



江戸川みまもり隊だより

“江戸川みまもり隊は、今日もまちを歩く”

第170号
令和8年2月1日

地域の皆様お変わりありませんか、立春とはいえ、まだまだ冷たい風が身にしみる時期ですね、室内外の温度差など体に負担のかかりやすい時期ですので、くれぐれもお体に気を付けてください。



～ 介護予防！！ 引きこもらず外に出て活動しよう ～

あなたの好きな「活動」は何ですか。

趣味を楽しむこと、学ぶこと、運動すること、働くこと、人と交流すること、ボランティアに参加することなど、いろいろありますね。

どんなことでも、夢中になれる「活動」に取り組むことは、介護予防に効果的だと言われています。

地域の支援やサービスも上手に活用しながら、あなたの好きな「活動」を始めてみませんか。

活動を通して、楽しい居場所や気軽に話せる友達（仲間）をつくり、住み慣れた地域で自分らしく、いきいきと暮らしていきましょう。

江戸川みまもり隊では仲間作り、居場所作りとして、

「みんなのいこい」と「お茶の間」を
月に一回ずつ開催しています。
ぜひ参加してみませんか。
みなさん、一緒にやりましょう。



「地域のお茶の間」

2月20日(金)

江戸川コミュニティ会館

10時から12時

「折り紙で作るおひなさま」

※飲み物をご持参ください

次回開催日：3月27日(金)

「ポッチャ」です



「みんなのいこい」

2月19日(木)

なごみの家 瑞江

9時30分から11時30分

将棋・囲碁・オセロ・麻雀

次回開催日：3月26日(木)



皆様のご来場をお待ちしています

江戸川みまもり隊 代表 伊久美 明

事務所：江戸川区江戸川1-11-3（社会福祉法人 江東園となり）

※介護のご相談は江東園熟年相談室へ 03-3677-4631

《昭和懐かしクイズ》

第1問 昭和の人気お菓子「うまい棒」が発売されたのは？

- ①昭和40年 ②昭和50年 ③昭和54年



第2問 昭和の大ヒットアニメ『ドラえもん』のテレビ放送が始まったのは？

- ①昭和45年 ②昭和54年 ③昭和59年

第3問 昭和の子どもたちが夢中になった「紙芝居」。お菓子は何か多かった？

- ①ソースせんべい ②チョコ ③ガム

第4問 昭和の子どもたちが夢中になった「キン肉マン消しゴム」の通称は？

- ①キンケシ ②キンゴム ③キンマン



第5問 昭和の人気歌番組『ザ・ベストテン』の名物コーナーは？

- ①生電話 ②生占い ③生料理

第6問 昭和の映画『青い山脈』1949年の主演女優は？

- ①原節子 ②高峰秀子 ③岸恵子

第7問 昭和のテレビ番組『三匹の侍』で主演を務めた俳優は？

- ①丹波哲郎 ②三船敏郎 ③大友柳太朗

第8問 昭和の人気漫画『サザエさん』。作者・長谷川町子の出身地は？

- ①佐賀県 ②東京都 ③北海道

第9問 昭和の家庭で使われた「足踏みミシン」。外国メーカーとして有名だったのは？

- ①ブラザー ②ジャノメ ③シンガー



第10問 昭和の家電「白黒テレビ」。最初の国産テレビを発売した会社は？

- ① シャープ ②東芝 ③日立



第11問 昭和の遊び「メンコ」。地方によって呼び名が違うが、関西では？

- ① パッチン ②ベッタン ③カチカチ



第12問 昭和の人気番組『巨泉×前武ゲバゲバ90分！』の決めゼリフは？

- ① ゲバよ〜！ ②「ゲバゲバ〜！」 ③「ゲバゲバ90分！」

昭和懐かしクイズ
第1問 ③、第2問 ②、第3問 ①、第4問 ③、第5問 ②、第6問 ①、第7問 ②、第8問 ①、第9問 ③、第10問 ①、第11問 ②、第12問 ③