

# どすこいかわら版

発行 墨田区 編集 NPO法人てーねん・どすこい倶楽部

「新年明けましておめでと〜ございます」

NPO法人てーねん・どすこい倶楽部 理事長 太田雅子

皆様、新年明けましておめでと〜ございます。今年も皆様にとって良い一年でありますように心から願っ



ております。当倶楽部は主に会社を定年退職した方、子育てを終えた方々の集まりで、区の高齢者福祉課と協働で、シニア世代が気楽に地域社会に参加できるきっかけづくりを提供しています。例として、セカンドステージセミナーや生きがい講座の企画から運営、趣味や特技を登録している方々による、パソコン教室、麻雀教室、子育て支援、どすこいかわら版の発行、メールマガジンの配信、外国人のための日本語教育支援等様々な活動に参加する機会

「新年あけましておめでと〜ございます」

高齢者福祉課

昨年から一進一退を繰り返している新型コロナウイルス感染症は、現在、再び拡大の局面を迎えており、収束に向かう気配がありません。例年であれば、心躍り、晴れやかな気持ちで、新年を迎えていることと存じますが、先の見えない不

安やストレスを感じている方も多いのではないかと案じています。このコロナ禍で、高齢者の皆様のさまざまな活動が制限されるなか、墨田区では、てーねん・どすこい倶楽部さんと協力し、セカンドステージセミナーなど、

を設けています。さらに、立花ゆうゆう館の維持、管理、運営も区から委託を受けて行っています。

昨年は新型コロナウイルスの影響で、一部の活動は縮小、延期、中止となりましたが、参加者の皆様の感染予防対策に対するご協力もあり、無事に一年の活動を終えることができました。しかし新聞、テレビのニュースでは、新型コロナウイルスの感染者は増加傾向にあり、特にシニア世代の方は、重症になりやすいとの情報もあり心配です。海外では

高齢者の方々の交流機会や社会参加のきっかけづくりとなるような講演会や講座を、感染対策を行ったうえで再開しています。今後もし引き続き、新型コロナウイルスの感染状況を鑑みつつ、対策を行ったうえで、事業実施に努めてまいりたいと思いますのでよろしくお願ひいたします。

新型コロナウイルスのワクチンのテストが始まりましたので、日本でも間もなく実施されるかと考えます。今年是一年延期になった、東京五輪・パラリンピックがあり、国技館ではボクシングの試合が開催予定で明るい話題です。

当倶楽部においては、今まで同様に感染予防対策を徹底して、活動を継続していけるように努めます。今後とも、皆様と一緒に生きがいを持って楽しく暮らせる地域づくりを目指していきたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



感染症の影響で、生活に様々な支障が生じていることと存じますが、引き続き、各自マスクの着用や、咳のエチケット、手洗いの励行のほか、密閉、密集、密接の「3つの密」を避け、感染予防の徹底をお願いいたします。今後とも末永く皆様が健康であることを祈願し、挨拶とさせていただきます。

お母さんはケーキ屋「めでたく、廃業」その22 山谷 いく

96年12月、クリスマスケーキ作りも無事終えて店は正月休みに入った。夫は2年ほど前から友人の紹介もあり、通信販売の仕事を始めていた。ケーキ屋の仕事を手伝える前にも経験のある仕事ではあったが、当時は生活を支えるほどの収入には至らなかった。ケーキ屋の仕事は早朝から働いて1個売れて何十円の地味な稼業である。それに引き換え、通信販売なんて苦労して作り上げた人の商品を、テレビや雑誌などを媒体として販売し、作った人の利益をもらおう商売に思えて、夫にも冷ややかだった。だが、今やインターネット社会となり通販天国である。ともあれ、夫の通販ヒットで私は重労働から解放されたのだから・・・複雑ではある。

その日、夫は請求書を書いてくれた。私は休日ではあったが、特別注文のケーキを作っていた。突然夫が「どうすんだよ、書けないよ」と叫ぶ。ケーキを作る手を止めて夫に近づき「何が書けないのよ」座っている夫の後ろから覗くと「数字だよ、数字」夫の顔とココロの小さな請求書用紙を見比べながら、どうにも信じられない。そのうち涙までもが流れ出る。「最近、すぐ涙が出るんだよね、お年寄りだよ私は。大事にしなさいよ」こんな時にまで憎まれ口を利きな

がら、エプロンの裾を目に当てて厨房に戻る。その背中に向かって夫は「フサちゃんのおかげだよ」この日、夫は初めて3,000万を超える金額の請求書を書いた。市販の請求書用紙は7桁である。100万以上の欄がなく、単価を記入する欄に数字がはみ出る請求書を作った記念の日であった。この時、私の腹は決まった。ケーキ屋を廃業しよう。廃業は3月末日に

決め、1か月前から店先と店内に閉店の張り紙をした。  
3月はKeimamaの一番忙しい時期である。クリスマスは23,24,25日のせいぜい3日間だが、3月はひな祭りに始まって、合格祝い、卒業祝いとオーダーケーキは日に10個は注文が入る。  
1日で100個作るクリスマスより、10日で100個は楽な仕事となる。  
開店して8年、社会状況もかなり変化した。開店当初と比べれば、1日の売上げは12,3万に下がっていた。それでも、従業員は5人から2人に減り、家賃も下げてくれたし、借入返済もあとわずかとなり、経費は開店時の半分に減って利益率は開店時よりも良くなっていた。とうとう3月31日、ケーキ屋最後の日を迎えた。すべてのケーキが売り切れて閉店した。押上に初めて閉店した日に等しい売上金額である。そのことは、私がケーキ屋として歩んだ12年間は、徒労に終わったのではなく、多くのお客様に認められた証と受け止めている。

<1月の惣菜>

手軽にクッキング 123

「じゃが芋のお焼き」

<材料> 2人分 (1人分152kcal)

- じゃが芋 2個
- 粉チーズ 大さじ2
- 小麦粉 小さじ1
- 塩 少々
- サラダ油 大さじ1



- \*つけ汁
1. 酢じょう油
  2. マヨネーズじょう油
  3. わさびじょう油

<作り方>

1. じゃが芋は、皮をむく
2. すりおろして、軽く水気を切る
3. 2に小麦粉を振り入れる
4. 3に粉チーズと塩を混ぜる
5. 4を一口大に丸めておく
6. フライパンで両面を色よく焼く
7. 器に盛り、好みのつけ汁でいただく

◆チーズでカルシウムアップ! ほっくりとチーズの香りも楽しんでください。  
丑年にちなんで? モ〜毎日乳製品を利用しましょう。

(協力: 食育支援部)

# コロナ禍での七福神めぐり 吉田 修

区役所のロビーで隅田川七福神めぐりのちらしを手にししました。やはり元日から七日までの行事で、沢山の人が参拝に集まるのではないかと、時節柄、それが心配で、出かけるかどうか決めかねていました。友人に聞いても外出はしない、テレビで放映されたらテレビに手を合わせて家で参拝すると言っていました。確かにオンラインで参拝も可能かもしれませんが、それならば私は、年内に巡ってしまおうと、30日の午前中に出かけました。まずは、家から一番遠い多聞寺（毘沙門天）へは、曳舟駅から鐘ヶ淵駅まで電車を利用して、後は徒歩で巡りました。境内は綺麗に掃除されていて参拝客は、私だけでした。次に、白鬚神社（寿老神）へは距離があるので、ゆっくりテクテクと歩いて行きました。

最近のニュースによると、あの地域では幸先詣（さいさきもろで）という試みも始まっているらしく、歴史ある年中行事の

日程を前倒して、混雑を分散させるそうです。隅田川七福神めぐりも、いつかはそうなるのか



もしれません。多くの企業では、新型コロナウイルスの感染予防のため、社員が自宅でテレワークすることが珍しいことではなくなり、大学生もインターネットを利用して自宅で授業を受けています。IT技術を利用すれ

ば、自宅に居ながらパソコン上で寺社巡りをして、お賽銭をあげたり、おみくじを引いたりすることも可能だし、昔から代理参拝という習慣もあり、自分が出かけずに、誰かにお願いする方法もあるらしいのです。

こんなことを想いながら白鬚神社（寿老神）に着きました。私の前には2人の参拝客のみでした。ひとまず健康で長生きできるようお願いしました。この後は、どすこい倶楽部事務所の近くにある向島百花園（福祿寿尊）へ向かいましたが、残念！

1月11日まで休園中です。ここにも新型コロナウイルスの影響がありました。仕方がないので外から遙拝（ようづはい）で、これからも元気で長生きできるようにお願いしました。

ここからは、通いなれた道です。ので、気を取り直して、長命寺（弁財天）と弘福寺（布袋尊）に向かいました。ここでの参拝客は私のみでした。最後の三田神社（恵比寿神、大国神）に着き、お願いでなく、今、生きがいを持って生活ができていことに感謝しました。参拝客は私の他は2

人でした。

今回の七福神巡りは、密を避けて巡ることができました。今までと変わったことは、どこでも、手水（ちようず）の柄杓（ひしゃく）が無かったこと等、コロナ感染予防策は徹底されていました。困った時はいつでも神仏にお願いできる習慣は、これからも変わらず続いて欲しいです。今回特に嬉しかったことは、弘福寺で引いたおみくじで、大吉でした！ 皆さん良いお年を！

## 「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、さまざまな活動をしています。

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6回 生きがい講座

終活 カウンセラーに聞く、  
人生のしまい方講座



## エンディングノートやお墓のこと…終活の秘訣!

【日時】令和3年2月17日(水) 午後1:30~3:30

【会場】すみだ女性センターホール(押上2-12-7-111)

【費用】無料【定員】40名【対象】おおむね55歳以上の方

- \* ご家族を誘い合わせの上、参加することも可能です。
- \* マスク着用の上、おこしてください。
- \* 新型コロナウイルスの感染状況により、中止・延期する場合がありますのでご了承ください。

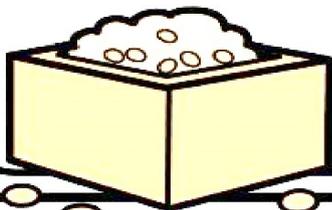


【講師プロフィール: 武藤 頼胡おとう よりこ】

- 一般社団法人終活カウンセラー協会 代表理事
- リンテアライン株式会社 代表取締役社長
- 「終活カウンセラー」の生みの親であり、テレビ、ラジオ、新聞や雑誌など様々なメディアの取材を受けるかたわら、終活フェアやセミナーの講師として全国を飛び回る人気の終活カウンセラー。
- 2018年8月に初の著書となる『元気なうちから始める! こじらせない「死に支度」』(主婦と生活社)を出版。

■ 申込み・問合せ: NPO 法人て一ねん・どすこい倶楽部  
〒131-0032 墨田区東向島1-17-8-2F  
電話: 03-5631-2577 / Fax: 03-5631-2578  
(受付時間: 平日午前10時~午後4時)

■ 企画・運営: NPO 法人て一ねん・どすこい倶楽部  
■ 主 催: 墨田区



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](mailto:tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp)  
ホームページ <http://tehnendosukoiclub.jpn.org/>

品ホムおるがすふ旨べ送しら  
はをを湯と力かるつをた付た電  
な返つにいサとと伝がしと話  
い送けつうカ、思えどてもうあ  
もしるけ。サ原いたこもら  
のたよて朝で困つがもら  
か。う、ひがい、悪いレ  
? 何伝ハ唇び判た納く翌タス  
かえン、割明こ得な日マ  
良てド晩れしとしい届バホ  
い、ク、したをな。き、ッが  
化スリ手て。確いそ、ク故姉  
粧マ1をい手認。の調で障

編集後記