県内

誰かに喜んでもらう

はじめの一歩　セカンドライフのすすめ

生きがいパン作り

山下 邦夫さん（70）＝浜松市中区

焼き上がったパンを見せる山下邦夫さん＝いずれも浜松市中区で

小麦粉やバターの分量をきっちり量って、材料を混ぜる。生地をこねる作業は重労働だが、子どもたちが喜ぶ姿を思い浮かべれば、自然と手に力が入る。弾力のある生地を、ウサギや犬の顔に成形するのはちょっと難しいけれど、仲間同士で「手つきいいね」「センスあるよ」と褒め合って、乗り越える。

浜松市中区の県居協働センターで開かれたパン作り教室。参加者は、五十五～七十二歳の男性九人だ。昨年十一月から月一、二回集まってパン職人に学び、今月半ばには集大成として、手作りしたパンを市内のこども食堂に届けた。

「今まで、なんと大さっぱに生きてきたのか分かった」。教室で熱心にメモを取っていた山下邦夫さん（70）＝浜松市中区＝は言う。料理はするが、だいたい目分量。だが、パンは砂糖や塩の配分を少し間違えると仕上がりが変わってしまう。「こんなにもシビアな世界があるなんて」

山下さんは六十歳まで公務員として働き、父（百歳）の面倒を見るために六十五歳で仕事から離れた。「現役時代は、働けども働けども仕事が終わらない生活だった」。仕事一筋だったのは父親世代と変わらないが、自分たちの世代は、退職後に生きがいを求めるようになったと感じている。

「誰かに喜んでもらうというのは、いい生きがいになる」。学生時代にパン屋でアルバイトをしていたこともあり、パン作り教室への参加を決めた。他の参加者とは初対面だが、「今まで働いてきた苦労が共有できるからか、息が合うんだ」と朗らかに笑う。

仕事に情熱を燃やしてきた男たちは、パン作りにおいても「改善」を欠かさない。焼けるのを待つ間、自然と疑問や反省点の話になる。「打ち粉を付け過ぎたかな」「犬の耳はもっと大胆に作ったほうがいいな」。焼き上がったパンを見ては、「ウサギのつもりが…どう見てもカバ」「これはカエルだ」と仲間とひと笑いした。

改善を重ねた動物の形のパンなど九十個を、焼きたてのうちに中区の子ども食堂「クン クン ターヴォロ」に届けた。食堂に集まった小学生から十六人から「おいしい」と大好評で、おかわりする子も。山下さんは「これだけ食べてくれたら作ったかいがあった。子どもたちの笑顔を見られてうれしい」と話し、パン教室の仲間とともに達成感を味わった。（岸友里）

パン作りに奮闘する参加者たち

焼きたてパンを味わう子どもたち

ミニ情報

挑戦する人を応援

パン作り教室は、浜松市などでつくる「はままつクリエイティブシティプロスター事業実行委員会」が、初めて企画した。退職後の生きがいづくりを目的に、五十五歳以上の男性限定で参加を募った。

教室の講師を務めるヤタロー生産事業部の原田祥晴・総括マネージャーは「自分で作ったパンはかわいいし、できた物を家族などに食べてもらえるのもやる気につながる。ちょっとした趣味を増やすつもりで挑戦してほしい」と話す。

実行委では、他にも挑戦する人を応援するワークショップを随時、開催している。詳しくは公式ホームページで。

募ります

「はじめの一歩」で読みたいテーマや、近くにいる紹介したいシニアの情報をお寄せください。〒435 8555 浜松市東区薬新町45、中日新聞編集局報道部「シニア係」、ファクス＝053（421）5218、メール tkahod11@chunichi.co.jp

コンテストは二〇一五年「生が喜ぶ地産地消献立」が一た。

加藤 つねみ（湖西市）

きょうの天気 23日

	朝	昼	夜		
浜松				30	11 3
天竜				30	10 3
北遠				30	6 -1
磐田				30	11 3
掛川				30	10 2
御前崎				30	10 6
静岡				30	11 4
三島				30	11 2

きょうの天気の☂は5ミリ以上、☂は5ミリ未満

のち時々　6-24時の最高降水確率（%）　最高気温　最低気温

暮らしの指数予報

インフルエンザ	西部	警戒	中部	注意
	東部	注意	伊豆	警戒
乾燥肌	西部	警戒	中部	警戒
	東部	警戒	伊豆	警戒

内のワクチン接種率

国	静岡県
89%	81.99%
40%	81.52%
95%	70.14%
90%	46.32%

※デジタル庁・ワクチン接種記録システムから（全世代・21日時点）

新型コロナ電話相談窓口
発熱した人で「かかりつけ医」がない場合は、以下の窓口で24時間対応
浜松市……(0120)368567
静岡市……054(249)2221
上記以外の市町に住む人
県発熱等受診相談センター……050(5371)0561
平日8時半～午後5時15分までは下記も対応……050(5371)0562

報道部（直通）053（421）6036（FAX）053（421）5218
静岡総局 静岡市葵区追手町11-17（〒420-0852）（代表）054（255）2121（FAX）054（255）2124
湖西支局 053（576）5081 FAX053（576）5078
掛川支局 0537（24）4358 FAX0537（24）5133
磐田通信局 0538（32）6405 FAX0538（39）0022
細江通信局 053（523）0661 FAX053（523）2674
天竜通信局 053（925）2540 FAX053（922）0003
浜北情報局 053（587）5831 FAX053（421）5218
袋井通信局 0538（42）3416 FAX0538（45）0015
菊川・御前崎通信局 0537（73）5533 FAX0537（73）5578
沼津支局 055（962）1123 FAX055（962）5964
豊橋総局 0532（52）7181 FAX0532（54）4655
購読のお申し込み 0120-454-010　広告のお申し込み 053(421)9118　新聞記事お問合せ 053(401)5130

2023/1/23　中日新聞　県内

今年度で12周年を迎えた「はままつ健康フォーラム」は
「心と体の健康プログラム」をテーマに、
経験豊富な講師が医療についてわかりやすく解説する市民公開講座です。
新型コロナウイルスの感染拡大防止のためWEB講座として開催いたします。
【視聴無料】講座の視聴は無料ですが、視聴による通信料は受講者のご負担となりますので、あらかじめご了承ください。
YouTube

2023/1/21　静岡新聞　地域西

郷土
卓越した技術披露
23日まで、中区

県郷土工芸品振興会主催の郷土工芸展が23日まで、浜松市中区の遠鉄百貨店6階ギャラリー・ロゼで開かれている。

織物や漆器、染め物など国の伝統工芸品や県の郷土工芸品に指定された14種類約500点が出品された。地元の「ざざんざ織」や陶器の内側に福面を描いた「賤機焼」など、卓越した技術が来場者の目を楽しませている。

県内の工芸品などが並ぶ会場＝浜松市中区

最優秀賞の表彰
＝湖西市白

ことができるとした。ニュースポーツの導入や生徒たちによるルール調整、「単元振り返りカード」の活用を

幼）疋田友紀（同）岸上勇気（新居小）高橋雄太（鷲津中）神村佳佑（同）

市長賞に選ばれたパフィオペディラム（手前）
＝浜松市浜北区のやまはる園芸

ドレスを着た女性が踊っているように見えるオンシジウム

イオペディラムのうち、リーアナムという品種の花を出した。静岡新聞社・静岡放送賞は同区の加藤百合さん。

花弁の形がドレスを着た女性が踊っているように見えるオンシジウム、花の咲き方が三角形になったり、カステなどユニークなランもある。河村貴治園主(49)は「見応えのある花がそろった」と来場を呼びかけている。

問い合わせはやまはる園芸＜電053(586)4082＞へ。

子ども食堂に手作りパン贈る
浜松の講座受講者

浜松市などでつくる「はままつクリエイティブシティブースター事業実行委員会」主催の講座「本格的なパンづくりに挑戦してみよう！」の受講者が19日、講座最終回に手作りしたパンを市内の子ども食堂に贈った。

講座は退職後の新たな挑戦を支援する目的で、参加対象を高齢男性に限定した。55～72歳の9人が昨年11月から、パン・菓子製造販売のヤタロー（東区）の社員から、生地の練り方などを教わった。

全5回講座の最終回の同日、受講者は犬の顔を表したチョコパンや、バターロールパンなど計90個を中区の県居協働センターで作り、同区の子ども食堂「KunKun Tavolo（クンクンターヴォロ）」に提供した。

家族に勧められて受講した池原和義さん(66)＝北区＝は「自宅では台所に立つこともあまりないが、やってみると楽しかった」と話した。

子ども食堂に提供するパンを作る受講者＝浜松市中区の県居協働センター

写真を提供で掲載有料

掲載写真は、希望者に有料で提供します。問い合わせ・申し込みは読者ホットラインへフリーダイヤル(0120)439817、月～金曜日の午前9時～午後5時＞へ。※肖像権などにより提供できない写真があります。

日刊スポーツ ウインターカップ
1/21(土) 22(日)
準優勝戦 優勝戦
●開門予定／10:00 ●ウィンピア発売開始／7:15～
●第1Rスタート展示／10:30
●第12R発売締切／16:25
●第4R【ランチタイム戦】・第7R【ブレイクタイム戦】を実施!!
節間毎日 YouTube レースライブ 配信中
JLC レースライブ 682 1/21(土) 15:00～17:00 1/22(日) 10:10～17:00
DYNAMITE BOAT RACE
BOAT RACE 浜名湖
BOAT RACE TICKET SHOP 浜松
ORALE

イベント開催予告
Kフェス
入場無料
Korean Festival!
大抽選会開催!!
チェジュ航空 韓国往復券 その他韓国グッズ
※内容は変更になる可能性がございます。
メインステージ
韓国シンガーソングライター「Sanha」と3人組男性グループ「Blue Project」が登場!
韓国定番グルメ 大集合!
コスメチック
あなただけのお気に入りのアイテムが見つかるかも?
ファッション
おしゃれ女子の
2023

包茎治療 仮性包茎 77,000
こんな方が来院されています!
☑ 介護・入院生活を控えている。
☑ ご近所同士の裸のつき合いが増え
☑ 包皮が切れたり、腫れることがある
その他 ED治療 1錠 2,200円 性病治療 5,500円 早漏治療 88,000円～
※自由診療の為、適用されません
平成元年開院