

# 中鯨城会だより

第42号



表紙裏の説明をご覧ください

令和4年7月

発行 中 鯨 城 会

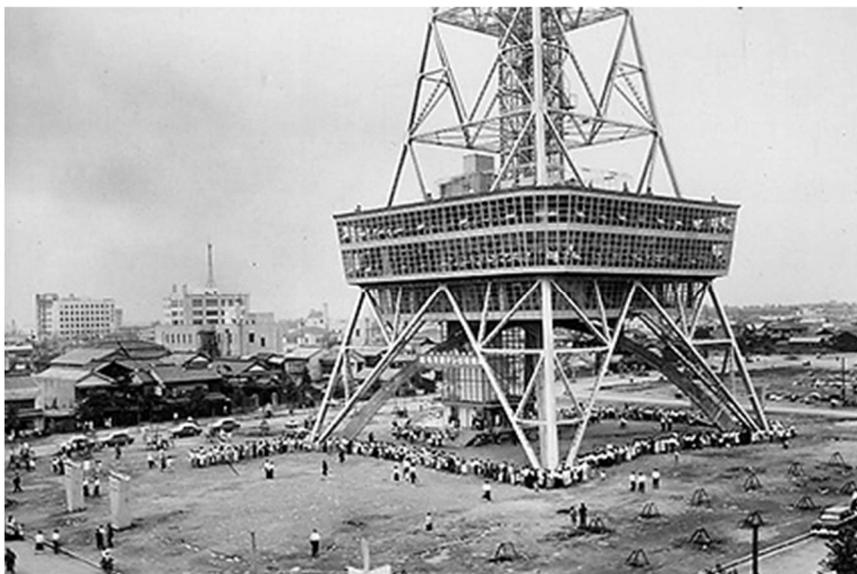
名古屋市高年大学鯨城学園



昔の名前はテレビ塔、2021 年からは中部電力のミライタワー。

東京タワー(1958 年)より早い 1954 年(昭和 29 年)、名古屋の戦後復興と都市計画の中、観光とテレビ放送用電波発信のために建設され久屋大通り公園に高さ 180m で完成したが、2011 年からテレビ電波がデジタル放送となって瀬戸デジタルタワーから送信されることになった。

役目を終えた今は、レストラン、カフェ、ホテル、スカイデッキ展望台、ライトアップなど名古屋のシンボルとなっています。



(上写真 5 枚はネットから)

# 「志在千里」

2022 年度会長 堀田友三郎  
(33 期健康専攻/マジック)



コロナ禍になって鯉城学園が閉鎖された 2 年前に中鯉城会に入会しました。したがってこの会での活動は全く何もできなかった 2 年間でした。そこで会長をやるように言われ戸惑っているのが現状です。しかし、誰かがやらなければならず引き受けざるを得ませんでした。

引き受けた以上は出来る限り頑張っこの会を活性化したいと思えます。今までの活動をほとんど知りません。白紙だからできることもあると思えます。私の好きな言葉に「志在千里」があります。曹操の『歩出夏門行』の漢詩の 1 節です。年老いても気持ちは千里を駆ける意欲を持つという意味です。私はこの言葉と「青春とは心の持ち方を言う」で始まるサムエルウルマンの詩が好きです。還暦を迎えた頃から老後の準備をしてきました。お蔭で今も元気に忙しく動き回っています。「スポーツも人生も後半戦がおもしろい」これを実践しています。大の中日ドラゴンズファンです。

しかしながらこの 2 年は自粛生活を余儀なくされました。我々高齢者にとってはこの自粛生活でフレイルになった方がふえました。もちろん感染が恐ろしいのは事実ですが、フレイルになるのは同じように恐ろしいことです。毎日、活動することが第一です。私はこの 2 年余もほとんど自宅待機した日はありませんでした。趣味のスロージョギング、ボウリング、マジック、ヨガ、エアロビと動き回りました。野球観戦も毎月続けました。老後に必要なのは三Kだと言います。金、健康、交流です。金は今さらどうしようもありません。与えられた中で無駄遣いをなくすしかありません。しかし、健康はいくらでも自分で努力できます。鯉城学園で健康専攻に入ったのもその一つです。良い仲間を得ることができました。鯉城学園マジッククラブに入り、マジックを始めました。仲間とデイサービスなどへ行き演じたりするようになり、地域でもマジック仲間とサークルを立ち上げました。地域での地域福祉活動にも積極的に参加しました。福祉会館の活動にも参加しました。しかし、行政はコロナ禍で自粛、閉鎖が相次ぎ、自分たちで場所を探し活動するしかありませんでした。

やっとコロナ禍も一段落した今年 4 月から感染は収まりませんが、活動は再開され始めています。With コロナでやるしかありません。昨年秋から川柳の勉強会にも参加し始めました。昨年の秋の作品展を見て何も文化的才能がないので川柳ならと思って参加したのですが、これも格調の高い文芸でした。しかし、楽しく続けています。福祉会館では認知症予防リーダー研修にも参加して名古屋市 16 区での ZOOM 会議に出たり、コグニサイズ研修を受けたり、これも新しい交流です。

思いつくままに書き綴ってきましたが、人生の最終コーナーを楽しんで走っています。多方面に顔を出しているこの中鯉城会のお世話係がどれだけできるか心配ですが、できるだけ適当にやるつもりです。ぜひ会員みなさんが積極的に発言し、行動していただきたいと思えます。みなさんで魅力ある中鯉城会にしていましましょう。魅力あれば会員も増えると思えます。がんばりましょう。よろしくお願ひします。

## ご挨拶

鯉城学園 学務主任（中鯉城会担当）

松浦 和彦



中鯉城会の皆さまにおかれましては、永年にわたって各方面でご活動・ご活躍されておられますことに衷心より敬意を表します。特に、栄や金山地区での清掃活動をはじめ福祉施設のボランティア活動やさまざまなイベントへのボランティア参加は、本学園が掲げる主たる目的の一つである「卒業後に地域で活躍できる人材育成」を実践していただいております。私どもの誇りに思うとともに感謝の念に堪えません。

令和2-3年度は2年間にわたり、新型コロナウイルス感染拡大により本学園も休校を余儀なくされ、授業をはじめ各種行事やクラブ活動等（オンライン公開講座を除く）全て中止となりました。多くの学生さんの期待を裏切ることになり、苦渋の毎日が続くこととなりました。

しかしながら現在は、先進国を中心にウィズコロナの考え方が広まり、わが国でも経済活動が動き出し、徐々にではありますがコロナ禍以前の生活に戻りつつあります。本学園も十分な感染対策を前提に、全ての活動を再開しており、キャンパスにもやっと学生の元気な声が戻ってきました。この後は2年間の空白を埋めるためにも、積極的に学園生活をサポートさせていただいております。

さてここで、僭越ではありますが超高齢化社会での生き方を示唆する意味で、「青春」（詩人、サミュエル・ウルマン）という一遍の詩をご紹介します。

『青春とは、人生の或る期間を言うのではなく、心の様相を言うのだ。年を重ねただけで人は老けない。理想を失う時に初めて老いがくる。歳月は皮膚のしわを増すが、情熱を失う時に精神はしぼむ。年は七十であろうと十六であろうと人は信念と共に若く、疑惑と共に老いる。希望ある限り若く、失望と共に老い朽ちる。』

結びとなりますが、中鯉城会の益々のご発展と会員の皆さまのご健勝を祈念し、ご挨拶とさせていただきます。

## 「人生百年時代」に思う

22 期 浅井康洋

今年2月、百歳になる叔母が亡くなりました。「人生百年時代がやって来た」100歳以上が8万人生存と言われているが身の回りでは初めての出来事。気丈な人で95歳迄長男夫婦の世話にならず悠々自適に一人住まいを続け5年前に体力の衰えには勝てず施設に入所。コロナ前には頭もはっきりしてみえ安心していましたがまん延防止で面会も途絶えたまま静かに天寿全うされた。

若い頃は当時女性には珍しくゴルフ、ドライブ、麻雀など多趣味で後年は「更紗」に注力、展覧会には大作を出展され多くの友人に囲まれ幸せな人生を送られました。自分たちの良き相談相手で目標でもあった。

「縁なればこそ人の生きがい」とにかく人との付き合いを大事にする様との言葉を授けてもくれました。私も昨年喜寿を迎え年相応に故障箇所も増えているがお陰様で首から上はホボホボ元気、相撲甚句や水彩画仲間との付き合いを続け「老化」から「朗化」を目指して日々過ごしている。

## 「タクシーでの話」

30 期 岡本洋造

私は知識も常識ありませんが、タクシー運転手さんから聞いた事を書いてみました。

タクシー代金は鯉城学園を卒業したくらいの年齢とか、身体障害者などの方は1割引きとのことです。

また役所は縦社会ですが、先日区役所の福祉課の方から「あなたは年金受給者で確定申告をしていませんか」と尋ねられたので「していません」と返事をしましたら「税務課へ行きましょう」とのことでした。税務課の職員と話して、身体障害者ですので税金が還付されるとのことでした。

本当に知識がないと大変ですね。

## 「久しぶりの懇親会」

28期 水野 勇



昨年の中鯨城会 30 周年記念行事がコロナの関係で延期され今年の総会と一緒に催行される予定でしたが、また今年も総会を開くことが出来ませんでした。

でも、総会後に予定してあった「懇親会」だけは皆様のご協力のお陰で無事に終わることが出来、中鯨城会で 29 名もの会員の皆さんが一堂に会したのは大変久しぶりのことでした。

この場で、2022 年 3 月までの前会長・岩瀬富美子さんと、4 月からの新会長・堀田友三郎さんのご挨拶のあとやっと和やかな雰囲気になりワイワイガヤガヤ と。

岩瀬さんどうも有難うございました。

そして新会長・堀田さん、これから宜しくお願いします。



岩瀬前会長は、ちょうどコロナが始まった 20 年 4 月からの 2 年間頑張ってくれ「何もわからないまま、何も出来ないまま」と言われましたが、コロナ禍の下でそれはそれは目に見えないご苦労がいっぱい有ったことと思っています。

堀田新会長は、「中鯨城会へ入会しましたが、その後イベントらしい会合が何も無かったので何も分かりません」と言われましたが、その通りですね。皆で協力して前会長・新会長を支えて行きましょう。



## 「川 柳 に 遊 ぶ」

30 期 木原 榮二

突然、コロナ禍に見舞われ、この 2 年間巣ごもりに近い毎日を過ごしました。ただ、この巣ごもりの中でも、私は退屈はおろか毎日楽しく充実した毎日を送りました。それは「五七五」の川柳の句を作ったり、先輩の秀句を読んだりと楽しく遊べたからです。

3 年前、「つくも」のボランティア活動の先輩に川柳教室に誘われました。当時私は 81 歳、今更勉強なんてと思いましたが教室の平均年齢が 78 歳と聞いて少しの安心と、自分のボケ防止になるかもと、出席してみました。

教室では特に抵抗もなく、試しに見様見真似で作った 3 句を先生に提出しました。ところが、驚いたことに先生の添削であつという間に素晴らしい句に生まれ変わり、その解説を聞いて驚き、と共に何となく面白さを感じました。

先日、ある句会の宿題に「点」とありました、

私の句 「晩学の心に点火友の活」と提出したところ、佳句（良い句）と褒められました、これでも川柳です、この程度の句なら誰でもすぐに作れます。

晩学に「何かを」とお考えの方、ボケ防止に「何かを」とお思いの方、下記へお電話を下さい、歓迎します。

川柳の一番の魅力はお金がかからないことです、紙、鉛筆、消しゴムだけですから。

28 期	成瀬雅子	052-331-6075	携帯	090-3257-9489
30 期	木原榮二	052-324-2032	携帯	090-9336-5635
30 期	堀田友三郎	052-301-6823	携帯	090-8542-2903

## 「今 考えている事」

30 期 朝日英子

思い起こせばそれはダイヤモンドプリンセス号の横浜入港から始まりました。乗船客は長い間下船できず、その間に船内では感染者が増え続け、新鮮な海水を得る為に東京湾を往復する豪華客船を私達はテレビで見っていました。

それから地球規模で広がって行ったコロナは 70 代になった私の生涯をガラッと変えてしまいました。目に見えないウィルスは変異を続け、感染は収束しそうにありません。この間分かったことは、日本が科学技術的な面で先進国ではなかったということです。何より、ワクチンが外国頼みであったことが驚きでした。

自粛生活を続けるうちにいつの間にか、自分の足腰が弱ってきました。そして、「広報なごや」から市長の写真が消えて行きました。そのうちにロシアがウクライナに侵略した為、多くの犠牲者と難民が出て核戦争の心配もされています。

21 世紀はこの先いったいどうなっていくのでしょうか、傍観者であってはならないとは思いますが、、、、

## 「高齢者運転免許認知症テスト」と「ひまわり」

25期 高木 義博

先日私が受けた高齢者運転認知症テスト16個の絵の中に「ひまわり」が出た時「しめた!! 私の好きな花だ、私の好きな映画だ」と思った。そして他のテストをやらされた後に16個の絵を思い出せと言うテストです。しかし私は「ひまわりの絵」をどうしても思い出すことが出来ずショックだったが、ソフィアローレン主演の「映画ひまわり」は思い出せた。

半世紀ほど前の映画ひまわりは第2次大戦で引き裂かれたイタリア人夫婦を描いた名作として知られている。旧ソ連の戦線に送られ戦後もずっと行方不明のままの夫を妻が探しに行くと、夫は現地の女性と家庭を築いていた。

妻が探して行く途中、広大なひまわり畑の前で案内人が「ごらんなさい。ひまわりや、どの麦畑の下にもイタリア兵やロシアの捕虜が埋まっています」と。ロケ地はソ連時代のウクライナ南部ヘルソン州とされ、実際に先の大戦中ウクライナでは多くの血が流れた。

今はロシア兵が侵攻するヘルソン州の町で路上に立つロシア兵に地元の女性が「何しに来た? ひまわりの種を持って行け、あんたが死んだらそこに花が咲くから」と食ってかかる様子が英メディアで紹介拡散され喝采した人は多いようだ。「ひまわり」はウクライナの国花です。種が原料の油は特産である。

本来は陽光を想起させる大輪が戦争の残酷さを象徴しているのは悲しくあり。結局、映画の夫婦はそれぞれの道を歩む。最後の別れの前、夫は戦地で死にかけてところをその地の女性に助けられた事などを語る。

妻は納得した表情などは見せないが、しばらく沈黙の後に夫の顔を見つめながら「私も老けたでしょ、あなたも顔にしわ」と。引き裂かれ心痛に耐えている人は今どれほどいるのだろう。今も同じ事が繰り返されている愚かなことを幾度繰り返すのだろうか?

他人ごとではない。我々は、今戦争をしているロシアが隣国だという事を覚悟しておかなければならない。

## 「美化清掃活動」

25期 黒田忠宏

栄地区の美化清掃活動に参加して思ったことです。

1人では出来ない事でも皆で行えば楽しいです。以前に比べて街がきれいになった様に感じます。御園学区の老人クラブは 月2回下園公園の落ち葉などを集めたりする活動をしています。

何事も、出来る限り続けて実行する事が大切だと考えています。

# 「知多四国 88 か所巡り」

30 期 伊藤守和



1 番札所 曹源寺

令和4年(2022)寅年もコロナ感染症のオミクロン株がなかなか収まる気配がありません。

元旦から家で過ごすのもつまらないので手短かに計画できる知多四国 88 か所スマホ写真撮影巡りする事を思いつき初詣もかねて名鉄前後駅から徒歩 25 分の豊明市 1 番札所 曹源寺に行き次の 2 番札所 極楽寺に歩を進めるがスマホに道案内を『極楽寺』と入力で東浦町 7 番札所 極楽寺が表示され新年早々大失態 22,113 歩も歩く羽目になりました。でも田舎道をのんびりと歩くことができ、元日を過ごすことができました。今回の反省に思いつきでなく、きちんと計画を立てた行程作りにパソコンのインターネットの下調べで、スマホ撮影した写真

の取り込みファイルへの整理、ワードで訪問先記録作成と、頭の体操にも随分と貢献。

2 回目、1 月 3 日に JR 大府駅から大府市 2 番 極楽寺→3 番 普門寺→4 番 延命寺へと 3 か所を徒歩巡礼 15,828 歩。

3 回目、1 月 9 日に JR 森岡駅から東浦町 8 番 傳宗院→9 番 明德寺→10 番 観音寺→11 番 安徳寺と 4 箇所を徒歩巡礼 17,641 歩。

4 回目、1 月 15 日 JR 石浜駅から東浦町 11 番 安徳寺 (2 回目)→半田市 12 番 福住寺→番外 東光寺→54 番 海潮院へと 4 か所を徒歩巡礼 26,728 歩。

5 回目、1 月 22 日名鉄阿久比駅から阿久比町 13 番 安楽寺→14 番 興昌寺→15 番 洞雲院→16 番 平泉寺→17 番 観音寺へと 5 か所を徒歩巡礼 18,165 歩。

6 回目、2 月 5 日このコースは近隣に電車駅がなく車にて大府市 5 番 地藏寺→6 番 常福寺→東浦町 11 番 安徳寺 (2 回目) →半田市番外 奥の院海蔵寺→18 番 光照寺→19 番 光照院→20 番 龍台院→21 番 常楽院と巡礼。現代の文明の利器カーナビゲーション利用で 8 か所もいとも簡単に回ることができました。

7 回目、3 月 10 日車にて武豊町 22 番 大日寺→23 番 蓮華院→24 番 徳正寺→武豊町 25 番 円観寺→開 偉航寺→美浜町 26 番 弥勒寺→番外時志観音影現寺→27 番 誓海寺→開山所 禅林堂→28 番 永寿寺→南知多町 29 番 正法寺 と 11 か所回る。

8 回目、車にて 3 月 17 日に南知多町 30 番 医王寺→31 番 利生院→32 番 宝乗院→33 番 北室院→34 番 性慶院→35 番 成願寺→36 番 偏照寺→番外 お亀さん浄土寺→40 番 影向寺→41 番 西方寺→42 番 天龍寺→43 番 岩屋寺→番外 岩谷寺奥の院→45 番 泉蔵院と 14 か所回る。

9 回目、3 月 19 日に車にて 44 番 大宝寺→46 番 如意輪寺 47 番 持宝院→48 番 良参寺→49 番 吉祥寺→50 番 大御堂寺→51 番 野間大坊→52 番 密蔵院→55 番 海潮院→57 番 報恩寺と 10 か所を回る。



57 番札所 報恩寺

この中鯉城だよりが発刊される頃にはこの巡礼も完了していると思います。

## 「美化清掃活動（栄地区） 5月15日」

出席者 14名

32期美術 長井 淳子

当日は少し吹く風も心地よく感じられる青空でした。  
コロナの影響で繁華街の人出が減少し、ゴミの量も一緒に減りました。  
作業終了後はコロナへの配慮で、即解散となりました。  
作業終了後の歓談も楽しみの一つですので、自由に歓談できるように早くなれば良いと思います。皆様、ご苦労様でした。



(この外にも12月12日栄地区、3月20日金山地区を清掃しました)

## 「美化清掃活動（金山地区）に参加して」

33期 堀田友三郎

私が中鯉城会に入会して参加している唯一の行事がこの美化清掃活動です。令和2年からこの美化清掃活動に参加し始めました。年に5回、中区の栄地区と金山地区で交互に実施されています。コロナ禍で中止になった時もありましたが、屋外での活動ですのでほとんど実施されてきました。毎回10数名の参加者で2グループに分かれて1時間半ほどかけて清掃活動を行います。コロナ禍当初の飲食店休業時はかなり道路が汚れていましたが、今回の金山地区はきれいでした。深夜に外飲みしている人がいたのでしょうか。桜の開花が近いのに北風が強く寒い日でした。私は市民会館から東別院、名古屋テレビまでの範囲を回ってきました。落ちているのはほとんど吸い殻です。大きなごみは落ちていませんでした。私も以前はヘビースモーカーでしたので煙草を吸う気持ちは分かりますが、マナーは守ってほしいものです。SDGsが叫ばれています。たばこ規制もSDGsの一つになっていますが、マナーだけでも守ってほしいものだと思います。

これからもこの美化清掃活動は続けていきたいものです。

## 「コロナに感染しない体にするには」

28期 山川 富久 福祉

今、3回ワクチンを受け、マスクに手洗い等で自己防衛している。

感染したら自己責任だ。そこでウィルスに負けない免疫力の強い体作りをすることです。

人体は細胞からできている。細胞は毎日新陳代謝を繰り返し常に新しく生まれ変わっている。そこで丈夫で免疫力ある新しい細胞の材料となる栄養素と水分を消化吸収させねばならぬ。その為には、毎日バランスの良い食事とスムーズな排泄が大切です。

この機能を第2の脳と言う腸が実行している。私達が食べた物の栄養素と水分を消化吸収して血液を通じて体のすみずみの細胞に送り届けている。腸内には約100種類の腸内細菌が100兆個住みついている。腸は免疫力を高め便秘を予防し、コレステロールを減らす働きをする善玉菌を発酵食品、乳酸菌、食物繊維で育て増やしている。

悪玉菌が増えると有害物質を作り大腸がんのリスクを高めてしまう。又ストレス、運動不足、高脂肪で低植物繊維の食生活、抗生物質の服用、喫煙、過度の飲酒等で悪玉菌を増やすので、健康維持のためこのような原因を断って善玉菌を増やす腸内環境作りの食生活と生活習慣を実行してコロナに負けないようにしましょう。

## 「ご協力に感謝です」

32期 岩瀬富美子 地域A

2年間の会長を退任いたしました。

令和元年に中鯉城会に入会しまして、2年3年と会長を就任させていただき有難うございました。この2年間、新型コロナウイルス拡大で、通常の行事や会員との交流などままならない状況でした。区会では、ボランティアの地域美化清掃活動が開催できましたことは何よりだったと思っています。

中鯉城会の運営にあたっては、前会長の伊藤さんはじめ、諸先輩にはあたたかいご指導、ご支援といろいろご協力いただき有難うございました。

令和4年度新会長、33期堀田友三郎さんに無事引継ぎができました。

今後とも宜しく願いいたします。

この2年間ではいろいろと学ぶことも多くありました。またいろいろな体験も出来ましたことは、私にとっては貴重な糧となっています。

これからも会員の皆さまと協力して支え合い思いやりのある中鯉城会に、一人でも多く新会員を迎えます様に、新会長さんのもと中鯉城会のますますの発展を祈念しています。

皆様のご支援ご協力宜しくお願い致します。

ありがとうございました。

## 「今 思うこと 1」

29期 大島 照代

平穏な生活が何よりと思うのに世界中コロナ禍で大変な時にロシアのプーチンは何故戦争を起こすのでしょうか

3年前から小学生になった子供たちは毎日マスクを外せないでいます 大きな声でおしゃべりしたり皆んなで話しながら給食も食べたいはずなのに一度も出来ていない

戦争にかかる資金があるのなら全世界の製薬会社に提供してこれからも続くかもしれないコロナのような病気を治せる薬の開発に使うべきでないのかなと思ってしまう

全世代やりたい事や出かけたがたい所がいっぱいあるのに制約されています

我々の世代は元気で出かけられる体力も限界が近づいてきているよね  
まだまだ行きたい海外もあります

皆んなで自由に動ける普通の生活が早く戻ってきて欲しいですね

## 「今 思うこと 2」

中鯉城会でボッチャが始まりますよね

16区フェスと言う舞台があると頑張れますね

今までじっとしてきたので何か新しい事始めたいなと皆さんも思っているのではないかな？と

今度、松原女性会でも何かしたくて

ハンドベルの教室を立ち上げることにしました

友人のピアノの先生に相談したら仲間になって指導して下さることになりました

女性会で募集したら15人ほど集まり6月から始めたいと思っています

敬老会と中女性会の芸能まつりに参加する予定です

ボッチャにしてもハンドベルにしても新しい事にチャレンジする事は若さを保つ秘訣かなと思います

## 「布のネコ」を作る会

33期 和氣 明美

昨年度の作品展に「布のネコ」を出展しました。  
洗濯ばさみが中に入っているので色々な所にくっつくし、昨今のネコブームもあってか作りたいたいの声がありました。

私もプレゼントしてもらって嬉しかったので、是非作り方をお伝えしたいと思いました。コロナ禍も少し落ち着いていた11月16日の午後、中区社会福祉協議会のボランティアルームに6名が集まり手と口を動かし、およそ3時間でお気に入りのネコが出来上がりました。

その後、「また作ったよ」とお聞きし、機会があれば時々皆で集まって親睦を深められたらいいなあ と思いました。



## 「中鯉城ボッチャの会」第1回 実施報告

2022年5月10日

33期 堀田友三郎



新しくボッチャの会を5月10日に立ち上げました。

ボッチャとは何か知らない方が多いと思いますが、昨年夏の東京パラリンピックで金メダルを日本が取り話題になりました。最近各地でシニアにボッチャの輪が広がっています。鯉城会でもすでにいくつかの区会で実施されています。

中区在宅サービスセンター3階研修室に12名のみなさんが参加して第1回ボッチャの会を開催しました。全員が初めての参加でしたが、中区社会福祉協議会飯田直美さんの指導の下で、すぐにルールも分かり、1時間の練習後にトーナメント方式で熱戦を繰り広げました。

「もっと強く！」 「白を外へ出せ！」  
「赤にぶつけよ！」 「青が勝つが得点を増やせる」など、あっという間にゲームに

通じたように掛け声がかかりました。2時間があっという間に経過して楽しいひとときを送りました。これをきっかけに中鯉城会から中区全体にボッチャを広め、地域のシニアを元気にしようという壮大な夢まで語り合いました。まずは我々がこのボッチャの技術を習得しなければなりません。来月以降も第二火曜日午後と同じ場所で開催しますので多くのメンバーが集まることを期待しています。

中鯉城会ボッチャサロンを開設し、定期的開催しようという声も出ています。初めての体験でしたが、コロナ禍で運動不足になりがちでしたが、withコロナ時代を迎え、感染に注意しながらボッチャに取り組みましょう。



## 「今 考えていること」

28期 成瀬 雅子

戦後のベビーブームに生まれてから70年あまり、世の中いろいろの事件・事故があったが概ね平穏な人生だった。それがコロナ禍で一変した。

そして今回のロシアのウクライナ侵攻。他人ごととは思えない。

世の中何が起こるか解らないと思った。ともあれ日本は平和な国でありがたいと思う。

人生一度きり、知り合った人とのご縁を大切に、授かった命を大切に活かしきりたいと思う。断捨離しすっきりしたいと思うが思い出が邪魔してなかなか捗らない。もうやめめた!! その時は残された子供たちが何とでもするだろう。ほどほどで良いと悟った

(?)。断捨離を挫折したということです。これからは細りゆく気力・体力をなだめながらいろいろな事に興味・関心をもって「日日是好日」と平凡に暮らしていきたい。

中鯨城会の思い出はいろいろあります。

つくもボランティア・作品展・社会見学・清掃活動等々（現在は殆どしてなく申し訳ないです）。4~5年程前に原因不明の足腰の痛みがありツクモボラから遠ざかりました。中鯨城会がご縁で知り合った同期の木村さんの紹介で川柳の会に入り7年目になります。なかなか奥が深く数少ない趣味の中で今は川柳が一番おもしろい。コロナ禍で自粛生活の中でも本を読んだり作句したりと退屈するどころかかえって忙しく充実して過ごせた。興味のある方は一度教室に見学に来て下さい。

それにつけてもコロナと戦争が一日も早く収まる事を願っています。

## 「今 考えていること」

29期 鈴木 守宏

- ・心身が健康であること。

健康が伴わなければ好きな事が出来ない、そして健康であれば楽しい時間を多く作って日々色々と活動ができる。

- ・コロナウイルスに感染にしないこと。

自身が感染しない様に日々健康な体を保ちつつ、他人に迷惑を掛けない様に留意している。

## 「雑感」

27期 文化A 森 晃

本年6月で後期高齢者となりました。

体調は？ それなりに芳しくありません！ 脊椎管狭窄症と診断され腰が痛く歩くことも辛くなって来ました、耳も遠くなりました、目もしょぼしょぼします。平均寿命は81.64歳だそうです、親が84歳まで生きました、親の歳までは何とか現状を維持し頑張りたいと思います。

コロナ禍以降ステイホームを余儀なくされ、その間、家でボンヤリもの思いにふける事が多くなりました、突然思い出しました「そう言えば朝ごはん食べたかな？」 昔のことはよく思い出すのに直近の事が思い出せない！ ボケの始まりか？

コロナも明るい兆しが見えてきた、4回目の予防接種も出来そうだし、マスク外してもいいようだ！ 2年ぶりにクラスの食事会が開催されました、あれから10年、出席者15名とチョット寂しいが、最高齢者は男性で89歳、皆うわべは元気そうだが聞いてみるとあちこち悪いようだホッと一安心？ 10月再会を約し散会、果たして何人集まれるのか？

我が中鯨城会の活動もボツボツ再開して来ました、いろいろお膳立てして頂けるので助かっています、特に私の様な自分で企画し行動することが出来ない人間にとって中鯨城会は有難い存在です、各種行事に参加し元気な皆さんの顔を見て勇気を貰う事が出来ます。

日常に戻ってきた今日この頃ですが中鯨城会の目玉行事「つくもボランティア」の再開はいつになるのかな？ 高齢者施設にとっては命に係わる重大事で慎重な判断が求められます、軽々には再開の判断が下せないものと思います。

施設の判断待ちで再開しますが、懸念される事がメンバーの減少です、2年半活動していません、その間新メンバーは入っていません、退会者は高齢者故若干名います、再開が決まった折には皆さんに協力を依頼します、その時は宜しくお願い致します。

## 「詐欺にはくれぐれもご用心」

28期 水野 勇

いろいろと手の込んだ高度なテクニックの詐欺が溢れている。

大金を渡してしまう前にちょっと誰かに確認すれば済むことだが、相手はその確認をさせる余裕が無いように次から次へと急がせる。

ネットで調べると、オレオレから始まり還付金など、有るわ有るわ、いっぱい有るわ。

私たちは本物の高齢者です。

この文章を読んでいる今のいまは冷静でも突然かかって来て助けを乞う様な電話に慌てふためき、つい残り少ない虎の子年金を渡してしまったり振り込んでしまったり、、、、では手遅れなので、、、、

詐欺にお金をだまし取られない様に、より一段と気を引き締めて生きて行かなくては。

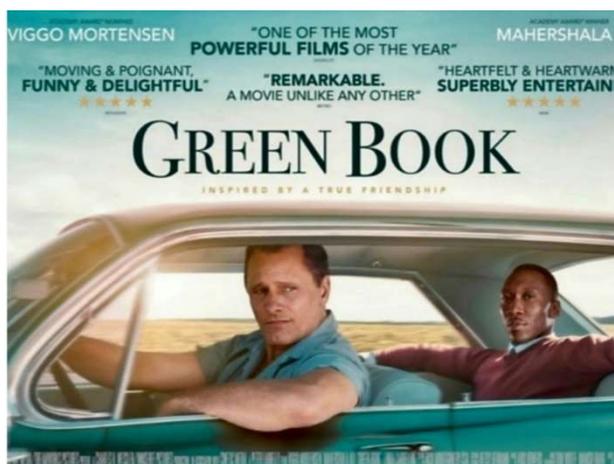
## 第 1 回社会見学会 名作映画鑑賞会

5 月 18 日(水) 15 名参加

30 期 伊藤 守和

コロナ感染症のために社会見学会も 2 年ぶり無事開催できました。  
28 期中川さんのお世話で覚王山日泰寺山門前に集合して、近くの楽陶館元館長の吉田さんが自宅を開放された覚王山すぺ〜すRにて、題名『グリーンブック』2018 年度アカデミー賞 3 部門受賞作品、笑いと涙で観るもの全てを幸せに包む感動の実話！

ストーリー、時は 1962 年、ニューヨークの一流ナイトクラブ、コパカバーナで用心棒を務めるトニー・リップは、ガサツで無学だが腕っぷしとハッタリで家族や周囲に頼りにされていた。ある日、トニーは、黒人ピアニストの運転手としてスカウトされる。彼の名前はドクター・シャーリー。カーネギーホールを住处とし、ホワイトハウスでも演奏したほどの天才黒人天才ピアニストは、なぜか差別の色濃い南部での演奏ツアーを目論んでいた。二人は〈黒人用旅行ガイド＝グリーンブック〉を頼りに出発するのだが.....



参加者は 15 名、映画終了後にテーブルに 3 箇所に分かれてお菓子と奥様直々にブレンドされたコーヒーを陶芸家が造られたコーヒーカップにて飲みながら映画の感想、映画鑑賞会を続けてほしい、初めて会った会員同士の交流、と楽しい日を過ごすことができました。帰りは覚王山組と池下組に分かれて解散となりました。



# 令和4年度 中鯉城会事業計画

令和4年 4月

月 日	事業内容	場 所	参加	ボラ
毎月第1金曜日委員会 年間 毎週 月曜・木曜	(予定は第1金曜日で、その週の月曜に印刷準備) つくもボランティア	在宅センター研修室 ユートピアつくも		○
4月 8日(金)	親睦会 第1回中鯉城会委員会 (5月からは委員会日は記入ありません)	木曾路(錦店)		
5月 15日(日) 17日(水) 18日(水)	美化清掃活動第1回:矢場公園 第1回ポッチャの会(以降第2火曜予定) 社会見学第1回(映画見学会)覚王山	栄地区美化 1) 在宅センター研修室 見学 1)		○
6月 17日(金)	第2回地域ミーティング(対象 34期生) イオン金山イエローキャンペーンPR 店内にて	在宅センター研修室 イオン金山		○
7月 10(日) 20(水)	中央福祉専門学校生との交流会 美化清掃活動第2回:古沢公園 社会見学会第2回 ソレイユプラザなごや	日福中央福祉専門学校 金山地区美化 2) 見学 2)	中止	○
8月	中央福祉専門学校の福祉健康祭 「デーサービスなか」夏まつり 御坊祭り	日福中央福祉専門学校 在宅センター 東別院	中止	○ ○ ○
9月 22日(木) 23日(金)~25(日)	こころの絆創膏キャンペーン 作品展:搬入 第16回中鯉城会作品展	栄周辺 市政資料館(東区と同日に) 市政資料館(東区と同日に)		○
10月 1(土) 16(日) 18(火) 19(水) 26(水)	鯉城会:鶴舞清掃キャンペーン(予備 8日) 美化清掃活動第3回:矢場公園 公開講演会 第3回社会見学会:多治見 第21回グラウンドゴルフ交換会	鶴舞公園 栄地区美化 3) 伏見鯉城ホール 見学 3) 庄内緑地公園		○ ○
11月 5(土)予備日(12) 17(木) 16(水)午後 18(金)午前	堀川清掃大作戦 第5回 16区フェスティバル 地域ミーティング(対象 37期) 地域ミーティング(対象 37期)	伏見柳橋 東スポーツセンター 学園 学園		○
12月 2(金) 11(日)	委員会のあと 忘年会 美化清掃活動第4回:古沢公園	金山地区美化 3)		○
1月 18(水) 27(金)	健康教室 つくもボラグループ 新年会 区会説明会 (34期)	講師(山川) 鯉城学園		
2月 15(水) 17(金)	なかもんなかボラ交流会 (対象 34期)鯉城会入会申込 (対象 34期)鯉城会入会申込	在宅研修室 鯉城学園 鯉城学園		○
3月 9(木) 12(日) 19(日) 22(水)	こころの絆創膏キャンペーン 第13回鯉城OB文化祭 ウイメンズマラソンボランティア 美化清掃活動第5回:矢場公園 第4回社会見学会NHK見学テレビ塔	金山駅周辺 鯉城ホール 栄地区美化 5) 見学 4)		○ ○ ○

\*社会見学各行事について相手方との日程協議により予定を変更する場合がありますので、毎月の行事案内を確認して下さい。

## イオンの「イエローキャンペーン」について。

昨年度は、イオンから¥13,600の寄付を頂きました。

毎月11日のイオン・デーに、イオン金山店で買い物をすると黄色のレシートが発行され、それをイオン店内にある「中鯨城会の投函ボックス」に入れて頂くと、年間で集計してその1%が中鯨城会に還元されますので、皆様もいっばいご協力お願いいたします。

その寄付金で皆さんに配布されるコピー紙、封筒、プリンターインク等を購入して大変助かっています。「中鯨城会の投函ボックス」は金山店のみです。

令4年7月 中鯨城会だより 42号 編集後記

この「中鯨城会だより」は、会員の皆さんの「投稿」で出来ています。

たくさんのご協力、どうもありがとうございました。

また、製本についても担当者の負担がより少なくなっているように少し変えてみましたので、ご意見お待ちしております。

コロナ禍で、いろいろなイベントが中止になってしまいましたが、健康第一で皆さんと一緒に乗り越え、少しでも早く以前の様に自由に集い動き回れる日々に戻りたいものです。

年間イベントも編集してありますが、事情により内容が変更されることがありますので毎月の連絡を参考にして下さい。

発行：中鯨城会・名古屋市高年大学鯨城学園

発行責任者：中鯨城会会長 33期 堀田友三郎

広報担当：杉浦孝和・岡本洋造・水野勇



名古屋市高年大学鯨城学園

中鯨城会