

桃花台のいきいきコミュニケーション

飛行船

A I R S H I P



TOKADAI

育ち 花咲く 人のまち

VOL.117

2021年4月



CONTENTS

- キラリ!この人
助産師 村瀬伊津子
- はつらつボランティアグループ紹介
オレンジカフェしのおかむら
- 桃花台センター発 情報ステーション
花と樹木のなんでも相談 ほか
- イベントインフォメーション(4月~6月)
- 愛林会里山だより(第21回)
代表 鳥居郁夫
- 篠岡考古学事始 其の二十四
中嶋 隆
- 世界 チーズ巡りの旅「ギリシャ」
大野じゅん子料理教室 大野順子
- 俳句
安藤 秋虹選
- あい・らぶMy Town Vol.60
みんなで運動を楽しもう!
第1老人福祉センター 野口の郷



看護師になりたいくて、迷うことなく看護学校を選び、看護師の道に。卒業後は、名古屋市立大病院に勤務しました。たまたま転職した国立名古屋病院（現、名古屋医療センター）内の看護助産学校に助産婦科が開設されると知り、新しいことに挑戦する気持ちで学校に通い、助産師の資格を取得しました。

問の仕事を始め、平成15年、出張助産院「ほのほの助産院」を開業しました。
助産院を開業するにあたり、2年間、市外の助産院で開業するための勉強を重ね、ネットワークを広げました。独立開業してから取り上げた赤ちゃんは40人余。家族に見守られながら自宅で出産したいという人の思いを大切にしてきました。村瀬さんの自宅には、感謝の気持ちを伝える手紙やメッセージ、写真などがいっぱいあります。どの人もどんな出産だったかもすべて覚えていて言います。

キラリ!
この人

**命の最前線で戦う
心優しい助産師さん**

村瀬伊津子さん(72)城山在住

妊娠・出産・育児を楽しんでほしいと新米ママに寄り添い、アドバイスをしながら、命の誕生の瞬間に立ち会う助産師・村瀬伊津子さん。小牧市内で唯一の出張助産院を開業する村瀬さんに話を聞いてきました。

●仕事の素晴らしさと責任

「学生時代、実習で出産に立ち会い、赤ちゃんの生まれるシーンを
見て、本当に自然に生まれてくる
赤ちゃんの生命力に心から感動し
た」と話す村瀬さん。今でもその



シーンは鮮明に覚えているそうで、「助産師になり40年、感動はもちろんです。いつも責任の重さを実感しています」と。

●助産師は女性の強い味方!

助産師としての村瀬さんの仕事は、出産だけでなく、多岐にわたります。ベビーマッサージは市内6カ所の児童館（※）で開催している他、パパのためのベビーマッサージも担当します。「ママよりもパパの方が緊張していて、丁寧で一生涯懸命ですよ」と笑います。おっぱいマッサージは戸別訪問してケアをします。小牧市内だけでなく、春日井市や守山区、岩倉市、一宮市など近隣の市町にも出張す



産まれたばかりの赤ちゃん。へその緒の処置をしています。

るそうです。

また、新しい経験や生活の中で、不安やストレスを抱える新米ママたちの相談に耳を傾け、専門家として育児が楽しくできるようなアドバイスをしています。

近い将来、妊婦さんや新生児、乳幼児のママたちが集える場所を作ることが夢です。家にこもりがちになっていくママたちが外に出るきっかけ作りになるし、ママ同士、お互いにいろいろな話もできます。ホッとできる環境を提供することで、不安やストレスが解消され「出産・育児は楽しいことだ!」と感じてほしいと村瀬さんは話します。

※新型コロナウイルスの感染状況により中止になる場合があります。

「インタビューを終えて

責任の重い仕事だけれど、素晴らしい仕事ですね。病院のように担当制、シフト制ではないので、お産の初めから生まれるまで、その後もずっと付き添う。信頼しかなさくないと思います。スゴイ。



ボランティアグループ紹介 VOL.42

桃花台をはじめ、近隣で活躍するさまざまなボランティアグループ。地域のため、自身のために積極的に取り組む皆さんの活動の様子を紹介します。

地域力を集め、地域を助け、見守る ～オレンジカフェしのおかむら～



市が主催する認知症サポーター養成講座を修了後、さらに知識を深めるため講習会に参加した篠岡地区の人たち16人が、2017年7月に始めたのが「オレンジカフェしのおかむら」です。

参加費100円で美味しいコーヒーを飲みながらお菓子を食べて、楽しく語り合ったり、歌や体操などレクリエーションを楽しんだりすることができ、各地域で開かれる高齢者が集うサロンとの大きな違いは、毎回、医療・介護に携わる専門職（ケアマネジャー等）のスタッフが参加していて、気軽に介護や物忘れなどの相談ができ



代表の小林静生さんと伊藤淳子さん



ることで、また、ここではメンバーが自主的に参加者の送迎もしています。



みんなの力が集まると

オレンジカフェしのおかむらの代表の一人、伊藤淳子さんは実母の認知症介護の経験から「皆さんの気持ちも分かるし、少しでも役

意識を高めていくことが大切だと思ひ、この活動に参加しています」と、発足当時から代表を務める2人は話してくれました。

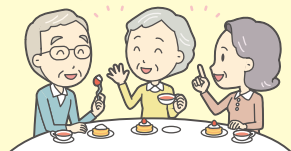
に立てればと思つて参加しました」と話します。もう一人の代表、小林静生さんは、たまたま民生委員をしていたので、講座を受講しました。「これからの桃花台を考えると、みんなを助けるという



楽しく過ごしましょ

「物忘れなど自分自身や家族に「あれ？」と思うことがあれば、いつでも気軽に参加してほしいし、ちよつとお手伝いなんて人も大歓迎です」と話す伊藤さん。メンバーがもてなすのではなく、参加者も共にできることを担当して、一緒に楽しく過ごすのが「しのおかむら」のコンセプト。地域の人の大切な居場所づくりをこれからも広げていくことがメンバー全員の熱い思いです。

オレンジカフェしのおかむら



- 開催日:毎月第2・4水曜日
- 時間:午後1時～3時
- 場所:池之内川南集会場
- 参加費:100円

※新型コロナウイルス感染拡大防止のためマスクの着用をお願いしております。また、37度以上の体温の方はご利用できません。
※新型コロナウイルス感染症の状況により開催中止の場合もあります。

詳しくは、篠岡地域包括支援センター小牧苑(電話78-7530)までお問い合わせください。

東部市民センター 【問合せ】電話79-0011 FAX79-0013
mail:toshimin@city.komaki.lg.jp 〒485-0815 小牧市篠岡二丁目23番地

古布を使った ミニ和風タペストリー展示

生涯学習情報誌「こまなび」第29号で募集中の、令和3年度前期市民企画講座「古布を使ったミニ和風タペストリー」関連展示で、特殊な粘着シートと古布を使って製作した素敵な掛け軸です。



日 時 令和3年4月2日(金)～5月6日(木)
※最終日は16:30まで

場 所 東部市民センター1階ロビー ガラスケース

フレッシュパーク

花ふれあい教室

ハンギングバスケット協会愛知県支部春日井地区の講師の指導により、初夏の長持ちハンギングバスケットを作ります。

日 時 5月15日(土) 10:00～12:00 **募集人数** 10名

場 所 フレッシュパークセンター **参加料** 3,000円

応募時期と方法 開催日1カ月前よりフレッシュパークのホームページと管理事務所にてチラシを掲示いたします。
その後、直接お電話ください。(☎0568-78-1110)

持ち物 持ち帰り用の袋



イメージです

尾張北部権利擁護支援センター

成年後見制度に関する巡回相談

毎月1回、相談員が東部市民センターに出向いて相談をお受けします。相談は 1日3組(1組50分)で事前予約が必要です。



日にち 令和3年4月6日(火)、5月11日(火)、6月1日(火) ホームページ

時間 ①13:30～14:20 ②14:30～15:20 ③15:30～16:20

場 所 東部市民センター 会議室

お問合せ・相談の予約 ☎0568-74-5888 FAX0568-74-5855

※受付時間は、平日午前9時から午後5時(祝日を除く)

※手話通訳・要約筆記など障害のため配慮が必要な方はご連絡ください。

桃花台センター発 情報ステーション

花と樹木のなんでも相談



花や樹木の病害虫の防除や施肥の方法など、花や樹木に関する様々なご相談に応じます。

相談者先着10名様に粗品進呈



日 時 4月16日(金)、5月21日(金)、6月18日(金)
いずれも10:00～12:00

場 所 桃花台ピアール広場(桃花台ピアール2階)

相談員 愛知県樹木医会会員・あいあいガーデニング

問合せ (一財)桃花台センター ☎0568-79-1330
土・日・祝日を除く 9:00～17:00

噴水・せせらぎの点検



桃花台中央公園の水の修景施設として親しまれている噴水・せせらぎの水が、ポンプなどの機械点検及び清掃のために休止します。
ご迷惑をお掛けしますがご協力をお願いします。

4月 8日(木)、22日(木)

5月 6日(木)、20日(木)

6月10日(木)、24日(木)

※荒天の場合は変更する場合があります。

- ウオーーク大会
グリーンピア春日井みろくの森周辺
4月29日(木祝)
- 緑と花のフェスティバル
グリーンピア春日井少年自然の家
4月29日(木祝)～5月5日(水祝)
- 内津文化財祭 内々神社
5月9日(日)
- レクリエーションスポーツ祭
総合体育館
6月13日(日)
- 犬山市 ☎0568・61・1800
- 春の犬山キャンペーン 市内全域
5月31日(月)
- 企画展「よみがえる文化遺産 修復と復元」
犬山市文化史料館
4月21日(水)～5月26日(水)
- 北名古屋市民歴史民俗資料館
☎0568・22・1111
- 歴史民俗資料館企画展
くつろぎの時間展
記憶のなかのやすらぎの時間・
思い出の至福の一杯
北名古屋市民歴史民俗資料館
5月30日(日)

- 春日井市 ☎0568・81・5111
- 瀬戸市 ☎0561・82・7111
- 第26回水野紫めくり 瀬戸市水野地区
4月10日(土)、11日(日)
- 第60回せと陶祖まつり
名鉄瀬戸線「尾張瀬戸駅」周辺及び市内一円
4月17日(土)、18日(日)
- 第38回しの工房めぐり 瀬戸市品野地区
5月8日(土)、9日(日)
- 第48回赤津線の里めぐり 瀬戸市赤津地区
5月8日(土)、9日(日)
- 小牧山さくらライトアップ 史跡小牧山
4月1日(木)～10日(土)
※桜の開花状況により変更あり
- レクスボ小牧2021
パークアリーナ小牧等
4月11日(日) ※パークゴルフ14日(水)
- 令和3年度小牧市消防観閲式 岩崎中学校
4月25日(日)
- ハラマシヤまつり
元気にいこう 心と体をリフレッシュ
小牧市総合公園市民四季の森
6月5日(土)～20日(日)
※5、6日のみイベントあり
- 2021年4月▼6月

篠岡児童館の催し 4~6月 [問合せ] ☎0568-79-0690

毎週水曜日休館

- **リトミック**【対象】2~3歳児と保護者【定員】6組【日にち】第1月曜日【時間】11:00~11:30
- **赤ちゃんと一緒に産後ヨガ**【対象】2~6カ月の乳児親子【定員】8組【日にち】4/8(木)、6/10(木)
- **イングリッシュシャワー**【対象】幼児と保護者【定員】6組【日にち】第2金曜日【時間】10:00~10:30
- **クラフトルーム**【対象】小学生以上【定員】6名【日にち】第2土曜日【時間】10:00~11:00
- **楽器であそぼ**【対象】2~3歳児と保護者【定員】6組【日にち】第3月曜日【時間】11:00~11:30
- **えいごであそぼ**【対象】幼児と保護者【定員】6組【日にち】第3金曜日【時間】10:00~10:30
- **インターナショナルあそび「ジュエリークイリングをつくろう!」**【対象】小学生以上【定員】6名【日にち】4/24(土)、6/26(土)【時間】10:00~11:00
- **子育て世代包括支援センターの育児相談**【定員】4組【日にち】5/11(火)【時間】10:00~11:15
- **ベビーマッサージ**【対象】2~6カ月の乳児と保護者【定員】4組【日にち】5/18(火)【時間】10:00~11:30
- **ワールドミュージック**【対象】小学生・幼児と保護者【定員】当日自由参加【日にち】6/5(土)【時間】11:00~11:30

大城児童館の催し 4~6月 [問合せ] ☎0568-78-0046

毎週火曜日休館

- **英語であそぼ**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】第1金曜日【時間】11:00~11:30
- **インターナショナルあそび「えいごでワンダーランド」**【対象】年少以上と保護者、小学生低学年【定員】8組【日にち】第2土曜日【時間】10:00~10:45
- **リトミック**【対象】2~3歳児と保護者【定員】10組【日にち】第1月曜日【時間】10:00~10:30
- **ベビーと一緒に産後ヨガ**【対象】2~10カ月児と保護者【定員】8組【日にち】5/10(月)【時間】13:00~14:30
- **クラフトルーム**【対象】小学生以上【定員】10名【日にち】4/17(土)、5/15(土)【時間】13:00~
- **イングリッシュシャワー**【対象】幼児と保護者【定員】各8組【日にち】第4金曜日【時間】10:00~10:30、11:00~11:30
- **ワールドミュージック**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】4/24(土)【時間】11:00~11:30
- **楽器であそぼ**【対象】2~3歳児と保護者【定員】10組【日にち】4/19(月)、6/21(月)【時間】10:00~10:30
- **楽器であそぼスペシャル**【対象】2~3歳児と保護者【定員】10組【日にち】5/17(月)【時間】10:00~10:30
- **ベビーマッサージ教室**【対象】2~6カ月児と保護者【定員】5組【日にち】4/15(木)【時間】10:00~11:30
- **パパと一緒にベビーマッサージ**【対象】2~6カ月児と保護者【定員】5組【日にち】6/19(土)【時間】10:00~11:30
- **子育て世代包括支援センターの育児相談&健康診断**【対象】乳幼児と保護者【定員】予約受付【日にち】6/4(金)【時間】10:00~11:15
- **ポルトガル語教室**【対象】小学生以上【定員】当日自由参加【日にち】毎週水曜日【時間】18:00~
- **赤ちゃんサロン**【対象】乳幼児と保護者【定員】当日自由参加【日にち】毎週水曜日、金曜日【時間】13:30~

新型コロナウイルスの感染状況により、イベント・催しが中止・変更になる場合があります。

エコハウス・小牧 [問合せ] プラザハウス ☎0568-78-5016

〒485-0802 小牧市大字大草5786-83 FAX 0568-78-5061
E-mail:saisei@city.komaki.lg.jp

- ところ** プラザハウス
- 対象** 市内在住・在勤・在学の方が優先
※各教室は一部を除き1回で終了し、継続教室ではありません。
- 申込み** 申し込み受付中、定員に満たない教室は開催日前日まで申し込み可。希望教室名、参加日、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、保護者氏名(ふりがな、保護者同伴の場合)、年齢、学年、電話番号を一世帯ごとに記入し、はがき、FAX、メール又は直接プラザハウス窓口 ※一人で複数の教室を申し込むことが出来ます。詳しくは、市ホームページ(QRコード)をご覧ください。



4月~6月 特別体験教室日程表

受講料無料

教室名	日	時	定員
★ 布ぞうりを編んでみよう	4月21日(水)		
	5月20日(木)		各5人
	6月18日(金)		
★ ステンドグラスで 四つ葉のクローバーを作ろう ※2回で1つの作品を作ります	4月16・23日(金)	午前9時30分 ~正午	各5人
	6月9・16日(水)		
★ さき織りでマットを作ろう ※2回で1つの作品を作ります	5月14・21日(金)		各6人
	6月22・29日(火)		
# とんぼ玉でアヒルを作ろう	5月26日(水)		各4人
	6月3日(木)		
	6月26日(土)		
# ガラスのペン皿を作ろう	5月9日(日)		各5人
	5月11日(火)		
◆ 季節(春)のお皿を作ろう (サンドブラスト)	4月18日(日)		各10人
	4月24日(土)		
◆ サンドブラストと粒ガラスで ミニ鏡を飾ろう	5月16日(日)	午前10時 ~正午	各10人
	6月20日(日)		
◆ 写真立てを作ろう ※紙すきバルブと粒ガラスで飾ります	5月29日(土)		各10人
	6月6日(日)		
◆ 牛乳パックでランドセルを作ろう ※紙すきバルブで飾ります	4月25日(日)		各10人
	4月29日(木・祝)		

対象年齢

★中学生以上 #小学4年生以上 ◆5歳以上
(対象年齢は各講座の難易度を示しています)
通常授業がある日は、小・中学生の方は参加できません

*小学生以下は、保護者同伴で参加できます。保護者はお子さんの付き添いになります。保護者1名につき、お子さん2名まで参加可能です。*教室に申し込みしていないお子さんを連れての参加はご遠慮下さい。

テーブルシアター「三びきのやぎのらがらどん」

俳優と音楽家のユニット「テーブルシアター」による演劇公演。人気絵本が原作の演劇公演を間近でご鑑賞いただけます。

日時 5月16日(日)
 1回目:11:00開演
 2回目:14:00開演
 (開場は各回20分前)
 チケット発売日4/16(金)～

場所 味岡市民センター 講堂

料金 500円【全席自由】
 ※3歳以上有料
 (大人一人につき2歳以下のお子様一人膝上鑑賞無料)

出演 テーブルシアター



テーブルシアター

にじいろ音楽隊 ファミリーコンサート

0歳から入場することができるファミリー向けのコンサート。前日の音楽ワークショップに参加する子どもたちも、一部一緒に演奏します。

日時 6月13日(日)
 11:00開演(10時15分開場)
 チケット発売日 4/30(金)～

場所 味岡市民センター 講堂

料金 一般:1,000円
 小学生以下:500円

【全席指定】

●一般のみアートフレンド会員割引あり

※3歳以上有料

(大人一人につき2歳以下のお子様一人膝上鑑賞無料)

出演 にじいろ音楽隊:黒田かなで(バイオリン)、岡林和歌(クラリネット)、近藤幹夫(マリンバ)、美郷(パーカッション)



にじいろ音楽隊

愛林会 里山だより 第21回



排水路の清掃

「松林保全活動」

大城小学校の向いにあります城山緑地に広がる松林、これを守り後世に引継ぎたいと作業をしております。しかしこのマツが毎年数本枯れ続けています、松くい虫による枯損が原因です。松くい虫被害の主要原因は、穿孔虫類の「マツノザイセンチュウ」によるマツ類の衰弱、枯死に伴う現象です。

どうして次から次へと枯れていくのか、実は伝播者「マツノマダラカミキリ」がマツノザイセンチュウを被害木から新しい元気な木へ運んでいるのです。マツノマダラカミキリの防除は空中散布の防除ですが、今は出来ませんので現在の対処方法は、被害木を伐倒し、破碎、焼却による駆除処置がとられております。そこで愛林会では、伐倒した跡地に落ちた種から芽を出した新しいマツを大事に育成して、次世代に繋げる作業をしています。

こうした貴重な緑の環境を守る為、草刈作業、排水路の清掃、間伐作業など愛林会一同愛情を持って努めさせて頂いております。

愛林会 代表 鳥居郁夫

篠岡 考古学 事始

其の二十四

瓦から推測する

大山廃寺古代伽藍

中嶋隆

五回にわたり大山廃寺跡の発掘調査成果を紹介してきましたが、最後に、出土瓦から推測する大山廃寺の古代伽藍の変遷を紹介します。一番最初に築かれた飛鳥時代から奈良時代にかけての瓦葺礎石建物伽藍(第一期)は、礎石が残る塔跡以外はすでに削平を受けていて発掘調査によっても詳細が判明しませんでした。しかし、その後の出土瓦の研究結果から、私は次のように変遷をしたと推定します。

①7世紀後半に児神社境内に細弁十六弁軒丸瓦(V類)と偏向唐草文軒平瓦(Ⅲ類・桶巻造)の組み合わせからなる中心的な建物(金堂?)が建設される。この建物には、細弁十六弁軒丸瓦(Ⅳ類)も一部使用される。

②8世紀中頃までに児神社境内に黒色の素弁八弁軒丸瓦(I-b類)と均整唐草文軒平瓦(I-b類・一枚造)の組み合わせからなる二つ目の建物が建設される。

③ほぼ同じ時期に児神社境内から

少し登った尾根上に黄灰色の素弁八弁軒丸瓦(I-a類・一本造)と均整唐草文軒平瓦(I-a類・一枚造)の組み合わせからなる塔が建設される。

④奈良時代のうちに塔が火災で焼失する。

⑤平安時代前期までに児神社境内の伽藍も衰微する。

現段階では、私はこのように考えていますが、研究者の間で統一した見解とはなっていない。今後、さらに詳細な瓦の研究や発掘調査がこの推論を検証してくれると思っています。平成二十七年から始めたこの連載も二十四回を数え、篠岡地区の考古学の話題は底をついてきました。ここで筆を置くことにします。この連載を通して、地域の歴史や文化遺産、また考古学に興味を持っていただけたなら幸いです。

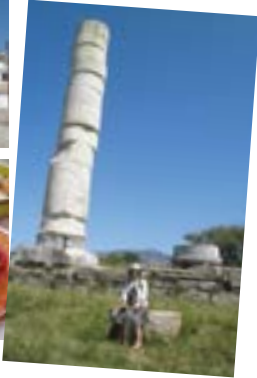
年代	建物	場所	瓦
七世紀後半	建物①	児神社境内	平Ⅲ 丸Ⅴ 丸Ⅳ
八世紀中頃	建物②	児神社境内	平I-b 丸I-b
	塔	塔跡	平I-a 丸I-a

大山廃寺古代伽藍(第一期)の変遷表

世界チーズ巡りの旅

「ギリシヤ」

「チーズ」をテーマに世界各国を旅する大野順子さんが、チーズの種類、各国のチーズ話、レシピなどを紹介します。



ギリシヤ

ヨーロッパの南東端にあり、バルカン半島の南端に位置するギリシヤ。正式名はギリシヤ共和国。面積は日本の約3分の1ほどで、数千にもおよぶ島を擁しています。首都はアテネ。オリンピック発祥の地であり、世界遺産が多く世界中から多くの観光客が訪れます。ギリシヤ料理の特徴は、太陽を浴びたハーブと野菜(トマト)とオリーブ(オイル)、新鮮な魚介類です。

水を加えると白く濁るギリシヤの酒「ウヅ」

ウヅは、ギリシヤでも一番有名といわれるお酒で、無色透明のリキュール。ほとんどがギリシヤと隣国のキプロス共和国内で生産、消費されています。アルコール度数は40%と高く、水割りでのいただきます。ウヅに含まれる油分が水に反応し乳化作用により白濁します。

世界有数のチーズ

大国・ギリシヤの国民的チーズと言われる「フェタチーズ」は、現存する世界で最古のチーズとも言われ、真っ白な色で熟成過程の短いフレッシュタイプ

のチーズです。ヤギの乳から作られ、塩味が強いのが特徴で、使う時に塩を抜きます。サラダに使われることが多い、たっぷりの野菜に砕いたフェタをのせ、オリーブオイルをかけて食べるのが一般的です。木綿豆腐のようなホロホロっと砕けるような食感があります。日本では真空パックやオリーブオイルに浸した状態で販売されています。



強いのが特徴で、使う時に塩を抜きます。サラダに使われることが多い、たっぷりの野菜に砕いたフェタをのせ、オリーブオイルをかけて食べるのが一般的です。木綿豆腐のようなホロホロっと砕けるような食感があります。日本では真空パックやオリーブオイルに浸した状態で販売されています。



RECIPЕ ギリシヤの前菜 ダコス

材料(2個分)

- フランスパン 2切※食パンでの代用可
- トマト 1/2個
- フェタチーズ 20g
- オリーブ 2個
- オレガノ 少々
- 黒コショウ 少々
- オリーブオイル 小さじ2〜



作り方

- 1.パンは2cm厚さ斜めに切り、トースターで軽く焼く。トマトはザク切りにする。フェタチーズは細かくする。
- 2.皿に、フランスパンを置き、トマト、フェタチーズ、オリーブを乗せる。オレガノと黒コショウをふり、オリーブオイルをかける。

※フェタチーズの塩分が強いときは、水で塩抜きして使う。
※フェタチーズの代用として、カッターチーズ、クリームチーズ、モッツアレラチーズ、木綿豆腐でもよい(その場合は塩を少々ふる)



大野順子

大野じゅんこ料理教室 主宰。乳業メーカーのお客様相談室で勤務。乳製品を使った料理の開発・普及を担当し、和食に乳製品を取り入れた「乳(ニュー)和食」を提案。東海3県内の保健所・保健センターで栄養講座を開講。現在は、近隣保健センターで、栄養改善教室を担当。

大野 料理教室 小牧 検索

俳句

小牧市文芸協会顧問
安藤敏幸(秋虹) 選

トンネルを抜けて満開山桜

前田憲治(久保一色)

【評】山間の長いトンネルを抜けると、満開の山桜が目にとび込んできました。「わ/す/ごい/きれい/」思わず声を上げ車を左側に止めました。コロナ禍対応の自粛の最中です。一日も早い終息を願っています。

鯉のぼり自粛の空でエールかな

坂倉くみ子(久保一色)

【評】端午の節句の鯉のぼりです。こどもの無事成長を祈ります。コロナ禍対応の自粛の空より鯉のぼりがエールを送ってくれています。一日も早く喜びの手を取り合いたいものです。

春の海沖より光寄せて来る

島田美代子(大山)

【評】「春の海」で一拍、「沖より光寄せて来る」と読みます。沖より光とは、水平線の波の光です。次から次と水平線の光が寄せて来ます。沖より「希望の光」がくり返し寄せて来るのです。「コロナ禍の終息を静かに願っています」。

久闊を新茶一滴一滴かな

安藤秋虹(小牧原新田)

【評】久闊とは、久しくたよりをしないこと。久闊を叙するといつて、久しぶりのあいさつをすることです。コロナ禍で親しい友とも会えません。新茶です。「一滴一滴と互いに新茶をつぎ合せて静かに旧交をあためあっています」。



みんなで運動を楽しもう!

生活の中に、運動を取り入れてみませんか。
年齢や体力に応じて参加できる運動をシリーズで紹介していきます。
心と体の健康を保持するために挑戦してみませんか。

第1老人福祉センター 野口の郷 第4回 健康増進を図ろう!

2019年4月に全面リニューアルオープンした野口の郷。健康増進の場としていろいろなマシンやマッサージ機が配置されています。機能回復訓練室ではルームランナーや筋力アップのためのトレーニングマシンが揃っています。初めてのの方は、トレーニングマシン講習会を受講することができます。



あり、使い方もさまざま。1日楽しんでいく人もいれば、日課として利用する人もいます。
施設の名称のとおり利用できるのは、市内に居住する満60歳以上のですが、毎週土曜日、第3日曜日は一般開放日として60歳未満の人も利用できます。

ヘルストロン室では、体を電界で包み、血液の循環を良くする装置やフットマッサージ器などがあります。さらに、談話スペースにはマッサージ機が3台置かれていて健康増進や疲労回復に役立つマシンが随所に配置されています。
入浴施設や娯楽室などもあり、使い方もさまざま。1日楽しんでいく人もいれば、日課として利用する人もいます。



●第1老人福祉センター 野口の郷

場 所:野口2426番地1 電 話:79-1188
利用時間:平日午前9時~午後4時30分
(浴室は午前10時~午後3時30分)
一般開放日:(土曜日、毎月第3日曜日)午前9時~午後8時
(浴室は午前10時~午後7時)
休 館 日:日曜日(毎月第3日曜日を除く)、
祝日(敬老の日を除く)、年末年始
利用料金:無料
※初回、利用にあたって施設内の受付で利用証の発行が必要
(要運転免許証または保険証)

その他 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、施設の利用制限を行っております。



お知らせ

「キラリ!この人」、「はつらつボランティアグループ紹介」、「いきいきサークル紹介」の情報提供を募集しています。その他掲載記事の情報もお待ちしています。

【連絡先=右欄に記載の桃花台センター飛行船担当。なお、掲載の可否、内容、時期などは当センターにお任せ願います。】



◇発行/一般財団法人 桃花台センター
〒485-0814
小牧市古雅一丁目1番 ビアール3階
TEL=0568-79-1330
FAX=0568-78-1239
H.P.=http://tokadai-center.jp
E-mail=zai-tokadai@poem.ocn.ne.jp

◇編集/エフデザインワークス株式会社
〒485-0041
小牧市小牧1-135 フジカネひまわりビル1F
TEL=0568-65-7077
FAX=0568-65-7270
H.P.=http://f-designworks.com
E-mail=info.fdw@gmail.com