

●表紙写真の彫刻作品がキュートで、寂寥感が漂ってとても感動的でした。また、退職後、彫刻教室へ通って作品を完成させたことに驚かされました。
(新潟市 女性)

●五泉支部さん御紹介のアートな神社、「五泉八幡宮」に行ってきた。風鈴の音色がステキで癒やされました。
(長岡市 男性)

●パトリシアさんは、関川村のことが本当に好きなんですね。マンガをとおして村の伝承や歴史を発信するのは面白いですね。読んでみたい。笑顔がとても素敵ですね。
(上越市 女性)

毎号たくさんのご意見・ご感想をいただき、ありがとうございます。お寄せいただいた声の一部をご紹介します。

●焼峰山の登山道整備をやっている轡田勝さん、頭の下がる思いです。いつか焼峰山を登ってみたいものです。
(加茂市 男性)

●ファミリーコンサートやイベントにも興味が有り行ってみたいと思いますが、福祉施設に勤めている身なのでなかなか出かける勇気が出ません。コロナがおさまった際には、是非参加させて下さい。アクティブシニアや頭の体操も、楽しく見させて頂いています。
(津南町 女性)

●わがまち自慢の十日町支部を見て、大地の芸術祭に9月下旬に行くことにしました。とても行ってみたいと思うステキな記事でした。
(新潟市 女性)

●川崎パトリシアさんに元気を頂きました。父母の畑を引継ぎ、体調を崩して気弱になっていたところ本誌を読み、考え方を少し変えてみようと思いました。楽しみながら、自分や家族、知人においしい野菜を届けたいと思います。
(加茂市 女性)

●クイズの当選本数が増えてうれしいです。頭の体操に楽しんでやりたいと思います。
(長岡市 女性)

●昨年、紅葉まっ盛りの焼峰山に登りました。経験の少ない者でも安全に登れるのは、轡田さんのような方のおかげなのだ改めて感謝の気持ちをもちました。「なるようになる。無理せず自分のペースで続ける」。私も心がけます。
(新発田市 女性)

かけはし

K a k e h a s h i



写真：佐渡支部会員 駄栗毛寛様「弁慶のはさみ岩に落ちる夕日」

今号の表紙作品作者



だくりげ
駄栗毛 寛様
佐渡支部会員



長年にわたり、地元相川を中心に佐渡島の風景や植物などを撮影しています。今作品は、年間を通して限られた期間しか見ることができない、岩間に沈む夕日を収めたものです。近年は身近に咲く花々を撮影することに魅力を感じています。

新潟ろうきんシニア倶楽部会員

限定特典 **3%** 基本旅行代金割引



提携旅行会社	パック旅行名と割引内容		お問い合わせ先
	国内旅行	海外旅行	
新潟交通	くれよん 3%	——	くれよん万代 Tel.025-241-1116
蒲原鉄道・蒲鉄トラベル	ウェルツアー 3%	——	村松店 Tel.0250-58-8860
越後交通	ゴールデンツアー 3%	ゴールデンツアー 3%	観光バス営業部旅行営業課 Tel.0258-29-1515
頸城自動車	グリーンツアー 3%	——	観光部旅行課 Tel.025-543-4280

※ご利用の際は、お忘れなく**本誌を提携旅行会社までご持参**ください。
※一部対象とならない商品もありますので、詳細については各提携旅行会社にお問い合わせください。

ろうきんinformation

70歳以上の皆さまへ

70歳以上のお客さまについてはATMでのキャッシュカードによるお振込みはご利用いただけません。



近年シニア層の方を中心に増加している、振り込み詐欺等の特殊詐欺被害からお客様の大切な財産をお守りするための取組みです。

キャッシュカードによる振込み制限の解除を希望される場合は、**お取引店までお問い合わせください。**

店舗
一覧



事務局からのお知らせ

奨学金寄付

新潟県労働金庫は2022年度に創立70周年を迎え、シニア倶楽部を含む団体出資会員に対して総額5億円の特別利用配当金を交付しました。当倶楽部では受領したほぼ全額に当たる**9,600万円**を、7月25日に新潟ろうきん福祉財団が行う「**高校生向け給付型奨学金事業**」に寄付いたしました。

※2022年度総代会において決議。

ご報告

8月の豪雨で、パトリシアさんのご自宅を心配されるお便りをたくさんいただきました。大きな被害はなくお元気でいらっしゃることをご報告させていただきます。ありがとうございました。

×(キリトリ)

〒951-8113
新潟市中央区
寄居町332番地38
新潟県労働金庫本店5階

新潟ろうきんシニア倶楽部
本部事務局
かけはしクロスワード・
ナンバープレース係

第18号(2022年12月)発行者: **新潟ろうきんシニア倶楽部本部事務局**
〒951-8113 新潟市中央区寄居町332番地38 新潟県労働金庫本店5階 Tel.025-201-8765

当倶楽部へのご意見・ご要望・各種情報は、お気軽に事務局までお寄せください。

●会報誌「かけはし」は、一世帯に1部郵送しています。

巻頭インタビュー 素敵な人生のために

ふみよし
三味線プレイヤー **史佳 Fumiyoshi**さん



＼図書カードが当たる！/
読者プレゼント付

クロスワードパズル
ナンバープレース

心の響きのまま 自分らしく。

三味線プレイヤー

ふみよし

史佳 Fumiyoshiさん

日本の伝統・三味線音楽で、おもしろい世の中へ。
新しい音楽の可能性を切り拓く姿は
まさに三味線“奏者”ではなく“プレイヤー”。
世界中に驚きと感動を届けたい。
新潟で生まれた音楽家の情熱は尽きません。



絶望の淵にいた自分を 三味線が奮い立たせた

——史佳さんの三味線人生をお聞
かせください。

9歳から母に習い始めました。母は津軽三味線のカリスマ・高橋竹山（ちくざん）の孫弟子で「新潟高橋竹山会」二代目会主。物心つく前から三味線の音は近くにありました。しかし、当時は三味線を弾いているのが格好わるい気がして、周りには隠していました。

大学入学とともに、三味線からも新潟からも離れ、大手通信系の企業に入社でき順風満帆。ところが、急激に変化するIT（情報技術）に伴う激務で、うつ病に。生きることに絶望してしまい、笑えなくなりました。そんな私を救ったのは、母の「ゼロ

になって新潟に帰ってきなさい」という言葉です。

25歳。退社して新潟に帰り、母の勧めで再び三味線を手にしました。そうしたら、手が、指が、自然と動きだし、幼い頃に弾いた曲を奏できました。絶望の淵にいた私に、三味線が「お前の人生は、まだ終わっていない」と語りかけてくれた気がして、その時、本当の意味で三味線と出会いました。これを仕事にしたい。覚悟は決まりました。



——史佳さんにとって三味線はどんな存在ですか？

暗闇にいた私に希望の光をもたらし、奮い立たせてくれたもの。自分らしさを表現する上で、私にとって欠かせない存在です。出会った後は無我夢中。津軽三味線の音源を何度も聴き、耳で音をとらえ、ひたすら弾き続ける毎日。気づいたら、本来20年かかるといわれる津軽三味線全曲を、3カ月で弾けるようになっていました。

私の演奏も、いつか誰かの希望の光になれるかもしれない。公演では、聴衆の心を癒やすような、聴いていると元気がわいてくるような、非日常の音楽体験の提供を目指しています。既存の三味線にとらわれず、音楽の新しい可能性にトライ＆チャレンジしています。

——三味線音楽の新しい可能性とは、具体的には？

ピアノやベースなど、異なる演奏家とのコラボが一つの可能性。その音楽を「三味線瞬間芸術」と表現しています。三味線はサスティーン（音が途切れるまでの余韻）が短い。三味線の音が途切れる一瞬の間に、相手の音を入れてつないでいく。聴いている人は音の調和を感じると思いますが、そこに楽譜はなく、その場で、その瞬間、演奏家たちの魂の音楽が生まれているんです。

私は考える前に体が動くタイプ。演奏を聴いて自分の心に響いた人に、いきなり声をかけることも。そうやって巻き込んでいく。台風みたいでしょ（笑）。古典・民謡がベースにありながらも、従来の三味線の手法にはない弾き方を模索しています。



2022年は新しい取り組みとして菊水酒造（新発田市）とのオリジナル日本酒造りがスタート。田植えの段階から仕込みまで、三味線の音を聴かせたら、どんなお酒になるだろう、できたらきっとおもしろい。

そんな思いで、楽しく取り組んでいます。2023年4月に完成する予定なので、今後の動向にご注目ください。

三味線への愛と情熱で 世界中に驚きと感動を

——国内外で公演されていましたが、新型コロナウイルスの影響は？

2019年10月には“音楽の殿堂”カーネギー・ホール（ニューヨーク）での単独公演が成功。満席のスタンディングオベーションは忘れられません。さらに世界へはばたいていこうという気持ちでした。しかし新型コロナウイルスの影響で予定していた公演がなくなってしまいました。

私という人間は、三味線を聴いてもらうことが名刺代わりだと思っています。生の三味線の音を聴いてほしい、芸術をとめたくない、絶対にあきらめない、行動しよう。りゅーとぴあ（新潟市）で2カ月に1回くらいのペースで公演を開くも、自粛ムードで、客足が伸びない状況が続きました。この3年は陰しく苦しい道のりでした。

そんな中、2022年8月、“ジャズ・ベースの神様”ロン・カーター氏を招いての新潟公演が実現。りゅーとぴあで、観客が4回もスタンディングオベーションになった感動は今も胸に残っています。とまりかけていた音楽が、ようやく動きだしました。



——「素敵な人生」のために大切にしていることは？

夢を持ち、行動することでしょうか。私の夢は世界中を巡り、三味線で驚きと感動を届けること。伝統的な三味線文化の技術や精神は受け継ぎながらも、古いものをそのまま残すのではなく、挑戦し進化していくことで新しい伝統をつくっていく。それが次世代につながる信じ、これからも三味線音楽の新しい可能性を切り拓いていきます。

周りへの感謝も忘れないようにしています。温かい愛情で包み、立ち直るきっかけをくれた母はもちろん、コラボ演奏、日本酒造りなど、多くの方の協力のおかげで成り立っていると思います。出会えた人と認め合い、互いの個を尊重できる関係を築くようにしています。

コロナウイルスは多くの人に影響がありました。心にも栄養は必要です。今こそ、音楽で感動を。ぜひ、私の三味線を聴きに來てください。私だからできる音楽を、皆さんの心に響くように奏でます。

CD作品「^{しゅはり}守破離の絲」「^{いと}宇宙と大地の詩」のいずれかお好きな方を抽選でプレゼント！

各作品3名
合計6名様

プレゼント応募方法

ハガキ
から応募

ハガキに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、ご希望のCD、本誌の感想をご記入のうえ、下記宛先までお送りください。

〒951-8113 新潟市中央区寄居町332-38 新潟県労働金庫本店5階 シニア倶楽部「史佳さんCDプレゼント係」

ホームページ
から応募

新潟ろうきんシニア倶楽部ホームページ「クイズ応募・プレゼント応募」フォームに必要事項をご入力ください。

【応募締切】2023年1月31日（火）必着

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※ご提供いただいた個人情報は、プレゼントの抽選・発送を利用目的とし、それ以外の目的で使用したり、第三者への公開はいたしません。



〈史佳Fumiyoshiさんプロフィール〉

1974年新潟市生まれ。国内外で幅広く活躍する三味線プレイヤー。既存の三味線音楽にとらわれず、柔軟な発想でオリジナル曲を多数生み出している。2019年に「新潟高橋竹山会」三代目会主・高橋竹秀を襲名。新潟市内に三味線スタジオ「F space（エフ スペース）」をオープンし、三味線文化の普及、次世代情操教育に役立てている。

本店支部

わら細工体験会

10月13日(木)、(特非)かみえちご山里ファン倶楽部スタッフを講師に開催し、参加者38名(うち女性が26名)でミニほうき作りを行いました。一つの工程ごとに悪戦苦闘しながらも和やかに体験会は進み、全員が2時間で作品を完成しました。参加者から「とても楽しかった」「家族に作品を自慢したい」等の声をいただきました。


新津支部

元NHKアナウンサー

齋藤洋一郎氏 講演会

5月18日(水)に26名の参加者で講演会を開催し、スポーツ選手にとって「一流とは何か」を熱く・面白おかしく講演いただき、王・長嶋世代の参加者は野村・張本らのこぼれ話に聴き入っていました。同時開催した会員による作品展では、陶芸・切り絵・写真・押し花が集まり、参加者からは「齋藤氏の講演を聞いて、元気が出た」「展示された作品が素敵だった」という声をいただきました。



塚野真一氏 講師

シニア向け健康体操

10月27日(木)、椅子に座りながらできる簡単な体操を、塚野氏の軽妙なトークで笑いを交えながら紹介いただきました。参加者は心地よい疲労感と達成感で、あっという間に90分が過ぎました。また、今回で2回目となる作品展も同時開催され、会員から陶芸・書道・切り絵・写真・押し花といった色とりどりの作品が展示されました。


長岡支部・長岡北支部(共催)

新潟妖怪研究所長

高橋郁丸氏 講演会

10月5日(水)に、長岡支部・長岡北支部・中越地域退職者連合の共催で実施し、参加者65名で会場はほぼ満席状態でした。妖怪は、年長者から若者、子供へと語り伝えられ、この交流がなくなると絶滅することや、北越奇談や親鸞聖人七不思議等のお話で、90分があっという間に過ぎました。


東新潟支部・新潟南支部(共催)

シニアスマホ教室

9月21日(水)、定員25名に対して両支部合わせて22名の参加者があり開催しました。スマホを使って必要な情報を得ることができるよう、またLINEを使いこなせるよう学びました。参加者からは「大変わかりやすかった」「LINE以外のおすすめアプリを紹介してほしい」等の感想がありました。


新発田支部

写真家

渡部佳則氏 講演会

9月14日(水)、22名の会員が参加し、プロジェクターで多くの写真を投影しながら、撮影エピソードをお話いただきました。佐渡金山を背景に流れ星を映した動画では、世界遺産登録へのエールを3回もいただくなど、皆さんも大いに楽しんでいました。



しばた門前町巡り

10月19日(水)、秋晴れの中25名の会員が参加して、寺町どおりや文化財等をのんびりと巡る散策を実施しました。3名のガイドの丁寧な解説を聞きながら、清水園の美しい苔や大名屋敷の庭園等をゆっくり鑑賞し、「別の町でも参加したい」等の嬉しい声が寄せられました。


村上支部

塚野真一氏 講師

みんなで楽しく健康運動

10月19日(水)、椅子に座りながら自宅でも簡単にできる体操を紹介いただきました。塚野氏から「運動の継続には楽しくなければ」とのお話があり、村松弁を交えた軽妙な言葉に励まされ、参加者同士でも声を掛け合いながら、60分が楽しくあっという間に過ぎました。


五泉支部

塚野真一氏 講師

みんなで楽しく健康運動

10月7日(金)、15名の参加者から参加いただき、体を動かす楽しさを体験していただきました。主に、椅子に座りながら行う運動で、高齢の方でも無理なくできる・家でもできる内容でした。参加した方からは「来てよかった」「明日は筋肉痛かも」等の感想をいただきました。


佐渡支部

新潟妖怪研究所長

高橋郁丸氏 講演会

10月29日(土)に開催し、越後の妖怪を研究している高橋氏から、地域ごとの妖怪の由来や佐渡の妖怪についても詳しく話していただきました。質問コーナーではいくつもの質問が出され、高橋氏も丁寧に回答されていました。


三条支部

元NHKアナウンサー

齋藤洋一郎氏 講演会

9月30日(金)、31名の会員が参加して、4回のオリンピック実況経験を中心にお話いただきました。さすが話のプロ、「アナウンサーとして、視聴者から一番お叱りを受ける失敗は何だと思いますか?」という問いかけから参加者は一氣に話に引き込まれ、瞬間に70分の講演が終了しました。


高田支部

元NHKアナウンサー

齋藤洋一郎氏 講演会

10月4日(火)、NHK入局当時の苦労話や異動先でのエピソード、数々の名選手との出会い等を、熱く熱く語っていただきました。参加者は18名で、齋藤氏の人生経験や教訓を聴いているアットホームな雰囲気となり、参加者も質問等をしながらのあっという間の70分となりました。


十日町支部

シニア向けスマホ教室

10月12日(水)、スマホを持って間もない方や(あまり)活用できていない方を対象に、スマホ教室を開催しました。スマホの種類から基本的な操作方法やLINEの操作方法、「友だち」登録等の練習をするなど、講師のやさしく丁寧な説明により、和気あいあいと楽しんでご参加いただきました。


加茂支部

麗春の加茂 まちあるき

5月9日(月)、加茂山公園・青海神社や500匹あまりの鯉のぼりが泳ぐ加茂川周辺を、19名の参加者が2グループに分かれて散策しました。加茂山には全国的にも珍しい「三鈷の松」(葉が3本ある松)があり、金運上昇のご利益があるとのこと葉を拾っていかれる方もいました。



加茂市文化財調査審議会委員 関正平氏 講演会

10月14日(金)、三条市から福島県会津に抜ける「八十里越」を越えた女性たちをテーマに、講演会を開催し20名が参加しました。その峠を越え、加茂から多くの女性が日光東照宮参拝等に向かった話や、「なぜ、険しく長い道のりを越えたのか」「なぜ、帰りの記録がないのか」等、興味をひく内容でした。



支部イベント報告

巻支部・燕支部（共催）

弥彦神社のパワースポット巡り

9月28日（水）、巻支部と燕支部の合同イベントとして開催し、26名の会員が参加しました。当日は、燕支部の役員である込山幹事から、ユーモアたっぷりの解説をいただき、参加者も弥彦の魅力を再発見していました。



津川支部

新潟妖怪研究所長 高橋郁丸氏 講演会

10月21日（金）に、「新潟の妖怪」をテーマに、河童や天狗など馴染みの妖怪話や伝承等について講演していただきました。新潟には妖怪の話がたくさんあり、妖怪を知ればその土地の文化がわかるそうです。終了後には参加者からの質問が出るなど、大変盛り上がりしました。



本部イベント報告

フルート奏者 本宮宏美「ファミリーコンサート」

新潟ろうきん夢咲Clubとの共催で、柏崎会場（5月21日）と新潟会場（10月30日）の2ヶ所でファミリーコンサートを開催しました。当日は本宮さんのオリジナル曲のほか、ディズニーなどの馴染みの曲も演奏され、柔らかく伸びやかなフルートの音色は、2つの会場にご参加いただいたおよそ500名の会員やご家族の心に響きました。会場で参加者から寄せられたチャリティ募金は、2つの福祉関連団体にそれぞれ全額寄付いたしました。



柏崎会場
63,270円
新潟県社会福祉協議会

新潟会場
97,925円
新潟ろうきん福祉財団（給付型奨学金事業）

「まちあるき」

新潟市中央区流作場地区

5月12日（木）、春とはいえ時折暑い陽射しが照りつける中、新潟駅から徒歩5分、初代萬代橋の起点にあたる地域（流作場）を中心に、メディアシップから沼垂地区、旧新潟駅があった弁天公園にかけて会員22名が参加し、3班に分れて散策しました。

参加者の感想
● 以前から「流作場」という言葉が気になっていました。今回の企画で歴史的な位置づけなどが理解でき、とても有意義な一日を過ごすことができました。



阿賀町津川地区

9月12日（月）、夏の暑さがまだ残る一日でしたが、「会津街道の宿場町」「阿賀野川舟運の湊町」「麒麟山に築かれた津川城の城下町」といった様々な魅力を持つ津川のまちを、21名の会員が参加して散策しました。

参加者の感想
● 阿賀野川の川底がだんだん浅くなり、船を付けられなくなったのは残念です。空き店舗に新しい人が入って頑張っていました。



糸魚川市筒石地区

10月12日（水）、県内屈指の漁獲量を誇る筒石漁港とその背後に迫る断崖絶壁に挟まれ、印象的な木造3階建て住宅が林立する漁村集落を、12名の会員が参加して散策しました。そこに住み人々の生活の知恵に触れ、思わず感心！

参加者の感想
● 漁村、港、水揚げ場、鉄道、道路の遍歴を知ること、今でも自治体で自主的に活動している姿に元気と好感を持ちました。



健康はおいしいから

新鮮で美味しい食材の宝庫新潟。旬の食材を活かした簡単お料理を、毎号ご紹介します。

旬の食卓レシピ 冬編



鮭とまいたけの豆乳シチュー

材料（2人分）

鮭	2切れ
まいたけ	1パック
ほうれん草	80g～100g
玉ネギ	1/2個
米粉	大さじ2～3杯 〈小麦粉でもOK〉
バター	20g～30g
豆乳	400cc～500cc
コンソメ	小さじ1～2杯
味噌	大さじ2杯
塩、コショウ	適量
酒	小さじ1～2杯 〈白ワインでもOK〉

Point!

豆乳に含まれる大豆サポニンには、動脈硬化予防・エイジングケア・血流促進など、様々な効能が期待されます。さらに味噌にも、ビタミン系、ミネラル系の栄養素が含まれています！

レシピ考案 /

ふうどスタイリスト
こじま ひできさん

風土の親密さを原点として、料理教室やレシピ考案、料理のスタイリングを行い、各種メディアでも活躍。県内大学・専門学校などで食に関する授業もサポートしている。



鮭は一口大程度に切り軽く塩、コショウをして日本酒又は白ワインをふりかけ、レンジで加熱して火を通す（600wで2～3分）。



ほうれん草はざく切り、玉ネギは薄切り、まいたけは適度な大きさに割いておく。



深めのフライパン又は鍋にバターを溶かして玉ネギを炒める。



米粉（又は小麦粉）を加えて粉っぽさが無くなったら豆乳を数回に分けて加え、コンソメを入れる。



まいたけ、ほうれん草を加える。野菜に火が通り、スープにとろみがつくまで煮る。



最後に鮭を加えて煮る。味噌を加えて味を調える。

アクティブシニアになろう!

会員様の充実したシニアライフをご紹介

vol.17

ありのままでいい。
自分の気持ちに
素直に生きていく。

今を思いきり楽しもうとする姿勢。一人旅、短歌、登山、フラダンス、手芸…。波田野さんは59歳で退職する前後から、さまざまなことに挑戦しました。「やる気があれば、なんでもできる」と力強い言葉。その原動力は「人との交流」にあります。

大好きなふるさとに貢献したいと、地域の女性グループの世話人を務めたり、「狐の嫁入り行列」のボランティアとして観光客に狐メイクをしたりしました。「仲間を大事にしています。人と話すと楽しいし、脳が活性化します」と波田野さん。

春先から、新潟ろうきん津川出張所の入り口を彩る美しい花も、趣味の園芸を生かした交流の一つ。波田野さんの心遣いから始まり、喜んでくれる人がいるからと、20年以上にわたり花を飾り続けています。

波田野さんが育てると、一つの苗からプランターいっぱいたくさんの花を咲かせます。「花を育てるのは子育てと同じ」とにっこり。日々、愛情をもって接します。「花キレイだね」の一言が何よりうれしいそう。満開の花は人々の目を楽しませ、心に安らぎをもたらしてくれています。

「やりたいと思ったら、すぐやってみること。下手でも大丈夫。無理して続けなくてもいいんです」。そんな風に自分の気持ちに素直に生きる波田野さんは、これからも人生を楽しみます。

波田野さんから一言

「人との交流」が一番です。息子のお嫁さんとメールしていて、優しさに触れると、感謝の心・思いやりの心など、忘れてはいけない大切なことを気づかされます。周りにいる人を大事にいきましょう。



アクティブシニアファイル 17

津川支部会員

はたの たつこ
波田野 達子様

若々しく、華がある。
前向きで明るく、素直な生き方。
大好きなふるさとで、
大切な仲間と過ごすことが元気の源です。



栄養バランスのとれた食事と適度な運動を心がけている波田野さん。階段も軽快にのぼります。



これまでの活動の作品や写真。色紙の短歌は「文芸おぢや」で入選しました。

わが支部 わが町自慢 vol.3

シニア倶楽部の各支部役員が、わが町自慢の名所や名物をご紹介する企画。
第3回目は、**三条支部**と**直江津支部**の登場です。

三条支部

有形文化財の建築物を巡る 三条市中心市街地まち歩き

三条市の中心市街地には歴史的に貴重な建築物が点在しています。今回は有形文化財の建築物のおすすめ2カ所をご紹介します。一つ目は「つるがや店舗兼主屋」。大正時代に建築された老舗和菓子店の建物です。外観正面のせがい造(深い軒先)の入母屋(いりもや)屋根に町家の特色がうかがえます。二つ目は「旧今井家住宅新館(丸井今井邸)」。明治時代に建築され、室内の造作も丁寧な近代和風住宅です。二つともJR弥彦線北三条駅から近く、アクセス良好です。このほかにも有形文化財の建築物があり、見学できます。ぜひ、三条のまち歩きにお越しください。



【つるがや店舗兼主屋】三条市本町4-3-17



【旧今井家住宅新館(丸井今井邸)】三条市本町3-7-8



写真提供:ケンオー・ドットコム

〈三条支部役員〉

上段左から:幹事 吉原昇呉さん、幹事 長谷川優子さん、幹事 石附ヒロ子さん、幹事 中田武志さん
下段左から:幹事長 長谷川誠衛さん、支部長 馬場隆さん、副支部長 西片徳栄さん



直江津支部

謙信公ゆかりの名刹と 鉄道テーマパークが自慢

直江津支部が紹介する自慢のスポットは二つあります。一つ目は謙信公が再興したといわれる「五智国分寺」です。あまたの彫刻が施された三重塔(有形文化財)をはじめ、本堂や仁王門、親鸞堂など見どころが多くおすすめです。二つ目は「直江津D51レールパーク」です。新潟県“鉄道発祥の地”直江津の車両基地の一部に開設された、鉄道のテーマパークです。SLに乗車できるほか、転車台や扇形庫(せんけいこ)などの鉄道遺産も見学できます。歴史や鉄道がお好きな方はもちろん、皆さまぜひ足を運んでみてください。



【五智国分寺】新潟県上越市五智3-20-21



【直江津D51レールパーク】新潟県上越市東町1-15



〈直江津支部役員〉

上段左から:幹事 入澤正人さん、幹事 岩嶋信子さん
下段左から:副支部長 本間芳春さん、支部長 碓井博さん、幹事長 長井幸一さん



おうちで

頭の体操

好きなクイズにチャレンジしよう！

クイズ
正解者の
中から
抽選で

図書カード
1,000円分
合計100名様にプレゼント！

見本

※2つのクイズ、またはどちらか1つのクイズをご解答のうえ、ご応募ください。
※2つのクイズに正解しても、重複の当選はありませんので、予めご了承ください。

クロスワードパズル

に入る文字を組み合わせてできる言葉は何でしょう？

当選者
50
名様

1	2	3	4	5	
	6				
7			8		9
10		11			
12				13	
		14			

- タテのカギ
- ヨコのカギ
- 2 夜空の美しい光の帯「天の川」。何と読む？
- 3 当たってほしいな宝〇〇。
- 4 桃太郎や浦島太郎は物語の〇〇〇〇。
- 5 帆を使って水面を進む乗り物。
- 7 もう一品ほしいときに活躍。ほうれん草がおいしい。
- 9 仕事で〇〇〇〇ミスをしてしまう。
- 11 図書館の専門職。
- 13 大河ドラマ「鎌倉殿の13人」の八重姫役といえば、新垣〇〇。
- 1 〇〇〇〇〇〇芸人はバラエティー番組などで欠かせない存在。
- 6 人の心を惑わす不思議な術。
- 7 イソップ寓話（ぐうわ）「金の〇〇」。
- 8 店長がアルバイトを〇〇〇。
- 10 新潟空港などがある、アクアブルーがイメージカラーの区は？
- 12 年末の大掃除で、こびりついた鍋の汚れを落とす道具。
- 13 寒い日は〇〇暖房でポカポカ。
- 14 阿賀町にある「狐の〇〇〇〇屋敷」。

ド	ユ	カ	ガ
ア	ナ	ウン	サ
	カ	キ	ゴ
ヒ		ノ	シ
ガ	ロ	ウ	ツ
サ	カ	マ	ボ

ヒント…冬の風物詩で、自然が作り出す芸術

答え

前号の正解は…

サドガシマでした。

ナンバープレイ

に入る数字は何でしょう？

当選者
50
名様

	7	3		2		8	
		9	4	7			5
	2	5					
7			2		1		
	5		8		9		3
			7		4		2
						9	8
	8			4	7	1	
		2		9		3	4

- タテ列（9列）、ヨコ列（9列）のそれぞれの列の中に、1～9の数字が必ず1つずつ入ります。重複しないで入れてマス埋めてください。
- 3×3マスの太線で囲まれたブロック（9個）の中にも1～9の数字が必ず1つずつ入ります。
- に入る数字が回答となります。（順不同）

答え

前号の正解は…

7172でした。（順不同）

5	1	3	9	8	4	6	7	2
6	7	2	1	3	5	8	4	9
9	8	4	6	7	2	1	3	5
7	2	6	3	5	1	4	9	8
8	4	9	7	2	6	3	5	1
1	3	5	8	4	9	7	2	6
2	6	7	5	1	3	9	8	4
3	5	1	4	9	8	2	6	7
4	9	8	2	6	7	5	1	3

応募方法

【ハガキから応募】

ハガキにクイズの答え、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌の感想をご記入のうえ、裏表紙に記載のキリトリ部分を宛名面に貼ってご応募ください。

【ホームページから応募】

新潟ろうきんシニア倶楽部ホームページ「クイズ応募・プレゼント応募」フォームに必要事項をご入力の上、ご応募ください。

応募締切

2023年
1月31日（火）必着

同一世帯に複数の会員様（夫婦・兄弟等）が同居されている場合は、それぞれの会員様の氏名でクイズやプレゼント、イベント等のお申込みが可能です。

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※ご提供いただいた個人情報は、プレゼントの抽選・発送を利用目的とし、それ以外の目的で使用したり、第三者への公開はいたしません。

「新潟ろうきんシニア倶楽部」会員限定 特典インフォメーション

1 弁護士無料相談（電話・面談） 遺言 相続 親子問題 etc.

県内最大級の総合法律事務所「弁護士法人 一新総合法律事務所」への初回相談（電話20分 面談45分）が無料でご利用いただけます。

——— お電話で「新潟ろうきんシニア倶楽部」の会員であることをお伝えください。 ———

会員資格を「新潟ろうきんシニア倶楽部」事務局で確認の上、あらためて弁護士事務所よりお電話させていただきます。

弁護士法人 一新総合法律事務所（新潟県弁護士会所属）

相談受付電話番号 025-280-1111

受付時間 9:00～17:00 月曜～金曜

面談する
場合は
こちらへ

新潟事務所【県庁近く】
長岡事務所【長岡駅近く】
上越事務所【上越市役所近く】
燕三条事務所【燕三条駅近く】
新発田事務所【新発田市役所近く】



2 新潟ろうきんシニア倶楽部 健康ダイヤル

24時間
年中無休
相談料無料

新潟ろうきんシニア倶楽部会員の方々と配偶者及び被扶養者の方々がサービスをご利用いただけます。



通話料無料

0120-251-052



ホームページからご相談いただけます

<https://consult.t-pec.co.jp/service/4d4d0d>

※ホームページからのご相談は返信に数日を要します



24時間健康相談サービス… 経験豊かな相談スタッフが、健康・医療・介護・育児・メンタルヘルスなどの相談にアドバイスいたします。

医療機関情報等の提供 …… 全国約40万件の医療機関のデータベースから、ご要望に沿った医療機関情報等をご案内いたします。

●プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。（委託先ティーベック株式会社）

【個人情報の取扱いについて】●本サービスは、ティーベック（株）が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック（株）は、本サービスの適切な実施のため、ご利用者より個人情報を取得する場合があります。（個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。）●ティーベック（株）は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にもとづく場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要がある当社が判断した場合を除き、取得した個人情報を第三者に提供いたしません。●ティーベック（株）は、対応品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただくことがあります。●ご提供いただきました個人情報の開示等を求めることが可能です。お手続きは、「〒110-0005東京都台東区上野5-6-10ティーベック（株）個人情報相談窓口責任者（個人情報保護責任者代理）までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意をいただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。

●ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に沿えない場合がありますので、ご不明な点はお問い合わせ下さい。

3 暮らしの何でも無料電話相談 新潟県ライフサポートセンター

家族のこと、ご近所のこと、こころのこと…。

ひとりで悩まずお電話を 0258-86-8898

（月～金 10:00～16:00 祝日を除く）



ライフサポートセンターは働く人、地域で暮らす人たちのための支援相談窓口です。生活の問題、労働の問題など、解決の糸口を一緒に見つけ出します。ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。※ライフサポートセンター事業は新潟県労協が運営しています。

4 セコムの見守りサービス お申込・お問合せ先：セコム上信越（株）新潟統轄支社 TEL.025-281-5100（担当：保坂・鈴木）

「セコムの見守り」なら高齢になると高まる事故や病気のリスクに備えることができます。

突然具合が悪くなっても、すぐに通報できる／

救急通報サービス ～握るだけで救急通報できる～

急に具合が悪くなったら



握るだけでセコムに通報



セコムが駆けつける



家の中まで確認



起き上がれなくても、自動で通報される／

安否みまもりサービス ～ご自宅での異変を自動で検知～

廊下やトイレ前など、生活動線上に設置したセンサーが、一定時間以上、動きが確認できない場合、セコムに通報します。



火災監視

非常通報

健康相談

その他にも…

火の消し忘れ・不審者・健康の不安をセコムの見守りサービスが解消します。

会員特別価格／

初期費用0円

月額4,620円（税込）～

※オプションの防犯サービスを提供する場合は別途お見積りとなります。

※商品説明や契約はセコムが直接行います。

