

人生100年の時代 健康・長寿の秘訣 ～カラオケ～

カラオケには健康に効果があることが
わかってきました。

- ①血流改善 ②自律神経を整える
- ③脳の活性化



正木学区集会所 カラオケクラブのみなさん



名司会者 桜井さん(右) 最高齢93才 田辺さん(中央)



みなさん本当にお元気で
人生を楽しんでいらっしゃいます。
私もみなさんを見習って、生きて
行きます。
ご指導よろしくお願いたします。
豊田かおる

落ち葉がいっぱい



松原公園そとづじに参加させて
いただきました。

ふびすクラブ



奇数月 第3土曜
偶数月 第1土曜 第3土曜
8:00~9:00
1月・8月は
休み

松原町内会 1組 2組 3組 合同清掃



毎月20日(曜日に関係なく)
8:00~8:30
1月・2月・8月は休み

一月八日
中和会賀詞交歓
会に出席させてい
ただきました。
日頃から中区のた
だみに、ご尽力いた
だきまして、あり
がとうございます。
ハープとフルート
の演奏に心が洗わ
れる気持ちがい
ました。
私も頑張ってい
ます!



みなさんのご意見・ご感想・
地域の声をお寄せください。

電話がほしい 相談したい 話を聞いてほしい
✓ を入れてください。

お名前 _____

ご住所 _____

電話・携帯 _____

【点線から切り取りA4に拡大コピーしてお使い下さい】

FAX
052-887-8667

名古屋市議員 豊田かおる事務所

ペットは家族

さらしや
晒谷なをみさん(中区在住)



さくらちゃん17才メス



カイ君12才オス



晒谷なをみさん

白川公園への散歩は
カイ君とさくらちゃんの
お気に入り



2匹はいつも仲良し

豊田 17才と12才といえば人間では
何才になりますか?
晒谷 84才と64才です。
豊田 どうしたらそんなに長生き出来
るのですか?
晒谷 犬にストレスのない生活をさせ
ることです。たとえば、あまり
叱らない。叱ったとしてもその
場限りの1回だけにしておく。
豊田 なるほど。
何かエピソードはありますか?

晒谷 はい、カイはわんぱくで、先日も私が目を離し
たスキに「きんつば」をつまみ食いして
あずきが鼻に詰まっちゃって、お医者さんで取っ
てもらったんです。

豊田 そんなことがあったんですね。
では、カイ君とさくらちゃんへの思いをお願い
します。

晒谷 私は、カイとさくらはかけがえのない家族だ
と思っています。もし災害が起こってカイとさくら
を救出しなくてはならない状況になったら命がけ
で助けに行きます。

豊田 カイ君とさくらちゃんが晒谷さんにあたえてくれ
たものは何ですか?

晒谷 たくさんありますが、一番は友だちが増えたことです。
もしカイとさくらがいなけ
れば、こんなにたくさんの犬
仲間の友だちは出来なかつた
です。みんな犬好きなので
話しをしていてすごく楽しい
です。そして散歩に行くので、
私自身の運動にもなります。
本当にカイとさくらには感
謝しています。



思いを語る晒谷さん