

かけはし (2024年冬号) 読者の声

●退職後は世間が狭く感じ、さみしい気持ちになったりしたこともありましたが、「わが町自慢」を読んだりすると、出かけた気分になり楽しんでいます。
(小千谷市 女性)

●アクティブシニアの上田さんの一言「夢中になれる趣味があると人生は楽しく、充実する。物事を始めるのに大切な事はやってみようという気持ち」全く同感です。いつまでも若くいる秘訣だと思います。
(新発田市 男性)

●毎号楽しく拝読しています。新発田を歩くまちあるきに参加し、大変勉強になりました。県内を歩くこうしたツアーをこれからも企画していただくとありがたいです。
(長岡市 男性)

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。

●封筒から「かけはし」を出すなり表紙の押し花に目を奪われました。花びら一枚一枚とてもきれいで色合いもよく、花の香りが届きそうに感じました。草花の採集からとても手間がかかるものと思いますが、実物を是非見てみたいと感じました。
(新発田市 女性)

●「健幸いきいき習慣(人生100年時代)」を熟読しました。これによると健康寿命(男性)は72.68歳とのこと。まさに私の年齢と重なりました。改めて健康に対する認識と体力向上に努めなければならないと考えさせられました。
(上越市 男性)

●昨年11月、上越会場において「防犯落語」と「中野小路たかまろ」氏の特殊詐欺の話は楽しく大変参考になりました。またそういった企画がありましたら是非参加したいと思っています。
(上越市 男性)

●先日利用したバックツアーが3%割引であることを知らず、今回の「かけはし」で知る事となり残念でした。今度ツアーに参加する時は是非特典を受けたいと思います。今の時勢3%は大きいですね。
(上越市 女性)

●「おひとりさま」を許せる社会を目指して活動されている須貝さんの記事は、これからの社会の中で大切なことと思われ、県内でもこのような動きのあることに少しほっとしています(嬉しい記事、情報でした)。外からの情報が入りにくくなる年齢(高齢など)になると、このような記事はありがたいと思います。
(長岡市 女性)

●労金とは、お勤めしている時からの長いお付き合いです。「かけはし」は、身近な支部の情報、インタビューやクイズなど盛り沢山で、手に取りやすく、楽しみに読ませていただいています!
(柏崎市 女性)

ろうきんinformation

ろうきん村上支店

ますます
便利に!

リニューアル

OPEN

2025年6月23日月

〒958-0848
村上市小国町4番7号 TEL.0254-52-1251



「魚沼市生涯学習センター」ATMの新設および
「本町(旧小出町本町)」ATMの営業終了のお知らせ

ATM

下記ATMについて新設、また営業終了のご案内をさせていただきます。今後も、皆さまから安心してご利用いただけるよう努めてまいりますので、一層のお引き立てを賜りますよう、お願い申し上げます。

新設

「魚沼市生涯学習センター」ATM

2025年 4月29日(火・祝日)9時から営業開始いたします。

(魚沼市生涯学習センターのオープン日)

設置場所

魚沼市生涯学習センター 1階

魚沼市小出島130

営業日時

全 日:9時~21時

休業日:年末年始(魚沼市生涯学習センターの休館日)

営業終了

「本町(旧小出町本町)」ATM

2025年 4月27日(日)19時をもって営業を終了いたします。

詳しくは、最寄りのろうきん本支店まで
お問い合わせください。

店舗
一覧



【個人情報の取扱いについて】各種応募・申込みに際してご記入いただいた個人情報は、新潟ろうきんシニア倶楽部が抽選・発送を利用目的として取得し、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。

第25号(2025年4月)発行者: **新潟ろうきんシニア倶楽部**

〒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。

新潟ろうきん
シニア倶楽部

新潟ろうきんとお取引いただいている
満55歳以上の退職された方のための
メンバーズクラブです。

コミュニケーション情報誌

かけはし

K a k e h a s h i



版画:本店支部 谷正博様「連獅子赤頭」

巻頭インタビュー

素敵な人生のために

新潟・市民映画館
シネ・ウインド 代表

さいとう まさゆき
齋藤 正行さん

- アクティブシニアになろう!
- わが支部・わが町自慢
- イベント案内と報告

- 注目の地域活動紹介
- 特殊詐欺防止コラム
- 今日からできる健幸いきいき習慣

- ろうきんinformation
- 会員特典のご案内他



＼QUOカードが当たる!/
読者プレゼント付

**間違い探しクイズ
ナンバープレイス**

今号の表紙作品作者



たに まさひろ
谷 正博様
本店支部



子どもの頃からモノを作ることが好きでした。社会人になり自分ならではの年賀状を作りたいと思い版画や切り絵をはじめました。暮らしの中で「作ってみたい!」という直感を大切にモチーフを決めています。今後は彫金でアクセサリーを作ることに挑戦してみたいです。

切り取ってハガキに貼り
応募にご利用ください。

✂(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
かけはし間違い探しクイズ・
ナンバープレイス係

自由なまま、常に新しく。

新潟・市民映画館 シネ・ウインド 代表

さいとう

まさゆき

齋藤 正行さん

「私の言っていることが分かる人だけ、分かればいいよ。全員が分かるなんてこと、ないからさ」と齋藤さん。堂々とした立ち振る舞いに、齒に衣着せぬ物言い。齋藤さんをよく知る人は「土着的ファンキー野郎」と、また、ある人は、「健全なる野蛮人」と表現します。前例がないならつくればいい、その生き方に迫ります。

「お前がやるんだ」夢の中で聞こえた声

——齋藤さんの生い立ちをお聞かせください。

新潟市生まれ。中学生で新潟地震にあい、高校生で敬愛する新潟出身の作家・坂口安吾の作品と出会う。大学進学で上京した頃は学生運動が盛んな時代。大学は「この日だけ来たら単位をあげる、卒業できる」って言うけれど「授業も受けずにそれはおかしい」って、行かずにアルバイトしていたら除籍に。

その後は高度経済成長期で、働いている仕事の内容は変わらないのに給料だけ倍に倍になっていくんです。みんな喜んでいたけれど、そこでもまた私は「おかしい」と文句(笑)。社会や制度、世の中の常識、そういうも

のから、自分だけ外れた所にいる感覚があり、自分はどう生きればいいのか分からなくなりました。

妻子を連れ新潟に帰ると決め、新潟で死ぬことと、漠然と「安吾をやる」ことが頭の中にありました。安吾の作品から「お前の生き方を見つけていい」と読み取っていて、それを実践しようとしたのかも。

——新潟に帰り、映画館づくりを始めるまでの経緯は？

1985年3月、名画座「ライフ」が閉館したのが始まり。新潟日報に映画評論家が寄せた文章を読んでショックを受けました。あれほどしっかりした方針の映画館を維持できないのは新潟市民の威信に関わる、というような内容。新潟の、ひいては私の責任だと言われた気

がしました。

夢の中で「お前がやらなきゃ誰がやる？お前だ、お前がやるんだ」という声。安吾から言われたような気がします。「安易な道に行くな、お前はお前であるから自由にやれ」と。

会社を辞めると決め、「ライフ」について調べました。同じやり方では続かないと思い、市民がつくり、市民が運営する「市民映画館」をコンセプトに動き始めました。資金も市民から一口1万円を募ることに。



——新しい発想だと思います。今という「クラウドファンディング」？

資金集めの仕組みはそうです。でも、その言葉も広まってきたのは最近のこと。当時はNPO(非営利組織)という考え方が海外で出始めた頃で、私の思い描く「市民映画館」の前例はありませんでした。でも私はやりたい。なら、前例を私がつくればいいと思いました。しかし1カ月に数百人に会いに行くも、説明しようにも、聞く耳を持ってもらえませんでした。

それでも私の話や考えを聞き、理解してくれる人はいました。映画ファンに限らず、演劇や建築、いろんなジャンルのメンバーが協力に集まり、市民からもお金を集められました。「ライフ」閉館の同年12月7日「新潟・市民映画館 シネ・ウインド」が開館。

50年続けると言ったら笑われたのを覚えています。「また夢みたいなこと言ってる。明日どうなるかも分からないのに」って。でも今年で40年。私の夢みたいな言葉も、もうすぐ現実になります。半世紀続けば、新潟がより豊かになるだろうっての言葉でした。



見たい映画を自分たちの手で

——改めて映画館の紹介を。また成功した理由は何でしょうか？

国内外の劇映画、ドキュメンタリー作品など名画を上映しています。年会費を払う会員自身が運営に関わり、上映作品の選定、会報「月刊ウインド」の編集などを行います。映画館と名乗っていますが、文化を創り出す場、人が集まり、人と人、人と街がつながる拠点だと考えています。



会報「月刊ウインド」。写真左端が創刊号。

「月刊ウインド」は広報・宣伝の意味合いもありますが、活字に残す、記録することが重要だと思い、開館に合わせて創刊しました。歴史や過去から学ぶことで新しい人が挑戦したり、考え方を広げたりできると思います。

成功した理由の一つが、自分たちが見たい映画を映画館でかけてきたことにあると考えています。つまり、流行や動員数など商業ベースで考えるプロではなく「素人」の視点があったこと。自分の行動を自ら

決めて動く人の熱意が共感を生み、自分もやりたいと手を挙げる人が増えていったように思います。

——「かけはし」読者へメッセージをお願いします。

新しい気持ちを忘れないことですかね。世の中、毎日同じではなく、変化しています。明日になれば新しい一日が始まり、新しい齋藤正行が始まる…。新しいことに取り組んだり、知らない人に会ったりすることを恐れたり、遠慮してはダメだと思います。

これまで、必要な時に必要な人たちが手を差し伸べてくれました。人は迷惑をかけながら生きていて、一人では生きられない。私も迷惑はかけるし、かけられる。それをイヤだとは思いません。

新潟は自由度が高い街です。私みたいなアウトローな人間を生かしているんですから。生きていいと思える、受け入れる風土があります。いろんなことをやる人間が新潟にいた方がおもしろい。それぞれの生き方を認め、困った時には手を差し伸べる人がいる新潟であり続けてほしい。迷惑をかけて、生きよう。

YouTube公式チャンネルで
齋藤さん特別インタビュー

「アフターVOICE」
公開中!



ココだからできることを、これから

シネ・ウインドではデジタル機器の
設備交換時期を迎え、募金を呼び掛けています。

一口 5,000円(複数口および複数回の寄付可能) ■目標／一千万円

市民がつくり、市民が運営する映画館として、この先も存続していくためにご協力ください。合わせて新規入会料金を通常5,500円のところ4,400円に値下げ中です。募金・新規入会料金割引ともに2025年8月31日(日)まで。詳しくはシネ・ウインド事務局までご連絡を。



新潟・市民映画館 シネ・ウインド
新潟市中央区八千代2-1-1 万代シティ第2駐車場ビル1階
TEL.025-243-5530 園上映作品により異なる 園火曜

HPは
こちらから



続いていくために やるべきことを 続けていくこと。

川上さんは棚田の保全活動を行うボランティア団体「小千谷市の棚田を楽しむ会」の3代目代表です。新潟県中越地震で被災し、自衛隊をはじめ多くの人に助けられたことから、新潟県中越沖地震が起きた際「今度は自分が」という思いで避難所へ。

そこで出会ったのが初代代表でした。「被災者を入浴施設に連れて行く時、地震で道路が寸断された中、地元の私ですら迷うような道を車で先導した人。よく見ると奈良ナンバー。驚き、一体何者だと思いました」。尋ねたところ中越地震で崩れた棚田の再生のために移住し、会を立ち上げたことを知ります。農業は未経験でしたが「少しでも役に立てれば」と参加しました。

傾斜地にある棚田は大型の機械が入れない場所もあり、人の手が必要です。さらに会のモットーは自然を大切にしたい無農薬の米づくり。手間はかかるも、自然の恵みをいっぱいに育ったコシヒカリは格別です。しかし年々、会員は高齢化・減少し、活動時期の5～10月頃、作業に集まるのは現在3～5人ほど。

「誰かがやらないと失われていく」と真っすぐな瞳。「人と人の縁、つながり、交流が生まれる活動。骨は折れるけれど収穫時には達成感があります。一緒に作業する人が増えたらうれしい」と話します。これからも仲間とともに楽しみながら活動し続け、故郷の大切な風景と環境を守っていきます。

川上さんから一言

お米購入のみの会員はお断りしており、田植えや草刈りなど作業に参加できる会員（年会費一口6,000円）を募集中。一緒に楽しみながら作業しませんか。事務局（谷口さん：TEL.0258-82-4730）まで、ご連絡ください。

アクティブシニアファイル 24

小千谷支部会員

かわかみなおえい
川上 直栄様

74歳。座右の銘は「継続は力なり」。
長く動ける自分でいられるよう
毎日、約5kmをウォーキングし
健康づくりにも取り組んでいます。



豊かな土壌の田んぼには水生生物も多く生息。会の米づくりは環境保全にもつながっています。



地元小学校の農業体験も受け入れるなど、地域貢献にも取り組んでいます。

わが支部 わが町自慢 vol.10

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しますコーナー。

第10回目は、**新津支部**と**六日町支部**の登場です。

新津支部

「鉄道のまち新津」で 楽しむ歴史と蕎麦

新津支部のおすすめ1つ目は「新津鉄道資料館」です。新潟・新津の鉄道の歴史はもちろん、日本の鉄道文化についても学べる資料館です。シゴナナの愛称で知られる「C57形蒸気機関車」などの実物車両も展示されており、全国から鉄道ファンが訪れています。

2つ目は「手打蕎麦処 善三郎」です。築150年以上の古民家を利用した店舗で風情のあるひとときが味わえます。西会津・山都産のそば粉を使った二八そばは風味の良さはもちろん、のど越しが良くコシも強い絶品です。ぜひ新津エリアにお越しの上、お楽しみください。



【新津鉄道資料館】新潟市秋葉区新津東町2-5-6（新津地域学園内）



【手打蕎麦処 善三郎】新潟市秋葉区結189



〈新津支部役員〉
後列左から：幹事 吉田清さん、幹事 西清久夫さん、幹事 吉川公人さん
前列左から：幹事長 桐生健吉さん、副支部長 藤田尚義さん、幹事 京谷雅子さん



六日町支部

雪国の文化が創り出す 伝統の日本酒と街並み

六日町支部のおすすめ1つ目は「魚沼の里」です。「清酒 八海山」で有名な八海醸造の酒蔵を中心に、カフェや売店、キッチン雑貨店、蕎麦屋などが点在しています。約1,000トンの雪を利用した雪室を見学できる「雪中貯蔵庫見学ツアー」も好評です。

2つ目は三国街道塩沢宿「牧之（ぼくし）通り」です。江戸時代に栄えた宿場町を再現した美しい街並みには雪国ならではの雁木が並び、思わずカメラを向けたくくなります。雪国の文化を体験しにぜひ魚沼エリアにお越しください。



【魚沼の里】南魚沼市長森426-1



【牧之通り】南魚沼市塩沢



〈六日町支部役員〉
後列左から：幹事 羽吹正さん、幹事 米田健治さん、幹事 水沢登代美さん、幹事 若井広文さん
前列左から：副支部長 北村 秀雄さん、支部長 腰越光男さん、幹事長 佐藤英則さん



各支部主催イベントのご案内

村上支部

塩谷街並み散策

歴史薫る北前船と湊町商人の町屋を散策

〈開催日時〉2025年5月30日(金)9:30～14:00
 〈定員〉30名 〈参加費〉3,000円(昼食代)
 〈集合場所〉青山会館
 村上市九日市126-1
 〈申込期限〉2025年5月16日(金)
 〈申込方法〉ろうきん村上支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 村上支部(ろうきん村上支店内)
Tel.0254-52-1251



新発田支部

五十公野公園あやめ園散策

日本四大あやめ園を散策

〈開催日時〉2025年6月11日(水)10:00～14:00
 〈定員〉30名 〈参加費〉無料(昼食代別途)
 〈集合場所〉金蘭荘
 新発田市五十公野4475-3
 〈申込期限〉2025年5月30日(金)
 〈申込方法〉ろうきん新発田支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 新発田支部(ろうきん新発田支店内)
Tel.0254-22-3007



山の下支部

湊町にいがた まちあるき

新潟シティガイド：町屋と下町お店うんめえもん巡り

●参加申込の際、昼食のご希望をお伺いします

〈開催日時〉2025年5月20日(火)9:30～14:00
 〈定員〉20名 〈参加費〉無料(昼食代別途)
 〈集合場所〉みなとびあ(新潟市歴史博物館)
 新潟市中央区柳島町2-10
 〈申込期限〉2025年5月9日(金)
 〈申込方法〉ろうきん山の下支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 山の下支部(ろうきん山の下支店内)
Tel.025-273-6181



新潟南支部

スマホ教室 初級・中級向け

〈開催日時〉2025年5月14日(水)10:00～11:30
 〈定員〉30名 〈参加費〉無料
 〈開催場所〉新潟ユニゾンプラザ 4F
 新潟市中央区上所2-2-2
 〈申込期限〉2025年5月1日(木)
 〈申込方法〉ろうきん新潟南支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 新潟南支部(ろうきん新潟南支店内)
Tel.025-285-5311



新津支部

個別スマホ相談会

講師：グリーンスマート新潟

〈開催日時〉2025年5月14日(水)9:15～11:30
 〈定員〉30名 〈参加費〉無料
 〈開催場所〉ろうきん新津支店
 新潟市秋葉区美幸町2-463
 〈申込期限〉2025年5月7日(水)
 〈申込方法〉ろうきん新津支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 新津支部(ろうきん新津支店内)
Tel.0250-23-0115



三条支部

鍛冶町まちあるき

三条の産業を支えた鍛冶町周辺を散策

〈開催日時〉2025年5月13日(火)10:00～12:00
 〈定員〉15名 〈参加費〉無料
 〈集合場所〉三条市図書館等複合施設「まちやま」
 三条市元町11-6
 〈申込期限〉2025年4月30日(水)
 〈申込方法〉ろうきん三条支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 三条支部(ろうきん三条支店内)
Tel.0256-34-3621



高田支部

朝市・雁木まち歩き

〈開催日時〉2025年5月22日(木)9:30～12:30
 〈定員〉20名
 〈参加費〉700円(高田世界館見学料)
 ※高田の朝市と高田世界館・武蔵野酒造の見学が中心となります。
 ※武蔵野酒造の見学時、ご希望者は無料で試飲可能です。
 〈集合場所〉ろうきん高田支店 上越市大手町1-24
 〈申込期限〉2025年5月9日(金)
 〈申込方法〉ろうきん高田支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 高田支部(ろうきん高田支店内)
Tel.025-523-5454



佐渡支部

笹川集落まちあるきと砂金採り体験

佐渡最古の砂金山と砂金を採った人々の村巡り・砂金採り体験

●砂金採り体験は希望制です。終了後懇親会を予定しています。
 ●参加申込の際、砂金採り体験、懇親会への参加予定をお伺いします。
 〈開催日時〉2025年6月20日(金)10:00～12:30
 〈定員〉25名 〈参加費〉無料(バス代、施設入館料、昼食代は別途)
 〈集合場所〉ふれあいハウス潮津の里
 佐渡市背合38
 〈申込期限〉2025年5月30日(金)
 〈申込方法〉ろうきん佐渡支店窓口、またはお電話にてお申込みください。

お申込み・お問い合わせ
 佐渡支部(ろうきん佐渡支店内)
Tel.0259-57-3321



本部イベント報告

笑って学べる特殊詐欺防止トークショー

2024年11月から12月に県内3会場にて、『笑って学べる 特殊詐欺防止トークショー』を開催しました。お笑い芸人で防犯機能付き電話買おうぜ大使を務める「高橋なんぐ」と、元警察官で新潟県防犯アドバイザーを務める漫談師「中野小路たかまろ」さんのお二人による笑いを交えながら特殊詐欺防止のポイントを学べるトークショーです。司会の松井弘恵さんを交えた3人の軽妙な掛け合いに会場は終始笑いに包まれました。その他にも落語や漫才、新潟県警各署から特殊詐欺の被害状況についての説明もあり、笑いながらも学びのある一日となりました。

当日は各地区のフードバンクによるフードドライブも開催し、ご参加いただいた方から多くの食材をご提供いただきました。誌面を通じて改めて御礼申し上げます。



まちあるき

十日町市

「雪国」「着物のまち」「芸術のまち」として有名な十日町市。2024年10月18日(金)、その市街地に著名な建築家たちが建てた建造物を総勢14名で巡り歩き、巨匠たちの技の妙を堪能してきました。



新発田市

春に開催した新発田まちあるきが定員の2倍ご応募があったことから、ご好評にお応えした第2弾!2024年11月8日(金)、江戸時代に十万石の城下町として栄えた新発田市内を古地図片手に往時のまちの姿を思い描きながら、総勢23名でまちあるきしてきました。



vol.2

合言葉は、
 「さあにぎやか(に)いただく」

フレイル(要介護予備軍)予防のポイントは①栄養、②身体活動、③社会参加の3つです。やりたいこと、好きなことを続けていくためにも、この3つのポイントを毎日の生活に取り入れてみましょう。今回は「栄養」についてお伝えしていきます。

加齢によって食が細くなり栄養が不足すると、筋力が衰えたり、病気への抵抗力が低下したりします。ダイエットもしていないのに体重が半年間で2～3kg減少したら要注意のサインです。

多様な食品(特にたんぱく質)を毎日食べて栄養不足にならないことが、フレイル予防につながります。合言葉は「さあにぎやか

(に)いただく」※です。

これは、不足しがちなたんぱく質がとれて、栄養バランスの良い食事に必要な10の食品群の頭文字を並べたものです。このうち毎日7つ以上を目標に食べることを心がけましょう。

※「さあにぎやか(に)いただく」は、東京都健康長寿医療センター研究所が開発した食品摂取多様性スコアを構成する10の食品群の頭文字をとったもので、ロコモチャレンジ!推進協議会が考案した合言葉です。

保健師・産業カウンセラー
 木澤 あゆみ



およそ20年間新潟県内の健診機関に勤務。様々な職場に訪問し、主に保健指導や健康講話の業務に携わる。2018年より企業内の健康管理室に勤務。10代の新入社員から60代のベテラン社員まで、元気に働く人の健康支援業務に従事している。

フレイル予防の10の食品群

- さかな** 干物や缶詰、かに、いか、えびも
- あぶら** 炒め物、ドレッシングなど
- にく** ハム、ウィンナーなども
- ぎゅうにゅう** チーズ、ヨーグルトなどの乳製品も
- やさい** 緑黄色野菜を多く温野菜、汁物 なども
- かいそう** 海苔、ひじきなど乾物を活用、きのこ類を含む
- いも** おやつがわりにも
- たまご** 炒り卵や卵とじなど少量ずつでもOK
- だいず** 豆乳、納豆、おから、きな粉なども
- くだもの** 朝食やデザートドライフルーツもOK

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

QUOカード

1,000円分
合計100名様にプレゼント！

※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。

間違い探しクイズ

色の違いによる
間違いはありません。

当選本数

50本

前号の正解は…

26個
でした。

●左右の絵に違いは何個あるでしょうか？下記の番号でお選びください。

1 5個 2 6個 3 7個 4 8個 答え

ナンバープレイ

当選本数

50本

	8		9				1	
			5			2	3	9
	A		7	6			B	4
					3			6
	7	3					4	8
1				C	2			
	3					1	8	
	4	8	3				5	D
	6					8		3

●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。

●□に入った数字の合計値をご解答ください。

答え

A + B + C + D = 合計

前号の正解は…

17 でした。

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

応募方法

【ハガキでの応募】
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
2025年
5月9日(金) 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。

ろうきん information

公的年金を〈ろうきん〉で
お受け取りの皆さまにうれしいサービス

ふれ愛定期預金

安心・安全な貯蓄としておすすめ！

定期預金は〈ろうきん〉へ！

保険の満期金を受け取った！
他金融機関の定期預金が満期になった！
など

●金利／お預入れ額に応じ「スーパー定期」または「大口定期」各1年もの店頭表示金利+0.15%
●預入限度額／お一人様2,000万円以内
●預入期間／1年
※2013年1月1日～2037年12月31日までににお受け取りになるお利息については、復興特別所得税が付加されることにより、20.315% (国税15.315%、地方税5%) の税率で課税されます。

●対象者 〈ろうきん〉で公的年金をお受け取りの方
※公的年金受給口座ご予約の方も対象となります。(6ヶ月以内の公的年金受給資格者)

店頭表示金利に 年0.15% 上乗せ
(定期預金 預入期間1年)
※上記上乗せ金利は預入日当日の店頭表示金利に上乗せするものとします。

※金利情勢等により上乗せ金利を見直しする場合がございます。※やむをえず中途解約する場合は、〈ろうきん〉所定の中途解約利率を適用させていただきます。※満期日以降、〈ろうきん〉が本商品を継続して取扱い、かつ、お預入れ資格を確認できた場合、上乗せ金利を適用のうえ、自動継続となります。※店頭に説明書をご用意しております。

ふれ愛定期預金について詳しくは
こちらから

ご相談・お問い合わせは
お近くの〈ろうきん〉まで
店舗一覧

「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、あらためて法律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)

お近くの事務所までご連絡ください。
【受付時間 9:00～17:00(月曜日～金曜日)】

新潟事務所 025-280-1111
長岡事務所 0258-30-3500
上越事務所 025-527-3331
燕三条事務所 0256-35-3530
新発田事務所 0254-21-4300

受付時間外の場合
専用フォームより仮受付いただけます

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と配偶者
および被扶養者がサービスをご利用いただけます。

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)
●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ください。

通話料無料 0120-251-052
ホームページからでも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。

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

お申込み・お問い合わせ先: セコム上信越(株)新潟統轄支社
TEL.025-281-5100(担当:八木原)

「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時も緊急通報ボタン「マイドクター」を「握るだけ」でセコムに救急信号をおくることができます。通報を受けるとセコムがご自宅に駆けつけます。

起き上がれなくても、自動で通報される！
安否まもりサービス～ご自宅での異常を自動で検知～
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 火の消し忘れ・不審者・健康の不安をにも… 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4,730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。