



絵・高藤 暁子

濡れるアジサイの花にあでやかさを感じる。梅雨は元々中国語で、音読みが「ぼい」。語源は諸説ある。梅の実が熟するところというのが有力。梅が生えるところの「微雨」の「微」が縁起のいい「梅」へ転じたとする説もある。

暑気払い

四季彩

ちらも「露」とのかかわりなど論議は熱い。その最中に迎えるのが夏まで、今年は二十二日。暑気払いに冷えたビールをカンカンとい

## 中日ビル屋上で乾杯

きたい。ならば、屋上ビアガーデン。名古屋・栄の中日ビルに出掛けよう。営業五十二年目の老舗はバイキングの味自慢。イベントにも趣向を凝らす。ステージには「ビアガール」。宝くじ関連企画や大抽選会もある。名古屋のビアガーデンは区へ。そうした中、中日ビルの営業も建て替えて来シーズン限りとなる。肴は何と言っても抜群の眺望。名駅ビル群に沈む夕日やライトに浮かぶテレビ塔が美しい。見上げると「ぼるーん」。往時の回転展望レストランに感慨深い人も多からう。思い出も肴。爽やかな風に吹かれながら語り合いたい。(木)

## 6月号の目次

特集 2・3面

■名古屋の地産地消

インタビュー 4面

■この人と1時間

異色デューズギタツの  
杉浦 哲郎さん

健康・生活 5面

- すこやか湯遊  
メナード青山リゾート  
霧生温泉・香楽の湯  
(三重県伊賀市)
- ここが気になる  
老後のイロハ
- 名大ドクターに聞く  
知っておこうこんな病気

読者参加 6・7面

- いきいきチャレンジ!
- 楽しい俳句
- 中日新聞のお知らせ

健康・読者参加 8・9・11面

- 健康クッキング
- 脳トレひろば  
シークワーズ  
あぁ漢ちがい
- プレゼント

いそいそとアライフ!  
**ローズ倶楽部**  
新規会員募集中!

昭和の鉄ちゃん 12面

■名残の旅路 小浜線

## 日差し

沖縄の、あの夏の日差しを初めて浴びたのは、四十年ほど前のことだった。日本に「返還」されて、数年後。車が左側通行になつて間もないころで、誰もが左運転に慣れず、道はひどく渋滞していた。

学生時代、友と二人でフエリーの大部屋に揺られての雑魚寝の旅。今でいう格安ツアーだったが、それでも、慶良間諸島にまで連れて行ってもらえた。

沖縄戦で、本島より先に米軍の熾烈な砲火に見舞われた島々。海域は、世界でも有数の透明度があり、実際に潜ると水中で舞い踊る熱帯魚の群れに目がくらんだ。

## 窓

度があり、実際に潜ると水中で舞い踊る熱帯魚の群れに目がくらんだ。

夕刻、民宿のおぼちゃん、こちらに大声で叫んだが、まるで外国語のよう。後になって「洗濯した下着が風で飛んでったよ」という意味だとわかった。

その後何度か、本島を訪ねた。うちなんちゅ(沖縄の人)と知己にもなった。

「米軍基地の中に沖縄はある」といわれている。

反対の声をしり目に、米軍飛行場の辺野古移設への護岸工事が始まった。基地の島も、照り付ける日差しもそのままに、もつと沖縄は、慰霊の日。(樹)

〈特集〉

# 名古屋の地産地消

日本の食料自給率は39%、名古屋はわずか1%※。名古屋の農業を守り、自給率を上げるにはどうしたら良いのか。地産地消の実態や、シニア世代の取り組みを取材しました。そしてシニアだからこそできることを考えてみましょう。

※二〇一五年度農林水産省調査より、カロリーベースで算出

## 消費地の隣に農地がある都市農業

すぐそばの農地で採れた野菜はみずみずしく新鮮。地元産の農産物を購入することは、搬送による二酸化炭素排出を抑え、環境にもやさしい。「地産地消」は理想的ですが、名古屋市は230万人の食の大消費地域で、さまざまな課題を抱えています。

都市開発により農地は減り、農家の高齢化や後継者不足は深刻な問題に。名古屋市の緑政土木局都市農業課生産振興係長の高安正俊さんは「名古屋のような都市農業地域は、農地の周りに住宅地があります。雑草や虫の発生など問題は多いですが、生産者と消費者の距離が近いのも事実。地域生産、地域消費を行政としても後押しして、現状の改善につながれば」と話します。

## 農地と農家の減少が大きな課題

「農地保全と生産者減少、高齢化は大きな問題です。ナゴヤドーム6個分の農地がな



毎週土曜日に開催されるJAなごや大高支店の朝市は地元の人が多く集まる

くなる年もあります」と語るのはJAなごや常務理事の寺西正文さん。

市内の農地は年々減少し、農地が点在しているのが大規模な農業を始めるのは難しい状況です。しかし、県全体では日本有数の農業生産(二〇一四年農業産出額全国7位)古屋の農家は3,464戸で、10年前より700戸以上減少。また自分で育てて自分で食べる自給的農家が約6割を占め、専業農家は300戸にも満たない状況です。寺西さんは「農家が減り、地元野菜を販売しにくくても確保できません。産直施設などを常設したいのですが」と残念な表情。農業に対する理解や後継者育

成が急務となっています。

定年した人などが家庭菜園より一歩踏み込んだ農業研修ができる「チャレンジファーマーカレッジ」が二〇一四年より天白区の名古屋市農業センターで実施されています。一年の研修後、遊休農地などの貸借を斡旋する「農地バンク制度」を利用して自ら農家になることも可能。座学だけでなく、全32回の実践的な栽培実習もあり、50平方メートルの実習地で採れた収穫物は販売することもできます。



チャレンジファーマーカレッジトマト畑での実習風景

※配食サービスの問い合わせ  
/同作業所TEL 052-3648007

## シニア中心に広がる農業体験

## 高齢者が配食する地産地消弁当

で、その輪は広がっています。

※チャレンジファーマーカレッジ、農業ボランティア育成講座などの問い合わせ/  
同センターTEL 052-8015221

直売所や農業体験以外にも、シニアがこの地域で採れた野菜を食べられる機会は増えています。港区の障がい者施設「しおかぜ作業所」では、二〇〇一年一〇月から地元農作物を利用した高齢者向け配食サービスを開始。「お米やトマトなど地元の食材で作った弁当を地域の高齢者に食べてもらうことで、地域とのつながりを感じ取ってほしいですね」と話すのは、施設管理者の森脇拓恵さん。港区在住の介護認定高齢者には、1食500円(税込み)で配達。地域の高齢者が配達ボランティアを担うなど、地産地消の弁当が高齢者と障がい者、そして地域農家との絆を強めています。



毎週土曜日の朝、JAなごや五反田支店朝市では、買い物客と生産者の会話も弾む

朝市・マルシェで  
ヘルシーライフを

「地産地消」で思い起こすのは、朝市やマルシェ。生産者の顔が見えることは大きな安心になり、生産者にとっても、生産意欲につながります。地元野菜が購入できる朝市・直売所の情報は名古屋市のホームページに掲載されています(名古屋市長官舎農産物直売所)で検索を。開催日などが変更になる場合があるので、事前に確認してから出かけましょう。

地産地消をテーマとしたイベントでは、三月十二日、

二六日にJANAなどや天名古屋ビルヂングがコラボレーションして「地産地消〜なごやさいマルシェ」が開催されました。「一日千人近くが集まるにきわいでした」とJANAなどや農業振興課課長の佐藤繁利さん。

今年三月港区にオープンした「メイカーズ・ピア」には、地産地消をテーマとしたJA運営のレストラン「みのりカフェ」と「グリラミのる」が開店。ここでもレゴランドオーブリンに合わせて「地



にぎわう名古屋ビルヂングの「地産地消〜なごやさいマルシェ」と移動販売車

産地消〜なごやさいマルシェ」を実施し、多くの人が集まりました。「イベントはPR目的。地

産地消の移動販売車(マルシェカー)も今秋から稼働予定です。定期的に朝市ができない地域の人も地元野菜をアピールします」と佐藤さんは話します。

また、この時期旬のトマトは市内で多く生産されている野菜。トマトだけを生産・販売している直売所もあります。生産者によって工夫をして育てているので、各農場の味比べをして、好みのトマトを見つけ出すのも楽しみ方の一つです。

朝市やマルシェに、散歩がてら立ち寄ることは適度な運動にも。何より地産地消を

実践するシニア同士の交流がはかれる絶好の機会ではないでしょうか。おいしい地元野菜を食べながら、シニア世代ができることを考えてみましょう。

**トマト専門の農場・直売所**

**グリーンファクトリーコヅカ**  
営業日時/月・火・木・金・土曜日(祝日休み)  
9:00 ~ 12:00  
住所/中川区江松西町 713  
問い合わせ/ TEL 090-3933-7273

**飯田農園 ~ miu トマト ~**  
営業日時/水曜日 9:00 ~ (なくなり次第終了)  
住所/中川区助光 3-404  
問い合わせ/ TEL 090-1787-9809

※販売数など、状況によって変わりますので、事前に必ず確認を。

## フレンチの基本は地産地消

## ミシュランの名店も

金山にあるANAクラウンプラザホテルグランコート名古屋スカイレストラン&パティ「スターゲイト」シェフの松本茂雄さんは「フランス料理の基本は、地産地消から。食材の良さを見直して自然を感じて」と料理と食材の深い関係を指摘しています。



シェフに聞く地産地消  
ANA クラウンプラザホテル  
グランコート名古屋  
スカイレストラン&パ  
ティ「スターゲイト」シェフ  
松本 茂雄さん

## プロフィール

1972年岐阜県上市生まれ。ホテルナゴヤキャッスルなどで経験を積み、2014年4月、「スターゲイト」シェフに。同年6月、日本エスコフィエ協会からフランス料理界では最高の名誉となるディシプル・ド・オージュスト・エスコフィエの資格を授与。



今年の「渥美半島フェア」の料理

## 足し算のメニューづくり

愛知県はキャベツ生産量で全国2位。同店では昨春の「渥美半島フェア」で、「渥美キャ

約五十年にわたるミシュランガイドの三つ星に輝き続けるフランスの名店「トロワグロ」の名物料理は、地元食材を生かしたスカンポ風味のマスのソテー。

ベツ」のスープを出したところ、「キャベツってこんなに甘かった?」と大好評でした。キャベツをペースト状にし、ブイヨンで伸ばしてベコンを加えポタージュスープに。フォアグラのソテーも添えました。ベコン、フォアグラをキャベツの力で倍以上にのりませました。よくフランス料理はうま味にうま味を加えていく足し算の料理、和食は余計なものをそぎ落とす引き算の料理といわれています。今回は足し算が地元野菜を引き立たせました」と松本シェフ。

まず食材をよく知り、それ

松本シェフ  
オススメ  
夏を乗り切る  
あいち  
パワーサラダ

オクラ、サニーレタス、アスパラガス、トマトなど。ドレッシングは名古屋コーチンの卵黄にオリーブオイルを入れてよく混ぜ、すりおろしニンニク、アンチョビを入れ、塩こしょう、白ワインビネガーを好みの量で。パルメザンチーズに黒こしょう、クルトン、パジルをパラパラ。「ワインは北海道のリースリングがいい」と同ホテルソムリエの田中えみ子さん。

## スターゲイト

同ホテル(中區金山町)内にあるフレンチレストラン。ホテル最上階(30F)にあり、昼夜ともに眺望が素晴らしい。  
問い合わせ/ TEL 052-683-4638



## 地元産野菜のサラダ

最後に、シニアが暑い夏を乗り切れるように自宅で手軽

をメニューづくりに生かす。

「素材に自分の引き出しから足していきます。あつとひらめくことが多いですが、ダメなときも」と松本シェフは笑います。

にできる愛知産野菜を使ったシーザーサラダを覚えてもらいました。「夏の野菜は体を冷やしてくれ、ニンニクやアンチョビも入っているのが力が出るはず。シーザーサラダを自宅で作る人は少ないようですが手軽でおいしい。右の作り方のコツと写真を参考に試してみてください。

# 1人時間

インタビュー

JR東海「リニア・鉄道館(名古屋・金城ふ頭)」のCM音楽を聞いた覚えはあるだろう。重厚かつ軽快。それを手掛けたのが地元出身でUターンした作曲家、ピアノの杉浦哲郎さん(48)だ。CM音楽制作はこれまでに百本以上。鉄道好きで、クラシックの名曲とさまざまな音楽、鉄道関連の音響の融合という独自の領域を切り開いてきた。バイオリニストの岡田鉄平さん(41)との異色デュオ「スギテツ」は誕生から十三年。面白トークを交えた公演にも脂が乗ってきた。

「リニア・鉄道館CM音楽に込めた思いは？」  
日本の高速鉄道の歴史を紹介する博物館です。蒸気機関車で世界最速を記録したSLや歴代の新幹線からリニアまで車両がずらり並んでいます。その重みへの敬意をオケストラの響きに発車時のリズム感を取り入れることで表現しました。

「リニア・鉄道館では閉館音楽も制作しました。イベントに参加を呼び掛けるCMです。週末、街中でウォーキングしていった人たちが趣を変えて郊外に出掛けるという設定の映像が流れます。無音で始まり、郊外への場面では、わくわく感の表現でアップテンポに仕上げました。」

「JR東海とはどのような縁で？」  
リニア・鉄道館の開館を控えた二〇一一年のある日、中学校での音楽の恩師から電話をもらいました。その方の父上は元国鉄マンで、さきほど話したSL世界最速記録達成への指示を出した人です。

「東海道新幹線五十周年の二〇一四年にはアルバム『走れ!夢の超特急』を企画制作されて、今も続いています。」

「活動拠点を東京から名古屋へ移した訳は？」  
音楽作品はインターネットでどこへでも即座に送れます。東京にいないければ仕事にならないという時代でもなくなりました。地元で活動する音楽家、アーティストが増えています。東京に居ても公演などで全国を回っていることが多く「それならいっそ」との思いで、拠点は古里の名古屋としました。

## CM音楽制作100本以上 リニア・鉄道館なども

異色デュオ「スギテツ」の  
杉浦 哲郎さん



プロフィール  
1968年名古屋生まれ。4歳からピアノを始める。法政大学社会学部在学中にバンドでデビュー。95年にはTV番組「タモリの音楽は世界だ」でバンドマスターを務め、現在の活動への礎を築く。2004年に「スギテツ」結成。12年に活動拠点を東京から地元の名古屋に移す。音楽制作会社「フラスギス」を設立。自身と「スギテツ」のマネジメントを手掛けるほか、セントレア空港音楽祭監修を始めとするイベントの企画制作など地域に根差した活動も数多い。

「今後の活動にむけて抱負を」  
子どものころから好きだった鉄道で、縁が生まれて縁がつながり、世界が広がってきました。私たちの活動が鉄道の意義を再認識する機会となればこれ以上の喜びはありません。子どもたちには鉄道ネタなどを交えながら音楽の楽しさを伝えていきます。

聞き手・写真  
木村昭彦



リニア・鉄道館のスギテツ

危険性を高めるものとして  
 することをお勧めします。



楽しいこといっぱい見つけよう!



20kgあるカヤックの組み立て・分解も慣れとスムーズに

今回のチャレンジは、夏に向けて涼感を味わえる「カヤック」体験です。チャレンジは名古屋市の会社員、藤井和永さん(55)。子どもが小さい頃は毎年キャンプに出かけ、川や湖でカヤックを楽しむ人を見ていたそう。で、「機会があれば自分も」との思いで、今回初挑戦しました。

岐阜県関市の長良川の岸辺に参加者が集合。まずは自分たちでカヤックを組み立てます。講師のモンベル名古屋店店長の坂部彰英さん(35)が用意したのは、アルフエック・フォールディング・カヤックという、持ち運びが楽で安定している折りたたみ式のもの。坂部さんに指導を受けながら二人乗り用の艇を4人中で、このブレード(水かき)が両端に付いたパドルを使用するものを、から、艇を進めカヤックと呼びます」と坂部さんが説明すると、「カヌーとカヤックは艇そのものが違うと思ってました。まさかパドルの違いとは知りませんでした。自由に艇を操るよ



流れが緩やかな場所での体験会は初心者でも楽しめる

組で組み立て、30分ほどで完成させました。次にライフジャケットを身につけ、パドル操作を習います。カヤックは後ろ向きに進むポートと安定感のあるカヤックといつても安全な中、このブレード(水かき)が両端に付いたパドルを使用するものを、から、艇を進めカヤックと呼びます」と坂部さんが説明すると、「カヌーとカヤックは艇そのものが違うと思ってました。まさかパドルの違いとは知りませんでした。自由に艇を操るよ



パドル扱いに慣れ、一人乗りカヤックを自在に操る藤井さん

## いきいき チャレンジ!

4

### 水面の風を感じる 「カヤック」体験

今回の挑戦者



藤井 和永さん

「年と共に体力は衰えてきましたが、パドルさばきには自信があります」

講師



坂部 彰英(さかべ・あきひで)さん

モンベル名古屋店 店長。兵庫県生まれ。カヤック経験は7年、個人でも2艇のカヤックを保有している。  
●問い合わせ/モンベル名古屋店  
中区栄3-18-1 ナディアパークロフト6階  
TEL 052-265-2080

「いきいきチャレンジ!」では、読者モデルとして体験参加してくれる人を募集しています。詳細は、11面をご覧ください。

## 俳句の投稿規定

## 7月号のお題

## 「鵜飼」

えりすくりの一句を投稿してください。発表済み作品は不可。毎月「秀作」「天」「地」「人」の3賞に薄賞を贈呈します。はがき、ファクス(059-222-3501)、Eメール(059-222-3501)のいずれかでお送りください。応募の際には、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、職業を明記(ペンネームを希望される場合はその旨を記載)。はがきでの投稿は、プレゼントへの応募と兼ねても構いません。(あて先は11面参照) 6月23日(金)到着分まで有効。



選者プロフィール ■ 伊藤敬子(いとう けいこ) 俳人協会評議員、日本ペンクラブ、日本文芸家協会会員、文学博士。「世」主宰。句集に「森」に「初富士」など多数。中日文化センター講師、角川書店「俳句」、NHKラジオ「俳句」選者

## 選者の句

## 旬飯食べて言葉は不要なり

講評 食への短い季節感を象徴する旬飯には、人それぞれの感慨と懐かしさがあり、心のつながりを生みます。懐かしさにじみ出た作品をうれしく見せていただきます。

## 【佳作】

心まだ老いぬ自負あり旬飯

昭和区 千村ちえ子

久々の旬飯に友招く

名東区 堤千枝子

たきたての旬飯の香のよろし

天白区 加藤勝久

歯ごたえのほのかに響く旬飯

守山区 横井正子

夕飯は旬飯と念押しして

名東区 山崎正

折詰のたけのこ飯や列車の旅

中川区 恒川明子

山の宿旬飯を炊きくれし

西区 林金一

旬飯は出世の味よ今を生く

西区 須田照胤

仕出し弁当声も華やぐ旬飯

熱田区 早川今日子

洛北の旬飯よ母在らば

南区 林時

手間かけて皆の待つ卓旬飯

千種区 柴馬啓子

旬飯はおいしいだけあって、それなりに手間がかかります。手間をかけてできあがった旬飯を、卓を囲んで待つ家族の幸せが目に浮かびます。

季節となれば、どの家庭にも一度や二度はしらえる旬飯。離れ住む長男に、幼い頃のように長べせてやりたいとの母の思いが伝わる一句です。

離れ住む長男思いう旬飯

千種区 山崎純子

葉山椒や有田の鉢に旬飯

千種区 安達登代

旬飯を有田焼の鉢に盛り、葉山椒のみどりをごはんの上に散らしてアクセントにしたようです。見るからにおいしいような旬飯です。

## 俳句

選者・伊藤 敬子

## お題「旬飯(はけめい)」

夏の季語である旬飯は季節感の豊かな食べ物です。旬を炊き込んだご飯は、ふるさとの味でもあり、家郷への哀愁をそそります。

第39回

## 中日新聞のお知らせ

## 「テオ・ヤンセン展」三重県立美術館

「テオ・ヤンセン展」(中日新聞などが主催)が7月15日(土)から三重県立美術館(津市・大谷町)で始まる。風で動く巨大な人工生命体の制作で知られるオランダのアーティスト、テオ・ヤンセンの作品を東海地方で初めて紹介。前売り券は一般800円(当日1,000円)、大学生600円(800円)で高校生以下は無料。■問い合わせ/同美術館 TEL 059-227-2100



[ドッパベス・カウデス] 2016年

## 『くらしの作文』中日新聞社 編

さまざまな人たちの想いをつづる『くらしの作文』。募集のお知らせが初めて載ったのは1952年10月。以来65年、投稿作文は中日新聞に毎日掲載されてきた。本書では、最近作を中心に初期作を交えた153編を収録。A5判ヨコ、180ページ、1,300円(税別)。■問い合わせ/出版部 TEL 052-221-1714



## INFORMATION

## 「くらげの刻(とき)～漂い生きる不思議な生き物～」名古屋港水族館

名古屋港水族館(港区)は、開館25周年記念として、特別展「くらげの刻(とき)～漂い生きる不思議な生き物～」を9月18日(月・祝)まで同南館2階エントランスホール、ホワイエで開催。クラゲは「癒やし」効果が高く、人気の生き物。クラゲの生体展示やパネルによる解説を通して、知られているようで、あまり知られていないその生態や、水族館前の名古屋港で見られるクラゲ類を紹介。入館料 大人2,000円。営業時間 9:30～17:30(7月17日は21:00まで、7月21日～8月31日は20:00まで)。■問い合わせ/名古屋港水族館 TEL 052-654-7080



ニズクラゲ

約20

た」と驚く藤井さん。

二人乗りだけで

川

## ・健康クッキング

蒸し暑い季節には、酢を使った肉料理はいかがですか。煮ることで酸味はマイルドに、ホロッと身が取れて食べやすいです。煮卵でボリュームもアップ！

今日の料理👑🍷

## とり手羽の酢煮

酢を使ったとり手羽のさっぱり煮物  
スナップエンドウで彩りをプラス



料理提供：ベターホームのお料理教室 / 料理写真：松島 均

1人分 ■ カロリー: 327kcal ■ 塩分: 3.3g ■ 調理時間: 30分

🍷 材料(2人分)

|          |           |
|----------|-----------|
| とり手羽中    | 8本 (400g) |
| 卵        | 1個        |
| スナックエンドウ | 30g       |
| ニンニク     | 小1片 (5g)  |
| ショウガ     | 小1かけ (5g) |
| A        |           |
| 酢        | 70ml      |
| しょうゆ     | 50ml      |
| 水        | 50ml      |
| 砂糖       | 大さじ2・1/2  |

◎ 作方

- ① ゆで卵をつくり、殻をむく。
- ② ニンニクはつぶし、ショウガは薄切りにする。
- ③ 鍋にAと②を入れ、強火にかけ煮る。沸騰したら、とり肉とゆで卵を加え、ふたを少しずらしてのせる。中火で約20分、汁が少なくなるまで煮る（途中で上下を返す）。
- ④ スナックエンドウは、塩少々（材料外）を加えた湯でゆでる。とり肉と一緒に、四等分に切ったゆで卵を盛りつけ、スナックエンドウを飾る。

!! 新保先生から  
料理のポイント

酢を入れて肉を煮ると、  
酢酸の働きでやわらかく  
なり、骨つき肉は骨か  
ら肉が離れやすくなりま  
す。また、肉の  
くさみがやわ  
らく効果も。

**酢の効果で  
肉やわらか**

卵とかぶるくら  
いの水を入れて

酢の効果で  
肉やわらか

卵とかぶるくらう。

とり、2〜3回水を入れ替えて冷まし、水の中で殻をむきましょう。せつかくなら、ゆで卵は多めにつくっても。朝ごはんやサラダのトップシグナなどに使えます。冷蔵で2〜3日以内に食べきましょう。



沸騰するまで箸で転がすと、  
黄身が真ん中のゆで卵に

## 焼きバナナとアイスクリームの エスプレッソソース

🍲 材料 <2人分>

バナナ(1cm幅の輪切り) … 1本  
グラニュー糖 …… 大さじ1  
バニラアイスクリーム  
…………… 1個(約150ml)  
A [ インスタントコーヒー  
…………… 大さじ1/2  
グラニュー糖 …… 大さじ1/2  
水…………… 大さじ1  
コーヒーリキュール…大さじ1/2

◎ 作方

① 小鍋にAを入れ、弱火でとろみが  
つくまで1~2分煮つめる。あら熱  
がとれたらリキュールを加える。  
② バナナにグラニュー糖をまぶす。  
フライパンを温め、中火で両面を  
焼く。器にアイスとともに盛り、①  
をかける。

デザート

■ 1人分カロリー: 161kcal

調理時間：10分



料理提供：ベターホームのお料理教室  
料理写真：木井 一範

**プロフィール** 新保千春(しんぼ・ちはる)

ベターホームのお料理教室講師。  
料理教室「お料理入門コース」  
「和食基本技術の会」「洋食・中

華おかずの基本」など、家庭料理の基本を教えるほか、新しい講習会の料理開発、ペターホームの料理本、企業への料理提案なども手がける。



## ベターホームのお料理教室

全国で「ベターホームのお料理教室」を開催しています。基本の家庭料理から、パン、お菓

子まで習えます。料理教室のご案内を無料でお送りします(TEL 03-3407-0471)。料理の本も多数出版しています。





## Q シークワーズ

すでに線を引いている「モモタロウ」のように、リストの童話を、縦・横・斜めに探します。盤面に残るカナを上から順番に拾ってできる言葉を答えてください。

### リスト

|                   |                        |
|-------------------|------------------------|
| アカズキン (赤ずきん)      | キンタロウ (金太郎)            |
| アヒルノコ (みにくいあひるの子) | コブタ (三びきのこぶた)          |
| アリ (アリとキリギリス)     | サルカニ (さるかに合戦)          |
| イッスンボウシ (一寸法師)    | シラユキヒメ (白雪姫)           |
| ウサギ (うさぎとかめ)      | ツル (鶴の恩返し)             |
| ウラシマタロウ (浦島太郎)    | ハダカ (はだかの王様)           |
| カグヤヒメ (かぐや姫)      | ヘンゼル (ヘンゼルとグレーテル)      |
| カサジゾウ (笠地蔵)       | <del>モモタロウ (桃太郎)</del> |
| カチカチャマ (かちかち山)    | ワラシベ (わらしべ長者)          |
| キタカゼ (北風と太陽)      |                        |

※リストの小さな文字も大きな文字として扱います。

|   |   |   |   |    |   |   |   |   |
|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| ギ | シ | リ | ウ | ロ  | タ | モ | モ | コ |
| サ | ア | イ | メ | ヒ  | ヤ | グ | カ | ノ |
| ウ | カ | ゼ | ツ | ウ  | ハ | チ | ン | ル |
| シ | ズ | カ | ロ | ス  | カ | ダ | ゼ | ヒ |
| ラ | キ | タ | デ | チ  | ン | ン | カ | ア |
| ユ | ン | キ | ヤ | ツ  | ヘ | ボ | レ | ワ |
| キ | コ | マ | ニ | カル | サ | ウ | ラ |   |
| ヒ | ラ | ブ | ウ | ゾ  | ジ | サ | カ | シ |
| メ | ウ | ロ | タ | マ  | シ | ラ | ウ | ベ |

答え

パズル制作/スカイネットコーポレーション

## あゝ漢ちがい

「気象庁は東海地方が梅雨入り(明け)したとみられると発表」。新聞やテレビなどで見聞きしているでしょう。1997年以降「梅雨入り(明け)した」という断定調の「宣言」はしていません。判断・定義が難しく、外れたとき抗議があったからともいわれます。「栗花落」「墮栗花」と書いて「ついでり」と読み、梅雨入りのことを表すなど雨を表す言葉は数多く見られます。以下はどのような雨でしょうか。

1997年以降「梅雨入り(明け)した」という断定調の「宣言」はしていません。判断・定義が難しく、外れたとき抗議があったからともいわれます。「栗花落」「墮栗花」と書いて「ついでり」と読み、梅雨入りのことを表すなど雨を表す言葉は数多く見られます。以下はどのような雨でしょうか。

- |           |              |
|-----------|--------------|
| ① ひそか雨    | ⑦ 甘雨         |
| ② 虎が雨     | ⑧ 洗車雨        |
| ③ 霰雨(ばいう) | ⑨ 洒涙雨(さいるいう) |
| ④ 男梅雨     | ⑩ 白雨         |
| ⑤ 女梅雨     | ⑪ 私雨(わたくしあめ) |
| ⑥ 翠雨(すいう) | ⑫ 篠突く雨       |

〈解答は11面に〉

### 図書カードが当たる!

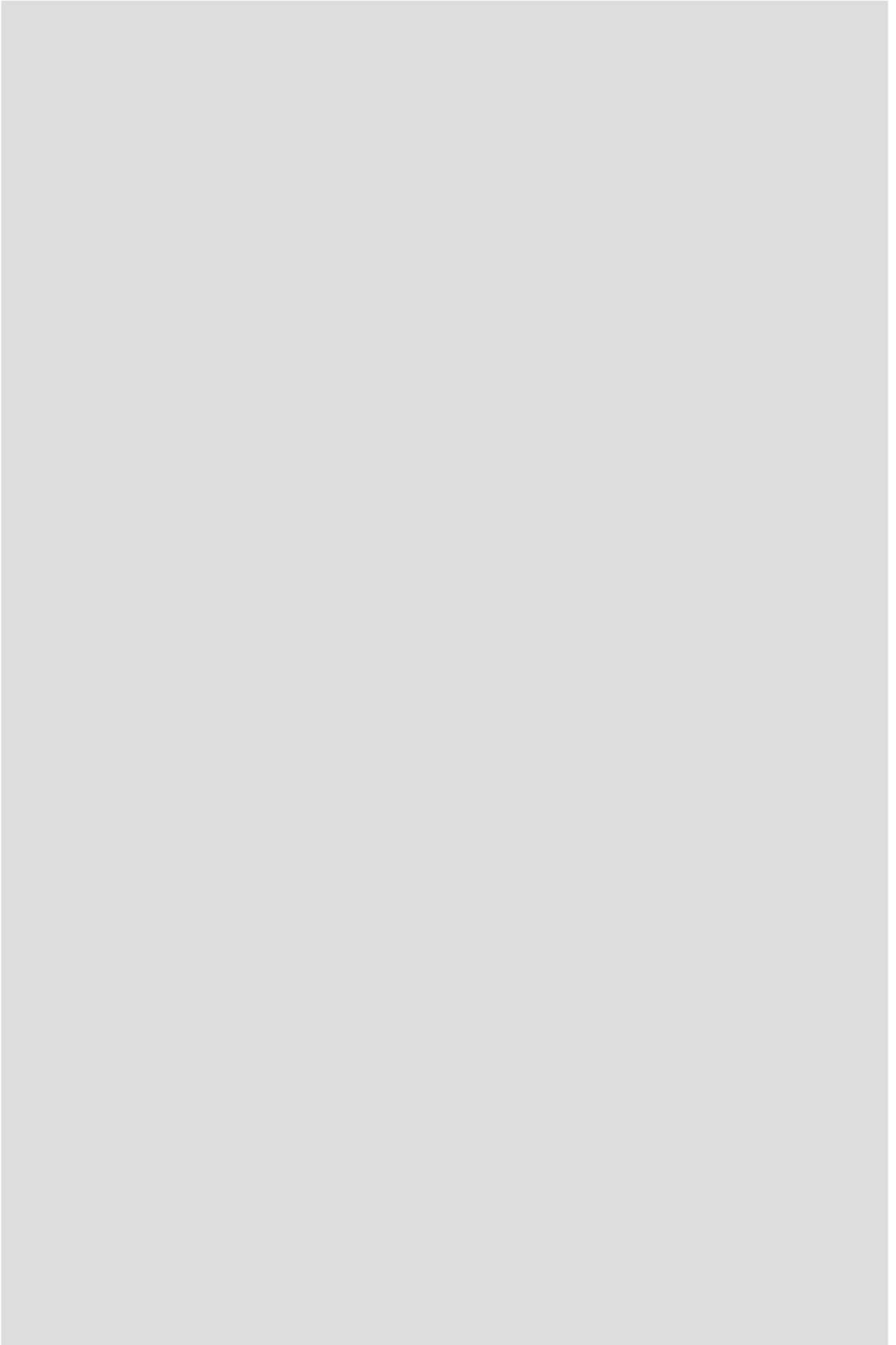
シークワーズ正解者の中から3人に千円分の図書カードを進呈します。はがきに解答を明記して「ローズ6月号『脳トレひろば』係」まで。6月23日(金)到着分まで有効。プレゼントへの応募と兼ねても構いません。(あて先は11面参照)

### 5月号(ナンプレ)の答え

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 5 | 8 | 3 | 4 | 7 | 6 | 9 | 1 |
| 4 | 7 | 9 | 1 | 8 | 6 | 3 | 2 | 5 |
| 6 | 1 | 3 | 9 | 2 | 5 | 8 | 7 | 4 |
| 8 | 2 | 6 | 4 | 5 | 1 | 9 | 3 | 7 |
| 5 | 9 | 7 | 6 | 3 | 2 | 1 | 4 | 8 |
| 1 | 3 | 4 | 7 | 9 | 8 | 5 | 6 | 2 |
| 3 | 6 | 2 | 5 | 1 | 4 | 7 | 8 | 9 |
| 7 | 4 | 1 | 8 | 6 | 9 | 2 | 5 | 3 |
| 9 | 8 | 5 | 2 | 7 | 3 | 4 | 1 | 6 |

答え

$$4 + 5 = 9$$



新規会員  
募集中!

いきいきシニアライフ!

## ローズ倶楽部

50歳以上の読者へ!

健康で趣味や生きがいに熱中したい人を応援する「ローズ倶楽部」。新たな「仲間との出会い・発見の場」で、いきいきセカンドライフを送りませんか。現在、ローズ倶楽部では新規会員を募集中!お気軽にお問い合わせください。

入会金 3,240 円

(入会から参加までの流れ)

## ①入会申し込み

事務局へ電話、またはホームページより「入会申し込み」を行ってください。書類の提出と入会金(3,240円)の振り込み手続きがあります。

## ②内容確認

お申し込みいただいた内容について、確認メールまたは郵送で資料が届きますのでご確認ください。

## ③参加申し込み

参加希望の講座やイベントがある場合は、「参加申し込み」も同時に行えます。

## ●講座やイベントに空席がある場合

「予約確認書(請求書)」を郵送します。内容を確認の上、払込期限までにご入金願います。入金確認後、参加証と会員証を郵送します。

## ●講座やイベントに空席がない場合

「キャンセル待ち」であることをご連絡します。ご参加いただけるようになりましたら、再度ご連絡します。

詳しいお問い合わせ・申し込み

〒460-0008

名古屋市中央区栄2-11-30 セントラルビル5F

ローズ倶楽部 事務局  
(中目メディアブレン内)

☎052-232-3503

(月～金 10:00～16:00)

インターネット | ローズ倶楽部 | 検索

～ローズ倶楽部に入会して、参加しましょう～

## 会員対象のイベント &amp; 講座

## イベント

名古屋ボストン美術館  
「パリジェンヌ展」時代を映  
す女性たち〈展覧会図録付き〉

パリジェンヌと呼ばれるパリで生きる女性たちの姿を、マネやルノワールが描いた肖像、ドレスや靴といったファッショ、女優やダンサーの写真で紹介。  
日 時/7月6日(木) 10:00～12:00  
参加費/3,500円(会員)、4,000円(同伴者)  
集 合/金山南ビル1F(ボストンカフェ)前 9:45(受付)



ジョン・シンガー・ソーランド「パリジェンヌ」(チャールズ・エインズ・メソッド・ボストン) 1887年。Anonymous gift in memory of Mrs. Charles Ingham's daughter, Louis Bimmer Ingham Seton 1991.26 Photographs © 2017 Museum of Fine Arts, Boston

みんなで楽しくボウリング  
ボウリング大会と生ビール〈夕食付き〉

今ボウリングは無理なくできる全身運動としてシニア層に人気。4人1チームで2ゲームに挑戦します。表彰式後は、生ビールで乾杯。



日 時/7月21日(金) 15:15～19:30

参加費/6,500円(会員)、7,000円(同伴者)

集 合/名鉄レジャック6階 レジャックボウル入口前 (名鉄西島) 15:00(受付)

旬の鮎を思う存分に  
馬瀬鮎まつりと横谷峡の滝体験  
(バス・温泉付き)

品評会で高い評価を受ける下呂市周辺を流れる馬瀬川で育った鮎。一年に一度行われる「鮎まつり」に参加し、さらに温泉「美輝の里」でリラクゼーションもできます。

日 時/7月23日(日) 8:30～18:30

参加費/10,000円(会員)、10,500円(同伴者)

集 合/栄(愛知芸術文化センター前) 8:00(受付)

※鮎まつり会場では、鮎の塩焼きサービス。昼食は各自負担



昨年の鮎まつりのようす

日帰りバスツアー in 南信州  
最高級プラム狩りとハチミツの味くらべ  
(昼食・バス付き)

糖度が高く美味と評判の高級プラム「貴陽」。生産量が少ないこのプラムを長野県飯田市の農園で収穫(2玉まで)できます。冷やした貴陽の食べ放題やハチミツの味くらべも。



左:最高級プラム「貴陽」、右:ハチミツ味くらべ

日 時/8月25日(金) 8:30～17:30

参加費/12,000円(会員)、12,500円(同伴者)

集 合/栄(愛知芸術文化センター前) 8:20(受付)

## 講座

SLを追って50年 ― 煙の  
向こうの風景〈コーヒー付き〉

本紙「昭和の鉄ちゃん」筆者の木村昭彦さんが講師となって、美しい日本の風景、旅の魅力を伝えます。

日 時/木曜日 10:30～12:00

①7月6日 ②7月20日

参加費/2,800円 ※2回分

会 場/ローズ倶楽部セミナールーム



国田本線

絵画の基本の  
「き」〈体験講座〉

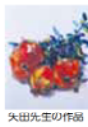
「絵には興味はあるけど、不安で…」という絵が苦手な人、初心者に対して、水彩画の基礎をわかりやすくレクチャー。講師の矢田陽先生は長年ローズ倶楽部で水彩画を担当しています。

日 時/7月13日(木)

13:00～15:00

参加費/1,500円、教材費1,000円

会 場/ローズ倶楽部セミナールーム



矢田先生の作品

市民公開講座  
可愛い孫へ贈りたい  
～贈与のイロハ～〈無料〉

相続はしっかりと備えないと、子どもたちの負担になる可能性も。今、話題の「可愛いお孫さんへの贈与」など贈与の活用術をプロが解説。

日 時/8月21日(月)

10:00～12:00

会 場/ローズ倶楽部セミナールーム

**プレゼント**  
応募締め切り  
6月23(金)  
当日到着分まで有効

A 岐阜奥美濃  
「ダイナランドゆり園」ペア入場券

7月8日(土)、岐阜県郡上市に西日本最大級のゆり園がオープン。そのペア入場券を10組に。57,000㎡の敷地に約50種360万輪のゆりが色とりどりに咲きます。空中散歩でゆりを眺める「フラワートレイン」や、ゆり畑の中をゆったり進む「フラワートレイン」も楽しめます。8月20日(日)まで。

■問い合わせ/同園 TEL 0575-72-6636



## B 「ランチェスター青汁」2週間分お試しセット 5人

太陽の恵みをたっぷり浴びた「フコイダン水溶液」を販売するランチェスター青汁(東京)の「ランチェスター青汁」のお試しセット(14包)を5人に。無農薬で育てた大麦若葉・アガリクス茸・高麗人参を配合し、健康維持にも、ベジファーストの習慣にもつながります。抹茶味で飲みやすく、持ち運びも便利。

■問い合わせ/同社 フリーダイヤル 0120-362-846

## D 霧生温泉「香楽の湯」入浴券 5組 10人

「すこやか湯遊」(5面)で紹介した「霧生温泉・香楽の湯」の入浴券(入湯税150円は別途)をペアで5組に。夏でも涼しい高原のメナード青山リゾートで、ハーブの香り漂う温泉に漬かり、心身ともにリフレッシュしましょう。

■問い合わせ/同リゾート TEL 0595-54-1326



## C メナード美術館 所蔵企画展「田淵俊夫一時をきざむ 心にきざむ」入場券 3人

メナード美術館(小牧市)開館30周年を記念し、7月15日(土)～9月18日(月・祝)に「田淵俊夫一時をきざむ 心にきざむ」が開催されます。東京生まれの画家である田淵俊夫(1941-)は「感動」する心を制作の原点に多くの作品を発表。

■問い合わせ/同館 TEL 0568-75-5787



田淵俊夫「朝(一の四)」メナード美術館初公開コレクション

## E 帯ドラマ劇場「やすらぎの郷」ルーペとメ〜テレオリジナルクオカードセット 5人

倉本聰がシニア世代におけるドラマ「やすらぎの郷」。かつてテレビ界で活躍した人々が暮らす老人ホームを舞台に、石坂浩二演じる脚本家と往年の大女優たちが繰り広げる人間模様を描きます。同番組オリジナルのルーペと開局55周年のメ〜テレのクオカード(1,000円分)をセットで5人に。「やすらぎの郷」月～金、12:30からメ〜テレで放送中。



## F 図書カード1,000円分 5人

読書は生涯楽しめる趣味。全国の書店で使える図書カードを5人に。※実物と写真は異なります。

プレゼント、脳トレひろば、俳句のあて先  
(はがきに62円切手を貼ってください)

| うら                                             | おもて               |
|------------------------------------------------|-------------------|
| ①住所・氏名・年齢・職業(学年)・電話番号                          | 4 6 0 0 0 0 0 0 8 |
| ②よかった記事                                        | 中目ビル5F            |
| ③いきいきチャレンジ(6面)で「座禅」に挑戦希望しますか。ほかに挑戦したいことはありますか? | セントラルビル30F        |
| ④希望商品名                                         | 6月11日             |
|                                                | 係                 |

●個人情報、プレゼントの抽選・発送、紙面掲載、取材申し込みの目的で使われます。読者モニター応募については、参加のための手続きおよび紙面掲載の目的で使われます。目的外利用、第三者提供は行いませんが、読者モニターについては、イベント保険加入のため保険会社に提供します。なお、処理業務については外部委託することがあります。

●はがきの記入項目が不足する場合、当選者から除外されることもあります。ご注意ください。

●個人情報の開示、訂正、追加、削除等については、ご本人様確認の上で対応いたします。お問い合わせは以下の連絡先までお願いします。

●連絡先/株式会社中日メディアブレン PMS管理責任者 TEL 052-232-3500

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

●プレゼントはホームページ(<http://media-brain.co.jp/roos/>)からも応募できます。

## 脳トレひろば(9面) 今月の解答

## 〈解答と解説〉

①春先にしとしと降る雨 ②旧暦の5月28日に降る雨。この日曾我十郎が死に、それを悲しんだ恋人の「大磯の遊女」虎御前が涙が雨となって命日に降ると伝わる ③梅雨の異称。徹はかび。漢字は梅の実が熟する時期に当たるからとも、物にカビがはえやすいことからとも ④雨が降るときは短時間に集中して降り、降らないときはすっきりと晴れている梅雨 ⑤弱い雨がしとしと降り続く梅雨 ⑥初夏の青葉に降りかかる雨。緑雨 ⑦穀物や草木を潤し育てる雨。慈雨 ⑧七夕の前日7月6日に降る雨。ひこ星(けん牛)が織り姫に会うため、牛車を洗う水が雨になるといわれる ⑨七夕に降る雨。織り姫とひこ星が別れた後に流す涙、または会うことができずに流す悲しみの涙といわれる ⑩夕立、にわか雨。白く見える雨の意 ⑪限られた小地域に降るにわか雨。籠は晴れて山にだけ降る雨 ⑫激しく降る雨。篠(シノ)は細い竹の一種。篠が突き下るさされるほどの勢いがあること ※平年の東海地方の梅雨入りは6月8日、梅雨明けは7月21日。問題文中の「栗花落」「墮栗花」は栗の花が散って落ちるころに梅雨入りすることが由来

## チャレンジャー募集中!

「いきいきチャレンジ」(6面)では、挑戦者を募集中です。8月号では「座禅」、今後「テールルーディネット」、「乗馬」などを予定。新しいことにチャレンジしたい人、読者モデルとして紙面に登場したい人は、上記のはがきアンケート③に参加したいテーマと参加希望を明記してください。参加依頼する人には、編集部より連絡します。応募多数の場合は抽選。



●熟年世代のニューズペーパー●

ローズ

ローズは不老【おい(ろ)ず】から。  
いきいきシニアライフを応援します!

発行協力…中日新聞社・中日新聞販売店  
発行部数…539,250部  
発行エリア…名古屋市全域  
発行日…毎月第3土曜日(無料)  
※本紙記事・写真などの無断転載を禁じます

発行/中日メディアブレン 編集/ローズ編集室  
〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F  
TEL052-232-3500 FAX052-232-3501  
●mail…cmb@media-brain.co.jp  
●URL…http://www.media-brain.co.jp



ローズは環境にやさしい  
植物油インキや  
大豆由来のインキを使用  
しています。

総合広告代理店 株式会社 中BBB  
〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F

TEL052-218-3332 FAX052-203-1307  
●mail…contact@chunichi-bb.co.jp  
●URL…http://www.chunichi-bb.co.jp

## 盛夏の若狭 名残の旅路

小浜線



どこまでも青い海が鉄の蒸気機関車(SL)を優しく迎えた。小浜線加斗―若狭本郷。貨物列車の先導役は栄えあるC58の171号機だった。長年の若狭路通いもこれが最後の夏。「たん、たん、たん」と乾いた走行音で駆け抜けた。

撮影は一九七一年(昭和四十一年)七月十一日。九月末には無煙化の予定だった。171号機は福井国体お召列車の牽引機。小浜線S

しきよなら列車の先頭にも立った。車歴はほぼ敦賀機関区。小浜市の中央公園での保存が今も続く。

小浜線は若狭湾沿いに敦賀―東舞鶴八四・三キロを結ぶ。小浜が中間拠点。北陸新幹線敦賀以西延伸での小浜・京都ルート決定に沸く。その先の若狭本郷は大飯原発の隣接駅。沿岸部は埋め立てなどにより往時と大きく姿を変えた。(木村昭彦)

昭和の鉄ちゃん