古典文学をじっくり楽しむ 水葉会

樽町 水葉会は昭和47年6月に紫式部日記の解釈から始まりました。現在は更級日記を再読中。

こちらは古典文学の愛好者が集まり原本を音読。そして参考書、注釈等を元に、作者の生きた時代の生活ぶりや情感、社会等を意見交換し、当時の想いに浸ります。

先生の言葉が頭の上をよぎっていくのではなく、自分自身の言葉で読む古典は格別で、深く心に染みわたります。

「1人だったら決して読まないような古典と出会える。これこそ水葉会の魅力です」と宮原さん。

「大好きな読書ができ、現実を忘れ文学の世界に没頭できる、そんな素晴らしいサークル」と渡辺さんは話します。

ゆったり穏やかな時間が流れます。

今回は古典文学の好きな人を募集。樽町地域ケアプラザで第2土曜日13時からはじまります。

費用は実費の年間で1000円ほど。

✦

次回から紫式部日記をゆっくりペースで読み解いていきます。

興味のある方はぜひ渡辺さんまでお気軽に。

☎(531)0592

玉手とし子さん　中村千代子さん　宮原迪子さん　渡辺芙紗恵さん（写真右から）

錦が丘の緑豊かな街並みをつくる会

錦が丘 「錦が丘の緑豊かな街並みをつくる会」は緑豊かな街づくりを目指し次の世代につなげていくために発足した会です。

✦

第2土曜の午前9時に菊名のロータリー（写真）に集合。植栽や低木・植木、玉龍やアベリア・おかめ南天等の街路樹の下草を整備・管理しています。

ここに集まる人は町内会・緑が好き・地域の環境に興味のある・など様々。こちらの会に参加してから「街の方と交流するきっかけになった」と感想をいただきました。

「街の人や、この通りを利用する人から『綺麗に整備してくれてありがとう』と声をかけてもらえることが、とても楽しい」と話します。

放射状に伸びる菊名駅近くロータリーから、錦が丘の街全体をきれいに管理している通称「緑の会」。ぜひ皆さんも参加してみませんか。緩やかな時間と暖かい日差しが心地よい春の朝でした。

✦

連絡先は代表の幸家（こうけ）さん ☎090(3915)3481まで

右：幸家さん（72歳）と左：錦が丘町内会の伊藤さん（83歳）

みんなで楽しく わきあいあい！ 野の花会

下田 2002年から開催している絵手紙サークルで、第1・3水曜13時～15時まで下田地域ケアプラザで活動しています。

先生は絵手紙協会公認講師の鈴木君子さん←

絵手紙の良いところはどなたでもいくつになっても始められること。絵心は全く関係がなく、絵を描くのは苦手だった、と言う人が向いていることも多いとか。

遠くは逗子市や新宿・渋谷から、そして野川からも歩いてくる人がいるほどの人気です。

こちらの魅力はどこですかと尋ねると「何よりも和気あいあい」としているところ。

皆さんに会いたくて来ている人も多く、料理やお花などの話題で楽しそうに盛り上がっています。以前にはテレビで紹介されたこともあるとか。

✦

絵手紙の技術もしっかり学べ、そして気のあった仲間に会える楽しい時間。

バスをチャーターして遠足に出かけたり、BBQやお友達同士の家庭訪問も。

メンバーの誕生日には誕生日カードを、また新年には年賀状を1枚1枚手作りで心を込めて贈りあいます。

✦

お料理や旅行料理や近況報告などとにかく楽しく笑顔がいっぱいのサークルです。

何より皆さんの人気者の先生のお人柄が際立つ楽しい会でした。

入会金は0円、月会費1500円（2回）で学べます。鈴木君子先生 ☎080(6765)3009

皆さんがニコリ楽しんでいる野の花会です。

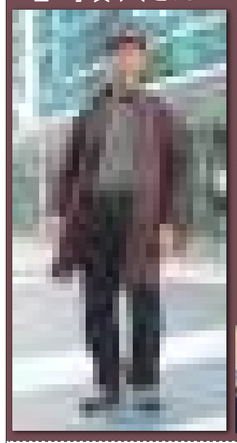
このように書いてきた絵をはがきに貼る手法。雰囲気満点

季節にピッタリの版画です

えがおdeプラチナFASHION塾！

念願の男性初登場！なんとトルソーとシャツ、ハンチング帽まで手作りの宮崎安夫さん。今回はその都会的なセンスから新横浜を撮影地にしました。アーバンなイメージの佇まいとシルエットがぴったりですね。これからは男性女性ともに出演して頂きます！

宮崎安夫さん



ロングトルソーシャツで現れた宮崎さん。羽織っているシャツも中に着ているチェックのシャツも実は宮崎さんが着尺からミシンで作ったシャツ。

よく見ると和服の生地。洋服に作り替えプリントとは違う深みのある作品だ。

けん玉の認定講師の宮崎さん生まれ育った鎌倉のリサイクルショップで見つけたこの生地で作品を作ったそうだ。

「宮崎さんは定年後の楽しみで服を作る人は貴重な存在。アイディア豊富で素晴らしい。着物の生地は染め物と違い色の深みが格別。和のテイストを洋服に仕上げるアイディア。これからもマイペースで楽しんでください。

塾長に来てほしい方は「えがお編集部」までお気軽にお申し込みください。

出張専門オーダーメイド
スーツ・ジャケット・パンツ
ご指定の場所まで採寸に伺います。
介護施設・お一人住まい・横浜市全域 OK
父の日・母の日に感謝を込めた贈り物に
出張専門オーダーメイド ジャケット&パンツ 『ソエル』
070-2194-8179
t.okazoe@soeru428.jp

第3回 認知症講座 えがおオリジナル認知症講座

前号では一番多いとされているアルツハイマー型認知症を説明しました。今月は**レビー小体型認知症**を説明します。

✦

レビー小体という異常なタンパク質が脳に蓄積し、神経細胞を破壊する結果で起きる状態です。個人差が大きい事が特徴です。

主に手足の震えや硬直などの**パーキンソン症状**や、存在しないものが見えてしまう**幻視**、薬剤の効きすぎ等で本人を苦しめる**薬剤の過敏症**などの症状があるとされています。

✦

「見えないものが見える」の認識ではなく「本人にとっては疑いようのない現実」として周囲の人が**受容することが大切**です。

お知らせ

5月18日(土)18時半から桜木町の市民活動センター（中区桜木町1-1-56）にて**汐田総合病院副院長で認知症サポート医の宮澤由美先生が「認知症の人との出会い方・支え方**」でお話してくれます。

興味のある方はえがお編集部までお申し込み下さい。参加費無料）

当日はワークショップという形式での少人数の意見交換会も行います。

認知症の課題について質問もできますので、ぜひ参加してみましょう。

✦

お申込み・お問い合わせ・相談は　えがお直通☎090(8305)1006　編集長（介護福祉士）本間までお気軽に。

えがお川柳

「ほのぼの」には、ほのかに明るい、心がほのかにあたたまるさま、ほのかに聞いたり感じたりするさま、といった意味があります。類語を見ると、ほんわかする、和む、癒される、優しくなれる、ほっとする、などの言葉が並びます。類語は発想を広げる手がかりにもなりますよ。

新垣先生

「ほのぼの」または自由　選者　新垣紀子

ほのぼのとだだよう気品画面から　のむさん
幼子に読んで聞かせた「ももたろう」　はる
春の笑顔やさしさで皆包まれる　春子
プラチナのえがお川柳まれ時すぎる　はるりん
「ほのぼの」と言えばレイクと桃太郎　二川徹
寄り添うて励ましあいて御代つなぐ　二川徹
お遊技に声を合せるケアホーム　前田浩一
春うらら人生に幸せを感じる　ヌキちゃん
電車旅冷凍みかんに駅弁当　みほ
お花見で隣の人にビール注ぐ　棟方義次
ほのぼのと明け初めし時また寝たり　やすさん
肩までもお風呂に浸かり歌うたう　山本とん一
駆けてきてあのねあのねと肩で言い　㊃
歳取ると周りの人が優しいよ　よし
妻とぼくワインを飲んでほのぼのと　ヨシ子
九十歳となりの友もヨシ子さん　あすなろ
人助けほのぼのさせるボランティア　稲村星笑
ほのぼのは赤ちゃんしている大アクビ　おさむ
アスファルトすき間に開くカタバミ草　かっちゃん
サザエさん日曜6時にほっとする　きょうこ
ペンギンの子のもふもふと親を越え　けやき坂70
カピバラの湯煙親子で目をつむり　桜
しあわせはほのぼのくらいがちょうど良い　桜チル
ぽかぽかのひだまり歩くほのぼのと　多笑
赤ちゃんを見ているだけで笑顔なる　多笑
愛の字をまわたてくるみ持ち歩く　タマのママ
しわ深い手と手をつなぐ老夫婦　タマのママ
仄々の文字を知りたり電子辞書　ちえ
知らずして通り過ぎたりダイヤ婚　テチヨ
ほのぼのとのぼる朝日に手を合はせ　としお
孫からのメールが生きるエネルギー　とし
イチローの神戸自主トレ仲間たち　とも
お花見はほのぼのタイムプレゼント　どんちゃん
夕暮れに手つなぎ帰る親子連れ　なおちゃん
太陽と芝生に挟まれイビキかく　中ノ介
伸びをして上を向いてもまだ猫背　中ノ介
自由吟
こう見えて軽くはないと出世する　あすなろ
運動は目と指だけのスマホ人　稲村星笑
いいハハでいたい童心持ち続け　としお
ふるさとのさくら見たさに夜汽車乗る　とも
詐欺電話ばばは問こえぬふりをする　棟方義次
山本とん一

えがお歌壇

桜の時期も終わり。しかし日本には鮮やかな緑あふれる素晴らしい四季があります。季節の変化に心がときめき、そして悲しむ。

その心の動きを感じたままに三十一文字で表現してみるのはいかがでしょう。

日本に生まれた幸せを心の中でゆっくりと味わってみましょう。

「緑」または自由　えがお編集部選

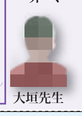
川の辺に流れの淀むところありその堤防を走る少年　城島奈美
山深く入り来たれば緑ありその輝きの多さに驚く　吉澤みどり
亡き夫の墓前に花と酒を添え華やかになる春のふるさと　鈴木勝子
縁日のミドリガメ持ち帰る孫祭りの後の輝いた瞳で　山野さと子
人生を常緑樹とふ例えれば今この時期も広げる緑　酒井則子
深緑の道志の森の山の中飛び込む若きバイクライダー　桜庭歌夢
翼持て新緑の丘越えていけ若き魂オリンピアの人　秦　佳子
軒先に買い物帰りの女らの会話の続くまどろみのとき　遠井正子
じっと耐え一斉に芽吹く緑葉の冬の長きにわが母を見る　佐藤和弘
少しずつ色取り戻した早朝の山林の緑朝陽輝く　大井紀美子
目前に緑を揺らす若葉ありいずれ老いゆく秋に落ち行く　長居道子
東側の窓から見える緑葉に力を借りて手術へ向かう　森　総司
東横線緑の電車渋谷行き我が勤務地の背広の香り　一ノ瀬勝弘
勤労を駆け抜けてきて今一度緑茶飲みつつ思う若い日　小野貴利
エメラルド如くきらめく夏の日の濃い影瞼に焼き付ける春　桃金虎
産院に天まで響くみどり児の令和元年端午の節句

えがお俳壇

令和元年を迎えいかがお過ごしでしょうか。ゆっくりと新茶を味わいながら「令和」の時代の平安を祈りたいものです。次号の季語は「蛍」です。

儚さ、美しさ、幽玄、または思い出、様々な感性の働く季語です。渾身の一句を是非お寄せください。

「新茶」または自由　選者　大垣鹿乃子



大垣先生

遠来の客に新茶の封をきり　村石シズ子
和やかな父の回忌や新茶汲む　フミ
新茶もて友来たる日や金平糖　枝葉
しみじみと一人の刻を新茶汲む　文雄
新茶入れ結婚記念日五十回　桜庭
絵手紙を添へて届きし新茶かな　喜美子
自由題
養生の日々もまた良し春障子　フミ
春惜しみ平成惜しみ令和くる　玲邦
「寅さん」を観てる夫の背暖かし　久子
手の平にひよこの鼓動暖かし　清治
花辛夷あはひの空の青さかな　京子
散る花にナイフを跳ばす大道芸　京子
ぬか雨の重さを房に八重桜　千代子
入社式明日に靴を磨きをり　恵子
春の池鯉やはらかく水分ける　とみ子

今後のお題

川柳の題
五月末〆　競う
六月末〆　恥しい
七月末〆　夏

短歌の題
五月末〆　茶
六月末〆　雨
七月末〆　海

俳句の題
五月末〆　蛍
六月末〆　心太
七月末〆　夕立

ご意見やご投稿をお待ち致しております。

〒222-0032
港北区大豆戸町423-3
菊名台ハイム102
FAX(299)6432
えがお編集部　文壇係

老人福祉センター菊名寿楽荘

横浜市で最初にできた老人福祉センターの菊名寿楽荘。カラオケ、風呂、趣味の教室の3本柱。1日100人以上の利用があります。利用料は原則0円です。

横浜市在住の60歳以上か在住者の父母・祖父母で60歳以上の方ならば、濱ともカードや敬老パス、身分証明書で発行できる利用者カードがあれば横浜18区の老人福祉センターが利用可能です。

風呂は10時半～14時半までで、無料で利用可能（利用時間などの設定有り）

また、趣味の教室できっかけを作り、卒業クラス、任意団体になり地域に広がっていく事もあります。

一元気に年齢を重ねるプラチナ世代は体操と歴史が人気、とにこやかな加藤所長（左の写真）。

利用者アンケート満足度数が90％超。ここ数年で最高。所長はじめスタッフさんがにこやかに迎えてくれます。市バス・臨港バス「菊名老人センター前」で下車すぐです。

介護福祉相談、保険相談、栄養相談など無料。詳細はお問い合わせで。
休館日は第4火曜日。
菊名3ー10ー20☎(433)1255

えがおでは皆さんからの投稿をお待ちしています。
港北区のおすすめ、投稿へのご意見、えがおへの注文や感想など222-0032　港北区大豆戸町423-3-102
えがお編集部宛てお気軽にどうぞ。右の赤い四角を携帯電話で写すと、えがお宛メールアドレスが出てきます。

港北区のいいね！を紹介する！いいね！情報局！

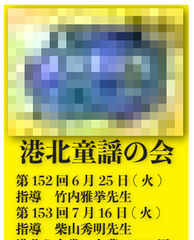
えがおの占い 今月の運勢

5月15日～6月14日までのあなたの運勢をお知らせします。

子	住宅にまつわる苦労がありそう	午	他人を羨む前にまずは自分をみつめて
丑	財布の紐を少し緩めて福をゲット	未	だらだらせずに規則正しい毎日を
寅	精神的に落ちつかない時はまず深呼吸	申	集中力が高まり何をしても楽しい時
卯	今月は健康管理に目を向けて	酉	石橋を叩きすぎて壊さぬように
辰	貪欲になり過ぎず心を広く持って	戌	道徳や倫理をもう一度考える時
巳	趣味や芸術を楽しむ時	亥	なんとなく平凡に無事に過ごせそう

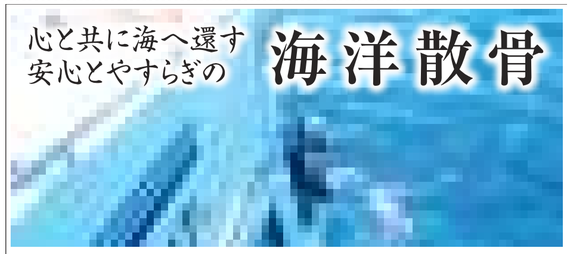
監修：新横浜 占いの真龍堂「良心的に、現実的に」をモットーに占術をツールとしたカウンセリングルームを新横浜で開業中　占術方法 周易
https://www.shinryu-do.com 四柱推命 気学 宿曜 八宅卍水 タロットカード

高齢期を前向きに元気が出る季刊誌
お申し込み・問い合わせ
発行元　一般社団法人
百歳万歳エール事業部
〒104-0032 東京都中央区八丁堀4-10-8 第3SSビル606
電話 03－5542－0473


港北童謡の会
第152回6月25日（火）
指導　竹内雅挙先生
第153回7月16日（火）
指導　柴山秀明先生
港北公会堂　会費　900円
先生の指導により参加者全員で童謡・唱歌を歌います。どなたでも参加できます。
直接会場へお越し下さい。
【お問い合わせ先】
代表　吉田奈美子
TEL:045-531-6390

街の本屋で始める、生涯学習
趣味の連続講座、開催中！
HAIKU 俳句和の会 毎月第2土曜 11時半～13時半 名誉教授 神奈川大学 復本一郎先生 500円
GUITAR ギター講座 毎月第1・第3金曜 14時～16時 2500円
HAIKU 俳句にチャレンジ 毎月第4土曜 14時～16時 500円
SENRYU 川柳をつくろう、楽しもう！ 毎月第2土曜 14時～16時 500円
店舗2階が会場です。初心者対象。専門の講師が指導します。
店舗にて指導テキストをご購入下さい。
本のオアシス 石堂書店
初回見学無料、お気軽に！
横浜市港北区菊名1-5-9／電話045-401-9596
営業時間10時～20時／不定休（月に日曜日1、2回休み）
東急東横線「妙蓮寺」駅 徒歩2分

国産オーダーカーテン
地域限定特別価格でご提供！
港北区の皆様に長年にわたり専門店ならではの品質とサービスで愛されてきました。
「えがおを見た」お客様には地域特別価格
65%引きにてご奉仕させていただきます！
壁紙・クロスも地域特価にてお取り扱いしております！
お気軽にご相談ください。
一地元が番じゃ
見積もり、採寸、取り付け、配送も無料よ
ミック有限会社 10時30分～16時（土日休）
〒222－0002　港北区師岡町1044－4
TEL 045(546)9878　FAX 045(546)9879
☎090-2151-1261 ミックまでお気軽に！

心と共に海へ還す 安心とやすらぎの 海洋散骨

想いの時 OMOI no TOKI
横浜エリアでの散骨なら…
株式会社　メモリアルスタイル
想いの時 門前仲町店 富岡八幡宮前
〒135-0047 東京都江東区富岡1-24-4 2階
0120-113070

ひろばをみんなでつくっていくための
バザー開催
菊名駅近くに地域の人が寄りあえる場ができました！お披露目も兼ねてバザーを開催します！
開催日　6月2日（日曜日）
午前10時から午後2時
会場　港北区錦が丘17-7
連絡先　担当 濱木☎080(5448)7101
主催　みんなのひろばをつくる会
バザー品のご寄付のお願い
食器・雑貨・日用品・洋服・台所用品・着物・バッグ・おもちゃ・まんが・絵本・手作り菓子・野菜・お花などなどご協力ください。
※そのままおゆずりできるもの！
寄付の受付は5月23日（木）24日（金）10時から16時に会場までお持ち下さい。
＊持ち込みできない方はご連絡下さい。