

いきいきライフ 138号

愛知いきいきクラブ
(公財)愛知県老人クラブ連合会機関紙
会員数 約32万人 発行部数 約25万部

年4回発行(1月・4月・7月・10月)

発行:(公財)愛知県老人クラブ連合会
〒461-0011 名古屋市東区白壁一丁目50番地
愛知県社会福祉会館内
Tel: 052-212-5524 Fax: 052-212-5522

編集・広告:(株)新広社「いきいきライフ」編集室
〒450-0002 名古屋市中村区名駅四丁目23番地13
名古屋大同生命ビル4階
Tel: 052-527-1082 Fax: 052-527-1087
E-mail: ikiiki@shinkosha.net



紅葉に染まる、霊山。 鳳来寺山へ。

鳳来寺山遠景。美しい岩肌を見せる鏡岩。

アクセス

※鳳来寺山表参道まで

- 公共交通機関**
- 1 JR飯田線「本長篠駅」下車
豊鉄バス 田口線へ乗り換え「鳳来寺」下車
 - 2 高速バス「藤ヶ丘」→「川路」下車(約80分)
豊鉄バス 田口線へ乗り換え「鳳来寺」下車
- 車でのアクセス**
- 新東名高速道路「新城IC」下車
151号線経由(約15分)

お問い合わせ / 新城市観光協会 ☎0536-32-0022



11月23日(祝)のメインイベントをはじめ、鳳来寺山表参道を、竹筒を使ったろうそくで灯すイベント「千の灯火」や物産展などが開催されます。詳しい日程は観光課までお問い合わせください。

もみじまつり

1300年の歴史を有する古刹と、貴重な自然が残る霊山。標高645m、山全体が国の指定・名勝天然記念物に指定されている鳳来寺山は、自然の宝庫。植生豊かな森や鏡岩など自然の造形美が見られ、秋には山岳一体で紅葉を楽しむことができます。1300年前に利修仙人が開山したと伝わる霊山で、修験者たちの修行の場でもあった鳳来寺山。中腹には古刹・鳳来寺をはじめ、歴史を物語る史跡が点在。脚に自信のない方でも手軽に楽しめるコースがあるので、絶景を見に、ぜひ、出かけてみませんか？

1300年の歴史を有する古刹と、貴重な自然が残る霊山。標高645m、山全体が国の指定・名勝天然記念物に指定されている鳳来寺山は、自然の宝庫。植生豊かな森や鏡岩など自然の造形美が見られ、秋には山岳一体で紅葉を楽しむことができます。1300年前に利修仙人が開山したと伝わる霊山で、修験者たちの修行の場でもあった鳳来寺山。中腹には古刹・鳳来寺をはじめ、歴史を物語る史跡が点在。脚に自信のない方でも手軽に楽しめるコースがあるので、絶景を見に、ぜひ、出かけてみませんか？

2017年 10月号 INDEX

プレゼントが当たる!

ご応募お待ちしております。(詳細は7面)

1・2面 **特集** 紅葉に染まる、霊山。鳳来寺山へ。

- 4面 いきいきクラブニュース | 女性部通信 | 毎日ドクター 笑って健康! 笑わせて脳いきいき!
- 5面 市町村トピックス | 100万人会員増強運動 | 絵てがみ展覧会

- 6面 川柳道場 | 俳句道場
- 7面 読者プレゼント | 脳トレバズル | わたしの健康法
- 8面 いきいきインタビュー:大治太鼓 | いきいき体操 | 編集後記

好評につき
第5弾

いきいきライフ特別プラン

予約時に「いきいきプラン」とお申し付けください。

毎日2組様限定

愛知県全域を無料バスにて送迎
15名様以上のグループ、団体様ご指定の場所まで送迎します。
※有料道路はお客様にて2往復分ご負担になります。



三河湾から昇る感動的な朝日と眺望を楽しめる
全室オーシャンビューのリゾートホテル。
シェフ厳選の高級食材でおもてなしをします。

三河湾国定公園

老人会・各種団体様
好評受付中

日帰り宴会プラン 全日OK! [15名様より]

入浴や客室利用も付いた、グループにお値打ちな日帰りプラン

- 個室宴会場 (宴会料理)

大人 **5,800円** (税込)

宿泊宴会プラン 団体プラン [15名様より]

忘年会・新年会・グループに最適なプラン

- 1泊2食 飲み放題 (120分)

大人 **13,500円** (税込)

※土曜日・特定日は+¥1,500(税込)

グラウンドゴルフパック 完全予約制 [15名様より]

日帰りプラン	宿泊プラン
1泊3食プラン	1泊3食プラン
大人 5,800円 (税込)	大人 14,800円 (税込)

●入浴、お食事は三河湾リゾートリンクスにて ●懇親会時、カラオケ付 など



三河湾リゾートリンクス 〒444-0513 愛知県西尾市吉良町宮崎中道下15
TEL.0563-32-3711 http://www.linx-xspa.co.jp

いきいきプラン
ご利用案内
ご予約時に「いきいきプラン」とお申し付けください。
受付名 いきいきプラン
TEL.0563-32-3711
●料金等変更する場合がございます。

お願い 『いきいきライフ』は掲載企業様の広告費で発行しています。サポートして頂ける広告主様がございましたらご紹介下さい。

澄みわたる山の空気を感じながら、紅葉と歴史散策を楽しみませんか?

鳳来寺山おすすめコース

健脚向き
コース

鳳来寺山表参道

徒歩
約20分

1425段の石段

徒歩
約20分

途中 鳳来寺仁王門

徒歩
約40分

鳳来寺本堂

徒歩
約5分

鳳来山東照宮

紅葉スポット散策

お手軽
コース

鳳来寺山
パークウェイ駐車場

徒歩
約10分

紅葉散策

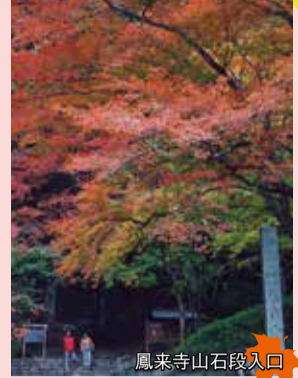
鳳来山東照宮

徒歩
約5分

鳳来寺本堂



さらに脚に自信のある方は、鳳来寺本堂から山頂まで人気のハイキングコースを楽しむのも。所要時間50分で山頂からの素晴らしい眺望が楽しめます。



鳳来寺山石段入口



石段



仁王門



傘すぎ

推定樹齢800年、高さ60m、日本一を誇る杉の巨木。幹の上方で広がる枝がまるで傘をさしたように見えることから「傘すぎ」と呼ばれています。



鳳来寺本堂前田楽堂からの眺め



鳳来山東照宮

徳川家光公によって慶安4年に建立。日光・久能山とともに日本三東照宮と称されます。国の重要文化財。



大河ドラマゆかりの地

鳳来寺本堂

古くから信仰を集め、江戸時代には幕府から厚い保護を受けていた鳳来寺。NHK大河ドラマ「直虎」ゆかりの地でもあり、井伊直虎の養子で徳川四天王の一人井伊直政が少年時代に匿われていたことでも知られます。



今話題の道の駅グルメといえば、ここ!

道の駅 もつくる新城

新東名高速道路「新城IC」からすぐ。ドーム型の木造建築が目目をひく道の駅「もつくる新城」。産直市場やフードコート、足湯、観光案内所など、奥三河の魅力が満載。「口コミで選ぶ! 行ってよかった道の駅ランキング2016」を受賞しています。中でも人気は、温泉卵の「たまごかけごはんモーニング」と、ジビエカレー・地野菜など地元の食材を使ったメニューが自慢の「ランチパインキング」。どちらも食べ放題でお腹いっぱい。ジャンボ五平餅やジャイアントメロンパンなど話題のおみやげも。



開湯1,300年の歴史 **足湯(木曜休み)** を持つ湯谷温泉のお湯を使用した足湯。疲れを忘れさせてくれます。

地元産のジビエを使用した絶品ラーメン。澄んだクセのないスープに、甘辛く煮た猪の肉がおいしい。

ししラーメン



道の駅もつくる新城 / 新城市八束穂五反田329-7 ☎0536-24-3005

いきいき健康調査

～趣味はなんですか?～
いきいきライフ夏号アンケートより(有効回答727人)

1位 菜園・園芸	71人(10%)	6位 旅行・温泉	37人(5%)
2位 手芸	56人(8%)	7位 ゴルフ	34人(5%)
3位 グラウンド・ゴルフ	51人(7%)	7位 川柳・俳句	34人(5%)
4位 読書	40人(6%)	9位 ダンス・体操	31人(5%)
5位 カラオケ	38人(6%)	10位 ウォーキング	30人(4%)

健康長寿の秘けつは、畑仕事・土いじりにある様です。皆さん、体を使ったり、頭を使ったりと様々な楽しみを持っていますね。

お近くのイオンにて毎月15日開催!!

毎月15日 **G.G感謝デー**

これからは**55歳以上**のお客さまがおトク!

5% OFF

カードでおトク!

レジにて G.G WAON・ゆうゆうワオンでのお支払いで
ご請求時に 55歳以上の会員さまイオンカード・G.Gイオンカードのクレジット支払いで

(55歳以上の会員さまに限りです。)

※WAONカード・JMB WAON・イオンJMBカードのWAONでのお支払いは5%OFFの対象外となります。※他の割引企画との併用はできません。※割引対象外商品がございます。※専門店など、実施していない店舗がございます。※詳しくは売場係員までおたずねください。

南知多 愛知県内送迎無料!

みんな湯ったり日帰りバスプラン

団体・グループ様向け
老人クラブ・同好会・同窓会のご旅行や懇親会などに是非ご利用ください!

地物「旬の一品」付き

特典1 立寄りあり 県内送迎無料 (一部地域を除く)

特典2 ドリンク1本付き

特典3 カラオケサービス

特典4 ちょっぴりお土産付

特典5 立ち寄り コースの一例
岩屋寺or野間大坊
魚太郎・えびせんの里

1泊2食付 朝食は干物バイキング+フリードリンク付
湯ったりお泊まりプラン
20名様以上 **9,980円**

※お泊まりの場合、朝休前日は2,160円アップとなります。

長寿の湯・美肌の湯

20名様以上 お1人様 **5,980円** (税込)

湯元 南知多天然温泉 **山海館**

予約専用ダイヤル 通話無料 ☎0800-1111-803
愛知県知多郡南知多町山海岸 Tel.0569-62-0218
交通: 知多半島道路南知多ICから10分、名鉄内海駅から送迎有

伊勢湾に沈む夕日が 絶景の宿

ゆったり満喫する内海温泉

ご朝食は「日間産物しらす」と「地元産たまご」食べ放題

お昼までのんびりできる 宿泊付のゴルフプランはいかがですか?

◇グランドゴルフプラン《1泊3食》
お1人様 税・サービス料込 **12,960円**

グランドゴルフプレイ代 宿泊(3食付) 貸切無料送迎バス カラオケ お酒1合又はソフトドリンク1本付

◇日帰りプラン《昼食付》
お1人様 税・サービス料込 **5,980円**

◇いきいきプラン《1泊2食》
お1人様 税・サービス料込 **9,980円**

◇老人クラブの親睦、慰安旅行にピッタリ!

特典 ●20名様以上のグループ、団体様は愛知県内を貸切無料バスにて送迎 ●お酒1合または、ソフトドリンク1本付 ●カラオケサービス

※祝休前日のご宿泊料金は、予めお問合せください。※サービス料込・入湯税別 ※送迎時、有料道路高速代金は別途申し受けます。※お支払いは受付にて現金のみです。カードや口座振込みはご利用できません。※宿泊予約キャンセルの際は、所定のキャンセル料が発生します。※ご朝食は「日間産物しらす」と「地元産たまご」食べ放題。イステール席もご用意できます。※各プランの詳細は、お電話にてお問合せください。

豆千 待月 ☎0569-62-0044

〒470-3321 愛知県知多郡南知多町内海字新田65 (内海海岸沿い) FAX.0569-62-3637 http://www.mamesen.net/

●名古屋から車で約60分 知多半島道路「南知多IC」より車で約10分 ●名鉄「内海」駅よりシャトルバスあり【要予約】



気軽に参加できる さわやかウォーキング

2017年9月~12月

参加費無料

予約不要

駅がスタート!

一部のコースを除く



あゆむ君

参加方法

- ① JRを利用してスタート駅へ
※車での参加はご遠慮ください。
- ② スタート受付(8:30~11:00)
駅でコースマップを受け取りウォーキングスタート!
- ③ ゴール受付(~15:00)
参加証明スタンプをもらおう!
新規カードもゴールで発行!

下記4コースのゴール受付で、
オリジナルグッズ引換券をお渡しください。
各コース先着でオリジナルグッズをプレゼント!

※各回ともに先着順で数に限りがあります。



10/7岐阜駅・ぎふ信長まつり

10/7(土)開催 東海道線・岐阜駅スタート

~信長公岐阜入城・岐阜命名450年~
信長公が命名した岐阜のまちを堪能しよう

コース距離 約8.4km 所要時間 約2時間10分



10/22永和駅・金魚日本一大会

10/22(日)開催 関西線・永和駅スタート

色鮮やかな金魚を見に行こう!
弥富「金魚日本一大会」を訪ねて

コース距離 約10.1km 所要時間 約2時間40分



10/28勝川駅・三子山古墳

10/28(土)開催 中央線・勝川駅スタート

春日井歴史ミステリー・古代ロマン二子山古墳と
平安時代の三跡・道風記念館を巡る

コース距離 約9km 所要時間 約2時間20分



11/4岡崎駅・岡崎城

11/4(土)開催 東海道線・岡崎駅スタート

家康誕生の地 東海道二十七曲がりと
岡崎城や八丁味噌蔵を巡ろう

コース距離 約11.5km 所要時間 約3時間

飯田線全通80周年記念コース

飯田線は、4社の私鉄路線(豊川鉄道・鳳来寺鉄道・三信鉄道・伊那電気鉄道)が、昭和12年8月20日に直結され全通しました。戦時中、国有化・統合されたことで飯田線となりました。豊橋~辰野間の路線長は195.7km、起終点を含めて94の駅があります。

- | | |
|------------------------------|---|
| 10/9(祝)開催
飯田線・下平駅スタート | ~飯田線全通80周年記念~
松茸のまち豊丘村の河岸段丘から中央アルプスを眺めるウォーク |
| 10/14(土)開催
東海道線・西小坂井駅スタート | ~飯田線全通80周年記念~
待ってました豊橋運輸区特別開放!
豊橋・東三河グルメとイベント盛りだくさんウォーキング |
| 10/15(日)開催
飯田線・伊那八幡駅スタート | ~飯田線全通80周年記念~
井伊直親ゆかりの地「飯田」と南信州獅子舞フェスティバルを訪ねて |
| 10/22(日)開催
飯田線・木ノ下駅スタート | ~飯田線全通80周年記念~
大自然と鉄道のコラボ ED19形機関車と「伊那松島運輸区祭り」を訪ねて |
| 11/25(土)開催
飯田線・本長篠駅スタート | ~飯田線全通80周年記念~
井伊直虎ゆかりの地もみじの鳳来寺山と東照宮巡り |
| 11/26(日)開催
飯田線・上片桐駅スタート | ~飯田線全通80周年記念~
りんごの里松川町から南アルプスを望む |



鳳来寺山 紅葉

“飯田線全通80周年記念コース”にご参加の方に「駅名バッジ」を各コース先着でプレゼント!



※各コースお一人様1個限り。※デザインは変更する場合があります。
※「駅名バッジ」の配布数・プレゼント内容等についてはJR東海ホームページ、開催日の約1週間前に公開するコースマップをご覧ください。

※写真・イラストは全てイメージです。

JR東海 さわやかウォーキング

2017年9月~12月

オリジナルグッズ引換券

本券をいずれかの対象コースのゴール受付でご提出いただいた方に、オリジナルグッズをプレゼントいたします。

- 対象コース・10/7岐阜駅・10/22永和駅・10/28勝川駅・11/4岡崎駅
- 本券1枚につき1個お渡しします(コピー不可)
- 各回ともに先着順で数に限りがあります

掲載コースの他にも多くのコースをご用意しています。上記以外のコースや参加方法、注意事項等については、JR東海のホームページをご覧ください。受付時間や有料施設の料金など、上記コースの詳しい内容は、開催日の約1週間前からJR東海のホームページで公開するコースマップをご覧ください。

<http://walking.jr-central.co.jp>

さわやかウォーキング

検索

老人クラブ「100万人会員増強運動」

総力を結集して全国100万人増強を達成しよう！
会員増強運動3年目に向けて
 ① 単位クラブは、まずはあと一人の加入増を！
 ② 解散クラブの防止を！
 ③ 未結成地域に新規クラブの立ち上げを！

地域 いまいき 市町村トピックス

今日も近くで事故を
 は交通事故が多く、
 ています。この地区
 り。来年も元気で
 やろう！と意欲が
 わきます」

**伝統のお祭りや学校行事で
 地域や子どもたちと交流を深め
 ています。**
 2016「優良老人クラブ」表彰
 知海部郡大治町「馬島福徳会」

お祭りが盛んな地
 域、春と秋のお祭り
 では元氣な会員が伝
 統の神楽を曳き回
 し、ご祝儀で祭りの
 模範店を開くなど、
 地域交流にも大いに
 貢献しています。大
 治小学校の恒例行事
 となっている「じい
 ちゃんばあちゃんか
 ら学ぶ会」には毎年
 と嬉しそうに膝に
 すね」



地区に伝わる神楽を曳く「馬島福徳会」のみなさん

多くの会員が参加
 のつてきたり、じや
 ることも。帰り際に
 は別れるのが嫌だと
 泣く子もいて、ほ
 ろっとさせられてま
 す。先生に伺うと、
 じいちゃんばあちゃ
 んと暮らしたことが
 なく、まったく触れ
 合った経験のない子
 どもたちがいるんで
 すね」

**河和地区6つのクラブが
 ひとつになって魅力ある活動。**
 2016「優良老人クラブ」表彰
 知多郡美浜町河和地区「南第一河和笑福会」

教えたり、教えられ
 たり。楽しく活動・
 交流しています。
 ■「忙しくしているこ
 とが元気の源、ボラ
 ンティアができるの
 は幸せなことです」
 会長の磯貝さん
 は、「魅力ある行事・
 活動を常に続ける
 こと、恩返しは必ず
 やることが大事」と
 もまだまだこれか
 り取り組むつもり
 と語っています。毎年
 暮らした一人とい
 われる美浜町立河
 和小学校での1年
 生の「ふれあい学
 級」は楽しみのひと
 つ、子どもたちから
 寄せられたお礼の
 絵や作文は、みんな
 の宝物といひます。



会長磯貝通彦さん(左)、連合会副会長木原莊桂さん(右)

老人クラブ会員向けの保険で安心補償

1 傷害保険 総合型

自分がケガをしてしまった時の保険です。

対象：老人クラブ会員なら、年齢制限もなく誰でも加入できます。(1人1口加入)

補償範囲：総合型と活動型の2種類

掛金：(総合型) お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円
 (活動型) お一人掛金年額 2,000円、1,000円、500円

お支払いする保険金：死亡・後遺障害保険金(後遺障害保険金はクラブ活動中のみ) / 入院保険金 / 手術保険金 / 通院保険金

保険期間：掛金払込み日の翌月1日から1年間

中途加入 所属の老人クラブを通して、1年中いつでも加入いただけます。

2 傷害保険 活動型

自分がケガをしてしまった時の保険です。

対象：老人クラブ会員なら、年齢制限もなく誰でも加入できます。(1人1口加入)

補償範囲：総合型と活動型の2種類

掛金：(総合型) お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円
 (活動型) お一人掛金年額 2,000円、1,000円、500円

お支払いする保険金：死亡・後遺障害保険金(後遺障害保険金はクラブ活動中のみ) / 入院保険金 / 手術保険金 / 通院保険金

保険期間：掛金払込み日の翌月1日から1年間

中途加入 所属の老人クラブを通して、1年中いつでも加入いただけます。

加入申込書等、資料請求先

◆最寄りの市町村老人クラブ連合会に常備しています。
 ◆不足の場合は市町村老連を通じて右記までご請求ください。

専用FAX 03-3597-8767

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> (老人クラブ傷害保険) 検索 メールアドレス hoken@senior-ltd.com

(取扱代理店) 有限会社 シニアサービス TEL.03-3597-8769 (引) 契約者保険会社 東京海上日動火災保険株式会社 (担当) 医師・福祉法人部 法人第二課 TEL.03-3515-4144

この広告は、「老人クラブ傷害保険(老人クラブ団体傷害保険特約付帯普通傷害保険)」、「普通傷害保険」、「老人クラブ活動専用賠償責任保険(施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険)」についてご紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「老人クラブ3つの保険ご案内パンフレット」(概要)をご加入の際の注意事項等をよくお読みください。詳細は、保険会社よりご契約者である団体の代表者にお渡ししております保険約款によります。ご不明な点等がありました場合は、全老連保険係または取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。

16-T14038 平成28年4月作成

絵てがみ 展覧会

心のこもったみなさまからの絵てがみをご紹介します。

安城市・野村さん

豊田市・脇さん

豊橋市・鈴木さん

岡崎市・杉田さん

扶桑町・後藤さん

豊田市・脇さん

〒450-0002
 名古屋市千区名駅4-23-13 名古屋大同生命ビル4階
 (株)新広社「いきいきライフ」編集室
 ※氏名、住所をご記入ください。※作品の返却はいたしません。

愛知県内送迎致します!! 漁師旅館への旅

豪華舟盛り付き!!

5大特典付き

- 1 愛知県内送迎致します!
- 2 ドリンク1本付き!
(ビール小瓶・日本酒・ウーロン茶など)
- 3 ちよびりお土産付き!
- 4 カラオケサービス!
- 5 魚太郎など立ち寄りあり!

■1泊2食付 20名様以上 **9,720円**
 19~15名 10,720円
 14~10名 11,720円

■20名様以上 **5,800円**
 19~15名 6,800円
 14~10名 7,800円

海の見える 屋上スパ! 内湯は天然温泉

漁師旅館 内藤屋 TEL.0569-62-0542 <http://naitoya.com>

秋の福井あわら温泉送迎バスあり!

源泉掛け流し風呂 美味しい料理

送迎コース 20名様より
 高速代別途 ※三河地方はお問合せ下さい。
11,980円
 ◎お料理10品 ◎自家製食前酒付

長寿鶴コース 15名様より
 このコースの送迎は別途料金がかかります。
9,000円
 ◎お料理11品 ◎お酒1本サービス

特典 ●カラオケサービス ●もちつきサービス(30名以上)

3館からお選びを ◎ご予約時は「いきいきライフを見た」とお伝え下さい。
0120-120-343

異国情緒たよう宿 **ぐらばあ亭** TEL.0776-777-333
 7つのお風呂で館内湯めぐり **あわら** グランドホテル TEL.0776-78-5500
 四季の花咲く宿 **ゆ楽** TEL.0776-77-7700

新海照弘さんの

川柳道場



新海照弘(しんかい・てるひろ) 昭和6(1931)年、愛知県名古屋市生まれ、20代のころから川柳づくりに励む。現在、番傘川柳会同人、名古屋市民文芸祭審査員、愛知川柳作家協会相談役、西岐阜川柳講座講師、岐阜県各務原市在住。一部の作品に、添削が入っています。

おやつ

手作りの おやつを競う ママの会

稲沢市 農中 節子

【寸評】商品のお菓子ではなく、「手作りのおやつ」がこの句のポイント。しかも、手作りを競うという元気がママの会のにぎやかな集いに、このおやつを味合うという映像が見えるようだ。町の行事を機会に手作りおやつをおねうちにするという催しもの面白さ。

入選

硬いこと言うな草餅食いたまへ

碧南市 星野 収

おやつ食べ茶腹いつ時とあ仕事

豊川市 中尾 達雄

糖分を気にしながらのおやつ時

豊明市 高木 繁枝

会合へおやつにつられ参加する

春日井市 辻井 文字

あぜ道で食べたおやつ懐かし

豊田市 宮崎まゆみ

佳作

さつま芋おやつではなく飯だった

岡崎市 糟谷 すみ

おやつですまずはいじいの仏壇に

一宮市 細江 春茂

愛犬におやつおやつととる機嫌

一宮市 森 恭彦

ごめんねと孫のおやつをちよいつまむ

豊川市 宮城 忠義

ふかし芋昔のおやつ懐しい

稲沢市 農中 一郎

アメ一つ会話に入り輪が和む

豊田市 伊藤かわる

女子会の楽しみおやつ持ち寄って

安城市 神谷とみ子

ダイエットするもおやつは別の腹

西尾市 佐藤 哲也

子のおやつこっそり夜中味見する

一宮市 松原 美音

健診前のお茶菓子を遠ざけて

岡崎市 石川香代子

いたずらな夫もお座りおやつ待ち

安城市 中根キヨ子

最終時おやつと言えばさつまいも

豊橋市 小椋かつ子

おやつだよ満面笑顔老夫婦

日進市 石野 憲男

季節ごと楽しいおやつ午後三時

江南市 ミツコ桂子

コンビニへ食べたおやつおやつとき

稲沢市 近藤 明夫

雨

雨あがり

地球は虹に抱かれて

精選

岡崎市 宮崎 恵子

【寸評】雨あがり虹の表現は平凡。しかし、「虹に抱かれる地球」というきらりと光る表現がとてすてきである。虹はタイミング、大きさ、美しさ、時に二重のものもある不思議さ。このところ不安定な気候の雷雨日照不足はきつい。こんなときにおわびしたいと虹が出たらうれしいのに。

入選

雨上り今日も一日頑張るぞ

岡崎市 稲吉はま子

久し振りの雨はお肌の化粧水

岡崎市 今井 多未

雨降って土がやさしくなつてゆく

安城市 神谷とみ子

人生の節目節目に通る雨

知多市 竹内 明弘

お湿りに野菜いきいき旬の味

愛西市 山田 昌生

佳作

大雨を招きたい人困る人

半田市 桃井 純夫

老妻と相合傘も乙なもの

一宮市 羽下 正一

雨の日は穴のあくほど読む紙面

安城市 野村 春夫

雨の日は泣き笑いする膝小僧

春日井市 加納 金子

カラフルなTシャツ並ぶ雨上り

一宮市 森 伴子

慈雨豪雨雨に二つの顔がある

岡崎市 加藤千恵子

雨よ雨格言ほどに降つてくれ

日進市 松山 眞

休みなない農事一服せよと雨

岡崎市 鈴木 一

雨やさしきときには牙をむく恐さ

津島市 澤田 玉子

雨だれの音が侘しい闘病記

小牧市 加藤 みゆ

雨が降り庭の紫陽花うれしそう

蒲郡市 堀田 勝男

雨はげしすました顔の石地蔵

安城市 原田 文人

おしめりを叫ぶ野菜の音がする

豊田市 加藤 六郎

ああうれし花の気持ちで雨を聞き

安城市 神谷 力

川柳道場「次回の課題」は「寝る」「夢」です。

各地で「川柳入門講座・教室」などでお話をします。川柳好きなお友達を10名くらい集めてください。照弘が出かけます。講師手当ては無料です(謝金不要・旅費実費)。詳細は事務局までお問い合わせください。

田中宏明さんの俳句道場 当季雑詠



田中宏明(たなか・ひろあき) 昭和14(1939)年、愛知県名古屋生まれ。新俳句人連盟幹事、愛知支部事務局長。県下、各句会講師。愛知県岩倉市在住。一部の作品に、添削が入っています。

特選

夏の夜のフルート奏でる細き指

半田市 鈴木 美子

【寸評】この夏は乱暴な夏だった。南に北に肝を潰すほど雨を降らし、数多な暮しと命を流してしまつた。悄然とした心に沁み来る優しいフルートの音色が明日に向かう気を呉れる。

嫁の座も母の座も経て豆の飯

春日井市 加納 金子

【寸評】立てた暮しを守つて四十年、五十年と過ぎてしまつた。今は見守られる嬬となつて日々を繋いでいる。家族の気配りの沁みだ好物が何とも心地良い支えなのだ。

家中が幼の顔に庭花火

安城市 稲垣カノエ

【寸評】カレンダーを見ては指折り数え、子や孫以上に待ち遠しい夏休み、逢う度に名前が思い出せないほど成長している孫たち。その手にのせてやる「お盆玉」に笑顔が浮かぶ。

入選

九九算を厠にも貼り夏休み

半田市 扇谷よしの

草笛を覚えて二十征ったきり

岡崎市 鈴木 一

ともかくも生きる汗かく老いの意地

岡崎市 岩瀬 昭夫

蛸舞う過疎に一夜のにぎやかさ

岡崎市 鈴木 高江

燕の巣昔わが家も大世帯

刈谷市 鈴木のり子

山に城川に鷓舟の簾かな

稲沢市 熊谷 有史

蓮の花蕾はじけり初嵐

豊田市 板倉富美子

四季のある星に暮して稲の花

安城市 神田 正江

流れ行く安曇野時間山葵の田

春日井市 岡部 睦夫

挨拶の言葉は同じ猛暑かな

西尾市 牧 富貴子

母の日や母の年越へ八十路生き

設楽市 加藤 幸子

早ばやと夫呼ぶお盆庭掃除

豊川市 竹内きと子

仏前へ菜園の幸運迎え

稲沢市 近藤 明夫

制服の背に幼さや入学す

津島市 若林 雅美

川柳・俳句の応募方法

川柳と俳句の応募は別々のハガキでご応募ください。

川柳

それぞれのお題につき、1人1句まで。

Form for川柳 application with fields for name, address, and phone number.

俳句

1人1枚、5句まで。

Form for俳句 application with fields for name, address, and phone number.

〒461-0011 名古屋市東区白壁1-50 愛知県社会福祉会館内 (公財)愛知県老人クラブ連合会 「いきいきライフ川柳・俳句」係

11月8日(水)必着 6月1日より、ハガキ料金が52円から62円に値上げされましたので、ご投函の際はご注意ください。

Advertisement for Taiyou Resort featuring various dining plans like '秋の山里会席プラン' (6,500 yen) and '仙寿プラン' (4,500 yen).

Advertisement for Taiyou Resort featuring dining plans like 'ふくプラン' (16,000 yen) and '海鮮プラン' (12,000 yen).

脳トレパズルを解いて抽選で当たる! 読者プレゼント!

A 10組 20名様
アクアイグニス ペア入浴券

アクアイグニスは「癒し」と「食」をテーマにした複合温泉リゾート施設。源泉100%かけ流しの温泉と、宿泊施設を備えるほか、辻口博啓のスイーツや石窯パン、奥田政行のイタリアン、笠原将弘の和食が楽しめます。



●アクアイグニス
〒510-1233 三重県三重郡菟野町菟野4800-1
TEL 059-394-7733 <https://aquaignis.jp/>

B 20名様
遠赤焙焼 味のり てりやき

20年以上愛され続けている、浜乙女で一番人気の味のりです。こくのある、まろやかな味に調味しており、遠赤焙焼(遠赤外線による焼きあげ)製法により、のりの風味と香りが生きた自慢の味のりです。毎日の食事のお供として、お召し上がりいただけます。



●株式会社浜乙女
〒450-0002 愛知県名古屋市中村区名駅四丁目16-26
フリーダイヤル 0120-147-178 (株浜乙女 お客様相談室)

C 3名様
空き家問題 — 1000万戸の衝撃
牧野知弘(著) / 祥伝社

全国でも問題になっている空家。2020年には1,000万戸を越えると予想され治安悪化も懸念されています。4軒に1軒が空家になるかもしれない住宅環境をどう再生するかが書かれた本をプレゼント。現在放置している、または使っていない空家を弊社負担で修繕し有効活用するお手伝いをしています。空家で困っている皆さん、ご連絡下さい!



●(株)ワンエッジ 小西 潤
名古屋市中村区東桜2-9-34成田ビル1F TEL 052-750-3911

D 3名様
新製品「ジョブスト ライトウェア」
男女兼用ハイソックスタイプ 2,400円(税別)
S(21.5~23.5cm)、M(24~26cm)、L(26.5~28cm)

軽い圧迫で足をサポートする一般向け着圧ソックス。医療用弾性ストッキングの技術を取り入れ、医療用よりも軽い圧迫で、柔らかく自然な履き心地。むくみが気になる人や高齢者の足の健康をサポート。



※ご購入の際は「足の悩みとサイズ」を明記下さい。カラー(3色)はお任せとなります。

●テルモ・ピーエスエヌ株式会社マーケティング
TEL 03-6742-8200

E 5組 10名様
「ランス美術館展」招待券


フランス歴代国王が戴冠式を行った古都ランスは、シャンパンの産地としても有名。この街の香り高い文化を伝える「ランス美術館」から、ドラクロワ、ミレー、ゴッコンなど巨匠作品や、名古屋で見られない特別出品3点含む、約70点の珠玉の名品を紹介。10/7~12/3開催。



●名古屋美術館
中区栄2-17-25 TEL 052-212-0001
開館/9:30~17:00 (11/3除く金曜は~20:00)入館は閉館30分前まで
休館日/毎週月曜日(10/9除く)、10/10
特設サイト/<http://www.chunichi.co.jp/event/reims>

F 10組 20名様
「長沢芦雪展」招待券

長沢芦雪(1754~1799)は、円山応挙の門下で、大胆奇抜な発想で活躍しました。今日では伊藤若冲や曾我蕭白と並んで「奇想の画家」と称されています。本展では、代表作の和歌山県無量寺「龍図襖」虎図襖」を同寺のしつらえを再現して展示し、その表現を紹介します。



●中日新聞文化事業部
TEL 052-201-3766 (平日10:00~18:00)

皆様のご応募をお待ちしています! 読者プレゼント 応募方法 11月8日(水) 応募締切 必着

ハガキに①~⑩を明記し、下記宛先までお送りください。
①脳トレパズルの答え ②希望プレゼント ③〒・住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号 ⑦所属老人クラブ ⑧今号の感想 ⑨行ってみたい日帰り旅行先は? ⑩『最後の晩餐』に食べたいものは?
当社が本プレゼントを通じて得る個人情報、お客様の了承をいただかない限り、第三者に開示することは一切ありません。ただし、プレゼント提供企業様に、発送に必要な情報(当選者情報)を開示する場合があります。
●6月1日より、ハガキ料金が52円から62円に値上げされましたので、ご投函の際はご注意ください。
※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきますので、ご了承下さい。

〒450-0002 名古屋市中村区名駅4-23-13名古屋大同生命ビル4F
(株)新広社 いきいきライフ10月号係

脳トレパズル

漢字詰めクロスワード

あらかじめ入っている漢字をヒントに、タテ・ヨコに熟語ができるよう、(リスト)の中の漢字を当てはめてください。使わずに(リスト)に残った漢字を組み合わせてできる二字熟語をお答えください。

リスト この中から使わない2文字で答えてください。

性永自石大改記艦長白医衛
町米電通心古鳥視知死新故

10月号(138号)の答え

一	二			
自	火	雲		月
	星	話	身	格
		光		者
隊			学	
	生	事		過
	久		縁	
遠	鏡	温		新

7月号の答え

桃	李	夕	黄	砂
源	紫	陽	花	防
郷	土	色	鳥	居
	下	微	風	雜
夏	座	敷	月	刊
場	居	間	行	陣
所	有	道	路	手
名	刺	地	下	組

答え **風鈴**

愛知いきいきクラブ 愛知県老人クラブ連合会

会員募集中!

愛知県在住で、おおむね60歳以上の方ならどなたでも入会できます。
※各市町村の老人クラブによっては入会制限年齢が異なる場合があります。

老人クラブとは、高齢者の仲間同士がクラブ活動を通じ、暮らしを豊かにするとともに、知識と経験を生かして社会の一員としての役割を果たすことを目的とした自主団体です。

愛知いきいきクラブ 愛知県老人クラブ連合会
☎052-212-5524

趣味を通して仲間と楽しむ

一宮市 朝日連区老人クラブ連合会 会長 木野 敏夫(78歳)

1日は朝6時25分からのNHKのテレビ体操で始まります。早朝畑で野菜の収穫をして農協の産直広場へ出荷します。採りたての新鮮野菜が沢山並べられます。産直広場では農家の方たちと並べられた野菜の品定めをして、色々意見を交換をし、少しでも品質の向上に努めて、人に負けない野菜作りに頑張っています。毎週月曜日はパソコンサークル



ランニングは老化を遅らせる

東栄町老人クラブ連合会 副会長 伊藤 哲人(80歳)

表題を信じ、若い頃一歩多く酸素を取りは会社の後輩達と名古屋の街中を走りまわるとは年齢にしては若い。家を継ぐため、古里に戻りましたが、各里で行うマラソン大会に出場するのが楽しみになりました。これまでも200以上の大会に出ています。そのうち、フルマラソンは13回程走りました。遠くはホルルマラソン、東は神奈川県、西は神戸辺りまでエンタリーしています。年間を通して



健康づくり・生きがいをラジ体操

安城市 城南町牛歩の会 会長 北川 弘巳(76歳)

健康づくり・生きがいづくりとして、ラジ体操にチャレンジしています。当初は2、3名でしたが、毎日続けることで参加者も増え、今では30名を超えることもあります。参加者同士の声かけの成果があり、定例会やイベントを開催し、親睦を深め、パトリール等地域にも貢献し楽しく活動しています。



スポーツで元氣長寿

小牧市老人クラブ連合会 副会長 菅沼 澄雄(80歳)

私の健康法はスポーツの一言につきま。一番長いものはソフトボールで40年になります。チームの選手層は18歳~80歳と幅が広いです。また、最近では老人クラブでグラウンドゴルフに精を出しています。愛知県老人スポーツ大会のラダーゲッターでは連続優勝しています。今年も3連覇を目指して頑張ります。掲載した写真はニュースポー



これが健康の秘けつ! わたしの健康法

皆さんの健康法をご紹介いたします。

VOL 30

いきいきインタビュー

大治太鼓

『大治太鼓保存会』会長 若山善之さん



幸福くれる太鼓交流。

今回ご登場いただいたのは、大治町三本木老人クラブの会長若山善之さん。現役の花弁生産農家でありながら、『大治太鼓保存会』会長として、江戸時代より続く伝統芸能の継承に務め、小中学生を中心に約100名の会員とともに年間120回の演奏活動をこなしています。76歳とは思えぬ肌つや、軽やかな身のこなし。その元気の源ともいえる大治太鼓の魅力と活動を伺いました。

『大治太鼓』へ。
大治太鼓の始まりは、江戸時代。秋祭りに農民たちが五穀豊穡、無病息災を祈り、神楽神輿とともに打ち鳴らした神楽太鼓がルーツです。尾張地方にはこうした神楽太鼓が各地にあります。後継者がなく途絶えるところもあると聞きます。「昔の辺りは祭り



が近づくと太鼓の音があちらこちらから聞こえてきました。12の村にはそれぞれ社務所があり、「おらが村の太鼓が一番！」と、競い合うように打ち鳴らし、子ども心にワクワクしたのを覚えています。村では、男の子が生まれると太鼓を買って、床の間に飾るのが習わしでした。子どもは音が出るものが好きですから、自然に遊んでいました。戦争で祭りも神楽太鼓も中断しましたが、世の中が平穏になるとともに復活。村のお年寄りたちが嬉しそうに打ち鳴らしていた姿が忘れられません。親が年をとって、自分が親となった時、伝統の神楽太鼓をちゃんと伝えていかないといけないと思い、仲間と太鼓教室を始めました。平成4年に、ふるさと創生事業の

「小学生から、中学高校と、教室に通い育った子供たちが指導者となり、伝統をいい形でリレーすることができています。ここから巣立ったメンバーが立ち上げたプロ

10月7日(土)の老人スポーツ大会で演奏します。ぜひ、お出かけください。
細かなリズムを高速で打ち鳴らす伝統の太鼓は、バチをくるりと回転させたり、飛ばしたり。わーっと盛り上がります。また、プロの打法や見せ方がプラスアルファされた勇壮な曲は、見応えあります。ちなみに、太鼓の音は聞くだけで『血がたぎる』と言われ、実際に老人ホームの職員の方から太鼓演奏の後は、居住者の方たちの肌つやが良くなり、元気になると聞きました。

の指導者として知られる大江戸助六太鼓宗家小林正道氏に依頼、『尾張の風まつり』が誕生しました。伝承の神楽太鼓とは違い、大変勇壮な楽曲で演奏会のフィナーレを飾る『大治太鼓』の顔とも言える曲目となっています。

「小学生から、中学高校と、教室に通い育った子供たちが指導者となり、伝統をいい形でリレーすることができています。ここから巣立ったメンバーが立ち上げたプロ

一貫として、正式に『大治太鼓保存会』が発足。オリジナル曲をプロの太鼓演奏・作曲家として知られる大江戸助六太鼓宗家小林正道氏に依頼、『尾張の風まつり』が誕生しました。伝承の神楽太鼓とは違い、大変勇壮な楽曲で演奏会のフィナーレを飾る『大治太鼓』の顔とも言える曲目となっています。



大治太鼓保存会会長・大治町三本木老人クラブ会長 若山善之さん
大治太鼓保存会指導・大治太鼓「尾張一座」打頭 若山和さん

全国老人クラブ連合会推奨
いきいきクラブ
体操
立ってする運動
7-6:もも上げの運動
※全体を繰り返し、2回行います。

いきいきクラブ体操関連教材

- いきいきクラブ体操DVD 2,280円(税・送料込)
- いきいきクラブ体操CD 1,050円(税・送料込)

購入希望の方は県老連までご連絡ください。

日帰り 白内障手術

眼内レンズが選べる時代

白内障手術で眼内に挿入するレンズには単焦点眼内レンズと多焦点眼内レンズがあります。

料理・パソコン・読書などの屋内での生活や趣味。旅行・スポーツ・フィッシングなどの屋外での活動において、どこを見ることが重要なかをイメージし、一人ひとりのライフスタイルに合わせた眼内レンズを選んでください。

単焦点眼内レンズ

〈健康保険適用〉

遠方にピントを合わせたレンズでの術後の見え方 ※近方を見る時はメガネが必要です。

近方にピントを合わせたレンズでの術後の見え方 ※遠方を見る時はメガネが必要です。

多焦点眼内レンズ

〈先進医療保険対象〉

多焦点レンズは1枚のレンズで遠方の焦点と近方の焦点、2つの焦点を有した遠近両用の眼内レンズです。

厚生労働省認定 先進医療(多焦点眼内レンズ)施設

院長 城山 敬康 医学博士・日本眼科学会認定眼科専門医

富田眼科クリニック 052-302-8688

www.tomitaganka-lasik.jp

資料のご請求はフリーダイヤル 0120-867049

毎週金曜日午前10:15頃
JOSF AM1332kHz FM92.9MHz 東海ラジオ
「タクマのHAPPY TIMES!!」
「城山敬康先生の眼科Q&A」に 出演中

●名古屋市中川区春田3-9 ●JR関西本線 春田駅下車 徒歩2分、R302号線沿(駐車場完備) ●診察時間/平日 9:00~12:00/15:30~18:00 土曜日 9:00~12:00 ●休日 9:00~12:00 ●休診日/木曜日(手術)、土曜日午後、日曜日、祝日

今年の夏の天候は例年よりも不安定のような感じがしました。梅雨は雨が少なく、雷雨明け以降、雨が降りだすと豪雨や雷雨で犬山城の鯉が被害を受けました。7月に発生した台風の数も8個で過去最多です。その中の1つ5号は迷走し威力を強め、日本に直撃をし、長寿台風となりました。猛暑と言われながらも日照時間が少なく、野菜や果物が高騰しました。スキリしない夏でしたが、秋や冬の天候が安定し、色々な行事が楽しめる事を願います。(K)

御礼 老人クラブ役員の皆様、いつも『いきいきライフ』を配布して頂きまして、ありがとうございます。