



# ジョーの窓辺

No.14

「広報とよやま」に毎月コラムを書きます。びっくりしたこと、日本で生活し、ちょっと困ること、日本のいいことなど、たっぷり書きたいと思います。



2024年に入ったけど、皆、挑戦したいこと・経験したいことはうまくすすめられているかな?日本語に「新年の抱負」という言葉があるが、英語にも同じ意味の表現がある。「New Year's resolution」だ。「Resolution」は「緩めることで元に戻して解決する」という意味で、やってみたいこと、自分の変えたいことを決めて実践するというイメージだ。

以前の僕は、新年の抱負は立てる必要がないと思っていた。「本当にやりたいことであれば、1月まで待つ必要はなく、今すぐ決めてやればいいのでは?」と思っていたのだ。

今は、考え方が変わって、時間をかけてピンポイントに何をやりたいのか、具体的にどうやって自分の短所を直すかなどを決めるとき、成功の確率がかなり上がったことに気づいたので、毎年の大晦日に書き出すことにしている。

これは本当は秘密にしておきたかったが、実は抱負を立てる準備を、僕は一つの儀式のように行っている。やかんでお湯を沸かしてお茶を淹れてアパートの部屋にある机に静かに座って手書きで日記に書き留めるのだ(汚い字で)。今年の抱負はまだ決定していないが、昔好きだった趣味を再開させたいと考えている。例えば、子どもの頃中世ヨーロッパの絵画が好きだったので、今年は、気になる画家についての本や中世ヨーロッパの絵の解釈本を購入して知識を深めるなど。

他には、料理をするのが好きだったのに、毎日やるのが面倒になってしまっていた。やりたくなくなった。今

年は、料理の腕を上げようと思う。母が作ってくれたレシピを再現させて自分で作ってみたい。一番作ってみたいのはパンプキンパイチーズケーキだ。日本の皆さんには、チーズケーキはご存知かと思うが、日本ではパンプキンパイ(日本のかぼちゃとは別物)は知らない人が多いと思う。ざっくり説明すると、かぼちゃのペーストにクミンとシナモンを混ぜ、円型のパイ生地に入れてオーブンで焼いた甘いパイだ。パンプキンパイと違うのはパンプキンパイチーズケーキは、パイ生地にパンプキンのフィリングだけでなく、クリームチーズも入っている。甘すぎず、しっとりした、チーズケーキの風味を醸し出す。このパイはたいてい、大きな扉が付いているようなオーブンで焼くのが普通だが、アパートにはないので、代わりにオーブントースターでやってみようと思う。日本のレシピにもチャレンジしてみたい。簡単に作れる料理を試してみようと思う。鍋料理は一度作ったことがあるが、焼き魚のようなもう少し手間がかかるものを作つて、和食の腕を磨こうと思う。

皆さんの新年の抱負は何でしょうか?まだ立てていない人は、何かチャレンジしたいことはある?立てても、立てなくても、2024年が実りある年になるように。

## 英語のワンポイントレッスン

**What is your New Year's Resolution?  
(新年の抱負は何ですか?)**

## 相談

### よろず相談

2月21日(水) 13:00 ~ 15:00  
役場3階会議室3  
相談員: 行政相談委員・人権擁護委員  
問 総務課総務・財政グループ ☎ 28・6003  
福祉課福祉グループ ☎ 28・0912

### 不動産無料相談

不動産に関する取引と悩み事の相談。  
2月15日(木) 13:00 ~ 16:00  
北名古屋市社会福祉協議会本所1階相談室  
問 公益社団法人愛知県宅地建物取引業協会  
西尾張支部 ☎ 0586・81・3344

### 心配ごと相談

2月20日(火) 13:30 ~ 15:00  
総合福祉センターしいの木2階相談室  
相談員: 民生児童委員  
問 社会福祉協議会 ☎ 29・0002

### 女性相談(要予約)

2月15日(木) 10:00 ~ 15:30  
役場1階 相談室  
相談員: 愛知県女性相談員  
問 福祉課福祉グループ ☎ 28・0912

### いのちの相談

「いのちの電話」通話無料  
毎日 16:00 ~ 21:00  
毎月10日 8:00 ~ 翌日の8:00  
☎ 0120・783・556  
「名古屋いのちの電話」通話有料  
24時間いつでも  
☎ 052・931・4343  
問 福祉課福祉グループ ☎ 28・0912

### 成年後見センター 法律相談(要予約)

認知症、知的障がい、精神障がい等の方の契約や財産管理について、弁護士による成年後見制度の法律相談。  
2月22日(木) 10:00 ~ 正午  
総合福祉センターしいの木2階相談室  
問 社会福祉協議会 ☎ 29・0002

### 消費生活相談

①2月7日(水)、②2月21日(水)  
13:00 ~ 15:00  
①役場3階会議室5  
②役場3階会議室3  
相談員: 消費生活相談員  
問 まちづくり推進課まちづくり推進グループ  
☎ 28・0944

### 障がい者就業相談(要予約)

月曜日~金曜日(祝日除く)  
8:30 ~ 17:15  
役場1階 相談室  
相談員: 尾張中部障害者就業・生活支援センター職員  
問 福祉課福祉グループ ☎ 28・0912

### ひとり親家庭支援・就業相談

2月13日(火) 10:00 ~ 15:30  
役場1階 監査委員室  
相談員: 愛知県母子・父子自立支援員  
問 子ども応援課子ども応援グループ  
☎ 28・0936  
Kikottoアプリ「地空くんの予約アンド」から予約できます

### 法律相談(要予約)

弁護士による無料の法律相談。  
予約状況により来月以降の申込となります。  
(1人30分程度)  
2月21日(水) 15:00 ~ 17:00  
役場3階会議室4  
対象: 町内在住・在勤の方(1人2回まで)  
予約: 前日までに電話か役場3階11番窓口で申込  
問 総務課総務・財政グループ ☎ 28・6003