

ローズ

不安のないセカンドライフのために
退職金個別相談会
申し込みフォーム
https://www.chunichi-bb.co.jp/t/
4 読者・スマホはこちらから
お問い合わせ先
☎052-218-3332 (株)中日BB



ローズ11月号で掲載した「丈山苑」、「石山丈山」は、「丈山苑」、「石川丈山」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。 絵・高藤 暁子

12月号の目次

- 3面
■ 名市大病院ドクターが解説 健康長寿への処方箋 変形性関節症と関節リウマチ
■ おうちで母を介護して
■ 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
- 4面
■ 脳トレ クロスワード
- 5面
■ 人生バラ色 ローズ川柳
- 6面
■ 大人のためのスマホ活用術 Zoomを使用してみよう
■ ちぎり絵で脳トレや仲間づくりを
- 7面
■ ローズ倶楽部

- 8面
■ 若き信長の軌跡 「犬山城」

いいききシニアライフ
ローズ倶楽部

ローズ倶楽部は、50歳以上の「ローズ」読者を対象とした会員制クラブです。「いいききシニアライフ」を合言葉に、暮らしに役立つ講座やイベントを開催しています。

■ 一期一会 聖徳太子②

8面
■ 若き信長の軌跡 「犬山城」

今月のプレゼント 45面

四季を「ちこちの」を「ちこち」とは万葉集に出てくる言葉で、「遠近」と書いてあちこち、という意味です。師走となり、あちらこちらに灯がともり、街が華やかなり。クリスマスイルミネーションに心が弾みますが、今年は名古屋港で恒例となった花火がまさに聖夜の空を彩ります。

四季もちこち

名古屋港 Xmas HANABI「ISOGA」花火劇場 名古屋港、次世代を担う子供たちに美しい花火を。は、明治二十年

独自の技術開発で、進んでいるので、夏とはまたひと味違う花火を楽しめるはず。今年もたくさんイベントが中止される中、日本の文化に根ざし、世界に誇る光の芸術は人々に、子どもたちに、勇気や希望を与えます。こんな時代だからこそ、忘れられない一夜に。そして来年は良い年となりますように。

創業の老舗、磯谷煙火店がプロデュース。内閣総理大臣賞ほか、輝かしい受賞歴が並ぶ全国屈指の岡崎市の花火製造会社です。

冬の間はとて澄ん

国民審査

過日の衆院選投票日。投票所で投票用紙を受け取る時「良かったら、最高裁の国民審査も」と係員に言われた。耳を疑った。

最高裁の裁判官は有権者が選べない。長官以外は内閣の任命だ。だから、国民審査は「その人がふさわしいかどうか」を有権者が判断する唯一の機会である。「良かったら」と、遠慮がちに頼まれる審査ではない。とはいえ、裁判官がどんな人でどんな判決を下したかは「だ。」「X」が有効投票の過半数なら罷免だが、これまでに例はない。判断基準がないまま、白紙で投票してしまう人が多からう。制度に不備があると思う。

今回の総選挙では、NHKが各裁判官の主な判決をまとめたサイトを開設。私も「夫婦別姓」「一票の格差」「再審事件」の判決で各裁判官を事前に「採点し、Xを打つ参考にした」。

発表では「夫婦同姓は合憲」と判断した四裁判官の「X」の率は7%台。これだけ見れば低率だが、他の七人よりわずかに高かった。勉強して投票所に行った人が少なからずいたようだ。権利の行使に、時には予習も必要か。(き)

PR 友人・家族の応募もOK 応募無料

高齢者住宅での自分らしい理想の暮らしを探してみませんか?

天然温泉と都心部の利便性が人気の上質で快適な日常が送れると評判の有料老人ホーム『コンシェルささしま』

まずは資料請求から！
核家族化や超高齢化が進む日本では、今後ますます重要な役割が高まる高齢者住宅。将来の介護、看護への備えや、新型コロナウイルスなどの感染予防などを考慮した、自分や親が快適で安心感のある暮らしができる老後の住まいの情報をすることも大切です。全国50拠点93事業所で介護事業を展開する「リエイ」が運営する名古屋市中村区の有料老人ホーム「コンシェルささしま」では、施設案内、会社案内、終活や相続手続きに役立つガイドブックなどのカタログセットを無料でプレゼント。

まずは資料請求で、「コンシェルささしま」での理想の暮らしを考えてみませんか。電話・WEB・テレビ電話などのオンライン相談や介護相談、施設見学も受け付けています。この機会に気軽に申し込みを。

「こんな人は資料請求に応募を」
■費用はどのくらいかかる?
■将来の介護・看護が心配
■認知症でも入居できる?
■都心の上質な住環境を重視したい
■実家の両親を近く呼びたい
■名古屋で老人ホームを探している

【資料請求・見学予約・介護相談・問い合わせ】
コンシェルささしま
☎0120-658-334
10:00~17:00(無休) 所在地/中村区平池町4-60-5
類型/住宅型有料老人ホーム 事業主体/リエイ



中高年に多く見られる
変形性股関節症は、関節軟骨が加齢などによってすり減り、股関節に痛みが起る疾患

患です。股関節を形成する骨の發育不全が主な原因で、40代頃から痛みが出はじめ、特に女性に多く見られます。進行度合いは、前期・初期・進行期・末期に分かれ、歩いた時や階段昇降時に痛み、あぐらをかけなくなったり、症状は人それぞれです。痛みの感じ方は変形が進むとともに強くなるのではなく、症状の感じ方は人によって異なります。股関節の痛みをす

中高年女性に多い変形性股関節症による痛み。その治療法、進歩している人工股関節の手術などについて、関節治療の専門医、金治有彦先生にお話を伺いました。



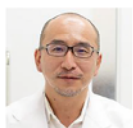
変形性股関節症の進行度合い



節内注射などの治療を組み合わせてみます。また、最近では、患者さんご自身の血液から作るAPC療法などの再生医療も利用できるようになっていきます。特に可動域訓練や筋力トレーニングはとても大切で、股関節だけでなく、連動する腰や体幹なども鍛えることが重要です。連動する部分を鍛えることで、股関節の負担を軽減でき、痛みの緩和にもつながります。

また、手術となったとしても、術後のリハビリを順調に

人工股関節置換術の進化
現在では、CT画像をもとにして患者さんごとに三次元の骨のモデルが作成できます。



かない ありひこ
金治 有彦 先生
藤田医科大学 整形外科機能再建学 臨床教授。藤田医科大学 ばんだね病院 整形外科 教授。藤田医科大学 整形外科 関節センター 人工関節センター長。慶應義塾大学 整形外科 特任教授

変形性股関節症

早期の診断がカギ

進歩を続ける股関節の痛みへの治療法



つと我慢して、かなり変形が進行してから受診される方もおられますが、そのような場合は治療方法が限られることがあります。変形がそれほど進行していない段階であれば、治療の選択肢が多くありますので、これまでとは違う股関節の痛みや違和感が続けば、早めに股関節の専門医に相談しましょう。

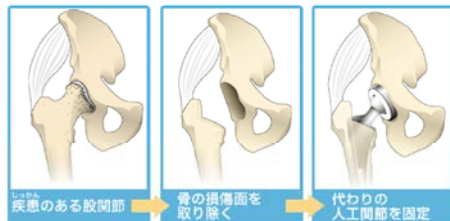
継続的な運動療法が重要

治療は、手術以外の保存療法が基本になります。股関節の動きを良くするための可動域訓練や筋力トレーニングを中心に、痛みや炎症を抑える薬の使用、ヒアルロン酸の股関節の専門医に相談しまし

状態に合わせた色々な手術法

保存療法を続けても、股関節の痛みがひどく、生活の質が落ちた、望む生活ができないという場合は手術という選択肢があります。比較的年齢が若い前期・初期の方では、骨切り手術や関節鏡視下手術を行い、できるだけご自身の股関節を長く使えるようになります。また、進行期・末期では、痛みを感じている変形した骨や軟骨を切除し、人工関節に置き換える人工股関節置換術が適応になります。人工関節の手術は年々件数が増えており、特にここ最近では、50歳未満の方や80歳以上の方での手術件数が増えています。

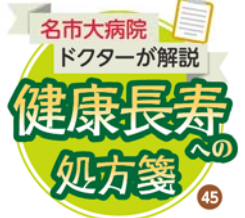
人工股関節置換術の流れ



早期の診断と治療が重要

股関節に痛みがあっても、仕事やスポーツを続けたい、日常生活の質を改善したいなど、人によって望むことが違うと思います。ご自身が望むライフスタイルをかなえ、これからの人生をしっかりと送るためには、早めに受診し、早期に治療を開始することが大切だと思います。

股関節に痛みや違和感があれば、お気軽に股関節の専門医にご相談ください。ご自身の生活の質を改善できる、納得できる治療法を選択していただき、痛みのない生活を送ってほしいと思います。



変形性関節症とは

変形性関節症は、荷重関節※である股関節や膝関節などの軟骨が年齢とともにすり減り、関節が変形する病気です。軟骨がすり切れ、骨同士が当たると、痛みが強く出現し、関節を曲げた時に、ゴリゴリといった音がするようになります。病状が進行すると、関節の炎症が続くことで、関節の

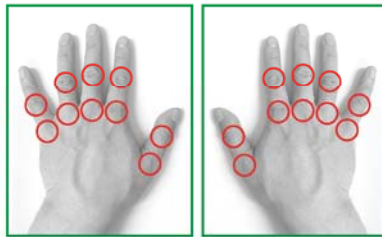
みだげでなく、関節が曲がらない、歩けないなどの運動障害を起し、日常生活が困難になります。

保存療法と手術療法

治療は、保存療法と手術療法があります。保存療法では、痛み止めの内服や関節内注射などの薬物療法、物理療法や運動療法などの理学療法(リハビリテーション)などが有効です。手術療法は、骨切り術などの置換術などがあります。

変形性関節症と関節リウマチ

破壊と変形が起り、日常生活動作に不便をきたすようになります。寛解を目指し、早期治療を。関節リウマチの治療の目標は、炎症を抑えて症状がほぼ消失した状態、すなわち寛解の達成と維持です。最近では、関節破壊が発症後一年以内に急速に進行することが明らかとなり、できるだけ早く寛解を目指すことが重要と考えられています。治療は、メトトレキサート、生物学的製剤、分子標的薬(JAK阻害剤)などの薬物療法を行います。



両手の○の関節の痛みや腫れ、手首、肩、肘、膝、股、足趾などの関節の痛みや腫れがある場合は、関節リウマチの可能性がります。

薬物療法により、寛解を維持し、関節破壊を抑制すると、手術を避けることができ健康な方と同じ日常生活を送ることが出来ます。

変形性関節症は四十〜五十歳、関節リウマチは三十〜五十歳の女性に多く発症します。当院では患者と一緒に考えながら、保存療法が可能な期間を最大限に伸ばし、一方で最適な手術を最適なタイミングで行うことを逸しないようにしています。

黒柳元 名古屋大学大学院医学研究科リハビリテーション学専攻 日本整形外科学会専門医、日本リウマチ学会専門医、日本リウマチ学会認定医、日本骨関節学会認定医、日本骨粗鬆症学会認定医。



21 おうちで介護してを 山口 恵以子

年を取ると不本意なことが増える。その筆頭が体力と記憶力の低下だろう。昔のように無理は利かない。人名や固有名称は思い出せなくなると、何かを取りに行くと、忘れたまま戻ってきたり、いすこへものを置いたのか分らなくなったりする。私は今、一日一回探し物をしない日はないくらいだ。それでも、年を取って良いこともある。逆説的だが、忘れっぽいことを忘れたら、昔の嫌なことも忘れてしまっ



イラスト/ヤギ ワタル

力だろっか。高齢者の武器はこの「忘却力」と「鈍感力」に尽きると思う。人生は短い。つまらないことでクヨクヨしている暇なんかはない。母のことを思うと、やはりこの二つの能力が優れていたと思う。介護される生活の中でクヨクヨしたり、愚痴ったりしたことはなかった。

これは介護する側にとっては本当にありがたいことで、知人のお母さんは認知症になった自分を受け入れられず、鬱になっ「死にたい」と口にするようになり、子どもとしては耐えられない気持ちだったという。人間、最後に値打ちを決めるのは容姿でも知能でも体力でもない。その人の心根だ。明るく穏やかで思いやりのある心だ。皆さん、愛される年寄りになりましょう。介護する側もあることは、とても大切なことです。



プロフィール やまぐちえいこ 1958年東京生まれ。早稲田大学文学部卒。2013年、丸の内新聞事業協同組合の社員食堂に勤務する中から執筆した「月下上海」で第20回本清張賞受賞。シリウス「食堂のおばちゃん」(小学館)など著書ついで「おばちゃん」(小学館)など著書

<p>名古屋社会福祉協議会からのお知らせ</p> <p>「名古屋認知症コールセンター」のご案内</p> <p>認知症コールセンターは、認知症専門の電話相談窓口です。介護経験者や社会福祉士などの専門職が、認知症に関するさまざまな相談に対応しています。もし一人で抱え込んでいたり、悩んでいる方は、お気軽にご相談ください。受付時間:平日の10:00~16:00、火曜日のみ14:00~20:00(年末年始・祝日除く)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●相談料:無料(通話料がかかります) ●名古屋認知症コールセンター <p>TEL 052-734-7089</p>	<p>名古屋市健康福祉局からのお知らせ</p> <p>ひとり暮らし高齢者緊急通報事業</p> <p>在宅生活において体調急変時にボタンを押すと、登録された緊急通報先へ通報され、必要に応じて救急車などが自宅へ駆けつけ、あんしん電話機やペダント貸し出ししています。また、看護師などが常駐するコールセンターへ24時間いつでも相談いただけます。(対象者: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等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●問合せ:お住まいの区役所福祉課・支所 区民福祉課
--	---

参加してみませんか?

相続対策・相続税 無料相談会

名北会計センター

相続対策は相続税対策だけではなく、不動産・金融資産・保険など総合的な判断が必要です。事前の対策で税額が数百万変わってくることも。今回はローズ読者限定の相談会を開催。この機会にぜひご相談ください。

相談の一例 ●相続税 ●準確定申告 ●相続財産評価

日時 1月11日(火) ①10:00~ ②11:00~ ③12:00~

会場 中日BBセミナールーム(地下鉄伏見駅 徒歩5分)
名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F

※お申込みは先着順 ※希望の時間をお申し込み時にご連絡ください。
※名時間2名まで(相談時間50分程度)

相談会の申込は ▶ ☎052-218-3334 (事務局:中日BB 平日9:30-17:00)

名古屋北區 税理士・会計事務所 名北会計センター
TEL 052-981-1181 [平日 10:00~18:00]
名古屋北區金城3丁目 12番19号 日東エステイビル4階A室 (地下鉄名城線 黒川駅徒歩5分) 名北会計センター

いつでもサポート “いつサポ”

現在、4人に1人が65歳以上の高齢者、7人に1人が75歳以上の後期高齢者という時代に突入り、シニアが安心して暮らすことのできる環境が求められています。

ローズでは、老後の生活資金や保険、資産、介護、住まい、相続など将来への不安や悩みについて、皆さまのお困りごとに寄り添い、それぞれの分野の専門家とともに最適な解決方法を提案・サポートしてまいります。

「相続」「資産」「健康」無料相談会 1/12 水 ①10:00~ ②11:00~ ③12:00~

ご相談メニュー

- 住宅・住み替え
- 健康・医療
- 不動産・空き家
- 税金
- 資産・ライフプラン
- 暮らし
- 相続

例えばこんなご相談

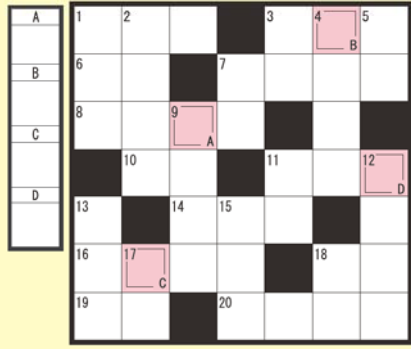
- 家の相続対策の相談にのってほしい
- 損しない自宅売却方法が知りたい
- 住替えを考えているが今住んでいる家はどうすればいいのか

空家の対策

準備は元気なうちから

「家」に関することは金額も大きく売却や相続対策を進めるために取り寄せる書類がたくさんあります。体力・判断力があるうちに準備しておくことが大切です。

申込・問合せ ▶ 中日BBセミナー事務局 052-218-3334 (平日9:30~17:00) 中区栄2-11-30 セントラルビル5F



ククロスワード

クロスワードを解き、A~Dをつないでできた言葉を答えてください。

- タテのカギ**
- ①みかんが似合う暖房器具
 - ②カルタで、違う札をタッチ
 - ③まるで××のようだったという表現方法
 - ④売り上げが○○○○万の人気商品
 - ⑤定袋と書く履き物
 - ⑦派手とは正反対
 - ⑨宮本武蔵と決闘をした佐々木○○○○
 - ⑪ペンがこれよりも強いとか
 - ⑫ジムに通ってムキムキに
 - ⑬障子などの下に、ある、溝つきの横木
 - ⑮期末、抜き打ち、心理
 - ⑰冬至の日に、湯船に浮かべる果物
 - ⑲土足厳禁な場所脱ぐ
- ヨコのカギ**
- ①寒い朝、水たまりに張る
 - ③太陽の光が当たっている所
 - ⑥上から下への方向
 - ⑦運動前に行う○○○○体操
 - ②漫才で「なんでやねん!」と入れる
 - ⑩パン作りでこねる
 - ⑪クリスマスに食べる洋菓子といえば
 - ⑬景色が楽しめる○○○風呂
 - ⑫お茶を湯呑みに注ぐ道具
 - ⑮○○破れて山河あり
 - ⑰静岡県東部に位置する○○半島
 - ⑲陸上競技場にある競走路



図書カードが当たる!

クロスワード正解者の中から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12月号『脳トレ』係」まで。12月24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。(宛先は下記参照)



ヨコのカギ

- ①寒い朝、水たまりに張る
- ③太陽の光が当たっている所
- ⑥上から下への方向
- ⑦運動前に行う○○○○体操

- ②漫才で「なんでやねん!」と入れる
- ⑩パン作りでこねる
- ⑪クリスマスに食べる洋菓子といえば
- ⑬景色が楽しめる○○○風呂

- ⑫お茶を湯呑みに注ぐ道具
- ⑮○○破れて山河あり
- ⑰静岡県東部に位置する○○半島
- ⑲陸上競技場にある競走路

パズル制作/スカイネットコーポレーション

D 滋養野草.....2人

ミネラル・カルシウムが豊富な古島の指定農場で育てた5種の国産野草を濃縮した「滋養野草」(150粒、4,968円)を2人に。すべて天然由来成分にこだわり、79種類の栄養素、国産酵素を加えた健康を守るための「食べる濃縮野草」です。添加物、砂糖不使用。
■問合せ/イミニ TEL0120-651-230



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、川柳の宛先

うら おもて

46000008

名古屋市中区
栄2-11-30
セントラルビル5F

中日ロイズ
12月
係

①住所氏名年齢
職業(学年)・
電話番号

②よかった記事

③希望商品名

④ご意見・ご感想

■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。ケータイ、スマホは、こちらから

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



あなたの思っている補聴器は、

ひと昔前のものかもしれません。



感染症対策実施中!

大きくて目立っていた約15年前のアナログ補聴器

「大きくて重い、目立つ」「雑音が多く聞こえにくい」「ピーピー音が鳴る」というのは、ひと昔前の補聴器の話です。

小さくて目立たない、聞こえ方も格段に進化した最新のデジタル補聴器をぜひブルームでご体験ください。

こんなに小さく目立たなくなった最新のデジタル補聴器

「とにかくじっくり試してみたい…」そんなご要望にお応えします!

ご購入前のお申し込み

自宅やオフィス、ふだんの生活の場でじっくり試せる

最新デジタル補聴器 **2週間補聴器体験**

0円!

今なら

期間限定: 本日~

12月29日(水)まで

上記期間以外は2,200円(税込)となります。

※お申し込みの際は、健康保険証などご自身を証明できるものをお持ちください。

新登場 補聴器の常識を変える AI[人工知能]補聴器 WIDEX MOMENT™ もお試しください。(台数・器種に限りがありますのでご了承ください)

全国 **97** 店舗

補聴器専門店

認定補聴器技能者 **215** 名在籍

2021年4月現在 クループ店舗

ヒアリングパートナー

ブルーム

補聴器ブルーム 検索

ブルームでは感染防止のため店舗にて衛生管理に関する取り組みを行っています。

まず一度、お近くのブルームにお電話ください!

※お待たせしないよう、お電話でのご予約をおすすめします。

営業時間: 9:30~18:00

定休日: 各店にお問い合わせください

●補聴器は聴覚検査が必要です。適切な調整が必要となります。

●補聴器は、耳の構造や聞こえの程度に合わせてフィッティング(調整)が必要です。医師の診断によっては効果が異なる場合があります。

●補聴器は非医療品です。

名駅店

認定 補聴器専門店 回有り

Tel.052-587-7633

名古屋市中村区名駅2-45-10川島ビル1階

JR名古屋駅すぐ、名古屋駅西口スターミナルすぐ

名駅店 川島ビル1F

名古屋栄店

認定 補聴器専門店 回有り

Tel.052-265-4133

名古屋市中栄3-15-33 栄カスビル3階

地下鉄栄駅・栄駅南口利用、1階は三井住友銀行

名古屋栄店 栄カスビル3F

堀田店

認定 補聴器専門店 回有り

Tel.052-881-6116

名古屋市中村区新堀2-28-26

名鉄1番田駅(駅ビル1階)、名鉄堀田名店街内

堀田店 名鉄堀田名店街内

小幡店 NEW

認定 補聴器専門店 回有り

Tel.052-737-2933

名古屋守山区小幡中心2-24-2 第五深河ビル1階

小幡駅より徒歩5分、守山区役所向かい

小幡店 第五深河ビル1階

川柳の投稿規定

2月号のお題「短」

応募締切 1月10日(月・祝)

応募者プロフィール... 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審査、ラジオのパーソナリティも務める。著書に「仲煙流芳しい! シルバー川柳入門」。



実践赤ペン講座

「添削例」歌声のかわり川柳出してみよう

「原句」コロナ禍で歌声出せずさみしさよ。西区 ユキちゃん。共感できる内容ですが、「さみしさよ」は句の余白から感じ取れるようにしよう。より共感されますよ。また、ユキちゃんは「コロナ禍で川柳初挑戦とのこと。そのことを加え、前向きな作品になりますよ」。

佳作 弱いの演歌の中の女だけ... 人賞 選挙戦夢公約を歌い上げ... 地賞 イントロが聴こえて心は中学生... 天賞 鼻歌が湯船の中で跳ねている

プレゼント

応募締め切り 12月24日(金) 到着分まで有効

A まるや三河産大豆の八丁味噌(300g)・・・3人。岡崎城から西へ八丁(約870m)の距離、東海街道筋に佇む「まるや八丁味噌(300g)」の三河産大豆の八丁味噌を3人に。6尺の杉桶に3000kgの重石を積み上げ、二夏二冬以上の歳月をかけた伝統製法で造ったこだわりの味噌です。

B 徳川美術館「浮世絵で旅気分」招待券・・・5組10人。徳川美術館にて2022年1月4日(火)から30日(日)まで開催される「浮世絵で旅気分」の招待券を5組10人に。江戸時代中期に活躍した風景画の第一人者・歌川広重の独自の脚色をちりばめた作品群は、当時の人々が作品から感じたであろう旅の気分を体験することができます。

C 日本酒「白鶴 別鶴」・・・3人。白鶴酒造から「新しい日本酒の世界を覗こう」のコンセプトのもと誕生した「白鶴 別鶴(720ml)」を3人に。自社開発米「白鶴米」100%使用したフルーティな香りのお酒です。

気になる「ほうれい線」 なんとかかしたい! 目元・口元・頬のハリ不足、なんとかしたい! この時期、体質は服でごまかしても、顔はごまかすどころかより顕著に表れる私のオバサン化。口元のクッキリとしたほろりした線、開きっぱなしでたるんだ毛穴...。なんとかしなければ! と、毎年色々な化粧品を試してみても「これ!」という人がカメランのSさんなら何か知っているかも? 元々50代前半には見えない美人Sさんは、日本より紫外線が強いアフリカに滞在していたときに、ひびくりにするほど上質な美容オイルに出会ったらしい。実際に会うと想像以上にビッグリ顔全体がツヤツヤとんだかか垢抜けた感じで、私とのこの違いはいつか...。その秘訣を聞き出すと、「マルラオイルのおかげなの。」

ローズ倶楽部

大人のための
スマホ活用術

Zoomを使用してみよう

自宅旅気分オンラインツアーを体験!

パソコンやスマホにダウンロードするだけで、オンラインでの講座などが受講できる便利なアプリ「Zoom」。このZoomを使って、旅を楽しむオンラインツアーが人気です。



昨今のコロナ禍で、以前のように旅行に行くことは難しいと感じたり、長時間移動や慣れない場所での滞在が苦痛で、若い頃のように各地を旅することが少なくなっただ人も多いのではないのでしょうか。そこで、今、新しい旅の形として注目されているのが「オンラインツアー」です。新型コロナウイルス感染症の流行がきっかけで、さま

ざまなオンラインサービスが誕生しました。本コーナーでも何度か紹介したZoomは、オンライン会議やオンラインツアーで頻りに使用されているサービスです。ローズ倶楽部では、Zoomを使ってみたいけど、やり方が分からないという人にZoomの練習をしながら楽しめる「オンラインツアー」を開催しています。ご自宅でZoomを

使用していただく必要がありますが、前準備や接続方法はスタッフが事前にお電話でご案内。インターネット環境とパソコンやスマホ、タブレットがあれば、どなたでもご参加いただけます。興味のある人は、ローズ倶楽部事務局までお問合せください。



ローズ倶楽部 イベントご案内

聖書の舞台を巡る
エルサレム オンラインツアー

1月23日(日) 17:00~18:30

おうちで非日常のリゾート体験
人気観光地ハワイ
オンラインツアー

2月6日(日) 10:00~11:00

※詳細は7面をご参照ください

新聞ちぎり絵 で脳トレや仲間づくりを

新聞ちぎり絵の作り方

年末の大掃除の時期、たまった新聞を捨てる前に、カラー紙面を使って「ちぎり絵」に挑戦してみたいかがでしょう。新聞を手先で細かくちぎり、自分の作りたい絵に合わせて貼っていくと、見違えるような美しい絵ができていきます。指先を使うことで脳への刺激にもなり、シニアの新たな趣味として静かなブームにもなっています。ここでは簡単にできる「新聞ちぎり絵」の楽しみ方を紹介します。

用意するもの



1 下絵を描く



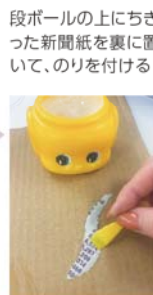
2 下絵をなぞる



3 ちぎる

目印に沿って新聞をちぎる。新聞は縦方向がちぎりやすいので、意識するとよい

4 のり付け



5 貼る



ピンセットでつまんだ新聞紙を台紙に貼る。のりが乾く前に輪郭などを整える

6 出来上がり



1. 題材となるもの … 実物または写真など
2. 新聞紙 … カラー紙面を中心のためにためておく
3. 台紙 … ハガキなど
4. 鉛筆 … 下絵を描くときに使用する(HBがおすすめ)
5. 消しゴム … 修正時に使う
6. のり … でんぷんのり、スティックのり、水のりなど
7. 段ボール … のり付けの時に下敷きとして使う
8. ピンセット … 台紙に貼る時、新聞をつまむのに便利
9. カッター … 貼ったあとに輪郭を修正する時に使う
10. 綿棒 … 水をつけてはみ出した下絵の線をこすり取る



はじめての新聞ちぎり絵

下絵ポストカードブック 300円(税込)

- 下絵が印刷されているので、ちぎって貼るだけでOK!
- そのままポストカードとして使えます
- 花や動物など全10種、冊子裏面に作り方収録
- お求めはお近くの中日新聞販売店へ

問合せ：中日新聞社販売局事業開発部 TEL 052-221-0523

完成後、落款があると作品がしまる。消しゴムハンコでも

不動産の「どうしよう?」は、リバイブにお任せください!

リバイブなら解体から土地活用まで承ります!

まごころ解体 9つのこだわり

- | | | |
|------------------|-----------------|--------------------|
| 1 近隣へのご挨拶 | 2 防音シートで防塵・防音対策 | 3 シューターによる飛散防止 |
| 4 Wシャワー散水でホコリを抑制 | 5 再資源化へのこだわり | 6 振動・騒音防止対策 |
| 7 ガードマンが守る地域の安全 | 8 現場を監督安全第一 | 9 家屋への想いを形に残す廃材アート |

不動産の仲介・売買

ワンストップでサポートします

Revive

0120-0556-26

廃棄物等許認可内容
産業廃棄物収集運搬業 特別管理産業廃棄物収集運搬業 産業廃棄物中間処理業 愛知県:02320011519
愛知県:023100011519 愛知県:023500011519 建設業許可 愛知県建設業許可(第-2313157号)
愛知県:023100011519 建設業許可 愛知県建設業許可(第24792号)
愛知県:24000011519 宅地建物取引業 愛知県建設業許可(1)第24792号

まごころ解体 検索
http://www.revive.co.jp/magokoro/

(株)リバイブ 愛知県弥富市西中地町五右135-2

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)

年会費
無料
(更新費なし)

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」編集室がある南中目メディアブレン内にあります。

TEL 052-232-3503 (平日 9:30 ~ 17:00)

インターネット <https://roosclub.net/>

住所: 名古屋市中央区栄 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)

公式 LINE (ID: dki8365r)

ローズ倶楽部の情報を配信!



お客様の個人情報、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。

ローズ倶楽部の講座を体験しよう!

Zoom
サポートあり

オンラインツアーを体験! 参加費 ¥2,000 (会員は¥1,500)

1月23日(日) 17:00~18:30

エルサレム オンラインツアー



聖書ゆかりの地をガイドと共に巡ります! 初めての方も気軽に参加いただける内容です。

2月6日(日) 10:00~11:00

ハワイ オンラインツアー



オアフ島からハワイの「今」を生中継! 真冬の日本から初夏のハワイをお楽しみください。

事前予約制

ローズ倶楽部事務局へお電話でご予約ください。

※ご参加には、インターネット接続可能なPC、スマホ、タブレットが必要です。

イベント・講座の一部をご紹介します

他にもさまざまな企画あり!

新年交流会	1/12(水)	新しいスタートを切る心構え ~新年に心に響く言葉~	1/5(水)
三重県南伊勢町 天然伊勢海老と真鯛	2/7(月)	失敗しない資産運用の選び方	1/12(水)
キャベツはこんなにおいしい!	2/18(金)	温かい室内で キッチンガーデンを始めよう	2/1(火)
南仏プロヴァンスを愛した 印象派画家「ゴッホ」の物語	2/25(金)	認知症サポーター養成講座	2/15(火)
楽しい健康ウォーキング	毎月開催	笑いヨガ	第1・3木曜日
スロージョギング®を楽しもう	毎月開催	椅子ヨガ講座	第2・4木曜日

※開講日は原則週と異なる場合があります。

一期一会 第八回

聖徳太子②

親鸞聖人は二十九歳の時、修行しておられた比叡山を降り、京都の六角堂にこもりました。

その九十五日目に聖徳太子が親世音菩薩の姿で現れて、親鸞聖人に吉水の草庵にいる法然上人を訪ねるようにと夢のお告げを与えられました。

これにより、親鸞聖人は法然上人と出逢われ、南無阿彌陀仏の真実の教えを得て、今日の浄土真宗が興るきっかけとなりました。

親鸞聖人は聖徳太子が仏法興隆に尽力され、わが国を仏教国として推し進めた功に対して「皇太子聖徳奉讀」という和讃を百首ほどもお作りになつています。

故に今でも聖徳太子を崇め、親鸞聖人の教えを受け継ぐ真宗のお寺では本堂に聖徳太子の御影を掛けていることが多いのです。

そんな親鸞聖人にも縁が深い聖徳太子の一四〇〇年忌が令和五年五月に高田本山にてごさいますのでお気軽にご参拝ください。



文/真宗高田派本山 専修寺(せんじゅじ)
高田本山専修寺

三重県津市一身町に位置し、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

60分で縫える、夢の洋裁教室

「ミシンなんてほとんど触ったことがない」「私って不器用だから」「洋裁なんて面倒くさいんでしょ?」そんな事ありません! ニットソーイングクラブのカリキュラムで、ジャケットコートまでも60分で縫い上げられるようになります。

型紙400型・ニット生地500種以上
※入会金・月額は各6,800円(税込)教材費別途

トレーナーor
チュニックで
まずは体験!

日時 12/21(火)~12/28(火) ※日祝は休み
●午前/10:00~12:00 ●午後/13:30~15:30
定員 午前・午後 各5名様 費用 1,100円 ※材料別途
安心・安全にご体験いただく為に感染予防対策を行っています

栄 NOVA店
名古屋市中区栄3-4-5 ☎052-243-1070
(SAKAE NOVA 7F)

新瑞橋店
名古屋市中区瑞穂区瑞穂通り6-7 ☎052-852-7716
(地下鉄2番出口)

感染拡大防止対策実施しています



新規会員募集中! ニットソーイングクラブ

ニットソーイング 検索
www.knit-sewing.com
営業時間 10:00~17:00 ※日・祝は休み

佐藤貴美枝 全国で店舗展開
ニットソーイングクラブ

当店 スイスイス 栄店
地下鉄名瑞橋

100歳時代を楽しむ! 参加費無料・要予約 失敗しない資産運用の選び方

参加者の98%超が「わかりやすかった」と回答したセミナーです!

証券会社や銀行で、よくわからないまま投資信託、米国株、外貨建て保険で運用していませんか? なぜ、一見良さそうな商品なのに損をする人が多いのか。理由と対策についてわかりやすく解説します。リタイア後の大切な資産を賢く守り、増やす方法を学んでみませんか?

※本セミナーで個別商品を推奨勧誘することはありません。

●日時 1月 7日(金) 10:00~12:00
1月 15日(土) 13:30~15:30
(※開場は15分前から)

●会場 名古屋市中区栄2-11-30セントラルビル8F
●定員 各日10名 ※先着順
※ご希望者には、セミナー終了後に個別相談に応じます。



日本証券アナリスト協会
検定会員補
ファイナンシャルプランナー
吉田 篤 講師

大学卒業後、大手証券会社、会計事務所系FP会社を経て、独立。NHK文化センター、名古屋証券取引所、高年大学城学園などのセミナー講師も務める。

お申込み・お問合せ Zoom(オンラインセミナー)も随時開催中!

SIGMA ファイナンシャルプランナー事務所 シグマ株式会社
FP法人シグマ
☎052-212-7230 [平日9:00~18:00]
全額商品仲介業者 海外財務局長(金物)第152号
名古屋市中区丸の内2-18-22 三博ビル8F <http://www.fp-sigma.com>

ローズ

暮らしを彩るシニアの情報紙

ローズは不老【おい(ろう)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



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…https://www.chunichi-bb.co.jp



江戸時代から平成まで、尾張徳川家の家老だった成瀬家が所有してきた

水野誠志朗 **みずのせいしろう**
 一、中日新聞Web・達人に訊
 け、で地元の歴史ネタを連載
 中。鳴海中日文化センターで
 「新説・桶狭間の戦い」アナ
 ザー・ストーリー」を座学と現地
 ツアーで開講中。

アクセス
 犬山城
 愛知県名古屋市犬山北古
 券6512 / 名鉄犬山駅
 から徒歩20分

若き信長の軌跡

18

誰かが知っている国宝犬山城
 天守でもこの城は謎ばかりだ。
 公式ホームページには今も一五
 三七(天文六)年に信長の叔父信
 康が建てたと書かれている。し
 かし一五七六(天正四)年の安土
 城建築以前にこんな天守がある
 はすがないことは、今や歴史学
 の常識だ。

「桶狭間の戦
 い」の後に従兄
 弟の犬山城主 美濃金山城が移築
 織田信清が反 されたものなのか!?
 め、信長は一五六五(永祿八)年
 に攻め落としたのだが、その時
 の犬山城はこれではなく、その
 頃犬山城がどこにあったのかも
 美はわかっていない。

ではこの国宝天守はいつ建て
 られたのか。地元の伝承「金山
 越」では、犬山城は木曾川上流
 にある美濃金山城の移築だとい
 われてきた。金山城は「本能寺
 の変」で死んだ森乱丸の弟森
 忠政が一五六六(天正十四)年
 頃に天守を建てたとされ、それ
 が「関ヶ原の戦い」の直前に犬
 山へ移築されたというのだ。し
 かし今から五十年前に行われ
 た天守解体調査で木材に移築
 跡がないとされ「金山越」は否
 定されてしまった。ただ、二〇
 二〇年の科学的な調査では、建
 材が山から切り出された時期
 が、一五八五(天正十三年)だと
 判明した。これは「金山越」とみ
 ごとに一致しているのだが…
 犬山城は一階の間取りが不自
 然だが、発掘された金山城の跡
 になら、きれいに
 重なること、発掘
 でてきた桐紋瓦
 は森忠政の紋であ
 ること、一六〇〇
 (慶長五年)年頃の様式の石垣の上
 にそれより古い天守が乗ってい
 ること、そして今回の建材の切
 り出し時期と、半世紀も前の解
 体調査以降に出てきた事実とは
 「金山越」を肯定するものばかり
 だ。果たしてその真相は?
 詳細は二月二十一日にローズ
 倶楽部の講座でお話するので、
 ぜひお聞きいただきたい。

“みんなが笑顔になれる店”

店内風景

営業目

- 福祉用具レンタル・販売
- 高齢者・身障者用住宅改修
- 施設・病院向け備品販売
- 補聴器販売
- 医療機器販売

店舗営業時間:
午前10:00～午後5:00
定休日:土・日・祝

2階までの移動がラクラク!! 階段昇降機

直線階段
曲線階段
に対応!!

当社にデモ機を設置。
いつでもご試乗いただけます。

あたくしからでなく信頼の絆
株式会社 **グア コンシェルジュ**
メイ・プラス ☎0120-314109
 〒454-0844 名古屋市中川区築池町二丁目6番地

居宅介護にハートをプラス
MEIWA+

“自由”と“安心”
 サービス付き高齢者向け住宅の
見学会

12/21(水)・12/22(木)
 13:10 JR金山駅集合

JR金山駅集合でアクセスらくらく。
 暮らしやすい生活環境や利便性の高い立地が
 実感できる、人気の見学会です。

※感染対策をしっかりと行い、個別にご案内します
 ※ご都合の悪い方は、別の日時も対応します

入居者
募集中心!

全室62.5㎡
南向き

11月の見学会に
参加したBさん

私たちが楽しく安心して暮らすための
三種の神器は、
スーパー、ドラッグストア、病院。
ここにはそれが揃っているのがいいわね。

76歳・女性

LDK 27.8㎡ (約17帖)
 寝室 14.3㎡ (約9帖)
 ベランダ

●毎日の安否確認で安心 ●日常の生活相談に対応

サービス付き高齢者向け住宅 集合住宅の空室を改修した分散型

ゆいま〜る神南 ☎0120-812-560
 (運営会社) 株式会社コミュニティネット 要予約 受付10時～17時
 名古屋港区本場町6-18 レジックハウス木場タワー101 ●バス停「南陽通五丁目」徒歩3分

夢中になれる明日
Kracie

頻尿 尿漏れ 残尿感

クラシエの漢方
はちみじおうがん
八味地黄丸A

クラシエ八味地黄丸A [第2類医薬品]
 体力中等度以下で、疲れやすく、四肢が冷えやすく、尿量減少又は多尿で、ときに口渇がある
 もの次の諸症:下腰痛、膝痛、しびれ、高齢者のかすみ目、かすみ、排尿困難、残尿感、夜間尿、
 頻尿、むくみ、高血圧に伴う随伴症状の改善(肩こり、頭痛、耳鳴り)、軽い尿漏れ

夜中にトイレに起きるなど
オシッコに時間がかかる
クラシエの漢方
八味地黄丸

360錠(30日分) [第2類医薬品]

メーカー希望
小売価格
(税込)

60錠	180錠	360錠	540錠
90円	2,420円	4,180円	5,478円

体を温めて膀胱機能を改善する
「八味地黄丸A」

冬がはじまり、体が冷えてトイレが近い。昼も夜も何度もトイレに行っ
 てしまう。そんな頻尿の症状は、加齢などの影響で膀胱が固くなり、
 弾力性が弱まることで、尿をしっかり溜め切れなことが原因です。
 八味地黄丸は、生薬の働きで、「水分代謝を改善」・「血液循環を促進」・
 「体を温める」ことで膀胱機能を改善し、頻尿の症状を緩和します。

膀胱が固くなり、
尿を溜めきれない状態。

8種類の生薬の働きで尿を
しっかり溜めて、しっかり出す。

頻尿 夜間尿 残尿感
さらに尿道括約筋がゆるみ、軽い尿もれも

※図はイメージです

クラシエ 薬品株式会社 お客様相談窓口
 TEL: 03-5446-3334 受付時間 10:00～17:00(土、日、祝日を除く)