笑いあり しみじみあり
シルバー川柳
みやぎシルバーネット
＋河出書房新社編集部
●1000円＋税
河出書房新社 TEL.03-3404-1201

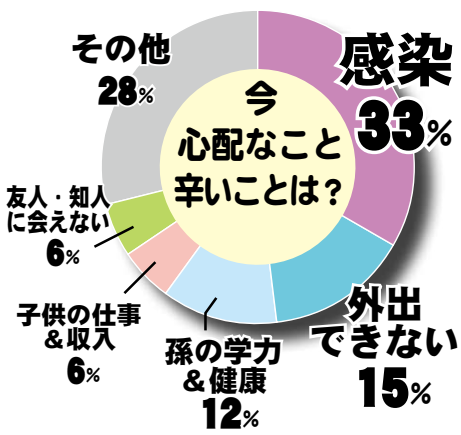
60歳からの情報紙
みやぎシルバーネット
発行所　みやぎシルバーネット
〒981-0905 仙台市青葉区小松島 2-9-5
☎ 022(274)1004　FAX(274)1037
休日／土日・祝日　みやぎシルバーネット　検索
通巻283号　毎月、月末に無料発行
発行部数 36,000部
毎日新聞　毎日新聞 読者の方の一部に折り込まれています。

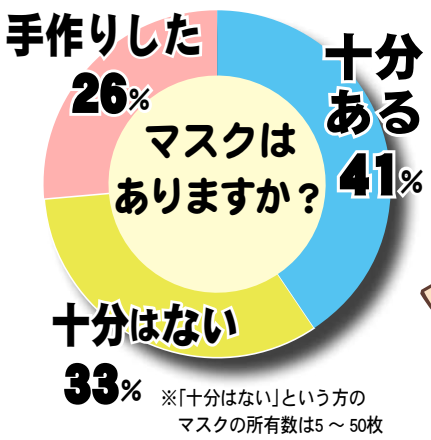
# 6月号 シルバーネット

## 読者アンケート
# マスクはありますか？

マスクが手に入らなくて、一時は大変でしたね。手作りしたり、節約して、読者の皆さんもしのいでいたようです。まだまだ続くコロナウイルスとの闘いですが、どのようにして切り抜けたら良いのか、お知恵も拝借しました。

アンケート実施日 2020年 4月末～5月10日
回答数　121人



※「十分はない」という方のマスクの所有数は5～50枚




## マスクの調達法 手作りなどの工夫について

**男性**　※数字は年齢
- 手作りマスク（妻と娘が作成）、定期的に薬局廻り（5枚入り500円くらいで1袋だけ購入できることがある）。70

**女性**　※数字は年齢
- 終活を兼ねて、仕舞っていたハンドタオルをマスクに。10枚ほど作り、洗って交換して使用。77
- 手作りが大好きなので、いっぱい作って皆にあげています。マスクは厚い綿がいいですね。73
- ハンカチを折りたたんで差し込んでいます。83
- 手作りマスクは、店に並ぶ必要も無くて安心。カラフルなマスクの方もいて、嬉しく思います。69
- 手作りマスクのゴムを探すのに苦労しました。75
- 岩手県の友から送ってもらいました。78
- 娘たちが手作りのマスクを送ってくれます。94
- 老人ホームに居るので、心配はありません。84
- 30枚3600円のマスクも買いました。今は2400円になり、充分すぎるほど店頭にあります。〇〇スーパーでは普通の値段で売っています。69

## 今、心配なこと、辛いこと？

**男性**
- 老人クラブの行事の遅れ　●習い事へ行けない　●面会出来ない　●医療崩壊　ワクチンや薬が早く出来ないか　生活が成り立たなくなる　●居酒屋に行けない　●地域交流の弱体化　●夏になるとマスク着用が大変にならないか　●公的施設の閉鎖　●ゴールが見えない　●買い物できない　●フレイル　●車中泊の旅に出られない　●通所している施設が休業になるかも　●病院へ行くのを控えてる　●東京に居る子供の感染　●施設の事（妻に会えず）

**女性**
- コミセン、市民センターの閉鎖　●体調を崩した　●マスクなしで話したい　●自宅でることが無い　●子供たちの学校や学力に格差が出ている　●電車で出かけるのが心配（ドアもエスカレータも手で触らず注意して行動）　●神奈川の大学生の姪のこと

## こんな時には、どうすれば？

**男性**　※敬称略・数字は年齢
- 読書　断捨離、草取り、一人で山菜採りで充実。叶　芳雄72
- 散歩、ジョギング。堀江良彦77　●断酒、気力を持続。中鉢紀雄79
- 良い機会ととらえ、持ち物の整理、読書、野菜作り、友人にハガキや電話。一番は必ず終息すると思って悩まない。中沢常夫84
- 自由な時間が無かったので終活、規則正しい生活を。飛田秀雄68
- ジッと耐え、荷物の整理に力を注ぐ。名作の本を読み返す。カラオケの腕を上げる。体力の維持に努める。草取りやゴミ拾いで町内の美化に努めるやることは沢山ある。保志　豊70
- 早朝ウォーキングと里山ハイキングで脚力維持。末永　均76
- 生産、特に土いじりに馴染むのが良い。菅原角一78
- ひたすら読書。紙谷義和70　●フレイルに注意。西川宜孝81
- 近くを散歩して、再発見するものを探す。鈴木雅明
- 不慣れな料理に挑戦し、喜んでもらう（特に家内に）。佐瀬　嵩83
- 川柳作句、TV（旅行などの）を見る、不用品の整理。青木敏浩86
- 持病を悪化させない。身辺整理。矢口敬治81
- 体力・免疫力保持を。（5月号に書いてある）田村蒸治79
- 美味しい物を食べて気分をプラスに高める。二郷徳夫89
- ストレス解消（毎日散歩）。佐藤哲造81　●川柳作り。渡辺正思77
- 朝昼夕、窓を空けて換気。高橋義雄82
- 新しい趣味を見つける。阿部栄一82　●何かに熱中。大橋庸晃74

**女性**　※敬称略・数字は年齢
- 孫（小学生）に野菜の収穫や草取りを手伝わせている。小関美枝子74
- シル川を読んでクスリ（薬）と笑い免疫力アップ！木村鏡子64
- 一日何か一つ出来れば満足と思うようにしている。及川たい子72
- 友達と電話やラインで交流、河原や墓場など人のいないところに行って体操。笑える思い出話を爺と語る。岡本幸子78
- 戦中戦後、生き抜いた底力で大丈夫！皆が力を合わせれば。梶原幸子79
- いたわり合って笑顔で明るく、感謝を忘れず。加納恵子73
- 花を愛で、家族の話を聞いて、まめに気配りを。佐藤敏子75
- マスク作り出来る人が教えて、又、次の人に教えて。原タエ子79
- この際ですので終活？押し入れ整理。佐藤裕子75
- 断捨離、読書、世界各国と日本人の考え方の違い等々、いろいろ考えさせられます。自分の本性も知ってしまう…。浅利桂子76
- 昔、読んだ本の読み返し。新しい発見が…。佐藤勝美63
- 穏やかに好きなことで時間を過ごす　小原秋子82
- 少しなら大丈夫と思わず、無理をしない。菅原育子73
- 長いトンネルを抜けることを想像する。私にとっての意味を見つける（本が読める当たり前の大切。人がいるから生きられる。絵手紙をしてきて良かった。夫の寝息だけで安堵。等々）長谷川登美71

お困りではありませんか？
財産整理 形見分け 終活
私たちにお任せください！
お見積り無料！ご自宅まで出張鑑定いたします！
☎022-722-3951
大黒屋
〒980-0811仙台市青葉区一番町4丁目2-10

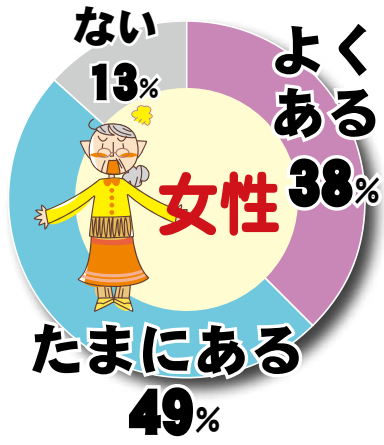
老後の不安 スッキリ解決へ！

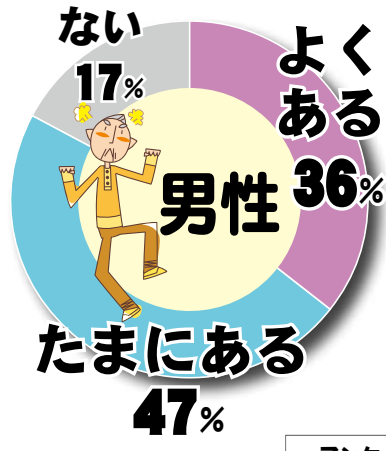


充実の160頁
好評発売中
シルバー川柳もタップリ！
ご購入方法
県内の主な書店で取り扱っています。店頭に無い場合は、書店に取り寄せをお申し出ください。
※ご自宅へ郵送もできます。
お申込み先…金港堂出版部
☎ 022-397-7682　※送料 200 円
定価 1,100円（税込）
編集：みやぎシルバーネット　発行所：（株）金港堂出版部

不動産のお悩みに新提案
家を売却しても住み続けられる
ハウス・リースバック®
ハウス・リースバックのメリット～「所有」から使用へ
1 買い取り代金は一括してお支払い！　2 人に知られる事なくスムーズに手続きが可能
3 将来的に再度購入する事が可能！　4 固定資産税がかかりません！
5 仮住まいを用意する必要がありません！　6 引越し費用や保証人が不要！
7 不動産売買だから厳格な金融審査は不要！　8 住宅ローンが未完済でもOK
9 売却代金の一部を賃料に充当可能 ※大半の不動産会社の場合、再度購入や賃貸として永続して住むことは出来ません!!
ハウス・リースバックの流れ【ご相談・査定無料】
ご相談 → 物件の査定 → 買取価格 リース料金のご提示 → ハウス・リースバック ご契約 → 名義変更 → 売却代金 受け取り → リース料金 支払い
★ハウス・リースバックご利用のお客様特典　65歳以上単身の方対象
安心 一人暮らしでも安心! 無料 コールサービス(お元気様コール)
毎朝お電話いたします! おはようございます
☑目覚ましやモーニングコールの代わりに
☑離れて暮らすご家族がご本人さまの異変に気づきやすい
☑安否確認のため
まずはどんなことでもご相談ください。TEL 0225-25-4196
HOUSE DO ハウスドゥ! 石巻蛇田店
石巻市恵み野5丁目1-3 キャッスルシティ恵み野102
営業日／10:00～19:00　定休日／水曜日・年末年始
全国ネットワーク630店舗の実績　県内全域対応
[免許番号] 宮城県知事（01）第006523号
[所属団体] (公社)全日本不動産協会、(公財)東日本不動産流通機構
[保証協会] (公社)不動産保証協会

# 読者アンケート
# イライラすることはありますか？




アンケート実施日 2020年3月末～4月10日　回答数　118人

コロナウイルスの影響で普段の生活を奪われ、イライラしている方も多いと思います。どんな時にイラッとなり、どのようにして解消しているのでしょうか？　若者とは違った、シニアならではの解決法もあるようです…。

## どんな時にイライラしますか？
## イライラの解消法は？

※数字は年齢

### 男性

《家族関係・人間関係》
●妻とのコミュニケーション不調の時。86　短時間で**忘却に努める**。
●妻と娘にイライラ。80　**耐える**。
●呼んでもなかなか来ない時。70　何事も気長に待つしかない。
●不在の時、妻が草花に水をやらないこと。73　**酒**を飲み文句を言う。
●小言を言われた時。86　2～3分、別のことを考えて解消。
●相棒と旅行に行く時、出発時間5分前になっても見えない時。77　腹を据え割り切る。
●連れ合いに、食事の際の姿勢のまずさを指摘されたり、長年の食習慣や食文化の違いから来る行き違い。71
●人間関係。76　川柳。●同。81　空を見る。●同。78　相手の立場で対応。
●自分の話をきちんと聞いてくれない人に。74　**過去と人は変えられない**と思うようにする。●言い返せない時。72　やり過ごすのみ。
●迷惑をかけて平気な人、理不尽な行動、言動に遭った時。81　ごく一部の人と納得する。いろんな考え方があるんだと**割り切る**。
●住んでいるマンション30数戸のうちオーナーが居住しているのは10数戸。あとは賃貸で、マナーを守らない人がいる。79　気にしないようにしている。近くの大きな公園を一周してくるとスカッとする。

### 女性

※赤い文字は解消法について。

《家族関係・人間関係》
●夫の言動。65　夫のおごりでビールを飲む。
●夫との会話。73　友だちとおしゃべり、歩く。
●夫の行動にイライラ。いつもテレビのスイッチ消すこともなく移動。73　夜一人ビール（350）飲んで、**一人グチ**。
●夫と意見が合わない時。71　深呼吸、心で「一、二、三、四…」と数える。
●食事を作って夫の帰りを待っている時、もういこれ以上待てない時。73　我慢の限界が切れた時、外に出てグチを聞いてくれる友。
●夫が言うことを聞いてくれない時。69　美味しい物を食べてスッキリ。
●夫婦の意見の相違。82　庭の手入れ、草取り、一人で黙々が一番。
●花や野菜の肥料が欲しいが、夫に盛り土になるからと怒られる。83　庭に出ると私の世界がある。ミミズだって愛おしく思える。パン屑、ごはん、サツマイモの皮などを置いておくと鳥やスズメが来てくれる。川柳、200余の皆さんと毎月の再会、楽しみにしています。
●亡夫がありがとうの言葉を一度も言ってくれなかった。ありもしない事で私の浮気を疑ってた。本当にムカムカしました。90代
●孫の行動。返事はするが、すぐ実行せず。もちろん夫も。夫は返事もせず、ルールを守らない人にもイライラ、だらしない割には、変なところ完全主義。69　友との会話。買い物、美味しい物を食べる。



**「ありがとう」を言わない**
**スイッチを消さない**
**変なところで完全主義**

●気持ちが相手に伝わらない時。73　マイカーでドライブ。近所を散歩。
●時間を守らない人。若者の行動。83　**自分と波長の合う人を中心に付き合う**。
●電気の付けっぱなし。70　●約束の時間を守らない時。65
●真面目に納付した税金の使われ方が信頼できない。82　納税者の信頼に値する政治の確立が急務。
●最近はコロナで家からあまり出られないこと。79　車寝泊まり旅行を計画する。旅の本るるぶ、まっぷるを見る。
●深呼吸。散歩。75　●酒を飲む　74　●カラオケに行く。82

《老化現象・体調不良・病気》
●物忘れで注意された時。90　解消法はない。
●調子悪い時。73　顔に出るので、極力**笑ってごまかす**。
●脳梗塞を煩い、身体が自由に動かない為。76　パークゴルフを楽しみ、友だちとボールを思い切り打つ事。
●義足が思うように動いてくれない時。82　思うように行かないことを**素直に受け入れる**。
●行動を共にしている相手がモタモタしていたり、自分自身が思うように動けなかったりした時。83　性格的なもので今更どうしようもない。
●自分の思い通りにならない時。91　忘れるようにしている。

《病院・スーパー・銀行》
●診察で。85　川柳を考える。●病院での診察待ち。82　単行本を持参。
●病院の診察待ち、ルールを無視する人に出会った時。79　ジッと我慢。
●病院で待たされる時。72　**好きな音楽を聞く**。
●病院で予約で行っても1時間も待たされる時。ATMで前の人がモタモタしている時。フリーコールが中々つながらない時。72　ゆっくりとした気持ちが大切。
●スーパーのレジで待たされた時。81　軽く一杯（晩酌）、散歩にゴルフ。
●買い物で長時間並んだ時。63　好きな曲を聞いたり酒を飲む。
●レジの会計時、財布から1円玉を一枚一枚さがして渡している人。84　私は小銭は小銭入れに入れているので、会計の受け皿にパーッと入れて、そこで百円、五十円、十円、一円もすぐ払えます。
●待たされる時（買い物でレジの行列、車での渋滞、病院の待合室）。80　ほとんどの場合、川柳を考えている（メモ帳を手放さない）。
●ATMやレジの長い列。70
●ATMで何回も操作ミスをする年輩者。77　落ち着いてじっくり待つ。
●会計が上手くいかない時。79　場を離れて**茶をすする**。

《習い事・趣味》
●習い事が上手にならない時。78　あせらず、ただ練習する。
●①習字を習い、毎月作品3点を提出しておりますが、締切が近いのに満足する作品が書けない時。②マスコミに投稿しており、採用の電話がない時。83　①については、仕方がないので一番良いとするものを提出。②については、諦めて新しいネタを探す。
●碁などの勝負ごとに負けた時。91　音楽を聴く。
●俳句、川柳が上手にいかない時。94　**ワインを飲む**。
●創作活動の停止時（俳句、漢詩）、人間関係がこじれた時。90　吟詠、飲酒、熟睡。●川柳作句、読書、ボラ活動等習い事が上手にならない時。78

《交通・移動》
●運転手のマナーが悪い時。75　音楽を聴く、運動や散歩をする。
●（現在はないが）仕事で通勤時の交通渋滞。70　一人で運転中は「バカヤロー」**「テメー消えろ」**などと悪態をついて解消。同乗者がいても出てしまい、人格が変わると怖がられた。●右折合図の遅い車。77
●バスの降り口で前の人が時間がかかっているとき。79　「手伝ってあげたいな」などと、**優越感を持つ**方向に切り替える。
●バスが時間通りに来ない時。壊れたところを修理しても中々直らない時。絵が中々描けない時。94　時間が経つと気にならなくなる。

《その他》
●人生が思い通りにいかない時、話しの食い違い。67　運動、旅行等。
●近頃の永田町と霞ヶ関。78　五七五に助けられる。
●仕事が予定通りにできない時。68　休憩して気を紛らす。

**出かける時間になっても化粧中**
**小言ブツブツ**
**呼んでも無視**



《家族関係・人間関係》
●家族と意見が合わない時。79　野に出て一心に**小花を描く**。
●人間関係。80　外に出る（草取り、ペットと遊ぶ）。趣味をする。
●人間関係。67　悲しいビデオを見る（涙がストレスを洗い流してくれる）。自分の**気持ちをノートに書き出す**。
●人間関係。79　ノートに書く、親しい人に電話する。**深呼吸**する。
●意見の相違。72　自分の考えを紙に書いて残す。書いているうちに落ち着いてくる。
●介護。人間関係。77　人間関係は相手に合わせる。**川柳で胸の中を全部吐く**。他人に見せられません。
●横断歩道をスマホ見ながら渡る人を車で待っている時。今、説明したのに同じことを聞かれた時。78　**相手は別の国の宇宙人だと思う**。目や耳の悪い人を責めないでしょう…と思うことに。
●人間関係（現在はない）93　心を落ち着かせ、ゆっくり話す、忘れる努力。自分にも責任があると思う。
●他人の悪口を言う人。（また聞きし、相談されます。レベルが低くて困ったものです。お互いに先が短い人生なのに）73　必至に生きていると全て小さく見えて、寛大に受け止める努力を。毎日毎日が感謝でありがたいです。
●天井の薄いマンション。越して来た家族のドタバタ足音が昼夜。81
●同居人の朝が遅い　家事がはかどらず。71　**甘い物**。
●こちらの話しを聞いてくれず、一方的に話しをされる時。74　結局、友人に自分の話を聞いてもらう。　●待てない。87　怒る。

《老化現象・体調不良・病気》
●自分の老化。若者の身勝手な振る舞い。79　若い頃、よく耳にした祖母の言が今、納得。「昨日まで出来たことが協できない」お年寄りのもたもたは、自然現象です。優しくネ！**いちいち気にしない**。
●超美人のコメンテーターが早口で聞き取れない、冷たく感じる。83
●老化現象が激しく、怒る元気がなくなり穏やかに暮らしています。78
●疲れて、物事が上手くいかない時。74　花を愛で、五七五を考える。
●事が思い通りに行かない時。77　深呼吸。**時代小説**を読む。
●自分の思い通りに行かない時（しなくていけないのに、面倒で気にしながら投げている時）。78
●今まで出来ていたことが出来ない。76　**まあいいか…と歳のせいにする**。
●年齢を増す毎に、自分の身も頭も付いていかない。76　**果物、漬物等をむさぶる**。
●自分の身体が思うように動かない時。国会中継（黒塗りの書面の公開に腹が立ちました）80　大好きな料理を作ったり、友だちに電話したり、**お互いにグチを言い合ったり**。
●自分の行動が思うように行かない時。81　先ずは**深呼吸**。気分転換に音楽を聴くか歌を歌う。ウォーキング。
●眠れない時、家事全般で疲れた時。83　友との会話。カラオケ。
●身体に異常がある時など。83　デパートで**買い物**。ランチ。
●大病して退院し、家事に従事するも、健常の時と比較して何をするにも動作が鈍く…。76
●予定の日を間違えた時。72　**早く忘れて良い方に考える**。
●思うように行動出来ない（何となく心が自由にならない）。76　散歩、運動よいらしい。
●庭の草がすぐはえる。腰痛のため草取りが思うように出来ない。95　絵を描く、音楽を聴く、除草剤をまく。

《スーパー・銀行》
●トイレやATMの待ち時間。66　自分の後を見て自分を納得させる。
●買い物をしている時、通路で話しに夢中で邪魔になっていても気付かない人。75

《習い事・趣味》
●川柳がうまく出来ない時。64　下手な句でも一度書いてみる。
●パソコンの調子が悪い時。雨続きで散歩と洗濯ができない時。68　コーヒーとお菓子で気分転換。家の中で**ストレッチ**。

《交通・移動》
●エスカレーターで右側をかける方（階段登れば！）。75　**すぐ忘れる**ようにする。
●歩いている時に、前の人が道を邪魔するかのようにのったり歩いている時。75　趣味をする。

《その他》
●電話セールス。78　友と茶飲み。
●イライラしたら**食べる**。60
●**孫の話**をすると良い。79
●（ない）物は考えよう取りよう、ストレス無く幸せです。90
●（ない）残りの人生は楽しくさわやかに歩んでいきたいです。76


草取り、庭木の手入れ
伐採、外構工事
不用品・廃材の処分もOK!!
自分では出来ない 困った はご相談ください!!
どんなことも喜んでお手伝いします!
不用品片付け等のお手伝い、引越のお手伝い、空き家のお掃除・管理・見回り、遺品整理、日曜大工、組立てetc
作業代 1人1日/16,000円から
ごみ処理代/4,000円から
お見積もり無料!!
安心価格
ライフサポート藤
（ガーデン藤）仙台市太白区大塒町25-5（佐藤）
☎090-3983-1183
☎022-229-1183

電解水でワンランク上のウイルス対策を
除菌電解水給水器
@除菌 PREMIUM 手・洗う®
手指洗浄　衛生管理
空間除菌　脱　臭
酸性電解水の特徴
●除菌スピードが速く残留性が少ない。
●幅広いウイルス、菌やカビに有効。
●塩素系薬剤より安全性が高い。
病院・施設・一般家庭でも使用可能!!
手洗い以外にも使い方いろいろ
超音波式噴霧器 プロミスト
●超音波式噴霧器プロミストで空間脱臭・除菌
●スプレーボトルで部分的な除菌・洗浄・脱臭
商品について詳しくはこちらまで
㈱カガク興商株式会社 石油ガス部
石巻市三ツ股一丁目2番106号　☎0225-95-3381

町弁 無料相談実施中!
話しやすい 頼れる身近な弁護士
絵：お子さん作
シルバーネット読者に限り
3回まで相談無料。
あせらず、ゆっくりご相談いただけます。
夜間，休日の相談も大丈夫です。
遺言，相続，成年後見，訪問販売やリフォームのトラブル，日常疑問に思っていた法律問題などお気軽にご相談ください。
大町法律事務所
（仙台弁護士会所属）
弁護士　小田嶋章宏　（登録番号33887）
相談の際は事前にお電話ください（要予約）
☎022（355）5676
仙台市青葉区大町2丁目3番11号
レイトンビル7階

# 被害防止のため 固定電話機の対策をしましょう

せんだい 防犯 NAVI

令和２年 県内の特殊詐欺 ４月末現在

| | | |
|---|---|---|
| 件　数 | ７０ | 件 |
| 前年比 | －７ | 件 |
| 被害金額 | 約1億3,116 | 万円 |
| 前年比 | ＋4,288 | 万円 |

防犯・詐欺・悪質商法等に関する相談もお気軽に！
県警の相談専用電話
☎（266）9110
＃9110（プッシュホン回線の場合）

特殊詐欺被害の内、オレオレ詐欺、預貯金詐欺、キャッシュカード詐欺盗は、高齢者が狙われている手口です。

オレオレ詐欺は、息子や孫などを装い、「会社の書類をなくした」などと言い、現金等をだまし取る手口です。

預貯金詐欺やキャッシュカード詐欺盗は、警察官や銀行員等を装い、「あなたのカードが悪用されている。」などと言い、キャッシュカード等をだまし取ったり、隙を見てキャッシュカード等を盗む手口です。

犯人が、最初に被害者と接触を図る方法については、

**全て固定電話機への電話**となっております。

つまり、固定電話機の対策を講じることが、被害防止に有効です。

固定電話機の対策は、

**① 警告・録音機能付きの固定電話機を活用すること**

**② 固定電話機を常に留守番電話に設定すること**です。



犯人は、自分の声を録音されることを嫌がってすぐに電話を切ることが多く、直接犯人と話をせずに済むため、有効な対策となります。

最近では、新型コロナウイルスに関連した特殊詐欺の予兆電話も確認されており、犯人から高齢者が狙われている状況が続いておりますので、被害防止のため、固定電話機の対策をしましょう。

# いす式階段昇降機 楽ちん号 利用者の声⑱

## 顧客や地域住民の高齢化へ対応

## カタログ進呈中！ 現地調査や見積は全て無料

大崎市田尻　（株）荒産業　代表取締役　荒 孝治さん



詳しくはホームページで。
菱光リフト　検索

階段昇降機は工期や費用の面でも魅力にあふれるため、一般住宅以外にも各企業様や病院、老健施設など数多くの場所に設置されています。

昨年９月に竣工した新社屋に『楽ちん号』を設置されたのは、（株）荒産業さん。

土木工事の設計施工を主な業務とする同社の荒社長（写真）は「取引先の社長が足が不自由だったので、何か良いものはないかとインターネットで調べて12月に設置しました。価格が明瞭だったことも決め手となりました。使ってみて、やはり安定感が良いですね。デザインもシンプルで気に入っています」と話していました。

社屋の１Fには、買い物に困っている地域のお年寄りのためにコンビニエンスストアをオープン。「隣近所に住んでいる方も取引先の方も高齢者が増えています。昇降機があることで、気軽に来たいただければと思っています」（同）時には、数十キロにもなる工事用の大量の書類を昇降機で運ぶこともあるそうです。

『楽ちん号』は、どんな階段にも設置可能（屋内、屋外、木製、コンクリート製、鉄製、急勾配等）。現地調査・お見積も無料。菱光リフト東北（株）は45年の実績ある会社で、アフターサービスも万全です。

**問／菱光リフト東北（株）**
**☎022（378）5733**

# 新型コロナウイルスに便乗した悪質商法

## 「助成金があるので個人情報を教えてほしい」等のなりすましに注意！

**トラブルソウダン** TORABURU SOUDAN

**相談事例**

市の新型コロナウイルス対策室を名乗り、個人情報を聞き出す不審な電話を受けた。

「市のコロナ対策室です。この度はコロナウイルス感染のことで、大変ご心配をおかけしています。お見舞い申し上げます。市ではこのような皆様に助成金をお配りしています。つきましてはキャッシュカードの番号又は銀行口座番号に振り込みますので番号を教えてください」という電話がかかってきた。不審だ。

（年齢不明　女性）

**アドバイス**

●怪しい電話はすぐ切り、メールは無視してください。

●新型コロナウイルス対策に便乗し、市役所などの公的機関になりすまして、個人情報や口座情報を搾取しようとする相談が見られます。電話やメール等で「助成金があるので個人情報や口座情報を教えてほしい」と言われたら、詐欺の疑いがあります。こうした電話はすぐ切り、メールは無視してください。

●絶対に口座情報や暗証番号を教えたり、キャッシュカード等を渡さないでください。

●少しでもおかしいと感じた場合や、トラブルにあった場合は、早めに仙台市消費生活センターにご相談ください。

一人で悩まず、早めに相談を…
**仙台市消費生活センター**
☎（268）7867（なやむな）
（または、局番なし「１８８（いやや）」）
FAX（268）8309
所在地／141ビル（三越定禅寺通り館）５F

# 寺院探訪



13回忌まで個別に安置供養、以後合祀墓に移し33回忌まで寺が供養する永代供養墓

## 葬儀とお墓で20万円から 煩わしさの無い「会員登録制」

天台宗北目山「賢聖院（けんじょういん）」の永代供養墓が、みやぎ霊園の中に設けられて人気を集めています。

賢聖院は、午年（うま）生れの守本尊「勢至菩薩（せいしぼさつ）」を関東以北で唯一お祀りしている、北目町にある二十三夜堂（にじゅうさんやどう）の正式名称。

由緒あるお寺でありながら、煩わしさの無い会員登録制を導入していて「維持管理費で子供に負担をかけたくない」「形式にこだわりたくない」といった方々からも好評です。

※「パンフレット」配付中。ハガキにてお申込みを。

**賢聖院☎（722）0238**
**仙台市青葉区北目町7-11**

■賢聖院の永代供養墓（みやぎ霊園内）
永代供養墓は檀家制でなく生前契約による会員登録制のため、煩わしさも無い新しい考え方の墓として注目されています。
・どなたでも利用可。宗旨宗派は問わず。
・合祀墓５万円。年間維持管理費は無し。
・葬儀15万円から。


ケアハウス「アポロン」
入居者募集中!!



入居要件：60歳以上の方であれば介護保険対象者でなくともご利用いただけます。（ご夫婦の場合はどちらかが60歳以上）

サービス内容：①食事の提供　②入浴の準備　③余暇活動の支援　④緊急時の対応　⑤生活相談　⑥夜間対応（ナースコール完備、宿直常駐）

費用負担：月額約8万円～15万円（光熱費別）
※詳しくはお気軽にお問い合わせ下さい。

ご本人様の年収により、県からの支援が受けられます。

施設概要：
✺定員36名（全室個室、夫婦部屋あり）　✺トイレ、電気調理器、収納タンス、ベッド付き
✺シャワー付き個室あり　✺食堂、大浴場、図書コーナー



ケアハウス アポロン　社会福祉法人 紀心会　亘理郡山元町山寺字堤山8-3
APOLLON　☎0223-33-8898　《メールアドレス》info@kisinkai.jp


## シルバーネットの主な設置場所

| | |
|---|---|
| ● 地下鉄の駅 | 泉中央・黒松・台原・北四番町・勾当台公園・広瀬通・仙台・五橋・河原町・長町一丁目・長町南 |
| ● 公共施設 | 市民センター・シルバセンター・福祉プラザ・老人福祉センター・メディアテーク・生涯学習支援センター 消費生活センター・NPOプラザ・市民活動サポートセンター・カメイアリーナ仙台・元気フィールド仙台・青葉体育館 |
| ● 医療機関 | 大学病院／市立病院／オープン病院／労災病院／医療センター／西多賀病院／がんセンター／赤十字病院 医科薬科大学病院／JCHO仙台病院／JCHO仙台南病院／循環器病センター／広南病院／JR仙台病院 |
| ● スーパー | モリヤ／一部の生協・一部のヨークベニマル・一部のザビッグ |
| ● 金融機関 | 杜の都信用金庫 |





「秋保樹木葬」・「松島樹木葬」は過去の宗旨宗派は問いませんので、どなたでもご利用いただけます。
一般の代々のお墓と違い、個人あるいはご夫婦のお墓なのでお墓継承の心配がありません。

［事業主体］宗教法人　大雲寺
［アクセス］
●仙台駅より西道路経由 車で33分
●仙台西道路より愛子バイパス 錦ヶ丘を経由 車で28分
●太白区役所より国道286号と県道62号を経由 車で38分

5月25日（月）～6月28日（日）
［受付・見学時間］10:00～15:00
◆1人用 20万円 ◆2人用 30万円 ◆4人用 50万円
◆共同型樹木葬 ハナミズキ 1人 5万円
「秋保樹木葬」・「松島樹木葬」はペットと一緒に入れます。

［事業主体］宗教法人西光院
［アクセス］
●JR品井沼駅より徒歩10分
●三陸自動車道松島北ICより車で5分
●2日前までのご予約でJR東北本線品井沼駅から送迎いたします。

秋保樹木葬　［お問合せ先］0120-97-8389
宮城県仙台市太白区秋保町長袋字水上北28 秋保樹木葬（宗）大雲寺

松島樹木葬　［お問合せ先］0120-23-4114
宮城県宮城郡松島町幡谷字観音52 松島樹木葬（宗）西光院



満足・納得 損をさせない!! お約束



施設に入ったら 空き家になってしまう
土地があるけど 相続する家族が悩みそう

「売りたい!・貸したい!」有効活用する場合、資金は必要なの？

《住まいのトータルプロ》こちらもお気軽にご相談ください!!
●リフォーム ●住まいの改善 ●ハウスクリーニング ●除草 ●定期清掃 等



株式会社サンテツ　住まいのことならどんなことでも、まずはご相談ください。
不動産の三浦屋　TEL 022-353-6116
〒984-0042 仙台市若林区大和町5-10-5



宮城県知事（2）第5973号（社）宮城県宅地建物取引協会会員　不動産の三浦屋 検索　www.miuraya33.com/

# 読者投稿作品



太白区鈎取　中村佐江子(91)


リハ青山　佐藤けい子(85)



太白区袋原　岩井元司(87)



若林区古城　佐藤裕子(73)


岩沼市　及川たい子(72)



太白区東中田　横尾千枝子(83)



青葉区中山　山形　正(70)



富谷市富ケ丘　菊地千鶴子(67)



青葉区中山吉成　長谷川登美(71)


宮城野区福室　芳賀昭子(88)



若林区荒井　小野さつき(76)



青葉区錦ヶ丘　佐藤ふさ子(70)



宮城野区原町　柏原蔦子(84)



村田町　吉野美智子(66)



青葉区落合　髙橋スマノ(93)



青葉区東勝山　梶原幸子(79)


太白区あすと長町　北畠ふくよ(91)



太白区茂庭　鹿又和子(79)



青葉区花壇　松田瞭子(94)



太長会リハ　久慈レイ(92)



富谷市あけの平　松元ゆり子(67)



泉区長命ヶ丘　阿部　弘(77)



宮城野区鶴ヶ谷　横田春治(68)


宮城野区福室　堀口重光(81)


リハ青山　渡邊愛子(92)


リハ青山　庄司　努(70)


太白区あすと長町　大友寛子(84)


太白区あすと長町　村井鶴子(92)


太白区あすと長町　久米禮子(82)



大河原町　鈴木昌子(75)

## イベント情報

**市民利用施設の再開日**
※主な施設を抜粋・再開日は予定
シルバーセンター　6月1日
老人福祉センター　6月1日
老人憩の家コミセン　6月1日
区文化センター　6月1日(以降)
市民会館　6月1日
戦災復興記念館　6月1日
市民活動サポートセンター　6月1日
エル・パーク仙台　6月1日
福祉プラザ　6月1日
市民センター　6月2日

**傾聴サロン**
6月6日(土)10時～16時
仙台市福祉プラザ
※参加費無料(要予約)
※悩みを聴いて欲しい、自分のことを分かって欲しい等、あなたの不安や悩み、胸の内をカウンセラーがお聴きします。個別に対応。
■問／NPO法人仙台傾聴の会
☎090(6253)5640

**気楽に楽しく エッセイを書こう**
6月13日(土)11時～12時30分
会場／シニアネット仙台
参加費／1250円(資料代100円)
■問／サロン☎(217)0101

**家族に伝えたい自分史を書こう**
6月13日(土)13時30分～15時
※会場&参加費&問合先は同じ

**シニア限定のパートナー探し 大人の茶話会**
6月21日(日)13時30分～
会場／ホテル・ユニサイト(モントレ裏)
男性5000円・女性2000円
■問／☎090(7790)5480(太陽の会)

**介護講座**

**▼テーマ別介護講座**
**「高齢者の摂食嚥下障害と誤嚥予防」**
6月3日(水)13時30分～15時30分

**▼介護1日講座**
**「介護に役立つ薬の知識」**
**「介護保険を理解しよう!」**
6月10日(水)10時～15時

**▼介護ナイター講座**
**「認知症の医学知識」**
6月18日(木)18時30分～20時30分
※会場は仙台市シルバーセンター
対象は市民(仙台市内在住かお勤めの方)
受講料無料(※希望者のみテキスト代)
■問／仙台市健康福祉事業団 介護研修室
☎(215)3711

**「電話相談」実施中**
コロナウイルスの影響でストレスを抱えた方等へ、電話相談に対応しています。
●月・水・金　10時～16時
①☎070(2025)8947
②☎070(2025)8200
③☎090(6253)5640
※月水金の電話が繋がらない場合は、①～③の順にお掛け直し願います。
●火・木・土　9時～17時
☎080(3199)4481
※いずれの場合も、専門スタッフが秘義務順守で対応させていただきます。
■問／NPO法人仙台傾聴の会
☎070(2025)8200

**野山ウォーク・自然観察**
※参加費500円。昼食飲み物等は各自持参。申込は3日前迄。状況により変更する場合も有り。
6月12日(金)・26日(金)
7月10日(金)・31日(金)
場所／仙台市西部の里山
■問／東北アウトドア情報センター
☎090(8616)1397

**●作品募集中**
**「第29回シルバー創作展」**
部門／洋画・日本画・書・写真・工芸・手工芸
対象／市内在住か通学・勤務する60歳以上のアマチュアの方
出品料／1作品500円
開催日程／7月11日(土)～16日(木)
(会場は仙台市シルバーセンター)
■問／シルバーセンター交流啓発係
☎(215)3170

**●演技者募集中**
**芸能ボランティアふれ愛のつどい**
11月20日(金)10時～16時
会場／仙台市福祉プラザ
■問／☎090(2889)7474(小磯)

**シルバーネットのカラオケ同好会**
**「いちえの会」からのお知らせ**
コロナウイルスの影響で3月から活動を自粛していますが、しばらくは開催できないと思われます。再開が決まりましたら、紙面でお知らせいたします。
■問／いちえの会・関本副会長
☎(719)4446

※新型コロナウイルスの影響により、お出掛けの際は再度ご確認されてから行かれますことをお勧めいたします。


葬儀費用を考える
「今までお寺と縁が無かったけど。」という方、葬儀についての疑問や不安にお応えします。
《その3　そもそも葬儀社は営利企業》
前回、葬儀社は「葬儀に必要な繁多な実務を代行し、遺族が安心して故人との別れに向き合えるよう手助けする。或いは、葬儀導師が儀式に集中して臨むために段取りと気配りをするサービス業」だと述べました。葬儀屋さん抜きで現代の葬儀を行うことは甚だ困難です。もっとも、葬儀屋さんを頼る以上は、当然対価が発生し、その多寡に応じてサービス内容が変わることは否めません。そもそも彼らは営利企業であって、利益を出さなければ経営が成り立ちません。勿論、対価を請求する以上はそれ相応の葬儀を施行する責任・義務を負わねばなりません。また、顧客である遺族・親族から「いい葬儀だった」と感謝されるような葬儀をプロデュースすることこそが「葬儀屋の矜持(きょうじ)」であるべきです。
ところが、バブル崩壊後デフレが進行するにつれ、ただ「安い葬儀」を売りにする業者ばかりが目立つようになりました。その多くが家族葬・直葬をメインとした後発組の業者や、大手量販店やIT系から参入してきた葬儀紹介・仲介業者でした(現状、葬儀社をネット検索するとそういう業者ばかりが上位に名を連ねます)。かくして、「価格破壊」という大義名分の下、日本の伝統的葬儀文化は崩壊の途を辿るようになって行ったのです。
相談料はいただきませんので、お気軽にお電話を。
●葬儀一式　：30万円以内(戒名・枕経・通夜読経・葬儀導師・炉前読経まで含む)
※戒名は信士／信女号(居士／大姉号、院号等は別途ご相談下さい)
●追善供養(初七日以降、繰上法要も同じ)：3万円程度(塔婆料を除く)
●埋葬までの安置場所にお困りの方には、ご遺骨一時お預かりをいたします。
●仏壇・位牌の芯入れ・芯抜き。その他のご供養や各種ご祈祷も承ります。
宗教法人 妙蓮寺
☎022(376)3553
※非通知設定のままですと繋がらない場合がございます。
〒981-3225 仙台市泉区福岡字上野原1-16

みやぎ霊園内
永代供養墓
「久遠の碑」
(仙台市青葉区郷六大森2－1)
泉ヶ岳を見渡す雄大な自然と、仙台中心部から車で10分の近郊地
宗旨宗派は問いません
どなたでもご利用いただけます
毎月1回の供養祭、更に春秋の彼岸とお盆に本教が供養祭を執り行います。
安心・納得の料金です
家族墓(4～5名様)45万円
個人墓(お一人様)15万円
合同墓(お一人様)　3万円
維持・管理料はありません
ご見学
電話連絡の上御予約下さい。
お問い合わせは
宗教法人大和教 仙台教会 墓地管理部　TEL・FAX022-376-4410
〒980-0014 仙台市青葉区本町2丁目10－15　担当／岡本090-9037-6232

# 遺言相談

## 遺留分とは

今回の執筆者／仙台本町公証役場　公証人　卯木　誠

**Q　遺留分とは何ですか。**

**A**　【一】兄弟姉妹以外の相続人は、遺留分侵害額請求権といって、子供、配偶者がいる相続の場合は財産の２分の１の割合に相当する金額を受けることができます。ただし、親だけが相続人の場合は財産の３分の１の割合になります。

【二】遺留分は、遺族の生活保障や遺産の形成に貢献した遺族の潜在的持分の清算をすることが目的であるとされています。

したがって、被相続人である財産の所有者が、遺言や生前贈与によって第三者や相続人に財産を相続させ、遺贈、贈与した場合でも、兄弟姉妹以外の相続人には、被相続人の財産に対する貢献や生活保障の趣旨で、２分の１（３分の１）の割合で金銭的請求ができるということになります。兄弟姉妹の相続人には、遺留分はありません。

【三】子供がおらず、妻と兄弟だけが相続人の場合は、兄弟に遺留分はありませんから、夫が、全財産を妻に遺すという遺言書を作成しておけば、自分の死後安心して全財産を妻に遺すことができます。お子さんがおられない夫婦の場合は、奥さんに全財産を遺す遺言を作っておく必要性が高いといえます。

【四】子供がいて、妻と子供が相続人の場合は、遺留分はありますが、自分の考えに従って遺す人を決めて遺言書を作成すれば、財産自体は、その相続人、受遺者に遺すことができます。遺留分侵害額請求権は、金銭の請求なので、相続人、受遺者は、お金を支払う義務を負うだけで、財産自体は相続人、受遺者に遺せます。

さらに、遺留分権利者は、相続の開始等を知ったときから１年間遺留分侵害額請求を行わないときは、時効により請求できなくなります。

したがって、遺言者の方が誰かに財産を遺しておきたいと考えているのなら、遺言書を作成するのがよいでしょう。

なお、公正証書遺言の作成は、「仙台本町公証役場ホームページ」で検索し、ホームページをご覧下さい。相談は無料です。


**いつでも無料相談**

とりあえずお電話をどうぞ

（遺言・任意後見契約・その他）

**仙台本町公証役場**

仙台市青葉区本町 2-10-33　第２日本オフィスビル３Ｆ

☎(261)0744　公証人 卯木



一般社団法人　宮城県 住宅確保要配慮者居住支援法人 指定番号 第４号

**シルバーパートナーズ**

宮城県内で事業を行っているプロ(企業)たちが
高齢者とご家族の悩み・困り事の解決＆支援のため
集まり智恵と汗を出し合っています!!

会員数 現在45社　がんばります！

詳しくはお電話でお問合せいただくか、ホームページをご覧ください。　不老　シニア　0120-260-428


### 離婚時の年金分割制度をご存じですか？

社会保険労務士　富樫敦子



コロナ騒動をきっかけにして、離婚を考える高年齢の夫婦が増加しているそうです。離婚年金分割とは、年金も夫婦協働で築いた財産と捉えて、双方の合意や法定による割合で分割できる制度です。年金受給開始後でも分割可能ですが、対象となるのは「厚生年金」部分だけです。50歳以上なら、年金事務所で分割見込額の試算ができます。期待したほどの額にならないことも多いので、離婚貧乏にならないためには熟考も必要です。

### 新聞見た方、ご来店に限り10％割引

花しょう株式会社　笹原　毅



お誕生日などのお祝い事から、お墓参りやお葬儀に使うお供えものまで「お電話一本でお届けいたします。詳しくはホームページをご覧くださいませ！https://hanashou.jp/

シルバーネット新聞見たと伝えていただければご来店に限り10％割引いたします。


**墓じまいのことなら**

墓じまい、お墓をどうしようか？で、悩んでいる、困っている方、お気軽にお電話ください。

いつでも相談無料

確実な方法、費用が安く済む方法など
ご相談者の立場になってアドバイス致します。

代行致します　お寺さんとの話し合い、手続き、墓石の撤去・処分などもお引き受け致します。

宮城県内なら35,000円（税別）

どのようなことでもお話しください。

「お墓の相談室」オカモト

仙台市泉区館1-7-17

安心実績　TEL/FAX 022-376-4325　携帯 090-9037-6232



高齢者の生活をお手伝い！

**生活支援サービス**

日常生活のサポートを
みまもりスタッフが行います。

●買い物の付き添い・代行 ●施設見学の付き添い
●通院の付き添い ●簡単なお部屋の模様替え
●墓参りの付き添い ●電球の交換、電球の傘の掃除
●旅行の付き添い など
お気軽にお問い合わせ・ご相談ください。

医療・介護・福祉スタッフの方に

入院・転院、施設への入居・入所時に必要な身元保証をいきいきつながる会の「身元引き受けサービス」の中で行っています。お問い合わせ・ご相談ください。

●生活支援重視・いきいき本会員・会員募集中
お手伝い出来る事、その他色々！ ご相談ください。

お申し込み・ご相談　TEL 022-242-0715

内閣府認証626号 NPO法人 いきいきつながる会 仙台支部

〒984-0002 仙台市若林区卸町東2丁目1-26 SKビルB2

資料請求無料





お客様の墓じまいを
**行政書士がサポートします。**

行政書士への相談無料

お寺様との離檀交渉も対応致します。

継承者がいない、家族に負担はかけたくない、お墓が遠いなど、高齢化の進む近年、墓じまいをされる方が増えております。

墓じまい手続き代行
お墓の解体・引越し
遠方の墓じまい

墓じまいのご相談など、無料で承っております。

安心の低価格 60,000円（ライトプラン・税込）～

東北のお墓解体・お引越し
お墓じまいサポート.com

ご相談お見積無料！お気軽にご連絡ください。
0120-830-630



**個別相談見学会**　杜の都の公園墓地

5/25（月）～6/23（火）

〔受付時間〕9:00～15:00

【予約不要】※水曜定休

永代使用料 40万円～

新型コロナウイルス感染防止のため、
個別での墓地案内、相談に応じております。
四季折々の花が彩る園内、6月はキンシバイや
アジサイが見頃となります。運動不足になりがちな
昨今、見学がてら花咲く園内を散策ください。

資料請求はホームページからでもできます！



6月の花「キンシバイ」

公益財団法人アタラクシア
みやぎ霊園

☎022(226)2440代　みやぎ霊園　検索

〒989-3121 仙台市青葉区郷六字大森2-1　https://www.miyagi-reien.or.jp/



**ご葬儀をサポート!!**　入会金1万円で、たくさんの割引・特典。

安心です。ぜひご利用ください。

フローラル友の会

入会金 10,000円のみ　※年会費、月々の掛け金は一切ございません

◆フローラル友の会の特典

| | | |
|---|---|---|
| ① 会館葬 自宅葬、寺葬 家族葬 基本セット割引 | 会員割引 | 5％割引 |
| | 長寿割引（80歳～） | 10％割引 |
| | 長寿割引（90歳～） | 15％割引 |
| | 長寿割引（100歳～） | 20％割引 |
| | 福祉割引（各障害者手帳を交付されている方） | 15％割引 |
| ② 棺割引 | | 20％割引 |
| ③ 料理割引 通夜・法事料理 | | 5％割引 |

※その他、お返し物割引（5％）、仏壇割引（37％）、墓石工事割引（20％）なども。

友の会会員様だけの **生前予約**　ご契約金額30万円から（金額設定自由）

1.予算を自分で決め、資産活用しながら費用の準備ができる



虹のプランコース
年1回、ご契約金額の3%上乗せ加算サービス
【虹のプランコース例】
Aさん(60歳)は、虹のプランに100万円預けました。
すると…
毎年3万円ずつ上乗せされて
30年(90歳)で100万円→190万円になります。

2つのコースから選べます

ゴールドプランコース
年1回、ご契約金額の2%お祝い金を現金お届けサービス
【ゴールドプランコース例】
Bさん(60歳)は、ゴールドプランに100万円預けました。
すると…毎年2万円ずつ
長寿お祝い金としてお届けします。
30年(90歳)で祝い金計60万円！

※その他、相続手続き・生前贈与・遺言書作成・任意後見人指定等のご相談、葬儀の事前打ち合わせなども承ります。

心づくし、花づくし
心に響くセレモニー
花さいだん HANA SAIDAN

花のスペシャリストだからできること

フローラルプラザ中山　仙台市青葉区中山 4-14-35　☎303-8731
フローラルプラザ宮町　仙台市青葉区宮町 1-4-18　☎721-8731
フローラルプラザ台原　仙台市青葉区堤町3-18-1　☎275-8731
フローラルプラザ愛子　仙台市青葉区落合2-16-12　☎302-8731
フローラルプラザ桜ヶ丘　仙台市青葉区水の森 3-42-18　☎277-8731
フローラルプラザ長命ヶ丘　仙台市泉区長命ヶ丘 5-12-9　☎777-8731
フローラルプラザ北中山　仙台市泉区北中山 3-18-5　☎376-8731
フローラルプラザ川平　仙台市泉区南中山 2-38-1　☎379-8731

株式会社 花祭壇　本社 ☎022-303-8731　http://www.hanasaidan.co.jp

資料請求無料

# 笑いあり涙あり シルバー川柳

今月の課題
**がんばる・大丈夫**
**智恵・希望・ユーモア**
投稿総数２２１通　編集室選

［特選］※菱光リフト東北(株)様より特選の方に５０００円、秀作の方に１０００円のクオカードを進呈

## 今はただ　心オンにし　充電期　芦の口　加納恵子73

［秀作］

マスクずれ　朝目覚めたら　アイマスク　西の平　日野実千代70
ハイヒール　今はよろける　ローヒール　あすと長町　北畠ふくよ91
百歳に　棒高跳びなら　届きそう　長　町　千石　巌91

①今はウイルスとの闘いに勝つと信じ、前向きな気持ちを持ち続けることが大切。〝心オン〟、ピッタリの言葉です。②夜明けが遅いな～と思ったら…。孫に目撃されたら「マスクの新しい活用法よ」と。③シニア向けの良い靴が増えているとはいえ、ハイヒールへの未練が残る90歳。④百歳という偉大な夢へ！　でも棒高跳びは、無謀すぎる！

### 青葉区

マスクして　眉毛書くだけ　ノーメイク　錦ヶ丘　高橋実枝子60
町内の　ゴミ見て我が家も　大掃除　中　江　木村鏡子64
リハビリは　子や孫家族　ワンチーム　鷺ヶ森　氏家正彦68
在宅の　勤務で顔は　婆のまま　錦ヶ丘　佐藤ふさ子70
母の歳　すでに越えたが　ははははは（母は母）　昭和町　紙谷義和70
志村けん　首相になれば「大丈夫だぁ」　旭ヶ丘　鈴木武志71
カラオケの　再開睨み　風呂エコー　葉山町　青木三郎71
終息へ　まじめ県人　努力賞　中山吉成　長谷川登美71
あらいやだ　笑いふくらむ　失敗談　国見ヶ丘　叶　芳雄72
アビガンは　何の鳥かと　孫に聞く　五　橋　児玉　悟73
巣ごもりで　食費ピンチと　パパの声　通　町　阿部良一76
断捨離で　不要不急の　暇潰し　宮　町　大和田久美76
年老いて　朝が来るのが　待ち遠しい　春日町　堀江良彦77
母が逝き　喜寿からひとり　がんばるさ　小田原　山田和子77
ウイルスで　夢も希望も　空回り　旭ヶ丘　鈴木武志71
あいさつに　手作りマスクの　柄を褒め　葉山町　青木三郎71
元気だよ　窓から合図の　旗を出す　中山吉成　長谷川登美71
飼い犬と　そっくり顔の　散歩主　国見ヶ丘　叶　芳雄72
コロナより　寝たきり怖いと　靴を履く　五　橋　児玉　悟73
最近は　都市ナンバーが　嫌がられ　通　町　阿部良一76
給付金の　カンフル効いた　腰伸びた　宮　町　大和田久美76
ステイホーム　不用の留守番　二人して　春日町　堀江良彦77
何事も　明日があるさと　空元気　小田原　山田和子77
亡き妻よ　入院したので　すぐ帰れ　旭ヶ丘　鈴木武志71
インフルと　二度のごはん　今はある　葉山町　青木三郎71
春耕で　蛙掘り出し　また寝せる　中山吉成　長谷川登美71
がんばるぞ　ウイルスなんか　とんでいけ！　昭和町　紙谷義和70
人恋し　孫から電話　取り合いに　旭ヶ丘　鈴木武志71
朝ドラの　「つづく」で今日も　がんばれる　葉山町　青木三郎71
ネーミング　だけで分からぬ　施設かな　中山吉成　小野幸子82
若返る　ための楽しい　汗をかく　東勝山　佐々木隆雄83
ストレスで　太り幸せ　でも太り　台　原　菊池幸子83
新コロナ　疑われるので　風邪ひくな　中　山　中沢常夫84
光るもの　ないけど妻の　手がぬくい　小松島　山口省三85
一生の　短さ思う　本の山　小松島　山口省三85
誰も彼も　マスクをかければ　五割増し　中　江　木村　忍87
色々な　マスクファッション　花ざかり　中　江　木村　忍87
桜の木　見物客に　たまげてる　中山吉成　源間重雄87
バス停で　爺さん一発　「くさぐねぇよ」って　桜ヶ丘　白取悦子88
母の日は　昔話で　自粛せり　中山吉成　佐藤和則89
洋々と　生きる余生に　チャチャ入る　中山吉成　佐藤和則89
人生の　主役は私　見つめよう　鷺ヶ森　氏家さゆき91
我の部屋　見晴らし好くて　退屈せず　旭ヶ丘　今野昭夫92
何時死すも　良き日本にて　酒うまし　春日町　須藤好敏92
友の愚痴　便りも来ないし　気にかかる　落　合　高橋スマノ93
句を詠めば　いつかイライラ　忘れてた　中　山　山本敏行94
終着の　駅を見ぬふり　スルーする　花　壇　松田瞭子94
トイレまで　あと何秒の　徒競走　花　壇　松田瞭子94
桜咲く　観客なしの　オーケストラ　木町通　鈴木正明

### 太白区

コロナでも　料理や洗濯　休みなし　あすと長町　高橋ゆみ62
アベマスク　ゴム伸びきって　よだれかけ　リハ青山　上村　栄66
家族愛　個々の部屋に　とじこもり　鈎　取　中村勇子67
酒類の　味はＯＫ　まだ大丈夫　八木山　飛田秀雄68
今だけは　動かぬだけで　誉められる　上野山　片倉陽子69
睦まじく　貯筋を競う　吾と夫　上野山　片倉陽子69
地球儀で　世界一周　コロナ風邪　郡　山　佐佐木脩70
マイナンバー　やっと使える　10万円　土手内　保志　豊70
予定なく　ゴミ収集日が　待ち遠し　山目市立丘　熊谷みよ子72
お袋は　ドンマイ精神　百二才　柳　生　及川裕子73
コロナ菌　ハイカラ英語　撒き散らし　郡　山　渡辺不二夫74
古パンツ　手作りマスクに　再利用　山田本町　奥田定夫74
大丈夫　みんなで進む　道だから　鹿　野　菅田　稔75
バイキング　ウォーキングなし　酒残る　青　山　末永　均76
遠い耳　知った振りして　笑顔で渡る　西の平　山岸文子77
英世さん　ウイルス菌を　消してくれ　長　町　加茂昭六郎77
愚痴言わず　頑張る我を　賞めてやる　鹿　野　鹿野恵子78
転んでも　何も拾わず　痛みだけ　リハ青山　千葉　功78
コロなんぞ　大和魂　発揮する　茂庭台　高橋はるる78
苦も老いも　顧みるとき　明日晴れ　鹿　野　伊藤勝雄79
駄目でしょう　今どき勝手に　パチンコは　太子堂　坂部宏子79
大丈夫　みんなで進む　道だから　茂　庭　鹿又和子79

# お便り

## 目標があるから

氏家正彦68　青葉区鷺ヶ森

シルバーネットの読者様より5月号に掲載された私の駄文をお読みになり、母を心配、励まし、応援の電話がありました。シルバーネットでつながったご縁、大変ありがたく、母は幸せ者と思います。皆様、ありがとうございます。

脳内出血で倒れてから1カ月、転院してリハビリのために入院中です。左半身麻痺は重度で、腰から背中の筋力低下、座位保持が難しい状態。コロナウイルスの影響でまだ面会も出来ず、顔も様子も見られませんが、リハビリに頑張っている姿が目に浮かびます。川柳、お便りの投稿がしたいと、ウズウズしているはずです。車椅子に乗れるようになったら、投稿することでしょう。読者の皆様の応援が大きな力になっています。ありがとうございました。

## 似ているウイルス

髙橋スマノ93　青葉区落合

新型コロナウイルスは、100年前のスペイン風邪に驚くほど似ているのだそうです。飛沫感染なのでマスク使用、手洗いうがい必ず、密集場所には行くな、休校、外出自粛、患者隔離、公共乗物使用しない、医療崩壊もあったと伝えられています。100年も前とどうして科学技術が進んでいるのに、これほど変わっていないのでしょうか？　ワクチンが出来ないと収まらないのでしょうか？高齢者は免疫が少なく重症化しやすいとのこと、一人ひとりが気を付けて一日も早く収まることを祈るだけです。

シルバーネット投稿者として大先輩の氏家さゆきさんが倒れたということで、ビックリしました。3月号に「まもなく膝の手術をして歩けるようになったらお孫さんと旅行する」と書いていたのに…。私も川柳がいつもそばに並んでいて喜んでいたのに、残念だったでしょう…。でも大丈夫、リハビリを頑張ってきっと良くなります。コロナで家族の方も面会出来ませんが、いつも一緒です。私もです。祈っております。

## コロナ戦争に勝つために

水戸秀雄85　青葉区川平

コロナウイルスが収束するにはワクチン・治療薬の開発が不可欠とのことで、「1番に開発した国が1番に収束する」鉄則から全世界が開発を競っております。まさに「コロナ戦争」です。

世界経済第3位の経済大国である我が国が、この戦争に負けるわけには行きません。アメリカ・中国と比較して優位な点は、人口の割合にコロナウイルスの死亡者が桁違いに少ないことです。その理由を専門家は「首まで湯に浸かって入浴する・トイレの後に石けんで手を洗うの2つは日本人だけ、衛生観念は世界一」と論じています。私たち一人ひとりが今できることは、国が求めている外出自粛などを守ることです。コロナ戦争の勝利を願って頑張りましょう。

## 認知症がやってきた（第3回）

吉田千秋89　大阪府豊中市

結果は、認知症の診断。それも軽くは無いようだ。

「私の家に泊めて通院させましょうか？」と婆さんは尋ねた。これが2つ目の間違い。

「吉田さんの躰で無理では？」と先生は最初におっしゃった。先生は彼女の認知症が重いので、婆さんの家からの通院を渋々認められた様子だった。

彼女には「必ず健康保険証と介護保険証を持って来るように」と何度も念を押していたが、両方持って来ていなかった。仕方なく24日にまた、○市の彼女のマンションへ向かう。到着して最初に目に入ったのが、玄関入口の横に転がる数本の牛乳瓶。中にミルクが入っている。ドアを彼女が開けると、両脇に古新聞の山、山、山が続く。リビングのテーブルの上も、床一面にも古新聞の山、山、山が…。ペットボトルの入った大きなゴミ袋も転がっている。食べ残しの物がテーブルの上に散らばっている。寝室のベッドの上も同じような感じ。ここにもミルクの入った牛乳瓶が数本。異臭が部屋中に漂っていた。

健康保険証と介護保険証を探し続けたが、見つからない。仕方なく帰ることに。途中、梅田のデパ地下で夕食用の弁当を買うことにしたが、彼女はチョロチョロ一人で歩き回る。婆さんは歩行器を押して、混雑する人の波の間を縫って捜す。認知症の人に怒鳴ってはいけない…、婆さんも本を読んで少しは心得ている。しかし、たやすいものでは無いことを知った。彼女の場合、正常な時もあり、お金の計算や買い物もできた。しかし、遅かった。（次号へつづく）

## 新型コロナの終息を

中沢常夫84　青葉区中山

国会でのコロナ議論では、感染者が減少しないのは、自粛要請に応じても補償が得られないから、という意見もあった。生活、営業を守ることも大事であるが、人の命と健康を守ることが最優先であろう。終息しなければ何事も始まらない。宮城県民が心を一つにして新コロナに立ち向かい、一日も早く解除を勝ち取ろうではありませんか。

## 腰に手ぬぐい

阪本昭憲75　太白区上野山

今日、日本はおろか世界中にコロナ菌が蔓延して震撼しております。予防策は研究中ですね。ヒントの一つは手洗いと清浄な水。日本は北は北海道から九州沖縄まで、どこでも何時でも水道水の生水が飲めます。また、どこでも刺身が食べられます。清き水で醸造される日本酒は、今や世界に愛飲家が増えていますね。お茶の文化も清き水が主役ですね。日本人の誕生には産湯を使い、人生の終いには末期の水を使いますね。気付けば水に大変お世話になっています。

数年前、ある国を観光旅行しました。投宿したのは三ツ星印のホテルでしたが、バスタブにお湯を張って驚きました。薄茶色の匂いのあるお湯が出て来たのです。日本のホテルでしたら大変ですよね。コロナ菌の対策の一つに手洗いを勧められております。ある日に私は気付きました。腰に常時手ぬぐいを下げていたのです。手洗いの励行が勧められていますが、常時、手ぬぐいを下げていると直ぐに手を拭けますよね。私の中学生や高校生の時代はバンカラ気取りで流行っていましたね。今の時代に蘇るとは思ってもみませんでした。手洗いの励行ですよ。

## 1面の「生活の心得」を学んで

長谷川登美71　青葉区中山吉成

シルバーネット5月号の1面を読み、とても元気になりました。最近、健康な状態から要介護へ移行する中間の段階を言う「フレイル」の言葉をよく耳にします。気を付けてもいました。

フレイル対策は、食事、運動、会話が大事。我が家の3度の食事は私が作っていますので、これには自信があります。ある日、病院から帰って来た夫が、医師から「よほど奥さんの食事の管理がいいのですね」と言われたといいます。この誉め言葉のお蔭で、益々栄養のバランスを考えるようになりました。

「運動」は、外出自粛の今、家で出来るスクワットと、かかとを上げ下げするかかと落としで何とか運動不足解消です。問題は、3つ目の「会話」です。が、携帯電話があります。まずは、2人の娘たちへ「定期便でーす。変わりありませんか？」と電話します。友だちにも「声を聞くと元気が出るので…」と、毎日電話をくれる人もいて、何とか3つ目もクリアしています。

皆さんと一緒に、「生活の心得」をしっかり学んで、実践して、元気でいましょう。

## 第103回ピースボート出航

門馬貞治83　泉区南光台

昨年、私が乗船したピースボート『オセアニア一周クルーズ（57日間）』について、しばらく書きたいと思う。

12月21日、横浜大桟橋埠頭で10時頃に乗船、客室は4人部屋（※料金は69万～109万円）、一回りも皆若く、何度も乗っているリピーターばかりだった。11時30分より全員参加の避難訓練、次に4階でビュッフェ昼食。食事は9階の食堂でもラーメン、そば、丼物などが、おかわり自由で食べられる。

出発式はベランダとサンデッキで、日本語、中国語、韓国語の順に放送し、乗客の決意表明、主催者の挨拶、多数の見送りとテープ乱舞の中、盛大に挙行。13時、クルーズテーマ曲が流れる中、大音響のドラの音で離岸、神戸港へ進路を取る。船内新聞（3カ国語）は、毎夕、客室に配付され、各階毎、時間帯別に情報が満載。船内生活を充実させるため活用、さまざまな催事に参加し交流を図るのが楽しい。

15時～16時まで9階の食堂でコーヒー、緑茶、和菓子、おかわり自由、セルフのアフタヌーンティ。夕食は4階でピアノ伴奏付き、17時と19時の2部制で、さらに居酒屋や専属バンドのバーで交流。毎朝6時からモーニングコーヒー。ラジオ体操、太極拳、ヨガ、サルサ、ロビーウォーキング、ジム等で運動を楽しむシルバーはスタイル良く若々しい。（次号へつづく）

## NHK「小さな旅」一目千本桜 再放送に感涙

小磯清光79　泉区館

釜房みどりの園、蔵王グリーンホーム等の施設でお世話をされている佐藤優子さんより、うれしいお便り。「昨年、NHKテレビで放映された『小さな旅・一目千本桜』が再放送されます」とのこと。私は早速、友人、仲間に呼びかけた。

放送では、101歳で旅立った松本ハルさんが老人ホームの旅行で初めて訪れた一目千本桜に感動して、95歳の時に作った歌が響き渡った。また、大河原小学校の子供たちが、手作りのコースターを花見に訪れた人たちに大きな声でプレゼントしている姿が印象的だった。

放送後、喜びの声が手紙やメールでいっぱい寄せられた。今年はコロナのせいでサクラが満開の春を切ない気持ちでいたが、テレビを見て喜びが沸き起こった。「来年の春はみんなで必ず行こうね」と、友と約束。一目千本桜よ、佐藤優子さん、ありがとう。子供たちに幸せを、平和の道を。

## 仙台市以外

塩釜市　佐藤勝美 63
友愛町　田村蒸治 79
友愛町　浅利勝志 79
南光台　山口俊彦 82
友愛町　鈴木洋子 83
旭丘堤　熱海三枝子 84
旭丘堤　熱海三枝子 84
向陽台　菅原たま子 87
黒　松　藤田昭子 89
北中山　高橋良平 91
南光台　木村紀子 91
向陽台　宮坂　正 96

塩釜市　佐藤勝美 63
塩釜市　佐藤勝美 63
大崎市　阿部澄江 66
長崎県　中田利幸 67
富谷市　松元ゆり子 67
ひまわりディ　千葉幸規 68
岡山県　波多野旬子 68
柴田町　村上しづえ 69
柴田町　村上しづえ 69
千葉県　山田　明 69
白石市　星　明 70
千葉県　手嶋　実 70
兵庫県　塚本光子 70
福岡県　川添雅子 70
福岡県　川添賢次 71
大衡村　瀬戸睦子 72
大衡村　瀬戸睦子 72
岩沼市　及川たい子 72
富谷市　菅原育子 73
多賀城市　菅野孝司 73
札幌市　松永俊之 73
東京都　藤田　孝 73
岩沼市　小野寺みつ子 73
村田町　小関美枝子 74
愛知県　小林和喜子 75
沖縄県　清水定芳 75
ひまわりディ　佐藤京子 77
千葉県　渡辺正思 77
名取市　米倉和子 78
岩沼市　西潟己代子 78
村田町　小関　恭 79
ひまわりディ　杏ヒーチャン 78
ひまわりディ　松浦しづ子 78
ひまわりディ　三浦敏郎 79
名古屋市　埴崎八重子 80
富谷市　高橋義雄 82
村田町　小原秋子 82
ひまわりディ　菅野悦子 82
ひまわりディ　梅田真繁 83
福岡県　荒尾一之 83
兵庫県　加藤佐代子 83
岩沼市　西潟作治 83
塩釜市　虻川忠彦 84
青森県　日上栄子 85
富谷市　門馬　旭 86
大阪府　大須賀博 87
大阪府　吉田千秋 89
栗原市　佐々木愛子 90
ひまわりディ　眞野昭子 93
千葉県　木下昭二 93
岡山県　波多野安子 95
東京都　福田ハナ子 101
名取市　吉川淑子

賭けない　吸わない　飲まない
勾当台健康マージャン
マージャンで楽しく仲間作り♪ 友人同士でもOK
◆健康麻雀1,300円（2時間） ◆初心者麻雀1,300円（2時間）
◆4人セット麻雀1,750円（7時間）《お気軽にお問合せください》
青葉区二日町2-2-1キムラビル3F（仙台市役所裏）
TEL.022-226-8933
健康マージャン.net　検索

仙臺屋根屋
天井、壁紙のシミ…
屋根 雨漏り 雨樋 修理
《 診断・お見積無料!! 》
―「仙臺屋根屋」では不要な勧誘は一切いたしません。―
小さなことでもお任せください!!
株式会社 菊地板金工業
仙台市若林区卸町東2丁目8-24
TEL.022-355-7442

空き家も空き地も
そのまま
借上・買取
面談ゼロで相談OK!
不動産のお困りごと
すべてまるっと！
お任せください。
Free Call 0800-222-2015
零 Zero　仙台市泉区上谷刈 6-11-6　水曜日定休
株式会社 建築工房 零ゼロ

色んな「困った」をベンリーが解決します！
「こんなことも お願いできるの？」
と迷ったら、まずは
ベンリーにご相談下さい！
Benry TOTAL CONVENIENCE SERVICE
▸サービス一覧
お部屋のお掃除
・キッチンクリーニング
・バスクリーニング
・ガラスクリーニングなど
引っ越し・家具移動
・不要品処理のお手伝い
・家具移動
・引っ越しのお手伝いなど
お庭のお手入れ
・草刈り、草むしり
・枝切り
・防草シート施工など
害虫駆除
・ハチの巣
・ネズミ
・ハトネット施工など
水廻りメンテナンス
・水漏れ修理
・配管詰まり抜き
・水栓交換など
エアコンサービス
・取付け
・取外し
・クリーニングなど
営繕作業
・網戸張替え
・手すり取付け
・波板・トタンの貼付けなど
各種代行サービス
・買物代行
・お墓掃除代行
・電球交換など
上記以外にもあらゆるお困りごとに対応致しております！
ベンリー仙台水の森店
仙台市青葉区水の森3丁目41-15
ベンリー仙台水の森店　検索
お問い合わせは
通話無料 0120-004-377
TEL.022-303-7870 FAX.022-303-7871
コープみやぎ桜ヶ丘店　水の森公園　水の森3丁目　ベンリー仙台水の森店　北山通り　264

暮らしの「困った」をお安く解決致します!
ご相談お見積り無料
初回限定 10%割引キャンペーン 実施中!
遺品整理、清掃、単身引越し
草刈り(草刈りは女性が担当します)
基本料金▸1人1時間 2,500円~
便利屋mama クリーン
☎022-395-7188
仙台市太白区八木山松波町1-1
便利屋mama クリーン 検索
PayPay つかえます

ウィルス対策に
経済産業省推奨
次亜塩素酸水
●手指、赤ちゃん、ペットにも安心安全です。
●超音波加湿器に入れて空間除菌
●ドアノブ、手すりやリモコン、キッチン、玄関など
ご家庭内全般に使えます。
●10リットル¥5,000 仙台市内配送致します。
●10,000円以上の購入で 配送料無料!!
10リットル以外のサイズやスプレータイプ等もございますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
圧倒的除菌力 驚く消臭力 肌に優しい 水に戻る 安価で経済的
マスクの除菌にも
薄めずそのまま使えます
ジアテクター仙台
営業時間 9:00~21:00
担当直通 ☎080-3339-9475 担当 松本

シニア専門 真剣な出会いをサポート
31年の実績 太陽の会・仙台
寄り添う人がいる幸せ、今一度手にしてみませんか?
単なる友人探しでの登録はご遠慮いただいております。
懇親会開催 毎月第3日曜日 13:30~ ※体験参加可
会員募集中 独身男女50歳~(上限80歳)
☎090-7790-5480 代表 小野寺
https://taiyonokai-sendai.com 定休日/日・月

まごころ込めてお手伝い致します
保険外介護・家事代行・病院付添いも可
介護保険サービス事業 訪問介護
厚生労働大臣許可
(有)ひまわり看護婦家政婦紹介所
仙台市宮城野区小田原2丁目4-20
☎(022)256-3367(代)
安心の低価格!! ひまわり家政婦 検索

イチ押し動画

# コロナの予防法や心の持ち方などシニア世代からのメッセージ動画

## せんだい豊齢学園チャンネル『コロナに負けるな』




せんだい豊齢学園チャンネル
https://www.youtube.com/channel/UCUrien1zhMgDFKgW_38shKg

せんだい豊齢学園が新型コロナウイルス予防、意識啓発のための動画『コロナに負けるな』を5月中旬、ユーチューブにアップしました。

約3分の動画に次々登場するのは、豊齢学園2年生、昨年度修了生、豊齢ネットワーク会員など総勢15人。「新型の絆の距離は2メートル」「大きい声を出して笑おう」などと書かれたコロナウイルスに立ち向かうためのメッセージや現在の心境などを書いたボードを持って登場。続編となる「コロナに負けるなvol2」、その他の内容での動画作成も予定されています。

また、仙台市健康増進センターでも『健幸づくりチャンネル』という自宅で出来る運動や料理のレシピなど栄養に関する動画をアップ。こちらも是非!

問/豊齢学園事務局 ☎(215)3129

できました!

# 理容師の人生を川柳で一冊に

## パソコン教室に7年通い、デザインも自作。

## 山田和子著 【狭一筋 綴る川柳物語】


愛用のパソコンとデジカメの前で


閉店を迎えた時の心境を綴った部分の川柳


故郷の想い出の風景等を季節毎に掲載(写真上)
幼少期の賞状や修行時代に愛用した「柳こおり」(写真下)、お店で使ったハサミの写真等も収録。
※印刷等については自分史のアドバイスで知られる(有)小泉プロダクションに依頼したそうです。

青葉区小田原で理容店を51年間営んできた山田和子さん(77)が、自分史『狭一筋 綴る川柳物語』を3月に完成させました。

10代の修業時代から一昨年の閉店まで、苦労、学び、愚痴、老い、感謝の思いなどを膨大な数の川柳に詠んで一冊にまとめたもの。本を完成させるために7年前からパソコン教室に通い、レイアウトやデザインまで自分で手がけるという熱の入れようです。ページの下にある余白部分に写真を入れて華やかにしたり、故郷・田尻の風景を入れるため季節毎に足を運んで写真撮影もされたそうです。

「出来上がってほっとしました。今は自分を誉めてあげたい」と山田さん。20部作成して親戚や御師に差し上げると、「何度も読み返しました」「この句とこの句がとてもいい!」などと喜ばれたそうです。

思い出の品々を写真に残すことで、断捨離への備えにもなったとか。既に第二弾も計画中で、次回のテーマは『趣味』川柳、舞踊、書道などを一冊にまとめるそうです。

大至急
求む!
ご売却物件
Reliable
▸お家・土地を売りたい!
▸相続関係で売却したい!
▸ローンの返済に困っている!
▸こっそり売却したい!
▸売却を考えているが…仲介手数料がもったいない!
※通常売却時、価格の3%+6万円+消費税がかかってしまいます。
直接買取だから…仲介手数料が0円!
調査・相談・査定・広告は全て無料!
宮城県知事免許(1)第6319号
公益社団法人全日本不動産協会会員
お気軽にご連絡下さい
株式会社リライアブル
〒980-0873 仙台市青葉区広瀬町4-27 FAX:022-226-7104 ホームページ https://www.reliable-sendai.com
リライアブル仙台 検索
スマートフォンサイトはこちらから
TEL 022-226-7103