

どすこいかわら版

発行 墨田区

編集 NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部

「東京スカイツリー®の今」

2012年5月にオープンして、早いもので8年が経ちました。今年は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため一時、閉鎖されましたが、感染防止対策に取り組み、再開されていますので、出かけてみました。朝9時に4階のチケット売り場へ行くと、既に20人ぐらいの人が並んでいましたが、皆さん、ソーシャル

ディスタンスを保ち、マスクの着用と、スプレーでの手の消毒は徹底していました。体温チェックはサーモカメラで、テレビ画面に人影の色で判別されました。無事通過して、透明なパネルで隔離されたチケット売場の窓口で、チケットを購入して搭乗エレベーターに向かうと、そこで係員による持物検査がありました。



最初の天望デッキ（350m）行のエレベーターに乗込むと、天井はシースルーで、上昇中、ツリーの枠組みが見えました。天望デッキでは、大きな窓枠を通して、真下の街並みから遠方の景色が一瞬に目に入りました。早速、墨田区役所の建物を探すと、直ぐ下に見えました。遠方を見ると六本木、渋谷、新宿方面のビル群、上野公園、池袋のビル群、再度下を見ると浅草寺、桜橋、白鬚、曳舟のビル群、錦糸町、大横川親水公園、



ラカラポイント（451.2m）に到着しました。フォトサービスがあり、記者は記念



次に、別のエレベーターでさらに上の天望回廊（450m）へ向かいました。この天望回廊のフロアは緩やかなスロープになっているので、ゆっくり歩きながら再度、景色を楽しみながら進むと、ソ



写真を撮ってもらいました。写真を撮るときだけマスクを

TOKYO SKYTREE®



TEMBO GALLERIA

外して、御覧のように、雲に座って空中散歩をしているように見えます。ここでもコロナウイルス感染防止のため、記者が座った場所、触れた所は、その都度、消毒をしていました。

（記者）天望デッキから見える景色と共に、東京で生まれ育った78年間の想いが、蘇ってきて今までに無く感動しました。係の方々も、来場者も全員、コロナウイルス感染予防に例外なく協力して、安心して楽しめました。

西国国技館、東京タワー等、文字通り、360度のパノラマが広がっていました。一方、小さなお子様たちは、ガラス床で真下の景色を楽しんでいました。



お母さんはケーキ屋「忘れ得ぬ旅」その18 山谷 いく

1994年8月、私たち親子4人はパリへ1週間の旅行をした。押上にケーキ屋を開店してからというもの多額の借入と家賃38万円に追いかけられ休養はなかった。夏になるとケーキ屋は暇になり、ひどい腰痛も消えて店の経営は安定し、夫が細々と続けていた通信販売の仕事も伸び始めていた。そんなある日、お客様からパリ土産を頂戴した。私も若かりし頃パリを旅行したことを話していたら、夫が「また行って来いよ」そのお客様との社交辞令で言うので「一緒にシャンゼリゼ通りを歩いてみない」とやり返す。お客様も大笑いで帰られた。ケーキ屋を開店してからというものの、2人の娘たちには夕食を手作りする以外は何もしてやれなかった。「お父さん、家族全員

の慰安旅行をしようよ」

夫は、毎年家族で海外旅行をしている友人に電話をしていた。「チケットとホテルの予約をしてくれるってさ」成田空港で友人家族と待ち合わせた。相手の家族も中学1年と小学4年の男の子で4人家族である。ホテル、ノバテルは昨年火災被害に遭ったノートルダム寺院にも近い便利な場所にあった。友人家族は翌朝イタリアに出かけた。私たちは地下鉄を利用して、モンパルナス市場、カルチエタン、スーパ（イノ）、ケーキ屋を巡り、凱旋門、エッフェ

つかんでお辞儀させ、4人は逃げるようにルーブル美術館を後にした。その後、次女はずっと黙りこくって

話で盛り上がった。明日は日本へ帰る日、パリでの食事は感激するものはなかった。ホテルの朝食に出た洋梨だけは美味しくて毎日でも飽きずに食べられた。子どもたちにとつては洋梨はパリの味となった。

8月26日、無事に向島のアパートに到着。「今更ながら、狭い我が家だね・・・お父さん」と話しかけると「ああ、広い家に住みたいな」との夫の感想。そして、今でもパリや美術館の話題がでると、口数が少なくなる次女なのである。

<9月の混ぜ寿司>

手軽にクッキング 119

「じゃこと漬物で混ぜ寿司」

<材料> 2人分 (1人分356kcal)

ご飯	400g
酢	大さじ1強
砂糖	小さじ2
ちりめんじゃこ	大さじ2杯
漬物残り	適量
(ぬか漬け・甘酢生姜・たくあんなど)	
しょう油	少々
白ごま	小さじ1
しそ	2~3枚



<作り方>

1. 漬物は、細かく刻み少量のしょう油をふりかける
2. 小鉢に、酢と砂糖を入れて混ぜる
3. 2にちりめんじゃこを加えて混ぜる
4. 熱いご飯に3を加えて、じゃこ入り酢飯を作る
5. 4に、1の漬物を加える
6. 5に、白ごまを振りかけてさっくり混ぜる
7. しそは刻んでおく
8. 器に盛り、7のしそを散らす

◆暑い夏が過ぎて少々疲れがでる頃です。簡単な混ぜ寿司を作り、トマトやブロッコリーなどの野菜を添えてみてはいかがでしょうか！じゃこや漬物の塩気を使って、酢飯に塩は入れていません。お試しください。

(協力：食育支援部)

「お盆の行事」

吉野 雅子

新型コロナウイルスに感染しないように外出は控えていましたが、お盆の準備で、弟が住んでいる千葉県流山市にある実家に出かけることにしました。東京のお盆の習慣に従うので、7月13日から16日迄行われます。東京から訪問する私に、地元の人は受け入れてくれるのか少し心配でしたが、特に問題はありませんでした。両親が亡くなってからは、お盆の準備は、長女の私は主に料理の担当で、埼玉県三郷市に住んでいる妹は、仏壇の支度をすることにしています。私と妹は7月13日早朝に出かけて早速仏壇の前にテーブルを出して、その上に「まこも」と呼ばれるゴザを敷いて神聖な場所として、盆棚（ぼんだな）を作ります。その飾りつけに必要なものは、近所の商店で一通り揃えることができました。その盆棚の上には、仏様が早く来られるように足の速いキュウリで作った馬と、お帰りになる時

には、沢山のお土産を持ち帰りできるように、ナスで力強い牛の形を作って飾ります。その他、トマト、メロン、りんご、オレンジ、バナナ等をお供えます。玄関前で使う、迎え火、送り火に必要な焙烙（ほうろく）と呼ばれる素焼きのお皿と、その上で燃やす、おがら（皮を剥いだ麻の幹）を準備して、仏壇の上には「丹波ほおずき」を飾りつけます。



私は夕方迄には、きんぴらごぼろとか、エビフライ、家族みんな好きだった餃子等、沢山のお料理を作ります。準備が整ったところで、仏様が迷わず家に来ていただけるように、玄関前に置いた焙烙

で「おがら」を焚いてお迎えします。私たちは、その「おがら」の上を3回跨ぎます。これは病気になるようにとの、おまじないで、今年は新型コロナウイルスの感染が拡大しないようにお願いしました。そのあと、そこからローソクを点けて仏壇まで仏様をお迎えします。仏壇の上に飾った「ほおずき」は、提灯の形をしているので、明るく照らしてご先祖様が道に迷わないように目印となっています。この日は家族皆で夕飯を食べて、私と妹は帰宅しました。

7月16日も、早朝から出かけて、私はお料理の担当です。この日も沢山のお料理を作りました。夕方になると送り火を焚いて、お氣をつけてお帰りくださいと、仏様をお送りして、お盆の行事は終わりました。

私が子供の頃は、お盆の日は、早くお風呂に入って、綺麗な花柄や金魚の絵が描かれた浴衣に綺麗な色の三尺帯（さんじゃくおび）を背中に結んでもらい、手には小さな提灯を下げて、近所をワイワイガヤガヤと賑やか



に、塗下駄を履いて歩いた想い出があります。この頃の東京では、マンション住まいの方が増えて、昔のままのスタイルのお盆の行事を実施することが難しくなっています。ですので、とても寂しく感じます。

「シニア人材バンク 登録者募集中」

ボランティア活動をしたい方の登録と依頼に応じた派遣を行っています。

パソコン、麻雀、将棋、子育て支援、日本語支援、家事援助、生活支援、健康教室のお手伝い、各種講座、講演会の企画から会場の準備作業など、どなたでも気軽に参加できる、さまざまな活動を行っています。

皆様の知識、経験、特技、趣味等を地域で活かしてみませんか？

(4) 元気で100歳!! 墨田で生きよう!! 定年後の大きな生きがい発見!!

令和2年度 第3回 生きがい講座

相 続 ト ラ ブ ル 1 1 0 番 ～ 老 後 資 金 確 保 を 考 え る ～ (家 族 信 託 ・ リ ー ス バ ッ ク の 活 用)

【日時】 令和2年10月21日(水)午後1:30～午後3:30

【会場】 すみだリバーサイドホール1階会議室(区役所に併設)

【費用】 無料 【定員】 20名 (申込先着順)

【対象】 おおむね55歳以上の区内在住・在勤の方

※マスク着用にておこしください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、延期・中止する場合があります。

- ① 相続トラブル110番(正しい遺言書のすすめ)
- ② 相続バトル具体例(もし、遺言書があったなら)
- ③ 相続おなやみ相談室(実録、本当にあった相続トラブル)

☆こんな質問に、お答えいたします

質問1 入るお墓は決まってないのですが、何かいい方法がありますか。

質問2 自宅を売却して、老人ホームにはいっても、大丈夫でしょうか。

【講師】 飯田 訓大 氏
(司法書士法人リーガルフロンティア)



☆どなたでも、お気軽にお越しください☆

お電話にて、以下へ**お申し込み**ください。(平日 午前10時～午後4時)

NPO法人 て一ねん・どすこい倶楽部 事務局

☎ 03-5631-2577 FAX 03-5631-2578

■主催: 墨田区

■企画・運営: NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部(墨田区東向島1-17-8)



発行 墨田区福祉保健部高齢者福祉課
〒130-8640 東京都墨田区吾妻橋1-23-20
電話 03-5608-6168 FAX 03-5608-6404

編集 NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部
〒131-0032 東京都墨田区東向島1-17-8
電話 03-5631-2577 FAX 03-5631-2578
(受付時間: 平日午前10時～午後4時)
メール tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp
ホームページ <http://tehnendosukoiclub.jpn.org/>

高齢になると気温に対する感受性が弱くなると言われている。確かに聴力も視力も同様に弱ってくるのは仕方ないことかもしれない。家で作業していると、知らないうちに室温が30度になっていることがある。温度計は置いてあるが、ブザーが鳴るわけでもないのに、少し贅沢な気持ちになるが、当分の間、一日中エアコンを運転することにした。

編集後記