守山ホームニュース

発行所 守山ホームニュース　〒463−0065　名古屋市守山区廿軒家12−18　☎052（755）5011
守山ホームニュース 検索　http://www.m-hn.com　発行部数 62,500部

中日新聞　世界の動き　身近な話題

畳・衝撃緩和型畳床
ふすま・障子・網戸・クロス
へりなし畳・内装リフォーム他
お部屋の換気には、畳替えと網戸の張替えオススメします！
なごやSDGsグリーンパートナーズ　ツノダ有　検索
創業67年、安心の地域密着のお店　エコ事業所　HP tatami-t.co.jp
TSUNODA 有限会社　〒463-0026 名古屋市守山区薮田町706
0120-81-1984

お店のオープン、セール、求人など
チラシ折込
効果的な折り込みのご提案いたします！
株式会社 中日総合サービス
本社営業部 〒460-0008 名古屋市中区栄4-14-5 松下中日ビル5階　ナゴヤ球場営業所 〒454-0022 名古屋市中川区露橋2-120
TEL052-261-2201 FAX052-261-2220　TEL052-354-0404 FAX052-354-0444
https://chunichi.nagoya/

さまざまな催しでフレイル予防

上志段味公民館を会場に　月１回「かみしだみ健康ひろば」

フレイル予防のイベント「かみしだみ健康ひろば」が月1回、上志段味公民館＝上志段味中屋敷＝で開かれている。先月15日にはボッチャ体験が催され、地域住民ら30人以上が集まった。

これまで脳トレやフラダンスも

フレイルは、加齢により心身が衰えて要介護の一歩手前となっている状態。また同イベントは、上志段味学区保健環境委員会ほかが主催。昨年4月の〝試み〟が好評で、6月から内容を変えながら続けている。

みんなで楽しみながらフレイル予防―ボッチャを体験する参加者ら

パラリンピック正式種目にもなっているボッチャの体験では、区スポーツ推進委員が競技方法を説明。参加者らはラジオ体操で体を温めた後、六つのチームに分かれて楽しんだ。

白いジャックボール（目標球）に近づけるように赤球と青球を投げ合い、二つのコートからは「すごい」「上手」の声。参加者の70代女性は「白い球に近づけることはもちろん、みんなで笑い合って過ごせるのが楽しい」と話していた。

これまでの同イベントでは脳トレやフラダンス体験などを実施。「誰でも参加できます」と同委員会会長の松原久美子さん。毎月第3金曜、午前10時〜同11時半。参加無料。今後の内容は上志段味自治会ホームページで紹介している。

金城学院大生が白沢学区給食ボラと一緒に　弁当や「救命うさぎ」を届ける

手作りの「救命うさぎ」を使い方も伝えながら届けた

安心と笑顔もお届け―。金城学院大学＝大森2＝の学生3人が先月5日、弁当を手渡すことで安否確認も行っている白沢学区給食ボランティアを手伝い、弁当と手作りしたキーホルダー「救命うさぎ」を独り暮らしの高齢者らに届けた。

3人は人間科学部コミュニティ福祉学科の3年生。さまざまな課題解決にあたる体験型学習の一環で、テーマを「高齢者の孤立・孤独を多世代交流で解決」に選んだチームとして昨年6月から取り組んできた。

私たちに何ができるか―先行事例を調べることから始めた学生ら。かかりつけ医や連絡先を書いたメモが入れられて、外出先で突然倒れたときに命を守ろうとするキーホルダー・救命うさぎの存在を知った。

守山区社会福祉協議会から紹介を受け、救命うさぎ発案者の土井志津恵さん＝幸心2＝に考えたきっかけなど話を聞いた。また作り方も学び、ことし1月には白沢学童で子どもたちと一緒に手作りするワークショップを土井さんと開いた。

白沢学区給食ボランティアとの活動では白沢コミセンへ集まった後、給食サービスの利用者宅16軒を相乗りした車で順番に訪問。弁当と救命うさぎのほか、「元気でいてね」など白沢学童の子どもたちから預かったメッセージカードも手渡した。受け取った人は「次はいつ来るの」「毎週来て」と声をかけながら、目を細めていた。

学びの仕上げにもなる体験を終えた学生からは「皆さんいい人ばかり。楽しかった」「給食ボランティアの人は利用者それぞれをしっかり理解していて、つながりができていると分かった。すごいなと思った」といった感想が聞かれた。

参加者募集　天空のアグリパークの梅狩りと梅シロップ作り体験　6月2日

上 梅狩りなどの体験を親子で楽しめる
左 大きく実った梅（イメージ）

「天空のアグリパークの梅狩りと梅シロップ作り体験」が6月2日（日）午前10時〜正午、天空のアグリパーク＝上志段味東谷2100の20＝で開催。小中学生とその保護者を対象に参加者を募集している。

守山生涯学習センター＝守山3＝が催す自主事業の一つで、講師は同農園主の平田朱美さん。テーマに沿った内容のほか、梅の品種やミツバチによる受粉の話なども行われる。定員20組（大人一人、子ども一人）、一組当たり受講料300円、教材費1800円。飲み物や帽子、タオルを持参。10分前集合とのこと。

申し込みは、インターネット（名古屋市電子申請サービス、左のQRコードを読み取り）、または往復はがきで受け付け。往復はがきは一人一通のみ有効で、往信裏面に①講座名②郵便番号・住所③参加者の氏名（ふりがな、子どもは学年も）④電話番号を明記して、〒463―0067、守山3の2の6、守山生涯学習センターへ。

ともに5月12日（日、必着）締め切り。応募多数の場合は抽選。問い合わせは同センター＝☎052（791）7161＝へ。

野菜についての話や ぬか床作りなど　小学生ぬか漬け体験教室

ビニール袋を使ってぬか床作りをする子どもたち

小学生対象「ぬか漬け体験教室」が先月26日に守山保健センター＝小幡1＝で開かれ、参加した男女13人が野菜の話を聞いたほか、ぬか床作りを体験した。

健全な食生活ができるようにするなど〝食育〟を目的に、同センターと漬物メーカー「丸越」が協働で開催。まず同センターの管理栄養士が食べ物の旬や、旬の野菜はおいしくて栄養が多いといった話をした。

続いて丸越の社員が「自分だけのぬか漬けを作ってみよう」と呼びかけ。米の栄養の95％は米ぬかにあること、ぬか漬けの乳酸菌は植物性で生きて腸まで届くことなどを説明した。

ぬか床の育て方では「素手で混ぜてください。皆さんの手には乳酸菌がついていて、世界に一つだけのぬか床ができます」とアドバイス。また、自身で五つのぬか床を育てていて、それぞれに名前を付けているという話も披露し、あちこちから笑いが起こった。

こんなふうにできるかな―ぬか漬けの試食も行われた

子どもたちはビニール袋の中の米ぬかに塩を入れてよく振った後、水や昆布、唐辛子を加え、しっかり袋をもんでぬか床を作った。あらかじめ漬けられたぬか漬けの試食もあり、子どもたちの箸が伸びていた。

姉妹二人で参加、4年生の女の子は「お話とか食べ比べとかがあって楽しかった。（作ったぬか床に）きゅうりやバナナを漬けてみたい」と笑顔で話していた。

菊華高と守山消防署が合同で　震災義援金の協力と火災予防を呼びかけ

義援金の協力を呼びかける菊華高生と「ジィジョ」

菊華高校＝小幡5＝による能登半島地震義援金募集と、守山消防署＝西新＝による春の火災予防運動啓発を併せた催しが先月6日に小幡南1の名鉄瀬戸線小幡駅前で行われ、生徒と消防職員ら16人が参加した。

同校では1月中旬から約1カ月間、生徒会役員らが登校時の校門前に立って震災義援金を募集。その活動を知った守山消防署が「人目を引くよう一緒に」と同校に話を持ちかけ、合同で催すこととなった。

乗降客の増える夕方、小幡駅前に参加者が集合。生徒たちはこれまで使ってきた手作りの募金箱を抱え、仕事帰りの人らに「お疲れさまです。ご協力をお願いします」と呼びかけた。

また消防職員は、空気が乾燥する時期に合わせ、住宅火災予防啓発のチラシとグッズを手渡し。市消防局のキャラクター「ジィジョ」も加わって、〝二つの呼びかけ〟に足を止めてもらえるようサポートした。

「皆さんの心が本当に温かいと感じた」と話したのは参加者の一人、生徒会長の新山拓翔さん（2年）。この日の活動では2万5488円が集まり、同校が加盟する私学団体を通じて被災地に贈られた。

「トロピカルフルーツフェア」　来月3〜5日 東谷山フルーツパーク

遊んで！学んで！食べよう！―。恒例「トロピカルフルーツフェア」が5月3日（金・祝）から5日（日・祝）までの3日間、東谷山フルーツパーク＝上志段味東谷＝で開かれる。

トロピカルフルーツを販売するほか、クラフトマーケットなどが出店。果物の王様・ドリアンのにおい体験、バナナペーパー作りやコーヒーの手網焙煎といった催しもあり、家族みんなで楽しめるイベント。

また、フラやキッズダンス、ウクレレ演奏、どまつりチームによる踊りなど、日替わりステージを開催。最終日の5日には「ふれあい動物園」も登場する。

開園時間は午前9時〜午後4時半。入園無料（ただし、世界の熱帯果樹温室は大人300円、中学生以下無料）。イベント期間中は駐車場が有料（普通車1回につき350円）。

問い合わせは東谷山フルーツパーク＝☎052（736）3344＝へ。同園ホームページでも詳しく紹介している。

子どもから大人まで―多彩な催しのトロピカルフルーツフェア（昨年）

守山探検隊のスタッフ募集中　イベント企画・運営で守山区の魅力を発信

「まちあるき」イベントで活躍する守山探検隊のスタッフ

〝守山区の魅力〟を広く発信している「守山探検隊」の実行委員会事務局では、新規スタッフを募集中。対象は区の自然や歴史などへの関心があり、活動に積極的に参加できる人。

同探検隊は1999年、区民を中心にして結成。2007年からは公募スタッフと区役所による実行委員会形式で運営されている。活動は「まちあるき」イベントの企画・運営と、定例会（毎月第2火曜、午後1時半〜）での同イベント準備やマップ制作など。

申し込みは区役所3階の地域力推進課で受け付け。区役所ほかで配布中のチラシ（市ウェブサイトからもダウンロード可、左のQRコードを読み取り）に記入して応募となっている。

問い合わせは同探検隊実行委員会事務局（区役所地域力推進課）＝☎052（796）4524＝へ。

お見積り無料　0120-015-084
遺品整理　生前整理　デジタル整理　引越
大橋運輸株式会社　0084 検索
〒489-0912 愛知県瀬戸市西松山町2-260

震災は減らせませんが
被害は準備で減らすことができます
大橋運輸がお手伝いする 生前整理のススメ
こんなお悩みはありませんか？
部屋のどこに何があるか把握しきれていない
家の中でなくしてしまった物を見つけたい
思い出の品や大切な物をしっかり残せるようにしたい
生前整理でまとめて解決できます！
お見積り無料
お気軽にお問い合わせください
高齢者の寝たきりの原因の多くは自宅での転倒・骨折です
●玄関や階段・廊下・ベランダ出入り口などは荷物を減らしましょう
●家の中で使用していない物は処分し、動線を広く確保しましょう
生前整理は、けが予防と防災対策にもなります！
そのほか、生前整理を行うメリットとして
●ご家族の負担を軽減
●相続のトラブルの回避
●より良い環境での生活ができる
元気なうちに少しずつ、楽しんで行うことも大切です
―― 地域に愛され創業70年、もっと身近な暮らしのパートナーへ ――
業務多忙のため仲間募集中！
遺品整理　生前整理　デジタル整理　引越
〒489-0912 愛知県瀬戸市西松山町2-260
大橋運輸株式会社
0120-015-084　0084 検索
https://www.0084.co.jp

Misuzu Body
板金塗装・修理・
自動車販売など
車の事なら何でもお気軽にご相談ください。
株式会社　美鈴
名古屋市守山区中志段味字大洞口2729
TEL:052-938-6827
FAX:052-938-6837
WEB:http://misuzucar.com
Mail:misuzu@atbb.ne.jp

Barber
EBIS
www.ebishair.com
エビス
Open　8:30〜19:00
Closed　月曜日・火曜日
〒463-0001
名古屋市守山区上志段味大久手下1971
Tel ：(052) 736-4451
Mail：ebishair@gmail.com

安心満足 NO.1 のリフォーム店
MIYABI 雅の家
緊急メンテナンス・クロス貼替など
内装工事から
水廻り・外構工事・増築・リノベーションなど
大規模工事まで
お家のお困り事は
雅の家へ
新築・建替及び増改築リフォーム
各種専門店舗の設計・施工
株式会社 武市ウインド名古屋
0120-158-381
【本社】〒463-0046 名古屋市守山区苗代1-13-37
雅の家 検索 http://www.miyabi−ie.jp