

北鯨城会だより No.54

2025 年（令和 7 年）3 月



名古屋市高年大学鯨城会 北鯨城会 名古屋市高年大学鯨城学園

目 次

2025 03 01

1	会長・行事委員長 挨拶	1
2	第28回 趣味の作品展 作品一覧	2
3	作品展出品者コメント	6
4	秋レク&忘年会	9
5	16区フェスティバル	10
6	クラブ紹介 ボッチャ	12
7	カラオケ.....	13
8	ウォーキング	14
9	グラウンド・ゴルフ	16
10	太極拳.....	17
11	健康体操・銭太鼓.....	18
12	寄稿文	19
13	川柳・クイズ	20
14	編集委員・編集後記	21

表紙の言葉

伊勢型紙の渋紙を使って楽しむ切り絵 (かたがみ切り絵)

Aブロック 37期健康A 宮本 昭子

伊勢型紙とは、古く三重県白子町に千有余年の歴史を誇る、伝統的な染色工芸品(用具)です。友禅、ゆかた、小紋などの図柄や文様を着物の生地に染めるのに用いるもので、彫刻技法には引彫り(縞彫り)・突彫り・道具彫り・錐彫りがあります。私は20年程前から、和紙を加工した紙(美濃和紙と柿渋で作られる)に図柄(花、動物、風景etc)を乗せて、彫刻刀や丸きりで作成したあとは色紙などに貼っています。



北鯨城会会長として 令和6年度を振り返り、令和7年度を考える

会長 宮澤 幸一

一年前の広報誌 52 号の冒頭に、令和 6 年度も引き続き『活動の活発化』を計り、北鯨城会の諸活動を会員の皆様と共に盛り上げていこうと、書きました。皆様の御判断にお任せ致しますが、この一年間、いかがでしたでしょうか。

6 月：春レク（サクランボ狩り）、10 月：作品展（出展数 54 点）、10 月：秋レク（犬山昼鵜飼）、12 月：忘年会、

社奉活の活動は、一年を通しての名城公園清掃と花植え、鶴舞公園清掃、堀川清掃、北区民祭り、社協主催のプチサロン行事の参加（2 回）、心の絆創膏活動（2 回）、ウイメンズマラソンのコース整理等々の諸行事。各ブロックの行事（ランチ会、観桜会、お散歩ウォークなど）も行われました。

また、多くのクラブが誕生し（太極拳、カラオケ、ウォーキング、ボッチャ、銭太鼓、女性麻雀教室）活動を活発に行っています。今までのクラブも引続き活動を行っています。

鯨城会行事の、16 区フェスティバルも盛大に行われ復活した応援合戦にも参加致しました。（グランドゴルフ大会は雨天中止となりました。残念でした。）北社協さんからの依頼で、ボッチャの指導や、12 月クリスマス：サンタクロース役も 3 回実施しました。多くの方々が、クラブあるいは諸行事に参加し、親交を深めて頂いたと思っています。

令和 7 年度は、北鯨城会創立 35 周年を迎え、記念行事（5 月 14 日）を行う予定です。作品展も第 30 回の記念の行事となります。また 4 月から新しいクラブが 3 つ、スタートする予定です。新しく 38 期の方々も入会されます。【また明日、会える友がいる】が現実のものとなる様に、会員の皆様からのご意見を引き続き頂きながら、活動を行っていききたいと思います。

御協力、ご支援を宜しくお願い致します。

Cブロック 32 期文化A



第 29 回趣味の作品展

行事委員長 北村 智子

皆様のご協力で、作品 54 点を展覧していただきありがとうございました。来場者は 496 名でした。搬入搬出についてもコピーカードを使っていただきスムーズにできたこと、また会場の受付は、出展された方にも担当していただき、来場者と交流もできてとても良かったと思います。ありがとうございました。

来年、趣味の作品展は 30 周年です。皆様のご協力で、より充実した内容企画をとります。ご協力宜しく願いいたします。

Dブロック 29 期文化B

「趣味の作品展」2024 年 10 月 16 日(水)～20 日(日)名古屋市民ギャラリー矢田

絵画



29 期文化B 斎藤由紀子
「静寂」



20 期園芸 山田 侃
「風車」 「坂のある町(星ヶ丘テラス)」



27 期陶芸 都筑 重夫
「聖観音菩薩図」「飛天図」



34 期国際 A 三橋 功子
「梅雨」



37 期美術B 篠崎 静代
「御嵩の梅雨」



25 期美術 磯部斗百子
「盛夏」



31 期文化B 遠藤 富子
「生後 40 日」



34 期地域 B 牧野 良子
「常滑」



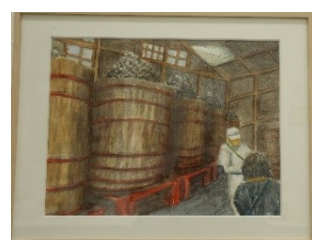
32 期国際 横井 治喜
「黒川友禅流し」



24 期美術 八木 國次
「山王岩」



18 期園芸 坂東 文夫
「西部医療センター」



「味噌蔵」

作 品 展

水墨画



平野 富作 18 期園芸
「介字円点山水図」 「春景図」



17 期環境 伊藤 崇孝
「隆龍羅漢」



小縣 満彦
28 期地域
「山水画」



都筑 重夫 27 期 陶芸
「遊び絵・人生の想い」

写
真



27 期環境 原 武勝 「光芒」



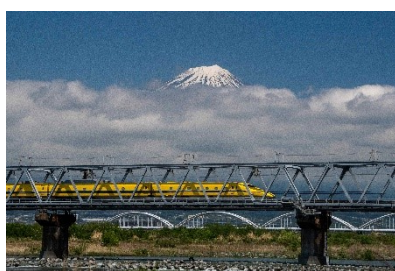
24 期地域 秋田 英市
「花と共に泳ぐこいのぼり」



「花桃のじゅうたん」



29 期国際 B 千田勝四郎
「何処へ」



「霊峰を背に」



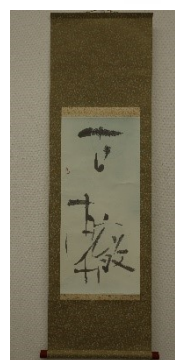
書



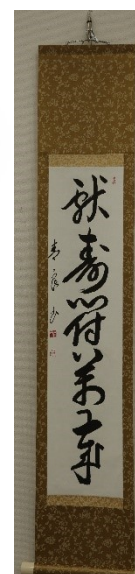
28 期環境 小川 直俊
「ルビーの誘い」



「異種同源」



22 期環境 井藤 雅江 「古轍」



29 期健康 A 渡辺 良一 「献寿符萬歳」

作品展



15期生活B 光村 昭子
「水盤」



「花瓶」

陶芸



27期陶芸 都筑 重夫
「お皿」



「皿(魚)」

パソコンペイント



22期園芸 丹羽 保夫
「青磁壺」



「一輪挿し3点」



37期福祉 古川政義
「花菖蒲」



「パリの街角」

押花



31期生活B 服部 玲子
「大好きな花」



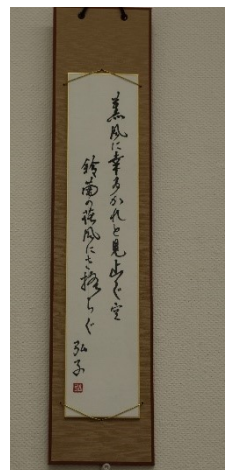
32期生活B 服部 悦子
「はじめての押花」



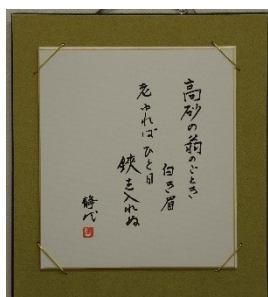
22期国際 亀石佳子
パソコンアート

37期環境 鈴木弘子「薫風に」

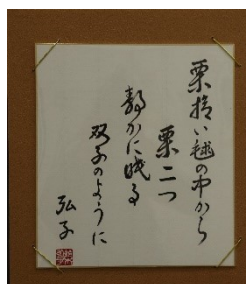
「栗拾い」



短歌



37期美術B 篠崎 静代
「高砂の翁」



作品展

伊勢型紙「水車小屋」
37 期健康 A 宮本昭子



37 期健康A 辻村真理子
「ベスト」



29 期地域B 加藤小夜子
「ピエロ人形」



32 期美術 間部みち子
「窓際にて」

手芸

扇子絵



29 期文化 B 北村 智子
「扇子絵」



29 期国際 B 渡辺 茂
「スイレン」



31 期地域 B 東方 一行
「扇子絵」



31 期生活B 服部 玲子
「桔梗」



33 期国際A 大木 直人
「我が家のワンちゃん」



28 期地域 小縣 満彦
「大黒天・恵比寿天」



29 期文化 B 北村 智子
「スワップ」



31 期文化B遠藤 富子
「ハローキティと仲間たち」



29 期健康 A 渡辺 良一
「切手作品」

作品のコメント

① 静寂

齊藤由紀子

覚王山の揚輝荘北庭園の白雲橋です。大正一昭和にかけて松坂屋初代伊藤氏によって構築されました。昭和 14 年完成時には、約 1 万坪の敷地に 30 数棟の各種建物がありました。白雲橋は京都修学院離宮の千歳橋を模したといわれる廊橋です。



② 風車

山田 侃

名城公園は四季を通じて描きに来る公園です。毎回風車に「キチンと描けヨ！」と言われているように感じます。



③ 坂のある町（星ヶ丘テラス）

山田 侃

近くに大学があり、若者も多いオシャレな雰囲気のある星ヶ丘テラス。そんなオシャレな街並みを描いてみました。



⑥ 梅雨

三橋 功子

私の所属する絵のサークルでは毎回課題が出ます。今回は「梅雨」でした。講師の先生から「オッ、兄ちゃんタバコ買いに行くところだぞっ。」とコメントしていただきました。そういう事にしておきました。



⑦ 常滑

牧野 良子

ウォーキングに友人と参加した時の、古い情緒あふれる陶器の町並みです。



⑨ 御嵩の梅雨

篠崎 静代

梅雨時に御嵩町の願興寺に行った際、紫陽花が雨に濡れてとてもきれいでした。



⑩ 三王岩（岩手県）

八木 國次

高さ 50 メートルもの大石柱（男岩）が陽を浴びてそびえ立つ。男岩と女岩、太鼓岩からなる三王岩は海に堆積した地層が海風により浸食されてできたもので自然が造り出した芸術品のよう。



⑪ 味噌倉

坂東 文夫

バス旅行で岡崎へ行った折、立ち寄り見学した角久の味噌倉の大きな樽が沢山並んで、その古くなった木製の感じに興味を持ち、樽や上に載せた重みの石積みを描いてみました。



⑫ 西部医療センター

坂東 文夫

この施設は最近できた近代的な建物で、写生には最適なモチーフで数回描いています。今回北側からの形が幾何学的で影の具合も面白く感じ、写生してみました。



⑭ 体重計に乗った猫

遠藤 富子

知人の青年が生後 10 日になる子猫を哺乳瓶とミルクを持参して来た。お昼の間だけ暫く預かってほしいと。3 時間如の授乳。私の目を見ながら飲む。曾孫に飲ませている気分。日に日に体重が増える。40 日目、体重測定、



作品のコメント

籠に入ると不安そうに！しがみついている。そんな表情を描きました。

⑲ 隆龍羅漢

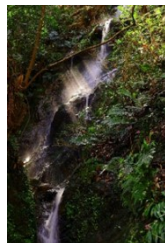
伊藤 崇孝 今回は干支にちなんでの作品に絞ってみました。龍の強さとそれを押さえる和の気持ちが日常の生活にも生かされればと思います。老いの身で杖と家内の協力を願い、落ち込まない努力こそ必要です。鯨城での良き思いをつなぎつつ日頃生活に生かしています。関係者皆様方御努力感謝しております。



⑳ 光芒

原 武勝

岐阜県可児市の鳩吹山の麓でカタクリの花を撮影に行った際、少し足を延ばした所に小さな滝があり、木漏れ陽と重なっていたので何枚もシャッターを切りました。



題名は木漏れ陽にあやかり光芒としました。
令和6年3月29日撮影

㉓ 花と共に泳ぐ こいのぼり

秋田 英市

昨年、春、4月24日に「花桃の里、水芭蕉、ミニハイキング」と名付けて10名ほどでヘブン園原、花桃の里へ出かけました。その時のスナップ写真の1枚です。幸い天気と花の満開時期に出会い楽しく行って来られましたが、写真の方は里山の風景に魅せられ写したのですが、反省としてはもう少し鯉のぼりを大きくした方が…などと思っています。



㉔ 花桃のじゅうたん

秋田 英市

歩いている途中に、見事な花の模様に見とれ、川の対岸から写した1枚ですが、拡大したため少しぼやけました。



㉗ 献寿符萬歳

渡辺 良一

書道は旭書道教室にて、先生のご指導をしていただいて作成しました。



㉘ 古轍

井藤 雅江

模様入りの唐紙に淡墨で書いたので、にじみがよく出てたと思います。



㉞ 青磁壺㉟ 一輪挿し

丹羽 保夫

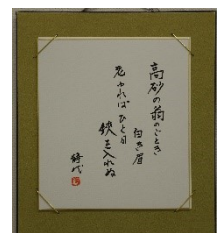
今回は3点出展しました。大きい壺と一輪挿し2点、大きめの器を作ろうと思い釉薬は青磁釉をかけ、単色でなく2度釉薬を筆でなで付けを行い模様を出すつもりがあまり良く出ませんでした。一輪挿しは野の花を一輪飾るも良いではないかと小さくかわいく作りました。



㉠ 高砂の翁

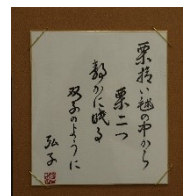
篠崎 静代

夫の眉が歳と共に白くなり目にかかるようになった為、切りそろえた際の歌です。



㉡ 色紙 栗拾い

鈴木 弘子



栗の毬の中から栗2つが並んで出てきたのが、双子用の乳母車に静かに眠る双子ちゃんを見かけた時の、なんて可愛いのだろうと感動した時が甦って詠ったものです。

作品のコメント

④⑤ ピエロ人形 加藤 小夜子



20年ぶりに作りましたが、今時はハンカチではなくタオルハンカチだそう
うで、布を探すのに苦勞しポケットチーフを利用しました。これも温暖化のせい
でしょうか。展示会場幹事の皆様本当に
ご苦勞様でした。ありがとうございました。

④⑥ 窓際にて 間部みち子

庭から見える
各部屋にはそれ
ぞれの生活があ
り、そこで繰り広げられているであろう
営みは興味深いです。



④⑦ 扇子絵 北村 智子

趣味の作品展に「今年もDブロックで
出品しましょう」と
Dブロック長の渡辺
茂さんの提案で名古屋
扇子末廣堂店へ。
講習を受け色鉛筆で



絵付け後にのり付け。慎重に行って完
成。世界に一つの扇子が出来上がり。孫
にプレゼント！なので裏面には大好きな
果物も描きました。

④⑧ 扇子絵

渡辺 茂

作品展に皆で参加し
ようと始めた作品作
り。草木染から始まり、ハーバリウム、
ブリザーブドフラワー、手描き友禅、小
原和紙、そして今年は「名古屋扇子」に
チャレンジ。ジャバラ折の紙に色鉛筆で
絵を描く。色鉛筆描きは難しかったが楽
しい体験でした。



⑤② スワッグ (ドライフラワー) 北村 智子

友達から素敵な花
束を作ってみない？
と誘ってもらい作製しました。



思ったより簡単にできて・・・部屋に
飾るとパッと明るくなって幸せ気分
に、心癒されます。

⑤③ ハローキティーと仲間たち 遠藤 富子

今回はキティー
の結婚式を中心に
編みました。仲間
が揃って楽しい式
の様子です。色と



りどりの編みぐるみに加えて、背景の
木々や嫁入り道具等は百貨店で買い、楽し
い雰囲気を出したつもりです。

⑤④ 切手作品 (切手収集) 渡辺 良一

切手収集は、い
ろいろな郵便局の
郵便した作品と
か、ハイキングで行った時におじゃまし
た郵便局での風景印とかを集めた私の趣
味でした。



行事

秋レク(犬山木曽川屋鵜飼い)と忘年会

Cブロック 32 期文化A 宮澤 幸一

10月3日(木)当日は、朝からの「こぬか雨」。こんな表現は久しぶり。11時40分。総勢28名で、鵜飼船(一艘です)を占領しました。他のお客さんもなく、皆さん大変くつろいでいました。鵜飼船に屋根がついていますので、雨は全く気になりません。

前半1時間は、お弁当を食べながら、ガイド(船頭)さんの、時々笑いを入れながらの説明。お弁当は、大変美味しくボリュームもあり、少しばかりのアルコールと共に、和やかに食事をしました。一旦、休憩で岸にあがり、いよいよ本番。皆の期待を一身に背負った、「鵜」と「鵜匠」の登場。なぜか大変盛り上がり(女性の鵜匠のせいかな)、飼いならされた鵜が鮎を捕獲し、船頭に渡すところを至近距離で見ることができ、「鵜匠」さんからの簡単な説明もあり、こんなに近くで鵜飼見学するのは初めての声も多く、大いに楽しみました。「鵜匠」さんの乗る船に雨は降り続いていましたが、私たちは大変興味深く雨を吹き飛ばす勢いで見物していました。大変面白かったです。

「鵜」と「鵜匠」さん！またお会いしましょう。



たっぷり楽しみました



見事な鵜匠の手さばき

忘年会

Dブロック 32 期文化B 服部 悦子

忘年会の参加者は28名でした。カラオケでは懐かしい歌や仲良くデュエット曲を歌って頂いて楽しみました。。またビンゴゲームでも盛り上がりました。ビンゴ景品は、100均の品でしたが如何でしたか？すべての方ではないですが手袋、靴下などは「暖かでよかったよ」の声を頂き嬉しかったです。今回参加いただいた皆さんの集合写真が撮影できなくて思い出のページが作れなくて残念！！すみませんでした。お詫びいたします。忘年会の開催について今後は食事内容、企画も再度見直していけたらと思います。皆様のご意見をお聞きしたいと思います。ご協力宜しく願いいたします。

16 区フェスティバルに参加して

Dブロック 29 期国際B 渡辺 茂

11 月 14 日（木）東スポーツセンターで行われた第 7 回鯉城会 16 区フェスティバルに参加しました。

北鯉城会は 41 名が参加して、「〇×クイズ」「ボッチャ」「龍の玉送り」「玉入れ」の 4 競技で得点を競いましたが、残念ながら 12 位。

昼食後の応援合戦のかなり目立ったパフォーマンスで高評価！ と思いましたが、これは点数に加算されず。

最後のアトラクションの民謡踊りでは、「ダンシング・ヒーロー」が受けて盛り上がり、楽しく踊ってフィナーレ。

日頃あまりお会いできない方とも話ができ、競技ではメンバー間で作戦を練って連帯感ができ、交流を深めることに繋がった楽しいフェスティバルでした。



真剣な戦い



腹が減っては戦えぬ



全力で応援!!



手足も軽やかに



ボッチャクラブ

Cブロック 32期文化A 宮澤 幸一

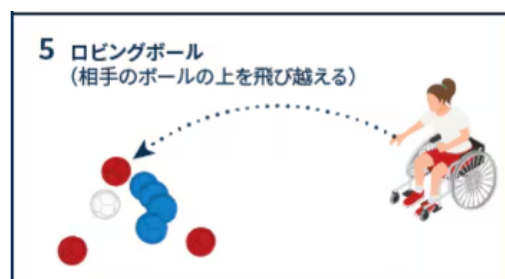
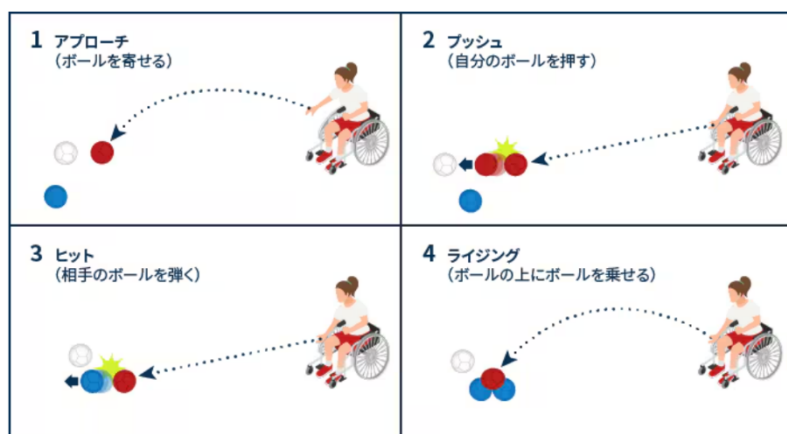
ボッチャクラブも、令和5年1月に発足してから約2年がたちます。現在の会員数は20名となりました。ボッチャは今では小学生から高齢者の方までがプレイし、自治会などの地域での普及活動も進み、多くの方が参加されるようになりました。

北鯉城会のクラブでは、原則月2回の開催を行っていますが、区役所の会議室が抽選の為、開催日が一定せず、また床がフローリングの会場が確保できず、大きな悩みになっていますが、毎回都合をつけて10人以上の方が参加されています。他の区鯉城会・団体との交流戦や大会への参加なども盛んに行っています。

単純な競技の様に見えますが、狙いどおりに投げる事の難しさを痛感しています。

ボールを投げるテクニックとしては、「アプローチ」「ヒット」「プッシュ」「ライジング」といった投げ方があります。特に「ロビングボール」と呼ばれる、相手がブロックしたボールを超えて、直接ジャックボールにピタリと付けて止めるテクニックもあります。

一緒に参加しませんか？



他区とのボッチャ交流会



いいゲーム、いい笑顔

カラオケクラブ代表 8 年を振り返って

カラオケクラブ代表 天野 寛



熱唱！！

平成 29 年 4 月からクラブ代表をさせていただいております。当初から 3 年位はクラブ員が 30 名位で、月 2 回のクラブ活動は 80%位の参加率を確保しておりました。

ところがあの新型コロナウイルス感染が世界中に広がり、令和 2 年 1 月

頃から我が国にも広がり、私達のカラオケクラブにも大きな影響を及ぼす事になりました。そういう流れの中で、クラブ活動を中止したり再開したりの繰り返しで参加率がどんどん悪くなり、それにつれてクラブを辞める方が増える中で一時はクラブの存続が危ぶまれる状況になりました。当時廃部を考えた事もありましたが、クラブの皆さんの意見で細く長くやっていこうという事になり、月 2 回のクラブ活動を 1 回にするという事で今日に至っております。コロナ禍が落ち着き収まるまで 3 年位かかりましたが、その後から新しい期生の方が徐々に増えてコロナ禍前の水準になってきました。クラブの皆さんのご理解とご協力で今日までクラブが存続出来た事を心から感謝しています。

最後になりますが、本年 4 月から 31 期の藤谷修一さんにカラオケクラブ新代表になって頂く事になっております。藤谷さんのこれからのご活躍を期待するとともに、今後ますますカラオケクラブが発展することを祈念しています。8 年間本当にありがとうございました。



名東区とのカラオケ交流会

Aブロック 29 期地域B

仲間と楽しく歩いて健康づくりをしませんか

健康ウォーキングクラブ代表 大木 直人

北鯨城会ウォーキングクラブも発足して、2025年3月で3年目を迎えます。今年度は雨のため中止が1回ありましたが、他は予定したウォーキングを事故もなく無事開催することができています。

初回の4月の小牧山（ガイド付き）ウォーキングから始まり、市内の各区の史跡・神社仏閣を歩きながら自然の中で季節に触れ楽しいウォーキングができました。

12月の「四間道・円頓寺・ノリタケの森」ウォークの後、参加者で忘年会をおこない楽しい時間を過ごしました。

北鯨城会ウォーキングクラブについて簡単に説明いたします。

- ① 開催は月に1回です。原則最終金曜日に歩いています。（7月、8月は休みます）
- ② 行先は名古屋市内各区です。名古屋市近郊も2～3か所行きます。
- ③ 歩く距離は4km～5kmです。（7000歩～8000歩）
- ④ 歩行時間は1時間30分ほどです。（水分補給とトイレ休憩を2～3回ほど行います。）
- ⑤ ウォーキングを終了後解散となります。その後各自でランチを取られる方もいますし、そのまま帰宅される方もいます。（ランチの店はクラブから紹介いたします。）
- ⑥ 現在35名の会員がいます。そのなかで92歳の方も一緒に元気に歩いています。

このようなクラブです。まだ未加入の会員の皆様、そして今度卒業される38期の皆様、是非、私たちと一緒に楽しく歩きませんか。加入をお待ちしています。



Dブロック 33期国際A

クラブ活動



四間道散策—古き良き名古屋

張り切って 忘年会！！



このステキなところはどこ？
ノリタケの森です



火曜会(グラウンド・ゴルフクラブ)あ・れ・こ・れ

代表 早川 久生 Eブロック 29 期環境

令和 6 年は大きな災害や気候変動に見舞われてスタートした。元旦に襲った能登半島地震、更に復興への意欲を砕くような豪雨災害。その痛ましい様子や被災者の苦労に心を痛める日が続いた。一方では温暖化が日常生活から感じられる状況にまで及んでいる。例年お彼岸の時期になるときっちり彼岸花(曼珠沙華)が咲き乱れるのに今年は 10 月になってようやく咲いた。暑い日が続いたためで全国的な傾向とか。

火曜会も影響を受けており、アウトドアスポーツのため雨が降れば中止になる。その回数は年間約 12 回だが、今年は 10 月末ですでに 12 回。中止回数の新記録は必至。それほど火曜日には雨が降った。

北鯉城会に鯉城生が入会することはできないのに、火曜会には鯉城学園 1 年生(39 期生)が会員に名を連ねて活動している。そのわけは・・・？鯉城学園の教育方針の中に「卒業後も地域社会の『支え』となって活躍すること」を求めており、火曜会は発足当初から地域の一般市民と共に会員となってグラウンド・ゴルフを楽しんでいる。その中の一人が火曜会の運営や活躍ぶりを見て、鯉城学園に関心を持ち、今年 4 月に入学したという経過。

11 月 12 日(火)には秋季大会を開催した。今年は鯉城会が主催する交歓会が雨で中止になっていた分、いっそう楽しみにしていた会員が多かった。天候にも恵まれ、会場の名城公園の広場は大いに盛り上がった。その上、今回は北鯉城会から大会参加者全員に景品の提供があった。ありがたい贈り物に一同、感謝！参加者は 26 名。最年長の坂東さんが元気いっぱい、見事優勝！



坂東さんおめでとうございます

◎ 成績上位者名(敬称略)

(男子) 1 位 坂東 文夫 2 位 早川 久生 3 位 久保 善敬

(女子) 1 位 松田 悦子 2 位 服部 光子 3 位 西脇恵美子

健康太極拳クラブの活動について

健康太極拳クラブ副代表 藤谷 修一

太極拳クラブは昨年 12 月で発足 2 年となりました。発足当初は 20 名ほどの会員数が集まりましたが、その後自然に来なくなった方とか、訳あってお休みしている方を含めると会員数 34 名です。

月 4 回の練習日には毎回 20～25 人が参加され、活気溢れる練習風景となっております。練習場所にも恵まれ、指導内容も充実しておりますので会員の皆さんは大満足。先生方には感謝です。習熟度にバラツキがあるのでそれに合わせて「不老拳グループ」とベテランの「二十四式グループ」に分けて練習することもあります。ちなみに私はベテラン（2 年やっている）ではありますが、不老拳グループから抜け出せておりません。あと何年かかるかわかりません。

昨年、財政に少しゆとりがあったので 4 月に新入会員を交えて食事会を実施しました。参加費を格安にした事もあって大盛況。またやって欲しいとの声が上がっておりますのでおそらく 4 月にも開催となるでしょう。

今年は北鯉城会創立 35 周年記念行事があり、そのアトラクションで我が「健康太極拳クラブ」の模範演舞をお披露目しますので、ご期待いただきたいと思います。

Gブロック 31 期福祉A



模範演武 がんばります!!

健康体操クラブの活動について

Aブロック 22 期国際 亀石 佳子

寒さ厳しき折、私達健康体操の生徒は毎月 3 回トレーニングルームで楽しく和気あいあいと、体操を行っています。先生が二人交互にいらっしゃって、スクワット、ストレッチ、それから楽しい音楽に合わせて、柔軟体操、リズム運動、またはボールを持ってダンス・ストレッチなど、バランスのとれた盛りだくさんの運動で、軽い汗を流しています。

二人の先生がお互いにいろいろな事に挑戦してくださっていて、とても役に立っています。体幹が弱くなっている人に最高です。皆さん、今年の厳しい夏にも負ける人は一人もおられず、背骨を支える筋肉を鍛えることで、背骨のメンテナンスになっています。授業は時々水分補給の為の休憩があり、最後はトレーニングルームの絨毯の上に各自持ってきたバスタオルを敷き、その上に横になり静かなストレッチをして終わりになります。心地よい疲れと充実感に浸ります。

銭太鼓クラブ

Gブロック 20 期生活B 南谷 定子

令和 5 年に立ち上げたばかりのクラブです。まだ日は浅く、これはという事はしていません。今は総会 35 周年記念行事の午後の出演に向け頑張っています。また、余裕ありません。何とか皆さんに見ていただこうと頑張っていますが、これがなかなか難しいです。

正座が基本。私（86 歳）この歳になるとついていけません。まず、覚えが悪い、音楽に乗れない、手が動かない、本当に投げ出したい気持ちになります。でも認知症予防にとってもいいと思います。

北文化小劇場に出演するにあたり、他場所のベテランの方々が応援に 3 名来てくださいます。当クラブにはベテランが 2 名いますが、私を含めた新人 2 人ついていけるか心配です。全員で 7 名、まだ細かい事は決めていません。月 1 回だけなので、これから総会に向けて 2 回にするつもりです。ぽろぽろ落としそうで心配です。皆さん笑わないでね。当日はお祝いの揃いの半纏を着て頑張ります。たすき掛け……よろしくお願いします。

あれこれ（2）2025 年とは

Dブロック 26 期福祉 山中 諒一

私は間もなく 80 歳（傘寿）となる。2024 年は多くの国や我が日本で首長の選挙を終えて大勢の変化が見られた。1900 年頃の変化と共に 2025 年はどんな年になっていくのだろうか。以前はソ連の崩壊があったが今は民主主義はどうか。

79 歳時に長男から渡された名古屋場所のチケットを手に、名古屋城（今建て替え改修中）へ出かけた。50 年前の力士と今の力士との違いやら、力士団の生き方に興味を持った。野球の大谷選手もしかりである。現代版スポーツ選手の目標や考え方が面白く映った。

昨年 7 月頃から近くの喫茶店が廃業となり、家で「テレビの守り」をすることが多くなった。テレビのいろんなチャンネル、ユーチューブ、映画等を見たり、新聞、雑誌、購入しただけで読んでいない本や雑誌が多くなり、家から 3 か月間一歩も外へ出なかった。10 月になって「足が変だ」歩けない。以前は 4 万歩、2 万歩、6 千歩と歩いていたのに歩けない。頭の体操を時々しているが人名等忘れている。しばらくすると思い出すが・・・地名、歴史、事件等 80 歳に近くなるとどうしようもない。それで「株」をやり始めた。新聞を隅から隅まで読まないといけないやら、世界情勢を知らないといけない、そして現地を調べないといけない、いろいろ苦勞する。新しい世界への挑戦は 70 過ぎでは大変である。30 歳で覚えたマージャンは楽しい。40 代での園芸や料理は何とかなりそうである。が、50 年間やってきた妻には頭が上がらない。80 歳代にやれそうなことは今まで経験してきたことしかできない。私はボツボツとやれることを目指していかなければならない。

テレビは 1963 年に始まりそして 2000 年 7 月 24 日にアナログ放送が終了し、デジタル放送となった。白黒からカラー放送となった。レコードから CD、ビデオテープから DVD、ウォークマンから iPad、本から電子辞書等、それぞれ便利すぎている。が、機能だけが増えていくため操作の仕方が覚えきれなくなる。ポケットベルから携帯電話（スマホ）などうまく使いこなさないと逆に役に立たなくなってしまう。

2 か月間（治療）たったら杖を突いて 500 メートル歩行できるようになり、電

川柳・クイズ

動三輪車で名古屋の街中を歩いている。(電動二輪車は足が痛くて怖い) 昭和20年頃の第二次世界大戦の映画を見るために名古屋から笠寺観音まで楽しみに行動した。街中の様子(変化が激しい)も見えこれから先10年後の名古屋に夢が膨らむ。リニア、少子化のように対応しつつ時間(スピード)が早くなっていくような気がする。

健康マージャン会を毎月第2と第4の土曜日に

(13時から17時頃まで) 山中宅で行っています。



戦禍の子夢はこなごな見えぬ明日

曾孫抱きDNAが騒ぎ出す

故郷は世代交替遠くなり

寝たきりにならない決意日々励む

学ぶこと止めたなら老いる脳回路

川柳

中野 豊子

Aブロック 20期園芸

楽しい昭和時代クイズ



- ① 「昭和」という元号はもともと違う元号になる予定だった。○か×か?
- ② 1973年のオイルショックがきっかけとなり店頭から消えた物とはなんでしょう。
- ③ 満員電車に入りきらなくなった人を電車内に押すアルバイトのことをなんといいましたでしょう?
- ④ 宝くじが始まった当初、外れくじを4枚持つていくと何と交換できたでしょう?
- ⑤ 昭和時代は日本で一番長い時代でしたが、昭和64年は何月何日まであったでしょう?
- ⑥ 昭和時代は大物芸能人の結婚披露宴がテレビ中継されました。一番はじめは誰でしょう?
- ⑦ 昭和を代表する歌手の美空ひばりさんが、レコードデビューした曲は次のうちどれでしょう?
- ⑧ A東京キッド Bお祭りマンボ C河童ブギウギ
昭和にテレビアニメ化されたことのある有名な時代劇はどれでしょう?
- ⑨ A水戸黄門 B暴れん坊将軍 C遠山の金さん
1956年頃、狭い場所でも飛び跳ねる事ができるとして大流行した遊び道具の名前は?
- ⑩ 昭和35年に発売された、木にしがみつくコアラのようなポーズをとっている、ビニールでできた人形の名前は?

(解答は次のページに)

令和6年度 広報委員

小出千賀子 H 32期 文化B 鈴木 幾子 A 33期 文化A
間部みち子 C 32期 美術

編集・発行責任者 宮澤 幸一 (会長・広報委員長)

編集後記

2025 年もあっという間に 2 か月過ぎました。

今年は、戦後 80 年の年。戦争を体験した方が次々に亡くなられていく
昨今。戦争の悲惨さを語り伝えていくことの大切さを、しみじみと感じ
ます。

夕焼け

高田敏子

夕焼けは ばら色

世界が平和なら どの国から見ても どの町から見ても

夕焼けは ばら色

夕焼けが 火の色に 血の色に 見えることなど ありませんように

さて、皆様のおかげを持ちまして、今回の「北鯨城会だより54号」も無
事発行できる運びとなりました。会員の皆様の笑顔がいつぱいつまった本
誌をどうぞお楽しみください。

広報委員会

(広報委員 大募集！ 一緒にこの誌面を作りませんか？

パソコンが好きな方、パソコン勉強中の方大歓迎です。)

クイズ解答

- | | |
|-------------------------|------------------------|
| ① ○ 実は「光文」になるはずだったらしい | ⑥ 山口百恵、三浦友和 さすが大物！ |
| ② トイレットペーパーが町から消えた | ⑦ 「河童ブギブギ」こんな曲、知ってる？ |
| ③ 押し屋という係がぎゅうぎゅう詰めにした | ⑧ アニメ「水戸黄門」見た人いるかな？ |
| ④ たばこ 10 本だった！今では考えられない | ⑨ ホッピング 脳に衝撃が多いといわれ消えた |
| ⑤ 昭和 64 年 1 月 7 日 | ⑩ だっこちゃん 黒人蔑視との批判で製造中止 |



名古屋市北区清水四丁目 16-6

TEL 912-4688

軽食あります

出前致します

タナカコーヒー区役所前店

あした会える人がいる

北鯨城会

スマホで読み取ると
「鯨城会のホームページ」が見られます





名古屋市北区清水四丁目 16-6

TEL 912-4688

軽食あります

出前致します

タナカコーヒー区役所前店

あした会える人がいる

北鯨城会

スマホで読み取ると
「鯨城会のホームページ」が見られます

