

# ローズ



絵・高藤 暁子

天からの載ったおいしいそばをいただいて年を越す。元旦には母の手による心のこもった雑煮。おせち料理は豪華過ぎてなかなかのしを通らない。飲みすぎで疲れた胃には七草がゆ。そとこうするうち正月も一段落となる。

二十日の大寒が寒さのピークで二月三日には節分を迎える。古来、邪気(鬼)

## 節分

## 四季彩

が生じるとされた季節の変わり目。これを「鬼は外」と打ち払う。まきのは「魔目」の語呂合わせで「豆」。それには精霊が宿るとされ

## 豆福では鬼の出前も

た。福豆の逆か思いきや代々の店主が福谷さん。いかにも縁起がよさそうだ。福の神に扮するのが二代目の正男さん(75)。三代目

そろう。ユニークな試みは三十三年目。一日に学校や幼稚園、集いの場などを巡り、二日に店頭に立つ。

の勝史さん(41)により製造実演を交えた工房見学ツアーも始まった。

年の初めに「笑う門には福来たる」の意味をかみしめる。笑いが絶えない家庭(人)にこそ訪れる幸運。

正月の遊びの「福笑い」に由来するらしい。福豆は年の数だけ食べると舌。六十三个はちょっと口にしまわれなくなってきた。(木)

## 1月号の目次

- 2面
  - (新)実家の片付け 思い出しリフォーム 実家の片付けが進まないわけ
  - 彩食健味 珈琲+ぜんざい 加藤珈琲店 栄店
  - 名市大病院ドクターが解説 健康長寿への処方箋 正常圧水頭症
- 3面
  - 健康クッキング サバ缶の煮もの 豚肉と水菜のめんたいサラダ
- 4面
  - 脳トレひろば 三字熟語ネクシオン ああ漢ちがい
- 5面
  - 人生バラ色 ローズ川柳
  - 中日新聞のお知らせ
  - 名古屋市健康福祉局からのお知らせ
- 6面
  - この人と1時間



7面

- ローズ倶楽部



8面

- (新)やっぱりドラゴンズ 「年1回以上」なら ファンクラブ入会

今月のプレゼント 7面

## 冬空

めでたくもあり、めでたくもなし。拙文を読んでくださっている方々には、どんな年明けだったろう。グローバル化で、貧富の格差が広がっている。時勢だ。富める者はますます太り、貧しい者はやせ細る。これは冗談だが、雪の代わりにお札でも降って来ぬかと、かじかむ手をこすりながら夜の冬空を見上げる人がいたとしても笑えない。

一年前の本欄で、現金社会が変容していくありようについて、こう書いた。

「まさか、子どもたちのお年玉が口座振り込みやスマホ決済、なんてことになりはしないだろうが」と。

## 窓

お年玉が口座振り込みやスマホ決済、なんてことになりはしないだろうが」と。

ところが、だ。その「まさか」が、すごい勢いで現実になってきている。

すでに隣国の中国や、北欧などでは、買い物も給与も、それこそ子どもの小遣いも、お札や硬貨などの代わりに、スマホやICカードでのキャッシュレス決済が当たり前の生活になってきているという。

だが、どうもITの世界は嘘っぽく感じる。夜空から札が降って来るはずもないが、頭上に輝く星々に願いを託す方が、よほど人間的で清々しい。(樹)

# 思い出 リフォーム

## ① 実家の片付けが進まないわけ

今月から二年前、できそうではない「実家の片付け」についてお話ししてきました。思いがけず、今年も片付けが進まないわけが、親の片付けがなかなか進まない理由です。高齢になると、ちょっとした段差でもつまづきやすくなります。限切れの食品が目立つようになったり、何か片付けられないものかと思案します。ついつい、親に「片付けんといかんがね」と小言を言うてしまいます。しかし、これは子どもたちの勝手な言い分。親としては、なにも困つたらんで、ほっといてちょ」と思っただけ、双方の主張は平行線をたどり、連休は何事もなく終わっていきます。そうして、実家の片付けは先延ばしを繰り返すこととなります。一向に進まない片付け

ク、盆、正月にピークに達します。帰省するたびに、実家に物が増えたり、消費期限切れの食品が目立つようになったり、何か片付けられないものかと思案します。ついつい、親に「片付けんといかんがね」と小言を言うてしまいます。しかし、これは子どもたちの勝手な言い分。親としては、なにも困つたらんで、ほっといてちょ」と思っただけ、双方の主張は平行線をたどり、連休は何事もなく終わっていきます。そうして、実家の片付けは先延ばしを繰り返すこととなります。一向に進まない片付け

森常久(もり・つねひさ) 株式会社中西取締役業務部長。1957年生まれ。13歳から「三屋敷から」を運営。片付けトントンフリーダイヤル 011-060947・479

## 珈琲十ぜんまい

加藤珈琲店 栄店  
(名古屋市中区)



コーヒーの中に、小倉あん、白玉、栗が浮かぶ。メニューには「究極の名古屋スイーツ」「金箔付金しゃち珈琲ぜんまい」とある。



◆名古屋市中区東横1-3-2(地下鉄久屋大通駅から徒歩1分)  
◆金箔付金しゃち珈琲ぜんまい 594円 ◆営業時間 7:00~17:00(平日) 8:00~17:00(土、日、祝日) ◆休み/第3水曜日(15日の場合は翌日) ◆TEL 052-951-7676

小説家村上春樹も一文を書いて絶賛した。コーヒーのほろ苦さが、ぜんまいの甘さと絶妙にマッチする。創業で、コーヒー豆を自家焙煎して販売する。インターネット通販で脅威の成長を遂げた。直営の栄店ではカウンターとテーブル二十三席で喫茶を営む。さまざまなコーヒーの楽しみ方を提案する。珈琲ぜんまいは、ホットのほか、冷やしもある。珈琲ゼリーのメニューではクリームあんみつ、あんみつ、アイスのせなどを用意する。スタータードーナツのクッキーの人も高い。(木)

### DESH (Disproportionately Enlarged Subarachnoid space Hydrocephalus)

- 脳室拡大
- \* シルビウス裂の拡大
- ▲ 高位円蓋部脳溝の狭小化

特発性正常圧水頭症の典型的なCT画像(左、中)およびMRI画像(右)。脳室拡大とシルビウス裂の拡大を認めるが、高位円蓋部(頭頂部)の脳溝が狭小化しているのが特徴(DESHという)。脳萎縮では脳室も膨満せず拡大する。

**治療は髄液シヤント手術**  
診断はガイドラインに基づいて行われますが、歩行障害があり、MRIまたはCTで特徴的な画像所見(DESH、上図参照)が認められれば正常圧水頭症の可能性が極めて高くなります。また、髄液排除試験(タツテスト)を行うことがあります。これは局所麻酔下で腰に細い針を刺して髄液を一定量抜いて症状の変化を見るもので、症状が少しでも改善すれば正常圧水頭症であることは確定となります。  
治療法は髄液シヤント手術です。従来は余分な髄液を抜くのに脳を刺してしま

**治療法は髄液シヤント手術**  
診断はガイドラインに基づいて行われますが、歩行障害があり、MRIまたはCTで特徴的な画像所見(DESH、上図参照)が認められれば正常圧水頭症の可能性が極めて高くなります。また、髄液排除試験(タツテスト)を行うことがあります。これは局所麻酔下で腰に細い針を刺して髄液を一定量抜いて症状の変化を見るもので、症状が少しでも改善すれば正常圧水頭症であることは確定となります。  
治療法は髄液シヤント手術です。従来は余分な髄液を抜くのに脳を刺してしま

間瀬光人(ませ・みつひと) 名古屋大学大学院医学研究科脳神経外科学教授、救命救急センター長。1985年名古屋大学医学部卒業、1990年同大学院修了。博士(医学)。2016年より現職。日本脳神経外科学会専門医、日本脳神経血管内治療学会専門医、日本脳卒中学会専門医、日本神経内視鏡学会技術認定医、等

**特徴的な三つの症状**  
水頭症とは、脳内の脳室が貯留し、種々の症状を呈する疾患で、通常は髄液圧が上昇します。しかし1960年にAdamsとHakimらは脳室拡大があるのに髄液圧が正常で、歩行障害、認知障害、排尿障害という特徴的な症状があり、髄液シヤント手術(頭蓋内)に

高年齢者に多く見逃がしも  
正常圧水頭症は、くも膜下出血や髄膜炎などに引き起こる二次性と、原因不明の特発性に分類されます。二次性の診断は比較的簡単ですが、特発性の診断はときに難しく、見逃されることが多々あります。その理由は特発性正常圧水頭症が高齢者に多く見られるので、他の認知症疾患(アルツハイマー病や脳血管障害など)や、いわゆる老化現象と思われてしまうからです。症状が三つともそろうとは限らず、初発症状が、歩行障害のみが約50%、認知障害のみが約16%といわれています。

将来、特発性正常圧水頭症になる可能性の高い集団があることも分かっています。MRIまたはCTでDESH所見を呈しているのに全く症状のない集団で経過を見ると、4~8年後には25%の人が特発性正常圧水頭症を発症します。

名市大病院  
ドクターが解説  
**健康長寿への処方箋**

**正常圧水頭症**  
手術で治る歩行障害と認知症  
加齢によると思われた歩行障害や認知症の中に、手術によって症状改善が見込める「正常圧水頭症」が隠れている可能性があります。まずは疑ってみることが大切です。

断はときに難しく、見逃されることが多々あります。その理由は特発性正常圧水頭症が高齢者に多く見られるので、他の認知症疾患(アルツハイマー病や脳血管障害など)や、いわゆる老化現象と思われてしまうからです。症状が三つともそろうとは限らず、初発症状が、歩行障害のみが約50%、認知障害のみが約16%といわれています。

将来、特発性正常圧水頭症になる可能性の高い集団があることも分かっています。MRIまたはCTでDESH所見を呈しているのに全く症状のない集団で経過を見ると、4~8年後には25%の人が特発性正常圧水頭症を発症します。

健康クッキング

今月の料理

下ごしらえ不要で、便利で、おいしい! 近頃人気の「サバの水煮缶」を活用した時短調理メニューです。冬にぴったりの煮物が、簡単に作れます。

サバ缶の煮もの

市販の水煮缶を使ったおかず  
シウウガで風味よく仕上げます



料理提供: ベターホームのお料理教室 / 料理写真: 大井一範

1人分 ■ 265kcal ■ 塩分: 2.1g ■ 調理時間: 15分

材料(2人分)

- サバ水煮(缶詰)..... 1缶(約190g)
- 豆腐(絹)..... 1/2丁(150g)
- ダイコン..... 1/5本(200g)
- ニンジン..... 1/4本(50g)
- シウウガ..... 大1かけ(15g)
- 万能ネギ..... 1/4束
- だし..... 400ml
- A しょうゆ..... 大さじ1
- 酒..... 大さじ1/2
- ユズの皮(1cm角)・七味唐辛子..... 各少々

作り方

- ダイコン、ニンジンは5cm長さ、2cm幅の短冊切りにする。
- シウウガは薄切り、豆腐は4つに切る。
- 万能ネギは5cm長さの斜め切りにする。
- 鍋にだしと①を入れ、ふたをして中火で約3分煮る。②とサバ缶を加え、沸騰したらあくをとり、Aを加える。ひと煮立ちしたら③を入れ、火を止める。
- 器に盛り、お好みでユズの皮を散らし、七味唐辛子を添える。

!! 新保先生から  
料理のポイント

栄養豊富で手軽に魚が食べられると注目のサバ缶は、料理にもアレンジできる優れたもの。下ごしらえ不要、加熱済みの食材のため、ホリユームのある魚のおかずが短時間で作れます。忙しい日の味方として、トックしておくと便利です。生のサバは鮮度が落ちやすいですが、缶詰は

新鮮なうちに加工されるので味がよく、骨まで柔らかく丸々と食べられるので青魚に多く含まれるDHA、EPAの他にカルシウムも摂取できます。缶詰も

薄く切ること煮る時間を短くできます。もう一品は、めんたい

うまみのある汁ごと使って

分を含んで、感がアクセントになり、おつまみにも向きます。



サバ水煮缶は、缶詰ごと入れます

豚肉と水菜のめんたいサラダ

材料 <2人分>

- 豚肉(しゃぶしゃぶ用)..... 150g
- シメジ(小房に分ける)..... 1パック(100g)
- 水菜..... 100g
- A 辛子めんたいこ..... 1/4腹(30g)
- らっきょう酢漬(小口切り)..... 30g
- マヨネーズ..... 大さじ2
- しょうゆ..... 小さじ1

おつまみ

- 1人分カロリー: 275kcal
- 1人分塩分: 2.1g
- 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: 対馬 一史

作り方

- 水菜は5cm長さ、豚肉は4cm長さに切る。
- めんたいこは薄皮をとって中身を出す。Aを合わせる。
- 鍋に湯をわかし、シメジを1~2分ゆでて取り出す。同じ湯で豚肉をゆで、色が変わったなら氷水にとり、水気をきる。
- 器に水菜を盛り、シメジ、豚肉を③であててのせる。

プロフィール 新保千春(しんぼちちはる)

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、ベ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

全国各地「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 052-973-1391)。料理の本も多数出版しています。



# あぁ漢ちがい

1990年代のテレビCM。「しゃべれる、食べれるミニストップ」。食べれるは「ら抜き言葉」の典型例です。可能を表す「ら抜き」は話し言葉ではもはや一般的ですが、書き言葉になると抵抗感がある人もいるのでは。ら抜きは「言葉の乱れ」なのか「揺れ、変化」なのか、議論は尽きません。では以下に掲げた動詞は「れる」「られる」のどちらが正しいでしょうか。

- |       |      |       |
|-------|------|-------|
| ① 出る  | ⑥ 来る | ⑪ 帰る  |
| ② 投げる | ⑦ 走る | ⑫ 変える |
| ③ 逃げる | ⑧ 眠る | ⑬ 下げる |
| ④ 着る  | ⑨ 寝る | ⑭ 下がる |
| ⑤ 切る  | ⑩ 得る | ⑮ 下りる |

〈解答は下欄に〉

〈解答〉①出られる ②投げられる ③逃げられる ④着られる ⑤切れる ⑥来られる ⑦走れる ⑧眠れる ⑨寝られる ⑩得られる ⑪帰れる ⑫変えられる ⑬下げられる ⑭下がる ⑮下りられる

〈解説〉「られる」になるのは上一段、下一段、カ行変格活用の動詞です。「れる」は五段活用の動詞。分かりやすい区別は命令形の語尾が「ろ」で終わる動詞は「られる」、「れ」で終わる動詞は「れる」となります。「食べる」「着ろ」「寝ろ」「変えろ」なので「食べられる」などになり、「しゃべれ」「切れ」「眠れ」「帰れ」なので「しゃべれる」などになります。来るは唯一の力変動詞なので「来られる」と覚えておいてください。テレビでは「うまく投げられました」「ここまで来れた」と話しても、字幕、テロップは「うまく投げられました」「ここまで来られた」と「ら」を補っていることが多いようです。

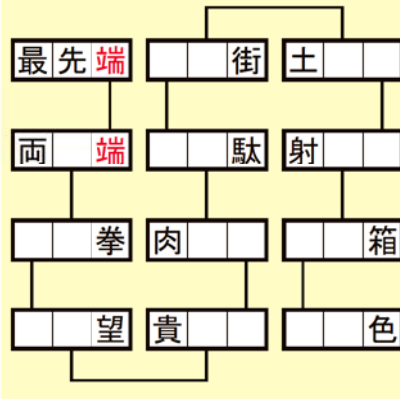
あぁ漢ちがい 解答と解説

## Q 三字熟語コネクション

すでにマスに入っている「端」のように、リストの漢字を空きマスに当てはめて三字熟語を作ってください。線で結ばれたマスには、同じ漢字が入ります。最後にリストに残った漢字でできる三字熟語を教えてください。

### リスト

子地太虫化玉座球  
変手端下公極団



答え

パズル制作/スカイネットコーポレーション



### 図書カードが当たる!

ナンプレ正解者の中から3人に千円分の図書カードを進呈します。はがきまたはホームページの応募フォームに解答を明記して「ローズ1月号『脳トレひろば』係」まで。1月25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。(宛先は7面参照)

### 12月号(クロスワード)の答え

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


答え  
 $\begin{matrix} A \\ 4 \end{matrix} + \begin{matrix} B \\ 3 \end{matrix} = \begin{matrix} \text{答え} \\ 7 \end{matrix}$

川柳の投稿規定

3月号のお題  
「草」

応募締切 2月8日(金)

応募フォームはこちら



えりすくりの句を投稿してください。他紙に投稿した作品不可。毎月秀作「天」「地」「人」の3賞に図書カード(千円)を贈呈。はがき、ファクス(0946-2000000)、Eメール(5750os@media-brain.co.jp)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(希望者はペンネーム)。はがきのあて先は、〒400-0008 名古屋市中区栄2-1-30 セントラルビル5F 中田MBコーポ川柳係。



実践赤ペン講座

添削例

お正月一家で熱く七ならべ

原句 七ならべ正月揃う胸あつく 中川区 田中和子

「川柳がうまくいかないのが悩みのたね」と田中さん。大丈夫です。続けていれば必ず上手くなります。この句、正月らしい楽しい光景ですが、やや思いを詰め込み過ぎてしまったようです。整理してシンプルに表現してみましょう。

総評 「僕が遊ぶ遊ばせめさ(合)」(天白区・土井なをみ)など、他にも秀作がありました。ペンと紙があれば遊べるのが川柳。たくさん投稿お待ちしています。

選者・水野タケシ

川柳は文芸ですが、言葉遊びの側面もあります。つまり言葉のパズルですね。指を折り折り、言葉を入れ替えたり、別の言葉に置き換えてりして、何とか五七五に収める作業も、句作りの楽しさの一つです。

第13回  
お題「遊」

ライバルが遊ぶ影武者かも知れぬ 港区 平松由美江

お題「遊ぶ」から影武者の飛躍がすばらしい。油断させようとしているのです。

遊んでるインコが真似るU・S・A 中区 加賀久恵

昨年大ヒットした歌「U・S・A」です。インコまでがまねるなんてすごい!

遊びから学ぶはずだと甘い祖母 名東区 村田菊子

おばあちゃんは甘いくらいが良いです。やさしい記憶は永遠に残ります。

お陽さまと鬼ごっこする雀の子 昭和区 河合千枝

「遊」という字を使わずに表現した河合さん。お見事です!

遊びやすいえホントは本気で 熱田区 早川今日子

本気だからこそ楽しい遊び。句作りにもつながります。

よく遊びよく学ばない困った子 天白区 永井清治

94歳の永井さん。句に重みがありますね。私も困った子でした!。

脳トレに日々遊ばれている海馬 港区 鬼頭しず江

脳トレに最適しかも脳トレで遊べる川柳。未永くよろしくお願ひします。

遊んでる初夢見たよ受験生 北区 ナナコロヒ八起

正月も遊べない受験生。がんばれ!春はもうそこまで来ています。

名古屋市健康福祉局からのお知らせ

高齢者の日常生活用具給付

名古屋市では、自宅において寝たきりやひとり暮らし等の状態にある65歳以上の人を対象に、電磁調理器や火災警報器等の日常生活用具を給付する「高齢者日常生活用具給付事業」を実施しています。原則として給付限度額(用具価格)の1割が自己負担。申し込み、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。

| 給付品目  | 給付限度額     | 対象者                   |
|-------|-----------|-----------------------|
| 自動消火器 | 25,000円   | ・寝たきり                 |
| 火災警報器 | 集合住宅、平屋等  | ・ひとり暮らしで災害時に直ちに脱出困難な人 |
|       | 戸建(2階建以上) |                       |
| 電磁調理器 | 20,000円   | ・寝たきり                 |
|       |           | ・ひとり暮らし               |
|       |           | ・高齢者世帯                |

中日新聞のお知らせ

「日展」30日開幕  
2年ぶり愛知県美術館で

「改組 新 第5回日展東海展」が2年ぶりに愛知県美術館ギャラリーで30日(水)から2月17日(日)まで開催します。日本画、洋画、彫刻、工芸美術、書の5部門から厳選された全国巡回指定作品と東海3県からの出品作品の計約600点を展示する総合美術展です。一般1,000円、高大生700円、中学生以下無料。2月4日(月)、12日(火)は休館。■問合せ/同美術館 TEL 052-971-5511



藤森兼明「熊のマネスクリットへのオマージュ」

「ものがたりでわかる成年後見制度」  
渡辺哲雄 著

認知症や知的障害、精神障害などにより、判断能力が不十分になった人たちの財産管理や日常生活などを支援する「成年後見制度」の疑問、ポイント、難解な法律用語などをストーリー仕立てで分かりやすく解説。福祉現場で起きている事実を描いたものがたり編と、分かりやすい解説編で、制度の内容が簡単に理解できます。四六判 並製 192ページ、1,080円■問合せ/出版部 TEL 052-221-1714



# 1人と時間

インタビュー

一九九九年一月、名古屋市内で「ごみ非常事態宣言」が発動された。この事態をきっかけに、環境問題に多くの関心が寄せられることとなった。それから20年、名古屋は全国でも先進的な環境都市となった。「環境、伝統文化、人づくり、すべて地域社会を支える大切な要素」と環境教育の現場で活躍してきたESDコーディネーター新海洋子さん(51)は言う。未来のために今求められることは何かを聞いた。

「環境問題と関わるようになったきっかけは？」  
私の原点には母の存在があります。クリスチャンで、地球にも人にも優しく、皆が平和に暮らせる社会であってほしいと願い、活動をしていました。私が幼い時に着ていた服、口にするおやつは母の手作りが多く、無添加で良いものと考えていたようです。当時はやったキャラクターのグッズも買ってはもらえず、初めて市販のポテトチップスを食べたときは衝撃でした(笑い)。  
母は地域の障がいのある子どもたちのケアをしていました。子どもたちに向けられる厳しい視線や言葉に、私自身、こんなのおかしいと思うようになりました。このことが大学に進学し社会福祉学を学ぶことになった大きな動機でした。

卒業後は財団法人Y W C Aに所属し青少年教育、異文化理解などの事業を担当。その後、NPO法人中部リサイクル運動市民の会に転籍。そこから環境教育や環境コミュニケーションに携わることになりました。名古屋市内でごみ問題がたびたび報道され、ごみ非常事態宣言が発令された99年、まさに環境教育の推進に力を入れていたころでした。

「ESDは持続可能な開発のための教育と訳されますが、具体的にはどんな仕事をしていますか？」  
2014年11月、名古屋でESD世界会議が開かれました。ESDの難しい英語だと思われませんが、内容はシンプル。今までの社会の在り方を見直し、今も未来も誰かが安心して暮らせる仕組みや取り組みを生み出す「人づくり」をします。例えば、今世界では地球温暖化が避けられない問題となっています。その原因である温室効果ガスを削減するために、ガソリン車を減らしたり、水素社会の実現や燃料電池車の普及を進めています。そのためにも、技術の進歩と同時に生活者の行動が変わることが必須です。未来を想像して行動する人を育てることが大きな



プロフィール  
しんかい・ようこ  
1967年三重県桑名市生まれ。大学卒業後、YWCA、中部リサイクル運動市民の会を経て2005年からNPO法人ボランティアネイバーズに所属。2018年3月まで環境省中部環境パートナーシップオフィス、中部地方ESD活動支援センターで中部7県の協働事業、ESD事業等に携わり、NPO法人持続可能な開発のための教育推進会議理事長、NPO法人ボランティアネイバーズ主任研究員、NPO法人市民社会研究所専門研究員。

## 多様なつながりと 思いあいを大切に

ESD  
コーディネーター  
新海洋子さん

SDということでしょう。想像できる。」と問いかけます。当たり前のことか、当たり前のことか。コーディネーターとして、小・中学校はもちろん、社会人を対象とした講座などに講師として出向き、参加・対話を大切にしたワークショップを行っています。

「小学生には少し難しいようにも、分かりやすく伝える工夫は？」  
「水が汚くて飲めない、息もできないくらい空気が汚れている、大地で動物を育てることができな



「揖斐川流域上流域ESDツアー」で小学生と対話する新海さん(写真左)

でなく、人権や伝統文化を守ることも、地域の在り方にも通じます。どうして二月の節分に豆をまくのか。なぜ節分がずっと続いているのか。この理由を知ることが、幸せな未来につながっています。

「もっと身近なところに、環境問題を意識するヒントはあるでしょうか」  
流行のテレビ番組を見て、「これってESDだな」と思うことがあります。あるドラマで「外国人労働者」との関わりに触れた内容が含まれていました。多文化共生、今の日本社会の重要な課題です。

「フアッションにすごく関心があるわけはありますか？」  
フアッション誌を何冊も買って読んで今これが流行っているのか、環境問題とリンクさせながら読んでいます。意外と発見があるものです。私の場合、何を見ても「ESD」につながります。

いろいろなつながりや、思いあう心を持つ人たちが、優しい未来、社会をつくりだすと思っています。

聞き手 岡真理子  
写真 板津亮

ESD = Education for Sustainable Development

50歳になったら「ローズ倶楽部」へ  
ローズ読者のためのクラブ、入会者募集!

いきいきシニアライフ!

# ローズ倶楽部

愛知・三重・岐阜での日帰り旅行や、暮らしに役立つ講座など年間約150本、シニアのためのイベントを行っているローズ倶楽部。子育てがひと段落した、自分の楽しみに時間を使えるようになった皆さま、ローズ倶楽部を通じて新たな楽しみを見つけませんか。

詳しくは事務局までお気軽にお問合せください。

年会費無料

無料体験あり

## ローズ倶楽部 入会・資料請求の方法

条件：50歳以上の中日新聞読者  
年会費：無料  
入会金：3,240円(最初のみ)

電話、ウェブサイトから下記事務局まで連絡をいただいた後、倶楽部の詳細が分かる資料を郵送いたします。資料に同封の入会申込書にご記入の上、ご返信ください。ホームページからもお申し込みいただけます。入会金の入金確認後、イベント・講座への申し込み手続きとなりますので予めご了承ください。

ローズ倶楽部 事務局(担当:中村)

「ローズ」編集室がある中目メディアプレーン内にあります。

TEL 052-232-3503 (平日 9:30 ~ 17:00)

WEB <https://roosclub.net/>

住所：名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5階  
(地下鉄伏見駅より南へ、名古屋市科学館そば)

イベントや講座の様子を配信!  
ローズ倶楽部公式LINE(ID: dki8365r) >>>



お客様の個人情報は、入会申込および受講手続き、倶楽部外イベントのご案内時に使用し、弊社にて厳重に保管いたします。

## 日本で楽しむ欧州リバークルーズ無料講座 20人募集

※50歳以上なら誰でも参加できます。

日時/2月5日(火) 10:30 ~ 12:00  
会場/ローズ倶楽部セミナールーム

日本にいながらヨーロッパのリバークルーズを体験してみませんか? ゆったりと流れる川の流れ、キャビンから眺める古城や現地の人々の暮らし。旅の醍醐味でもある料理は、地元の新鮮な食材を使いバラエティー豊かです。ドイツのドナウ川クルーズなど、歴史と文化に触れる優雅な旅を、スライドショーを上映しながら、経験豊富なクルーズアドバイザーが紹介。ヨーロッパのお菓子付き。

アドバイザー 加藤広明

【プロフィール】21年前に「旅づくりの職人」を目指して旅行会社を創立。クルーズツアーを専門とし、世界中の海域のクルーズを企画。これまでのクルーズ乗船日数900日以上は全国トップクラス。クルーズアドバイザーとして中部地方整備局、観光庁の外国客船誘致活動にも長年携わる。



★現在非会員でこのイベント参加後入会の方は、入会金半額になる優待サービスあり(期限あり)★

## 1~3月のイベント・講座

| イベント                      | 開催日     | 講座                                 | 開催日     |
|---------------------------|---------|------------------------------------|---------|
| 神話の道ウォーク(緑区)              | 1/22(火) | ハートグラム診断                           | 1/24(木) |
| お暮の何でも相談会                 | 2/4(月)  | スマートフォン体験講座                        | 2/19(火) |
| カラオケ大会                    | 2/5(火)  | 相続対策前につけておくべき3つのノート                | 2/28(木) |
| 資産の相続・認知症対策セミナー           | 2/7(木)  | ことばの四方山 朗読講座(初/中級)                 | 第2・4月曜  |
| バレンタインに飲みたいワイン            | 2/7(木)  | シニアの食育教室                           | 第2火曜    |
| アンデスの大地から                 | 2/13(水) | 英語を楽しむ<br>~日本のしきたりと文化~             | 第4火曜    |
| 越前ガニ釜揚げ見学とカニ料理を堪能         | 2/15(金) | 韓国語(初/中/上級)                        | 水曜      |
| 昭和日常博物館見学と回想の道ウォーク(北名古屋市) | 2/21(木) | ローズ太鼓倶楽部(初/中級)<br>「心と体に響く”和のリズム”で」 | 第1・3水曜  |
| 島根県・隠岐の魅力を堪能するランチ会 Part2  | 2/21(木) | 消しゴムハンコの世界                         | 第1・3水曜  |
| 日本酒王子とゆく!<br>林本店 酒蔵見学     | 2/23(土) | NOSS                               | 第2・3水曜  |
| 樹氷の絶景と湯の山温泉               | 2/27(水) | カナダ人講師による英会話(初/中級)                 | 金曜      |
| 初めての“トロックンクランツ”           | 1/23(水) | ローズ歌楽倶楽部<br>「唱歌や懐かしの歌謡曲」           | 第1金曜    |

※開講日は原則週と異なる場合があります。

## プレゼント

応募締め切り 1月25日(金) 到着まで有効

### A ラ・ヴィラ・ヴィータ「リヘアシャンプー」…3人

髪と頭皮に優しいアミノ酸系洗浄成分の中から、特に高機能で効果の高い「ケラチン洗浄成分」と「リンゴアミノ酸洗浄成分」を採用したシャンプー(330ml、3,456円)を3人に。ノンシリコンとは思えない濃密な泡立ちとなめらかな仕上がりが特長です。



■提供/La Villa Vita(ラ・ヴィラ・ヴィータ) <http://la-villa-vita.jp/>

### B 「減塩 京都宮津産 あかもくのおみそ汁」…3人

京都府宮津市で養殖された「アカモク」を具材とした粉末タイプの即席みそ汁(1箱10食入り、1,296円)を3人に。アカモクは、シャキシャキとした食感と独特の粘りがある海藻でミネラル成分が豊富に含まれています。手間をかけて加工されたアカモクと独自製法の乳酸菌・発酵ギャバがふんだんに入ったみそ汁が湯を注ぐだけで簡単に味わえます。

■問合せ/ミル総本社 フリーダイヤル 0120-099-300 (平日9:00 ~ 17:00)



### C 「辰野登恵子 オン・パース」招待券…5組10人

名古屋美術館(中区栄2)で2月16日(土)から3月31日(日)まで開催。日本の抽象絵画の新たな可能性を示したことで高い評価を得た辰野登恵子(1950-2014)。大型の油彩画で知られる辰野ですが、本展ではドローイングなど紙の上の表現に焦点をあて油彩30点を含む220点あまりの作品で初期から晩年までを回顧します。一般1,200円、大高生700円。



(Oct.20-95) / 1995年/パステル、紙/個人蔵 撮影:岡野圭◎辰野晴、平出利恵子

### D 書籍「精神科医が教えるシニアのためのゆるっと感情ストレッチ」…3人

精神科医・保坂隆の著書「精神科医が教えるシニアのためのゆるっと感情ストレッチ」(1,080円)を3人に。「年をとって怒りやすくなった」「最近なんだか不安を感じやすい」など「困った老いの感情」を覚えた時にどうすれば良いのか、心を解きほぐす「感情のストレッチ」ともいえる方法を具体的に伝授。読んだ後に心が安らぐ、シニアにとって役立つ一冊です。



### E クオカード1,000円分…5人

コンビニやファミリーレストランなどで幅広く使えます。お財布に1枚あると便利なプリペイドカード。



## プレゼント、脳トレひろば、川柳の宛先

うら

- 住所・氏名・年齢・職業(学年)・電話番号
- よかった記事
- 今後掲載して欲しい記事
- 希望商品名

おもて

46000008  
名古屋市中区  
栄2-11-30  
セントラルビル5F  
ローズ倶楽部  
01MB  
1月号係

- 個人情報は、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用します。読者モニター応募、ローズ倶楽部の資料請求および無料体験講座については、参加のための手続きおよび、紙面掲載の目的で使用します。目的外利用、第三者提供は行いません。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のでご注意ください。
- 個人情報の開示、訂正、追加、削除等については、ご本人さま確認の上で対応いたします。問合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プレーン 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。

ホームページからも応募できます。 <http://media-brain.co.jp/roos/>

暮らしを彩るシニアの情報紙

# 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…512,280部  
発行エリア…名古屋市全域  
発行日…毎月第3土曜日(無料)  
協力…名古屋市健康福祉局  
※本紙記事・写真などの無断転載を禁じます

発行/中日メディアブレイン 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  
TEL.052-232-3500 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性インキや石版印刷を主に使用しています。

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

TEL.052-218-3332 FAX052-203-1307  
●mail…contact@chunichi-bb.co.jp  
●URL…http://www.chunichi-bb.co.jp

## ファンイベント 中日スポーツの購読でプレゼンターのチャンス



限定アイテム  
男女とも一番人気は  
ユニホーム!

親戦チケット

与田剛新監督を迎え、ドラフトで地元期待の根尾昂選手を獲得するなど、今年の中日ドラゴンズに期待を抱いている人は多いはずだ。  
「今年は久しぶりにドラゴンズ戦観に行こうか」と計画しながら、「公式ファンクラブ」に加入することをお勧めしたい。  
ファンクラブは種別が3つ。「一般向け「ゴールド」(すでに応募多数で締め切り)」「レギュラー」の2種と、中学生以下が加入できる「ジュニア」と分かれる。レギュラー会員は、年間会

## 「年1回以上」ならファンクラブ入会

費4100円。レギュラーシーズンのパノラマA席観戦券2枚、ナゴヤ球場の二軍公式戦2枚のほか、ユニホームなど限定品のプレゼント、選手と交流できるイベント参加など特典がついてくる。  
通常、パノラマA席(1席2600円)2枚で5200円。金額だけでも得だ。年1回以上ナゴヤドームに野球観戦に行くならぜひ検討を。  
「ドラゴンズ観に行つて、あーよかった」という声が街中にあふれますように。(取材協力/中日ドラゴンズ)



今年こそ優勝!と期待を込めて、ローズ編集部発「中日ドラゴンズ チケット購入のおトク情報」をお届け。ドラゴンズ公式ファンクラブに入るのは得なのか、特典はどんなのか、初回は「ファンクラブ」について紹介したい。

■問合せ/中日ドラゴンズ 公式ファンクラブ事務局 TEL 052-737-1167 (10:00~18:00、土・日・祝日除く) 詳細は「ドラゴンズファンクラブ」ウェブサイト。