

ANCだより

A・ナイスクラブ

第226号 2020.6.1 編集責任者 沖 武宏

ANC会員数

127名

男性 69名

女性 58名

令和2年6月1日



新型コロナウイルスに負けない!!情報 ②

新型コロナウイルス感染症の影響に対する経済対策として政府が実施する**特別定額給付金**

『10万円一律給付』の申請書記入について説明します。

給付までの流れ⇒広島市から5月29日から申請書が発送されます。⇒郵送かオンラインで8月28日までに申請します。⇒給付は6月12日からです。申請書未提出の場合給付はありません。

郵送する場合申請書の記入方法

右記に見本があります。参考にして下さい。

『赤枠のみの記入です』

- ① 申請する日を記入
- ② 世帯主の署名、押印
- ③ 電話番号を記入
- ④ 給付金の受取口座を記入
- ⑤ ゆうちょ銀行の場合は通帳を開いた最初のページの下部に記載された振込用の店番・預金種目・口座番号を記入して下さい。

※申請者本人確認書類の写しを同封

※振込先口座確認書類の写しを同封

オンライン申請する場合

- (1) マイナポータルAPを開いて「ぴったりサービス」へアクセス
- (2) 「お住いの市区町村選択」「特別定額給付金」を選択
- (2) 必要事項入力振込先口座の確認書類をアップロードする。これで申請完了です。入力ミスが非常に多く発生し事務処理が煩雑になり、給付が遅れているとの報道があります。十分注意してください。

問い合わせ先

市特別定額給付金コールセンター

TEL 0120-082-417 土・日曜日、祝・

休日を除く8時半～17時15分まで

5 月度定例役員会の報告

新型コロナウイルスの影響で当初5月4日の予定が18日に延期になりましたが、ステージ集会所が使用出来なくて、結局5月度定例役員会は中止となりました。

防災情報 ②

地震対策「室内を安全な空間に」 防災士 守井 恒隆

近年、世界各地で大雨、台風、津波、噴火、地震などの自然災害が発生して、人命や社会生活に被害が発生していますが、A.C I T Yは街の特性上大雨、津波、台風での被害は考え難い状況です。しかし敷地内に「五日市断層」「己斐-広島西縁断層」の断層帯があり震度6強の地震が起こる可能性が十分あります。

阪神・淡路大震災では建物の中で死傷した人の半数以上が、家具の転倒・落下が原因だったという調査結果があります。そこで次の事を参考に家具などの配置など見直しましょう。

○壁掛け時計等は落下しないよう固定しましょう。

○本棚は重い本は下に置きL型金具、ストッパーを設置しましょう。

○寝室には家具を置かない。就寝中に地震が発生したら倒れてくる家具から逃れられません。

○避難経路を確保する。部屋の出入口や玄関に倒れやすい家具を置くと逃げ道がなくなります。

災害用伝言ダイヤル⇒災害の発生により被災地への通話が増え、電話がつながりにくくなった場合にNTT東日本、NTT西日本から提供されるサービスです。「171」をダイヤルし利用ガイドンに従って伝言の録音・再生を行ってください。

同様のサービスを携帯3社も取り入れています但し各社システムが違います。是非確認ください。



私のふるさと

第5回目「栗栖さんご夫婦」 取材 杉原 雄一郎

最近、修学旅行で中学生が東京ディズニーランド、北海道へ行き、高校生は海外に行くのも珍しくありますが、私達が中学生の頃は豊平から広島に行くのも年に数回の楽しみでした。それが修学旅行で大阪、京都に行くのです。本当に楽しみにしていました。

当日はお昼過ぎにバスで学校を出発し、広島駅から寝台急行「安芸」に乗りました。「安芸」は蒸気機関車が牽引し呉線経由で翌日の朝早く大阪駅に着きました。



それからバスに乗り換えて建設中の通天閣、大阪城などを見学しその日は大阪に泊まり次の日は金閣寺、清水寺など回りましたがほとんど覚えていません。覚えているのは大阪での自由行動の時、肉屋で生まれて初めて買って食べた「ソーセージ(フランクフルトだったと思います)」本当に美味しかった。またソーセージを食べている私を羨望の目つきで見ている友達。その視線を感じた時の優越感。今でも強烈に覚えています。帰日も京都から「安芸」に乗りました。昨夜は友達と話しが盛り上がり騒いでほとんど寝ていません。気がついたら広島駅でした。

6月の行事予定

1日 定例役員会 交通安全指導

5日 15日 広域公園花壇花植え替え

4日 11日 18日 25日 百歳体操

21日 道路清掃

元気じゃ健診（特定健診）

広島市では40歳から74歳で「広島市国民健康保険」に加入している方を対象に、約9500円かかる健診を「無料」で行っています。この健診は、糖尿病や脂質異常症（心筋梗塞や脳梗塞などの発病原因です）などの生活習慣病早期発見に役立ちます。



○対象者⇒40歳から74歳で広島市国民健康保険に加入されている方。

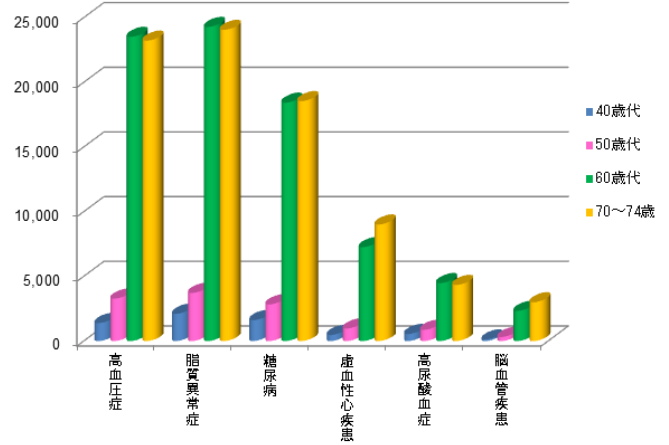
○検診期限⇒令和3年3月31日まで。

○検診場所⇒掛りつけ医、最寄りの医院、あらかじめ連絡し受診して下さい。

○持参物⇒広島市健康推進課より4月に送付済みの「元気じゃ検診の受診券」と「保険者証」。

○健診に関してのお問い合わせ⇒安佐南区保健センター（地域支えあい課）☎831-4942
年に一度の健診が、一生を左右するかもしれません。積極的に受診し健康な老後を過ごしましょう

国民健康保険加入者の主な生活習慣病の年齢別治療件数



大塚小学校校外授業手伝い

毎年地元の皆さんを中心にANCも手伝って大塚小学校の5年生は、校外授業で「米作り」を体験しています。しかし今年は新型コロナウイルス対策のため休校になり5月中に行う「代掻き」「田植え」の体験出来ませんでした。学校より新型コロナウイルスが完全に終息すれば、10月14日に予定している「稲狩り」だけでも子供達に体験させそのお米を給食でいただき、米作りの大変さ、重要さを教えたいとの申し出がありましたので、全員マスクを着用し12日「代掻き」は地元の皆さんを中心にANCが行ない、20日「田植え」は多くの先生も参加し行いました。



私とあじさい

第1回目

取材 杉原 雄一郎

毎年6月上旬から6月下旬にかけて、ステージ住区裏を通り石の公園に行く遊歩道沿いに5百数十株の「あじさい」がきれいに咲きそろいます。その「あじさい」を植え手入れをされているのがステージ住区の「山下豊成」さんです。山下さんに「あじさい」への思い入れを話していただきました。1940年4月に岡山県笠岡市で生まれ、2000年に定年退職するまで東は関東から西は九州まで西日本一円で営業の仕事をしていました。趣味の1つが名所旧跡巡り特に寺社仏閣とお城が好きでした。多くの場所を訪ねるうち、いつのまにか寺社仏閣や城よりお庭や参道に咲いている花木、特におしゃれでかわいらしく結構長く楽しめる「あじさい」に興味をわきました。それからは「あじさい」が有名な場所、「鎌倉市明月院、松戸市本土寺、精進料理で有名な安来清水寺、ANCのバス旅行で行った防府阿弥陀寺、広島空港開港記念で造られた三景園、世羅町花農園、四国八十八ヶ寺の第六十六番札所雲辺寺」などに行きました。5百数十株の中には雲辺寺を参詣した時花芽が付いている剪定された枝を頂いて来、挿し木で育てた「あじさい」もあります。退職し終の棲家を決める必要があり、故郷笠岡に近く、奥さんが広島出身なので広島に決めました。広島市内や近郊を妻とあちこち見ましたが、パレット住区の社宅に2年住んでいましたので、裏山もあり自然の息吹が感じられて、顔見知りの人がおられ、A.C.I.T.Y自体が持つ街としての魅力が最後の決め手になり、それでステージ住区の部屋を終の棲家としました。



サークル活動

シネマサロン



お待たせしました。長い間中止にしておりましたが、6月16日（火）から再開します。スクリーンも大きくなり、迫力ある大画面でお楽しみいただけます。午前の作品は、王室の生活にうんざりした若い王女がローマの町に飛び出すヘップバーンの『ローマの休日』。午後の作品は、昭和39年の東京オリンピックが開催される高度成長期の東京で、心温まる悲喜こもごもの物語『ALWAYS 三丁目の夕日'64』。今年の話題に関連させた2作品です。

楽国会



長い自粛生活が続きましたがようやく解除となりました。一日も早い練習再開を待ち望んでおりましたが、しかし楽国会の活動を考えたとき「密集、密接、密閉」が切り離せず、マスクをして歌を歌うことも難しい。先生と相談の上6月はちょっと様子を見てお休みとしましょうということになりました。早くみんなで大きな声で歌いた〜い

ゴルフ同好会



5月22日（金）鷹の巣ゴルフクラブで、新型コロナ感染拡大による緊急事態宣言で自粛要請のため中断していました、研修会を約2か月ぶりに実施しました。9名の参加で少し寂しい会でしたが、絶好のゴルフ日和でロッカー、食堂、風呂なしで軽食（昼食）付きのスループレーで、ほとんどの人が初めての経験でしたが、楽しいゴルフが出来ました。優勝は小田さん、2位沖さん、3位牛丸さんでした。6月は12日に千代田ゴルフクラブでコンペを予定しています。

清掃活動

5月17日、17名で行いました。雨上がりの晴天で、とても暑かったです。今月もお茶会は無しで解散しました。

百歳体操再開のお知らせ

3月から新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、緊急事態宣言を発令されたのを受け「百歳体操&ふれあいサロン」を中止しておりました。しかし5月14日に国からその対象地域から広島県は解除されました。それを受け6月4日午後2時サウンドルームで「百歳体操」を再開します。しかし、「三密」を出来るだけ順守するため、皆さんにマスクの着用をお願いし、会場のドアを開け換気を行い、椅子は間隔を開けて配置します。またかみかみ体操、しゃきしゃき体操、ふれあいサロンは行わず百歳体操だけ行います。コロナの影響で運動の機会が減少し、骨や筋肉などが衰え、立ったり歩いたりする機能が衰えるのを予防するためにも是非参加ください。参加費は無料です。

頭の体操

クイズ難問出来ますか。（回答は今月号のどこかにあります）

- 1、ドラえものの好物はどらやき、妹のドラミちゃんの好物は？
- 2、野球で1試合に1人でヒット、2塁打、3塁打、ホームランを打つと何と言いますか？
- 3、「おどるポンポコリン」を作詞し「ちびまるこちゃん」を残した作家は？
- 4、英訳すると「ペラペラ円盤」パソコンでデータを保存するものは？
- 5、日本で一番長い川は信濃川です。では2番目3番目は何川？
- 6、三国志で劉備に仕えた五虎将軍は関羽、超雲、馬超、黄忠とあと1人はだれ？
- 7、四国には4つ県があります。高知県、愛媛県、香川県あと1つは何県？