



皆一生懸命に「これくらいのお弁当箱におにぎりつめて・・・」 水野妙子

しばくさ



池田町でも同じよ

東郷町の町長がハラスメントで辞職しました。同時に池田町でも同じよ

4月誕生会

誕生月の参加者も多く 楽しい歌と笑いの絶えない 元気になる文化サロンでした

日進市年金者の会
日進市蟹甲町中島
277-1
にぎわい交流館内

<https://ajunras.jp/honkin/>
発行責任者
三宅武彦
0661-73-4827



誕生月の花
カーネーション

桜も散りうらかな春と思いきや、初夏を思わせるような気温になるという日が続く今日この頃ですが、今日は過ごしやすい一日でした。

誕生会の会場は北部福祉会館で、44名の参加者があり、会はいつものように、三宅会長の挨拶から順調に始まりました。

上にも町長が辞任してマスコミの話題になりました。なぜ起きたのでしょうか、長年にわたってこうした事態が起きていたようです。

トップがこうした行爲をしたら、副町長等が意見を言うべきなのに黙認していた人も責任がある。職場には自由は無かったのでしょうか、労働組合は無いのかな？

政府はあの手この手で強行するのは何の爲でしょうか、専門家はその理由を「民間企業に情報を提出する」「財界はその情報でもうけを生み出す」として使いたがっていることとす。



行事案内



- * 5月総会・誕生会
6月2日(日) 10:00~
中央福祉センター 多機能室
総会 10:00~
総会後誕生会
(現在中央福祉センターでは飲食ができません。そのため昼食はありません)
- * 6月誕生会・文化サロン
6月30日(日)
岩崎台・香久山福祉会館
誕生会 10:30~
文化サロン 11:30~12:30
会員・兵藤芳子さん所属の大正琴サークルの演奏

(先月とは会場・時間とも変更になっていきます。また、会場の都合で昼食はありません)

- * 7月誕生会・文化サロン
7月29日(月)
北部福祉会館
誕生会 10:30~11:15
文化サロン 12:30~13:30
体験を語る 岡村淳三さん

- * 当面の三役・理事会
6月6日(木) 三役会議
にぎわい交流館3室 10:00~
6月10日(月) 第1回理事会
にぎわい交流館1・2室 13:30~

投稿は下記メールアドレスへ

shibakusa123@gmail.com

「日進市年金者の会」への連絡は下記アドレスへ

nissinnenkin@gmail.com

理事会便り

誕生会文化サロンは3月・4月は昼食付で歌と演奏が続き参加会員は楽しんでいただきました。5月は年金者の会の定期総会で会場の都合で6月2日に開催されます。総会議案については、しばくさに同封してお届けしますので、事前にお読みいただき出席願います。また当日出席できない場合は委任状を連絡担当者へ渡してください。4月22日にサークル責任者会議が開かれました。会員の多くがサークル活動で楽しんでいますが、運営に当たっては苦心されています。特に外に出かけるにあたっては、車の問題があります。「しばくさ」に報告の記事がありますのでお読みください。

つぶやき

くるりんばす五色園線。8時55分の次は11時56分！(反対コースで9時38分発・なんと42分かかります役に立ちません)不便ながらも数年、70分毎に1本あったのです。会合、諸活動、他で行きも帰りも17分で市役所へ行き来できた。それが今回の改訂でこのありさま？車に乗らない人は最低のオデカケもするということか。「医者に行けない」「買い物に半日かかる」「サークル活動は諦めるか」「もう乗らない」「涙が出る」「1月経つてすぐにこんな声が聞かれる。朝出かけると、朝食は我慢するか、外食になる。4月初めて乗った日、待ち時間がありすぎるので防災交通課へ行った。「私達、帰れません。他に方法は？」と聞いたら、「御岳口まで他のコースで行って名鉄バスに乗るとよい、タクシーよりは安い」と言いは親切で優しいが、「道の駅」造つて、どうやって行けというの「激しいつぶやきになった。」

水野妙子

お便り下さい

「日進さんぽのシリーズ」を掲載しています。紹介する原稿を寄せて下さい。

編集委員会

サークル案内

アジアの旅を楽しむ会

5月28日(火)
6月20日(火)
10:00~12:00
にぎわい交流館
連絡先 岡村 080-9282-9768

頭の体操マーじゃん

5月20日・27日
6月3日・10日・17日
月曜日 13:00~17:00
相野山福祉会館
(初心者・水曜教室)
5月22日
6月12日・19日・26日
水曜日 13:00~17:00
相野山福祉会館
連絡先 小柴(信) 72-2847

歌声カフェ

6月12日(水) 10:00~12:00
7月10日(水) 10:00~12:00
毎月第2水曜日
「あい工房」
中央福祉センターとなり
連絡先 水野(妙) 73-3979
090-5610-1959

映画サークル

6月12日(水)
「さよならクロ」
7月21日(日)
「八月の鯨」
中央福祉センター
開場13:00 上映開始13:30
連絡先 片岡 09041146232
川島 052-808-7860

お抹茶サロン

5月18日(土) 13:30~
6月15日(土) 13:30~
見学可・要予約
岩崎台・香久山福祉会館
連絡先 吉岡 73-12801

カラオケ

5月22日(水) 臨時 15:00~
17:00 岩崎台・香久山福祉会館
5月29日(水) 臨時 13:00~
17:00 南部福祉会館
6月5日(水)・12日(水)

19日(水) 13:00~17:00
岩崎台・香久山福祉会館
講師 山本宗秀
連絡先 平井 72-1041

古代史を知る会

6月6日(木) 13:30~
7月4日(木) 13:30~
にぎわい交流館
連絡先 芳賀(洋) 805-1530
小柴(信) 72-2847

写真サークル

5月29日(水) 9:30~
「勉強会」
にぎわい交流館
6月26日(水) 9:30~
「撮影会」
場所 鶴舞公園
にぎわい交流館 東側
9:30 集合
連絡先 小柴(和) 72-2847
山本(宗) 73-2245

太極拳

5月28日
6月11日・25日
火曜日 13:00~15:00
岩崎台・香久山福祉会館
連絡先 萩野 72-1024

読書会

5月16日(木)
「自転しながら公転する」
山本文緒 著
6月20日(木)
「ライオンのおやつ」
小川糸 著
にぎわい交流館
第3木曜 13:30~15:00
連絡先 芳賀(直)
052-805-1530

日進自然散策の会

6月8日(土)
9:30古戦場会館駐車場
長久手古戦場
血の池公園~御旗山~堀秀政本陣
~リニモはなみずき駅~古戦場駅
参加連絡ください
*7月~9月は夏季休みです
連絡先 西尾 克明
携帯 090-8739-9860
FAX 0561-73-4085

俳句の会

6月3日(月) 9:30~12:00
7月1日(月) 9:30~12:00
にぎわい交流館
連絡先 加藤(喜) 052-807-8214

ボールペン画教室

5月24日(金)
13:00~15:00
6月7日(金)
13:00~15:00
21日(金)
13:00~15:00
にぎわい交流館
連絡先 曾雌 72-0432

モバイルパソコンクラブ

5月22日(水)・26日(日)
6月5日(水)・13日(木)
19日(水)
にぎわい交流館
13:00~15:30
連絡先 岡村 080-9282-9768

やさしい英会話

5月28日(火) 13:00~15:00
6月11日(火) 13:00~15:00
25日(火) 13:00~15:00
にぎわい交流館
連絡先 曾雌 72-0432

朗読の会

5月16日(第3木)
6月6日(第1木)
20日(第3木)
中央福祉センター
9:30~11:30
連絡先 水野(妙) 73-3979

山歩きの会

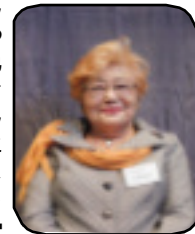
5月19日(日)
「鳩吹山」
犬山と可児にまたがる山
連絡先 三宅 73-4627



一言感想

今月の誕生者は16名です。参加者は次の8名の方です。今月のお花はカーネーションです。

水野周子さん



81歳になつた。2月に亡くなった小澤征爾さんの弟さんによる「兄・小澤征爾を語る」講演があつた。その司会をしたが、ずっと音楽を愛してきた私は、とても感銘を受けた。今後も素晴らしい人生になるような生き方を心がけたい。

三宅武彦さん



79歳になった。今までは年齢に抵抗して生きていくと、いろいろやっていたが年には勝てないと思つた。去年、血圧が高くなり検査したが、腎臓がおかしいと精密検査をしたら病名は「腎動脈狭窄症」。手術はカテーテルを入れ

川島球治さん



81歳になつた。先日の車の免許更新をした。孫が保育園を卒業するので行楽地に行つたが、孫の歩みが早くて追いついていけない。疲れて歳を感じた。

内藤照彦さん



71歳になつたが若いと言われる。6月かから仕事に行かなくなった。6月かから仕事に行かなくなった。6月かから仕事に行かなくなった。

萩野光代さん

駅の方へお願ひします。



今年もここに來れた事に感謝

いかけた。頭の中で音が響くように通院している。以前後ろにひっくり返つて背骨を折り体力が落ちてしまった。前に転ぶのはまだ治るが、後ろにだけは転ばないようにして下さい。白内障手術でメガネなしで免許証が取れた。ここに来ることで元気になれる。

萩野 悟さん



夫婦で4月生まれ、84歳になつた。自分も軽トラツクに耕運機を持ち上げよ

木村和子さん



先日喜寿を迎えた。先のこと

だと思つていたが、あつたという間にきてしまつた。足腰を鍛えてこれからは頑張っていききたい。

宇都宮洋明さん(新会員)



30年ぐらになつた。77歳になつた。女房を1年前に亡くし、精神的にいかれてしまつたが皆さんに励まされて立ち直つた。カラオケに入つて楽しく歌つている。好きな事を7分、義務・やらなくてはならない事を3分と思ひながら生活している。

西尾さん

「日進自然散策の会」のお知らせ 6月8日 長

誕生会に出席できなかった皆さん

- 荒木 春夫
江原 順子
杉本 文子
隅田 紀子
西尾 はるよ
萩野 春代
原田 久男
山本 宗秀

久手古戦場巡り、申し込みをお願いします。
片岡さん 6月7日「日進平和行進」の参加をよびかけます。
岡本さん くるりんばすについて出された意見の検討を5月から始めます。
5月24日「くるりんばすを考える会の総会」を行いますのでよろしくお願ひします。
平井さん 日進9条の会より5月3日「憲法施行77年記念市民のつどい」のWEB視聴会を行います。ぜひ参加をお願ひします。

文化サロン

歌声カフェのリーダーの石川宏子さんは、音楽教室やシルバースクールの講師、施設や子供会などでボランティアをされています。皆さん歌って楽しみました。と始まりました。

「初めまして、皆さん先生より上手に歌わないでね、上手な方は控えめに・・・」と笑わせて「浅く腰掛け背筋を伸ばして明るく、誤嚥性肺炎にならないように喉を鍛えましょう」

前半は春の歌からです。

「おぼろ月夜」「花」「宗谷岬」次は調子のよいリズム感あり、先生いわく若々しく歌って下さいね「青い山脈」この歌は施設などでよく歌われる曲。最後は「蘇州夜曲」。

後半はこの時季の歌。「こいのぼり」は3曲あるが、



懐かしい歌を合唱 落語で大笑い!

この「鯉のぼり」子供の成長を願って元気よく歌う。

「背くらべ」この曲は三拍子を指で三角を描きながら、皆さん上手にできました。「夏は来ぬ」「若葉」「上を向いて歩こう」は世界では「すきやきの歌」として歌われているそうです。次は頭の体操「お弁当の手遊び」

「これくらいのお弁当箱におにぎりつめて・・・」と歌いながら手で形を作り、大きな弁当箱から段々と小さくかわいく指を動かしたが、小さくなるほど難しい。

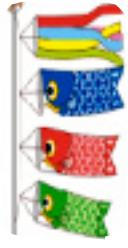
落語は「じゅげむ・じゅげむ・・・」とはじまり、名前は「ちようすけ」だがこの名前を言い終えるのに長くかかり、それ故に支障をきたす事がしばしばあり困ってしまつた事を、分かりやすくユーモアを交えた口調で語り面白かったです。

トークも上手に皆さん飽きさせないようにしてくれました。ここを新幹線と思つて、また東山線に乗っているつもりでと言われ、ウエイトレスや車掌の口真似を方言で言い、とても面白くて盛大な拍手でした。

その後「幸せなら手をたたこう」を歌いながら、手・足・肩・手をつなぐを繰り返して体を動かしました。

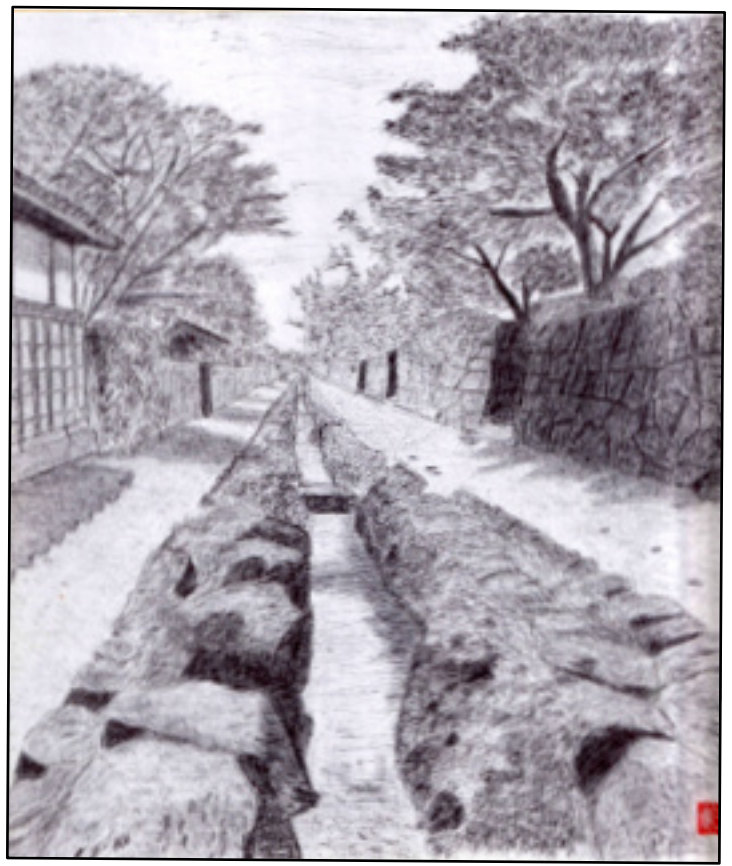
最後は「からたちの花」を歌ってくれました。すてきな美声が会場に響き聴きほれました。

金原弘子



ペン画

文芸コーナー



島原の武家屋敷址

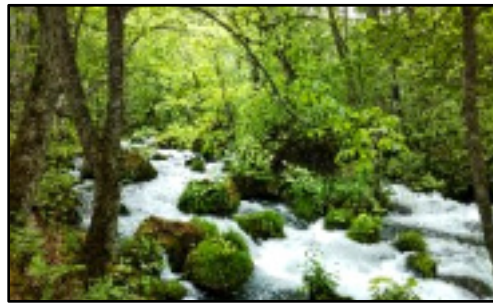
三宅武彦

写真



5月の名古屋城

富田慶子



新緑の奥入瀬溪流

中上恵子

短歌

積雪の季より育てしやえんどつ
しゃきしゃきと喰むみどりの甘し

はかなくも名残惜しがる生きの道
悲しみ添えて旅立ち行かな

伊藤博子

島田彰子

俳句

すめくさ
葦草茶わん酒置く父の墓

薄墨の飛花幼の手かすめゆく

春埃 正せと署名せる

夕陽受け桜仰ぎて金の鯨

利休忌やお茶一服を点てにけり

喜久子

恵子

擢石

のぶ子

百世



日進線は絶景路線

夕闇の米野木駅には満月が輝いている。列車が駅を発車すると、運転手は前方の風速計表示板を指差確認をする。

この先風当たりの強い地点を通過するからだ。右に大きくカーブすると直線に入る。両側を木々に囲まれた軌道を進んでいくが、この路線に動物注意の表示は見当たらない。

関西本線で三重と奈良の県境あたりで、鹿の群れが線路を渡っていくところに出くわした。運転手は警笛を鳴らし続けたが、7、8頭が渡ったあと残り2頭が線路上に立ち尽くしたのだ。鹿は目をくりくりしつつもこちらを見つめ動じない。普通列車は警笛を鳴らしながらも、ついに鹿の数メートル手前で止まってしまった。

北海道は宗谷本線で稚内から折り返し旭川に向かっていた特急列車は鹿を跳ねてしまった。この地ではよくあることだ。広大な大地に人よりも動物を見ることの方が多い日があるくらい。

車掌が「衝突した動物の状況を確認します」と言つたまま列車はなかなか動かない。運転手が列車を離れ数百m後方まで走って行ったが見当たらないのだ。停車して15分後「動物は見当たりませんが、線路上に障害物がないことを確認しました」とのアナウンスがあつて再び走り出した。

運転手は常に前方の障害物に注意を払う。踏切・人や動物の接触により、遅れや運休につながるからだ。それにしてもこの路線に踏切は一つもない。山があればくり抜けるか斜面を削り、道路があれば盛り土し時には高架橋をつくって乗り越える。列車はゆったりと進んでいく。

棚瀬一博



うになりました。丈の短い草が生えていて秋にはバッタがたくさんいて、孫たちはバッタ取りに夢中でした。真ん中に大型遊具もあります。又噴水もあり夏場は水が出て子供たちは水遊びをして楽しんでいます。



乗れるように、自転車の練習をして、ここで孫たちは自転車の練習をして

私の勧めスポーツ「三ツ池公園」
私には小三と小一の男の子供がいます。息子は二人の子供を連れてあちこちの公園に遊びに行きます。息子は日進育ちなので割と日進の公園に行くことも多いです。

シリーズ 日進さんぽ 15

クと口を開けています。木が何本もあり秋にはドングリが下にたくさん落ちていて四季を楽しめる大変素敵な公園です。若いファミリーがテントを張って若い人たちに人気の公園です。

平井裕子

趣味というべきものかどうか分りませんが、私は歩くことに力を入れていきます。

最近、一日自宅にいることが多くなりましたが、このようなどときは、自宅のある五色園4丁目の周辺の一周約5000歩のコースを歩くことにしています。

最寄りの郵便局(岩崎郵便局)に出かけるときは、行きは名鉄バスを使いますが、帰りは必ず歩きます。これも、約5000歩の道のりです。

これらの習慣は、天候に左右されません。雨の日は、傘をさして歩きます。秋のお彼岸の近

私の趣味・楽しみ

くですと、思いがけないところに彼岸花をみつけて嬉しくなることがあります。鳥のさえずりも良く聞こえますが、残念ながら、鶯以外の鳥の名前は分らないのです。



清水昭信



加藤喜久子

季節の移ろい、花鳥にも目がいくようになりました。日記代わりになる俳句、「たかが17文字、されど17文字」

また、遠出する場合には万一の事態に備えて必ず保険を掛けることの必要性も確認されました。

中上恵子

サークル紹介

俳句の会

現在会員6名。
毎月第一月曜日9時半から、「俳句の会」を行っています。

俳句歴は、3年から30年のベテランまで様々です。互選の後、それぞれの作句時の背景、感情など、また「ここをこう直したら」など、忌憚のない意見を交わします。

その後、サークルの楽しい状況を話し合ったり、困っていることを質問し合いアドバイスを申し合ったりしました。

サークル代表者会議が開かれました

4月22日、サークル代表者会議を開催しました。

9名の出席で、サークルの登録・実活動人数や開催回数、活動の現状などの状況がこもこも報告されました。

相州梅澤左

梅沢左は「梅沢在」または「梅沢庄」の誤りだと思えます。神奈川県二宮町梅沢地区辺りです。この場所は、宿や茶屋が立



ボールペン画で観る「富嶽三十六景」

葛飾北斎「富嶽三十六景」より

画 曾雌 敦

ち並び、休憩場所として繁盛していました。優麗な富士山の姿や優雅な鶴の群れは、北斎の心境を表していると言われています。

投稿

フレイル予防で長い健康寿命を

後期高齢者となる年を迎えて、フレイル(虚弱)、ロコモ(運動器の障害)による日常生活での自立度の低下、サルコペニア(筋肉減弱症)などの言葉が気になります。

最近、年をとっても日常的に介護を必要とせず自立した生活ができる生存期間(健康寿命)を長くすることを日々の目標としています。

日本の健康寿命は男性が72歳(平均寿命81歳)、女性が75歳(平均寿命87歳)とあり、つまり男性は9年が、女性は12年余りが要介護期間となっています。今の私たちが求めるべきは、単に「長い寿命」ではなく、「長い健康寿命」つまり高齢者が元気で生き生きと暮らせる理想的な超高齢者社会でしょうか。

ための三本柱は栄養、身体活動、社会参加(地域交流)が大切であると考えられています。さて、この調査はある都市の約5万人を対象の様々な活動の複数実施とフレイルへのリスクを調べたものです。結果は、「運動習慣はあるが他の活動はなし」のグループよりも、「運動習慣はないが文化活動やボランティア・地域活動に参加している」のグループの方がフレイルへのリスクが低下することを証明したものです。

この学校(松本深志高校)県立の伝統校)で12年間にわたって生徒や教職員と学園生活を共にした、実在の犬の話です。教員や生徒たちのやさしさや、思春期のまぶしい活気が、気持ちよく描かれています。

映画サークル上映作品紹介

六月十二日(水) 十三時三十分開始 中央福祉センター 「やよならクロ」

日本 二〇〇三年 (100分) 監督 松岡錠司 出演 妻夫木聡、伊藤歩



実は若者たち軸にした作品にしたかったのでしょう。 石井