

# 名東鯨友会ニュース

H29-3号平成 30 年1月  
発行:名東鯨友会・広報担当  
名古屋市高年大学鯨城学園  
HP: <http://kojyokai.net/>

## 特 集 号

### 名東鯨友会の案内



サロン縁  
猪高緑地

も

く

じ

表紙		
もくじ	.....	2
会長あいさつ	名東鯨友会のご案内	3
	ライラックの会	4
ボ ラ ン テ ィ ア	上社JCT花飾りボランティア	4
	名東中央緑道街路樹特定愛護会	5
	西一社中央公園清掃ボランティア	5
	名東鯨友会イベントサポーターグループ	6
	歩こう友の会	7
	囲碁クラブ	7
	英会話クラブ	8
	男の料理教室	8
	グラウンド・ゴルフ	9
同 好 会	健康体操クラブ	9
	スイミングクラブ	10
	太極拳同好会	10
	鯨友カラオケ同好会	11
	フラ・ホアロハ (フラダンス)	11
	鯨友健康麻雀同好会	12
	タブレット同好会 鯨友なかよし会	12
スケジュール表	.....	13
裏表紙	名東区シンボルマーク	14



# 人生100歳時代 地域で新しい友達 見つけましょう



名東鯨友会 会長 木下 英一

## 名東鯨友会とは

名古屋市高年大学鯨城学園を卒業したOBにより組織された鯨城会には、市内16区それぞれに在住の卒業生で組織された区会があります。

名東鯨友会は、16区会の内で名東区在住の卒業生で組織された会員組織です。本会は、鯨城学園が設立された昭和61年の2年後、昭和63年に卒業生組織“鯨城会”が結成され、平成元年8月24日に学園卒業の名東区在住第1期生並びに在學生24名により設立されました。

当時まだ卒業生の区会組織は他区では結成されておらず、名東鯨友会が初めての区会組織となりました。従って本会は卒業生による区会組織として第1号となりました。以来28年、当初の24名から卒業生の本会への入会数は増え、現在の290名の多きを数えるにいたりました。現在の本会員数は鯨城会区会では第3番目の規模となっています。

### ☆本会の活動：

本会は、会則に従い、年度ごとに役員、幹事、学区幹事、サークルの代表世話人などが選出され、年間活動計画、活動予算を決定し、総会、各サークル毎に総会で承認を得て、地域でのボランティア活動、自己啓発、趣味、スポーツ活動を実施しています。

### ☆活動内容：

会員の年間活動は、会員全体への参加を募る研修旅行、会員発表会、会員学習会ブロックごとに行なう会員一斉清掃活動のほか、学区毎に在住会員で構成された学区懇談会があります。

### ☆サークル活動：

詳細を以降にご紹介する17のサークル組織があります。このサークル組織は、地域ボランティア活動を行なう5つのサークルと、趣味、スポーツなどの同好の士の集まりである同好会組織12サークルに分けられます。

会員の皆さんの選択と発意によりそれぞれのサークルが自主的に運営されています。

### ☆全会員の参加を募るボランティア活動：

平成26年度に開始しました全会員を対象としたボランティア活動として学区ブロック別の会員一斉清掃活動があります。学区の会員みなさんの熱意と尽力により開催、運営されています。併せて近隣学区の会員の皆さんとの親睦を図ることを目的としています。

以下、17サークル組織と活動内容、全会員の参加を募るボランティア活動の内容についてご紹介いたします。

# ライラックの会

代表  
城 志な

連絡先  
701-6446

ライラックの会は、30年を迎えようとしています。会員の皆様は、20年以上のボランティア活動をされています。年々体調不良等々で人員不足になっております。現在、事業先は、下記の10施設です。月1回、1時間又は、1時間30分の活動です。私は、ボランティアを通して大きな喜びと充実感を感じております。

ぜひ皆様のご支援をお待ちしております。よろしくお願い致します。

**【 現在事業先は下記の10施設です。】**

- ◎ 特別養護老人ホーム・極楽苑 : 給茶サービス  
月～金(13:30～15:00)土(13:30～15:30) 各2～3名
- ◎ 高齢者住宅西山カフェ : 給茶サービス  
土(13:30～15:30) 各2～3名
- ◎ 名東老人保健施設 : 給茶サービス  
水(9:00～10:00) 各2～3名
- ◎ 中日青葉学園 : 洗濯物の整理
- ◎ 介護付有料老人ホーム・エイジトピア星ヶ丘  
カラオケ:月1回第2月(14:30～15:30) 4名
- ◎ ヒューマンライフケア本郷の湯 : 囲碁のお相手  
第1・3木 (13:30～15:30) 2名
- ◎ 日進老人保健施設 : 書道  
月1回 第1木(14:00～15:00) 1名
- ◎ メイトウホスピタル・通所リハビリセンター  
給茶サービス:月・水・金(14:00～15:00)各2～3名
- ◎ デイサービスセンター平和が丘 : 書道  
第1月(14:00～15:00)
- ◎ 介護老人保健施設・星ヶ丘アミニティクラブ  
囲碁のお相手 : 第1金(13:30～15:00)



給茶サービス 極楽苑



メイトウホスピタル



洗濯物整理 中日青葉学園



書道教室 デイサービス  
平和が丘



給茶サービス 名東老健

# 上社 JCT 花飾りボランティア

代表  
桑山 生資朗

連絡先  
772-9247

花飾りボランティア作業は、上社ジャンクション高架下駐車場（市営）周囲の花壇、高架下横断歩道の花壇の管理を実施しています。通行する付近住民だけでなく、通過車両の運転手は心の癒しになり喜んでいただいています。時には、一般住民の方から一緒に作業したいと申し出もあります。

夏の暑い時など大変ですが、作業時間は1時間で終わります。

活動は、月1回第3水曜日の午前9時～10時の1時間で除草、花ガラ摘み。年2回他の団体と共同作業で木曜日の10時～12時の2時間となります。



1. 略 称 「上社ジャンクション花飾りボランティア」
2. 会 員 数 15名
3. 活 動 目 的 東山グリーンウェイ(広小路)の緑道美化と緑化により、緑あふれる町作りにある。私たちの運動が住民・企業に啓蒙をうながして、名古屋のヒートアイランド現象を抑制することにある。

# 名東中央緑道街路樹特定愛護会

代表

連絡先

橋爪 英夫

773-1876

「街路樹愛護会」は、名古屋市との約束により、平成15年7月から名東区打越交差点から上社JCTまでの、歩道の清掃活動を行ってきました。

今後も「明るくきれいな街づくり」のために活動を継続したいと考えていますが、ご多分にもれず、この会も会員の高齢化により、活動を継続できない方も出てきております。

新しい力が必要です。決して難しい仕事ではありません。  
31期生の皆様の積極的な参加をお待ちしています。



## 名東中央緑道街路樹特定愛護会の概要

会員数25名(29年9月末現在)

1. 活動日時/毎月2回(第1水曜日、第3土曜日)月2回・年24回  
(上記のどちらかに参加登録。都合で活動日変更も可)  
午前8時30分から約1時間。(冬季は9時開始)
2. 活動場所/打越交差点から上社JCT(約1.2km)
3. 活動内容/①市道両側歩道の樹木根元等の除草、箒と金ばさみによる清掃  
②歩道に設置されているプランターのチェックなど  
③収集したごみ類を終着点・流公園で分別整理
4. その他/ボランティア保険が付保されているので安心です。

# 西一社中央公園清掃ボランティア

代表

連絡先

駒田 泰一

772-8327

名東ボランティアには、いつ、どこで、だれが何をすることが決まっていなかったので、平成23年以降、名東土木事務所へ何回か伺いましたがすでに殆どの該当物件は奉仕先が決まっておりますが、幸い10月に交通の便、広さ、作業内容等が整った上記公園を紹介されましたのですぐ決定しました。

公園には野球場と公園がありスポーツや散策する方が多く快適に気持ちよく行動できる環境作りと周囲の住民の方にも喜んで頂ける公園を目指しております。

現在の会員は、近くの方に口コミだけの募集で高齢化も進みましたので、気軽に散策する気持ちでお越し下さい。

下記概要をご覧ください多数のご応募をお待ちしております。

## 西一社中央公園ボランティアの概要

1. 会員数 : 9名(男性4名、女性5名)
2. 活動日時 : 毎月1回 第3木曜日 午前9時から約1時間  
(但し7月~9月は8時半から)雨天の場合は中止。
3. 活動場所 : 地下鉄一社駅南出口から東南へ徒歩5分
4. 活動内容 : 公園内と周囲の歩道上のごみを金ばさみ等で清掃(落ち葉を除く)  
収集したごみを分別し、袋にいれ公園内の指定の場所に運ぶ。

# イベントサポーターグループ

代表	連絡先
横山 一郎	734-6744

平成27年9月設立とともに名古屋市社会福祉協議会に登録、同名東社協を通じた依頼に基づき“地域を元気に”の合言葉に地域の各イベントに出演、名東鯨友会の存在をアピールすべく活動しています。

1. 設立 : 2015年9月
2. 会員数 : 5サークル ①詩吟 6名 ②落語 1名 ③高知シバテン踊り 6名  
④フラダンス 6名 ⑤腹話術・ぬいぐるみ 1名 計20名
3. 活動状況 : 学区高齢者給食会、年度敬老会、区老人クラブ講座、デイサービス、その他地域の自主活動グループの懇談会で演芸を披露、名東社協を通じた依頼案件だけで設立後7件のイベントに参加

学園時代に蒔いた種を卒業後は地域で花咲かせてください。名東鯨友会皆さんの本活動への積極的なご参加をお待ちしております。

★問い合わせ先は 水野隆まで (携帯 090-3448-3602)

写真左から、名東区老人クラブ連合会講座(名東区役所 2階講堂)での落語、中央は学区敬老会での詩吟、右はデイサービスセンターでの詩吟上演の風景。



## お知らせ



【名東鯨友会のホームページ】

“鯨城会”のHPの中に“名東鯨友会”のページがあります。

スマホをお持ちの方は右のQRコードから覗いてみてください。

「行事予定」、「掲示板」などが見られますよ。



# 歩こう友の会

代 表 連絡先  
西出 勝三 090-9020-6191

名古屋市内と近郊の史跡と自然散策を満喫し、時には都会の真ん中での意外な魅力の発見、仲間との談笑、そして現地でのランチ。健康増進と思い出づくりを楽しんでいます。活動日は担当の世話人3～4名がコースの案内と安全を第一にして楽しい行事になるように心がけています。

是非、皆さんの入会をお待ちしています。

1. 設 立：2001年
2. 会員数：70名
3. 活動日：4～12月(8月は休み)年8回
4. 日 時：毎月第3木曜日 10～13時  
(市外は9時30分～14時)
5. コース：原則として市内6回、市外2回
6. ウォーキング距離：約3.5～5km
7. 年会費：1,000円(傷害保険料込)



# 囲碁クラブ

代 表 連絡先  
服部 昌平 701-4723

1. 会 員 数 22名(内女性2名)  
有段者11名、級位者11名
2. 活動状況 月2回、名東福祉会館  
第2・4月曜日9:30～12:00)  
自由対局、初心者には指導碁
3. 会 費 入会費500円、年会費500円



名東鯨友会の囲碁クラブは平成16年6月に発足して14年目です。クラブの特性が『囲碁を打つ人』の集まりなので会員はそれほど多くはありませんが、会員の囲碁歴は、40～50年の「囲碁キチ」達です。定例会は一度も休むことなく活動しております。

囲碁を生涯の友とする生き方を求める人も年々多くなっていると言われております。私たちが将来起きるであろう独居生活に際しても、碁盤に向かうことで生き甲斐として心の支えとなる趣味だと思います。どうぞ「囲碁クラブ」に入会され鯨城の縁で碁仇になりませんか。

# 英会話クラブ

代 表  
池田 幸雄

連絡先  
701-1315

会 員 現在 16名  
例 会 毎月2回第1・3(火) 10時半～12時  
講 師 高年大学英会話クラブ講師 リサ  
場 所 星ヶ丘駅近くのマンション集会場  
内 容 中級英会話 (講座は英語にて)  
楽しい内容で講習  
費 用 年会費 500円、受講料 (半年12回)  
1万2千円 (半年) 常時受け付け  
・講座内容のお問い合わせ等は、池田  
(701-1315 または 090-2349-9861 )  
にお申し付けください。



# 男の料理教室

代 表  
橋本 亨三

連絡先  
773-7858

料理を作る楽しみ、食べる楽しみを味わっております。平成19年11月に“男の料理教室”を開催されてから今年で10年が過ぎます。現在18名(内女性2名)毎月第1週と第3週の日曜日に行っております。先生の熱心なご指導を頂き、楽しい仲間と素敵な時間を過ごし、旬の食材で料理作りを楽しんで健康維持するため頑張っております。好評につきやっと5名程の空席が出来ました。是非皆さんのご参加をお待ちしております。

今迄の料理を一部紹介させていただきます。

鶏の龍田揚げ、なめこ卸かけ、豆腐チゲ、豚ヒレのうめぼしとニンニクソース、春にんじんの蒸し煮スープ、マメごはん、かにたまのチリソース等



目 的： 本会は会員が健康と自己管理をめざすと共に、相互の親睦を図ることとする。

活 動： 名東生涯学習センターで、原則として第1、3日曜日 9:20～12:20  
米飯の炊き込みから、3～4種類の料理をつくり、全員でランチとして会食。

先 生： 早川初女先生、伊藤哲郎先生

会 費： 年会費 500円(通信費と雑費)

受講料： 7,000円(材料費、教室使用料、謝礼) (1クールは春・夏・秋)の料理

# グラウンド・ ゴルフクラブ

代 表  
石原 鉦雄

連絡先  
773-1888

みんな元気に仲間と楽しくプレーしています！

会則に従い、年度ごとに世話人を選出され、年間活動計画・活動予算を決定し、総会で承認を得て、活動を実践しています。

1. 会 員 数： 52名（男性32名 女性20名）
2. 例会場所： 本郷公園グラウンド
3. 内 容： 例会日は第2、第4金曜日、但し9月と12月は第1、第3金曜日  
8月は休み。午前9時30分プレー 開始約2時間
4. 専用クラブ： 会で貸します。（練習次第、適合のクラブは推薦する店舗を紹介します。）  
すでにクラブのある方はご持参下さい。
5. 会 費： 2,500円（年会費1,000円、用具維持費1,500円は初年度のみ）
6. 体験希望の方は、気軽にお電話ください。



# 健康体操クラブ

代 表  
橋爪 英夫

連絡先  
773-1876

楽しみながら自分の健康づくりに励みませんか

私たち人間（特に老人）にとって大事なことは、二本足で立って自由に歩きまわることですね。このことを、高齢者の健康体操指導の経験も豊富な菊城先生の素晴らしい指導のおかげで、メンバーは皆、生き生きと、和気藹々楽しく、体操に励んでいます。

本当に楽しいクラブです。31期の皆さんに是非ご入会をお勧めいたします。



## 『健康体操クラブ』概要

- (会 員 数) 42名（男性13・女性29名）  
(活動場所) 上社レクリエーションルーム／地下鉄「上社」駅上社ターミナルビル3F  
(活動日時) 毎月第2・4土曜日／9時20分～10時30分  
(活動目的) ストレッチング体操／筋肉、関節を柔らかくし、身心を爽快にする  
(体操指導) 菊城久子先生…日本3B体操協会、日本フォークダンス連盟、日本レクリエーション協会、日本身体障害者スポーツ協会公認指導者です。  
(会 費) 月額500円（6か月毎—4月と10月—に3,000円納入）

# スイミングクラブ

代 表  
駒田 泰一

連絡先  
772-8327

## 1. スイミングクラブ概要

◇会員数＝24名(男性11名、女性13名)

(平成29年9月現在)

◇活動場所＝千種スポーツセンター・温水プール

◇活動日時＝毎週木曜日 午前10:40～11:45

月4回(12月～翌年2月までは冬休み)

◇年会費＝500円(入会金不要)

・入場料各自負担。敬老パス所持者1回100円。  
(割引回数券あり)

・クラブ専用水泳帽が必要(時価:1,300円程度)

◇その他 ①プール休館日を利用して年2回、昼食懇親会開催。

②毎月第4木曜日午後は、有志にてカラオケランチ会を開催。(有志のみ)

## 2. 活動内容と主な効果

水中ウォークは、有酸素運動に最適で、腰痛の改善、前進のストレッチ、運動不足によるストレスの解消に効果があります。ご自分の体調を勘案し、クロールや平泳ぎに挑戦される方もいます。「和」をモットーにした楽しいクラブです。毎週木曜日に実施しておりますのでご都合の良い時にご参加ください。



# 太極拳同好会

代 表  
水野 隆

連絡先  
772-6033

講 師： 太田師範・竹村師範・清水師範

内 容： 楊名時健康太極拳：八段錦・24式

目 的： 楊名時太極拳は身体が喜ぶ太極拳を目指しております。

心地よい音楽で楊名時太極拳をゆったり演じています。繰り返し練習をしているうちに身体がポカポカ暖かくなり足腰が強くなります。姿勢が良くなり見た目も若く見られますよ。

是非、興味がありましたら、まず見学や体験で雰囲気を実感しにいらしてください。お待ちしております。

☆会 員 数： (平成29年度上期) 男性15名  
女性8名  
計23名

☆活動日時： 毎月原則第2・4土曜日(AM10:40～11:50)

その他 特別自主練習を作りました(28年10月より) 第3土曜日(AM9:20～11:50)

☆活動場所： 上社レクリエーションルーム(上社ターミナルビル3F)

☆会 費： 前・後期 各4,000円(入会金なし)



# 鯨友カラオケ 同好会

代 表 連絡先  
伊藤 崇太郎 773-3183

- 1 会員数: 24名
- 2 日 時: 毎月第3水曜日  
13時～16時 月1回
- 3 会 費: 1回500円フリードリンク付き
- 4 場 所: ビックエコ一名東店  
Tel775-1344  
本郷交差点すぐ(東口通り)
- 5 入会金: 年会費 無



名東鯨友会で初めてのカラオケ同好会を27年10月に立ち上がり、満2年となりました。声を出す事は、健康のもと、その上仲間作りも同期のみならず、幅広い年代の集まりもあり、皆さんの美声を聞く事もできます。又第一回名東区老人連合会のカラオケ同好会の方々と親睦会も開きました。今後も年2～3回の予定で発表会の場なども考慮したいと思っています。♪皆さんのご入会をお待ちしています♪

# ♪フラ・ホアロハ フラダンス会

代 表 連絡先  
水田 規子 09076763012

フラダンスクラブです

初めは、5～6人から始まったクラブですが、現在12人位になりました。皆さん忙しく全員あつまるのは、むつかしいのですが、皆 楽しく踊っています。まったくの初心者でも初歩から教えていただけますので、何も心配はいりません。少しでも興味がわきましたら、是非 見学だけでもいらして下さい。楽しいですよ。脳の活性化にも良いとおもいます。

- 講 師 藤原 紀子
- 活動日 第1・3月曜日  
10:00～11:30
- 会 費 1か月 1,000円
- 会 場 さくら一番館



# 鯨友健康麻雀 同好会

代表 連絡先  
木下 英一 772-2310

健康麻雀で友人と楽しく !!

会員の約6割は女性で、しかも初心者の方も多く居られます。毎回競技している所は、本郷駅から徒歩5分の麻雀荘で、全自動卓にて競技しています。是非ご参加下さい。

会員数： 33名  
活動日： 月2回  
(第2水曜日、第4月曜日)  
会費： 毎回 男性 1,500 円  
女性 1,000 円  
入会金： 500 円  
活動場所： 麻雀荘 ランラン



以上

# タブレット同好会 鯨友なかよし会

代表 連絡先  
棚林 久 703-0315

設立に2年、最初3人から始まったメンバーは38人になりました。パソコン、スマホ、タブレット等々、昔では考えられなかった便利なものが出てきました。いろんな機能が、たくさんついているにもかかわらず使いこなせない悩み…！  
なんとか現代社会について行きたいと、意欲を燃やす高齢者の集まりです。  
ラインで情報交換したり、一人でカラオケを楽しんだり、ユーチューブを楽しんだり…！

一ヶ月 1,126 円で楽しんでいます。  
是非、一度 覗いてみて下さい。

会費： 200 円 (受講時に支払い)  
活動日： 第一・第三金曜日 (月2回) 9:30~12:00  
場所： 前山コミュニティーセンター



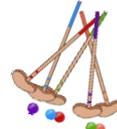
# 名東鯨友会・17サークルの活動実施日一覧表



## < スケジュール表 >

	サークル	代表	電話	場所	開催日
ボラン ティア	ライラックの会	城 志な (会長)	701-6446	特養極楽苑	給茶サービス 毎週 (月～土)
				特養高齢者西山 カフェ西山	給茶サービス(土)
				名東老人保施	給茶サービス 毎週 (水)
				中日青葉学園	洗濯物整理 毎週 (月、水)
				介護老保・ エイジトピア星ヶ丘	カラオケ：第2(月)
				ヒューマンライフケア 本郷の湯	囲碁：第1・3(木)
				日進老人保健施設	書道：第1(木)
				メイトウホスピタル・ 通所リハビリセンター	給茶サービス 毎週 (月・水・金)
				デイサービスセンター 平和が丘	書道：第1(月)
				介護老保・星ヶ丘 アメニティクラブ	第1(金) 囲碁
上社 J C T 花飾り	桑山生資朗	772-9247	上社 J C T	第3(水)	
名東中央緑道 街路樹特定愛護会	橋爪 英夫	773-1876	打越⇒上社	第1(水)、第3(土)	
西一社中央公園 清掃ボランティア	駒田 泰一	772-8327	西一社中央公園	第3(木)	
名東鯨友会イベント サポーターグループ	横山 一郎	734-6744	各イベント会場	各イベント日時	

同好会	歩こう友の会	西出 勝三	701-4913	地下鉄駅周辺と 市街近郊	第3(木) 1、2、3、8月休
	囲碁クラブ	服部 昌平	701-4723	名東福祉会館	第2.4(月)
	英会話クラブ	池田 幸雄	701-1315	星ヶ丘 マンション集会場	第1.3(火)
	男の料理教室	橋本 亨三	773-7858	名東生涯センター	第1.3(日). 8、1、2月休
	グラウンド・ゴルフ	石原鉦雄	773-1888	本郷公園 グラウンド	第2.4.金(8月休み) 9,12月は第1・3金
	健康体操クラブ	橋爪 英夫	773-1876	上社レクリエーション ルーム	第2, 4(土)
	スイミングクラブ	駒田 泰一	772-8327	千種スポーツ センター	毎週(木) (12, 1, 2月休み)
	太極拳同好会	水野 隆	772-6033	上社レクリエーション ルーム	第2. 3. 4(土)
	鯨友カラオケ同好会	伊藤崇太郎	773-3183	ビックエコー名東	第3(水)
	フラ・ホアロハ	水田 規子	787-2850	さくら一番館	第1.3(月)
	鯨友健康麻雀同好会	木下 英一	772-2310	ランラン	第2(水), 第4(月)
	仲良しタブレット会	棚林 久	703-0315	前山コミセン	第1・3(金)



### 名東区のシンボルマーク



公募のうえ最優秀作品を採用。  
名東区の「め」の字をデザインし、人の和と名古屋  
インターチェンジのイメージを盛り込んだもの。  
(昭和55年3月制定)

### 名東区の木・花

ケヤキ



ナデシコ



いずれも、公募のうえ最も応募の多かったものを採用。  
(平成2年3月制定)

名東鯨友会に入会されて 何らかの事情でお休みされて、間が空いた  
場合でも席は、いつでも空けてお待ちしております

名東鯨友会広報