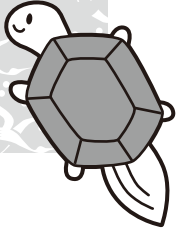




ふれあい通信



令和6年12月
第167号

中津川市社会福祉協議会
中津川市かやの木町2番5号

●☎ 66-1111 内線607
●FAX 66-1934 ●Eメール shakyo@takenet.or.jp
●ホームページ <https://nakatsugawa-shakyo.jp/>



川上地区
かつらがわ
桂川
みつじ
光二さん(91歳)

こんにちは😊



桂川 光二(かつらがわ みつじ)さんは、昭和9年8月20日、100人兄弟の長男として中津川市川上で生まれました。18歳から47年間、岐阜県職員として勤務され、土木や農業、教育関係と幅広い分野でご活躍されました。退職後は、民生委員児童委員や行政相談員、人権擁護委員などを長年務められ、地域の身近な相談相手として様々な住民と関わりながら活動されました。現在も体育協会川上支部長を続けられており、パソコンを使って資料作り等されています。そんな桂川さんの趣味は、アマチュア無線やスキークラブ、野球、筋力トレーニングなど多趣味です。コロナを機に休止されているものもありますが、健康維持のために約19年前から体操教室に通ったり、機械を使ってトレーニングをされています。「今は、田畑の仕事でトラクターに乗ったり草刈りをしていて忙しいよ。これからも自分でしっかり自己管理しないと。」と素敵な笑顔で話される桂川さんです。



12月が『旬』の食材について

〜12月に旬を迎える果物「柚(ユズ)」〜

ユズはミカン科ミカン属に分類される柑橘類の一種です。独特の爽やかな香りと酸味があります。果汁や皮、もちろん実そのものも、さまざま料理に使うことができ、日本料理の他、フランスなどでも注目されている食材とされています。また、皮の色が鮮やかで、均等に色がついているものやツヤがあるものは新鮮なユズと言われています。

《栄養素について》

ユズには、抗酸化作用があるビタミンCが多く含まれています。抗酸化作用は、病気に対する抵抗力を高めます。例えば、風邪の予防や疲労の回復、肌荒れなどに効果があります。ユズにはその他にも、パントテン酸が含まれています。ストレスを和らげるはたらきにも期待ができるため、「抗ストレスビタミン」とも言われているそうです。

☆美味しい食材を食べてリフレッシュし、寒い冬を乗り越えていきましょー！



『読者の交流コーナー』

〜お寄せいただいた声を紹介します〜

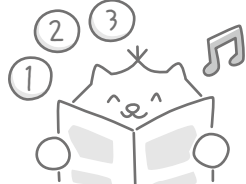


毎回、隅々まで読んでいます。次号を毎月楽しみに待っていますよ。

《付知地区 80代男性》

いつも読んでいるよ。クイズの問題を解いたり、むかしの道具をみて懐かしんでるよ。これからも楽しみにしています。

《東地区 女性》



【お便りのあて先はこちらです！】

〒5008-0045

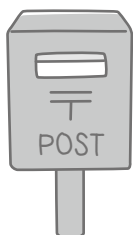
中津川市かやの木町2-5

中津川市社会福祉協議会 地域福祉課

☎電話 0573-66-1111

(内線607)

FAX 0573-66-1934



随時募集中



クイズコーナー

■今回は「年末年始」に関するクイズです。

1. 注連飾り(しめかざり)などの正月の飾りにみかんなどのオレンジ色の果物が使われているのはなぜでしょうか？

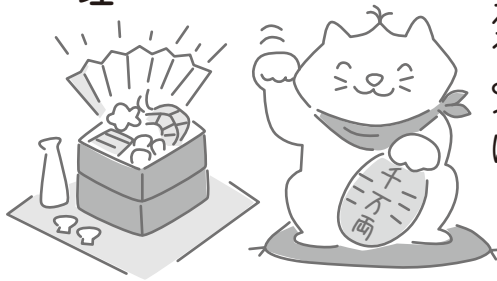
- ① 厄を払う為
- ② 家が代々栄えるように
- ③ 不老長寿

2. 招き猫があげている右手は何を招いているでしょうか？

- ① お金
- ② 客
- ③ 健康

3. 「おせち料理」はもともと何の料理だったでしょうか？

- ① 嫁の料理の腕前を確認するものだった
- ② 年末の大掃除のあとに食べていた料理
- ③ 季節の変わり目の節句に神様に備えていた料理



☆今月のクイズも楽しんでいただけたでしょうか。クイズの答えは下記をご覧ください。

むかしの道具

がん灯(がんとう)

むかしの照明器具で、中にろうそくを入れ、その明かりで暗いところを照らします。

ろうそくが倒れないように、ろうそくを立てた部分が回転し、また上下左右に動くように工夫されています。用途としては今の懐中電灯に似ています。



クイズ コーナーの 答え

1. ② 家が代々栄えるように。しめ飾りや鏡餅にはよく、みかんなどのオレンジ色の果物が使われていることが多いそうです。これは橙(だいだい)と呼ばれており、家が代々栄えて欲しいという願いを込めて飾られていると言われています。みかんが飾られていることが多いですが、よく似た色なら他の柑橘類でも代用が可能です。
2. ① お金。縁起物として売られている招き猫は、右手をあげているのはお金を招く、左手をあげているのはお客様を招くと言われています。お店の店先に招き猫を飾ると縁起が良くて商売繁盛につながるかもしれません。
3. ③ 季節の変わり目の節句に神様に備えていた料理。年に何回かある節句のうち、正月が最も重要な節句ということから、正月料理として限定されるようになったと言われています。





©中央共同募金会

社協の相談事業 (令和6年12月 令和7年 1月)

秘密厳守!
お気軽に
ご相談ください。

この相談事業は
赤い羽根共同募金
の配分を受けて
実施しています。

「心配ごと相談」 日常生活上の心配ごとや困りごとをおうかがいします。
毎月第2月曜日。

開催日	時間	場所	問合せ先
12月9日(月)	13:00~15:30 【予約不要】	中津川市 健康福祉会館	社協本所 ☎66-1111(内線 643)
1月20日(月) (第3月曜日)			

「ふくしの法律相談」 高齢者、障がい者、借金問題でお困りの方への弁護士による相談です。
一定の資力基準を満たす方は無料です。資力確認は、ご予約時にさせていただきます。

開催日	時間	場所	問合せ・予約先
12月24日(火)	13:00~15:45 【要予約】	付知福祉センター	【問合せ】社協本所 ☎66-1111(内線 643) 【申込み】法テラス中津川 ☎050-3383-0068
1月28日(火)		福岡総合保健福祉センター	

「ういず相談窓口」【中津川市生活相談センターういず】の職員による相談の窓口です。

開催日	時間	場所	問合せ先
出張相談 1月8日(水)	14:00~15:00【予約不要】	山口公民館	社協本所 ☎66-1111(内線 643)
常設 毎週金曜日	13:00~15:00【予約不要】	中津川市健康福祉会館	

※変更・中止する場合がありますので、ホームページ等で御確認ください。

海産物の「電話勧誘」にご注意!

◇中津川市内で以下のような前兆事案が発生しています。

「ご承知のように日本国内で大きな地震があり、被災された地域の人を助ける意味でそれぞれの地域の海産物を販売しています。少し高いですが、ご協力ください。」という着信が入る事例が増えています。



【対処方法のPoint】

- 電話で勧誘を受けた際、少しでもおかしいと感じたら、きっぱり断りましょう。
- 電話勧誘で契約したときは、8日間のクーリング・オフ制度が定められています。
- 断ったのに商品が届いたら、受け取り拒否をし、代金を支払わないようにしましょう。

不安なとき、トラブルになったときは消費生活センターや警察に相談しましょう。

○中津川市消費生活相談室 ☎66-1111(内線167)

○消費者ホットライン ☎188 (最寄りの相談窓口につながります。)

○警察相談専用電話 ☎#9110

