

スマホで
最新号をいち早く
川柳も動画も満載！



楽しい・新しい
シルバーネットの
ホームページ



60歳からの情報紙
みやぎシルバーネット
2024年(令和6年)1月号 通巻326号

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
Eメール silver.chiba@nifty.com
毎月、月末に無料発行

新毎日 毎日新聞 読者の方の一部に
折り込まれています。

1
月号

シルバーネット



幸せな
気持ちになれる
ちよつとした習慣



ある95%

読者アンケート
アンケート実施日 2023年2月末〜3月
回答数 129人

2024年、良い年になるといいですね。読者に『幸せな気持ちになれる、ちよつとした習慣はありますか?』と質問したところ、男性の91%、女性の99%が『ある』と回答。幸せは、工夫して作り出すことも大切なようです。よそ様のテクニクを拝借すれば、幸せ三昧に!?

※数字は年齢

●毎朝、テレビ、新聞に頼らず、空・山・海を眺めて、その日の陽気を五感で確かめられること。 高橋廣光 78

●起床10分以内に飲むお茶。身体を目覚めさせ、今日も生きている、こんな幸せなことはないと確信できる瞬間。 菱沼俊行 76

●毎朝、目覚めたら東の方角に手を合わせ、「怠れば花ひらく」と3回唱えてから私の1日が始まります。 石垣友秀 74

●目覚め、アーフの呼吸感が幸せ、生きている! 菅原角一 81

●毎朝、仏壇にお茶、水を上げ、手を合わせる時。 鈴木武志 74

●朝散歩、朝ご飯の準備、朝ご飯の皿のスケッチ。 青木三郎 74

●妻との散歩。週1回、町内会でお茶。 岡本宏正 81

●旅に出る際、自分の車のエンジンをかけた時。 浅利勝志 82

●新聞に載っている数独、囲碁、ツメ将棋をやって、新聞全部、読んだつもり。大森憲一 67 ●食事が週1度、豪華。堀江良彦 80

●毎日、はがき、手紙を書いて、今日は誰からきているかとポストを覗くこと。中沢常夫 87 ●一人娘との笑顔の会話。佐佐木脩 73

●見守り活動。元氣よく児童たちの返事が返ってくる。保志 豊 73

●2カ月に1回、竹馬の友と電話で励まし合う。 阿部栄一 85

●出来る限り一同に集まって食事の機会を促す会話。 佐瀬 高 86

●たまに古いアルバムを見て、カミさんとニヤニヤ。 佐藤哲造 84

●老人会の歌の会、月2回の安来節の稽古。 久光哲朗 85

●関西に住む小学生の同級生から、時々、特徴のある声で「もしもしお元氣ですか?」と電話がかかってきた時。 山口俊彦 85

●どんなことにも「ありがと」と感謝する時。 狩野牧男 83

●子ども、孫の小さな喜びを共有できた時。 秋葉秀雄 76

●孫に何かを買ってあげ、喜ぶ顔を見た時。 堀江喜代彦 75

●孫がたどたどしい文字で菓子箱に書いた「じいちゃんおくりのんでね」。20年愛用。朝晩服用する際に癒やされる。 庄子春吉 80

●1日を終え、夕食時に季節に合わせた飲み方で、好きなウイスキーをテレビでやる時。 田村蒸治 81

●その日の気分、飲みたい酒で晩酌。つまみも良ければ、ペリーハッピー。東海林芳男 68 ●晩酌。 太田一義 86

●晩酌を楽しめる体力と会話できる妻がいること。 矢口敬治 84

●もう少し水割、マイク、カウター。 安達 董 81

●ラジオ深夜便の終わりに、「今日も笑顔になれる瞬間があるといいですね」とアンカーが言ってくれた時(朝5時前)。何も言わない人もいて、その時はガツカリします。 岸田紀雄 83

●早朝の庭めぐり。忘れていた花の芽が出て来たり。 瀬戸睦子 74

●毎朝、夫とおはようが交わされる幸せ。 芦立富見代 87

●朝日が昇るのを見ながらのラジオ体操。 岡部ミナ子 77

●初めて見つける野辺の花。ラジオ体操(今日も動ける!)加藤信子 74

●朝一番にお茶を飲み、茶柱が立っていたら、今日一日何か幸があると楽しみにして過ごす。 大友寛子 87

●花壇に植えた球根や種が、芽を出した時。 二階堂喜久子 76

●庭にいつもくる鳥に、ひとにぎりの米をまいてやる時。 鹿又和子 83

●手乗りリンゴの世話やメダカの水替え等。 須田節子 81

●小さな子どもが遊んでいる公園を通る時。 伊藤由美子 63

●時々おしゃべり、マニキュア。真っ赤、又はラメ入りのピンク系つけて楽しむ。難波豊子 81 ●週一のボウリング。佐々木真智子 78

●75歳から始めたピアノ。下手ですが、一曲弾けるようになった時の嬉しさは何とも言えません。すぐ忘れそうです。 野澤裕子 80

●孫が毎晩電話をよこし、今日あったことなどを話す。 松田瞭子 96

●定期的に孫にハガキを出して、返信がある時。 佐藤洋子 79

●男孫が安否を確かめに来てくれる時。 齋藤ユリ子 86

●孫の行事があって、動画が送られて来る時。 清野聡子 79

●介護犬18歳に触れている時。文屋文江 70 ●同居未婚息子一人が、母である私へ労いの接し方をしてくれること夫は死去。阿部律子 71

●ダンナに「ありがと」と言う。 針生とも子 61

●近所の人と挨拶。浅利桂子 79 ●夫の寝息を聞いて眠る。本郷祐子 81

●子や孫が開ける時を想像して、野菜や菓子や段ボールに詰める時。小関美枝子 77 ●冷蔵庫の中に果物がいつもある状態。遠藤洋子 71

●香り高いコーヒーをお気に入りのカップで、美味しいスイーツとホッコリ。近隣の森林公園の散歩。心身を解きほぐす。梶原幸子 82

●家族の誕生日に手作り料理で会食。菜園の野菜を近所におすそ分け。毎月の亡夫の墓参り。草花の手入れ。若い人との交流。峯田紀久子 81

●大きめの汁椀で飲む(食べる)、一口ものおいしこと。山本憲子 75

●月1度の外食で近況を語り合い、ショッピング。松元ゆり子 70

●おいしそうに食べてくださる年配者の知人友人に、手料理を届ける時。加納恵子 76 ●おいしそうに食べる夫の顔。長谷川登美 74

●来客に必ず食事を出します。毎日3合炊きます。 高橋知香 93

●シルバー川柳に掲載されるよう願ってスパーへ。小関美枝子 77

●日記を書いたり家計簿をつけると、心が落ち着く。 熊谷みよ子 75

●一人暮らしの妹に週1、2回遊びに行ってお茶する。 阿部清子 83

●夫を亡くした友人から電話頂いたり、私の方から電話したりで淋しさを紛らしたり、情報交換できる友がいる事。渡邊美奈子 85

●生活信条と違っている反論せず、時間を置いて考え直すことそんな事と思えるので、争わなくて良かったと思える事。 日野実千代 73

●1日おきに透析に行く。介護もなくホッとする時。山田和子 80

●体調が良いとソファで読書。嫌な事を忘れて熟睡。白鳥三代子 69

●晩酌をする時。高橋はつる 80 ●夫の寝たのを見届けてから眠る。 岡本幸子 81

●就寝前に、今日あったことだけを思い浮かべる。 佐藤昭子 71

●30年前に相合い傘をたたき、一人旅立った夫。残された夫の父母の墓を守り、長男の嫁として主人に手を合わせる日々。 山岡京子 89

●早朝の庭めぐり。忘れていた花の芽が出て来たり。 瀬戸睦子 74

●毎朝、夫とおはようが交わされる幸せ。 芦立富見代 87

●朝日が昇るのを見ながらのラジオ体操。 岡部ミナ子 77

●初めて見つける野辺の花。ラジオ体操(今日も動ける!)加藤信子 74

●朝一番にお茶を飲み、茶柱が立っていたら、今日一日何か幸があると楽しみにして過ごす。 大友寛子 87

●花壇に植えた球根や種が、芽を出した時。 二階堂喜久子 76

●庭にいつもくる鳥に、ひとにぎりの米をまいてやる時。 鹿又和子 83

●手乗りリンゴの世話やメダカの水替え等。 須田節子 81

●小さな子どもが遊んでいる公園を通る時。 伊藤由美子 63

●時々おしゃべり、マニキュア。真っ赤、又はラメ入りのピンク系つけて楽しむ。難波豊子 81 ●週一のボウリング。佐々木真智子 78

●75歳から始めたピアノ。下手ですが、一曲弾けるようになった時の嬉しさは何とも言えません。すぐ忘れそうです。 野澤裕子 80

●孫が毎晩電話をよこし、今日あったことなどを話す。 松田瞭子 96

●定期的に孫にハガキを出して、返信がある時。 佐藤洋子 79

●男孫が安否を確かめに来てくれる時。 齋藤ユリ子 86

●孫の行事があって、動画が送られて来る時。 清野聡子 79

●介護犬18歳に触れている時。文屋文江 70 ●同居未婚息子一人が、母である私へ労いの接し方をしてくれること夫は死去。阿部律子 71

●ダンナに「ありがと」と言う。 針生とも子 61

●近所の人と挨拶。浅利桂子 79 ●夫の寝息を聞いて眠る。本郷祐子 81

●子や孫が開ける時を想像して、野菜や菓子や段ボールに詰める時。小関美枝子 77 ●冷蔵庫の中に果物がいつもある状態。遠藤洋子 71

●香り高いコーヒーをお気に入りのカップで、美味しいスイーツとホッコリ。近隣の森林公園の散歩。心身を解きほぐす。梶原幸子 82

●家族の誕生日に手作り料理で会食。菜園の野菜を近所におすそ分け。毎月の亡夫の墓参り。草花の手入れ。若い人との交流。峯田紀久子 81

●大きめの汁椀で飲む(食べる)、一口ものおいしこと。山本憲子 75

●月1度の外食で近況を語り合い、ショッピング。松元ゆり子 70

●おいしそうに食べてくださる年配者の知人友人に、手料理を届ける時。加納恵子 76 ●おいしそうに食べる夫の顔。長谷川登美 74

●来客に必ず食事を出します。毎日3合炊きます。 高橋知香 93

●シルバー川柳に掲載されるよう願ってスパーへ。小関美枝子 77

●日記を書いたり家計簿をつけると、心が落ち着く。 熊谷みよ子 75

●一人暮らしの妹に週1、2回遊びに行ってお茶する。 阿部清子 83

●夫を亡くした友人から電話頂いたり、私の方から電話したりで淋しさを紛らしたり、情報交換できる友がいる事。渡邊美奈子 85

●生活信条と違っている反論せず、時間を置いて考え直すことそんな事と思えるので、争わなくて良かったと思える事。 日野実千代 73

●1日おきに透析に行く。介護もなくホッとする時。山田和子 80

●体調が良いとソファで読書。嫌な事を忘れて熟睡。白鳥三代子 69

●晩酌をする時。高橋はつる 80 ●夫の寝たのを見届けてから眠る。 岡本幸子 81

●就寝前に、今日あったことだけを思い浮かべる。 佐藤昭子 71

●30年前に相合い傘をたたき、一人旅立った夫。残された夫の父母の墓を守り、長男の嫁として主人に手を合わせる日々。 山岡京子 89

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

「女性」

※数字は年齢

三井のリハウス 売りたい、買いたい、借りたい、貸したいは
三井のリハウスへ

Web
ページは
こちらから!




人と住まいの、より良い明日のために
シニアデザイン

シニアの住まいや相続のお悩み
お気軽に
ご相談ください。

お近くの
センターへも
お気軽に
ご相談を

《営業時間》
10:00~18:00
《定休日》
毎週火・水曜日

三井のリハウス 泉中央センター ☎0120-311-367	三井のリハウス 長町センター ☎0120-277-041	三井のリハウス 仙台センター ☎0120-151-058
三井のリハウス 仙台駅前センター ☎0120-312-236	三井のリハウス 仙台上杉センター ☎0120-530-061	三井のリハウス 仙台駅東口センター ☎0120-341-009

老後未来

安心して老いられる街作りを 船頭として、降りない覚悟で

老人クラブ八興クラブ会長
一般社団法人ございん八木山代表理事

井上則雄さん(76)



「みんなの居場所、になることを夢見ている
譲渡を受けた建物の前で」

出身は米沢、現役の頃はNTTの経理と人事部門に。定年後は大坂のコンサルティング会社に所属して、成長著しい中国で人事や会社経営に関する講演活動にも従事。パソコンに慣れてきたこととあって「町内会の会計を任せたい」と言われたのが、町内会や老人クラブへの入会のきっかけに。会長を務める八興クラブは、太白区では最大規模の老人クラブ。

定年を迎えてから充実したセカンドライフを送られている読者をご紹介するコーナー。今回は地域と将来の自分のために汗を流し続けている、井上則雄さんに話を聞きました。

14年ほど前に町内会の役員となり、ほぼ同時期に老人クラブにも加入しました。町内会長になった時は、アジサイ公園を作りました。草ぼうぼうだった芦ノ口緑地に、アジサイを植えたんです。

現在はおよそ500本が公園を彩って、地域の名所にもなっています。老人クラブでは、簡易トイレを4千個作りまし

た。大震災の時に、一番困ったのがトイレ。吸水ポリマーシートをもらってきて、みんなでカットして作り、地域の方々にお配りしたんです。その頃(2022年春)、「自宅を老人クラブに譲りたい。地域のために役立てて」という話しが舞い

込みました(※詳細は小紙12月号の2面に掲載)。私たちの町内会には「居場所が無かったら、居場所を作ろう」ということと譲渡を受けました。手始めに一般社団法人を設立

法人格がないと老人クラブの会長個人が所有者となり、後に相続などの問題が起きるからです。大きなチャレンジとなりましたから、役割分担や意見の食い違いで困る場面もありましたが、イベントを開催したりウツドデッキを設けたりすることもできました。

譲渡された建物のリビングルームには人が集まり、「あそこのおばあちゃん、施設に入っただよ」といったように、情報が共有されるようになっていきます。スマホ教室を開催した時には、「長年の問題が解決できた」と涙を流さんばかりに喜んでくれたり。リビングに置いてあったLPレコー

ドをかけて、高峰三枝子の「湖畔の宿」を歌いながらお婆ちゃんたちが大爆笑。そんな光景に出会うと、それまでの疲れが吹き飛びますねー。私たちのやり方は、**「包括」ではなく「包摂」**。包摂とは、出たり入ったりが自由ということ。老人だけじゃなく子供でも誰でも、八木山東町内会でもフラットに行けるところは、仙台市内にもそんなにはないと思います。いずれ自分も仲間に入ります。世話になる時がやってきます。だから今のうちに作っちゃえっていう気持ちもあります。人と関わりなしに生きて行ける人は、いないですから

乗った船は、漕いでいきます。途中で船頭が降りるわけにはいけません。ポリシーは、「常にテキトーに進化形」(笑)。予定とは違ったけれど、かえって良かったということがあります。物ごと

は常に変わっていくので、枠にとらわれないことが大切。テキトーという言葉は誤解されがちです。すよ。テキトーで無いと、新しいことができない。これからの夢は、不要品を集めて譲渡会を開催し、残った物は別のところへ運んで市内を善意で循環させるようなものを作ることに。「欲しい」という人が必ずいる。究極のエスデージーズです。

「知らないから損をする、あなたの投資信託・株式・債券」

「知らないから損をする、あなたの投資信託・株式・債券」

「知らないから損をする、あなたの投資信託・株式・債券」

「知らないから損をする、あなたの投資信託・株式・債券」

読者のつどい 加茂さんのファンも集結! 満員御礼となった、つどい。

読者のつどい、3回目も盛り上がりました。初参加の方も数名、紙面でお馴染みの投稿者の方も多数参加されて楽しい一時を過ごしました。

今回のゲストは、加茂昭六郎さん。中学や高校の同級生などのファン(?)や知人などが大勢駆けつけて、ちゃかしも入った大盛り上がり。加茂さんは「シルバーネットで得た友人・知人」というタイトルで18人の名前を挙げ、その方たちとのエピソードなどを紹介。審判ボランティアとしても活躍されていることから、「プレイボー

ル!」と迫力ある声も披露。終始、笑い声の絶えない時間となりました。

参加者の自己紹介タイムでは、ボランティア活動への思いを話された方がシルバーネットを広げていたことを報告してくださった方も。初参加の木村鏡子さん(川柳投句者)は、絵手紙でお馴染みの佐藤昭子さんと及川たい子さんの絵が特に好きだそうで、この日、お好きなように、この日、佐藤さんに会えて嬉しうでした。今回は1月30日に『新年会』を開催。今回は、「高橋スズノさんや狩野牧男さんとリモートでつないで話を聞けないか」といったご意見もあり、検討していきたいと思えます。

9月の「つどい」に続き、11月も参加。参加者の自己紹介にまず学びます。それぞれが今も人生を謳歌。一人ひとりの人生観を聞いているだけで、心がほっこりしてきます。11月の講話も終始会場を笑いで包み込み一日になりました。



今回のゲストは加茂昭六郎さん
ホタテの貝に川柳を書いている山田さん
初参加の佐藤昭子さんは絵手紙を持参
鈴木ひろ子さんの素晴らしいハーモニカ演奏
満席でスタッフも大忙し。学院大の学生ボランティアに感謝でした

「お手紙より」
《笑い通しの愛読者のつどい》
長谷川登美子 青葉区中山山成 5年前、地域の老人クラブへの入会と同時にシルバーネットに出会いました。紙面から生き方を教えられているような気がしています。「愛読者のつどい」に参加したのが6月。ちば編集長さんから、毎月集まってくるエッセイ、手紙、川柳を「宝物」とまで言ってくれた。私のシルバーネット愛は更に強く深くなりました。

「知らないから損をする、あなたの投資信託・株式・債券」

「知らないから損をする、あなたの投資信託・株式・債券」

「知らないから損をする、あなたの投資信託・株式・債券」

これから安心相談

新春建立相談会

1/13(土)~2/25(日)開催

きっと見つかる、あなたそしてご家族のスタイルに合った素敵なお墓。多彩な墓地タイプをご案内しながら墓石建立の相談を承ります。

みやぎ霊園の墓地区画のご案内も行っております。お気軽にご来園下さい。

みやぎ霊園 墓石協力会 〒989-3121 仙台市青葉区郷六字大森2-1
TEL022-226-0106
受付時間 9:00~16:00/水曜定休 www.m-boseki.jp
■仙台駅より西道路経由で車15分、東北自動車道 仙台宮城ICより3分

墓じまいの前に... **地域最安値宣言!!**

「庭じまい」を 困り事ご相談下さい!!

安心価格 草刈り・庭木の手入れ・庭リフォーム
庭石撤去・伐採・外構工事

防水工事 塗装工事 お片付け
解体工事 リフォーム全般 ★作業代

シニア割/16,000円から
その他費用別途/4,000円から

相談無料 G.S.W ガーデンサービスワタナベ
〒981-1247 名取市みどり台2-15-6 ☎022-386-8322 ☎090-8423-3571

イベント情報

シニアにおさまめの催事情報
亀井昭伍切手コレクションより
アジアの蝶切手
開催中〜3月3日(日)
11時〜16時 月曜休館
会場/カメイ美術館
入館料/65歳以上無料(一般500円)

日本笑い学会 東北支部 新春笑学校#95

1月21日(日)13時〜15時
会場/せんだいメディアテーク
入場料/500円
先着180人予約不要
※漫談・マジック・民話・
(どじょう)揃い
022(266)6543

体験教室 台原マジッククラブ

2月18日(日)10時〜11時30分
会場/台原老人福祉センター
※試技・模範演技・他
参加無料(先着10人)
対象/市内在住の65歳以上の方
022(251)5471(古田)

千支辰守本尊拜ウォーク8km

1月4日(木) 集合9時30分
集会所:五橋公園
参加費:500円(御神酒あり)
ゴール:仙台駅東口12時
杜の都せんだい歩こう会
090(6626)7188

介護講座 テーマ別介護講座

1月22日(日)13時30分〜15時30分
会場/市民仙台南内住のお勧めの方
022(215)3711

傾聴サロン

1月6日(土)10時〜15時
仙台市福祉プラザ
090(6625)5640

山形県高島町の真冬のお花見を楽しみませんか。

純白の雪景色の中、色鮮やかに咲き誇る牡丹に癒されます。
メイン会場では名産品販売や学童桜回廊など
各種イベントをお楽しみいただけます。
0238-57-3844

杉村惇作品展

開催中〜1月21日(日)
10時〜17時 月曜休館
会場/塩竈市杉村惇美術館
観覧料 一般500円
塩竈市杉村惇美術館
022(362)2555

シニア限定のパートナー探し 大人の茶話会

1月28日(日)13時30分〜
会場/ホテルニライエ(モリビル裏)
男性5000円 女性2000円
太陽の会・仙台
090(7790)5480

ウオーキング情報

仙台西部の古道、散策路歩き
毎月、平日、土日も含めて5回程度実施
参加希望の方は開催日を
問い合わせの上、お申し込みを
※参加費500円。昼食飲み物等は
各自持参。申込は3日前迄。
場所:仙台市西部の里山
090(8616)1397

木曜ウォーク青葉区

1月18日(木) 集合9時30分
集会所:歩楽人仙台東口店
参加費:200円(保険料等)
歩楽人 仙台東口店
022(296)4192

傾聴茶話会

1月13日(土)13時30分〜14時30分
仙台市福祉プラザ
070(2025)8200

遺言 公正証書遺言の手数料

今回の執筆者/仙台合同公証人役場 公証人 鈴木陽一

公正証書で遺言をする場合の手数料を教えてください。
公正証書遺言の手数料は、相続人の人数と1人当たりの相続財産額によって、基本的金額が算定されます。

例えば、相続人Aに土地と建物(固定資産評価額合計2000万円)を、相続人Bに預貯金500万円を、それぞれ相続させると遺言する場合、Aの相続財産額は、1000万円を超えて3000万円以内なので、手数料基本額は、2万3000円です。Bの相続財産額は、200万円を超えて500万円以内なので、手数料基本額は1万1000円です。これらの合計額である3万4000円が基本的金額になります。

公正証書遺言の手数料は、相続人の人数と1人当たりの相続財産額によって、基本的金額が算定されます。
例えば、相続人Aに土地と建物(固定資産評価額合計2000万円)を、相続人Bに預貯金500万円を、それぞれ相続させると遺言する場合、Aの相続財産額は、1000万円を超えて3000万円以内なので、手数料基本額は、2万3000円です。Bの相続財産額は、200万円を超えて500万円以内なので、手数料基本額は1万1000円です。これらの合計額である3万4000円が基本的金額になります。

また、Aに土地、建物を相続させるのはそのままとし、預貯金500万円について、Bに300万円、相続人Cに200万円をそれぞれ相続させるとした場合、Aについての基本額が2300円、Bについての基本額が1万1000円、Cについての基本額が7000円(100万円を超えて200万円以内の相続額の合計4万1000円)で、これに遺言加算と用紙代と用紙代を合計すると、5万4750円が手数料額となります。

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)
仙台合同公証人役場
仙台市青葉区二日町16-15 プライムゲート晩翠通2階
021)6031 公証人 菅野俊明
0266)8398 公証人 鈴木陽一
0261)0377 公証人 金沢和憲
0222)8105 公証人 小沢正明

楽しく健康づくり
1970年代〜の聞き慣れた歌謡曲に合わせてリズムカルに身体を動かすダンス教室です。心も身体も軽やかに、先生との会話も楽しいと評判です!
インストラクターは看護師の資格をもつAYACO先生です。健康相談もOK!
月4回(1回・45分)月額1,376円〜
今なら「シルバーネットをみた」で無料体験2回OK!
お友達と誘い合わせて来てみませんか?
ご予約は080-1301-0968(担当:高橋)

健康マージャン シニアsalon勾当台
賭けない 飲まない 吸わない
【貸車4人セット】お一人様5時間1,200円
営業時間/9:00〜18:00まで(日曜休)
ご予約は 090-8423-8724
青山昭司まで代表者名でお申込みください。
〒980-0802 仙台市青葉区二日町2-1キムラビル601(仙台市役所裏)
★地下鉄「勾当台公園駅」北1出口より徒歩3分

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

より豊かな日々へ...
映画を観たり、本を読んだり、作句したり睡眠の質を高め、いざ介護の時に役立つ「今」と「未来」、あなたの人生に寄り添う電動リクライニングベッドが、さらに進化しました。
高品質ベッド多数展示、電動ベッドのご相談受付中
ご体感いただきながら、ご説明をいたします(要予約)。
多くの医療現場で培った安心の品質と安全性
フランスベッド販売株式会社
0120-55-2604
仙台市宮城野区岩切分台2-12-12

まほろば 2月9日(金)〜12日(月)
山形県高島町の真冬のお花見を楽しみませんか。
純白の雪景色の中、色鮮やかに咲き誇る牡丹に癒されます。
メイン会場では名産品販売や学童桜回廊など
各種イベントをお楽しみいただけます。
●メイン会場:高島町太陽館(JR高島駅併設)
山形県東置賜郡高島町大字山崎200-1
●共催会場:よねおりかんこうセンター、高島ワイナリー、道の駅たかはた(※各施設ごと営業時間での見学となります。)
●料金:太陽館会場では見学協力金(中学生以上100円)を募っております。何卒ご協力をお願いいたします。
【お問い合わせ】一般社団法人 高島町観光協会 TEL:0238-57-3844 https://takahata.info

お墓について 更に考える
「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 日本の墓制は何処へ行くのか?③》
さて、前回墓地問題の解決策として「特定多数対象の集合墓(合葬墓)」という提案をしてみました。これは「特定多数対象」というのがミソ。つまり、「決して無縁墓地ではない」ということが肝心。そこに埋葬される人々としての尊厳は最大限尊重されるべきで、だから、そこに埋葬される本人(或いはその近親者)のことを管理者(仏寺ならば住職)が知っている必要があると思っております。その上で冥福を祈るべく名前(仏寺なら戒名)が墓碑、或いは過去帖に記載され、管理者が存続する限り供養(廻向)し続けられるというのが理想。以前に述べたように日本では八世紀初頭から火葬、757年には最初の一周忌法要が催されていますので、仏式にて故人の冥福(成仏)を祈る風習自体は1300年の長い歴史を持っています。それに比べれば仏式葬儀が大衆化してから僅かに300年余。墓参りが定着してから250年。現在主流の家族墓に至っては明治以降とその歴史は浅いと言えます。それ故、もし墓地の簡素化が時代の必然とするならば、その行き着く先は合葬ということにならざるを得ないのではないかと。実際、江戸期までの個人墓からすれば、明治以降の家族墓も血縁限定とはいえど、一種の集合墓ですから、血縁の縛りが消失するだけのことなんですけどね。まあ、それだけ現実の社会では家族の絆というものが次第に希薄(or 重荷?)になっているということが出来るのかも知れませんが...
相談料はいただきませんので、お気軽にお電話ください。
●葬儀・仏事のご相談を承ります。
※直接ご相談頂ければお布施の寡多に関わらず戒名をお授けいたします。
※但し、葬儀・戒名は菩提寺が決まっていなくて世帯に限りです。
●各種祈禱も承ります。
※厄除け祈禱に限り12月22日〜3月20日まで期間限定となります。
宗教法人 妙蓮寺
022(376)3553
※非通知設定のままですと繋がりにくいのでご注意ください。
〒981-3225 仙台市泉区福岡字上野原1-16

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。
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 亙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



フランク永井の思い出
 小田中榮市91 宮城野区松岡町
 私は東京生まれで、母も姉も歌が大好きでした。子どもの頃に宮内庁にいた伯父から榮市、歌は好きか？と問われ「ハイ」と言ったら、なんとレコード店を出してくれました。テレビのない時代、ラジオから流れてくる歌に夢中でしたが、ますます歌が好きになりました。昭和十九年に父の実家のある松山町(現大崎市)へ越して来ると、あのフランク永井君のクラスに入ったのです。彼の斜め前の席でした。彼はなまりも無く、頭も良く、級長でした。亡くなって残念です。私は民謡を今でも歌っております。

肥満記念日
 村上二枝81 青葉区中山吉成
 11月28日は、これからの私の記念日である。長年の脚の痛みが耐えかね、たまたま手術することになった。いつもお世話になる内科の先生におう、また育ったネと、からかわれる私。笑いながらやせている人より、ずうっと長生きできるからネとフォローしてくれる。夕刻から始まった手術室で外科の担当医は肥満の人は普通の人より7〜8センチ切れないところ、1センチは切れないと、1センチではないか。自分のことをハッキリ、肥満と言われたのは初めてだった小太りとは思っていただけ。局所麻酔だったので会話ができるのは幸せだったが、ちよっぴりガツカリ。でも先生は、間髪を入れず僕も肥満だった時、開腹手術をして大変だったんだよと言っではないか。同病相哀れむではないが、私を励ますために言ってくれたのか。ベッドに横になっている私は気を取り直し、「そうだ、これから11月28日を肥満記念日しよう」と思ったのだ。

まさかのコロナ感染
 中沢常夫87 青葉区中山
 新型コロナウイルスが5類に移行しても、感染しないようにマスク、手洗いに心掛け、予防接種も10月6日、7回目を行った。私たちが夫婦は感染しないと自信をもっていたが、突然、鼻水、咳、痰に襲われた。妻も同じような症状で、流行のインフルエンザかと思翌10月19日、医師の診断を求めた。受付でコロナ感染を疑われ、待合室から玄関先の椅子に隔離された。看護師が鼻から検体をとり、2人共コロナウイルスの陽性と診断された。大変なことになった、入院か...と心配したが、解熱鎮痛剤、去痰剤、咳止め等1週間分を処方され、家で安静にするよう。もしも病状が悪化した場合は、受診情報センター(0120)056203に電話するように言われた。家に帰ってからは玄関に鍵をかけて、閉じこもり、治療に専念。その結果、たいした熱も出ず、薬が切れる頃には良くなってきた。ただ、後遺症として食欲のない状態が続く、体重が減少した。何処で感染したか心当たりはない。予防接種をしたからと言って安心できないことを知らされた。

人生100年時代と言われる中で、老後をいかに健康で快適な生活を持続できるかが大きな課題であり、高年齢者は外出を控え、他人との交流が途絶え、食事でも偏食・不規則になりがちで、昨今よく言われている「フレイル」という心身の不健全に遭遇する不安があります。延寿会はフレイルの予防対策の観点からも有意義なグループであると感じ、評価し、小生も積極的に活動している次第であります。
 このような団体・グループは各地に存在しており、ですので、忌憚なく仲間入りされて心身のリフレッシュを図り、共に楽しい余生を送りたいものと思ひ、大いに参画な推奨いたします。

「とんでもないです」が力に
 千葉洋子72 太白区長町
 近頃、買い物支払い時にグズグズモタモタすることが度重なり。帰る道々でそのことを思い出している。余計に疲れたりする。そこで、数あるポイントカード、メンバーズカード、サービスマンバズカード、サービスマンバズカード等々を全てまとめて入れられる流行りの財布を求めた。そして、現金と共に取り出しやすい様、使用頻度の高い順を考えたり、色味の似通ったカードは離してみたり、並べ方にも工夫をした。そこまでも、いざとなると〇〇はお持ちですか？「〇〇券は？」「ポイントは何？」「袋は？」と畳み掛けられると焦ってしまい、結局、この方法も水の泡。さらには、私のせいで後方に列ができてしまったと悟るや、現金を出すことにのみ精一杯で、そそくさと店を出ることもしばしば。案の定、精算に手間取った先日のこと。「忙しいのに時間を取らせました。...」とレジの女性に謝った。すると思いがけず、「とんでもないですヨ」との丁寧な一言が笑顔と共に返ってきた。その心地よさに、次は電子マネーに挑戦！と気持ちに気合を込め、入り口近くのチャージ機に目をやった。

医学の進歩に驚きと感謝
 水戸秀雄89 青葉区栗生
 私と妻は足腰が弱って自宅での生活が困難となり、昨年8月から青葉区栗生の老人ホームにお世話になっていました。そんな中、11月3日、突然下腹部に激痛を感じ救急車を呼んでいただき、気が付くとS総合病院のベッドの上。主治医から「絞扼性腸閉塞」という病気を開腹して悪い部分を取り除き20針縫合。2週間位で退院できますと説明を受けて耳を疑いました。私の20年前の常識では、開腹すれば抜糸まで1カ月、退院までは2〜3カ月必要でした。手術後3日目から、早期離床を目的とした過酷なリハビリが始まりました。点滴の主柱を杖代わりとした、廊下の歩行訓練。手術後14日後に退院。現代医学の急速な進歩に驚いています。病院の先生、看護師さん、関係の皆様は厚く御礼を申し上げます。

今を大切に！
 井上正子75 若林区若林
 年末が近づくと、この年を改めて振り返ると、たくさん思い出がよみがえります。苦しい時こそ前へ前へと、辛さを踏み台にして悲しみを強さにと耐えた1年でもありました。現実という今も大切に。泣いても、悩んでも1日、どうせ同じ1日なら思いっきり私らしく、笑い飛ばす1日に！来る年もどうなるか分からない。先のこと、心を痛めるより、貴重な今を大切に今を楽しんで生きていきたいと思います。

墓じまい無料相談会
 とき 令和6年 1/20(土) AM9:00~12:00
 ところ 仙台市シルバーセンター5階・第3研修室 (仙台市青葉区花京院1-3-2)
 代行 葬儀社との話し合い、手続き、墓石の撤去・処分などもお引き受け致します。
 どのようなことでもお話しください。
 ●資料請求無料! 終活全般ご相談無料!
 高齢者サポートプロ集団 シルバーパートナーズ加盟
「お墓の相談室」オカモト
 仙台市泉区館 TEL 022-376-4410
 1丁目7-17 携帯 090-9037-6232
 ご紹介 合祀墓 1体 37,700円
 ★管理費なし (一切の費用含む)

終活無料相談会
 日時 令和6年 1/20(土) AM9:00~12:00
 会場 仙台市シルバーセンター5階・第3研修室 (仙台市青葉区花京院1-3-2) ★予約された方、優先
 TBCラジオ「エン・ポージャー」で紹介されました。
いきいき本会員募集中!!
 ※入会費・身元保証費用が必要となります
 ●終身何度でも身元保証(施設入居時・入院・手術など)
 ●生活支援(買い物・付き添いなど)
 ●旅立ちサポート(行政手続き・遺品整理など)
 ●葬儀・納骨・永代供養(直葬手配・納骨・葬儀など)
 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
 FAX 022-766-8365
 ●資料請求無料! 終活全般ご相談無料!
 高齢者サポートプロ集団 シルバーパートナーズ加盟
 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 仙台市若林区御東2丁目26 SKビルB2

●お墓でお悩みの方 ●継承者のいない方 ●お骨をお持ちの方
 ●お墓の引越し(改葬)をお考えの方 **何でもご相談ください**
みやぎ霊園内に(西6-1区)
 仙台市青葉区郷六字大森2-1 西6-1区
お葬儀のご相談承ります
永代供養墓 山川草木
 自然美のある環境で北目町二十三夜さんが永代供養するお墓です
 ■合祀墓 ▶ 7万円 ■合葬墓 ▶ 15万円
 ■個別墓 ▶ 30万円 ■夫婦墓 ▶ 50万円
 ●どなたでもご利用でき、宗旨宗派はこだわりません
 ●檀家制ではなく、会員登録制です ●生前申し込み
 ●13回忌まで個別に安置供養、以後合祀墓に移し33回忌までお寺が供養致します ※年間の維持・管理費はありません
今年生まれの守り本尊
 北目町二十三夜堂 宗教法人 **賢聖院**
 〒980-0023 仙台市青葉区北目町7-11
TEL 022-722-0238



プレゼント
原山圭子79 若林区荒井

青い鳥
白鳥三代子70 若林区遠見塚

祝新春!
青竜
辰年
高橋克郎87 泉区南光台東

大友寛子87 太白区あすと長

芽
年女
平野洋子71 太白区東中田

菅誠吾76 太白区西の平

墓じまい
高橋スマノ97 青葉区釜合
お墓のことなど余り考えたこともありませんでしたが、夫が敬愛が亡くなったからずいぶん面倒なことが知りませんでした。

高橋家の墓は鹿島台町にあり、そこには誰も住んでおらず、夫が年に何回と草取りに行っていました。元気がなくなるとはいいけれど、行けなくなることを考え、みやぎ霊園に移すことにしたのでした。その墓には私たちが知っていたのは義父だけ。それ以外の人は一〇〇年も前のことで、知りません。夫はキリスト教に教会の墓に入り、私たちも入らないのです。ただ一人、夫の姉が入ると言っておりましたが、歳を取って認知症となり、入ることは難しくなりました。

それで困っていた時に、シルバーネットの広告にお墓の相談なんでも代行します オカモト」というのを見て電話。すぐ来て下さり、2週間ほどで終わって本当に安心致しました。シルバーネットに感謝、広告のありがたみを知りました。

花一輪
日向野洋子75 青葉区貝ヶ森
時折、バス停で出会うお爺さんがいます。いつも肩に洒落た小さなバッグを掛けています。アラッ!そのバッグに今日は、花が一輪さしてあります。「とても粋ですね」と話してみたら「これは朝顔ですか?通りの知らないお宅から失敬して来たのですが」「えっ、失敬したの? 枯梗ですよ」先日また、バッグのお爺さんに会いました。「今日の花は分かります。妻の好きだった寒椿です」
「だった? そうか。お宅に戻られたら仏壇に飾られるのかな。それなら失敬されたお宅の人も、きつ

と許してくれますね。粋なバッグと花一輪。次は、どんな花に会えるのかな。 **老いてもボラでの絆を大切に**
小磯清光80 泉区館

お年寄りや障がいのある子どもたちへ、地元で根付いたボランティア活動を行って60年になるうとして。先日福祉プラザで『芸能ボランティアふれあいの集い』を開催。約50名が出演。その受付の手伝いをされていたのは、舞踊一筋で施設への慰問などに頑張られてきた女性。米寿になられた舞台でなく受付で頑張る姿に感動した。これからも100歳を目指して、絆を大切に努力したい。



誕生日のプレゼント
白鳥三代子70 若林区遠見塚
息子夫婦が泊旅行をプレゼントしてくれた。どこか行きたいところはある? と聞かれたので、以前から行きたいと思っていた花巻市にある宮沢賢治童話村と答えた。母親の介護が長年続き、泊まるなんて考えてみたこともなかったが、今は介護施設にいたので思い切って行く決心をした。
最初に向かったのは、わんこそば屋。お嫁さんが探してくれた店で、おいしい

そばだった。50杯はいけるかなと思いつつ、25杯が限度だった。そして童話村へ。私は絵本や童話が大好き。図書館から借りてよく読んでいた。ゆつくり見て回り、記念にと『月夜のでんしんぼ』という賢治の本を買った。その後夕食を終えたら、お嫁さんが「お母さん、これどうぞ」と何やら手渡された。開けてみたら、銀河鉄道の夜の絵本。息子が前もって本屋さんで買っていたという。なんて私は幸せ者なんだらうと、嬉しさを噛みしめた。70代がスタートして間もないが、いい思い出をたくさん作ろうと思った。

「奥松島オルレ」を歩く
菱沼俊行77 泉区将監
10月のある秋晴れの下、奥松島オルレを歩いてきました。距離10km、所要時間4時間、難易度は中級。オルレとは、簡単に言えば韓国で始まった徒歩旅行のこと。子供の頃、学校から近くの山、川、海に行った遠足のようなものです。
『おおなみ駐車場』をスタートして海拔1051の大高森の中腹を通り、縄文時代の貝塚を見ながら丘陵地帯を歩き、『御神木タプノキ』に挨拶してウッドチップの道を進むと『波律々浦』の静かな内湾が現れる。
断崖絶壁に押し寄せるドドーンという波音を聞きながら『稲ヶ崎公園』からは、蔵王連邦、松島湾、牡鹿半島まで見ることができました。少し人生に不満のある方、悩みのある方はここで海に向かって思い切り叫んでみてはいかがでしょう? あっ! という間に青空と波音が愚痴を吸い取ってくれます。
月浜海水浴場から馬の背と呼ぶ新浜岬を通り、観音寺から歴史を紡ぐ林道へ。最後は松島四大観の一つである『大高森』からの大パ

ノラマを一望してフィニッシュの『おおなみ』に戻り、完歩することができました。所要時間は3時間弱でした。今回のオルレで大好きな三角点を2箇所も発見できて大満足です。宮城県には5箇所のおルレがあり、3箇所は完歩済み。残り2箇所は挑戦したいと思っています。

八十八歳のつばき
芦立富見代87 青葉区支倉町
朝7時、スマホのラインが鳴りました。おばあちゃん、八十八歳の誕生日おめでとう、いつまでも元気で長生きしてねの文字とスタンプが。今年から社会人になった、東京在住の孫から夫に声をかけ、二人でスマホに見入りました。人生百年と言われる時代、米寿も通過点の一つ。穏やかに楽しく暮らして、後は自然の流れに任せましょう。孫からのラインで心地良い一日が始まった、八十八回目の誕生日の朝でした。

犬の散歩と平和
阪本昭憲77 太白区上野山
定年後、私は妻に尻を叩かれて、ウォーキングをしております。「8千歩くらい歩け」だって。キツイですよ。その途中で犬の散歩をしている方々と出会います。微笑ましいのは、犬がダッコしてくれとせがむらしいのです。4〜5匹ぐらいのグループの方々もいらつしやいます。ある時に思いました。今、世界で起きている紛争地帯で、のんびり犬を散歩している風景に出会いませんか。そうだと、犬の散歩も私の散歩も、日本が平和だからできるのだと。と、こゝろは、散歩なんて格好良く書きましたがね、本音は家に居ると邪魔なので追い出されているのです。この寒空に、肩をすぼめて歩く私の姿を想像していただきたい。

困ったイノシシ
鹿又和子83 太白区茂庭
ジャガイモの花が咲き、明日は収穫すると張り切った翌朝、なんとイモが無くなっていった。辺りには大きな穴がいくつも。柿の木も根元が大きく掘られていた。ニラやネギの苗も散り散り、花の球根の植木鉢もひっくりかえっていた。
「どうだ。ごちそうさん」と、イノシシの笑い声が聞こえそう。
腹が立つやらガツカリするやら。どうすれば守れるのか、頭を抱えるばかり。猿も来るとしく、キウイの実もなくなっていた。田舎暮らしも楽しいけど、野生動物には困ったもんです。



続きはホームページで
掲載しきれなかったお手紙をホームページに掲載しています。過去の紙面や楽しい川柳、サークル情報等もご覧いただけます。

今年の抱負
児玉 悟76 青葉区五橋
「はげあたまを目指します。」
【は】 はつらつと
【げ】 げんきで
【あ】 あかるく
【た】 たのしく
【ま】 まえむきに
世界一有名なクマのお話し
ジミト狩野(牧野)83 カナダ
「クマの」と言えば、「プーさん」と誰もが答えられると思います。クマのプーさんには、モデルとなったクマがいたので、1926年、カナダ・オンタリオ州北部の町で、カナダ軍の中將がたまたまその子グマを猟師から20ドルで買い取ったところからこの物語は始まります。(つづく)

新春見学会 1月6日(土)~1月28日(日)
[受付・見学時間] 10:00~15:00
《区画申込金》
2人様 30万円~
◆2人用 ◆4人用 ◆5人以上用
●過去の宗旨、宗派は問いません。
●その墓所に永代供養となります。
●ペットも一緒に入れます。

仙台葛岡樹木葬フォレストガーデン
【お問い合わせ先】宮城県仙台市青葉区郷六字葛岡42 TEL 022-302-6710

笑いは元気の素！

今月の課題 集い、学び、喜び 市民センター

新年に集まる孫の数こわい ひまわりデイ
【秀作】断捨離の服がバズると孫が着る
センターで逢える喜び 早寝する
まだ若いこれからこれからこれから

青葉区

熊情報「ゴミ出しついでに共有し 初投荷
見づからぬ初恋の人 同窓会
栗「ほん」けた部分が 母の味
マドンナは 老人大学 にはおらず
声かかる 昔飲み会 今お茶会
同じ道 皆で歩けば 「まち歩き」
カラオケの 仲間集いで 青春す
出勤簿 ほしい位の センター 通い
年取れど 市民センター 学びの場
初めてのことに チャレンジ 若返る
カラオケで 嚙下も 鍛えのど 自慢
「載つたね」 それで つながる 高齢者
マスク取り 歳を 確認 なるほど ね
喜寿過ぎて 免許更新 四苦八苦
センターで 見たよと言われ おしよいな
コンビニで おにぎり 買われ 身となりし我
意外にも センター まつり ああ 美女が
町内会 コミセン 利用 好評なり
シミセンに 通う間は ボケはなし
上を見て 羨み下を見て 我慢
振り向けば まさかの坂を 登り降り
集合と 号令かけても チラホラ ね
生きる知恵 姑の 語録 バイブルに
かゆいとこ あそこだぞ 妻がいる
夫逝きて 日記 アルバム 我が 標へ
デイサービス 喜び 悲しみ 乗り越えて
主婦は プロ 家事に 生かされ 蘇生する
はさみで は 切るに 切れない 縁がある
銀杏 降る 集めた 昔の 気力 無し
干し柿を 類張る 孫に 感謝する
観察会 博覧の子等 師と 仰ぐ
地味な 眼鏡に 写して ハイ 決まり
古い 愉し 認知 ついで 笑い 合い
ピンボケの 方が よろしと 義姉 笑顔
米寿にて 三年用の ダイアリー
およめちゃん 覚えて くれた 母の味
孫の旅 長寿のおまもり 手渡され
誕生日 おひとりさまの 街ヒール
寒さ来て 急いで 鉢入れ 腰に 来た
慕しまい 終えて すつきり 胸を なで
ばあちゃん子 毎日 電話 うれしいな
診察日 手を たいて ほめられて
金属で 再生 遂げた 股関節
太白区 川柳アドバンス 「標語」はくならないうつら

ボリスより 困った時の 市民C
おしゃべりが 第一種目 センター 通い
寄り合えば おにぎり 一つで 花が咲く
膝が泣く 腰が笑って 父の顔
友の作 元氣だねと 声をかけ
夫の顔 昔アランドロン 今毛がドロン
後期とは 線の引き方 気に入らぬ
すくと立つ ゆりの木みならぬ 背を 伸す
お年玉 靴のサイズで 額決める
うとい我 ネット社会に 四苦八苦
家のこと 不具合 すべて 夫のせい
仏前できょうの失敗 笑い話
俺だつて 市民センターでは モテ捲る
学びより ランチ 目当ての 老壮大
ニュースポーツ 夢中になつて 寿命 伸び
悪友の 笑顔の先 に アルコール
コロナにて 消えた コーラス 夢に出た
バアちゃん達 今日と みんなで 口合戦
ババ元氣 ゴミと一緒 に ジンも ポイ
年をとる 生きてる 証 頑張る べ
生き生きと 市民センターで 年忘れ
コミセンや 重い口が 軽くなり
学びあり 楽しく 生きて 齢忘れ
喜寿を 越し あちこち ネジを 締め直す
もう無理か 小六時代の クラス会
できるなら 勤務時代の ミス 消したい
笑い声 市民センター 一つの 日も
風切つた つもりが 腰を 曲げて いた
無理したか 翌日 病院で 再会し
疎外 無き 市民センター に きやかに
杖と足 三本足で 日々 元氣
疲れなど 消える 楽しみ コミセン まつり
パンク 消え バスが 減つても 年令 増える
若者の 集いに 混じり 老いの 恋
学ぶより 恋を 覚えて 卒業し
急ぐ程 見事に 忘れ 笑い 消え
魅力 ない テレビ 番組 休ませよ
耳も 愛さ さい たつて 聞こえない
デイサービス シンレ 肩こり 忘れてた
初詣 犬と 婆ちゃん お留守 番
主婦 稼業 今日 も フラフラ 千鳥足
年老いて おしゃべり 満点 足 三三三
デイサービス 命の 集い いつまでも
よろこびは 生きていく のに いたいし
誕生日 花束 あげて 涙 ぶく
ありがたい 叱つて くれる 妻 がいる
楽しみの 脳トレ マージャン レベル アップ
ケイタイの 向こうの 咳に うつさ せう
老ホーム 風船 バレー おつとつと！

黙禱中 川柳浮かび 消えつた
骨と皮 お肉は ぐへ 消えた やら
皆集い カラオケ タイム 昭和の歌
あの世での 開催 決めた クラス会
死ぬ前に 馬鹿ババ 演じ ハイ サラバ
パスポート 出た 出た 亡夫は 男まきえ
宮城野区 川柳アドバンス みんなが 思い つかない 発想で
ボウリング 投げ 方 学ばば ユーチューブ
まご走り おい かけて は さ 年 わすれ
目や耳や 腰も 含めて 老化 だと
何故か したら 三婆 婆会 議 元氣 出る
我ひとり カガミ の 中の 友達 だ
孫娘 今日 の メール にも 夢いっばい
嬉しいな 白内 の 術で 光 来た
年金 日 バンク に 並ぶ 人の 列
籠もらずに 集え ば 人生 道 ひらく
耳そうじ 新婚 当時は ひざ まくら
80で ピアノ 習うも メチャ 楽し
時は やく 封を 開け ず に 次 届く
孫達と 居酒屋 シンゴ 夢ごっこ
笑わせて シワ が 増え た と お叱り を
ラブレター 未だ 届かぬ 五十 余年
趣味の 会 笑顔 に 会える あと 三日
賞状 下手 な 作品 は すかし い！
老兵は 螢の ひかり 口遊む
婚六十 センター 祭り デュエットで
孫達に 負けて 喜ぶ 腕 相撲
美しき 落葉 しばらく 陽に かさし
本年も トライ ぬい 老い ババ
絵手紙に 今の 私と 吊し柿
「集まろう」 「集めよう」 無し 総 孤 独
ボケた 脳 チョロ チョロ と 顔 を 出す
柔道で 鍛えた 俺が 何故 転ぶ
宿題の 重さに 悩む 一人 婆
会食日 心ウキウキ 怪我 を する
学び 舎日 五感 が が や き 胸 を 張る
揺れが 来て きもち ババ フラ 娘も 叫ぶ
小三の 算数に 手を やく 吾 卒 寿
要支援 手すり 付いたぞ 柚子 風呂 だ
終戦後 孝行 トップ は モク 拾い
年老いて ありが と き さんが 口癖 に
若林区 川柳アドバンス 「五七五」のリズムを 目指す
本読んで 忘れて ました 読む 喜び よ
エンディング かつ こよす ぎる ウソ ジジイ
本読んで 同じ ページ を 何回 も
お習字で 金賞 も らい 額 を 買 う
意地と 見栄 心の 張は 今日 の 杖
カルチャーで 学び と お喋り 寿命 延び

次の課題 消えた・現れた
アンケートにもご協力ください。
「入院」について
1.65歳を過ぎてから
入院したことがありますか？
①ある(何日?どんな病気やケガ等で?)
②ない
2.入院した時に、あったらいいな
と思ったもの・困ったこと
3.入院を体験して感じたことなど
締切 1月10日(消印有効) ※お手紙&絵手紙も
初めの方もご遠慮なく!!
(参加費:50歳以上・後引料無料!1人1通)
ハガキに5句まで書いてお送り下さい。
氏名は本名で ※ペンネームは原則掲載不可
年齢・住所・電話番号・アンケートの
回答(任意)を明記。※願ひ字にはフリガナを
性別が分かりにくいお名前の方は性別もご記入を。
※投稿された川柳の著作権は発行元に帰属します。
作品に追加することがあります。
次点となった過去の作品を掲載することがあります。
【個人情報取得について】 読者の皆様は個人情報を当社が責任を持って
管理いたします。後、プレゼント商品の発送のために、商品提供社へ提供する
ことがございますのでご了承ください。第三者に開示することはありません。

檀家にはなりたくないけど、お葬式やご法事の事が心配... 事前のご相談を。
宗教法人 慈照庵
葬式の一斉を20万円からご相談に応じます。
従来は檀家制度に拘らず、お葬式、ご法事等を安心明瞭なるお布施にて厳修してくる『慈照庵』。お葬式のお布施は20万円から(お通夜・出棺・火葬経・葬儀・繰上げ法要迄の全てを含む)と、相場の半分以下で施行し喜ばれています。
「お墓」の相談承ります。
いざという時に限られた時間の中で、満足できるお葬式の打合せは難しいものです。そこで慈照庵では事前相談(心の準備)をお勧めしております。また、お墓でお悩みの方のご相談も受付中。まずはご一報を。

永代供養墓 杜の苑
お墓の後継ぎがないとか、お子様や親戚に負担がかからないようにと、生前より「永代供養墓」を選ぶ方が増えております。みやぎ霊園内にあります【杜の苑】は、慈照庵が責任を持ちまして永代にご供養、管理いたします。宗旨・宗派は問いません。年会費、管理費、寄付金等は一切不要で、どなたでもご利用できます。
●合祀墓 お一人様 6万円
●永代供養墓十七 お一人様 17万円(17回忌以降合祀)
●永代供養墓三十三 お一人様 30万円(33回忌以降合祀)
●夫婦永代供養墓 お二人様 50万円(33回忌以降合祀)
★ご相談はお電話又は慈照庵までお越しください。事前の連絡で無料送迎(仙台市内)いたします。
宗教法人 慈照庵 ☎022-376-5909
〒981-3213 仙台市泉区南中山2-18-3 http://www.bousan.jp

明けましておめでとうございます
今年もよろしくお祈りします。

入居者募集

入居資格 おためし入居実施中!
65才以上の要支援1～要介護5までの方
※介護認定を受けていない方もご相談ください。
★施設見学できます。要予約 (仙台駅東口より車5分 仙台第4合同庁舎より徒歩3分)

詳しくはお問い合わせください。

サービス付き **ダーチャ榴岡**
高齢者向け住宅
〒983-0803 仙台市宮城野区小田原2丁目2-23
TEL.022-353-6123 (担当まで)

心と人のよりどころ
子授け・安産祈願

寶龍山 頭妙寺

樹木葬・永代供養墓
《墓地永代使用受付中》

JR仙石線「本塩釜駅」より車5分
塩釜市小松崎4-21 TEL.022-362-6914

リフォームは安心の地元施工店へ!

キッチン/バスリフォーム/外装塗装
水廻り/追い焚き配管内部の洗浄

有限会社 ミチナス

〒983-0013 仙台市宮城野区中野1丁目5-24
☎022-388-8106

シニア専門 真剣な出会いをサポート

34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?
単なる友人探しの登録はご遠慮いただいております。

懇親会開催 毎月第4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 定休日/日・月
https://taiyounokai-sendai.com

《ちは編集長より》
いよいよ新年。新しい年も楽しくて為になる紙面をお届けしていきたいと思っております。どうぞよろしくお祈りいたします。▼先日、富ヶ丘公民館にて川柳の作句法についてお話しをしてきたのですが、その時の受講生の皆さんが作られた作品から一部を川柳欄に掲載しました。2回に分けて合計3時間の講座。みなさん頑張って作句してくださいました。▼市民センターには紙面を置いて頂いたり、老壮大学で講師を務めさせて頂いたりとお世話になっております。今回その市民センターもお題となっていました。入選句に「シメン」市民Cと見慣れない言葉が。文字数を削るために略称として考えられたのでしょうか。「努力賞」ですね。▼幸せな気持ちになれるちよとした習慣。筆者は録画しておいた「家ついて行ってイイですか」を一杯やりながら見ることに、かにかい!

ダーツの集い 矢がまんなかには跳びはねた 荒井東
世の情け 爺様の背見て 育つ孫 上飯田
復興のシンボルになれ ページェント 河原町
雑貨類 求めて満足! タンスの肥やし 上飯田
不摂生 学んだはずが メタボ腹 遠見塚
学ぶより 雑談喜ぶ 老壮大 沖野
我が知識子の教科書で 学びたり 若林
赤ちゃんの 仕事見たくて 寄つた店 河原町
手をつなく 老いての愛は ころばぬよう 荒井
久々の センターまつりに 若返り 若林
日が昇る 元氣もらつた ありがたう 文化町
あわてんぼ 頭のこぶに 教えられ 若林
一週間 カレーとシチューと 一人鍋 若林
ナニ川柳! ペンをまわして おれりや 上飯田
傘寿越え スマホに学ぶ 飯仕度 霞目
いい着物 孫より目立つ 七五三 文化町
息子出て 牌の音響く 溜まり場に 沖野
柿泥棒 子等のいたずら 今は熊 かつみ町
年寄りに 決断迫る 年の暮れ 沖野
買いました 家計簿ないと 不安なの 文化町
老四人 ボタン押したが 汽車発車 南小泉
学ぶほど 無知な人生 恥を知る 南小泉
令和六年 卒寿賜わる 初日の出 南小泉
笑顔優し 孫娘より お年玉 文化町
父母の 両輪加護の 長寿です 文化町
一日一善 小さな宝 積んでます 文化町
生きて 白髪童顔 同級会 大和町

出不精も 皆んなの活動 様子見に 松陵
過疎進み 学び舎代わり 介護舎に 将監
八十路越え 新たに歩む 川柳路 将監
笑顔ある でも襲ってくる 孤独感 歩坂町
マドンナ手 握りトキメキ ダンスタイム 長命ヶ丘
さあやるぞ 着いたとたん 足がつか 友愛町
コロナ禍で 目元キョロキョロ 愛らしく 友愛町
思い出を 噛みしめ生きる あと何年 友愛町
宝くじ 億万夢み 落ち着かず 加茂
歳なんぼ スノボ挑戦 アザだらけ 友愛町
待つでも 喜び来ない どうすつべ 友愛町
街路樹の 落葉掃く度 整形通い 将監
もたれ合う 夫婦互いに 八十代 黒松
お互いに 杖になろうより 八仲間 南光台
学問の すすめ知らない 論吉好き 将監
ページェント 今年も見れたネ 八十路坂 虹の丘
五類です わいわい集う お年寄り 南光台
つぎはぎも 肌馴染んで 心地良い 友愛町
老夫婦 花柄の再生ペーパー ホットする 旭丘堤
チンパンカン ひ孫に学ぶ 年になり 虹の丘
ウメモドキ 座敷に活けた日 若かった 泉中央
懐かしい 柿すだれじゃ 美味しかろう 南光台
宮城県(仙台市を除く) 川柳アドバイス 少し時間を置いてから修正する

この集い ああ集いも 渡り鳥 名取市
デイサービス 腰痛マッサージュ さわやかに 富谷市
喜びは みんなで 食べる デイの昼 ひまわりデイ
さりげない つけかけないけど 愛がある 大和町
年の差の 中身に荒れる 暮れの孫 富谷市
師走だよ 杖が友では 走れません 門馬 旭90
笑顔術 もはや手おくれ 皺深く 大衡村
老いの日々 強く無欲で 正直に ひまわりデイ
温泉に 幼なじみの 年女 多賀城市
日本全国(宮城県を除く) 川柳アドバイス 作品に課題の言葉を入れない工夫を

「フスねカレ」 いやちやいますで レカネマフ 東京都 古宮孝一 64
痛む腰 シップで 描く 抽象画 広島県福山市 南田順子 67
「初めて」に 挑戦します 日に一つ 茨城県古河市 櫻井康雄 69
金婚の 今日と妻とは ケンカする 栃木県真岡市 駒場正芳 70
半世紀 眠つたギター 今起こす 長崎市 中田利幸 71
「負けるが勝つ」孫に違つたと 論される 岡山県岡山市 波多野旬子 72
風呂深い 海溝みたい リフォーム時 つばみらい市 桜井てい子 72
句がでず ついつい菓子に 手が伸びる つばみらい市 桜井てい子 72
じい終活 ばあ推し活で 忙しい 千葉県印西市 山田 明 73
老人会 元氣過ぎると 疎まれる 北九州市 川添雅子 74
浴槽に 揺らぐ脱け毛の 阿波踊り 北九州市 川添雅子 74
夢多き 老いにコタツの 金縛り 北九州市 川添雅子 74
鑑定に 出せば億万 余命価値 東京都 藤田 孝 77
長居され かみさん角が 生え始め 静岡県焼津市 島田順子 79
マイナつて 名前がきらい ユアにして 小樽市 斉藤勝昭 80
いびきやむ 思わず探る 妻の鼻 カナトトロト 狩野孝子 84
ワイフには 三倍返し 巨砲あり カナトトロト 狩野孝子 84
セツトした 髪を寝癖と 間違われ カナトトロト 狩野孝子 84
混血の 孫に教える 義理人情 カナトトロト 狩野孝子 84
年の割 元氣なんだと 暗示かけ 大阪府高槻市 大須賀博 90
あの世行き 名医が 引き戻す 大阪府豊中市 吉田千秋 93



広がる川柳の活用法
催事を盛り上げ、笑顔を生んで

自作の川柳を出展して、たくさんの方に楽しんでいただけたと喜んでいて方がいらつしやいます。

介護老人保健施設エバーグリーン・ヤギヤマで開催された「八木山芸術祭」には、リハビリで施設に通っている岡本宏正さん、幸子さんご夫妻の川柳が展示されていました。

展示スペースは、利用者や職員の皆さんが行き交う通路の壁面。「歩行練習や気分転換に、皆さん通路を歩かれます。その時に作品の前で立ち止まり、リハビリのスタツプと会話が盛り上がりつつあります。励みにもなると、川柳を以前やられていた方がまたやってみようかなあとおっしゃることも」と、施設長の小山なお美さん。

岡本さんご夫妻の作品には、施設への感謝の思いもタツプりで、職員から「励まされました」と喜んでもらえたことも。

老木を 支える雪つり 介護の手(岡本さんの出展作より)

「これからもスタツプの皆様のやさしさとか、仲間の皆様とチカラを合わせる喜びなどを川柳にして、私たちも元氣をつけないでいきたいと思ひます」と、岡本幸子さん。

サービス付き高齢者向け住宅「時のかけはし」にお住まいの久慈レイさんは、ホームの作品展に川柳を10句出展。投句と一緒に楽しんでお仲間が、友だちを連れて見に来てくれたり嬉しかったそうです。

娑婆技 まわりをみんな孫にする(久慈さんの出展作より)

シルバーネットの発行に伴う経費は、広告掲載料と寄付金で賄っております。

次の方からご寄付をいただきました。ありがとうございます。

ボイスブーケA・B・C様、杜乃六人衆様
岡本宏正様、岡本幸子様、藤田 孝様、阪本昭憲様
高橋スマノ様、高橋知杏様、F・Y様、Y・H様

振込先: ゆうちょ銀行 02200-1-41603 みやぎシルバーネット
スポンサーの皆様、広告のご掲載、ありがとうございます。読者の皆様、ぜひ広告欄もご利用くださいませ。

シルバーネットの郵送サービス

紙面をご自宅に郵送するサービスです。遠方の方、お身体の都合などで紙面を取りに行けない方などが利用されています。料金は1年間で1800円です。お申込み先/シルバーネット ☎274-1004



生前贈与で相続税の節税できる？



仙台相続サポートセンター所長 佐藤智春 (代表税理士)

相談者 私の相続の時には相続税がかかるので、生前に資産を贈与し、相続財産を減らそうと考えています。

佐藤 相続税の基礎控除額は3000万円＋法定相続人の数×600万円です。これを超える資産をお持ちの方には生前の贈与により資産を分配しておくことは、相続税対策として有効な場合があります。

相談者 贈与について注意点はありますか？
佐藤 贈与された金額が年110万円までは非課税ですが、超えた分には贈与税が課税されま

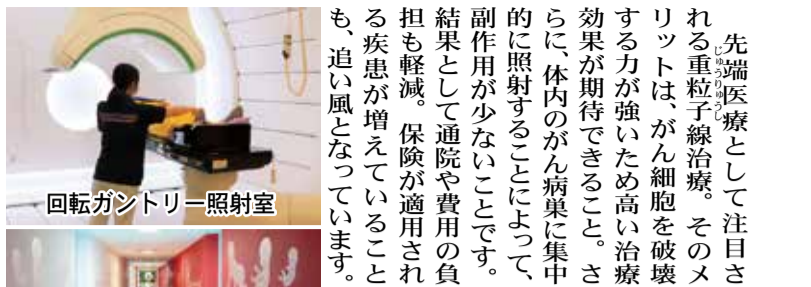
す。また贈与をした方が亡くなった場合、相続財産を取得した人は、死亡以前3年以内に贈与でもらったものは持ち戻され、相続財産として相続税の課税対象になります。この持ち戻し期間が令和6年から段階的に3年から7年に延長されます。

相談者 子のほかに孫にも贈与したいと考えています。
佐藤 法定相続人ではない孫が生前贈与を受けていても、前述の持ち戻しの対象にはなりません。しかし、孫が遺言書により財産を受け取った場合や死亡保険金を受け

取った場合は、孫へ贈与された分も持ち戻しの対象となりますので、注意が必要です。
相談者 他にもできることはありますか？
佐藤 贈与に関する税制度や相続を見据えた対策として利用できる税制度がいくつもあり、まず、ぜひ仙台相続サポートセンターまでお気軽にご相談ください。

仙台三越で相続サロン開催中
生前対策 20分相談無料
0120(957)339
仙台相続サポートセンター
相続専門ホムズは
ホムズ
QRコード

注目の先端医療 体への負担も少ない先進がん治療が身近に



回転ガントリー照射室

先端医療として注目される重粒子線治療。そのメリットは、がん細胞を破壊する力が強い、高い治療効果が期待できること。さらに、体内のがん病巣に集中的に照射することによって、副作用が少ないことです。結果として通院や費用の負担も軽減。保険が適用される疾患が増えていること、追い風となっています。

ただし、国内では治療を行える施設が6カ所しかないことがネックでしたが、2021年2月に東北・北海道地域で唯一となる東日本重粒子センターが重粒子線治療を開始したことで宮城県からも気軽に治療が受けられるようになりました。同センターのこれまでの患者数は累計1330人(2023年11月末現在)。

治療待機用の個室

東日本重粒子センターから山形大学医学部附属病院まで、渡り廊下で直接往来できる点も少ない持病のある方が、大学病院の治療と重粒子線治療を併せて受けることができるからです。

高齢者にとつては、どんなに良い治療法であっても自分の体が耐えられるかどうか大きなポイントとなります。その点においても、照射中は熱くも痛くもない上、同センターには国内で2施設しかない「回転ガントリー照射室」を備えており、患者が身体を傾けることなく楽な姿勢で治療を受けることが可能となっています。交通面でも仙台駅前から上山行きのバスにて、乗り換え無しで行けるという魅力です。

患者の平均年齢は、71.6歳。「90代の方もいます。高齢の患者さんでも体への負担が少ないですから、「がんが見つかったけど、治療は大丈夫？」と躊躇されている方に、特に選んで頂ける治療だと思えます」とセンター長の岩井岳夫氏。

「この治療は難治性のがんにも効果が期待されています」と(副センター長の佐藤啓氏)という点もあり、医師の紹介で受診する方も増えていきます。部位別では、最も多いのが前立腺、次いで肝臓、膵臓、頭頸部、骨軟部、大腸肺の順となっています。

東日本重粒子センター
山形県山形市飯田西2-2-2
☎023(628)5404

投資名目の詐欺に注意！

株、FX、仮想通貨などの「金融商品」の投資名目の特殊詐欺被害が増加しています。金融商品詐欺は、〇家族などにも相談せずに、自分一人で投資を進めてしまい、被害に気付くのが遅れる。〇犯人グループに追加投資をそそのかされ、被害金額が高額になるなどの特徴があります。

金融商品詐欺の手口について知り、被害に遭う前に怪しいと思えるようにしましょう。

- 金融商品詐欺の手口について
- ①インターネット上で、「投資家から直接学べる」「必ずもうかる投資術」などの投資関連の広告やCM、ショートメールで被害者を勧誘
- ②投資家や著名人などを装った者とSNSで連絡を取り合い、投資での儲け方について、説明される
- ③「投資勉強会」「投資学習共有」などのチャットグループに招待され、いろいろな人から儲けた話を聞かされ、信じ込まされる
- ④投資専用アプリを紹介され、投資を始めると、アプリ内で投資が不成功しているように見せられる
- ⑤いざ、現金にしようとする「引出には、税金がかかる」「手数料がかかる」などと説明され、連絡が取れなくなり、被害に気付く

- 防犯対策
- ①「必ずもうかる」「未公開の株(商品)」は詐欺の可能性が高いので鵜呑みにしない
- ②送金先が個人の口座は詐欺、法人でもその法人は本当に存在しているか確認
- ③投資の前に相手先の会社や商品をしっかりと確認しましょう

せんだい 防犯 NAVI
県内の特殊詐欺件数 令和5年11月末
件数 310件
前年比 +9件
被害金額 約7億3,685万円
前年比 +2億5,921万円
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 (フッシュホン回線の場合)

トラブルソウダン TORABURU SOUDAN
相談事例
自分の留守中に自宅へ海産物販売業者から電話があり、妻が出た。業者は自分の住所と名前を知っており、「以前カタログギフトで海産物を注文した人へ連絡している。カニを6日後に代引きで送る」と言われ、妻は事情がわからず承知したという。帰宅後に妻から話を聞き、電話の着信履歴に残っていた番号へ電話し、「注文を取り消したい」と伝えたところ了承された。キャンセルできたか不安だ。(60歳代 男性)

カニの勧誘電話にご用心
アドバイス ●カニなどの海産物の勧誘電話を受け、強引に契約をさせられた、断つたのに商品が届いた、キャンセルしたいのに業者と連絡が取れない、家族が注文したと思いつた、などの相談が寄せられています。
●不要・不審な電話の場合はきっぱり断り、すぐに電話を切りましょう。また、家族が注文したか不明な場合は、本人に確認してから返事をするなど、即答せずに冷静に対応することが大切です。
●電話での勧誘を受けて契約した場合、書面を受け取った日も含めて8日間、クーリング・オフができます。
●困ったときは、お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 (または、局番なし「188」)
FAX (268)8309
所在地/141ビル(三越定禅寺通り館)5F

空家・空地 ~不動産の終活 無料相談窓口
R5/12法改正 「管理不全空き家」指定で固定資産税6倍に!
健康な今!自分で!自宅について相談したい!
役所より「管理不全空き家」に指定される前に相談したい!
老朽アパート、貸家、空地の有利な棚卸しを相談したい!
空家・空き地に住み替え このようなことで、お悩みではないですか?
そんな方は「空家相談士」「宅建士」「相続診断士」の資格を持ち、銀行出身で豊富な経験を持つ理事長が丁寧にアドバイスする当センターへご相談ください。
一般社団法人 仙台空き家・空き地相談支援センター
みなまよひなく
TEL022-357-0410
お気軽にご相談ください!! ご質問なども遠慮なく…
営業時間 9:00~20:00 好評につき、土日祝も承り中!!
青葉区中央2-2-10 仙都會館ビル5F (青葉通イオン 東隣り)

近くてあんしん、家族葬の仙和
1日1組貸し切り式場
あたたかな空間で故人さまと最後のお時間を、ご家族でゆっくり御過ごしいただけます。
家族葬の仙和プラン 9.5万円 (税込10.45万円)
見学・相談、お見積りはお近くの家族葬ホールへ
相談無料・年中無休
あさ10時からよる17時まで
24時間365日対応 安置室完備 諸事情で自宅につれて帰れない場合でもご利用いただけます。
事前相談・お問い合わせ・無料資料請求はこちら
家族葬の仙和 0120-24-1008 24時間365日