



なかがわ

鯉城会電子版

第13号
令和8年9月号



初秋のころ季節の移りかわり、孫との団らん AI イラスト 38期 陶芸 安井克幸

ブロックの活動

各ブロック会議を通じて地域での会員相互の情報交換も含め絆を深めることを目的としております。それぞれのブロックが計画した案件で他のブロックでも参加するなど硬軟を織り交ぜた活動を推し進めます。

- ・東ブロック：あおなみ線から東の地域
- ・中ブロック：あおなみ線～庄内川までの地域
- ・西ブロック：庄内川以西の地域



主な内容

	ページ
1. 鯉城会電子版発行について	2
2. 16区フェスティバルのご案内	2
3. ウィメンズマラソンボランティア参加募集	2
4. 新規会員投稿特集	3～5
5. 社会奉仕・行事委員会報告	6
6. なかがわ三ブロック合同行事	7
7. 中川鯉城会ガイド	7

	ページ
8. 同好会特集	
雑学倶楽部/短歌クラブ	8
中川コーラス・コスモスクラブ	9
グラウンドゴルフ/ボウリングクラブ	10
中川手品クラブ	11
ランチしよう会	12
ボッチャ同好会	13
9. 東山みんなでさんさく/スマホで遊ぼう	14
10. 声のたより	15

名古屋市高年大学
名古屋市鯉城学園

URL : <https://kojyokai.net/nakagawa/>

中川鯉城会



鯨城会電子版の発行について

鯨城会電子版

年間を通じて活動を行って頂いている内容から会員個別の意見・発信を主体に取り纏めます。
(中川鯨城会ホームページの区会誌内に掲載します)

No.	項目	内容	※発行月
1	区会連絡事項及び各イベントの報告	年間鯨城会のイベント(女子マラソン・文化祭・16区フェス等)を含む案内、役員会・総会・作品展案内等を含む議事内容	6, 9, 12, 3 月
2	行事委員会報告記事	年間を通じて参加報告及び予定	6, 9, 12, 3 月
3	社会奉仕委員会活動	年間を通じて参加報告及び予定	6, 9, 12, 3 月
4	特集	新役員挨拶記事(2026年)	6 月
5	特集	新規会員インタビュー投稿記事(2026年)	9 月
6	特集	各同好会インタビュー投稿記事	9 月, 12 月
7	ブロック活動	みなさんの声まとめ(東ブロック)	9 月
8	ブロック活動	みなさんの声まとめ(中ブロック)	12 月
9	ブロック活動	みなさんの声まとめ(西ブロック)	3 月

※発行月は目安とし、発行日は中旬(15日～20日)とします。又、発行を見送る場合がありますのでご了承ください。(見送った場合は次の発行月となります。)

広報委員会

第9回 鯨城会 16区フェスティバルのご案内

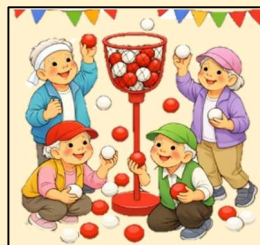
鯨城会会員が一堂に集い、会員相互の親睦をはかる

令和8年度 16区フェスティバルが開催されます。

見学・応援のみでも歓迎です。さあ、誘い合ってご参加ください。

「あかるく」「楽しく」「元気に」!

参加申込及び詳細内容は“なかがわ鯨城会だより”8月号差込チラシを参照ください。



1. 日時 令和8年11月19日(木) 9:30(開場) ~ 16:00(解散)
2. 場所 東スポーツセンター 東区大幸南 1-1-10
地下鉄 名城線「ナゴヤドーム前矢田駅」下車1番出口 徒歩5分
3. 演技種目
 1. ○×クイズ
 2. 輪投げビンゴ
 3. 龍の玉送り
 4. 玉入れ

総務委員会 委員長 松岡義明 Tel 090-5850-6039

ウィメンズマラソンボランティア
at 2027. 3. 14 参加申込中

申込締切：令和8年10月10日

社会奉仕委員会 副委員長 穴井千恵子 Tel 090-1981-9291

新規会員投稿特集

本年度新規会員のみなさんにご紹介を兼ねて7名の近況を投稿いただきました。みなさんご協力ありがとうございました。

縁は異なるもの

39期 歴文B 秋田 等

4年前の中日新聞市民版で『笑える合唱団員募集』の記事を見てすぐに入団を決心しました。「イカメン合唱団」と言って指導者は鯉城学園コーラスクラブの指導者でもある柴田先生です。平均年齢80歳・最高92歳の高齢男性合唱団ですが、毎回楽しく元気に練習をし、歌以外にもパフォーマンスの楽しさは観客に大変喜ばれています。

12月の第二回「鯉城カラオケフェスティバル」にも前回好評だった事もあり、ゲストとして参加予定です。

19名の団員半数が鯉城学園OBでもあり仲間の勧めもあって、私も39期生で入学し今年卒業しました。

これからは、中川鯉城会の一員としてお世話になりますので宜しくお願いいたします。



現在中川鯉城会同好会 中川鯉城会コーラス・手品クラブ入会 イカメン合唱団

現在の活動

39期 園芸 武田功

4月から鯉城学園入学前に断った町内会の役員を引き受け、学区の清掃、横断歩道の旗振誘導、防火、防犯パトロール、祭事の準備等の活動をしています。

自宅では園芸で学んだ知識をもとにナス、イチジク等の野菜、果物作りと庭木の剪定をして楽しんでいます。

これまで鯉城会の十分な活動をしていませんが、都合のつく限り参加したいと思いますのでよろしくお願いします。



新しい活動の場

39期 健福B 谷川洋子

このたび鯉城会に加入し、多くの方々と交流する機会を得ることができ、大変うれしく思っています。

活動に参加してみると、皆さんが明るく温かく迎えてくださり、安心して楽しい時間を過ごすことができました。さまざまな行事や趣味の活動を通して、新しい友人ができ、毎日の生活に楽しみが増えたと感じています。

健康づくりや仲間づくりを大切にしながら、地域に少しでも貢献できるよう努めていきたいと思い鯉城会に加入して本当によかったと思っています。今後も皆さんと楽しく充実した時間を過ごしていきたいです。

生きがいづくり

39期 健福B 平柳修次

これからの生きがいの目標を探するために夫婦で鯉城学園に入学しました。その延長で地域のボランティアに積極参加するようになりました。同時にマジッククラブに所属していたこともあり卒業後 39 期生が主体で立ち上げたマジッククラブ（サンキューマジック）と中川手品クラブの先輩に誘われ夫婦で2クラブに参加させて頂いています。

元々18年ほど前からラジコンヘリを作って、近くの河川敷で飛ばすことを趣味としておりました。その後、ロボットに興味を湧きAI搭載したロビーちゃん（ロボットの名前を付けて覚えさせると反応します）を作って遊んでいます。

簡単な声掛けで歩いたり、座ったり動くこともできます。



AI 搭載組み立て式
ロボット



健康づくり

39期 健福B 平柳美代子

3階で家庭菜園をしています。

今年はトマト、モロヘイヤ、ツルムラサキ、大葉、ニラ、モロッコインゲン、キュウリ等の健康野菜を作りました。野菜も夏バテですが、育った野菜は無駄なく料理しました。

健康作りでは卓球も続けています。鯉城学園入学が切っ掛けで地域ボランティアと手品（マジック）は夫婦で続けています。



今、落語界は空前のブームだそうです。確かに、「ホール落語」のチケットはなかなか取れません。

今から60年ほど前は、あの大須演芸場で、当時四天王と言われた四人の名人、先代文楽師匠、小さん師匠、金馬師匠、円生師匠の「余一会」(演芸場は上席、中席、下席の各10日間で構成されていて、大の月の31日は「余一会」というような名称で興行をします。)などでも当日飛び込みで入場できるくらいでした。

私が上京した頃の東京では志ん朝師匠、談志師匠でも当日券で入場することができました。当時、噺家は、東京で80人程度でしたが、現在は東京、上方合わせると「前座」というような修行中の方を含め、1000人を超えるような数がいるそうです。

ブームといっても名を残すには、厳しい世界ようです。落語の素晴らしい所は、扇子と手拭いだけを使い、何人もの登場人物を一人で演じ分ける事で、同じ噺を何度聴いても新鮮に感じさせてくれる事です。

今、私のおすすめの噺家は、柳家三三(やなぎやさんざ)師匠ですが、皆さんも一度「落語の世界」にどっぷりと浸かってみませんか。



初秋の頃

今年は暑い日が続きました。季節の変わる時期、体調を崩した方もお見えかと思います。いわゆる「秋バテ」と言って感染症・血圧上昇・胃腸不調を発生させます。今年はインフルエンザが早や流行の兆しがあります。

体内に熱がこもりやすくなり、その結果、倦怠感や食欲不振、脱水などが起こりやすく、放置するとフレイル(筋力・活動量の低下による生活機能低下)につながるリスクがあります。

症状を発生させない工夫としては養バランスの取れた食事、適度の運動慣習、体温管理、入浴でリラックスする等、日常生活の工夫をして乗り越えましょう。

1. あおなみ線荒子駅周辺の清掃活動（9時45分荒子駅前集合）

実施日	参加者数	可燃ごみ	資源ごみ	不燃ごみ	違反広告物
7月21日（火）	19	2	1	1	0
9月15日（火）					

10月以降は10月20日（火）、11月17日（火）の予定です。

2. こころの絆創膏キャンペーン9月14日（月）
9時～9時30分名古屋駅地下街で実施予定です。

荒子駅周辺清掃参加の皆さん

3. 今後の予定

- ・中川区民まつり清掃ボランティア活動。
今年はアジア競技大会実施で令和9年2月28日（日）となりました
- ・堀川清掃大作戦11月14日（土）10:00～11:30 ボランティア募集中10月8日迄
- 今期の予定も残り少なくなってきました。まだ地域活動ボランティア活動に参加されていない方は堀川清掃大作戦に是非予定ください。
1度は体験し愉しんでみましょう。

連絡先：社会奉仕委員会 副委員長 穴井千恵子 TEL 090-1981-9291 （西ブロック）

年度計画に基づいて作品展開催に向けて活動を進めています。
なかがわ鯉城会だより8月号(第176号)で案内させていただいた
とおり、下記日程にて実施します。

◆開催日

- *会場：中川生涯学習センター
- *月日：10月10日(土)～11日(日) 両日共 9:30～15:30
- *内容：・作品展 ・バルーンアート
・ハーモニカ演奏 [11日(日)11:45～12:15]

◆出品作品の搬入・搬出日時

- *搬入日時：10月 8日(木) 15:00～16:30
(会場玄関付近または3F展示会場)
- *搬出日時：10月 11日(日) 15:30～16:30(3F展示会場)
(下線部、出品申込書の記載よりも30分早めとなっております)

◆出品の申し込み期限

- *9月18日(金)17時を締め切り日時として出品申込みを
受付中です。
日頃の活動の成果を是非ご披露ください。

皆さまのご参加とご来場をお待ちしております。



pixta.jp - 136658548

なかがわ三ブロック合同行事ファイナル『予告』 30名限定!

(詳細は、10月31日発行の11月号区会誌で案内します)

令和8年12月16日(水) 地下鉄「熱田神宮西駅4番出口9時50分集合」

年忘れ” にっぽんの話芸 その真髄” を愉しむ!

中部地方の地形をモチーフにした市内最大の池泉回遊式日本庭園「白鳥庭園」鑑賞と
ち せんかいゆうしき
味わいある「白鳥寄席」に耳を傾け!健やかな年の瀬を迎えましょう!



会費: 4,500円予定

※入園料100円は各自支払

中川鯪城会ガイド リニューアル案内

中川鯪城会の会員活動報告は「なかがわ鯪城会だより」区会誌として年4回の会員への配布及び中川鯪城会HPの掲載「なかがわ鯪城会電子版」のHP掲載を主に又、個別には各委員会・同好会活動で個別のLINE等で行われていることと思います。

上記を補完するために従来からありました首記の「中川鯪城会ポータル」を「中川鯪城会ガイド」としリニューアルして閲覧し易くしました。

本システムの目的は情報の一元化です。区会・同好会の動向が本ガイドでできるようにしました。個別の活動・連絡手段は従来通りお願いし全体の活動概要が閲覧できるようになっております。本システムは、みなさんの意見を聞きながら更新してまいります。一度検索して内容を確認してから戴きたくお願い致します。

中川鯪城会ガイドURL: <https://share.google/9kprrrLRFxXLqBdbFj>

広報委員会 松岡義明 TEL 090-5850-6039



同好会特集

同好会特集ご協力ありがとうございます。特集は2回に分けて掲載いたします。次回も楽しみにお待ちしております。

雑学倶楽部

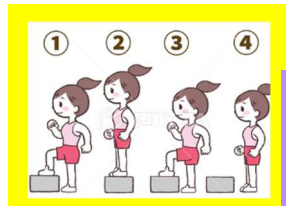
代表 山守 実 (25 期) TEL 090-8959-5137

トピックス

11月7日(土)三上式簡易体力測定
猛暑&酷暑続きでフレイル気味の体力チェック!



イメージ



直近の活動

- チェアーフィットネス&ボールエクササイズ 社協研修室
9月12日(土) 13:30~
10月24日(土) 13:30~ [注]10月10日第二土曜は作品展で変更!
- 三上式簡易体力測定&スクワット 社協研修室
11月7日(土) 13:30~

短歌クラブ

代表 伊藤君和(33 期) TEL090-1415-9420

短歌同好会「なかがわ短歌会」は平成15年4月に創立、定例会を125回開催しています。会員9名(1名休部)が毎月第一土曜日13時15分に中川区社会福祉協議会に集まり定例会を開催しています。令和7年4月に富田地区会館から開催場所変更し活動しています。

定例会ではお題は定めず日常生活で感じた事、旅行の思い出等々その時の感情、背景を31文字に盛り込んだ作品を持ち寄り会員からこの上の句は「こう詠みかえたら如何」とかと議論し最後は詠み人の意向を尊重して添削し仕上げています。

こうして詠んだ歌は下記に出展していますので是非ともご覧ください。

- ① 中川鯉城会作品展 (令和8年度)
10月10日(土)11日(日) 中川生涯学習センター
- ② なかがわ鯉城会だより
「なかがわ短歌会」に掲載
- ③ 荒子梅苑・梅まつり短歌コンテスト参加(応募)

最後に短歌の面白さを肌感じて短歌クラブへ入会され一緒に楽しみましょう。
会員一同お待ちしております

令和 8 年度活動計画

- 会員は現在 23 名 女性 18 名 男性 5 名です。
- 会則の目的 仲間と地域での親交を深め、同活動を通じて健康維持、生き甲斐、地域貢献など中川鯨城会全体の活動に寄与することとしております。
- 会費 3 ヶ月 4000 円
- 指導者 遠藤先生 (全体) 奥村先生 (ピアノ)
- 日頃大きな声で発声する機会もあまりなく、発声は誤飲にも滑舌にも良い効果が期待できます。
複式呼吸を使って健康保持にも良いと考えております。年 2 回発表する場も練習の原動力となっております。
- 練習場所 中川社会福祉協議会及び音楽センター
- 今年度の発表は次の 2 回を予定しております。
11 月 29 日 (日) 中川文化小劇場 (なかがわ文化祭)
3 月 4 日 (木) 鯨城 OB 文化祭 鯨城学園ホール
- 練習日 毎月 第 2 第 4 日曜日
- 練習時間 10 時～11 時 30 分 (1 時間 30 分)
- 本年度の練習曲 真夜中のギター 手のひらを太陽に 白いブランコ 琵琶湖周航の歌 若者たち 花は咲く



会員の募集 歌が好きな方、仲間と楽しく過ごす方、ぜひご参加ください。



OB 文化祭合唱風景



遠藤先生の
指導風景



練習風景



発声練習

グラウンドゴルフ

代表 田中利明(24 期) TEL090-9918-2837

中川鯨城会グラウンドゴルフクラブの定例会場は高畑公園野球場で行っております。
定例会：夏期を省く毎月第1、3火曜日を基準に開催しています。(年間14回開催を予定。)
会員数：18名(女子7名、男子11名)

1. 課外活動：

- 1) ニューハートピア温泉でグラウンドゴルフを楽しんで景品がもらえます。昼食後は入浴や再度のゴルフを楽しめます。
- 2) 鯨城会グラウンドゴルフ交歓会に参加し、各区のメンバーと競技をします。
- 3) 中川大会では全員に賞品が受け取ります。
- 4) 懇親会は年末に開催し交流を図ります。

2. グラウンドゴルフの魅力について：

- 1) 走る必要がなく、転倒リスクも低いため安心して参加できます。又、道具も軽く扱いやすく、体力に合わせてゆっくり長く続けられます。
- 2) 筋力維持や心肺機能の向上に役立ち、外で体を動かすことで気分転換にもなります。毎日の生活リズムが整い、健康寿命の延伸にもつながります。
- 3) 仲間との交流が生まれ、地域のつながりが深まります。



初めての方でも、同年代の仲間と会話しながら楽しめます。参加をお待ちしております。

ボウリングクラブ

代表 水野 晃子 (29 期) TEL090-8458-3792

ボウリングクラブは令和3年発足し5年を経過しました。
プレー場所は中川コロナワールドで活動しています。
会員は本年度登録会員19名ですが月例参加者は10名前後でプレーを行っております。

会発足の目的：日頃のストレスを発散し体力づくりを行い、いつまでも健康を保つための場を提供し又、会員相互の親睦を図ることを目的としております。

日頃は運動する機会が無い方にとって参加して少しでも体を動かすことはとっても大事だと思います。

会費はその都度個人清算で何時でも会員でなくても参加ができるようになっております。

毎月第1月曜日 13:30～ 中川コロナワールド

月1回のボウリング同好会楽しんで頂いているかと思いますが会場の利用内容が4月から替わり予約が10名以上の参加が必要となりました。これまでみなさんのご協力で10名以上確保してプレーが出来ております。プレー後のお茶会時間では毎回その日のベストスコア1名の方に皆さんから集まった会費の中から好きな飲み物を提供するよう決めています。こんなささやかな楽しみも入れながら皆さん楽しんで頂いています。

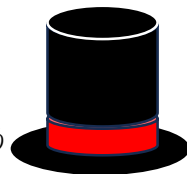


中川手品クラブ

代表 中村修己（31 期）Tel.090-8075-7672

中川手品クラブは発足して今年で5年となります。
会員は令和8年7月現在19名です。

会発足の目的：自身の知識向上・頭脳の活性化を行いみなさんの前で演技を行うことで生きがいを見つけると同時に同活動を通じて、地域貢献など中川鯉城会全体の活動に寄与する又会員相互の親睦を図る。



手品の道具を購入するため会費を集めております。
会費：年間1000円

定例会：月1回第3土曜日13：30分から

中川区社会福祉協議会にて

手品の勉強は会員の中で経験のある4名を講師としてローテーションして指導をして頂き、今までに80種類ぐらいの手ほどきをして頂いております。



手品は大きな装置を採用したものから2～3人の観客の前で行うものまで奥は深いものとなっておりますが、我々が行う手品の道具は100円ショップ等で売っている道具を主体に行っております。

今まで習った手品の種類

NO.	種類	詳細	仕掛人	観客数 目安	備考
1	トランプ手品	カード当て	1	10	
2	紐手品	長短紐等使用	1	10～	
3	スカーフ手品	他のマジックと組合せ	1	20～	
4	日常道具を使用	カップ・ロープ・輪ゴム・コイン・新聞紙・厚紙等複数使用	複数	20～	観客が多い場合に行う
5	イリュージョン	大型道具を使用	複数	20～	観客が多い場合に行う

手ほどきを頂いたネタは全て覚えきれず、自分に合ったネタに磨きをかけてものにするのに心がけています。

手品のレベルアップのためには経験を積み重ねることです。

そのために公演依頼があれば「出張手品講座」を開いて積極的に訪問して行きたいと思っています。今まで、他の同好会・福祉施設・地域ミーティング・子供会・トワイライトスクール等で実施してきました。又、今年3月にはOB文化祭に初めて参加してイリュージョンを披露いたしました。引続き来年、令和9年3月も2回目の参加を予定しております。

今後は講師による手ほどきばかりではなく、会員の技量を上げる工夫も取り入れた定例会にして行きたいと思っています。

まだまだ発展途上ですので興味がある方は一度定例会に足を運んで経験して見たら如何ですか。お待ちしております。

ランチしよう会

代表 新田文代(32 期) TEL090-2680-9880

おいしいランチと楽しいおしゃべりで仲間づくりを楽しんでいる「ランチしよう会」は、地域のさまざまなお店を訪ねながら、美味しい食事と会員同士の交流を深めている気軽なランチサークルです。

毎回「今度はどんなお店だろう」「どんな料理が食べられるのだろう」と期待しながら集まり、新しいお店との出会いや参加者同士の会話を楽しんでいます。

これまでの活動では、4月に港区の華花（港区小須賀四丁目 1127—3）で自然薯料理を味わい、5月には中村区の一久庵（中村区烏森町六丁目 255-1）で麺類を楽しみました。6月では中川区のめん処みよしや（中川区打中一丁目 175）で具だくさんのあんかけうどんをいただき、7月には港区のカフェー輪（港区当知 3-101）でおしゃれな和食ランチを堪能しました。さらに8月にはねぎぼうず本店（中川区大塩町 1-22）でさまざまな種類のお好み焼きを味わい、9月にはごはんカフェいろとりどり（中川区高畑 2 丁目 282）を訪れました。



それぞれのお店には特色があり、毎回参加者からも好評をいただいています。会は毎月第1火曜日の午前11時30分頃に現地集合し、会費はなく食事代のみ各自負担ですので、どなたでも気軽に参加していただけます。

毎回6～9名ほどが参加し、地域の話や近況報告、趣味や健康についての話などで会話も大いに盛り上がります。中川区のお店だけでなく港区や中村区など近隣区にも足を延ばし、「こんな良いお店があったんだ」「また来てみたいね」と新しい発見を楽しんでいます。

参加者からの情報提供も大歓迎です。「家の近くにおすすめのお店があります」「一度行ってみたいお店があります」などの情報をぜひお寄せください。美味しい料理を囲みながら、気の合う仲間との交流を楽しみ、新しい出会いが生まれることもこの会の大きな魅力です。一人では入りにくいお店でも仲間と一緒になら安心して楽しめ、初めての方でもすぐに打ち解けることができます。「おいしい食事と楽しい仲間」を合言葉に、これからも楽しく活動が続けたいと思っています。あなたも中川ランチしよう会に参加してみませんか。会員一同、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

ボッチャ同好会

代表 荒町 俊彦（26期）TEL 090-1755-7310

ボッチャを楽しもうと多くの方から声があがり、会員の皆様に呼びかけを行ったところ一定の参加者が認められる事がわかり、R7年8月からR8年度3月まで試行的に開催し継続可能なのか試行錯誤で開催してきました。

結果定期的に開催する目途が立ち、R8年4月から正式承認を得てボッチャ同好会を立ちあげました。毎月一回・基本第四木曜日の午後から社協をお借りし開催しており、参加者は15名～22名で推移しています。

このボッチャはヨーロッパ生まれで1984年からパラリンピックの正式競技となっています。近年高齢者の運動量や頭脳戦に丁度良いスポーツになっている事が報告されております。幸いなことに社協をお借りし開催しているため年間を通して楽しむ事ができます。メンバーは3名で1チームです。毎月メンバーが変わるので交流に大いに役立っています。楽しみ方として、年間優秀者を表彰する事を申し合わせ目標に向かって張りきっています。

皆さん頑張らしましょう！！



ボッチャ同好会
参加メンバー



活動報告 荒町俊彦

毎月一回社協にてボッチャ同好会を開催しワイワイ・ガヤガヤと楽しんでおります。そんな折、社会福祉協議会より「ボッチャ交流会」が8月24日(月)に中川区役所講堂にて開催されるので是非との参加要請がありました。(中川区自立支援連絡協議会主催)同好会の皆さんの個人予定もあり自由参加と決めましたが、私も含めて8名が参加に手を挙げました。

参加者は若い人・子供さんから同じ年代層の人が120名集まりました。

- ・前半の部(13時～13時50分)は「ボッチャをやってみよう講座」、
 - ・後半の部(14時～15時)は「参加者によるチームトーナメント戦」の体験ブースがあり！
- 「ボッチャをやってみよう講座」はボッチャの成り立ち、変遷、遊び方、ルールの説明があり大いに勉強になりました。又、障害を持つ人の体験談を興味深く拝聴しました。「参加者によるトーナメント戦」は投球の判断力・投球技術・チームの結束力・運もかな？がいかに大切かを学びました。

幸いなことに我が2チームが優勝と準優勝をいただきました。有り難いことでした。ボッチャを始めて1年程で初の快挙を勝ち取り嬉しいかぎりです。



集合場所・時間変更のお知らせ

令和8年6月から令和9年3月までの期間、植物園事務所の改築工事に伴い、集合場所及び時間を暫定的に下記変更致します。お間違えないよう、ご注意ください。

ガイドさんは、毎回テーマを決めてガイドをして頂いております。次はどんな案内してくれるかな！参加が楽しみです。8月は夏休みで休会しました。

1. 活動日 原則 毎月最終水曜日。直近の活動日は次の通り。
9月30日（水）、10月28日（水）、11月25日（水）
12月23日（水）
2. 集合場所・時間 **東山植物園 星が丘門 10時15分**
3. 持ち物 歩きやすい服装で お茶、おにぎりなどを持参
 みんなで談笑しながら昼食をしましょう。



安井 中川鯉城会会長 090-7317-6072 松岡 総務委員長 090-5850-6039 高野 総務副委員長 090-8457-8312
 前川 東ブロック長 090-9908-5991 山守 中ブロック長 090-8959-5137 荒町 西ブロック長 090-1755-7310

スマホで遊ぼう！

私達の年代はアナログ社会で育ちました！ですが今はデジタル社会です。そこで皆様に「スマホで遊ぼう！」にお誘いいたします。

たまに通勤電車に乗り合わせると殆どの乗客はスマホを片手にもくもくと操作している状況が目に入ります。みんなは何を見て操作しているのでしょうか。この場でスマホを扱っている機能は限られているかと思いますが時代に少しでもついて行きたい、こんな事を考えさせられます。スマホの機能は多大にあり一例を上げれば下記になります。世の中、生成AIの話が多く入っている為、思いついたことをAIで作ってもらうことも多くあります。毎回、参加者から出た悩み事を解決するとともに下記テーマで身に着けレベルアップを心にて居ります。

○講座内容

- ① インターネット検索・・・例 中川鯉城会の活動内容、解らない事を調べる
- ② ラインで繋がる・・・親しい人との会話、情報のやり取り、予定連絡等
- ③ 写真動画を観る・・・好きな絵、音楽、映画もみたいです！
- ④ 地図を調べる・・・行きたいお店をQRコードで調べてみる
- ⑤ AIで生活範囲を広げよう・・・文章・絵の作成が容易
- ⑥ スマホで暮らしを安心に・防災、家族親戚友人との安心連絡
- ⑦ メモ、ファイル・・・手入力、音声入力も出来たらいいね！

次回 予定日：令和8年9月27日 13:30～15:30
毎月第4日曜日 13:30～15:30

場 所：中川区社会福祉協議会

連絡窓口：岡安達也 TEL090-7022-8122 ・高田進 TEL090-3454-7452



美女と国際交流

先日、ボランティア仲間と喫茶店で打ち合わせをしていた時、うっかりコーヒーグラスに手が触れてしまい、グラスが割れて舞台衣装にコーヒーがかかってしまいました。慌てて拭いていると、仲間がしみ抜きを差し出してくれ、そのおかげで衣装は無事にきれいになりました。そのしみ抜きは近くにいた外国の女性が貸してくださったものだと分かりました。

イスラエルから友人に会いに来ていた方だそうで、突然の出来事にもかかわらず、親切にしてくださったことに深く感謝しました。

実は私自身は英語が得意ではありませんが、その時は仲間が英語で間に入ってくれました。また、その女性も翻訳機を持っておられたので、お互いの気持ちを伝えることができました。

お礼に、仲間が持っていた布で作ったパラの花をお渡ししましたが、時間がなく、ゆっくりお話しできなかったのが少し心残りです。外国の方にこんなに温かくしていただいたのは初めてで、とても嬉しく、忘れられない出来事になりました。

32 期 健康 B 白草大三



週1回の健康リズム体操

私は名古屋市の各区から集まった鯉城学園のOB・OGの有志グループの一員として市内のスポーツセンターにて毎週体操教室に通っています。現在はフェイスタオルを利用しコーヒカップに見立てて一杯のコーヒーからの曲に合わせて振付運動をしています。

昔懐かしい曲ですがコーヒーがこぼれないよう手、足、からだを使って筋力・柔軟性の維持転倒防止に役立てています。この体操を2027年3月あいち健康のための体操発表会に参加予定です。脳活性化のためにも練習に励んでいるところです。

24期 健康 奥村 鎮男



編集後記

“なかがわ鯉城会電子版”の発行は4年目を迎えることが出来ました。本電子版は“なかがわ鯉城会だより”(年4回発行)を補完し最新情報を発信し、新たなテーマを加えたコーナーを設けるなど中川鯉城会会員の皆さんに投稿の機会を設けると同時に情報共有を図ることを主に考えております。本電子版資料は鯉城会HPの区会誌内に入っておりスマホ・PCで中川鯉城会ポータルから閲覧することが出来ます。みなさんのご利用をお願いします。又、会員のみなさんには活動状況・みなさんの声・声のたより等で投稿をお待ちしております。

発行：令和8年9月
13号
広報委員

中村修己

Tel 090-8075-7672

Fax:052-362-5823

Email:

osami_nakamura@mediacat.ne.jp

近藤陽子

Tel 090-4790-4428

Email: zerojikan@gmail.com

松岡義明：ホームページ担当

Tel 090-5850-6039

Email: m_yoshiaki31798@icloud.com

編集委員

安井克幸・松岡義明・高野正義・山守実・奥村幸英・早川勝政・
前川喜正・岡安達也・高田進・中村修己・近藤陽子