

名東鯨友会ニュース

H30-3号 平成30年12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



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 J C T 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
同 好 会	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
	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
	めいとう・まち歩きスペシャル北部	14
	めいとう・まち歩きスペシャル南部	15
	裏表紙	名東区シンボルマーク



表紙の写真上社 J C T と
ボランティアの活動の花飾

超高齢化社会迎え 人生 100 年の時代がきました

名東鯨友会会長 鈴木 隆一

70 歳定年化がささやかれ、生涯現役の人・立ち止まって新しい一歩踏み出す人 色々な方がいらしゃいます。誰でも健康年齢の向上を目指しておられると思います。
昔から 遠くの〇〇より 近くの〇〇と言われていました。健康年齢を高めるには

地域のことを知り 真の友人を作ろう！！

[名東鯨友会について]

- ★ 鯨城会は鯨城学園のOBであり、市内 16 区にある鯨城会が独自の活動をする。
- ★ 名東鯨友会は 30 年の歴史を持ち、現在の在籍者は 273 名会の進め方等について昨年度大きく改革しました。
- ★ 名東鯨友会の活動・組織・体制、進め方の概要
 - (1) 目的・・・①地域での貢献 ②会員の親睦
 - (2) 会の組織



総会・役員会・部会（5つ）を設置し 会長・副会長・部会長で役員会を構成
部会とは別に地域ボランティア活動を行う 5 サークルと、別に趣味、スポーツ等の
12 サークルがあります。

区内を 15 のブロックに分け、連絡、親睦、出来る組織を併設

*部会の活動概要

- ① 総務部会 会員取りまとめ、運営、会計
- ② 地域活動部会 ボランティアの活動の全般
- ③ 広報部会 広報誌の発行、ホームページの管理
- ④ 行事部会 会員親睦会、総合美術展、サロン「縁」開催
- ⑤ 旅行部会 日帰りバス旅行の開催（年 4 回）

地域活動部会(厚生院)



広報部会 (編集会議)



旅行部会(バス旅行)



行事部会 (サロン縁)



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9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9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
月・水(14:00～15:00) 各3～4名
- ◎ 介護付有料老人ホーム・エイジピア星ヶ丘
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
- ◎ 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・星ヶ丘アメニティクラブ
囲碁のお相手:第1金(13:30～15:00)



書道教室 デイサービス



洗濯物整理 中日青葉学園



極楽苑でのボランティア



給茶サービス 名東老健



極楽苑でのボランティア



囲碁の相手

※現在活動しているメイトウホスピタル・通所リハビリセンターは、リハビリ専門になり午前 午後の2部制になりボランティアの必要がなくなり9月で終了、3年7ヶ月でした。皆様にご報告致します。

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。
32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 23 名 (30 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、箒と火ばさみによる清掃
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

当ボランティアは、平成23年10月より清掃活動を行っています。名東区内のあまたある公園の中でも比較的規模の大きい方かと思えます。

野球場と児童公園が隣接しており、スポーツや散策を楽しむ人々が見受けられます。四季折々の草木の色彩の移り変わりも楽しんでください。

会員の高齢化も進んでおります。地下鉄一社駅に近いという点から名東区北一社学区、名東学区の会員の方々には特によりしくお願いいたします。散策をするつもりでお気軽にお越しください。

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オカリナ 15名 計34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40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、中央左は学区敬老会での詩吟、中央右は、フラダンス 右はデイサービスセンターでの詩吟上演の風景。



落語



詩吟



詩吟上演



フラダンス

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
篠宮 ミス子 702-4676

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 15名
有段者9名、級位者6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15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居りませんが、会員の囲碁歴は、40～50年の「碁キチ」達です。定例会は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は、碁キチには、心地よい響きです。私たちが将来起こりうる独居生活とボケ防止に際しても、碁盤に向かうことは、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 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
小島 武

連絡先
772-2231

自分で作った料理を楽しく食べようをモットーにしています。
平成19年にスタート、多くの会員がこの教室で“料理を作る楽しみ、出来た料理を食べる楽しみ”を仲間と味わっています。
先生の熱心なご指導を頂き、今まで料理未経験の人、多少経験のある人も、毎回違ったメンバー(3～4人)で組み、その日の食材を手分け、料理し、なんとか時間までに完成、批評仕合いながら食べる喜びは、ある種の物を作る楽しさが根底にあると感じています。
皆様も是非この時間とともに楽しみませんか、興味のある方はお気軽にご連絡下さい。
目 的: 本会は会員が健康の自己管理をめざし、料理方法を取得するとともに、会員相互の親睦を図ることを目的とする。
活 動: 名東生涯学習センターにて
月2回 原則 第1、第3日曜日
(9:20分～12:20分)
春、夏、秋の3クール(8、1、2月は休み)
会員数: 18名(内女性2名)数名の空きがあります。
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: 1クール(6回)・7,000円(材料費、教室使用、謝礼) 春夏秋の3クール



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： 47名（男性27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れることです。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、和気藹々に楽しく、体操に励んでいます。

本当に楽しいクラブです。32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) 43名（男性14名・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=21名(男性11名、女性10名)

(平成30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30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
西出 勝三 090-9020-6191

- 1 会員数：20名
- 2 開催日：毎月第3水曜日
- 3 時間：13時～15時30分
：但し まだ唄いたい方は19時までOK
- 4 会費：1回500円 フリーソフトドリンク付き
- 5 場所：ビックエコー名東店 駐車場有り
Tel052-775-1344
本郷交差点の東山通りを上社方面へ120m
- 6 入会金・年会費：無し



鯨友カラオケ同好会は平成27年10月に25期の伊藤崇太郎さんが立ち上げ満3年になりました。声を出す事は健康のもと。その上同期のみならず、幅広い年代の集まりでもあり、皆さんの美声?を聞くこともできます。うたごえ喫茶のように全員で楽しく合唱もしています。また昨年は名東区老人連合会との懇親会も行いました。これからも和気あいあいと楽しく歌うサークルをめざします。

♪皆様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 090-7676-3012

フラダンスクラブです

フラダンスが発足して、2年以上がたちました。現在10人くらいでおどっています。昨年より、男性部員が入られ楽しく踊っています。先生にはボランティアで教えていただいで感謝です。

初歩から教えていただけるので初心者の方も全くOK!!です。男性、女性大歓迎です。

講師 藤原 紀子
会費 一か月 1,000円
会場 さくら一番館
活動日 第1・3月曜日
10:00～11:30



鯨友健康麻雀 同好会

代表 連絡先
木下 英一 090-4867-9706

健康麻雀で新しい友人を沢山作りましょう !!

会員の約6割は女性。 初心者の方もシッカリと楽しんで居られます。
毎回会員の皆さんは、非常に楽しく交流されていますよ。

会 員 数： 33名
活 動 日： 月3回
 第1月曜日、第2木曜日、第4月曜日
活 動 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
 *ランラン：地下鉄本郷駅から徒歩4分



タブレット同好会 鯨友なかよし会

代表 連絡先
永田 興三 701-6408

講師の佐藤さん、ベテランの方々に指導してもらっています。
基本的な使い方を習得して、現在では便利なアプリや、楽しいアプリを取り入れて
楽しんでいます。しかしトラブルもあり、今のなかよし会は、離れられません。

会員の方は多く見えますが常時15名前後で活動
しています。まだまだ、初心者です。皆さんもどうぞ気軽
に参加してください。

活 動 日： 第1・3金曜日 10:30~12:30
場 所： 一社駅近くのメガワールド 2階
会 費： 100円 (出席時のみ)



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)	090-1237-7967	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)
				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	篠宮ミス子	702-4676	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	名東福社会館	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	小島 武	772-2231	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	西出 勝三	090-9020-6191	ビックエコー名東	第3(水)
	フラ・ホアロハ	水田 規子	090-7615-3012	さくら一番館	第1. 3(月)
	鯨友健康麻雀同好会	木下 英一	090-4867-9706	ランラン	第1(月)、第2(木)、第4(月)
	仲良しタブレット会	永田 興三	701-4608	メガワールド2F	第1・3(金)



*名東を知ろう

めいとう・まち歩き スペシャル



17 豊が丘公園のお産ワニ
池にもユニークな像が5つあります。



14 猪子石原中央公園の
ロジントンヤシ

市内でまとまって植わっているのは
ここと港区の金城埠頭線のみです。



15 神明社

神明社資料館には、御馬塔(おまんご)
の馬具などが展示されています。



16 明徳公園

明徳池ではヘラナ釣りができます。



20 本郷公園の日時計
柱面に12の星座が刻んであります。



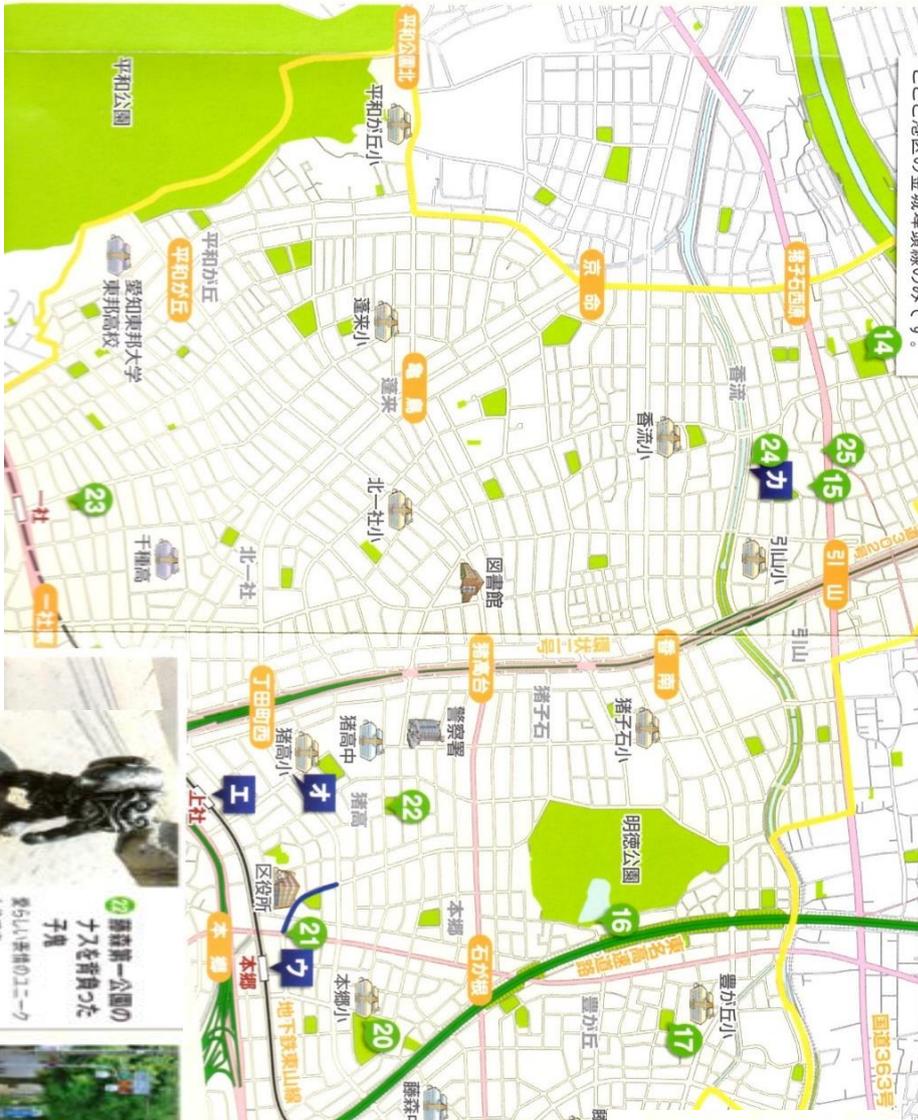
25 猪子石原
バス停近くの
モミノキ
常緑の巨木です。



24 香流川の
桜並木
約5000本の桜が
立ち並ぶ名東区の
桜の名所です。



23 西一社第一公園
南西角の子どもピクト



19 豊が丘の桜満開の板道
春になると桜が満開で、その中を歩く
のが最高です。
(区制50周年を記念し設定された版。)



22 豊が丘公園の
ナスを育肉した
子犬
豊がい集団のユニーク
な像です。



21 本郷の未来版
議員の質問の答えは、
町職員の意見をもとに
答える。新しいカーブ
などは、町民の意見
を参考にしています。
(区制50周年を記念し
設定された版。)

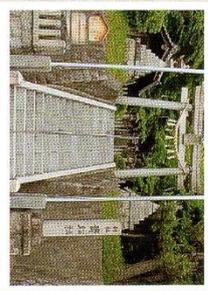
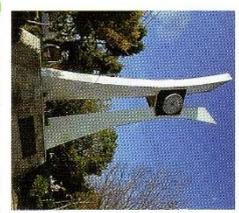


18 豊が丘駅前の時計塔と桜
豊田豊家人形が出てくるからくり時計
と桜が印象的です。

めいとう・まち 歩きスペシャル



名東区 南部の オモロポイント



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