

# らく しょう 楽 笑



No. 58  
秋  
2022.9

シニア世代の情報誌

## Contents

秋のおすすめイベント情報 … P1

いきいきグループ紹介 … P3

- ・ 傾聴すがお
- ・ 劇団辻シアター

いきいきセンターやいこいの家の  
イベント・活動をご紹介します! … P5

- ・ 田島いこいの家
- ・ くじいこいの家

あのひとに聞きたい! … P7

渡辺 ひろみさん

(NPO法人秋桜舎「コスモスの家」理事長)

健康アドバイス … P8

- ・ 欧州を旅するベジレシピ
- ・ スッキリ! 肩まわりストレッチ

川崎市からのお知らせ … P9

読者クイズ … P11







# おすすめイベント情報



暑さもようやく一段落して、お出かけするにも心地よい季節になってきました。  
芸術の秋にピッタリの美術鑑賞や、新しいことをはじめてみるのはいかがでしょうか？

## 川崎浮世絵ギャラリー企画展

### 「歌川広重 行書・隸書東海道」展

【前期】 8月27日(土)～10月2日(日)  
【後期】 10月8日(土)～11月13日(日)

江戸時代を代表する浮世絵師 歌川広重は、東海道の名所風景を描いたシリーズ作品「東海道五十三次」が有名です。沿道の名所、風景、宿場の名物、旅人たちとそこに住まう人々などを生き生きと描き出し、20種以上ものシリーズを残しました。

本展では、題字の書体から「行書東海道」「隸書東海道」と呼ばれる2つの東海道五十三次を、お江戸日本橋から京都までの55か所を前期・後期に分け、全揃を一挙公開。現存稀な版木(木版画の絵を彫った板)も特別展示します。



(上) 東海道五十三次 大磯(隸書) (下) 東海道五十三次之内 原(行書)



### 「楊洲周延」展

【前期】 11月19日(土)～12月22日(木)  
【後期】 2023年1月5日(木)～2月5日(日)



(上) 千代田の大奥 お流れ  
(下) 千代田の大奥 鏡餅曳

江戸末期から明治期にかけて活躍した浮世絵師 楊洲周延は、15歳で歌川国芳の門人となり、美人画や役者絵、歴史画などを多彩に手がけ一世を風靡しました。また、明治維新の動乱の最中には絵師としての活動を中断し、彰義隊とともに上野戦争や箱館戦争に参加した異色の経歴の持ち主でした。

本展では、洋装の女性など明治期の新たな風俗を題材とした「真美人」や、江戸時代には記録すること等が禁止されていた江戸城内の生活や行事を詳細に描いた「千代田の大奥」「千代田之御表」などを中心に公開いたします。

**開館時間** 午前11時～午後6時30分(入館は午後6時15分まで)

**休館日** 月曜日・年末年始・展示替えの期間

**入館料** 一般500円・高校生以下無料

※障がい者手帳等をお持ちの方とその介護者1名は無料



ホームページはこちら

### お問い合わせ

TEL : 044-280-9511

(受付時間 午前11時～午後6時15分)

住所 : 川崎市川崎区駅前本町12-1  
川崎駅前タワー・リパーク3F

URL : <https://ukiyo-e.gallery>

※展覧会名称・会期等は都合により変更する場合があります。

※事前に休館日をご確認ください。



ギャラリー外観



JR川崎駅北改札より徒歩2分  
京急川崎駅より徒歩2分



天候や新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、実施方法や開催内容が変更となる場合がございます。お出かけの際は、それぞれの問い合わせ先へご確認ください。

# シニア傾聴講座のご案内

「傾聴」という言葉をご存じですか？

「人の話に耳を傾ける」・・・簡単そうで難しい傾聴は、これまでビジネスの場で大切にされてきましたが、近年、高齢社会における日常生活や介護の現場でも非常に役立つことがわかってきました。

傾聴スキルを身につけて、地域活動に参加してみませんか？

この講座では、傾聴の基礎を学び、回想法を通して高齢者の心の健康に寄与できるような傾聴の技術やロールプレイによる基本的な技法を身につけます。

また、傾聴ボランティアや日常生活にも役立つようなプログラムを組むことで、講座終了後には地域活動に生かせるような仲間づくりの支援を行なっています。

傾聴講師として多数の経験を持つ中村嘉奈子氏、澤村直樹氏による全7回の講座をぜひお楽しみください！



**開催日** 10月13日～12月1日までの毎週木曜日・全7回（11月3日を除く）

**開催時間** 午後1時30分～午後4時30分

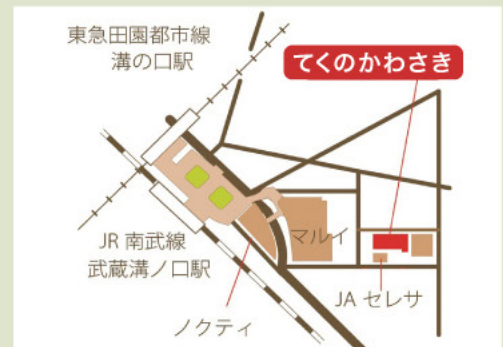
**開催場所** てくのかわさき（川崎市生活文化会館）

**対象者** 川崎市内に在住または在勤の40歳以上の方

**定員** 20名 ※原則、全日程参加できる方

**受講料** 5,000円（資料代含む・初回時お支払い）

**申込方法** メール・FAX・往復はがきのいずれかにてお申込みください



〒213-0001  
川崎市高津区溝口1-6-10  
JR南武線「武蔵溝ノ口駅」北口  
東急田園都市線「溝の口駅」より徒歩5分

▶メール・FAXの場合

**件名：傾聴講座申込み**

- ・傾聴講座を受講希望
- ・氏名（ふりがな）
- ・年齢
- ・郵便番号
- ・住所
- ・電話番号
- ・FAX番号  
（FAXでお申込みの場合）

▶往復はがきの場合

往信はがき表面

返信はがき裏面

63 2108577  
 往信  
 健康福祉局 長寿社会部  
 高齢者在宅サービス課  
 川崎市川崎区宮本町1番地  
 ※この面には何も書かないでください

返信はがき表面

往信はがき裏面

63 □□□□□□  
 ↑郵便番号  
 返信  
 ご自身の氏名  
 ご自身の住所  
 ・傾聴講座を受講希望  
 ・氏名（ふりがな）  
 ・年齢  
 ・郵便番号  
 ・住所  
 ・電話番号

**申込締切** 9月30日（金） ※往復はがきの場合は消印有効  
 ※応募者多数の場合は抽選にて決定

**お問い合わせ** 健康福祉局 長寿社会部 高齢者在宅サービス課  
 TEL:044-200-2638 FAX:044-200-3926 E-MAIL:40zaitak@city.kawasaki.jp



# いきいきグループ紹介

川崎市で活躍されているグループを紹介します!

## 宮前区 傾聴すがお

2007年1月発足

「相手の声に耳を傾け、共感して聴く」ことを大切にボランティア活動を行っています。

活動場所：特養ホーム、有料老人ホーム等の高齢者施設  
定例会：毎月第2水曜日 午前10時～12時(宮前市民館菅生分館)  
連絡先：080-3126-2340 E-mail: ara.yo.pikaso@gmail.com



### 「聴く」ことへの研鑽と普及に励んでいます!

傾聴すがおは、代表の荒川洋子さんが開催した市民自主企画講座「傾聴ってなあに」を修了した有志とともに2007年に発足、以降高齢者施設での傾聴ボランティア活動に取り組んできました。

活動中は、「なかなか心を開いてくれない」「不機嫌そうな表情をされた」といった難しい場面もあるそうですが、一つ一つの言葉に耳を傾けるうちにニコニコと思い出話を語ってくれるようになるなど、うれしい変化を実感できる場面も。無理なく相手の言葉を引き出すためには、どんな内容でもその時のその人の気持ちを汲み取ることが何よりも大切。今はコロナ禍でボランティア活動も停止状態ですが、活動再開を楽しみにしながら、傾聴スキルの研鑽を積んでいます。

2022年9月からは傾聴の知識と姿勢が学べる講座も再開する予定となっており、より多くの人に「相手の話すことに耳を傾け、共感して聴く」ことの大切さを伝え、活動を未来へとつないでいきたいと思っています。そしてさらにオンライン傾聴など、今できることを考え、地域サービスに貢献するための活動にも力を注いでいきたいです。



◀代表の荒川洋子さん。宮前区のコミュニティづくりに関心を寄せて活動しています。

▶ 創立時に、苦楽を共にされた故・鈴木セツコさん(左)と黒田美智子さん(右)



荒川さんと共に、長年精力的に活動を続ける山内八千代さん(左)と八木キヨ子さん(右)



確かな傾聴活動を進めるため、日々研鑽を積んでいます。



「その時、その方の気持ちを汲み取る」ことを大切にしています。





# 多摩区 劇団 辻シアター

1982年4月発足

地域活性化をはかるため、人情喜劇を無料で上演し続けている地域密着型の劇団です。

活動場所：多摩市民館  
日曜日・木曜日（月3回）  
連絡先：090-1763-0484



## プロの役者と一緒に一般の方々も参加する舞台

舞台公演だけに留まらず、ドラマやCMでも活躍している劇団辻シアターのメンバー。地域密着型の劇団辻シアターは、川崎市教育委員会及び実行委員会主催のたま学びのフェアなどにも参加しています。また毎年3月には座長の辻さんの師匠、柳家金語楼さんより継承した人情喜劇を無料で上演しています。次回作は昨年好評を博した昔懐かしい紙芝居屋を題材にした「お〜い、紙芝居屋さんだよ!」です。この公演はプロの役者と一緒に、舞台に出演してみたい一般の市民の方々も参加できる公演です。公演は2023年3月11日(土)午後1時より多摩市民館大ホールにて上演予定です。公演参加希望の方は、10月20日頃までにご連絡をお願いします。

以前に参加した当時88才の男性は、「座長が私に合った役をつくってくれたので、自由に演技ができてとてもやりやすかったよ!」と話してくれたそうです。毎回出演者に合った役をつくっているの、観て楽しむだけでなく、思い出づくりに市民役者として舞台に参加して楽しむ事もできる劇団です。



劇団座長の辻三太郎さん。喜劇の大御所で落語家の柳家金語楼さんに師事し劇団を創設。



劇団代表の春らんまんさん。舞台だけではなくドラマやCMでも女優、モデルとして活躍中。



「お〜い、紙芝居屋さんだよ!」は面白可笑しく展開する物語です。



庶民の味を大切に、泣いたり笑ったりの作品を毎回つくり上げます。





# 田島いこいの家



いつも明るい笑顔で出迎えてくださる3名の管理人。利用者一人一人に温かく声をかけてくれます。



**TEL: 044-366-2811**

住所: 川崎市川崎区田島町20-23

開設: 1980年5月

開所時間: 午前9時～午後4時

休所日: 日曜日、国民の祝日・休日(敬老の日は除く)及び年末年始

利用資格: 川崎市内在住の満60歳以上の方

アクセス: JR川崎駅から

バス停「渡田小学校前」下車 徒歩3分

※新型コロナウイルスの影響により施設の一部を利用制限しています



## 地域の方々のふれあいと世代間交流の場に

施設内に入るとすぐに「こんにちは!」と管理人から明るい声がかかる田島いこいの家。ロビーや談話室の窓から見える緑いっぱいの庭には、季節ごとに様々な花が咲き誇り、それを楽しみに訪れる利用者も少なくないといえます。

体操やダンス、絵手紙、こものづくりなど、多彩な講座・教室もさかに行われており、中には「輪踊り教室」のように発足から22年目、4グループに分かれて開催するほどの人気を集める教室も! また、各講座の作品を集めて年に一度作品展も開催。利用者やそのご家族だけでなく、地域の方々も訪れるふれあいの場となっています。他にも演芸大会、かわさき市民まつりへの参加、隣接する田島こども文化センターとの交流事業など、地域の方々との交流にも力を入れており、世代を超えた交流・コミュニケーションの機会を提供する役割も担っています。



折り紙教室の先生による「100本のバラ」が利用者をお出迎え。



ロビーの壁には絵手紙教室の皆さんの四季折々の素晴らしい作品を展示。



クラフトバンドで作るコースターや花かごの展示も皆さんに大好評!



輪踊り教室

発足22年目、4つのグループに分かれて開催されるほどの人気を誇る教室。テンポの良い曲に合わせて振り付けられた踊りのレパートリーは多数。その魅力に惚れ込み、長年参加し続ける参加者もたくさんいらっしゃいます。



教養講座 ストレッチ健康体操

「明るく楽しく仲良く元気に」をモットーに、地域で仲間づくり・健康づくりのサポート活動をしています。親しみやすく、誰もが知っているラジオ体操第一を基本に、ストレッチや筋トレなどにも取り組んでいます。



グループぬくもり

平均年齢86歳、「認知症を少しでも予防できれば…」との思いから発足したグループぬくもり。認知症予防運動プログラム「コグニサイズ」やボール運動、椅子に座ったままできる体操など、気心知れた仲間が集まり、楽しみながら活動に取り組んでいます。





# くじいこいの家



管理人1名  
募集中です!

瀧村運営委員長(左)と管理人の皆さん。

TEL: 044-811-2234

住所: 川崎市高津区久地 3-16-1

開設: 2007年4月1日

開所時間: 午前9時 ~ 午後4時

休所日: 日曜日、国民の祝日・休日(敬老の日は除く)及び年末年始

利用資格: 川崎市内在住の満60歳以上の方

アクセス: 東急田園都市線「溝の口」駅、

JR南武線「武蔵溝ノ口」駅、JR南武線「久地」駅からバス停「新平瀬橋」下車 徒歩1分

※新型コロナウイルスの影響により施設の一部を利用制限しています

## 地域の皆さんの笑顔が集まる場所

市営バス「新平瀬橋」バス停からほど近い、静かな住宅地の中にあるくじいこいの家。施設内には体操やヨガなどの教室が行われる大広間や、ふらっと立ち寄り囲碁を楽しむ利用者も多いというクラブ室、自由に仲間たちとの交流を楽しめる談話室など、様々なスペースが用意され、毎日、多くの利用者が思い思いの時間を楽しんでいます。また、「レイ、モミ(フラダンス)」やシニアヨガ、書道、体操、マッサージといった、多彩な教養講座や活動も大人気。熱心に通い続ける利用者も少なくないといえます。

併設するくじ保育園と合同で防災訓練を実施するなど、様々なイベントを通じて地域の世代間交流の場を提供する大切な役割も担っており、現在、コロナ禍で中止となっているふれあいまつりや、保育園との交流会などの再開を楽しみにしつつ、それぞれに健康維持や作品づくりに取り組んでいます。

### 書道作品



コロナ以前はお祭りに向けて作品を仕上げていましたが、現在は再開される日を心待ちにしつつ、日々皆さん楽しく精進されています。

### いこい元気広場



参加を通じて外出や運動等の習慣を身に付け、仲間づくりや様々な活動への参加機会につながります。毎週月曜午前開催、6ヶ月体験後卒業制度有。

### 合同防災訓練



1階に併設するくじ保育園の園庭を借りて、合同で防災訓練も行います。コロナ禍でも感染対策に留意しつつ、交流の機会を図っています。



### 一般団体 レイ、モミ

毎月第2、4月曜日午後1時~2時30分開催。70~80代の女性を中心に6年目を迎えました。衣装に着替えて気分も上昇。優雅な音楽に合わせて身体を動かすことで癒し効果も得られ、出席率も良いです。



### 地域交流 シニアカフェ

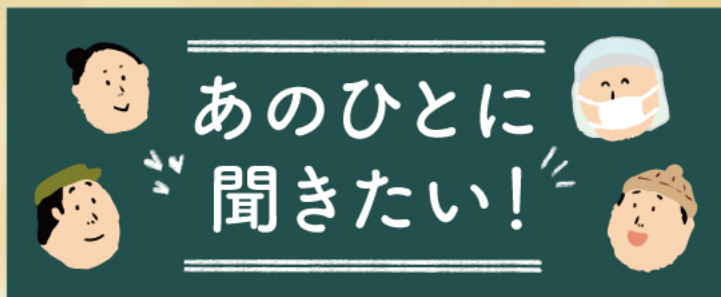
年4回(7・9・1・3月)第3木曜日午前10時~11時開催。高ポリエチレン袋を活用した簡単アレンジ調理等、コロナ禍でも可能な食のお役立ち情報を発信。自宅でもできるトリピーターの方にも好評です。



### 教養講座 シニアヨガ

毎月第2、4火曜日午前10時~11時30分開催。ゆっくりとした動きを通じて身体を伸ばし、ほぐしていきます。椅子を使った動きなども取り入れ、無理なく楽しみながら筋力も鍛えていきます。





わたなべ

## 渡辺 ひろみさん

NPO法人秋桜舎「コスモスの家」理事長  
1934年生まれ 神奈川県川崎市多摩区在住

### 「孤立する人」を生まない！ 安心して暮らせるまちづくり活動

1989年10月、西三田団地集会所の和室からデイサービスを開始した「コスモスの家」。きっかけは理事長の渡辺ひろみさんが、ご主人を亡くして一人暮らしとなった70歳のご婦人から聞いた「一番怖いのは孤独なのよ」という言葉でした。設立当時は、介護と子育ては家庭で…という考えが強く、デイサービスというサービスも施設もない状態。「民間自主事業としてのデイサービスは私たちが第一号だったように思います」と渡辺さんは振り返ります。10名程度のお年寄りが集まり、おしゃべりや趣味を楽しむという小さな活動は、いくつもの飛躍を経て現在のNPO法人秋桜舎へと発展し、2004年には地域づくり総務大臣賞を受賞。現在はデイサービスに加え、川崎市認定保育園「こすもす保育園」の運営など、6つの事業を展開するまでに発展しています。

「コスモスの家」が目指すのは、住み慣れた地域で子供から高齢者まで誰も孤立することなく、安心した生活が続けられるまちづくりを進めること。住民から「こういう施設・サービスが欲しい」といった要望が寄せられれば、その実現に向けて奔走を続けてきた渡辺さん。その結果、「コスモスの家」が事業エリアとしている川崎市立三田小学校区内には、お墓以外の公共施設が一通り揃い、最近では、定年でまちに戻った男性たちが持つ様々なキャリアを活用しながら「安全で安心に住める第二のまちづくり」にも力を注いでいます。



▲ 渡辺さんの著書(左)と地域づくり総務大臣賞を受賞した時の盾



### まちのニーズに応える調査を実施

「コスモスの会」がここまで成長した理由について「主婦を中心とした住民たちのまちづくり活動と、川崎市との協同によるもの」と話す渡辺さん。川崎市が地域福祉計画づくりのために調査を行った際、寄せられたニーズに応えるための「三田まちづくり委員会」を発足。さらに、近隣にキャンパスを構える明治大学工学部の園田真理子研究室と共同で「三田のまちは住みやすいか」「安心、安全なまちづくりのために」をテーマにした二度の調査も実施。そこで寄せられた「世代間の交流が不足している」という声に応じて、まちの誰もが参加できる「三田ふれあい祭り」や「だんご汁の会」といった世代を超えた交流の場をつくり上げてきました。残念ながらコロナ禍で中止が続いていますが、その再開を心待ちにしている方もたくさんいらっしゃるのだとか。

### 介護・子育てに支援の充実を！

急速に進む少子高齢化を前に、早くから介護支援と子育て支援の充実が必要だと考えていた渡辺さん。1989年に開設したデイサービス施設に加え、地域からの要望に応える形で2012年には「こすもす保育園」を開園。介護も子育ても家族だけで抱え込むのではなく、地域や社会全体で支え合う「介護と子育ての社会化」を目指し、また一歩、前に進み始めています。「目標とするのは、“子供からお年寄りまで安心して住み続けられる”まちづくり。設立時からの『誰一人、孤立させない』という強い気持ちを失うことなく、これからも活動を続けていくつもりです」と話す渡辺さんでした。





## 欧州を旅するベジレシピ

気軽に海外へ行かれない昨今ですが、ご自宅で野菜メインの欧州料理をつくって旅行気分を味わってみては？ 第2回はルーマニアです。



料理家 佐々木麻子さん

アイルランド・ダブリン在住。海外100都市以上を食べ歩く料理家。『イラストでよくわかる料理の基本とコツ』などの著書も。



### サラダ・デ・ヴィネテ (ナスのサラダ)

「秋ナスは嫁に食わずな」という言葉でもお馴染みのナスは、初夏から秋にかけて旬の食材。欧州各国では前菜としてナスのペーストが親しまれています。ルーマニアでは、ガーリック&レモンのシンプルな味付け。油の代わりにマヨネーズを入れる家庭も。フランスではアンチョビを、ギリシャやトルコではフェタ(チーズの一種)、中東では煉りゴマなどを加えることもありますよ。

#### 材料(2人分)

- ナス..... 3本
- (A)
- ネギの白い部分(みじん切り)..... 3cm
- ニンニク(すりおろし)..... 小さじ1/2
- ひまわり油(またはサラダ油)..... 大さじ1/2
- レモン汁..... 小さじ1
- 塩、黒コショウ、万能ネギやハーブなど..... お好みで
- バゲット..... 6切れ

#### 作り方

- ① ナスのヘタを包丁で落として、ピーラーで皮をむき、水にさらす。
- ② ①のナスの水気を拭き、ラップをして電子レンジ(500W)で約5分加熱する。粗熱が取れたら包丁で刻んでからたたく。
- ③ ②をボウルに入れ(A)を加えて混ぜる。仕上げに塩、黒コショウで調味してバゲットにのせ、お好みで万能ネギなどをトッピングする。

栄養成分(1人分)	カリウム	125.9mg
カロリー	253kcal	カロテン 22.5μg
塩分	2.0g	カルシウム 5mg

### アイルランドから届く 欧州便り



ハロウィンの発祥がアイルランドということをご存知ですか？ 古代ケルトでは11月1日が新年とされ、大晦日である10月31日に死後の世界の扉が開き、先祖の霊と一緒に悪魔もやってきてしまうため魔除けのために仮装が始まったのだとか。この時期はカボチャなどの飾り付けが行われ、街中がイベントムードに包まれます。

## スッキリ! 肩まわりストレッチ

肩こりが気になる、疲れやすいといった症状が出ている方、肩まわりをほぐしたい方におすすめの簡単なストレッチです。



インストラクター 結城凧子さん

幼少期よりクラシックバレエを習い、日本女子体育大学体育学部ダンス学科にて、保健体育の指導法やダンスセラピーなどを学ぶ。

### お家の中で簡単リフレッシュ



肩まわりを動かして  
肩こり改善!

肩の力を抜いて肩まわりの筋肉を動かすことで、肩こりの改善や姿勢の矯正が期待できます。



思いきり息を吸い、吸いきったら息を吐いて肩を下げます。これにより肩の力を抜くことができます。



10秒!



10秒!

タオルを持ってゆっくり左右に倒します。倒したら10秒ずつキープします。



脇の下の前鋸筋(ぜんきょきん)を伸ばすことで肩甲骨の動きが良くなり、肩こりの改善以外にも、猫背や巻き肩解消などのメリットもあります。

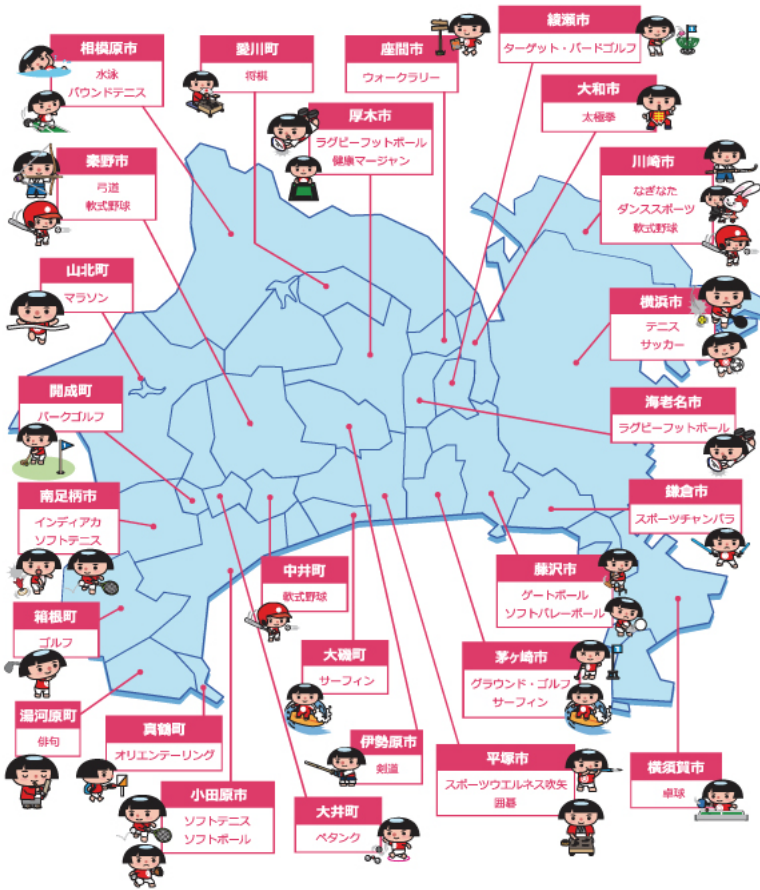


# 川崎市からのお知らせ

## 第34回 全国健康福祉祭 神奈川・横浜・川崎・相模原大会 ねんりんピックかながわ2022

神奈川に 咲かせ長寿の いい笑顔 未病改善でスマイル100歳

2022/11/12(土) - 2022/11/15(火)



全国健康福祉祭(愛称:ねんりんピック)は、スポーツや文化種目の交流大会をはじめ、健康や福祉に関する多彩なイベントを通じ、主に60歳以上の高齢者を中心とする国民の健康保持・増進、社会参加、生きがいの高揚等を図り、ふれあいと活力ある長寿社会の形成に寄与するため、昭和63年(1988)年から毎年開催されています。

令和4年(2022)年の第34回全国健康福祉祭は、神奈川県、横浜市、川崎市、相模原市等の主催で、神奈川県内ではじめて開催します。

名称	第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会
愛称	ねんりんピックかながわ2022
主催	厚生労働省・神奈川県・横浜市・川崎市・相模原市・一般財団法人長寿社会開発センター
共催	スポーツ庁
テーマ	神奈川に咲かせ長寿のいい笑顔～未病改善でスマイル100歳～
会期	令和4年11月12日(土)～15日(火)
参加予定人数	延べ約60万人(観客含む)

## 川崎市選手団が各地域で参加!

川崎市では、かながわ大会に向けて、各競技団体に御協力いただき、例年の約2.5倍となる過去最大の29種目303名の選手団を派遣いたします。

かながわ大会で初開催種目となる、サーフィンやスポーツチャンバラを含めた9種目が初参加となります。

11月12日開催の横浜アリーナで行われる総合開会式には、全国から約1万人の選手が集い、11月15日までの4日間にわたって開催され、日ごろの練習成果を発揮していきます。

過去2年中止となり、3年ぶりの開催となる、ねんりんピックかながわ大会での川崎市選手団の応援をお願いします!



川崎市は、軟式野球・なぎなた・ダンススポーツの3つの競技の開催地域です!

観戦無料



軟式野球

場所 大師球場/等々力球場

開催日 11月13日(日)～15日(火)



なぎなた

場所 とどろきアリーナ

開催日 11月13日(日)～14日(月)



ダンススポーツ

場所 カルッツかわさき

開催日 11月13日(日)



2022 11/13日

EVENT

# 大師公園・等々力緑地にて イベントを開催!

家族みんなで  
きてね!



ねんりんピックの交流大会開催と同時にステージや物販・競技体験・キッチンカーなど、川崎の魅力を発信し、大人から子どもまで楽しめるイベントを開催!



## フォトモザイクアートの設置 (ねんりんピックかながわ2022)

「ねんりんピックかながわ2022」に向け、川崎市開催の3種目に出場する選手への応援フォトモザイクアートが完成しました。この作品には、2021年に行われたリハーサル大会等を通じて、多くの皆さまにご参加いただき、517枚の写真が使用されています。

この作品は、競技会場となる等々力球場・とどろきアリーナ・カルツかわさきの3会場に大会期間終了まで展示されていますので、ぜひ会場に遊びにきていただき、一緒に大会を盛り上げていきましょう。

※シンボル制作 NPO法人StudioFLAT 協力



### お問い合わせ

ねんりんピックかながわ2022 川崎市実行委員会事務局  
(川崎市健康福祉局高齢者在宅サービス課内)

〒210-8577 川崎市川崎区宮本町1番地

TEL:044-200-0073 FAX:044-200-3926

E-MAIL: 40zaitak@city.kawasaki.jp



ねんりんピックかながわ2022  
川崎市特設サイト



# 読者クイズ

クイズに正解してステキなプレゼントを当てよう!

## 問題

### 【間違い探し】

左右の絵の中で違うところは何箇所あるでしょうか?

A: 3箇所

B: 4箇所

C: 5箇所



### 応募方法

郵便はがきに「クイズの答え」のほか、お名前、郵便番号、住所、電話番号をご記入の上、ご応募ください。締切は2022年10月31日(消印有効)。抽選で10名の方にステキなプレゼントが当たります。当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

### はがき記入例

切手

232-0022

株式会社 龍頭  
「楽笑」編集担当宛て

〒232-0022 横浜市南区高根町3-17-12  
KSビル3F

オモテ

- ・ 答え
- ・ お名前
- ・ 郵便番号
- ・ 住所
- ・ 電話番号
- ・ ご意見、感想

ウラ

### 【前号の答え】 C: 5箇所



次回もお楽しみに!

<個人情報の取り扱いについて> ご記入いただいた個人情報は、プレゼント発送の目的のみに利用させていただきます。

シニア世代の情報誌「楽笑」 No.58 2022年(令和四年)秋号

川崎市健康福祉局長寿社会部 高齢者在宅サービス課

〒210-8577 川崎市川崎区宮本町1番地 電話:044-200-2651 FAX:044-200-3926