

ローズ



絵・高藤 暁子

水槽のメダカが陽光を浴びて、うれしそうに泳ぎ回る。庭には、サツキやアヤメ、バラの花。梅が若葉の陰で実を少しずつ膨らませる。あちこち初夏の装い。水量が増えた向かいの用水ではカメが遊び、アメンボが水面を走る。唱歌「故郷」の「ト小鮒釣りし」が思い浮かぶ。名古屋市南西部にはなお「ト

初夏

四季彩

彼「の川」。釣り人を指す「太公望」の姿を所々で見掛ける。その一つが中川区と港区の戸田川河畔。フナ、コイなどがかかるたびに歓声が上がる。 市制百周年記念で一九八九年に開園して以来今なお整備が続く。目を見張るほどのスケール。南北二・五キロ、東西〇・五キロ、計画面積六十センチに及ぶ。芝生広場の一画には展望塔。北東方向に名古屋駅前の超高層ビル群がそびえる。 青空を仰いで新緑を目にしても心はなかなか晴れない。猛威の新型コロナウイルス。人々を社会を次々と窮地に追いやる。そしてついに緊急事態宣言。今こそ「上を向いて歩こう」の呼び掛けに応じて重圧感を打ち払おう。

(木)

5月号の目次

- 2面
 - おうちで母を介護して
 - 名市大病院ドクターが解説 健康長寿への処方箋 慢性腎臓病
- 3面
 - 若き信長の軌跡
 - 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
 - 名古屋市社会福祉協議会からのお知らせ

- 5面
 - 人生バラ色 ローズ川柳
 - ひとくち法話 煩惱成就

- 6面
 - 素敵な仲間を見つけよう (新連載) 笑いヨガ

- 7面
 - ローズ倶楽部

いよいよシニアライフ!

ローズ倶楽部

新規入会募集中!

- 8面
 - 彩食健味 大須が育む銘菓 納屋橋饅頭万松庵



今月のプレゼント 7面

逆風

まるで夢空間だった。カケル光線がまぶしい。広がる視界。乾いた打球音。ざわめきが歓声に。そう、プロ野球である。

今も忘れない。小学五年生で初めて新幹線に乗った時のこと。東京の伯父が読売ジャイアンツの本拠、後楽園球場のナイトゲームに連れて行ってくれたこと。田舎の少年にとっては、それが初めてのプロ野球観戦の体験だったことを。

窓

野球、大相撲……。日本でプロスポーツといえば、以前は限られていた。昨今はサッカーのJリーグ、バスケットのBリーグなど、さまざまな競技でプロ化が進んでいる。

そのプロスポーツが異様な事態に見舞われ、ファンをやきもきさせている。新型コロナウイルスの感染拡大のため、プロ野球もJリーグも大相撲も、開幕日など日程の延期、再考を繰り返し迫られている。

プロスポーツは選手たちにとって仕事であり、生活の糧である。コロナ禍の今は特にそうだがファンに感動や安らぎ、時に希望さえ届ける営みだ。だが逆風は世界中で強まるばかり。この風向きが一刻も早く変わることを。

(樹)

おうちで介護して母を

山口恵以子

昨年一月に九十一歳で永年になったのだ。

眠した母は、二〇〇〇年の六月に父(享年八十五)が急死するまでは年



頭より若々しく、頭の回転も速く、しっかりして頼りになる人だった。それが坂を転がり落ちるようになり、激に老い衰え、わずか三年で別人かというほど変わってしまった。私を守ってくれる人から、私が守ってあげないとダメな人

ワンポイント

スーパーとコンビニから消えた商品

- ①マスク ②アルコール ③紙類
- ④米 ⑤納豆 ⑥水
- ⑦冷凍・レトルト食品 ⑧乾麺
- ⑨ビニール手袋品 ⑩味噌 ⑪ハンドソープ
- ⑫バター ⑬小麦粉 ⑭イースト菌

※日頃から準備しておくくと安心です。



イラスト/ヤギ ワタル

してニートに近かった。頼りにしてきた母が壊れてゆく様子を見守っていたあの三年間の不安と恐怖は、筆舌に尽くし難い。

二〇〇三年になると母の状態は踊り場に達し、それから亡くなるまでの十五年、緩やかに下降しながら過ぎていった。

しかし、母が介護認定を受けたのは二〇一〇年にない。母が介護認定を受けたのは二〇一〇年にない。母が介護認定を受けたのは二〇一〇年にない。

その考えを改めてくれたのは、社員食堂に後から入ってきたAさんだった。彼女は介護施設の食堂で働いていた経験があり、町会の役員もやっていた。私の話を聞いてすぐ「介護認定を受けた方がいいよ」とアドバイスをくれた。

認定後は区から無料(後に二割負担)で紙おむつや尿取りパッドの支給を受けることができた。私はオムツの洗濯から解放されて、本当に楽になった。そして、Aさんにはその後も貴重なアドバイスを頂いた。

自分の経験を通して、在宅介護には「他人の目」が必要だと痛感した。介護殺人を犯してしまうのは、家庭内に他人を入れず、親子、あるいは夫婦が孤立してしまうからだ。

つてからだ。読者の皆さんは、どうしてもっと早く認定申請をしなかったのか、不思議に思われるだろう。これは「長年一緒に暮らしてきた親子」ならではの落とし穴だと思う。

当時の私の意識としては、母親の問題はあくまで「家庭内」の問題であって、そこに「社会制度」を持ち込むことになじめなかった。そもそも「私の母」のために「社会制度」の助けを求めるという発想がな

ある人は「結婚して両親と別居していたので、父の異変に気付いた後、すぐに介護施設に入れる決断ができた」と話してくれた。同居していたらできなかったら、と。

丸の内新聞事業協同組合の社員食堂に勤務するわたから執筆した「一月上海」で第20回松本清張賞、シリーズ「食堂のおぼちゃん」(ハルキ文庫)、「いつても母と」(小学館)など著書多数。

「CKDとは?」 下記のいずれか、または両方が3か月以上続いている状態

慢性腎臓病(CKD=Chronic Kidney Disease)とは、腎臓のはたらきが徐々に低下する病気だ。日本人のCKD患者は約千三百三十万人にも上るといわれています。進行が進むと命の危険に関わります。その予防方法や検査法について紹介します。

腎臓はけんこつ一個分ほどの大きさの臓器で背中側に二つあります。血液から尿をつくる働きがあり、心臓から送り出された血液の五分の程度が絶えず流れ込んでいます。血管がダメージを受けると血管の集合体である腎臓も、その影響を受けやすくなります。つまり、血管へのダメージを防ぐことが、CKD予防においてとても重要なことです。

腎臓の検査 自覚症状が現れにくいCKDの早期発見には、尿検査、進行度の確認には血液検査、高血圧や糖尿病、加齢などは血管のダメージを高める要因です。

検査が欠かせません。尿検査には定性検査と定量検査があります。定性検査では尿に蛋白や潜血、ブドウ糖などがないかを調べ、定量検査では尿中の蛋白量などを確認します。

腎機能が低下しているときは、薬が体内に蓄積され、副作用を起す危険性が大きくなります。例えば、解熱鎮痛薬として使用される非ステロイド性抗炎症薬(ロキソニン®など)は、腎臓の血流を低下させる作用があり、脱水などが引き金となり、腎機能を悪化させる可能性があります。また、一部の抗がん薬は、腎機能が低下したことで体内に蓄積されやすくなり、副作用が出ることもあります。

しかし、多くの薬は腎機能に応じて量を調整することで安全に使用できます。市販の薬剤やサプリメント、漢方薬などは、服用してよいか日頃から医師や薬剤師に確認しておきましょう。

水野晶葉 名古屋市長 名古屋市長 名古屋市長

名市大病院
ドクターが解説
健康長寿への
処方箋

慢性腎臓病

慢性腎臓病(CKD=Chronic Kidney Disease)とは、腎臓のはたらきが徐々に低下する病気だ。日本人のCKD患者は約千三百三十万人にも上るといわれています。進行が進むと命の危険に関わります。その予防方法や検査法について紹介します。

内服薬に注意 腎機能が低下しているときは、薬が体内に蓄積され、副作用を起す危険性が大きくなります。

名古屋市区 稲生原古戦場

若き信長の軌跡

第二回

猛将柴田勝家は初めから信長の忠実な家臣、ではなく実は信長と戦を交えたことがある。それが稲生の戦いだ。ここで信長に負け、以降は死ぬまで信長に忠誠を誓った。

地下鉄鶴舞線庄内通駅 倉の織田伊勢守らと手を組む。この静かな住宅地が古戦場だったとは、住名乗って、自分こそが尾張民にもあまり知られていないはず。ここは一五五六(弘治二)年八月に、清州城を拠点としていた織田信長が、柴田勝家らを中心とする弟信勝の軍勢と戦った「稲生の戦い」の場所だ。

若き信長に一度だけ 歯向かった柴田勝家

この年の四月には義理の父であった美濃の斎藤道三が息子子の義龍に討ち取られて、信長は苦境に立っていた。信勝は斎藤義龍や岩

元とも戦って独立勢力でい

る中、信長は義龍とも、義家は負傷して撤退し、そこへ信長が大音声で怒りの声を上げると、勝家勢は恐れ

て崩れ、形勢は逆転。さらに信長は南側で戦っていた林美作守へ挑み、自身が槍で討ち取った。清洲で首実検をしたところ四百五十もの首をとる大勝利だったとい

ようとしていたが、柴田勝家ら、尾張の東部や北東部の有力国衆らは、そんな信長を危険な存在として抹殺しようとしたのである。

稲生町二丁目の伊奴神社の南辺り(現在の又穂町周辺)が激戦地だったようで、今の庄内川橋の南辺りに築かれた名塚砦から出陣した信長勢七百に対し、南東から柴田勝家勢一千、南から林美作守勢七百が攻撃してきた。当初、信長は勝家勢に

よって劣勢に陥ったが、勝長に対し、信勝は戦場に出てくることはなく、末森城にこもったきりだった。庄内通駅の北二百ほどにある庚申塚に古戦場跡の碑が建っており、林美作守の子孫が今も守る供養塔もある。また四百ほど北の白山神社が名塚砦の跡とされている。庄内通駅南の鳥見町にもこの戦いの死者を葬った塚があったといわれており、この一帯の広い範囲(稲生原)で合戦が行われたようだ。

この戦いに勝ったことで信長の立場は一気に強まり、尾張統一へと進んでいく。そして信勝は寝返った勝家による密告で、信長から誅殺されることになる。



ここで戦いがあったというのではなく、ここに犠牲者が葬られたのだらう。今も慰霊が続いている



稲生原古戦場跡 稲生原古戦場跡 信長は南側で戦っていた林美作守へ挑み、自身が槍で討ち取った。清洲で首実検をしたところ四百五十もの首をとる大勝利だったとい

水野誠志朗 みるのせいしろう 歴史ライター。2012年に信長ゆかりの地をめぐるガイド本「信長公記で追う桶狭間の道」を出版。ローズ倶楽部などで現地歩き講座を開講。「中日新聞」ス・達人に訊いてで信長について連載中。



伊奴神社は西暦673年の建立とされ、信長の時代にもここにあった。伊奴姫神を祀るが、稲を納めた、から名が来ているともいわれる

名古屋社会福祉協議会からのお知らせ

認知症コールセンター
TEL 052-734-7089

「最近もの忘れがひどくて」、「認知症の人が使えるサービスは?」など認知症に関する不安や悩みを抱えている人は認知症コールセンターへお気軽に電話相談を。介護経験者や社会福祉士などの専門職が電話で対応します(匿名可)。受付時間は、月・水・木・金曜日の10:00~16:00、火曜日の14:00~20:00です。

名古屋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一人暮らしの人や、世帯内に寝たきりの人がいる75歳以上のみの世帯など。所得に応じた利用者負担あり。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。

中日新聞のお知らせ

「そば読本」石田五十六 著

奥飛騨朴念そばの会を立ち上げ、そば栽培からそば打ち、そばつゆやそば前まで、本物の、国産そばを追求する「農業リ-alist」の著者が、奥深きそばの世界をご案内。本当にうまいそばをどう見極めるのか。これを読めば全てがわかる。そばにまつわる少しマニアックな話もご紹介します。18cm×18cm、並製、136ページ、2,000円

空白の美術史

一植民地下「朝鮮」で見る創作版画—愛知文教大学教授 辻 千春 著

西欧美術との接触を契機に明治末期の日本で興った創作版画は、植民統治下の「朝鮮」でどう展開したのか。日韓の近代美術史の空白を埋める論考をまとめた労作。A5判、上製、212ページ、3,300円 中日新聞販売店でも販売中。■問合せ/出版部 TEL 052-221-1714

健康で豊かな人生を歩むために



人生100年時代のキーワードは ピンピンコロリ88

ACD作成専門医 若林俊彦

名古屋大学名誉教授・前脳神経外科教授
一般社団法人予防医療・予防法務 特別顧問

1981年名古屋大学医学部医学科卒業、1985年同大学院医学研究科博士課程修了、2008年名古屋大学脳神経外科学教授、他多数の役職を務め2020年医療法人協会名古屋共立病院集束超音波治療センター顧問、現在に至る。



いつまでも健康で
いたいあなたへ

最近、人生100年時代といえます。日本は医療体制が充実しており、国民皆保険制度のおかげで、誰でも平等に最高の医療を受けることができます。そのため、日本は世界でも有数の長寿国になりました。

このように、極めて環境の良い、医療体制の整った国で生き、健康社会を甘受していると、自分自身が病気になることなど、全く想像もできないかもしれません。

しかし、そんな状況でも、いつなにか何が起るかわかりません。現に、新型コロナウイルスは、数カ月前までは「対岸の火事」のように受け止めていたのが、今まさに、日本国民の生命を脅かし、特に高齢者の命を奪う悲惨なニュースが毎日のように伝えられています。

健康は自分自身で守るもの、意識を高く持つて、現状維持に務める努力が必要であることを如実に物語っている真実を目の当たりにしています。

自分の健康を守る
ために

しかし、自身の健康を

守るといっても、何をどうすればいいのかを具体的な行動に移せる方はほとんどおらず、心配だけが先行しておるおそれが多いのではないでしょうか。そのような不安を払拭し、さまざまな法的支援を繰り広げられるように準備されたのが、今回の「PPK88プロジェクト」です。「まずは米寿である88歳までは元気で『ピンピン』して生きよう」

健康なうちに
考えておく

そのために必要な各種支援事業、例えば医療支援、介護ケア支援、保証人支援、身の回りの財産保存支援、資産運用支援、そして万が一のための、自身の意志をきちんと反映して、『コロリ』と逝くまで、自分らしく生き抜くこと、という「先行医療指示書(ACD)作成や尊厳死宣言書作成など、それぞれの個人の気持ちを十分に配慮した各種法的支援を準備してのトータルサポートシステム『ピンピンコロリ88(PPK88)』をどうか存分にご利用ください。そして次の目標である、人生100年時代を目指して、健康で豊かな人生を共に歩んでいきたいと願っています。

万が一のときのために考えておきたい 予防医療・予防法務サービス「PPK88プラン」をご利用ください!

A プラン 特別料金 50万円(税別)

独り身の方へ
(子どもが遠方で頼れない方)

生前対策・相続対策・祭祀対策 すべてカバー

- 自分の意思を決め、伝え、実行ができる
- 入院・手術・延命措置に関する意思表示を行う
- 入院・施設入所時の保証人になってもらえる
- 認知症が発症して、判断ができなくなっても財産を凍結させない
- 資産の管理をお願いしたい

このようなお望みに対して、下記サービスをご利用頂けます。

- ACD
- 尊厳死宣言
- 任意後見契約
- 相続人調査
- 死後事務委任契約
- 公正証書遺言
- 保証人
- 個人資産報告書
- 金銭管理契約
- 医療相談等

B プラン 20万円(税別)

最期まで自分らしく生きていたい人へ

- 自分の意思を決め、伝え、実行ができる
- 入院・手術・延命措置に関する意思表示を行う
- 認知症が発症して、判断ができなくなっても財産を凍結させない

- ACD
- 任意後見契約
- 尊厳死宣言
- 相続人調査

C プラン 15万円(税別)

認知症になったとき滞りなく資産の移行をしたい人へ

- ACD
- 任意後見契約
- 相続人調査

D プラン 10万円(税別)

とにかく何かを始めたい人へ

- ACD
- 尊厳死宣言

無料相談開催 [東京・名古屋で同時にスタート]

丁寧にお話を伺わせていただくため、50名様に限らせて頂きます。

一般社団法人 シニアらいふサポートセンター

- 名古屋オフィス 名古屋市中区錦3-23-18 ニューサカエビル4F
☎0120-575-119 (平日10:00~16:00)
- 名東オフィス 名古屋市中区東区一社4-91 一社ビル1-C
☎0120-100-602 (平日10:00~16:00)

サービスの
詳細は
こちらから





選者・水野タケシ
民文学の巨匠「宮本武蔵」でおなじみの吉川英治の川柳です。貧しさに負けてない。自分を笑い飛ばす強さがありませぬ。こんな時代だからこそ、川柳で、明るくたくましく生きていきましょう。
第29回
お題「子」

天賞 子に見せる俺の背中が小さ過ぎ 中川区 非真人
共感して、微笑み、ご自分を笑ってしまふ能力、素晴らしいです。

地賞 体力の限界知らぬおにこつこ 守山区 ヒテちゃん
わかる、わかる！(笑) こちらは、日に日に体力が落ちていくような。

人賞 子のおもい子へのおもいのすれ違い 緑区 足立正文
永遠のテーマですね。足立さん、サリリと深いところを詠まれて、さすが。

佳作 毎日がお祭り騒ぎ子沢山 天白区 村上ひろみ
読んでいふ方まで「ツ」になってしまつ句です。楽しんでたなあ！

コロナにも負けずに赤いランドセル 西区 宮脇行止
赤いランドセルが印象的。コロナなんかには負けないぞ！

目を閉じた子犬もがきて捜す乳 千種区 今村倫聖香
映像が浮かんでくる秀作です。今村さん、観察が細かい。

超こわいラインの音が金貸して 中川区 真さん
いかに現代の川柳ですね。スマートフォンで無心されているのです。

子年コロナもサツと逃げてゆけ 千種区 小池多佳子
共感の一句。川柳で笑って、免疫力を上げましょう。

総評 「父親の働く汗も僕は好き」(中川区 今井連斗) は十歳の作者の初投稿作品。連斗君、お父さんのお仕事は何か。お父さんにもせむこの句を見せてあげてね。

原句 子供の時は神童だった今普通 緑区 中川広美
常連の中川さんの作品です。こつこつ話よく聞きますよな(笑)。

共感できる内容なのですが、七・七五の字余りがやや残念です。また、一般論よりも自分のこととして詠むと、説得力がさらに増しますよ。

添削例 神童と呼ばれたこともある私



■選者プロフィール ■ 水野タケシ(みずの たけし)。1965年生まれ。コピーライター、川柳家。現在は川柳セミナー講師やコンテスト運営、ラジオのパーソナリティも務める。著書に「仲畑流方能川柳文庫①水野タケシ三〇選」。新著に「いちばんやさしい！楽しい！シルバー川柳入門」。

川柳の投稿規定
7月号のお題「花」
応募締切 6月10日(水)
応募フォームはこちら
えりすべりの句を投稿してください。他紙に投稿・掲載済みの作品不可。毎月秀作「大地」の3賞(図書カード千円)を進呈。はがき、ファクス(Contact@rose.or.jp) (575roos@media-brain.co.jp) のいずれかでお送りください。応募の際は、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、職業を明記(希望者はSNSネーム)。はがきの宛先は〒460-0008名古屋市中区栄2-1-30セントラルビル5F 中白MBBローズ川柳係。
応募フォームはこちら

ひとくち法話 第十四回
今月の言葉
煩惱成就



煩惱とは、悪い心の働き、心身を悩まし煩わすものです。中でも「貪欲」「瞋恚」「愚痴」という「三毒の煩惱」があります。第一に「貪欲」とは、自分の欲するものを貪り、自分の情になつものを受け入れて飽きることを知らない、非常に欲の深いことです。第二に「瞋恚」とは怒り憎むことです。第三に「愚痴」とは愚かなこと。特に真理に対する無知で、一切の道理に通じる智慧に欠け、それが誤った行いの原因となつて迷つことです。これら三つの煩惱が完全に備わっていることを煩惱成就といひます。

どうにもならなく心を悩んでいる私たちを救わなければならぬと阿彌陀さまは願を立てられました。その本願の御心に気付かなければ私たちは救われません。その信心を頂くには、絶えず心に南無阿彌陀仏とお念仏を申すことを忘れてはなりません。お念仏こそ私たちの生きる命であります。



本尊に手を合わせる参拝客
文/真宗高田派本山 専修寺(せんじゅじ)
高田本山専修寺 検索

三重県津市一身田町に位置し、宗祖親鸞聖人の教えを受け継ぐ浄土真宗十派の一つ、真宗高田派の本山。御影堂・如来堂は2017年11月に建造物国宝指定。毎年6月下旬から8月中旬には35種135鉢のハスが色づく。■問合せ/ TEL 059-232-4171

新連載



素敵な仲間を 見つけよう

ローズ倶楽部《笑いヨガ》

50歳以上を対象にした本紙
ローズ読者の会員制クラブ「ロー
ズ倶楽部」では、シニア世代にぴ
ったりの講座・イベントを年間
約250以上開催。無料体験も
あります。参加者からは「友人が
増えた」「生きがいや学ぶ楽しさ

を実感した」という声も。この
コーナーでは、人気の講座など
に潜入して、その楽しさをお伝
えしていきます。今回は、「笑い
ヨガ」を紹介します。興味があ
いたら、ぜひローズ倶楽部事務局
(P7参照)までご連絡を。

笑いヨガとは

「笑いヨガ」は、「笑い
の体操」と「ヨガの呼吸
法」を組み合わせたエクサ
サイズです。免疫系・神経
系・内分泌系に良い影響を
与えるとされる「笑い」。
体操として笑うだけで、幸
せを感じ気持ちを安定さ
せるとのこと。また体操の
効果は、ジョギングをした
後と同じくらい血流が増
え、気分も爽快に。脳の活

性化で認知症の予防にも
効果が期待できそう。心身
に良いこと尽くめではな
いでしょうか。

ローズ倶楽部の笑いヨガ
は「コーチング」を導入し
ているのが特長。コーチン
グは、相手の自発的な行動
を引き出し、目標達成など
を促す「コミュニケーション
スキル。講師の家根谷政雄

誰でもできる！ 笑いの力で健康に

コーチングで プラス思考に

コーチングを取り入れた
笑いヨガとは。講座をのぞ
いてみましょう。



アットホームな雰囲気で行われる講座

「あ〜はっはっは〜」「や
ったー、やったー、イエー
ー！」室内には楽しそう
な笑い声が響きます。あ
いさつやハイタッチ、深呼吸
笑いなどの笑いコンテツ
を実践。最初は恥ずかしい
かなと思っていた笑いヨガ
も、やっていくうちにノリ
ノリに。本当に笑っている
時のように気持ちが明るく
なり、体がポカポカしてき
ました。

笑いヨガで体を動かした
後は、座ってコーチングセ
ッションを。家根谷さんが
受講者一人ずつと向き合い
行います。笑いヨガをして
良くなったことや今自分が

好きなことを聞き出してい
きます。全て肯定的に受け
止めてくれる仲間と時間を
共有し、次第にアットホー
ムな雰囲気。家根谷さん
は「自分の好きなことを存
分に、今ある時間を大切
に。過去の後悔を引きず
る、持ち越し苦労や、未
来を不安に思う、取り越し
苦労をする必要はありま
せん」と語りかけます。

参加した50代の女性は、
「寝る前に今日楽しかった
ことを20個も気付けるよう
になって、周りの人がみな
良い人に見えます」と内
面の変化に大喜び。また、
60代の女性は、「最初はで

きる心配でしたが、参加
し続けて良かった。思い切
り笑ったと思える時間がで
き、明るくなったといわれ
ます。趣味の時間を持つこ
とは自分のためにもても大
切なんだと実感できまし
た」と笑顔いっぱいです。
教員経験の豊富な家根谷
さんは「笑いヨガは、いつ
でもどこでもできる健康
法。こんな時だからこそ笑
顔を希望、元気を分かち合
いたいですね。ちょっとした
ぞいてみたい人なら誰でも
大歓迎！」と熱く語って
いました。

「笑いヨガ」で日々の変
化を実感してみませんか。

講師の紹介 家根谷 政雄



名古屋市の
名古屋市
10年3月
最後の2014年
3月31日
まで38年間
の教員を
務めた。2014年
3月31日
退任後、名古屋
市教育委員
会に教育相
談員として
16年4月
就任。ヤネヤ
コーチング
を起業。講
習会など
年間150回
以上開催。



ヨガの呼吸で笑いながら軽めの体操を実践

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・岐阜を中心に、暮らしに役立つ講座や食事会・ウォーキングなど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、自分の楽しみに時間をもてるようになった皆さま、ローズ倶楽部を通じて新たな発見をしませんか?

●詳しくは事務局までお問合せください

入会・資料請求方法

条件: 50歳以上の中日新聞読者
入会金: 3,300円(税込)(初回のみ)

電話、インターネットから下記事務局まで連絡ください。倶楽部の詳細が分かる資料を送付いたします。資料に同封の入会申込書をご記入の上、ご返送ください。(インターネットからも申し込みいただけます。)参加希望の講座・イベントがある場合は入会申込と同時に申し込み可能です。

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ラン内にあります。

TEL **052-232-3503** (平日 9:30 ~ 17:00)

インターネット <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、名古屋科学館そば)

ローズ倶楽部の情報を配信!

公式 LINE (ID: dki8365r)

年会費
無料
(更新費なし)

みんなの知りたい! やりたい! を叶える倶楽部!

ローズ倶楽部
会員募集中!



より豊かな
人生を!

サービスの
一部をご紹介します

ローズ倶楽部では会員の皆さまに安心して充実したセカンドライフを送っていただくための情報を発信しています。

ローズ倶楽部 「ライフ・サポートサービス」

相談分野

初回 1時間
相談 **無料**

1分野 1回限り

※各専門家への紹介料無料

●住替え

- ・高齢者住宅の選び方
- ・身元保証人
- ・生前整理

●不動産・空き家

- ・賢い売却購入
- ・空き家トラブル
- ・不動産の税金
- ・土地の有効活用

●老後資産

- ・シニアライフプラン
- ・年金
- ・株式や投資信託
- ・保険

●相続税

- ・対策の確認
- ・簡易診断
- ・相続税調査

●相続・遺言・認知症

- ・相続対策
- ・相続手続き相談
- ・遺言書の書き方
- ・後見制度
- ・家族信託

●争続

- ・事前対策
- ・遺産分割トラブル

●健康・暮らし

- ・健診サポート
- ・セカンドオピニオン
- ・葬儀
- ・お墓や永代供養

詳しくはローズ倶楽部事務局へ

プレゼント

応募締め切り 5月22日(金) 到着まで有効

A 映画「悲しみより、もっと悲しい物語」のプレスシート…2人

2018年台湾国内映画興収ランキング第1位を記録した珠玉のラブストーリー「悲しみより、もっと悲しい物語」のプレスシート(冊子、非売品)を2人に。09年に大ヒットした韓国映画「悲しみより、もっと悲しい物語」を、台湾の新生代監督であるキャビン・リンがリメイク。オリジナル版の登場人物を新たに脚色し、台湾らしいみずみずしい描写で恋の物語を軽やかに仕上げました。名演小劇場にて近日公開。
※上映日はお問合せください。
■上映問合せ/名演小劇場 TEL 052-931-1701代



B 抹茶焼酎「抹茶泉」…2人

国内でも有数の抹茶の産地である西尾産の抹茶を使用した焼酎「抹茶泉」(720ml)を2人に。相生ユニビオ独自の発酵技術で抹茶のほのかな甘み、心地よい爽やかさを感じる造り。ワサビとの相性が良く、刺身や和食にも合います。ロックや炭酸割、お湯割りなどで香りを楽しめます。
■問合せ/相生ユニビオフリーダイヤル 0800-1117-101



C 書籍「ハナ肇を追いかけて一昭和のガキ大将がクレージーキャッツと映画に捧げた日々」…2人

書籍「ハナ肇を追いかけて一昭和のガキ大将がクレージーキャッツと映画に捧げた日々」を2人に。昭和の大人気コミックバンド、クレージーキャッツのリーダー、ハナ肇の評伝。植木木など個性的なメンバーを率いて、映画テレビ界でも活躍したハナ肇。多くの資料を丹念に調べその人柄に迫っています。なぜ当時グループが人気だったか、その時代考証も。古き良き昭和にタイムトリップできます。ハナ肇がこの世を去ってはや四半世紀が過ぎ、人々の記憶から消え去ろうとしています。2020年はハナ肇生誕90年に当たります。懐かしさと共にハナ肇の素晴らしさを再発見・再評価してみませんか。



D 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。



ローズ4月号
中日ドラゴンズ観戦チケットについて
新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い今季のプロ野球交流戦が中止となったため、ローズ4月号掲載の「プレゼントA ドラゴンズ観戦チケット」(6月3日~5日分)の抽選は取りやめとさせていただきます。今後試合の開催状況に合わせて対応いたします。

プレゼント、脳トレ、川柳の宛先

うら

おもて

- ①住所・氏名・年齢・職業(学年)・電話番号
- ②よかった記事
- ③今後掲載して欲しい記事
- ④希望商品名

46000008
名古屋市中区
栄2-11-30
セントラルビル5F
ロース5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ラン 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。 <https://media-brain.co.jp/roos/> ケータイ、スマホは、こちらから



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…485,600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
名古屋市社会福祉協議会
※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…https://www.media-brain.co.jp
※ローズは中日新聞購読者向け情報紙です



ローズは環境にやさしい植物性インキや古紙の再生紙を使用しています。

総合広告代理店 株式会社 中BB
〒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…https://www.chunichi-bb.co.jp



大須が育む銘菓

納屋橋饅頭万松庵

〈名古屋市中区〉

手のひらサイズの納屋橋まんじゅうが箱に行儀よく並ぶ。包装フィルムをはがすと酒の香りがほのかに漂う。白い生地の中から上質のこしあんが顔をのぞかせる。出来たてのほかほかを毎朝買い求めた熱烈ファンの顔が思い浮かぶ。

一八八六(明治十九)年創業の和菓子屋が一九一三(大正二)年、店名を納屋橋饅頭と改めた。橋の近くに店があったことになむ。一九年に番頭だった中島一三さんが暖簾分けで大須万松寺通に店を開いた。

時を経て大須本町通に本社工場、併設店も構え、八四(昭和五十九)年から万松庵を名乗る。この間、二二さん、そして今は康博さん(63)が百余年の伝統を受け継ぐ。ホームページの「店主独白」で大須を語る。

「昔も今も変わらぬ味」を提供し続けるために種々の工夫、不断の改良を重ねる。砂糖不使用のために焼いても焦げず、おいしくいただけると。揚げてもよして「揚げまん棒」と「あずきパイ」を加えて、大須名物三兄弟をつたう。(木)



◆名古屋市中区大須2-6-11 ◆納屋橋まんじゅう(6個入り) 842円など、揚げまん棒(1本) 200円(万松寺通店で毎日実演販売)、あずきパイ(1個) 150円(8・18・28日のみ販売) ◆営業時間/本町通店8:00~18:00(年中無休)、万松寺通店10:00~19:00(同)、その他、多くの百貨店やスーパー、駅などで販売 ◆TEL 052-201-7884