

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

いきいきライフ

139号



京都市東山区宮川町 芸舞妓の新年挨拶回り 写真/今宮康博

新年あけましておめでとうございます。
昨年「大村知事と語る会」に招かれて大変楽しい時を過ごしました。テーマは「健康長寿あいの推進」ということで、県老人クラブ連合会長として出席しました。愛知県は会員数三十三万人超の全国一の規模を誇っています。活動の質もそれなりに、シニアのパワーアップに大きく貢献しています。

ところで、今年は戌戌(つちのえいぬ)の年です。戌(つちのえ)は、斧に近い柄のある矛(ほこ)の形であり、戌(いぬ)は、まさかしの刃部を示している。まさに表裏一体となる年といえます。しかし、十二支の十二獣では、戌(いぬ)には「犬」が当てられています。犬は、洋の東西を問わず、人間と最も古くからの親密かつ忠実な攻守共存の関係にある動物です。干支でみれば、まさに狩猟時代から続く人間と犬の絆の深さを示す年となります。言い換えれば、人間同士の絆の大事さを感じ得べき年だと言えます。

超高齢・少子化・人口減少社会は、家族形態生活様式、経済生活に大きな変化を与えています。いま日本人の平均寿命は、男女共に香港に次いで二位。七十五歳以上の「老老介護」の所帯は三割を超えています。また、愛知県では、高齢ひとりの所帯三十五万所帯、高齢夫婦のみ所帯三十五万所帯で、合計百万人超の孤立化・老老介護の可能性が見えています。私たちは、この動きにブレーキをかけ「健康寿命」九十歳を目指しましょう。安心して生き生きと暮らせる住み慣れた地域を担うのは、元氣印高齢者知力・体力づくりに励む高齢者です。しかし、高齢者だけではできません。小さなまちづくりに、非会員の同時代シニアはもとより、若者子ども、障害者に、産・官・学関係者をも巻き込んで「地域の力」を創り出す主役の一人になりましょう！

年頭にあたり、皆様やご家族の方々にとって幸多い年となりますよう祈念いたします。

愛知県老人クラブ連合会会長 大沢 勝

新年のご挨拶

2018年 1月号 INDEX		プレゼントが当たる！
1面	新年のご挨拶	ご応募お待ちしております。(詳細は7面)
2面	特集 冬の感染症について	
3面	市町村トピックス 100万人会員増強運動 女性部通信 いきいきクラブニュース	
4面	私の健康法 健康企画 肺炎は日本人の死亡原因の第三位	
5面	川柳道場 俳句道場	
7面	読者プレゼント 脳トレパズル 絵てがみ展覧会	
8面	いきいきインタビュー：土屋万太郎さん いきいきクラブ体操 編集後記	

インターネットで『いきいきライフ』のバックナンバーを見ることができます。「いきいきライフ 新広社」と検索してください。

いきいきライフ 新広社 検索

好評につき第6弾

いきいきライフ特別プラン

三河湾の日の出に感動。

予約時に「いきいきプラン」とお申し付けください。

毎日12組限定!! 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。

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)

三河湾国定公園

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円(税込)

カラオケサービス付

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
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

吉良温泉の湯導入!!

※宿泊プランの方は入湯税150円が発生します。

楽々ベット和洋室!!

至大阪 | 名古屋インター | 東名高速道路 | 名鉄名古屋本線 | 岡崎インター | 吉羽蒲郡インター | 西尾東インター | 吉良吉田駅 | LINX | 三河湾 | 至東京 | 豊橋駅 | 遠州灘

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。

かからない・うつさない、
家族みんなで
予防対策することが大切です。

12月～2月が流行のピーク、冬の感染症。 高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。

インフルエンザやノロウイルス。流行ピークのこの時期は、ふだんと違う生活が続き、体調を崩しやすい時。予防には、どんなことに注意したらいいのか、また、かかってしまった場合の注意点について、愛知県健康福祉部保健医療局健康対策課にうかがいました。ご家族みんなでチェックしましょう。



インフルエンザ

毎年1月～2月が流行のピークに。
38℃以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、高齢の方やさまざまな慢性疾患を持つ方は**肺炎**を伴うなど重症化することがあります。



予防する有効な方法

流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンは、接種すればインフルエンザに絶対かからない、というものではありませんが、ある程度の発病を防ぎ、たとえかかっても症状が重くなることを防ぐ効果が認められています。そのため、**65歳以上の方は予防接種法に基づく定期のインフルエンザ予防接種の対象となっています(60～64歳の方で、一定の条件を満たす方も対象となります)**。希望する方は、かかりつけの医師とご相談ください。インフルエンザワクチンは自治体により実施期間や費用が異なります。詳細は、お住まいの市区町村などにお問い合わせください。

感染を広げないために「咳エチケット」

主に咳やくしゃみによる飛沫により感染します。ふだんから「咳エチケット」を心がけましょう。他の人に向けて咳やくしゃみをしない、咳やくしゃみが出るときはマスクをする(家庭内でも!)、手のひらで咳やくしゃみを受け止めたらずを洗いましょう。他の注意点として、同居する家族がかかった場合、なるべく接触しない。部屋の換気をする。**熱が下がっても2日程度はうつす可能性があるため自宅療養**する。



インフルエンザにかかってしまったら

早めに医療機関を受診しましょう。また、呼吸困難や息切れがある。胸の痛みが続いている。嘔吐や下痢が続いている。症状が長引いて悪化してきた。こんな症状がみられたら、重症化のサインです。すぐに医療機関を受診してください。

ノロウイルス

ノロウイルスによる感染症は、一年を通して発生していますが、特に冬に流行、12月～1月がピークに。**ワクチンや特異的な治療法がないので予防が大切**です。ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口感染し、24～48時間で発症。主な症状は**吐き気、嘔吐、下痢、腹痛**で発熱は軽度、1～2日続いた後治癒します。発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合も。高齢者の場合は、下痢等による脱水症状や誤嚥による肺炎や窒息に注意が必要です。

予防する有効な方法

徹底した手洗い

手洗いは手指に付着しているノロウイルスを減らす最も有効な方法です。

外から帰った時 食事の前 調理を行う前 トイレの後

加熱調理

熱に弱いのが特徴。抵抗力の弱い高齢者や子どもは、感染の恐れのある二枚貝「牡蠣」などは、中心部まで85～90℃で90秒以上加熱して食べることが重要です。調理に使用した調理器具は85℃以上1分以上熱湯消毒し、他の食品への感染を防ぎます。

感染者が出た場合の対処法

吐物や便は使い捨てビニール手袋やマスクを着用しペーパータオル等で処理、**ビニール袋に密封して処分**。汚れた場所、ドアノブや便座を、**塩素系漂白剤を使って消毒**します。乾燥したウイルスは空中を漂い、口に入り感染することがあるため、**十分に換気**します。汚れた寝具類は、洗剤液で静かにもみ洗い、その後熱水洗濯ができる洗濯機があれば85℃で1分間以上かけて消毒。ふとんやじゅうたんなどは、ふき取った後スチームアイロンを使うと効果的です。

※塩素系漂白剤を使用の場合は使用上の注意を確認しましょう。

感染予防の基本は手洗い

インフルエンザやノロウイルスの予防には、まず外から帰ったら手洗いが基本です。特に調理する前、食事の前、くしゃみをした後などには、意識して手を洗いましょう。

正しい手洗い方法

- 1 指輪や腕時計をはずす
- 2 流水で手を洗う
- 3 石けんをよく泡立て、手のひら、指の腹面を洗う

- 4 手の甲、指の背を洗う
- 5 指の間、付け根を洗う
- 6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う

- 7 指先、爪の間をしっかりと洗う(爪は短く切っておく)
- 8 手首の10cmくらい上までしっかりと洗う
- 9 流水ですすぎを十分に行い、清潔なタオルで拭きます

いきいき健康調査

～『最後の晚餐』に食べたいものは?～
いきいきライフ秋号アンケートより

1位 寿司・刺身

2位 ご飯

3位 ステーキ・焼肉

4位 鰻

5位 和食

6位 蟹

7位 ラーメン・うどん・蕎麦

7位 魚介類

9位 ふぐ

10位 ローストビーフ

豪華なメニューが上位を占める中、ご飯が2位に入りました。やはり、日頃食べ慣れたものが多いのですね。妻の手料理なら何でも、という回答も!



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!

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



5%OFF

カードでおトク!

(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でのお支払いの場合は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



20名様以上 お1人様 **5,980円** (税込)
湯元 **山手館**
0800-1111-803
愛知県知多郡南知多町山手海岸
Tel.0569-62-0218
www.yamamikan.com

- うれしい5つの特典!
- 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** (税込)
※お泊まりの場合、宿泊前日は2,160円アップとなります。



伊勢湾に沈む夕日が 絶景の宿

ご朝食は 地元産たまご・しらす 食べ放題

老人クラブの親睦、慰安旅行にピッタリ!

いきいきプラン 1泊2食 お1人様 (税・サービス込) **9,980円**
日帰りプラン 昼食食 お1人様 (税・サービス込) **5,980円**

お昼までのんびりできる宿泊付のゴルフプランも!

グランドゴルフプラン 1泊3食 お1人様 (税・サービス込) **12,960円**
グランドゴルフブレイ代 宿泊(3食付) カラオケ 貸切総料理送迎バス お酒1合又はソフトドリンク1本付

※祝休前日のご宿泊料金は、予めお問い合わせください。※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。※ご朝食はイステール席もご用意できます。※各プランの詳細はお客様にお電話にてお問合せください。

- 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合又はソフトドリンク1本付
 - カラオケサービス

いす 0569-62-1126 http://utsumi-chizu.com/ 470-3321 愛知県知多郡南知多町内海新田 48-1 いち豆 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

「市町村トピックス」では会員の方たちの活動を募集しています。
自薦他薦は問いません。右記までご応募ください。

愛知県老人クラブ連合会 ☎052-212-5524

2017「活動賞」表彰
日進市野方地区「野方友愛クラブ」

名古屋市の豊田市は、荒れ放題となっていたベットタウンとして人口増加が進む日進市にあって、広々とした田園風景が残る野方地区。子ども会の会員数も約50名と他地域に比べ少なく、農村地域に住む貴重な子どもたちに稲作を伝承したいとの思いから、

「餅つき体験会」を開催、懐かしいかきまどを使つて蒸し、搗いたお餅が世代を超えた交流、町の絆づくりに大いに役立っています。江戸中期の農家を今に伝える建物は、元は田んぼを無償提供していただいている地主さんの家。現在は市が管理活用していますが、イベント等の中心的な役割をクラブ員が担っています。

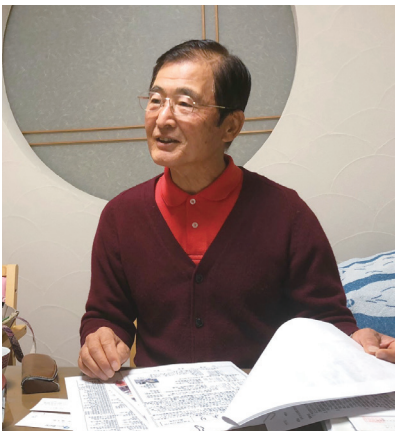


左から日進市老人クラブ連合会会長：花井祥雄さん、野方西友愛クラブ会長：羽地功男さん、野方東友愛クラブ会長：市川大さん

2017「活動賞」表彰
豊田市今町・河合町地区「今寿会」

長年にわたつて地域に根づいたボランティア活動を行つて「今寿会」。「今こども園」では餅つきやおこしものづくり、クリスマスなどのイベントなど、子ども会を主催し、元気を届けています。秋祭りで米俵3俵分の餅を自治会役員と協力して手づくり、小学生の部・高齢者の部・一般の部と、伝統行事の餅投げを続けています。前山小学校では、この地域の昔遊びの他に、郷土史の研究をライフワークとしている永田会長が自分たちの住んでいる町の歴史を子どもたちに語り伝えていきます。その

餅を自治会役員と協力して手づくり、小学生の部・高齢者の部・一般の部と、伝統行事の餅投げを続けています。前山小学校では、この地域の昔遊びの他に、郷土史の研究をライフワークとしている永田会長が自分たちの住んでいる町の歴史を子どもたちに語り伝えていきます。その



今寿会会長：永田浩久さん

2017「活動賞」表彰
知多郡東浦町新田・東ヶ丘・米田地区「緒川新田万栄会」

「田舎の面影が残る地域、ふるさとらしい景色や雰囲気」を子どもたちの世代に残していきたいと語る会長の橋本さん。地区の大地に1,000本の苗の植え付けをいっしょに行い、収穫し、子どもたちも楽しんで味わってもら

しみな行事となっています。花壇づくりなど町の美化運動もタイアップして進めています。会長の橋本さんは、「人生100年時代も間近、60歳以上を生き抜く老い」を生き抜く老い、子どもたちも楽しんで味わってもら

賞、講師交渉まで行つています。毎回100名以上参加の盛況ぶりですが、誰もが参加できることを目指し、若手（？）70代が動き、車教台で高齢者の足の確保に努力されています。



左から新田第六万栄会会長：細川修一さん、新田第一万栄会会長：石川邦和さん、緒川新田万栄会会長：橋本力信さん

女性部通信

女性部会長
久木 好子
女性部副会長
久木 好子

雨の日は好きじゃないけど…雨上がりに好き…道も木もきらきら輝いて…とてもきれいな見える…雨…神様の洗濯かしら…詩人高階さんの詩がふつと浮かぶ、木の葉が雨の滴を受けキラキラと輝き新年を寿いでいる。小さな花芽も一雨毎に膨らむことでしょう。

いつもの花屋さんに行きウインドウ越しに眺めていたが、何時の間にかお店に入り、好きなカスミ草に真っ赤なガーベラを添え小さな花束を求め、足取りも軽く家路へと向かい、愛らしいガラスの花瓶に生けた。花瓶との相性も良く幾度となく部屋の隅に視線が流れる。その度のふくふくとしたゆつたり感が心地よい…小さな小さな花束から、かもしだす雰囲気素晴らしさに改めて感動…精一杯に咲き誇っているフラワーに「ありがとう」と言いたい。ややもすると、忘れがちになっているこの五文字の大切さをもっと素直に言いたい。簡単な言葉のようですが、使いきれない様です。忙しい日々の生活から離れて、ふといつもと違うゆとりの時間を持つと、見慣れているはずのものが新鮮で美しく感じます。「きれいね」「嬉しいわ」こんな「感じる」言葉を日常の中で使える事が本当の豊かさではないでしょうか？ごく当たり前のことに、もう一度振り返ってみましょう。そして些細な事にでも「感じる」心を養い言葉として表現できるように努めたいと思います。小さな喜びに感謝の言葉を…。

ゲートボール大会

第36回 愛知県老人クラブゲートボール大会

実施日 平成29年9月13日(水)

実施場所 新城市桜洲公園いこいの広場

参加人数 県下市町村老人クラブ代表チーム 29チーム(201名)

優勝 松平チーム(豊田市) 準優勝 板倉新生会チーム(刈谷市)

第3位 市田チーム(豊川市) 第4位 粕谷台チーム(知多市)

上位入賞チーム(1、2位)は平成30年11月富山県で開催される「第31回全国健康福祉祭とやま大会(ねりんぴっく富山2018)」へ出場します。

◎第45回愛知県老人スポーツ大会、第13回愛知県老人クラブグラウンド・ゴルフ大会は雨天で会場、グラウンドの状態が悪いため中止になりました。

囲碁・将棋大会

第38回 愛知県老人クラブ将棋大会

実施日 平成29年10月12日(木)～13日(金)

実施場所 社団法人日本将棋連盟 東海普及連合会 栄将棋教室

審判長 中山指導棋士

参加人数 32名

優勝 長坂 一義(大府市) 準優勝 森岡 精(美浜町)

第3位 大村 幸信(一宮市)

第41回 愛知県老人クラブ囲碁大会

実施日 平成29年11月14日(火)～15日(水)

実施場所 公益財団法人日本棋院 中部総本部

審判長 加藤六段

参加人数 43名

優勝 竹内 一雄(碧南市) 準優勝 岩井 紘一(豊川市)

第3位 下川 俊明(日進市)

上位入賞者は平成30年11月富山県で開催される「第31回全国健康福祉祭とやま大会(ねりんぴっく富山2018)」へ出場します。

いきいきクラブニュース

平成29年 全国老人クラブ大会が開催されました

第46回全国老人クラブ大会が10月18日(水)・19日(木)、京都市で開催され、本会から表彰者6名含む21名が参加しました。式典における表彰者・団体は次のとおりです(敬称略)。

厚生労働大臣表彰		
老人クラブ育成功労者	優良老人クラブ	優良市区町村老人クラブ連合会
久木 好子(一宮市) 櫻木 忠夫(津島市)	志貴のぞみ会(安城市)	稲沢市老人クラブ連合会

全国老人クラブ連合会会長表彰	
優良老人クラブ	優良郡市区町村老人クラブ連合会
湯山クラブ(高浜市)・岩堀朋友会(幸田町)	東海市シニア連合会・愛西市老人クラブ連合会

1日目は第1部会「老人クラブ活動を新地域支援事業に活かす」第2部会「組織的推進による会員増強運動の展開」をテーマに各3つの事例、第3部会「演じる活動」では6つの発表がありました。

全老連「活動賞」及び「100万人会員増強運動特別賞」伝達式

9月26日(火)に平成29年度の伝達式を行いました。優れた活動に取り組むクラブ・老連に対して全老連会長から送られる賞で、本県からは5団体が受賞されました。

活動賞 ボランティア活動	緒川新田万栄会(東浦町)・今寿会(豊田市)
活動賞 その他の活動(世代間交流活動)	野方友愛クラブ(日進市)
100万人会員増強運動特別賞	うえのクラブ(春日井市)・天寿会(碧南市)

読者のこえ 健康企画：笑うと脳に血が増えて健康に良いそうなので、面白い人のひつつき虫になろうと決めました。(犬山市：70代女性)

これが健康の秘けつ！わたしの健康法

一石二鳥

尾張旭市シニアクラブ連合会
会計 日比野 和雄(66歳)

定年を迎えるにあたり、この後は何をしようかと考えました。結局、子ども達の頃に見てきた、正月の尾張万歳祭りや、バナーのたき売りやコミカルマジックを演じ、周りの人に笑いを届け、楽しんでもらおうと思いいち立ちました。教えてくれるところはないかと探したら、東京品川にあり1年間毎月1回通って覚え、地元に尾張御殿



わたしの健康法

東海市 加南シニア連合会
会長 吉田 隆幸(76歳)

これまでです。体調を保つてこれた理由の一つは、子どもの頃から小食量・間食なし・魚を多く食べるなどの食習慣により20歳頃からずっと細身のままであったからだと思えます。なお、近年は専門家の勧める食品を摂ることに心がけています。

近年、運動として力を入れているのは、借りている広めの畑での野菜作りと、ゲーム性があるスポーツ吹き矢



健康づくりと生きがいづくりの活動

津島市 神島田校区
校区長 田貫 輝興(77歳)

趣味の卓球に挑戦して10年、木曜日の午前中に汗を流し、金曜日の午後9時には自治会の夜警に参加して5年、約30分のパトロールを実施。また、津島市の見守り隊に登録し、週2、3回午後3時に神島田小学校1、3年児童の下校の見守り参加して7年。学校へは少々早足で行き、下校は児童に合わせた送りをします。共に地域への貢献と健康づくりの一環として参加しています。週2、3回は趣味



太鼓の響とウォーキング

豊根村老人クラブ連合会
副会長 伊藤 町子(67歳)

子どもが小学生の頃、PTA活動で太鼓を始め、26年。バチで太鼓を打つのは個人ですが、リズム・テンポ・間合をとるのはチームワークが必要です。チームの中では最年長ですが、若い方との交流は脳の活性化につながり、練習は大変ですが、太鼓の響きに誘われ、何とか続けています。また、家のまわ



健康企画

八十歳を過ぎたら肺炎に注意をしましょう
肺炎は日本人の死亡原因の第三位



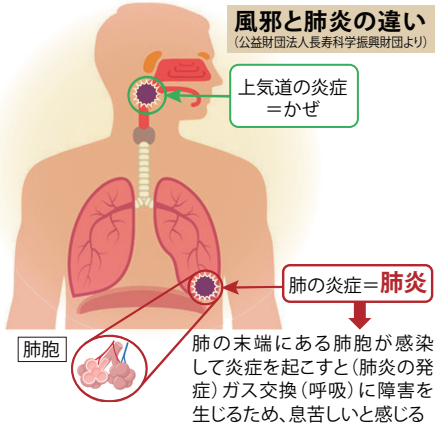
風邪と肺炎の違いは？

風邪は空気中の風邪ウイルスが呼吸によって体内に侵入して、鼻や喉の粘膜に炎症を引き起こすことによって発症します。これに対して肺炎は空気中のウイルスや細菌が肺の奥の肺胞に侵入して炎症を引き起こします。八十歳以上の方は、若いうちと違って年齢的に免疫力が低下し、左イラスト参照

肺炎は八十歳以上の死亡原因の第三位

肺炎の予防・治療
肺炎の予防には①手洗いやうがいをする②人ごみではマスクをつける③睡眠を十分とり疲

風邪の症状は鼻水、くしゃみ、せき、のどの痛み、発熱などの痛み、発熱な機能の低下がみられる。④バランスのよい食



風邪と肺炎の症状	
風邪	鼻水、くしゃみ、せき、のどの痛み、発熱
肺炎	胸に鋭い痛み、熱、悪寒、息切れ、せき、全身のだるさ、黄色～緑色や鉄さび色のたん、顔や唇が紫色、呼吸困難、高熱

菌による肺炎は重症化して死に至ることが多くみられます。六十歳以上の方にはこの肺炎球菌に対する予防接種を国の補助で行うことができます。一回予防接種を受けると5年間有効です。ぜひ予防接種を受けましょう。



山田 正樹 先生

愛知医科大学医学部卒業、名古屋大学医学部第3内科に入局。医学博士、認定産業医。現在は一般財団法人毎日ドクター理事長として内科外来、消化器内視鏡検査、健康診断を担当。多くの企業で産業医活動、医学講演も行っている。毎日ドクターは平成29年4月、JRゲートタワー 26Fに移転、新クリニックOPEN。

外来診療 健康診断 人間ドック
内科 | 耳鼻咽喉科 | 眼科 | 皮膚科 | 精神科 | 婦人科
(糖尿病治療 痛風・リウマチ治療も行っています)
一般財団法人 毎日ドクター
名古屋市中村区名駅 1-1-3 JRゲートタワー 26F
TEL 052-581-2526 FAX 052-561-0515
www.mainichi-dr.com

愛知県内送迎致します!! 漁師旅館への旅 旨い魚 ことに極まれり!

豪華舟盛り付き!

海の見える 屋上スパ! 内湯は天然温泉

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 ちょっぴりお土産付き!
- 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

TEL 0569-62-0542 http://naitoya.com

冬から春の「いきいき」長寿プラン! 日帰り昼食4000円より。グラウンドゴルフ・ゲートボールサービス!

福井 バス送迎付でお得! あわら温泉

送迎バスで行く福井の旅

みどころいっぱい! 冬の福井観光!!

送迎コース 20名様より 11,980円 (税別)
◎お料理10品 ◎自家製食前酒付

長寿コース 20名様より 8,000円 (税別)
◎お料理10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)

楽々宴会 テーブル席もご用意!

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

自家源泉露天の宿 ぐらばあ亭 TEL.0776-777-333

七つのお風呂が人気! あわら グランドホテル TEL.0776-78-5500

ガーデンバス付客室完備! ゆ楽 TEL.0776-77-7700

25名様以上の宿泊で 幹事さん1名無料!

第47回

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、愛知県知多市生まれ、20代のころから川柳づくりに励む。
現在、番傘川柳本社同人、名古屋番傘川柳会同人、名古屋市民文芸祭選者、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。

寝る

精選

介護する
母の寝息に
安堵する

一宮市 細江 春茂

【寸評】寝るというテーマへのたくさんの応募句の中で「介護」ととらえた着想に拍手。「老老介護」や「介護認定」が話題にのぼるこの頃、介護に続く寝息への着想表現はみごと。お互いさん認知症にならないよう川柳を作句し続けたい。

入選

幸せの花が咲いてるいい寝顔

小牧市 柳生 武

寝てる間にきつと良い知恵出るだろう

豊明市 高木 繁俊

寝むれぬ夜頼りのラジオ深夜便

安城市 近藤ヨシエ

一冊の本でコトリと昼寝する

安城市 野村 春夫

ふとんから月を見ながら寝てました

豊川市 藤村 力田

佳作

好きな時寝られる至福定年後

一宮市 羽下 正一

日に干した布団に我が身ゆだね寝る

豊川市 宮城 忠義

寝る時間だんだん長くなる老後

豊橋市 鈴木 正子

寝るひまも無い人生で今日がある

知立市 星川 善昌

寝て待てと論されたけど血が騒ぐ

刈谷市 宮田喜代二

寝返りのたびに煩悩消してゆく

岡崎市 今井 多未

朝寝して夢の続きをまだ見た

豊橋市 板橋 章一

寝る前に今日も幸せだったネと

稲沢市 渡辺喜代子

よく寝たね幸せ一つ朝の顔

西尾市 山本 洋子

大の字に寝転ぶ豊心地よい

岡崎市 宮崎 恵子

帰省して大の字に寝る青畳

豊川市 今場 安次

定年後昼寝覚えてゆとりです

一宮市 松原 美音

寝つかれぬあせることなし夜は長い

一宮市 入山美智子

さあ寝ますストレスさらば極楽へ

北名古屋 八木 英子

予定終え気分すっきり床につく

東浦町 磯村 實也

夢

特選

老いてなお
夢があるから
生きられる

一宮市 長村 宣道

【寸評】特選作は、やさしいことばでリズムもよろしい表現。これは、日頃のご精進のたまものである。これからも、中広く各地の川柳会への参加や新聞柳壇、時事川柳でのご活躍を望み応援する。

入選

初夢の富士に願いをかけてみる

岡崎市 糟谷 すみ

健康で未来の夢を抱き続け

設楽町 伊藤 雅史

極楽の夢を見るのはまだ早い

日進市 松山 眞

文集に綴った夢は未完成

知多市 竹内 明弘

老いたとて夢の一つはもってます

一宮市 佐藤ときこ

佳作

夢を見て老いを楽しく生きる今

安城市 原田 文人

イケメンに恋した夢でいい目覚め

岡崎市 稲吉はま子

夢にまで北のミサイル飛んでくる

小牧市 都留 茂生

正夢へ手を取り合って米寿まで

刈谷市 青木 啓三

今宵こそ父母に会いたい夢うつ

みよし市 大野 文子

夢でいいも一度見たいあのつづき

岡崎市 塚田 三枝

いい夢を見たくて眼鏡かけて寝る

岡崎市 犬塚 イサ

懐かしい友の面影夢に見る

豊田市 胡桃沢安子

老いてなお人生の夢追いかける

江南市 三ツ口桂子

まだ夢があつて自分を磨く旅

安城市 神谷とみ子

人類の夢は平和で核でない

愛西市 山田 昌生

ダイエット夢の中では食べまくり

稲沢市 農中 節子

生きているかぎり自立の夢を持ち

津島市 澤田 玉子

恋語る青春時代夢うつ

豊橋市 平山 恵子

叶わない夢なら胸に仕舞いこむ

豊川市 竹内きと子

田中宏明さんの俳句道場

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

眉を引く鏡の中の秋思かな

一宮市 尾関 昭子

【寸評】朝の事を悉く片付けて鏡台前に坐り、洗顔時に見つけた眉の白毛を見詰めると記憶に残る過ぎし日が蘇り、それを懐かしく思う歳になつてゐる自分に一抹の寂しさが過ぎる。

古きこと程よく忘れ夜長し

安城市 野村 春夫

【寸評】それが事無く生きるコツなのだが達人になれず、肝心な事を忘れてはうらたえる日々だが、今夜の名月に誓つて来年の観月はずつきりとした達人として夜長を楽しむ。

畦道に田螺ころがる秋出水

稲沢市 熊谷 有史

【寸評】溢れそうも無い用水路から、田から稲を押し倒し奔流が迸る未体験の被害だった。のんびりと稲を噛み枯らしていた田螺がどうしようもないまま頑固に口を閉じている。

入選

眺むれば思い出燃ゆる秋苔

西尾市 神原 政秋

今年米くすくす笑う水加減

春日井市 加納 金子

秋愁や雑念轟く早寝床

常滑市 八木 喜一

木綿蔵残す機屋の花八つ手

常滑市 田村 秀男

金色に甕沈めし大銀本

稲沢市 近藤とし江

湖の水面平に秋惜しむ

豊田市 甲村サカエ

厨房の空気がびりりと新生姜

春日井市 長谷川 誠

長電話時どき入る虫の声

豊川市 竹内きと子

語りつぐ軍馬の碑蹴る鵲高音

安城市 稲垣力ノエ

夏雲の遊ぶ古刹の鵲尾光る

阿久比町 下内 信幸

軽トラで神輿が廻る里祭

豊田市 加藤 銀夫

天高し山は錦の掛け蒲団

豊川市 山内 赤子

忘らるるシヤベル砂場に星月夜

豊橋市 廣中 雅子

人混みも風の流れも大花火

岩倉市 浅野 考司

多治見より猛暑背負ひて友来る

一宮市 寛 恭治

内浦に満ちくる潮や今日の月

豊川市 今場 安次

鮎料理につこりおしゃべり平和かな

一宮市 高橋 浩

冬に入るあわてんぼうの星ひとつ

稲沢市 田中 佳子

マネキン細いウエスト秋時雨

岡崎市 糟谷 すみ

幾度も見納めをして月今宵

刈谷市 青木 啓三

川柳・俳句の応募方法

川柳と俳句の応募は、別々のハガキで応募ください。

川柳

それぞれのお題につき、1人1枚、1句まで。

俳句

1人1枚、5句まで。

〒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

今回の締切 **2月9日(金)必着**

2017年6月1日より、ハガキ料金が**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。
※ハガキは返却いたしません。

スカイマーク×野口観光 特別企画

2017年11月～2018年3月までの出発※但し、設定除外日あり

2名様より出発OK!
2日間～最長14日まで
予約可能

名古屋(中部)発着

出発の5日前まで予約OK!

基本旅行代金「緑の風リゾートきたゆざわ」4～6名1室利用の場合2日間:大人お1人様

22,300円～46,900円

※但し、出発日よりフライト追加代金と宿泊日別追加代金がかかります。
詳しくは、スカイパックツアーズまでお問い合わせください。

お申込みは予約センターまたはWEBサイトへ

■予約センター

0120・963・357

または TEL.03-5821-3366

営業時間 ●月～金曜日 10:00～19:00 ●土・日・祝日 10:00～18:00 ●年中無休

■WEBサイト

右記のQRコードを読み取り、ログインページでパスワード(PW)「A0815」をご入力いただき、商品ページへおすすみください。
http://www.skypaktours.co.jp/skymark/onsen2017sp

■デジタルパンフレットからもご確認いただけます

www.skypaktours.co.jp

または スカイバック 温泉

旅行企画・実施 観光庁長官登録旅行業 第1507号

スカイパックツアーズ

本社 〒103-0004 東京都中央区東日本橋1-1-5 ヒューリック東日本橋ビル9階

神戸支店 〒650-0044 兵庫県神戸市中央区東川崎町1-3-3 神戸ハーバーランドセンタービル9階

福岡支店 〒810-0041 福岡県福岡市中央区大名1-9-33 ソロン赤坂ビル4階

取引条件を説明した書面をお渡ししますので、事前にご確認の上お申し込みください



「緑の風リゾートきたゆざわ」スタンダードルーム(イメージ)



「緑の風リゾートきたゆざわ」12～2月限定・夕食buffet(イメージ)



「緑の風リゾートきたゆざわ」冬外觀(イメージ)

「いきいきライフ」読者特別プラン
パスワード(PW)「A0815」のご申告で10%割引!!

新千歳空港より送迎バス「ゆったり号」の運行しております。(有料)

送迎バスのご利用をご希望される場合は、事前予約が必要となります。詳しくはお問い合わせください。



冬の北海道「食と温泉」の探求
北湯沢
メッサージ
洞爺湖登別

「緑の風リゾートきたゆざわ」150坪大露天風呂(イメージ)

SKY

6mm内視鏡の 短期入院手術

腰痛・しびれに
悩まされて
いませんか？

あいちせぼね病院
医学博士 伊藤 全哉 院長

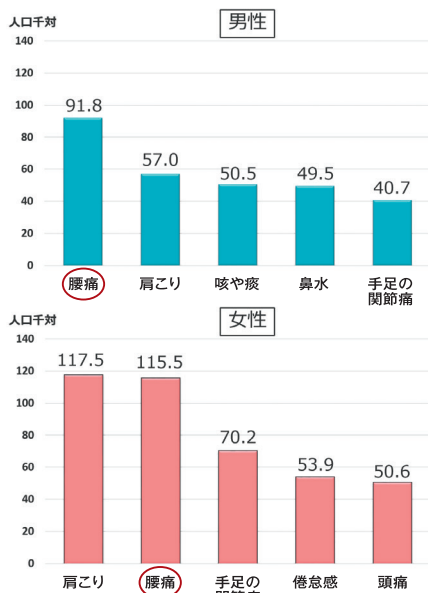
名古屋大学医学部卒業／日本整形外科学会専門医／日本整形外科学会脊椎
脊髄病医／日本脊椎脊髄病学会指導医／日本体育協会公認スポーツクター

※症状の原因が脊椎ではない場合もございます。

脊椎ドック（脊椎精密検査）
「半日」で症状の原因が分かる
MRI、CT、レントゲン検査を
一度に行う（保険外診療）
すぐに脊椎の専門医師から
結果説明が受けられる
治療法についてのアドバイスが
受けられる

症状の原因を知ることが
治療の出発点

腰痛・しびれは「歳のせいだ」とあきらめてはいないでしょうか？症状の原因を詳しく調べる方法に、「脊椎ドック」（脊椎精密検査）があります。日本脊椎脊髄ドック協会のガイドラインに沿った背骨の精密検査です。



平成28年の政府調査では、「腰痛」は症状の第一位（男女合計）でした。

国民病とも言われる「腰痛」

腰痛や手足のしびれ、肩こりに悩まされていませんか？実はその原因の多くが「背骨（脊椎）」にあるのです。そこで今回は、背骨の病気の治療の最前線について、脊椎のスペシャリストである伊藤全哉医師（あいちせぼね病院院長）がお話しさせていただきます。

入院が短い手術

病状の程度が軽ければ、薬やリハビリで改善できます。しかし、重度の場合は手術が検討されます。内視鏡手術の進歩により、高齢者も手術が受けられる時代になりました。また、仕事に忙しくて休みの取れないビジネスマンや、体が資本のアスリート選手も内視鏡手術を数多く受けています。

椎間板ヘルニア・圧迫骨折は「1泊」または「日帰り」手術、脊柱管狭窄症は「2泊」手術で対応でき、短期間で日常生活に戻ることができます。

この手術法は、学術界で「最小侵襲脊椎手術（保険外診療）※」と呼ばれ、手術中の体の負担を抑えて早い回復を実現する手術法です。世界においては既に20年くらいの歴史を持つものですが、日本ではまだ執刀できる医師が少ないのが現状です。

最小侵襲脊椎手術

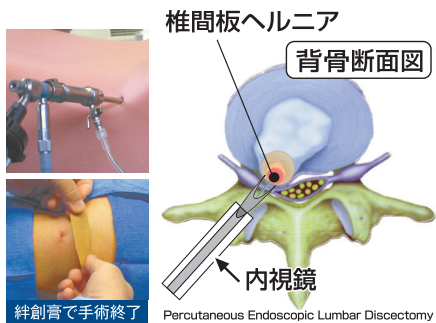
入院が短い
回復が早い

切開が小さい
身体負担が少ない

レーザー手術、内視鏡手術、固定術などの術式は、それぞれ対象となる病状が異なります。あらゆる術式の中から、病状に適した術式を選択することが大切です。

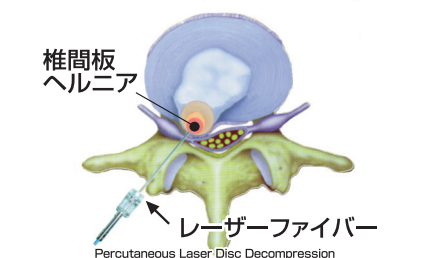
※重度の全身疾患のある方は手術が受けられない場合があります。

経皮的内視鏡手術
(PELD・PED) 1泊手術

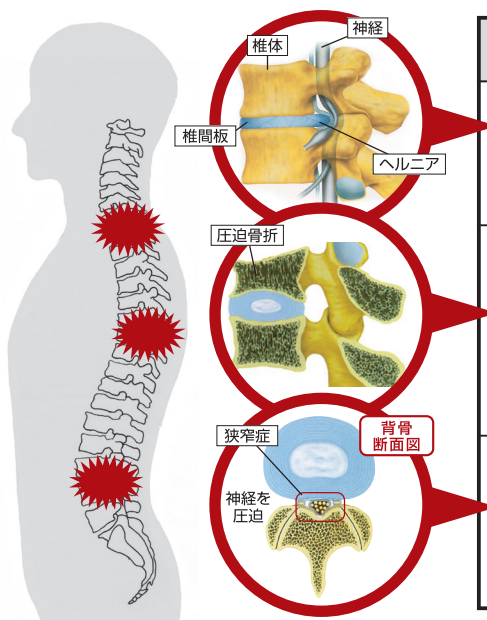


鉛筆ほどの細い内視鏡を使って、筋肉・骨を傷つけずにヘルニアをつまみ出す手術。中度～重度の椎間板ヘルニアに対応。

レーザー手術
(PLDD) 日帰り手術



レーザーで、蒸散・収縮させる手術。レーザーの照射は、椎間板中央部ではなく、「ヘルニア病巣部への直接照射」が重要。軽度～中度の椎間板ヘルニアに対応。



背骨の3大疾患

椎間板ヘルニア

どんな病気？

椎間板の中身が飛び出して神経を圧迫。

どんな症状？

●腰痛 ●手足のしびれ
●坐骨神経痛
●肩こり

脊椎圧迫骨折

背骨がつぶれてしまう。知らない間につぶれている場合もあり。

●背中や腰の痛み
●(痛くて)寝返りが打てない
●背中が曲がる
●背が縮む

脊柱管狭窄症

加齢により、背骨が変形、じん帯が厚くなるなどで、神経の通り道が狭くなる。

●腰痛、でん部痛、足のしびれ
●歩くと、足の痛み、しびれが強くなる

脊椎専門【手術実績 10,959件 (H19年～H28年)】 全国から来院多数



医療法人 全医会 あいちせぼね病院 院長 伊藤 全哉 犬山市五郎丸上池31-1

お問い合わせ・ご予約

0120-000-568

診療時間…8:30～17:30
休診日…日・木・祝



ホームページもあります

あいちせぼね

検索

体験者の声

経皮的内視鏡下椎間板ヘルニア摘出術(PELD)
とても楽な手術で、翌朝退院できました
T.Y様（サービス業 65歳）



ある日、ふくらはぎに痛みが走り、続いて太ももと臀部にも痛みとしびれが出てきました。近所の整形外科で脊柱管狭窄症と診断され、電気治療などを約3ヶ月受けましたが回復しませんでした。そこで、この病院で再度診察・検査を受けた結果、椎間板ヘルニアと分かり、手術することにしました。手術は痛みもなく、また手術跡も小さく、こんなに楽でいいのかなと思うほどで、翌朝には退院。家ではリハビリと並行して徐々に家事ができるようになり、職場にも復帰して定年退職しました。今は第2の仕事に就き、誰も腰の手術を受けたとは分からないほど自然に暮らしています。

※体験談は個人の感想です。

読者のこえ

インタビュー：大治太鼓は迫力があり、力をいただけるので大好きです。（豊田市：70代女性）

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

酢付手巻のり

海苔の片面にすし酢の粒が付いているので、普通のご飯をそのまま巻くだけで酢飯に変身! 具とごはんさえあれば、手軽に美味しい手巻寿司をお楽しみいただけます。お刺身がなくても、残ったおかずや野菜を巻くだけでおいしいです。

●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 (横浜乙女 お客様相談室)

C 5名様

本体が透明で使いやすい「らくらくオープナー(クリア)」

直径7cmの瓶のフタから、ペットボトルのキャップまで驚くほど楽に開けられます。また、先端の尖った部分で、缶のプルタブを楽に起こして開けることもできます。

●株式会社マーナ
TEL 03-3829-1111

D 5名様

国産発芽はとむぎ使用。飲みたい分だけ手軽に作れる粉末発芽はとむぎ茶「えん茶」

えん茶は国産はとむぎを発芽させてから焙煎した、インスタントの混合はとむぎ茶です。おいしさはもちろん、1杯分の小分けパックでお湯に溶かすだけで手軽に作れる点が魅力です。そのままだでも砂糖やミルクを加えてもおいしくお飲み頂けます。

●吉田大学堂
TEL 092-935-5324 <https://www.encha.biz/>

E 10組 20名様

レオナルド・ダ・ヴィンチと「アンギアーリの戦い」展 招待券

名古屋市博物館で、レオナルド・ダ・ヴィンチと「アンギアーリの戦い」展を開催。1月13日～3月25日まで。

●名古屋市博物館
名古屋市中村区瑞穂通1-27-1
TEL 052-853-2655
開館/9:30～17:00
※入場は午後4時30分まで
休館日/毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)、第4火曜日
特設サイト/<http://www.chunichi.co.jp/event/davinci/>

F 5組 10名様

名古屋市美術館特別展「真島直子 地ごく楽」招待券

白い大画面に鉛筆だけで細密描写を行う鉛筆画や、鮮烈なオブジェによって、「地ごく楽」(地獄+極楽)の世界に生きる人間の本性を表現する真島直子(1944年名古屋生)の近作を含めてその活動を振り返る個展。

●名古屋市美術館
名古屋市中区栄2-17-25 TEL 052-212-0001
会期/2018(平成30)年3月3日(土)～4月15日(日)
開館/9:30～17:00、金曜日は20:00まで
※入場は閉館30分前まで
休館/毎週月曜日
観覧料/一般1,200円、高大生800円、中学生以下無料

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 応募締切 2月9日(金) 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老人クラブに入ったきっかけは? ⑩行きたい国は?
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。

●2017年6月1日より、ハガキ料金が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。

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ることが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。
旅 楽 気 正 裏 歩 奉 言 初
仲 者 三 団 敷 功 進 説 大
国 夢 人 員 天 耐 屋 睦 賞

1月号(139号)の答え

日	下	意	地
	行	不	楽
月	忍	力	駄
	行		明
		屋	論
公			
			内
社			行
教		立	

10月号の答え

一	石	二	鳥	新
自	火	雲	心	月
衛	星	電	話	身
艦	光	町	医	者
隊長	古	学	改	
生死	事	大	通	過
永久	記	縁	自	
遠視	鏡	温	故	知

答えは2つあります。白米、新米

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、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



絵がみ展覧会

心のもった皆さまからの絵がみをご紹介します。

みよし市・柘植さん

犬山市・鈴木さん

美浜町・國松さん

津島市・古屋さん

知立市・加塚さん

豊田市・水野さん

テーマは自由 絵がみの投稿をお待ちしています。 〒450-0002 名古屋市中村区名駅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、年齢、住所をご記入ください。 ※お寄せいただきました作品の返却はいたしません。

老人クラブ会員向けに 3つの保険で安心補償

1 傷害保険 24時間型

自分がケガをした時の保険です。〈病氣および他人に与えたケガは対象外です。〉

対象：老人クラブ会員に限り。年齢制限はなく、いつでも加入できます。(1人1口加入) ただし、加入手続きは所属老人クラブの保険担当者に取りまとめる団体傷害保険です。

補償範囲：「24時間型(掛金3タイプ)」と「活動型(掛金3タイプ)」

掛金：〈24時間型〉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

補償内容：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

2 傷害保険 活動型

自分がケガをした時の保険です。〈病氣および他人に与えたケガは対象外です。〉

対象：老人クラブ会員に限り。年齢制限はなく、いつでも加入できます。(1人1口加入) ただし、加入手続きは所属老人クラブの保険担当者に取りまとめる団体傷害保険です。

補償範囲：「24時間型(掛金3タイプ)」と「活動型(掛金3タイプ)」

掛金：〈24時間型〉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

補償内容：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

3 賠償責任保険

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険。〈自分のケガは対象になりません。〉

① 対象：老人クラブ(全員加入が条件となります) ② 保険期間：毎年10月から1年間
③ 掛金：1人年額100円(最低引受保険料3,000円) ④ 補償：支払限度額1億円

公益財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係
TEL.03-3597-8770 FAX.03-3597-8767 〒100-8822 東京都千代田区霞が関3丁目6-14 三久ビル1階102号
(取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8769 (引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社
※この広告は「老人クラブ団体傷害保険 総合生活保険(傷害補償)」の概要についてご紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「重要事項説明書」をよくお読みください。ご不明な点がある場合は、代理店までお問い合わせください。 17-T00982 平成29年4月作成

旬の「福」を味わおう

日間賀島で

ふくプラン(～3月末まで)
1泊2食プラン 11,000円(税込)
2泊3食プラン 16,000円(税込)
海鮮プラン 7,000円(税込)
日帰り宴会プラン 12,000円(税込)
のんびり1泊2食プラン 12,000円(税込)

バスをご利用されない小団体、2名様からのご宿泊、お食事もうけたまわります。

三河湾国立公園・日間賀島
サンホテル 大陽荘
TEL.0569-68-2206
<http://www.taiyou-resort.com/>

往復バス送迎でラクラク島旅を満喫

立寄OK いちご狩り えびせんり 魚太郎
★平日(月～木)20名様以上、愛知県内～バス送迎(有料道路実費・船賃800円別途必要)
※金・土・日・祝日・20名様以下の場合はご相談下さい。
★知多半島の観光スポット立寄もOK

グループ特典

●宴会時に酒またはジュース1本付 & カラオケサービス
さらに 3月末日までのご予約で
25名様以上 宿泊 10,000円引き 日帰り 5,000円引き

