の替え歌として認知されるようになった。戦後はCMソングに使われるようになり、某カメラ量販店のCMソングをはじめ全国でさらなる替え歌が作られた。

名古屋城からはじまる植物物語

江戸時代に狩野派に代表される尾張の絵師たちが引き継いできた花鳥画の伝統が西洋植物画と融合し、ポタニカルアート、ジャポニズム、アール・ヌーヴォーへと繋がった流れを展覧します。



『異種煙草并和産莖若図』明治25年(1892) 水谷豊文画・伊藤圭介識 名古屋市東山植物園

ヤマザキマザック美術館(地下鉄「新栄町」駅直結)

会期/2021年4月24日(土)~8月29日(日)
開館/平日10:00~17:30、土日祝10:00~17:00
休館/月曜日(5月3日(月)・8月9日(月)は開館)
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http://www.mazak-art.com

大人のための粉ミルク ミルク生活プラス

「ミルク生活プラス」は、大人の健康をサポートする6大成分とバランスのよい栄養がまとめて摂れる「大人のための粉ミルク」です。「育児用粉ミルクを10年間飲み続けていて元気だ」「大人用粉ミルクを作ってほしい」といったお客さまからの声から生まれました。



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

ランス美術館コレクション 風景画のはじまり コローから印象派へ

コローの傑作から、バルビゾン派やウジェーヌ・ブーダン、そしてモネ、ルノワールら印象派へ至る19世紀フランス風景画の展開を紹介いたします。



ジャン=バティスト・カミーユ・コロー『イタリアのダンス』1865-70年 油彩/カンヴァス Inv. 887.3.1 ランス美術館蔵 ©MBA Reims 2019/ photo: C. Devleeschauwer

名古屋市美術館(芸術と科学の杜・白川公園内)

会期/2021年4月10日(土)~6月6日(日)
開館/平日9:30~17:00(金曜は20:00まで)
休館/月曜日、5月6日(休)
観覧料/平日限定:一般1,400円、高大生900円
土日祝当日:一般1,600円、高大生1,100円
いずれも中学生以下無料 ☎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、水のみで作る上げるきしめん。愛知県産「きぬあかり」や三重県産「あやひかり」など麺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る吉田麺業のこだわりあるきしめんです。



吉田麺業 店舗情報

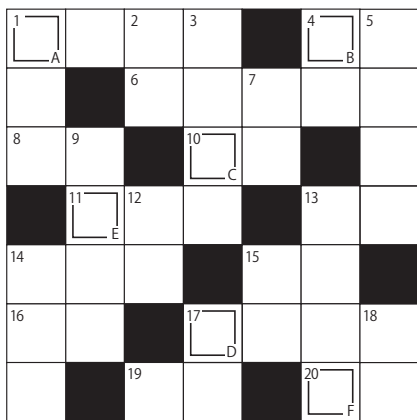
エスカ店 中村区椿町6-9 ☎052-452-2875
千音寺店 中川区新家一丁目1918 ☎052-432-2875
荒子店 中川区荒子二丁目222 ☎052-355-7003

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。

タテのカギ

ヨコのカギ



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

- 1 神道の神事に用いられ、神棚や祭壇に供えられる植物
2 打撲などで皮膚が変色した状態
3 柑橘類(ミカン属)の英語名
4 出る___は打たれる
5 日本に生息するといわれる未確認生物。捕獲賞金までかけられました
7 勝負は時の___
9 秋の果物。干すことで甘みが出ます
12 衣食足りて___節を知る
13 日本の旧暦で、4月は卯月。5月は皐月。6月は?
14 人の___も七十五日
15 三十一(みそひと)文字で構成された日本独自の韻文
17 森進一のヒット曲「___のリヴィエラ」
18 医者が手術で使う道具のひとつ。鋭利な刃がついています

- 1 抜き足、___、忍び足
4 シンデレラといえば、ガラスの___
6 盲目の剣士。勝新太郎やビートたけしが演じたことがあります
8 日本は武士。西洋は___
10 単子葉植物の科のひとつで、花言葉は「上品」「優雅」「愛情」など
11 西洋音楽の楽譜に出る息継ぎのこと
13 皇子や皇女、神の子などを総じてこう呼びます
14 ___と手洗いで、しっかりと感染症予防
15 動物を捕えるために仕掛けるもの
16 物語の主役をたてる___役
17 爪切りで思わず切り過ぎた!
19 美容などにも効果的といわれています。水を沸かしただけのお手軽な飲みもの
20 夏が旬の魚。関西・四国・九州などでは「キスゴ」と呼ばれていました

お楽しみクロスワード

★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・名古屋市美術館で開催される美術展のチケットを各5組10名、森永乳業「大人のための粉ミルク(ミルク生活プラス)」を20名、吉田麺業「きしめん三昧」を5名、合計55名の方に贈呈します。
★締切は5月17日(当日消印有効)です。
★前号クロスワードパズルには472通のハガキが寄せられました。正解は「コカシ」でした。

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)
清水 宏(市老連理事)
梅本 晃司(守山区)
高井 文子(緑区)
石川 紘一(名東区)
北川 邦子(太白区)

後記
以前なごやかひろば45号の編集後記を書いた。今回2度目のお役が回って来た。先回は他の区の広報担当の方と編集委員会を編集内容を吟味し、作業のみをする気分では後記を書いたように思う。ところが今回は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため委員会は開かず、書面審議で紙面を作り上げる事になった。後記を書く今、なんとなく手抜きをしたように達成感に乏しく面映やく感じる。とは言え、今年度から本紙の発行も年4回に復帰する。本紙が沈み勝ちな私たちの気持ちも少しも盛り上げる助けになってくれることを願う。(一)

「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61号が無事発行できました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)