

守山鯨城会便り

第61号

令和2年6月発行

発行 名古屋市高年大学守山鯨城会
名古屋市高年大学鯨城学園



守山区役所交差点 桜



道標

目 次

” 令和2年度の抱負 ”

		頁
<本部役員>	会 長 石橋 正幸	1
.	副会長兼ボラ委員長 井上 米子	1
.	副会長兼幹事 谷口 賢三	2
.	総務兼広報委員長 角田 悟	2
.	会計委員長 二村 正明	2
.	行事委員長 松本 直良	2
.	監 査 酒井 淳二	3
守山鯨城会 活動	総 務 担 当	3
” 入会して一言 ” 33期生		
<新会員>	守山東 福井 恵子	4
.	志段味 斎藤 義昭	4
.	守山北 谷口 冨美子	4
.	守山北 岡田 純子	4
.	守山北 蓮尾 陽子	4
守山鯨城会 地域役員名簿	総 務 担 当	5
守山鯨城会 創立30周年	実行委員担 当	6
自宅で楽しく運動をしましょう	広 報 担 当	7
気分転換でリフレッシュ	広 報 担 当	8,9

道標

龍泉寺街道の道標で、守山区役所交差点の北西に有り「従是北龍泉寺道」と記される。江戸時代の地図では、小幡から北へは龍泉寺街道が、南へは笠寺道が延び、小幡は守山の中心で街道の接点でもあった。

道標には次のように刻まれている。

東面：従是北龍泉寺道 北面：宝暦十三癸未年千日参是心
 西面：馬頭観世音菩薩 南面：是より 里うせん寺

※「道標」の解説文

資料提供（守山東 26期 福祉 峰村 道弘）

” 令和2年度の抱負 ”

会 長

石橋 正幸 (31期 地域A 守山)

清々しい初夏の季節となりました。会員の皆様もご健勝のことと思います。しかし今年には新型コロナウイルス感染が拡大し、4月には非常事態宣言が出され戦々恐々ともいえる状況です。3月以降は施設使用やイベントの禁止がなされ、守山鯉城会においても、感染防止の観点からまた実施上の支障から当面の間、会の諸活動を休止することと致しました。再開については今後の動静をみてお知らせ致します。

また、鯉城会の運営では、学園の入学者数の減少や入会率の低下など課題も多くあります。会員の皆様から役員会・地域会のあり方、行事のやり方などご意見をいただき、丁寧に見直しを図っていきたくと思います。

このような状況ですが会の目的である

- 1 会員相互の親睦をはかり、健康と教養を高める。
- 2 地域社会の貢献としてボランティア活動の実践
- 3 学園の発展に寄与する。

を念頭に、会務を遂行してまいります。

想定外のことが起きた時にこそ、常に一体感を持ち、一致団結して進んでいきましょう。

会員の皆様の一層のご協力ご支援をお願い致します。

副会長兼ボランティア委員長

井上 米子 (29期 文化A 守山)

今年度守山鯉城会は、創立30周年を迎えます。

先輩達の足跡を大事にしながら、新しい風を吹き込んで魅力ある守山鯉城会にしていきたいなあと考えています。

会員の皆様の御協力と助言とをお願いしたいと思います。

ボランティア委員は年間を通じて、たくさん協力お願いする部署です。

町美は月1回、玉野川は月2回、これ以外でも助けていただく事が多くあります。

会員の皆様の助けがなければ達成できない所です。

本当に会員の皆様、「楽しく助けていただける様に」私も頑張りますので、1年間よろしくお願ひします。



副会長兼幹事

谷口 賢三 (32期 生活B 守山西)

今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で、総会・三役会及び地域会が開催できなくなり、会員皆様との連絡調整に苦慮している次第です。

まだ暫くは、3密(密閉・密集・密接)を避けなければなりません。

しかし、家に閉じこもりがちになりますと、動かないことから健康への影響が心配されます。こうした状況が続きますと抵抗力や回復力も減退しますので、私は自宅でもできるちょっとした運動で減退防止に努めています。

また、幹事の担当で鯉城会のホームページを担当している関係から、メールや電話などで連絡を取り合っています。皆さんも、この機会にインターネットのホームページで「鯉城会」を是非見ていただきたいです。

他の16区鯉城会の活動を読むだけでも元気が出ると思います。

そして、副会長としては守山鯉城会の運営方針に従って会長を補佐し、会員の一人ひとりが活躍し易く、状況の変化に対応した守山鯉城会の発展に努めてまいります。皆さまのご支援ご協力を、よろしく申し上げます。

総務兼広報委員長

角田 悟 (27期 福祉 守山西)

総務の大きな仕事は、役員会がスムーズに運営されるように事前準備をすること。会議後は会議内容を会員の皆様に分かり易く報告することだと思っています。

広報の今年の目標は「守山鯉城会創立30周年記念誌」を発行することです。創立10周年・20周年記念誌を参考に会員の皆様の記憶に残る記念誌にしたいと思っています。

会計委員長

二村 正明 (30期 環境 守山東)

今年度は「東京2020」が7月に開催される希望に満ちた”年”になる予定でしたが新年度のスタートに合わせるように「新型コロナウイルス」による病魔が全国で猛威を振るっています。その影響で年度当初からの予定はすべてキャンセルとなり、一転、絶望につつまれたスタートとなりました。

ところで、守山鯉城会は令和2年度に「結成30周年」を迎えます。昨年度からその準備を着々と進めてまいりましたが、こんな状況では開催できるかどうか誠に不透明です。しかしながら、折角の節目の年でもありますので、何とか開催したいと願っています。微力ながら他の役員さんと共に開催に向けて頑張っていきたいと思っています。

行事委員長

松本 直良 (31期 美術 守山東)

今年度のスタートは新型コロナ禍のせいで大変なスタートになりました。

全てがいつ再開できるかも分らず忍耐の日々でしょう。

今年度新しく行事委員長に任命され大変な時期ではありますが皆様と守山鯉城会発展のため尽力していきたいと思っています。今年1年よろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス騒動の為、年度末、年度初めの行事はすべて中止となり、波乱の中での令和2年度スタートです。3密を避け、ステイホームに努めていますが、改めて色々な屋外活動が自由に出来る事がいかに貴重で大切な事であるかを痛感させられる日々です。早く以前のような日常の生活に戻って欲しい、そうなればこれまで以上に守山鯨城会の様々なイベントに参加して、皆さまと楽しく過ごしたいと強く思っています。今は我慢、我慢です。

守山鯨城会の活動

総務委員会 三役会・役員会・地域ミーティングなど全て中止です。

ボランティア委員会 町美など全て中止です。

行事委員会 委員会中止です。

広報委員会 委員会中止です。

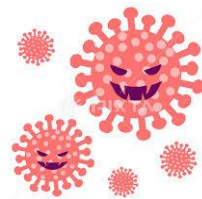
創立30周年実行委員会 委員会中止です。

地域主催行事 森孝地域主催行事中止です。

新型コロナウイルスの次にやってくるもの

(日本赤十字社)

恐怖がやってくる
・報道やうわさでパニックになる



防止策

- ・恐怖に餌を与えない
- ・恐怖のささやきに耳を貸さない
- ・恐怖から距離を取る
- ・恐怖が嫌がることをする
- ・恐怖は誰の心の中にもいる
- ・励ましあおう
- ・応援しあおう

・人は団結すれば、
恐怖よりも強く、賢い。

・恐怖に振り回されずに
正しく知り、正しく恐れて、
今日私たちができることを、
それぞれの場所で。



福井 恵子 (守山東 福祉(音楽) 重要文化)



pixta.jp - 57526910

鯨城学園では、音楽専攻で楽しい時間を過ごさせていただきました。
卒業して、地域に少し貢献できたらと守山鯨城会に入会しました。
水彩画クラブの先輩方と水彩画を描いていくので、作品展に出させていただきます。

斎藤 義昭 (志段味 環境 歩いて知ろう)



鯨城学園では環境科と歩いて知ろう会に所属していました。
守山鯨城会では麻雀とハイキングクラブを希望しました。現在、自治会活動と水、金にテニスをやっています。できるだけ参加します。
よろしくお願いします。

谷口 富美子 (守山北 福祉(音楽) 重要文化)



母が入所した施設を訪れると何もせず車椅子に座っているだけで会話も無い。
聴力も関係しますが、ほとんどの方がそんな感じ。
何が出来るかわかりませんが心を寄せて、出来ることに参加したいと思います。

岡田 純子 (守山北 陶芸 水彩画)

1. ポケない努力をして生活することが大切。
2. 自分でも何か他人の為に役立てるか？
3. まだやれると自信を持ちたい！
4. たくさんの仲間と助け合う大切さがわかる。
5. まだまだ勉強不足を感じます。



蓮尾 陽子 (守山北 健康B 旅行)

新しく仲間に加えていただきます。どうぞ宜しくお願いいたします。
忙しい学園生活が2月末に突然終了しびっくりいたしました。
守山鯨城会の活動もまだよくわかりませんが、少しずつ参加したいと思います。



令和2年新会員は5名です。



令和2年度 地域委員一覧表

役職	地域	氏名	期	学科
行事委員	守山	伊藤 清和	27	地域
	守山東			
	守山西	木下 麗子	30	生活A
	守山北	三浦 勉	27	環境
	大森	加藤 和子	30	生活B
	森孝	後藤 和悟	28	福祉
	志段味	加藤 範子	24	文化B

役職	地域	氏名	期	学科
広報委員	守山	鈴木 英臣	30	地域B
	守山東	峰村 道弘	26	福祉
	守山西	杉本 三夫	25	陶芸
	守山北	岩田 繁	26	園芸
	大森	服部 美代子	30	環境
	森孝	三宅 賢一	25	園芸
	志段味	奥崎 三彌	25	陶芸

役職	地域	氏名	期	学科
ボランティア委員	守山	酒井 淳二	30	地域A
	守山東			
	守山西	寺尾 守	29	園芸
	守山北	竹本 勝洋	30	園芸
	大森	早川 喜代美	26	生活B
	森孝	衛藤 孝義	26	地域
	志段味	今泉 文雄	29	園芸

役職	地域	氏名	期	学科
地区委員	守山	宮地 房枝	31	健康A
		可児 勝久	27	地域
		井上 米子	29	文化A
		元島 けい子	31	健康A
		小林 秀明	23	環境
		米山 二美江	29	福祉A
	守山東	星 八千代	30	園芸
		立川 哲夫	28	文化B
		加藤 章夫	28	陶芸
		山田 功	26	国際A
		森 栄治	30	園芸
		鶴瀬 ハツ子	29	生活A
	守山西	日比野 泰彦	23	文化A
		小路口 鈴子	29	生活A
		北野 信子	30	健康A
		岡部 正幸	30	国際A
		長谷川 峯	31	地域B
		藤原 修	25	福祉
		河村 節子	25	環境
		牧野 信廣	32	美術
	守山北	水野 八重子	26	文化B
		長井 穂	30	園芸
		加地 久子	28	文化A
		前波 勇	31	園芸
	大森	早川 喜代美	26	生活B
		内野 正	26	地域
		鈴木 敏邦	29	文化B
尾崎 奈留美		31	生活B	
森孝	三宅 賢一	25	園芸	
	佐藤 美子	27	環境	
志段味	なし			

守山鯨城会創立30周年のお知らせ

日時 令和2年11月11日(水) 13時45分～(予定)

場所 守山文化小劇場

式典 来賓祝辞など

是非 会場にお越し下さい!

役員一同お待ちしております。

アトラクション ・太極拳



揃いのユニフォームをお披露目です。

健康維持に最適な運動

・カラオケ

楽しく歌います。

あなたの心をトリコに



・鳴子 さくら会



氷川きよしのズンドコ節を踊ります。

一緒に手拍子を

自宅で楽しく運動をしましょう

なんとといっても “体が基本” 新型コロナウイルスを追い払おう！

筋カトレーニング

1 ばんざい 肩関節と肘関節

手順

- ①両腕を開き、指先を上に向けて、肘を肩の高さまであげる
- ②肩を中心に、指先を下に向ける

胸を張りましょう



2 ツイスト 腰関節と股関節屈伸群

手順

- ①肘を曲げ、肩の高さまであげる
- ②腕と反対側の足をあげ、肘とくっつける
- ③反対側も行う

なるべくからだをかがめないようにしましょう



3 けりあげ 主に大腿四頭筋

手順

- ①イスに深く座る
- ②ゆっくりと片方の足をまっすくにのぼす
- ③ゆっくりと元の位置まで戻す
- ④反対側も繰り返す

足をのばしたら、つま先を上に向ける



4 横上げ 主に中殿筋

手順

- ①つま先を正面に向けて立つ
- ②ゆっくりと足を真横にあげる
- ③ゆっくりと足を下ろす
- ④反対側も繰り返す

ガニ股にならず、真横にあげる

ふらつきを防ぐために
テーブルやイスをつかむ



解答

A	B	C
---	---	---

提供元：クロスワード.jp

夏クロスワード

タテのカギ

- 2 たたみをしいた日本風の部屋。
- 3 水の底のこと。
- 5 ウニやヒトデと親戚で体側にイボがある。
- 7 夏は暑く、冬は寒い地形。
- 8 スイカ・メロン・キュウリはこれの仲間。

ヨコのカギ

- 1 山きて海へとはいる水の流れ。
- 3 蝶が食べる花の〇〇。
- 4 相撲の力士の呼び名。
- 5 一番暑い季節。
- 6 父母の母親。夏に帰省して会うことも多いのでは。
- 8 ターメリックのこと。カレーのスパイスとしても。
- 9 これを入れて飲むと冷たくなる。

並べ替え

第1問

きかうにんこっ

回答

ヒント: 交代で書きます

第2問

ふんるえいざん

回答

ヒント: 冬に流行します

第3問

せししょうくが

回答

ヒント: 勉強しに行きます

魚へんクイズ 下から正しい読み方を選びましょう

- ① 鯨 () ② 鯖 () ③ 鯛 ()
- ④ 鮎 () ⑤ 鮑 () ⑥ 鮪 ()
- ⑦ 鯰 () ⑧ 鰹 () ⑨ 鱸 ()

すずき / たい / まぐろ / なまず / はも
あわび / さば / あゆ / くじら

回答

1 カ	2 ワ C		3 ミ	ツ
	4 シ	コ	ナ	
5 ナ	ツ		6 ソ	ボ
マ		8 ウ A	コ	ン
9 コ	オ	リ		チ B

A
B
C

ウ
チ
ワ

- 問1 うんこうにつき
問2 いんふるえんぎ
問3 しょうがくせい

- ①
②
③
④
⑤

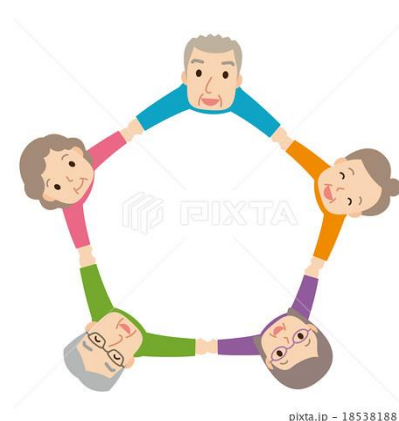
- くじら
さば
たい
あゆ
あわび

- ⑥
⑦
⑧
⑨

- まぐろ
なまず
はも
すずき

名古屋市高年大学鯨城学園

守山鯨城会 今こそ心一つに！！



守山区のシンボル

会員の皆様覚えて下さいね。！



(守山区の シンボルマーク)



(守山区の木 ドングリ)



(守山区のマスコット モリスちゃん)



(守山区の花 キキョウ)

令和2年2月より変更

編集後記

「守山鯨城会便り61号」をお届けいたします。発行にあたり会員多数のご協力を頂き、感謝申し上げます。

<本部広報委員> 角田 悟 (27期守山西) 伊豆 克廣 (29期志段味) 斎藤 義昭 (33期志段味)

<地域広報委員> 鈴木 英臣 (30期 守山) 峰村 道弘 (26期 守山東) 杉本 三夫 (25期守山西) 岩田 繁 (26期守山北)

服部 美代子 (31期 大森) 三宅 賢一 (25期 森孝) 奥崎 三彌 (25期志段味)