

ANCだより

A・ナイスクラブ

第230号 2020.10.1 編集責任者 沖 武宏

ANC会員数

131名

男性 70名

女性 61名

令和2年10月1日



広域公園花壇整備と植替え

9月7日猛暑を避ける為、午後3時から19名の皆さんが参加し6月に植えた花を抜き、元肥を入れ、耕作作業を行いました。当日は台風10号の吹き戻しの風で眼に砂埃が入るほどで、作業終了近くには雨も降りましたが皆さんの協力で花植え準備は出来ました。



14日の花植えも猛暑を避けて午後3時から行い、24名の参加がありました。植えた場所は広域公園全体平面図①②③④で示しています。①正面入口広場しだれ桜下に葉の綺麗なナデシコ、②銀杏通りのプランターにさまざまな色のアスター、③第1球技場横の花壇に金魚のようなキンギョソウ、④通路プランターはアスターを皆さん手際良く植えました。これから初冬に掛けて綺麗に咲きます。ウォーキングや散歩の途中立ち寄って楽しんで下さい。

広域公園花壇整備は平成19年6月から行っており、令和2年度は6月、9月と行い、今後12月、3月が予定されています。花の植え替えは年に4回ですが、花壇の灌水、除草などの作業をAG会・ゴルフ同好会・ANC役員の方を中心に週2回から3回行っています。ANCは総予算約120万円で教養講座・社会見学・バス旅行・サークル活動・花見・芋煮会・ANCだより発行など多くの行事を開催しており、その内約40万円は広域公園花壇整備費として頂いています。（今期は新型コロナウイルスの関係で中止した行事もあります）次回の広域公園花壇整備は12月が予定されています。作業日時は案内状を皆さんにお届けします。体力を必要とする作業ではありませんし、2時間程度で終わります。一人でも多くの皆さん参加下さい。

（いきいきポイントが2ポイント付与されます）



①正面入口広場しだれ桜下



②銀杏通りプランター



③第1球技場横花壇



④通路プランター



10月の行事予定

1日 交通安全指導
23日 バス旅行

5日 定例役員会
1日 8日 15日 22日 29日 百歳体操

18日 道路清掃

9 月 度 定 例 役 員 会 の 報 告

新型コロナウイルス感染対応状況を考慮して以下の内容について協議しました。

議題①《バス旅行》 10月23日（金）GOTOトラベルキャンペーンを使い、感染対策が確認された「呉湾艦船クルーズと蒲刈の海の恵みを満喫」に決定

議題②《新年交歓会》 内容について協議、実施の可否は12月役員会にて決定

議題③《教養講座》 12月実施予定の「みんなで歌いましょう」を中止し、10月役員会にて講座内容を決定する

百歳体操&ふれあいサロン

9月3日は新型コロナの感染、酷暑などのため中止し、10日、17日、24日と3回いきいき百歳体操を行い延べ64名の皆さんが参加されました。

10月はいきいき百歳体操のみ行う予定ですが新型コロナの感染状況



で判断し、ふれあいサロンも開催の場合は連絡します。以前と同様、会場：サウンドルーム、開催日時：毎週木曜日14時、参加費：いきいき百歳体操のみ開催は無料 ふれあいサロン開催は100円です。

皆さんはマスクの着用、入場時手指消毒、検温（37度以上の皆さんは参加を遠慮して頂きます）にはご協力下さい。



インフルエンザ予防接種の助成制度

新型コロナウイルス感染症の流行が懸念される中、この冬に向けてインフルエンザ予防接種の希望者が多くなるのが予想されます。ワクチンは過去最高3,200万本確保してあり不足する事はありません。しかし医療機関の「密」を回避するため10月1日から65歳以上の皆さんは接種出来ます。そして65歳未満の皆さんは10月26日からの接種となります。

肺炎球菌肺炎とインフルエンザと新型コロナウイルス感染症は、感染初期に症状から鑑別診断することが困難です。そのため、肺炎やインフルエンザが必ず増える冬までに、これらを予防するワクチンを接種して、少しでも新型コロナウイルス感染症以外の発熱要因を減らしておくことが重要です。

健康状態によっては副作用が生じる場合もありますので、かかりつけ医と相談しつつ接種し健康に冬をお過ごし下さい。

○自己負担金⇒1,600円（インフルエンザ予防注射は通常3,500円以上です）

○対象者⇒接種時に65歳以上の方

○実施期間⇒令和2年10月1日から令和3年1月31日まで

○接種時持参物⇒住所、氏名、年齢の確認できる書類（保険証、免許書等）＋自己負担金

○問い合わせ先⇒安佐南区保険センター 831-4942



picta.jp - 18295801

新入会員紹介

タワーズ ウェスト 1501

佐東 孝亮さん

佐東 仁美さん

栗栖幸江さんは、安佐北区後山（安佐動物園の近く）で昭和14年12月に3人兄弟の長女として誕生し80歳になりましたが、お元気で話をお聞きした猛暑の日、午前中はグラウンドゴルフを楽しまれたそうです。

お父さんは昭和18年、栗栖さんが4歳の時、制空権をすでにアメリカに奪われていたニューギニア島沖で、乗っていた船ごと海の藻屑となってしまうました。

お父さんの思い出はほとんど無いそうですが、肩車で散歩しながら見た夕焼けだけはなぜか覚えていて、今でも夕焼けを見るとたまにお父さんを思い出そうです。終戦後、お母さんは生活を支えるため私達兄弟を祖父母に預けて市内の理髪店に住み込みで働きに行きました。育ての親で私の人生に大きな影響を与えた祖父母は、本当に明るく誰に対しても分け隔て無く接し人のために尽くせる人で、家には山家（野宿者）が度々食事に来てそのまま泊まっていました。口癖が「我が家も貧乏だけどまだ恵まれている。原爆にあつたらんので皆元気だし家もある、祖先が残して下さった田畑があるから飢えることもない」でした。

飢える事はありませんでしたが、平素の食事は多麦飯にさつまいもやとうもろこし・菜っ葉など畑で採れた野菜で、魚や肉はお正月かお祭りしか口に出来ませんでした。学校から帰ると「猫よりまし」と言われ田畑に出て祖父母の手伝いをしました。その当時自分達で栽培し食べた野菜の美味しさが忘れられず、今でも戸山で家庭菜園を楽しんでいます。



リタイヤ生活の豆知識

高齢者一人一人が住み慣れた地域で安心して健康に暮らせるよう、介護保険以外に広島市が提供している各種サービスの概略を説明します。詳しくは、「高齢福祉課Tel 504-2136」又は「安佐南区福祉課Tel 831-4941」にお問い合わせ下さい。

◆ 配食サービス

《内容》昼食または夕食を配達し、安否の確認もします。

《対象者》調理が困難なおおむね65歳以上の人だけで生活している世帯です。

《負担額》1食514円の負担で週5回の以上の利用が条件です。ただし介護保険の通所介護、訪問介護を利用している場合は週3回以上で利用出来ます。

◆ 介護用品の支給

《内容》1ヶ月6,250円を限度に紙おむつ、尿とりパット。介護用シーツ、おしり拭き、使い捨て手袋の現物支給が受けられます。

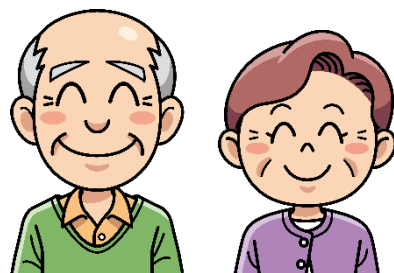
《対象者》①施設に入っていないで在宅で生活している。②要介護4以上の認定を受けている。

◆ あんしん電話の設置

《内容》定期的に連絡を取り、健康や困りごとなどの相談に応じ適切な助言をします。急病など緊急時に通信機器のボタンを押すと電話相談センターが受信し協力員（原則2名の登録が必要）に連絡します。そして協力員が必要と判断すれば消防署が利用者宅に駆けつけます。

《対象者》おおむね65歳以上で病弱なひとり暮らしの方。

《利用料金》使用機種が固定電話型（既存の電話回線に併設）携帯電話型（専用携帯電話を貸与）契約者の収入によって月額2200円から無料まで範囲があります。



サークル活動

シネマサロン



9月のシネマサロンは、リクエストにお応えした2作品とともに15人の参加者で鑑賞しました。いづれ男性志向の作品でしたので、10月は2回の予定で、一週目は女性向きの作品を計画しています。6日(火)はデミ・ムーア主演のラブストーリー「ゴースト／ニューヨークの幻」と、本屋大賞三浦しをんの同名ベストセラーの映画化、辞書編纂の「舟を編む」。20日(火)は実話の二作。筋ジストロフィー患者のボランティア「こんな夜更けにバナナかよ 愛しき実話」と、ハドソン川に不時着し奇跡の生還劇「ハドソン川の奇跡」。この作品はオススメです。

楽唱会



12月の教養講座で昨年と同じような「みんなで歌いましょう」のステージで数曲歌わせてもらう予定で練習を続けていましたが、このコロナの状況を考えると今年は難しいだろうと考えて辞退しました。それではゆっくり練習をしていきたいと思います。9月は花、少年時代、ロシア民謡のカチューシャ、山のロザリア、ともしびなど懐かしい昔を思い出しながら歌いました。先生が妹さん手作りの大型の変形マスクを人数分持ってきてくださり、布が口にさわらず歌いやすいとみんなに好評です。

ゴルフ同好会



9月9日(水) 天気の心配もなく絶好のゴルフ日和に11名の強者(?)が東広島カントリークラブでゴルフの腕前を競いました。12月の下期コンペ優勝と年間MVPを目指して、この時期はポイントを稼ぎながらハンデもそんなに下げないようにするのがベストですが、今回も先月に続いて見事に両立させる成績で、優勝はイーブンパーで山田さん、準優勝は北村さん、3位は牛丸さんでした。

10月は2日(金) 安佐ゴルフクラブ、26日(月) 戸山カントリークラブと2回実施します。ゴルフ好きな人ゴルフ同好会に参加しませんか、お待ちしております。

連絡は牛丸まで ☎090-7127-2475

なでしこ



酷暑の中マスクを着けて過ごす夏もようやく終わり、秋の気配を感じるようになりました。当会の活動は3月以降、コロナ禍による三蜜回避を行う必要があるということから、会の開催を休むことが多くなりました。会員の方から、巣籠り状態が続き、手芸の情報交換ができなくなり寂しいねという話もあり、改めて、9月に会の運営活動について話し合いましたが、コロナ感染の収束が見られない状況にあって、感染したりさせない方がよいとの意見もあり、残念ながら、12月迄休会することになりました。

バス旅行のお知らせ

10月23日(金) GoToトラベルキャンペーンを活用し、出来る限りの新型コロナウイルス対策を施し、中身の充実した年に一度のバス旅行を行います。

内容は、最初に自衛隊艦船を間近に眺めながらの呉湾艦船クルーズを体験し、昼食は豪華お魚三昧の漁師料理を「かつら亭本店」で頂き、その後江戸時代の朝鮮通信使の豊富な資料と素晴らしい海に見える下蒲刈島で有名な松濤園の見学をして頂きます。スケジュールや参加費など詳しい内容は10月初旬案内状をお渡します。ご期待のうえしばらくお待ちください。