

緑鯨城会便り

ふれあい

第66号
平成28年7月

発行： 鯨城会 緑鯨城会
名古屋市高年大学 鯨城学園
編集： 緑鯨城会 広報委員会



緑区 有松

油絵：21期 今井 正子さん

目 次

目 次・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3
一年間ありがとうございました	26 期 地域 山本 捷一 4
会長就任にあたって 無理をせずに気楽に	27 期 国際 磯部 勝 5
緑鯨城会総会に想う	19 期 福祉 馬越 求 6
ハーモニカと共に	27 期 福祉 小谷 直美 7
雑巾ボランティア参加 ありがとうございました	26 期 福祉 加藤 勝江 8
清掃奉仕に参加して	20 期 国際 加藤 一雄 9
ボランティアフェスティバル in みどり	28 期 文化 B 鈴木 君代 10
「みどり多文化交流会」に参加して	26 期 福祉 巽 幸子 11
マラソンフェスティバルナゴヤ 愛知ボランティアリーダーとして	27 期 文化 B 福嶋 修太 12
「緑区地域福祉の集い」に参加して	28 期 生活 A 鹿島 節子 13
水の歴史資料館を見学して	27 期 文化 A 杉山 千代 14
みどりの広場より 大須演芸場鑑賞会	15
(サークル紹介) 近況 「朝の散歩会」	25 期 環境 藤原 力 16. 17
カラオケは心のオアシス(カラオケ同好会)	25 期 文化 A 原田 博 18
みどりの広場より (ウォーキングサークル)	19
青春時代をもう一度(ボウリング同好会)	28 期 地域 加藤 昭博 20
21 期 気力の集い	21 期 陶芸 名桐 英夫 21
ボケ防止	21 期 健康 足立 昌三 22
絞りの出会い	27 期 健康 蟹江 喜代子 23
報告・連絡・・・・・・・・・・・・・・・・	24
表紙について	(21 期 美術 今井正子) 25
編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・	26



一年間有難うございました

26期 地域 山本捷一

この1年間会長として重職を無事に勤めることが出来ました事、会員皆様のご支援、ご協力の賜物と感謝申し上げます。激動の1年間で有りましたが、各委員会の役員が、それぞれの分野で、会員皆様がより多く参加して頂ける企画・運営を実行して下さいました。

※行事委員が企画した、伊勢湾クルージング、日銀名古屋支店見学会・渥美半島メロン狩り・京都平等院と二条城見学・新しくなった大須演芸場「お笑い寄席」観劇会。

※ボランティア委員による新海池・要池の毎月実施した清掃活動・扇川クリーンキャンペーン・「かきつばたの里」喫茶接客・緑市民病院の案内ボランティア、そして鯉城会主催の鶴舞公園・堀川清掃大作戦での活動、ウィメンズマラソンボランティア。

※広報委員による「ふれあい誌」の発行。

※期別委員会は、それぞれの期毎に「歴史散策や懇親会」の開催、

そして今回総務委員による「振込み詐欺防止」や「遺言証の書き方」等フリーで参加できる研修会など、数多くの企画、運営が実施でき、多くの会員の参加を得ました事は、今後の励みとなりました。

区民まつりに、区役所の協賛事業として、趣味の作品展も、多くの出展を頂き、盛大に開催することが出来ました。総会のアトラクションとして、会員による文化発表をすることが出来、これからの活動の一助となれば良いと想いました。鯉城会幹事会として、グラウンド・ゴルフ大会や、学園30周年記念行事に相乗りし、30周年記念同窓会も453名の出席を得て、各区との交流を深めることが出来ました。

又緑鯉城会としては、新しいサークル活動を立ち上げ、同じ趣味を持つ会員の幅広い活動を開始出来ました。

今後はこのサークル活動を広げていき、それぞれの絆を深くして、「きょうよう」と「きょういく」（今日する用事、今日行く所が有る）一人一人が仲間を誘い合って、元気に出かけ、社会貢献に参画することに生き甲斐を感じる活動を進めていきたいと思います。

この1年間会員の皆様には多くのご支援と、ご協力を頂きました事改めて御礼申し上げます。有難うございました。



28年度会長就任にあたって

無理をせずに気楽に

27期 国際 磯部 勝

このたび緑鯨城会長を1年間務めることになりました磯部です。微力ですが一生懸命務めさせていただきます。

緑鯨城会は長い歴史の中、先輩諸氏のご苦労とご努力により活動の幅も広がり、現在の「緑鯨城会」が形成されています。

今年、29期生43名の皆さんをお迎えし、380名の大所帯となり、16区の中でも最も多い会員数です。

会員数の多さだけではなく、「趣味の作品展」を始め「区民まつり」「見学旅行」「数多くのボランティア活動」特に他区にはない「期別活動」など、先輩諸氏が築いてこられた充実した行事が多くあります。私はこれをしっかりと継承し、さらに発展できればよいと考えています。

特に今年度は「同好会活動」に重点を置きたいと考えています。昨年は新たに「ウォーキング同好会」「ボウリング同好会」が発足し、今年度は「健康体操同好会」「銭太鼓同好会」も発足する予定です。

今年度は「無理をせずにできることを楽しむ」をモットーに、一人でも多くの会員が気楽に参加できる行事を進めていきたいと考えています。

会員の皆さんからアイデアを戴き「緑鯨城会」を魅力ある会となるように推し進めるとともに、会員皆様の絆を深め、その行動が健康維持となり、それが社会貢献の一助になれば幸いです。

役員一同一生懸命務めさせていただきます。会員の皆様のご支援、ご協力を宜しくお願い致します。



緑鯨城会総会に思う

19期 福祉 馬越 求

平成28年4月22日、緑文化小劇場で開催された緑鯨城会総会に参加した。

27年度の活動報告、28年度新役員・委員の選出の後、休憩をはさんで28年度の事業計画と例年どおりの議事進行であったが、以前は前半の議事が終わり休憩の後に行われていたアトラクションが、総会が終わって閉会の言葉の後に開幕したのは驚きだった。

幕開けは、賑やかな銭太鼓の演技で始まった。次はフラダンスとギターの演奏、ハーモニカの独奏と続き、最後は客席を巻き込んでの懐かしい昭和の歌謡曲の合唱で締めくくった。主要行事である総会の添え物としての余興というには勿体ない内容豊かなものであった。しかも出演者は外部から招いた人達ではなく、全員、緑鯨城会の会員で賄ったというから素晴らしい。

毎年「趣味の作品展」の会場には欠かさず足を運んでおり、絵画・書道・陶芸・写真等々そのレベルの高さと出品会員の多さに感心している。このことから推測すれば、歌や踊り、民謡、詩吟、カラオケ等趣味として、舞台経験を重ねてきた隠れた芸人が多数存在していたとしても何ら不思議なことではあるまい。今回の総会のアトラクションがこれを証明している。

これからも出演者の数を増やし内容をより充実したものとして、単なる総会のアトラクションとしてではなく、趣味の作品展と並ぶような一つの独立したイベントとして、その地位を確立していくことを期待したい。いつの日か、「緑鯨城会は趣味の作品展だけではないよ。舞台芸能を披露する“趣味の演芸大会”もあるのだ!」と、賞賛の声の聞こえてくる日を夢見ている。



ハーモニカと共に

27期 福祉 小谷 直美

今年度の総会後のアトラクションに於いてハーモニカの演奏をさせて頂く機会を得られ、大変嬉しく思っております。何故なら、今、ハーモニカ人口が年々減少傾向にある為、多くの人にその音色を聞いてもらい、その中の一人でもいい、ハーモニカに親しんで貰いたいと切に願っているからです。



私がハーモニカを習い始めてから 15 年以上になります。ある年のコンサートの時、一人で吹いているのに、あたかも二人で吹いているように聞こえる演奏「分散和音奏法」を見た時、これだ！と思いました。それから個人レッスンに通い続け、その流れで公認指導員の資格を取得しましたが、目標を達成した今もレッスンを続けています。

上には上があるので、何処までも・・・という感じです。

音楽は楽譜通りに正確に演奏しても人の心を打つ事は出来ません。どうやって曲想を出し・どうすれば人の心に深く入り込み、感動して貰える演奏になるのか・・・。

1 曲ごとにそんなことに悩みながら、「やはり練習あるのみ」と自分に言い聞かせています。発表会に向け、独奏また 4 人のアンサンブルではコードハーモニカ担当しているので、「練習時間をどう絞り出すか」が悩みの種です。

ハーモニカは吹き吸いのある楽器なので、メロディーを奏でながら自ずと腹式呼吸をする為、健康にも大変役立つ楽器です。又、昔から喘息治療にも良いといわれ、近年、楽器の練習は認知予防にも良いとされています。

小さくて持ち運びが簡単で、同窓会・施設・デイサービス等で演奏すると、とても喜んでいただけます。

皆さん是非、この楽器を吹いてみてください。
誰にもできます。楽しいですよ！！



『雑巾ボランティア参加 ありがとうございます』

26期 福祉 加藤勝江

27年度に、ボランティア委員長を務めさせて頂きました。皆様には、多くのご協力ありがとうございました。

緑鯨城会では毎年、雑巾ボランティアの目標1000枚に取り組んでいます。

27年度「雑巾ボランティア」参加者は延べ88名、目標を上回る1188枚の雑巾、タオルの提供を頂きました。

4月～6月には500枚近くの雑巾が集まり、好調にスタートを切りました。

しかし7月～10月の4ヶ月間は100枚と低調となり、目標達成ができるか不安になりました。11月に入ると清掃活動の日、会議の日には次々と多くの人の提供を受け12月初旬には1000枚突破、感謝！感謝！でした。

あらためて皆さまにお礼申し上げます。なかには一針一針縫ったものも沢山ありました。奥様に協力していただいた等1枚1枚の思いがその中には詰まっていると思います。

12月22日参加者17名で他のグループから寄せられた雑巾合わせて2500枚を福祉施設に直接配布（31カ所）、施設の皆様に喜ばれ、たくさんのお礼状が寄せられました。又緑社会福祉協議会から感謝状も頂きました。

私はこれからも雑巾ボランティアに参加し、早めの提出を心掛けたいと思います。会員の皆様におかれましても、毎年のご協力宜しくお願い致します。



清掃奉仕に参加して

20期 国際 加藤 一雄

今回緑鯨城会の清掃奉仕活動について感想文提出の依頼を受けましたので思いつくままに記してみました。

私が緑鯨城会に入会（平成20年4月）した当時の運営委員会は「緑ふれあい広場」（成海神社境内）で実施していました。したがって毎月一回の清掃奉仕活動も「ふれあい広場」周辺の除草清掃活動を行ってきましたが、その後「ふれあい広場」の閉鎖に伴い清掃奉仕先を「大高緑地児童公園」に移動して活動（清掃用具等その都度持参）を暫く続けましたが、当時の「緑鯨城会会長及びボランティア委員長」の努力によって現在の「新海池公園愛護会」の許可を得て清掃用具及び保管庫の購入と設置の了解を取り付けて今日の体制が整いました。（平成22年11月）

現在は要池を含め2か所での活動と充実してまいりました。学園の趣旨でもあり、細やかでも地域に貢献できることに喜びと健康を得て、今後とも事情の許す限り活動を続けていきたいと思っています。



追伸

余談ですが「新海池公園」では「緑鯨城会グラウンドゴルフ同好会」も月に2回、「ふれあいと健康増進」を目的に楽しく練習していますので、緑鯨城会の皆様、ぜひ参加頂きたいと思います。

大歓迎です！



ボランティアフェスティバル in みどり

28期 文化B 鈴木 君代

緑区には多くのボランティアグループがあります。お話し会、紙芝居と絵本、折紙、花苗と竹炭、フラダンス、手話、等々です。

ユメリアの体育室と多目的室で各コーナーを設け、盛大に開催されました。

緑鯨城会は受付入口と出口担当でした。

当日は朝から雨、来場者は少ないだろうと思っていましたが、次から次と大勢の人がみ



え、びっくりしました。入口で靴を入れるビニール袋を渡します。赤ちゃん連れの家族や高齢者には手助けしました。学区毎の大きな地図を用意し、どこからみえたか地図にシールを貼ってもらいます。小学生や小さい子は、背伸びしたり飛びついたり、とても喜んで貼っていました。スタンプラリーの用紙も渡しました。11時ごろ(?)、どっと大勢の人々がみえた時は対応に大変でした。

会場では民族衣装を着せてもらう人、ゲームをする人、車イス体験する人等の笑顔でいっぱいでした。私達も交代で折り紙をしたり、フラダンスを体験したり、チョッピリ楽しませて頂きました。

出口ではスタンプラリーの用紙を受け取り、お土産を渡します。お菓子は自分で好きなものを選んでもらいます。“ボクはこれがいい!”と子供達は大はしゃぎ、こちらまで楽しく幸せな気分になりました。カラフルな手編みのタワシもあり女性に大人気で、これは高齢の方がコツコツ編まれたものをくださったとのこと、突然ご本人がおみえになり皆でお礼を言いました。



このフェスティバルに初めての参加で、体育室に入るのも初めてでした。“とても楽しいヨ”と周囲の方々に声を掛けたいです。楽しく、とても忙しく過ごした一日でした。



みどり多文化交流会に参加して

26期 福祉 巽 幸子

私は、初めて多文化交流会に参加、当日はとても寒く会場は南稜小学校の体育館で、交通の便も悪く、人が集まるか少し不安でした。

緑鯨城会の6名のボランティアは、受付担当です。どこの国の方か分かる様に国旗のシールを胸に貼って頂き、当日のパフレットとアンケートを手渡す役割でした。



日本・中国・ブラジル・フィリピンの方が特に多く日本在住の方は、ある程度日本語が話せます。

午後1時半より愛知県警音楽隊の演奏があり、華やかに明るく交流会が始まりました。2時頃から舞台上で魅惑的なベリーダンスが行われました。会場が熱気にあふれ顧客も熱心に見入っていました。2時半より交友タイムが、始まりました。

防災コーナーでは、身近なもので作れる防災グッズの紹介、けん玉コーナー、世界の絵本の読み聞かせ、折り紙コーナー、緑警察の防犯コーナー、桶狭間コーナーでは甲冑を装着してもらって、大人も子供も喜んでおられました。緑区のマスコット「みどりっち」も応援にかけつけてくれました。3時半から輪になってブラジルの方がサンバを踊り、一人ひとり誘って一緒に踊っていました。私も誘われたので踊っていたら、体が汗ばむほど温くなり、とても楽しかった。

最後に盆踊りを全員で輪になって踊り、言葉が通じなくても音楽や踊りは世界共通で人とつながれる事をつくづく感じる事ができました。参加人数も200名以上来られました。これからもこの様な交流会が、末永く継続されることを願っております。



マラソンフェスティバル名古屋 愛知ボランティアリーダーとして

27期 文化B 福嶋 修太

緑鯨城会ボランティア委員となり日も浅く、各会員皆様の名前も顔も分からないまま「マラソンボランティアリーダー」という役を頂き、昨年度担当者をお願いし指導を受ける。まずは団体メンバー表の作成、期別名簿を利用し作成してボランティアセンターへ報告。センターから資料及び講習日が知らされ、わからないまま講習に参加する。

Cブロック35・36・37区が担当になる。資料を見れば見るほど複雑で、このあたりから「責任」の二文字とボランティアの皆様が初対面のリーダーの指示を聞いて下さるか心配に！

「当日は時間が無い」「全般を見て回る余裕が欲しい」と区内に長を選任して補佐をお願いしようとするもまだ会ったことのない方ばかり、期別に番号の若い方に電話。

お会いして、資料とともにお願いする。

大会前日は、担当地区の偵察と資材点検に行き、異常がないことで気持ちが少し楽になる。昨年度の担当者に聞けば、「皆さんベテランだから心配することは無い」とのことでした。

大会当日は、皆様の協力のもとに事故も無く大会ボランティアを終えることが出来ました。

ボランティア支援をしてくださった皆様に感謝！感謝！

次回は楽しく支援したいと思います。



「緑区地域福祉の集い」に参加して

28期 生活A 鹿島 節子

名古屋市緑区社会福祉協議会では、永年福祉活動に携わってきた方々を讃え顕彰式を行います。3月16日、JA 緑本店では、区長表彰（活動年数20年以上）1件をはじめ沢山の個人やグループが表彰されました。

緑鯉城会は会員6名が受付を担当し、表彰される方の受付や胸にリボンをつけたり、一般の来場者に資料を渡したり、「間違いの無いように笑顔で」と気を付けながら楽しくさせていただきました。



第二部では一般の方にも福祉に関心を持っていただきたいと映画「あの街に桜が咲けば」が上映されました。

岩手県陸前高田市で東日本大震災の教訓を伝えるために、津波の最高到達点に桜を植える活動が行われています。その活動をまとめたドキュメンタリーで、桜ならば毎年春には思い出してもらえる、同じ悲しみを繰り返して欲しくないという桜を植え続ける人達の思いや姿が伝わってきました。

この映画を作った小川光一監督の講演もあり、それを目当ての人もいて会場は満員の人で埋まり盛況でした。



水の歴史資料館を見学して

27期 文化A 杉山 千代

5月17日は早朝から雨が降っていて、家を出るときは傘を持って出かけたが、天気は次第に回復し、青空が見られるようになった。

水の歴史資料館は千種区月が丘にあり、植物でできた市松模様の塀におおわれた、歴史資料館の建物が面白い。2020年開催の東京五輪エンブレムが頭に浮かんだ。



参加者男性24名、女性24名、合計48名は、3グループに分かれて資料館の方から丁寧な説明を受けた。

展示室で網の目のように張り巡らされた配水管のパネルが印象に残った。まるで、植物の根と同じように見えた。配水管の長さを全部足すと8300kmとなり、名古屋市の姉妹都市シドニーまでの距離に相当するそうだ。

給水の歴史の展示室で、印象に残ったのは自分さらえ（自助）、町方さらえ（共助）、役所さらえ（公助）という言葉である。子供の頃、隣組の溝掃除を手伝ったことを思い出した。

名古屋城下でも生活排水用悪水路が作られていた。当時はこの中には人が排泄する大小便は入っていなかった。かつて人糞は農作物の肥料にするために、もち米や野菜などと交換されたそうだ。「金肥」「下肥」として売買の対象となる立派な資源だった。

一方、衛生的な視点から蚊や蝇などの害虫を駆除し、伝染病の発生を予防するために下水道の整備・普及が行われていった。

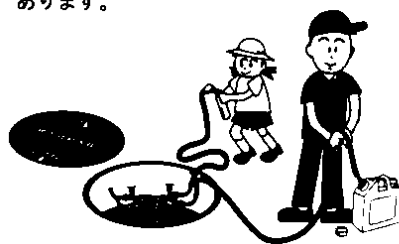
最後に、地震などで断水したとき、応急給水施設として設置された地下式給水栓と下水道直結式トイレを見せて頂いた。避難所となる市立小中学校で、住民が自ら操作して飲料水が確保できるようになっていた。町内防災訓練に参加して、地域においても理解を深めておきたいと思った。帰路についた時、道路に敷設されたマンホールに自然と目が行くようになったことは言うまでもない。



応急給水施設(地下式給水栓)

Water Supply for Emergency

この施設は、地震などの災害でこの小学校の水が出ないときに、避難した方が自ら操作して、給水できる設備です。この施設を利用するための用具は、**防災倉庫**にあります。



<問い合わせ先>
名古屋市上下水道局
O部管路センター
TEL000-0000

鯉城会 HP:緑鯉城会区会便り「みどりの広場」より
大須演芸場鑑賞会

大須演芸場鑑賞会 千客萬来 2016年2月10日(水) 18:22 返信 修正

2月10日 AM11:00 開演、大須演芸場鑑賞会に参加してきました。
まずは緑君の落語、次いで緑区浦里に住む(本人の弁?)柳家三亀司師匠の「江戸曲独楽」、あれれ!!「緑鯉城会」でのアトラクションかと間違ふ様なスタート。違います「みどりくん」ではなく歴とした二つ目「柳家緑君(やなぎやろっくん)」、更に漫才・落語が続き、中入後はお馴染みの紙切り「林家正楽師匠」落語「林家たい平師匠」。笑い!笑い!笑いの連続、外の寒さも忘れる時間を過ごしました。行事委員会みなさまご苦労様でした。






大須演芸鑑賞とその後の親睦 千客萬来 2016年2月10日(水) 23:08 修正




終了後は思い思いに「ランチ」も楽しみました

行事委員会では、今年度次のような行事を計画しております。

会員の皆様、奮ってご参加ください。

7月20日(水)	浜松城・浜松市楽器博物館・フルーツパーク	観光バス
9月29日(木)	小牧航空自衛隊見学・犬山城・貞照寺参拝	観光バス



11月16日(水)	湖東三山・永源寺 紅葉狩り	観光バス
-----------	---------------	------



2月8日(水) 大須演芸場鑑賞会

(サークル紹介) 近 況 「朝の散歩会」

25期 環境 藤原 力

おはようございます、毎週土曜日午前7時滝の水緑地東家に集合⇒緑地登頂・下山⇒滝の水公園登頂・半周後下山⇒歓談場所(喫茶店)へ。時には道中区民との触れ合いも・・・途中で歓談場所へ行くメンバー、すでに歓談場所で待機しているメンバーも。それぞれの脚力にあったペースで、10名から17名のメンバーが話に花を咲かせて8時30分頃解散。これが「朝の散歩会」のコースとなっています。おおむね30分程の散歩です。

公園へ



区民とのふれあい



頂上へ



公園から



下山



はじめまして、28年度「伊藤一夫」氏から世話人を引き継ぎました「藤原 力」(090-4233-3747)と申します。知性豊かな前任者の後、会を維持することができるか不安でいっぱいです。メンバーになって助けてください。

現在の活動メンバーは女性6名・男性11名で28年度総会時感謝状を受賞された5期生渡瀬章司氏をはじめ28期生まで幅広いメンバー構成となっています

朝の空気はおいしさを感じます。いまでは土曜日の朝の早起きも習慣になりました。桜の時期は滝の水川側道と、歩くコースにも変化をもたせています。ひもといてみれば平成3年頃開設された歴史あるサークルです。時にはランチ会、各種鑑賞、小旅行など織り交ぜながら、楽しい散歩会をめざしています

- ①雨の日は翌日日曜日、日曜日雨の時は7時30分歓談場所に集合、
- ②1月2月の散歩活動はお休みしますが、最終土曜日7時30分に歓談場所で顔合わせ、との取り決めもあります。

近隣居住者は徒歩で、車利用者は歓談場所の広い駐車場に車を止めて東家へ。

さあ、緑鯨城会のみなさん、朝のおいしい空気とさわやかな環境が待っています。
東家で「おはようございます」で始まる今日も、楽しい一日にしましょう。

メンバー紹介

5期渡瀬章司 10期荒川親郎 11期福島卓夫 16期伊藤昇治 16期國井正敏
16期倉知昌子 16期小森美佐子 20期伊藤一夫 24期上部君江 25期原田 博
25期近藤仙治 25期古橋治男 25期藤原 力 25期西岡健次 26期竹内和枝
26期加藤勝江 28期鹿島節子

仲間たち



渡瀬氏



私も、現在「朝の散歩会」のほか「ボウリング同好会」「ゴルフ同好会MKG」新しく立
上げられた「健康体操」などに加入し健康維持に努めています。

滝の水川側道



カラオケは心のオアシス

25期 文化A 原田 博

緑鯉城会のカラオケ同好会に参加して4年、毎月2回（第一、第三火曜日）皆さんと一緒に歌えるのを楽しみにしています。

会員は12期から29期まで17名（男性14名、女性3名）ですが、例会に参加するのは7、8名で、8名を超える時は2部屋に分かれます。

例会の場所は籠山西交差点近くの「シダックス」。12時に集合してランチを食べながら2時間。順番に歌いますが、一人5、6曲は歌えます。

歌の合間にお互いの最近の情報を話し合うのも楽しみの一つです。

この同好会のもう一つの活動は、平手にある「介護老人保健施設みどり」（通称コジマ会）で第三金曜日に、カラオケ支援ボランティアを行っていることです。

施設のカラオケ大会に参加して、利用者さんの歌に拍手等で盛り上げ、我々も1、2曲披露して、最後に皆さんと一緒に歌うという、楽しいボランティアです。

カラオケは心のオアシスだと思っています。体が健康な限り、これからも続けていきたいと思っています。緑鯉城会の皆さんの参加をお待ちしています。



鯉城会 HP: 緑鯉城会区会便り「みどりの広場」より ウォーキングサークル

9月30日 ウォーキングサークルに参加 25期 mizuken 2015年9月30日(水) 16:24

この秋に発足した「ウォーキングサークル」に参加してきました。第1回は大高緑地ウォーキング 9時30分に緑区役所に集合（22名）し緑地公園の入り口の広場でサークルの役員の加藤勝江さんに合わせて準備体操を軽く済ませて出発する。「万葉の径」の木漏れ日の中の整備された径を進み京都嵯峨野を思わせる竹林を通り若草山の展望台で「あの東山タワーの左に薄く雲の中に目えるのが御嶽山だよ!」と眺望を楽しみ「白玉露草」の群生地を通過して12時15分にJR 南大高駅で解散となりました。天候に恵まれ快適なハイキングでした。



今日は快晴のハイキング日和です。19期の80歳の方から今年卒業した28期生まで10名のパーティでした。少人数なので自己紹介をし軽く準備体操してスタートをしました。コースの途中で植田山コースに入り落ち葉を踏みしめながら進み桃山の給水塔を遠望してコースに戻りスタート地点に帰りました。良い汗をかきました。



第3回はあいにくの雨模様により中止

地下鉄大曽根駅で集合し、ゆとりーとラインで小幡緑地で下車、軽くストレッチの後、ピンクの枝垂れ桜の下をくぐり龍泉寺を参拝し、緑地公園内を進んだ。慰霊塔のある丘で加藤リーダー持参のコーヒーを頂き休憩する。ウグイスの声や山ツツジを楽しみながら快適な木道を進んで竜巻池の周辺では「マメナシ」という植物の蕾の中に小さな花をつけている枝もありました。案内の看板には、この辺りが群生地「氷河期の生き残り…」と書いてありました。

今日は風も少なく好天にめぐまれ、公園北口に出て丁度お昼となり皆でランチ(松山)をして解散となりました。

(リーダーさん 現地の下見や重たいコーヒーのお湯を運んで頂きありがとうございます。)



青春時代をもう一度

28 期 地域 加藤 昭博

若いころより体を動かすのは嫌いでない自分でした。

高年大学ではハイキングクラブに無事入部。「心身の健康と安らぎを求め、春夏秋冬、自然の中で野山を歩く」を基本理念に自然を親しみ季節の移り変わりを肌で感じながら、心身をリフレッシュして体力づくりおよびクラブ員相互の親睦を深め、仲間づくりを進めるものです。毎週、午後 30 回程、5～10 キロ、時間にして 4 から 5 時間の行動です。

現在もハイキング 28 期会として月 2 回の予定で継続しています。

緑鯨城会に参加しましたが、既存のサークル活動には余り関心がありませんでした。ところが昨年 9 月頃に送付されてきた「同好会・サークル特集」という冊子の中で「ボウリング同好会」のサークル紹介が目にとまりました。数十年も前、何時間待ちも苦にせずボウリングに熱中した青春時代を懐かしく思い出しました。

“夢（青春時代）をもう一度”と直ちに入会しました。12 月に第一回の例会を行い、隔月で十数名の仲間と楽しくプレイをしています。例会後のランチも美味しくいただいています。

ボウリングはストレスを解消し、軽く汗かく適度な運動であるとともに、おしゃべりしながら親睦が深まるすばらしいスポーツです。



緑鯨城会会員の皆さん、参加をお待ちしています。

「のぼそう、健康寿命」をモットーに！ がんばりましょう。



21 期 気力の集い

21 期 陶芸 名桐 英夫

私「この野郎」が 21 期を紹介します。

鯨城入学から 11 年目になり平均年齢は 77 才で後期高齢者、体力の衰えを気力で補い行動しています。今年の会員は残念だが 4 名が抜けて 28 名と少し寂しくなりました。

昨年度の期別活動は、「研修会」を中央卸市場で市場の見学、検査体験などして、昼食は市場内で大間のまぐろを食し、近況を語り、参加者 20 名が初めての体験を楽しみ味わう事ができた。



「忘年会」は小や町で食しながら全員が近況を報告、食しながら全員が近況を報告、ゲームで賞品を取りあったりして仲間をより知ることが出来た。参加者 17 名。

「総会」は木曽路で懇親昼食会を兼ね、参加者 20 名が新たな年度に向かって歩き始めた。

「この野郎」が思うには、仲間が一人でも多く集まる事を最優先に考慮する。まずは女性達の声聞き、知り、賛同を得ることから始める。そして情報の早い伝達や集いの手伝いなど女性の隠れた力・逞しさを仲間が広がっていく。また集いに関心が向くように、会食は女性向きの料理を考慮し、集いの選択は「見たい、知りたい」等を考慮して決め、開催日は出来るだけ早く知らせる。集いの場では、新たな事を知り、少しでも感動し、情報交換で仲間の近況を互いに知る。話題は年々「腰が痛い」「体力気力が後退してきた」など寂しくなってくるが、元気な年長者や仲間の姿を見、会食時の美味しいの声や笑顔でお互いに 1 年を取り戻していく集いを感じる。

最後は組織の流れ、まず会長の一言、これで集いが和やかに始まる！これが大切。

期別委員は集いを計画。もっとも大切な学科代表、熱意をもって情報を流し、仲間を誘い、全体のつながりを保っていく。

「この野郎」は今年が心配だ！ 期別委員二人とも男性だから！！
宜しく 21 期を！！



ボケ防止

21期 健康 足立 昌三

加齢に伴い、著しく老化が進んでおります。そこで私は、太極拳・社交ダンス・リズム体操・川柳・スペイン語等で時間の許す範囲で楽しみながら自己流のボケ防止をしています。

[太極拳]

平和公園のメタセコイヤ広場で週一回行っています。野外ですので風の音、鳥のさえずりなど聞きながら24の形を習っています。先生はボランティアで「糸柳元英」氏です。一つの型を腹式呼吸しながらゆったりした動きで行っています。心の安らぎを得、ストレス解消にもなっていると思います。



[社交ダンス]



退職後再び始めましたが、昔のステップは全く通じず、新しいステップで習っています。月2回で、先生は中日文化センターでも教えておられる「松崎幸子」先生です。

練習は厳しくミスすると「百年経っても上達しない」と一喝され、落ちこぼれしない様頑張っているところです。今は1級を習っておりますが、1ランク上のブロンズ級に進めたら幸いと思っています。

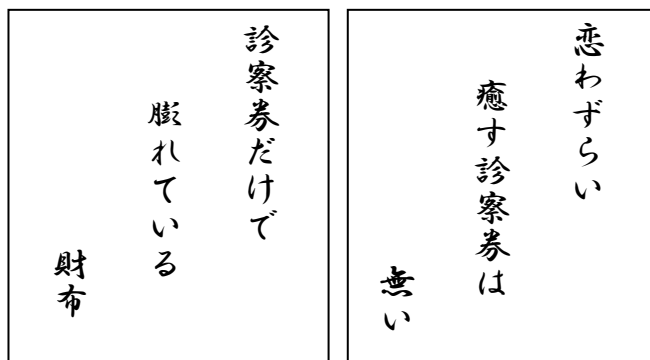
[リズム体操]

学科の卒業生を中心として、千種スポーツセンターで行ってきましたが、緑区内の相原郷の公民館の改築もあり、千種をやめ緑リズムに移り2年経過しました。先生は学科でお世話になった「池田靖子」先生です。先生の相変わらずの軽妙な進行で月3回楽しくまた親睦も兼ねて行っています。

[川柳]

数年前から始めたばかり、作品展には出展させていただいておりますが、心細い限りです。日頃から関心毎にメモを取る、辞書を引く、あたためるなど心がけておりますがなかなか上達しません。これからは病院通いも増えることと思います。

そこで診察券について二題



ご叱正のほどお願いします。

[スペイン語]

NHK のラジオと TV の講座を聴取して、8年目になります。目下3級に挑戦中です

絞りの出会い

27期 健康 蟹江 喜代子

「絞りとの出会いは?」とよく尋ねられます。子供の幼稚園で母親の絞り教室があり、絞りを体験したのがきっかけです。主人の転勤で各地を転々としていましたが、今度名古屋に戻った折には是非絞りをしたいと思い、有松に住むことにしました。

長年絞りをなさっている方々に色々な絞り方を教えていただき、技術を磨いてきました。そうした中で助手としてお手伝いをしている内に代わって教室を任せていただき今の私があります。

四百年以上続いている絞りも衰退の一途をたどり、三百種あった技法は、今は八十種類ほどに減ってしまいました。

こんな中で、少しでも皆さんに技法を伝え、次の世代に伝えていただければと思っています。

緑鯉城会の皆様と自分だけのティシャツなどを作るお手伝いが出来たことを嬉しく思っています。ありがとうございました。



目指せ趣味の作品展!!

本年度も蟹江さんを講師に迎え、下記の通り講習会を開催しますので、奮ってご参加ください

記

日時 9月23日(金) 午後1時から

場所 徳重地区会館 実習室

参加希望は別途募集いたします

以上

報 告

平成 28 年度第 1 回運営委員会開催 5 月 21 日（土）徳重地区会館にて開催

31 期生第 1 回地域ミーティング

5 月 25 日（水）午後 1 時半から学園 5F 講堂において今年入学された 31 期生対象の第 1 回地域ミーティングが学生数 81 名のうち 78 名の参加をえて、開催されました。



鯉城会 HP:緑鯉城会区会便り「みどりの広場」より 健康体操サークル発足 扇川遊歩道クリーン&ウォーキング

緑鯉城会健康体操サークル発足 みどりのカエル 2016年6月3日(金) 18:33

返信

修正

桂 三枝（現：かの文枝）の落語の一節に「一番人間にとって大事なものは『健康』だそうです。『健康』が金よりも何よりも一番だそうです。とにかく命よりも『健康』（笑）!! もう『健康』さえ少々気を付けていけば、命がなくなっても何て事はない（笑）!!」とありますが、医者から「もっと運動しなさい」と言われても、なかなかできるものではありません。

今回発足しました「緑鯉城会 健康体操」は会員の皆さんの啓発と親睦を兼ねた企画で楽しい時間をつくるものです。これなら継続できそうです。

本日は発足日ですので、詳細な運営規約の説明とお世話になる方々の紹介がありました。

- 1) 高須賀会長挨拶と運営方針の説明
- 2) 役員紹介 青山 敬 佐藤 義人 加藤 勝江 伊藤 靖子
- 3) 講師 七里 正子先生の挨拶（日本体育協会公認 スポーツ指導者 名古屋高年大学 30 期在学中）
- 4) 瀬戸信用金庫 加藤支店長の挨拶（会場を提供いただきましてありがとうございます）

早速トレーニングに入りました。ご夫婦で参加されてみえる方も散見いたしました。50 年間使っていない筋肉に目覚めを教えて、さわやかな汗を流しましたが、明日が心配です。来週も頑張りましょう、もう少し生きれそうです。

会長および幹事・・・・・・・・・・七里先生・・・・・・・・・・加藤支店長



健康体操サークルでは、さらなる会員の皆様の参加をお待ちしています。

毎年6月の第一土曜日を楽しみにしています。梅雨入り前の一日を朝の扇川清掃&ウォーキングに参加して体に活を入れ、お昼を挟んで有松の紋祭りで過ごすことにしているからです。今年の扇川清掃は都合良く曇り空、準備体操から扇川沿いの清掃を兼ねたウォーキング1時間弱。年相応の運動になります。家に帰って熱いお茶を一杯、そして有松へ。いつも通りの賑わい、絞り会館から祇園寺の間を店を覗きながら往復して遅い昼食、満足した一日でした。あっ！ 明日は学区の一斉清掃日だ。

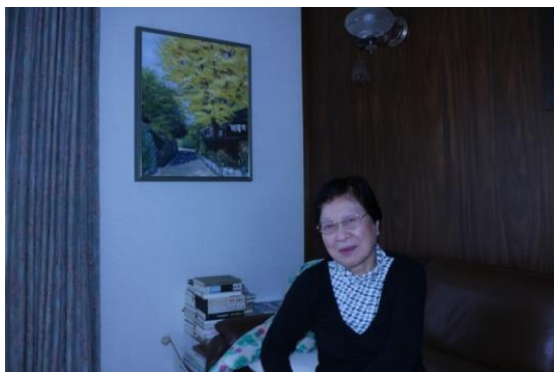
写真追加



当面の行事予定

- 7月20日(水) 日帰りバス旅行(浜松城・浜松市楽器博物館・フルーツパーク)
- 9月20日(火) 鯉城会主催「グラウンド・ゴルフ交歓会」
- 9月29日(木) 小牧航空自衛隊見学・犬山城・貞照寺(観光バス)
- 10月8日(土) 鯉城会主催「鶴舞公園クリーンキャンペーン」
- 10月22日・23日「趣味の作品展」 10月22日(土) 緑区 区民まつり
- 11月5日(土) 鯉城会主催「堀川清掃大作戦」
- 11月16日(水) 日帰りバス旅行(湖東三山・永源寺紅葉狩り)

表紙：油絵 21期 美術 今井 正子さん



66号の表紙をお願いしたところ快くお引き受けいただき、5月半ばにご自宅を訪問し撮らせて頂きました。訪問の翌日から鯉城学園時の「国際文化クラブ」のお仲間と1泊2日で旅行にお出かけになるお忙しい時にお邪魔しました。ご自宅は緑区太子の高台にあり、とても眺めの良いところ。

油絵は始めて30年余になられ、黄葉祭りで知られる「稲沢市祖父江町の銀杏」ほか何点もあり迷いましたが、緑区ということでこの「有松天満社裏の葡萄園」の風景画を選ばせていただきました。

素人写真でかつプリンターでは、油彩の深さ・光彩・色合い等十分に表現できなかったことはご容赦ください。今年も「趣味の作品展」への出展をお願いし、会員の皆様方には是非会場に足をお運び頂き、今井さんの油彩の実物をご観覧いただきたく思う次第です。

編集後記

総会も終わり、平成 28 年度がスタート、ふれあい 66 号も新加入の 29 期生広報委員が、校正・編集・印刷・製本に加わり発刊の運びとなりました。

この 1 年の間に「ウォーキングサークル」「ボウリング同好会」「健康体操サークル」と相次いでサークル・同好会が発足、発起人の皆さんの熱意とご苦勞に感謝したいと思います。また開催の都度、参加者の方々がその様子を鯰城会ホームページにある緑鯰城会コーナー「みどりの広場」に投稿していただいております。今回、多くの皆さんに見て頂きたく、転写し掲載させていただきました。また総会アトラクションで披露して頂いた「銭太鼓」もサークル・同好会として発足の準備がされているとのことです。

6 月 4 日扇川清掃&ウォーキングの直後に気象庁は「東海地方も梅雨入りしたとみられる」と発表しました。今しばらく梅雨の憂鬱と次に来る暑さに苦しまされそうですが、今年度の「無理せず、できることを楽しむ」をモットーに乗り切っていきましょう。

緑鯰城会
広報委員会