

# 中村鯨城会だより

【第65号】平成29年2月発行/名古屋市高年大学鯨城学園中村鯨城会



寒ボタン (徳川園)

## \*\*\*\*\* 目 次 \*\*\*\*\*

* 【表紙】	.....	1
* 【目次】	.....	2
* 【巻頭言】	《 再入学制度の発足と中村鯨城会の目指すもの 》	..... 3
* 【総務委員会】	《 定例役員会議事録 》	..... 4～5
* 【総務委員会】	《 地域ミーティング 》	..... 6
* 【地域活動委員会】	《 活動報告、今後の予定 》	..... 7
* 【福祉活動委員会】	《 活動報告、今後の予定 》	..... 8
* 【行事活動委員会】	《 活動報告、今後の予定 》	..... 9～10
* 【区民まつり】	《 区民まつりを終えて 》	..... 11
* 【作品展】	《 作品展を終えて 》	..... 12
* 【作品一覧】	.....	13～16
* 【同好会】	《 活動状況と入会のお誘い 》	..... 17～18
* 【シリーズ】	《 私の健康法 》	..... 19
* 【自由投稿】	《 私の参加している同好会 》	..... 20
* 【自由投稿】	《 ボランティア考 》	..... 21
* 【裏表紙】	《 お知らせ、編集後記 》	..... 22



表紙写真撮影：17期 杉戸一夫（写真同好会）

撮影場所：東区徳川園

### 解説

徳川園はボタンの花で有名ですが、1月から寒ボタンの展示が始まりました。

特に花の少ない時期ですので、わら囲いの中で凛と咲く寒ボタンは春とはまた違った趣を感じさせてくれます。

《 再入学制度の発足と中村鯨城会の目指すもの 》

中村鯨城会 会長 橋田 正紀

新年おめでとうございます。

日頃は、中村鯨城会の運営に当たり皆様方のご協力に感謝いたしております。本年もよろしくお願い致します。

昨年の秋から、区民まつり、作品展、バス旅行等、様々なボランティア活動や、いきいきサロンなどで会員や地域の皆様との触れ合いの機会が沢山ありました。

そして、今年1月6日には恒例の新年会が熱田の杜の麓で催され、多くの参加者が先ず熱田神宮に参拝してから清々しい気持ちで新年会に臨みました。ご馳走と余興、歓談で大いに盛り上がりました。

さて、これから年度末にかけてまだまだ多く恒例の行事があります。スマイルクラブやウィメンズマラソンのサポーターもあります。それと並行して、年度替わりの準備もおろそかには出来ません。

とりわけ、新年度から学園卒業生の再入学制度が始まります。出願期間はこの1月末で締め切られましたが、応募状況によっては追加募集もあります。

会員が再入学した場合の鯨城会の会則、細則も見直され、会員を続ける場合は従来通り役員、幹事にもなれます。また、会員をやめる場合は、在学中準会員として扱い、鯨城会の活動には参加できるとしています。要するに会員が再入学した場合、会員のままでいるか、準会員なるかは本人の選択です。この鯨城会の会則、細則の改正に伴い、区鯨城会も同様の対応をします。

区鯨城会員が減少傾向にある中、再入学制度の発足により、更なる減少懸念がありますが、魅力ある行事を出来る限り多くして会員の増加に努めたいと思います。

是非、皆様のご理解とご協力、そしてよいご提案をお願い致します。



中村鯨城会新年



《 定例役員会議事録 》

第 4 回 定例役員会（10 月 7 日）

1、会長挨拶

- ・平成 28 年度上期福祉ボランティア参加人数は 400 人以上となり、前年度より大幅増となりました。「いきいきサロン」の活動による処が大です。  
10 月からは区民まつり、作品展等があり、協力お願いされました。

2、鯉城会幹事報告

- ・現在高年大学の在校生は 1,109 人です。鯉城会に入会して頂くための魅力あるアピールにかかっています。皆様の御意見お願い致します。

3、各委員会報告

- ・総務委員会 10 月 5 日(水) 委員会開催、資料作り及び作品展の打合せ
- ・福祉活動委員会 11 月 26 日(土) 第 3 回ボランティア委員会を開催します
- ・地域活動委員会 10 月 8 日(土) 鶴舞公園クリーンキャンペーン  
(雨天時 10 月 15 日に順延)
- ・行事活動委員会 11 月 25 日(金) 日帰りバス旅行「近江八幡散策と水郷巡り」
- ・広報委員会 「中村鯉城会だより」64 号を発刊

4、区民まつりについて

- ・10 月 22 日(土) 9 時より中村公園内にて実施

5、作品展について

- ・11 月 17 日(木)～20 日(日) 実施 10 月 15 日スタッフ 6 名で打ち合わせ

第 5 回 定例役員会（11 月 2 日）

1、会長挨拶

- ・区民まつりも盛況裏に終わり、50 名の参加があり、ご協力有難うございました。作品展、バス旅行、新年会等ありますので協力、参加宜しくお願いします。  
29 年度学生募集にご協力お願いします。

2、中村区社会福祉協議会 高木事務局次長挨拶

- ・「認知症予防リーダー養成講座」の紹介

3、鯉城会幹事報告

- ・高年大学生の確保のために、再入学制度を検討中
- ・鶴舞ヤブツバキの会員募集
- ・鯉城ニュースが 11 月 26 日に発行

4、各委員会報告

- ・地域活動委員会 10 月 15 日(土)鶴舞公園クリーンキャンペーン実施  
参加者 325 名(中村鯉城会 19 名)  
11 月 5 日(土) 堀川清掃大作戦

## 総務委員会

- ・行事活動委員会 11月25日(金)「近江八幡散策と水郷巡り」
- ・広報委員会 「中村鯨城会だより」64号発刊 65号2月発刊予定  
記事を募集
- ・福祉活動委員会 第3回ボランティア集会を11月26日(土)開催  
AED講習

### 5、作品展

- ・11月17日(木)～20日(日)実施

## 第6回定例役員会 (12月2日)

### 1、会長挨拶

- ・作品展では71点の作品出品をいただき、400名以上の来場者があり盛況裏に終わることが出来ました。
- ・29年度学生募集にご協力をお願い致します。

### 2、中村区社会福祉協議会 高木事務局次長挨拶

- ・「つながり・支えあう地域福祉のすすめ」の紹介
- ・地域福祉活動に活かしていただくため、市内の実践事例から学びあうフォーラムを開催します。平成29年1月19日(木) 13:15～16:30 名古屋市公会堂

### 3、鯨城会幹事報告

- ・鯨城学園29年度再入学制度の説明
- ・鯨城ニュースのカラー化について
- ・鯨城会ホームページについて

### 4、各委員会報告

- ・総務委員会 11月30日委員会開催、12月2日の資料作り
- ・福祉活動委員会 第3回ボランティア集会 11月26日(土)  
第4回ボランティア集会 平成29年2月4日(土)  
開催終了後、食事会
- ・地域活動委員会 11月5日(土)堀川大作戦実施 (中村鯨城会16名参加)  
平成29年3月12日(日)ウィメンズマラソンボランティア参加
- ・行事活動委員会 11月25日(金)「近江八幡散策と水郷巡り」参加者45名  
次回は平成29年3月10日(金)名古屋城見学予定
- ・広報委員会 鯨城だより65号は2月発刊予定、記事をお願い  
記事締切 12月28日

### 5、その他

- ・作品展 11月17日(木)～20日(日)実施 出展数71点・来場者数420名
- ・新年会 平成29年1月6日(金)大同特殊鋼保健会館(熱田区)会費4,000円
- ・2月3日(金)定例役員会、定例委員会9:30～ 学区委員会11:30～

## 《 31 期生地域ミーティングに参加 》

31 期 竹内 裕

11月30日(水)、第2回地域ミーティングに参加しました。半年前に第1回が開催されており、その時自己紹介もあったのですがどうも記憶が定かではありません。

今回もそれぞれ紹介をしてもらいましたが、まったくと言ってよいほど、どなたが中村区の方なのか、多分すれ違っても気がつかないのでは。名前だけでも一覧表があれば助かると思いました。

中村鯨城会の先輩方々の活動とかは前回も紹介して頂き、こちらの方は少しですが記憶があり、復習の意味でも参考となりました。また、中村社会福祉協議会の高木事務局次長は前回も出席頂いており、その活動内容も概ね記憶に残っております。

半年間の学生生活は、講義と合わせて体育祭から文化祭へと連続して開催され、非常に充実していますし、忙しい半年間となりました。これから約1年半の学生生活を楽しみ、卒業後も何らかの形で地域に貢献できることを考えております。

31 期 市橋 郁代

橘田会長からスライドで活動内容の話がありクリーンキャンペーン、名古屋駅西清掃の参加などボランティア活動の報告を聞き、大変ご苦勞されていると理解できました。学園生活の感想と今後の取組みをテーマにグループワークを行いました。

私たち福祉学科では介護の方法や介護保険制度を利用した在宅介護について、講師の方がスライド説明され、とても良く理解できました。健康クラブではリズム体操で楽しく踊ったり、足心ヨガでは足の指を広げます。また、体育祭では応援合戦の練習に汗を流し、文化祭は寸劇、合唱、ダンスの発表でした。

今後は健康な体力作りをして、いつまでも社会とのつながりを持って人に役立つ人生を送り、卒業後は地域のボランティア活動に参加できるようにしたいです。

31 期 古橋 輝彦

第2回中村地域ミーティングに出席し、中村鯨城会の概要、活動をパワーポイントで説明を受けた。前回(5/25)の参加ではよくわからなかった部分も、今回の説明で中村鯨城会が進めるボランティアの活動状況が一層理解できた。

忙しかった文化祭は先々週に終え、通常の授業に戻った絶妙のタイミングでのミーティング、他専攻でもクラブを通じて、また文化祭で顔見知りとなった方もいたりして、前回に比べ参加した31期生はそれぞれ和やかに熱心に説明を聞いていた。私のクラスからも6名が参加しており、学区は違うが心強く思われた。グループワークでの今回のテーマである「学園生活の感想と今後の取組み・卒業後の地域活動へ向けての抱負」に対する反応は、鯨城会の目的を理解して地域活動へ積極的に参加したいとの意見が強いように思われた。鯨城会会長以下スタッフの方々のボランティアに対する取組みに、何か応えねばと思うミーティングであった。

《 活動報告と今後の予定 》

＜活動報告＞

- \* 鶴舞公園清掃クリーンキャンペーン 10月15日
- \* 中村生涯学習センター周辺清掃 10月～12月 毎月第3金曜日
- \* 名古屋駅西清掃 10月～12月 毎月24日
- \* 堀川清掃大作戦 11月5日

《 鶴舞公園クリーンキャンペーンに参加して 》

29期 増田 清

平成28年度の「鶴舞公園クリーンキャンペーン」は10月8日(土)に予定していましたが、当日の雨予報で中止になりましたが実際は、雨が降らず、天候も徐々に回復して良い天気になりました。

そして一週間遅れの10月15日(土)9時30分集合、中村鯨城会の参加人員は19名でした。それぞれ軍手、火ばさみ、ゴミ袋をもち、森文代鯨城学園副学長の激励の挨拶を受け、清掃活動開始となり、中村鯨城会の清掃分担地はBブロックの奉楽堂から竜ヶ池方面を清掃しました。今回は、竜ヶ池東側の名工大側の歩道の清掃もあり、歩道にも結構雑草が生えており、450のごみ袋も瞬く間にいっぱい!! また、電気製品の部品等も廃棄されており、公園という公共の場所に不燃物を捨てるという行為は止めて欲しいと思います。一時間程で清掃が終わり、拾ったゴミはそれぞれ450のごみ袋にまとめ、緑化センター横の集積場に積み上げました。今回は在校生6名も清掃活動に加わり、終了後伏見の中華料理店「青蘭」において昼食会を催し、中村鯨城会員と在校生との懇親の場を設け、卒業後の鯨城活動の一助になればと思います。



鶴舞公園クリーンキャンペーン



堀川清掃大作戦

＜今後の予定＞

- \* 生涯学習センター周辺清掃 (3回) 第3金曜日
- \* 名古屋駅西清掃 (2回) 2月24日 3月24日
- \* こころの絆創膏キャンペーン 3月3日(金)
- \* 名古屋ウィメンズマラソン 3月12日(日)

《 活動報告と今後の予定 》

＜活動報告＞（10月～12月）

施設名	活動内容	活動日数	延べ人数
けあーびーんず塩池	車椅子	5	17
まほろば稲西	銭太鼓 他	2	10
アメニティ城西	民謡 他 模擬店	1	16
なごやかハウス名楽	銭太鼓	1	8
ほのかの森	民謡	1	6
花乃邸	バルーアート	1	4
中村児童館	秋祭り 模擬店	1	10
米野ふれあいサロン	マジック	1	2
サロン・ド・かめ	マジック	1	2
北町サロン	オカリナ	1	1

去年、11月26日(土) 名楽福祉会館に於いて、中村消防署の大野氏を迎え「あなたが救える命のために」の講義を受けました。

① 早い通報 ② 早い応急手当 ③ 早い医療処置等々、為になる話を聞きました。その後、AEDの使用方法を3グループに分かれ、一人一人体験させて頂き、緊急な時、自信を持ってやれる気がしました。24名の参加で有意義な講習会でした。



＜今後の予定＞

2月2日(木)	マジック	稲上ふれあいサロン
2月4日(土)	ボランティア集会	10時～
	鈴のれん 会食	12時～
3月25日(土)	スマイルコラボ	中村小学校

## 《 活動報告と今後の予定 》

### <活動報告>

\* 11月25日(金) 近江八幡散策と水郷巡り

行程：中村生涯学習センター出発 → 車 → ボランティアガイドの案内で江八幡町並み散策 → 水荃焼陶芸の里で近江牛の昼食 → 手こぎ船に乗船し近江八幡水郷巡り (80分) → ラ・コリーナ近江八幡で自由散策 → 車 → 中村生涯学習センター

参加人数：45名

## 《 近江八幡散策と水郷巡りバス旅行に参加して 》

22期 内山 和男

最近は加齢と共に旅行も少なくなったが、一度は訪れてみたいと思っていた近江八幡の散策と水郷巡りが企画されたので、良い機会と参加を申し込みました。

当日は絶好の旅行日和に恵まれ、出発にあたり会長、行事委員より「今日はバスは運転手とバスガイドさんに、町中散策は観光ボランティアガイドさんに、水郷巡りは船頭さんに全てを委ねるので心置きなく旅行を楽しんで下さい」との挨拶がありました。

途中、国道8号線が若干混雑したが無事目的地に到着、町並み散策に出発。近江八幡は近江商人の町として繁栄し、その経営理念は三方よし、「売り手よし、買い手よし、世間よし」として社会全体に貢献することだそうです。

町並み散策は新町通りを出発。八幡堀重要伝統的建造物群保存地区をガイドさんの説明により散策、この地区は近江商人の本宅が並ぶ通りで、城下町として整備され碁盤目状の美しい町並みでした。特に関心を持ったのは掘割(下水道)、狭い所で見落としそうな所でよく保存されていました。

八幡堀は白壁土蔵、船着場跡が繁栄の名残りを明治橋から眺めることができ、帰りは魚屋町(うわいちょう)を通過して駐車場へ。1時間足らずの散策でしたが、ガイドさんの説明で見落とすところなく注意深く見学することが出来、大変有意義でした。

陶芸の里での昼食は大変美味しく充分満足。スイクキ焼きを店内の商品観賞で充分でした。

水郷巡りは一度は訪れたい観光地でした。今からさかのぼること400年宮中の雅な舟遊びに似せて豊臣秀次が始めたのが水郷巡り発祥と伝えられています。その他、豊年橋より出船、菅笠半纏姿の船頭さんに手漕ぎ和舟、水鳥の羽音、鳴き声を聞きながら80分4kmの水郷巡りでしたが、都会の雑踏から逃れ、心が洗われる思いでした。

『ラ・コリーナ』は和洋菓子店たねやグループの中心で、そのユニークな建物が注目の建築家、藤森昭信氏が手掛けた建物だそうです。

以上、思いつくまま記しました。最後に役員の方々の気配りに感謝致します。有り難うございました。

《 ♪ 近江八幡散策と水郷巡りに参加して ♪ 》

25期 住田 修

三年ぶりに実施された行事バス旅行に参加し、滋賀近江の新しい一面を垣間見ることができました。雨の週間予報を覆し曇り空の下、中村生涯学習センター前を出発、2時間ほどで近江八幡に到着、ボランティアガイドに案内され格子戸や白壁の土蔵など古い街並みに歴史を感じながら町の中を散策。この町は悲運の城主豊臣秀次によってつくられ、八幡堀、朝鮮人街道(中山道の一部)、信長の死後衰退した安土の商人を移住させ、近江商人の基盤となり賑わいを見せたそうです。

その後、昼食会場へバスを進め近江牛一人すきやきを賞味しました。肉も柔らかく量もそこそこありおいしく頂きました。吉田幹事さんの説明で、ワンランクUPしたとの事、幹事さんのご配慮に感謝しつつ食しました(ベリーグッド)。お腹も膨れたところで、今回のメインイベント、手こぎオープン屋形船にて水郷巡りへと向かいました。着いたところが一面畑の中。川幅5メートル程の処に船が10艘ほど、それぞれに分散していざ出航。船頭さんの櫓を漕ぐ音を聞きながら葦の生い茂る水路を、ゆっくりと進み、癒しのひと時を体感しつつ過ごしました。時折、鴨などの水鳥が飛び立つ音を耳にするぐらいで、都会の騒音を離れ別世界にいるような気分になることができ、大満足でした。



豪商家の並ぶ新町通



水郷巡りスタート

琵琶湖の数ある恵みの一つでもあるこの水郷、桜の頃にもう一度訪ねてみたいと思いつつ帰路につきました。行事委員のみなさま、ご苦労様。ありがとう。

琵琶湖の数ある恵みの一つでもあるこの水郷、桜の頃にもう一度訪ねてみたいと思いつつ帰路につきました。行事委員のみなさま、ご苦労様。ありがとう。

＜今後の予定＞

\* 3月10日(金) 名古屋城の探索

平成21年名古屋城本丸御殿の復元工事が始まり、平成30年には全体公開を予定しています。目下、注目の名古屋城。玄関、表書院、対面所などをボランティアガイドの説明を受けながら見学します。工事中にしか見られない墨付けやカンナがけがみられるのも今だけです。

ランチは「しら河別邸 日本料理大森」を予定しています。

皆様の参加をお待ちしております。



名古屋城

### 《 中村区民まつりを終えて 》

区民まつり実行委員長 橋田 正紀

好天に恵まれた10月22日(土)、区民まつりは中村公園一帯で開催されました。参加64団体の一つとして中村鯨城会も伝統の「昔の遊びを子供たちに」というイベントテーマで堂々参加しました。

輪投げ、マジック、糸電話、バルーンアート、玩具の遊び方、かざぐるま作り、風船つりと七つの出し物を用意し、新しいオモチャやゲームに慣れた子供や親御さんを引き込もうと、皆が張り切って演じました。

それぞれの活動スタッフが自分の担当をしっかりとやろうと、事前の2回の練習で先輩からやり方を教わり、みっちり力を付けて当日に臨みました。

さて当日は例年にも増して午前中から公園一帯は人で賑わい、我々の出し物も大盛況で、昨年よりも大幅に材料を増やしたにもかかわらず、午後1時半にはすっかり底をつく有様でした。

それぞれのスタッフ同士のよい連携で、親睦も図られ、楽しくて印象に残る一日を過ごすことができました。これも関係者一同のご協力のおかげと感謝しております。



### 《 区民まつりに参加して 》

28期 安藤 文子

昨年が続いて2回目の参加です。

かざぐるま作りの係を担当しました。最初のうちは誰も来ずどうしようかと思っていました。そのうち一人二人とこどもたちが見ているので「やってみる」と声を掛けると「うん」と言って、かざぐるまを熱心に作ってくれました。すると、次々と集ってきてくれて忙しくなり、200組用意した材料が午前中にはほとんどなくなる状態でした。急いで追加をしないといけなくなり、係の4人で用意しました。2時頃にはすべての材料がなくなりました。ほかのブースも同じころ無くなったようで、今年の中村鯨城会のブースは大成功でした。

一日中、風もなく暖かくてお祭りには最適な日でした。

50数名の参加でがんばって作り上げた区民まつりの盛り上がり、来年も楽しく参加したいと思いました。スタッフの皆様、お疲れ様でした。

## 作品展

### 《 第 13 回中村鯨城会作品展を終えて 》

作品展実行委員長 伊藤 サナエ

日頃は中村鯨城会の活動にご理解とご協力を頂きありがとうございます。

去る 11 月 17 日～20 日の 4 日間、恒例の作品展を開催致しました。

会場の予約は 3 か月前のため、当初の予定日に開催できず、1 週間遅れました。皆様には迷惑をおかけし、誠に申し訳ありませんでした。今年度の出展数は 71 品、4 日間の来場者数は 420 名でした。3 日目は雨でしたが、搬入、搬出日は晴れて幸いでした。

「出かけることはできないけれど、家で出来ることなら…」と早くから爪楊枝入れを一人で 150 袋折ってくださった杉林さん。

当日レイアウト後、「空間が寂しいから」と観葉植物を持参いただいたり、作品への思いを追加して添記されたり、手伝えることがあったら…と受付当番に加わってくださった方々、いずれも臨機応変に対応いただくなど、皆様のご協力により無事終わることが出来ました。有難うございました。

「休憩コーナーを作り温かいお茶を用意してほしい」というご要望もあり、ペットボトルのお茶、茶菓子、紙コップ等を用意し歓談の場を設けることで対応させていただきました。

頂いたご意見は、今後に生かしていきたいと考えています。

私も今回は、看板を書いただけなので、是非次は新作を出したいと思います。来年度は、皆様も是非ご出展ください。そして多数ご来場ください。

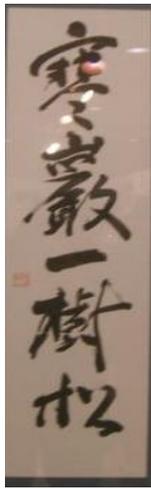


<提供>

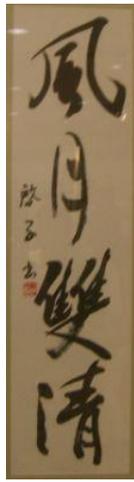
松ぼっくり 多田さん  
綿 天野さん

#### 実行委員会メンバー

25 期	住田	修
26 期	佐野	錠次郎
26 期	勝川	善博
27 期	伊藤	サナエ
29 期	椎野	幸和
29 期	増田	清



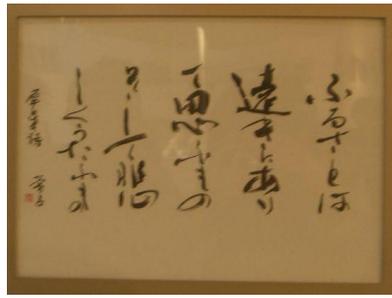
21期  
服部 泰子



28期  
大島 啓子



27期  
伊藤 サナエ



28期  
市江 蓉子



16期  
小林 肇



25期 岩田 金光



16期 樋口 英子



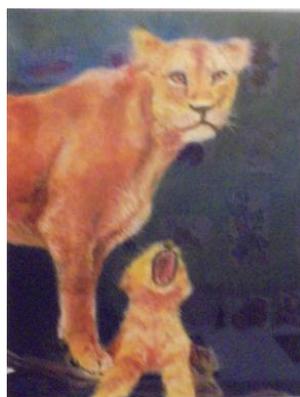
25期 村井 紀治



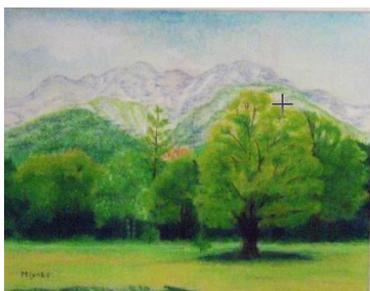
29期 増田 清



26期 佐野 錠次郎



28期 天野 直明



23期 河合 美良子



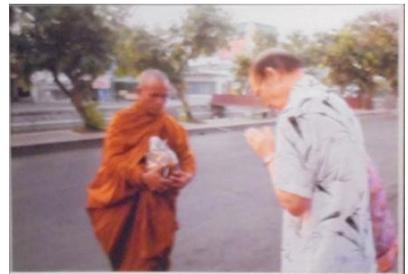
28期 佐野 正子



27期 松浦 富美子



25期 住田 修



28期 河合 保



23期 池田 正子



17期 杉戸 一夫



22期 古橋 清明



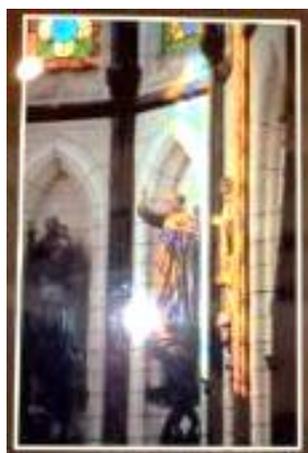
21期 服部 泰子



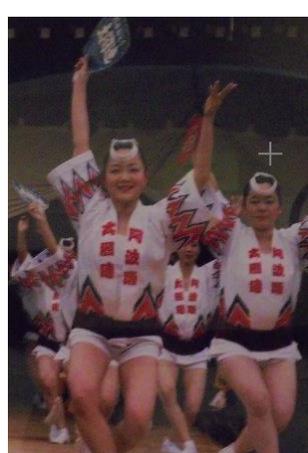
26期 秋田 都



21期 矢野 克明



22期 笠井 照子



21期 富田 暁子



16期 小林 肇



29期 杉野 肇



19期 松本 久江



23期 上野 知春



18期 福田 益見



29期 水谷 佳子



24期 森 紀久子



11期 水谷 輝子



28期 林 恵子



26期 富田 友子



26期 大谷 愛子



27期 杉林 茂子



25期 大河内 宣子



28期 久納 多津子



28期 安達 好子



29期 梅村 孝子



28期 安藤 文子



28期 小池 直美



27期 伊藤 サナエ



16期 夏原 美智子



23期  
鈴木 喜代子



22期  
内山 和男



27期 坂野 登志子



25期 笠井 英弘



21期 矢野 克明



24期 多田 正雄



絵手紙同好会



26期 富田 友子



26期 永吉 伸子



28期 北村 節子



18期 福田 益見



26期 天野 美美子



27期 鬼頭 美代子



《 同好会の活動状況と入会のお誘い 》

写真同好会

＜ 秋の撮影会 ＞

10月18日(火) 妻籠宿～馬籠宿

11月17日(木) 赤目四十八滝

＜ 第10回写真展 ＞

1月25日(水) ～ 29日(日)

本陣ギャラリー



現在、同好会会員 33 名が写真を楽しんでいます。  
レンズを通して今を記録する写真の面白さに興味のある方々の活動参加をお待ちしています。

連絡先：杉戸 一夫 ☎ 451-7457

《 紅葉の中山道撮影会 》

26期 佐野 錠次郎

「木曾路はすべて山の中である…」に始まる藤村の『夜明け前』の舞台、妻籠から馬籠での撮影会です。

10月18日(火)、平日といえども好天の秋、結構な人出です。

昨今、日本の観光地に外国人が多いのは当たり前のこと。しかし、ここ木曾は昔風情の日本が残る落ち着いた処。

バブルに浸かっていた頃の日本に似た国々の人には物足りないか？見当たらない。

あれこれ考えながらの撮影ではなくハイキングコースを闊歩する旅人に引きずられるように、やみくもにシャッターを押すばかりの急ぎ撮影に終始。

帰宅後、パソコンで見ると未熟な腕によるアングルを決めきれない能力のせい、同好会写真展に出展する出来映えの作品は手に入らず。

だが、絵の題材として三枚の絵を描き上げることが出来、満足満足…。「木曾の三部作」の完成です。



## 同好会



### 絵手紙同好会

当会は発足してから間もなく2年になります。会員の皆様もある程度慣れてきたのか、楽しく作品の制作に熱が入ってきたように感じます。11月の作品展には同好会の作品も花を添えたと自負しています。会員13名の力作を展示することが出来、今後ともますます多方面にチャレンジしていければと考えています。

来る3月10日(金)～13日(月)に、中村名楽福祉会館にて趣味の作品展が行われ、わが同好会も参加します。

やってみたい、絵が下手、そんな方をお待ちしています。

連絡先：住田 修 090-3256-0246



## 《 絵手紙を始めて 》

28期 鬼頭と志子

絵心のない私が110%の好奇心で入会、出来るかしらと心配しつつ初めての教室に出席し、指導して下さる先輩の話を聞き、私でも何とかかなりそうと思い用具を揃えました。初めて見よう見まねで「キウイ」を描きました(自分で感動)。

それから一年半、先生のアドバイスのおかげで少しずつ上達したかな?と自分で納得。その後は見るものすべてが絵手紙のイメージにつながりわくわくします。教室では、完成すると皆さんで楽しくワイワイと評価、なるほどとコツを学び、次には何を描こうかと思うこと自体楽しくなります。

こんなにさわやかで自由な同好会はとても素敵です。



### ゴルフ同好会

一年前休会としましたが、この度会員数が少なくても復活してはとの声もあり再開することになりました。また始めてみようかな・・・と思う方の参加を待っています。当会は、スコアより皆さんと楽しく芝の上を歩くことをモットーとしており、年間3～4回程度開催する予定です。

去る12月1日久しぶりに中村鯉城会のゴルフ親睦会を行いました。参加者12名で桑名国際ゴルフ倶楽部で楽しく一日を過ごしました。

次回の予定を次のように決めました。参加希望者は幹事まで連絡ください。

開催日 29年4月21日(金)

場所 桑名国際ゴルフ倶楽部

連絡先：吉川 博義 ☎ 411-4823

住田 修 090-3256-0246

## 《 あいうべ体操 》

28期 小池 直美

皆さんは「あいうべ体操」を知っていますか。私はテレビで小学生が風邪予防のために、みんなで行なっているのを見ました。人がいいと言うことはやってみようと思いましたが、誰かがいると少々恥ずかしいのですが、声を出さなくても大きく口を動かすことがいいそうです。ゆっくりと10回程、大きく口を開けます。

「あいうべ体操」は、口呼吸を鼻呼吸に変えていく体操です。

口はものを食べる大切な場所のうえ、免疫細胞も多く集まっています。口が開いていると本来潤っているはずの口腔内が乾燥し、免疫力が低下します。「あいうべ体操」で免疫力を高め、口の周りの筋肉を鍛えて、ほうれい線を無くしましょう。

「あいうべ体操」はいつでもどこでも出来る手軽な健康法です。しかも無料です。



「あいうべ体操」の効果

- ◆ 口の周りの筋肉を鍛えると、表情が良くなり若返ります。
- ◆ 唾液が多く出るようになり、虫歯予防にもなります。
- ◆ 免疫力が上がりインフルエンザや風邪予防につながります。

## 《 脳トレ 》

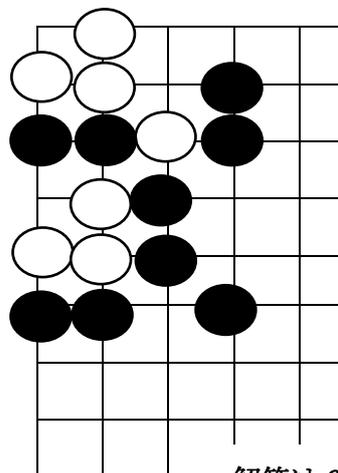
### ★ 数独

各行、列とブロックに1から9までひとつずつ入ります。

			8					9
		5	7		4	3		
		4			2	8		
1					8		3	
		3					7	2
2	6		5	1				
		2	9		5		1	7
	7		3	6		2		
5	1		4			9	8	

### ★ 詰碁

白先で生きて下さい。取ったり、わざと取られたり、碁は面白いものです。



解答は65号に掲載します

## 《 私の参加している同好会 》

25期 杉浦 弘

いつまでも健康で過ごせるようにと思い、孫のお付き合いで参加しないこともあるが、まずは外に出かけことを心がけている。健康のために中村鯨城会で参加している同好会として3つある。どの同好会もいつでも参加、または入会できる会である。

どんな同好会なのか紹介します。

### 【史跡散策】

これは私が進めている同好会。資料代としていつも50円いただき進めている。資料には散策する場所の昔の地図や歴史を記載。その資料を参考に史跡を紹介しながら雑談とともに散策している。例えば京都の「伏見稲荷」は神社なので赤い鳥居だが、「豊川稲荷」は曹洞宗のお寺なので鳥居でなく白い旗が並んでいる。

中村公園の西に明神社がある。この神社では10年少し前までは「はだか祭り」がなされていたとのこと。よく行っているところでも意外に知らないことが多く、その土地の歴史を見ながら散策するのも新しい発見ができ面白い。でも、なんと言ってもワイワイしながら散策して楽しんでいる。

今後の予定は1~2月はバスで、3/30が御用水跡、4/16は美和散策を予定している。

### 【カラオケ】

リーダーの24期の多田さんのリードは素晴らしい。まずは誰しも歌える歌で1時間弱、全員で歌を歌う。その後、各人が歌うのだが、私のような下手な者から上手な方まで幅広いのが面白い。家の者からは「お父さんは下手なので外では歌ってだめよ」と言われるが、ここは平気で歌えるのが良い。メンバーは8名前後、若干男性が多いかなという感じ。時間は通常延長可なのだが3時間程度でお開きになる。もう少し参加者が増えるといいかなと思う。

原則、毎月第3水曜日、または第2水曜日で実施されている。

### 【囲碁】

ここは22期の高橋さんが頑張ってみえる。月に4回開催しており頭が下がる。昨年の12月から今年の3月迄は、孫の面倒などで忙しく不参加で申し訳なく思っている。この素晴らしさは元鯨城学園の教授である飯田先生に指導を受けていることである。プロ以外で私が知っている方の中では一番お強い。いろいろ指導して頂けるが本当にためになる。メンバーは私が九子を置いても勝てそうな初心者の方から強い方まで幅広い。休みがちなので会員数はよくつかめていないが20名程度で女性は5名ほど。私は碁に勝つため会話をしながら打つのを作戦の一つにしている。まずは楽しく打つことにしている。



## 《 ボランティア考 》

29期 藪野 豊

日本人の美德は善意を受けた時、「ありがとう(ございます)」と謝意を表し、「どういたしまして」と返す。このエチケット、世界に誇れるものと理解していた。

だがニュージーランドで親切を受け「Thank you」と言うと、相手から「It's my pleasure」と返され、人の心はかくも暖かきかな、と肝に嘆じ入ったり、フランスでもこういう場面で「Avec volontiers(よろこんで)」で返されると、高德の日本人を自負する私も、より高質の「マゴコロ」を知ることになる。

そもそも「ボランティア (volunteer)」とは「ラテン語 volo=英語 will」に根ざした自主活動で、義理や強制とは無縁、かつ自らにも相手にも「喜び」をもたらす行為だ。そしてそれは、厳しくは志願兵の命懸け戦闘行為から軽くは隣人への善行まで幅は広い。でも敢えて言う。この本質から外れたら、それはボランティアではなく、本物を偽物にしてしまう。

偽物とは例えば観光地で「写真を撮って上げましょう」と言われ、その善意に謝した時、金を請求される例。善意に見せた商行為だ。また公務員の不作為の埋め合わせにボランティア募集がある時、これも大きな偽物だ。

商行為なら初めからそう表現すべきだし、人手不足なら責任部署が労働報酬を以て人を募るのが正道だ。私自身は、僭越ながらこのように弁えている。

そう認識して「傾聴」、「病院案内」、「音楽」のボランティアをさせていただいている。言わずもがなだが、私の善意で相手様も私も喜びを得、満足感と達成感を以て「ありがとう、またね」と笑顔で終わることができる。

無報酬を貰くには、時に勇気が要る。善意の謝礼をむげに断ったと受け取られかねないような細心の配慮も要るが、仮に妥協して受け取らざるを得なくなっても、なぜか快い。もちろん双方に謝意や満足感が生じている。

一昨年から不定期に囲碁相手ボランティアを頼まれるようになった。段にも到らないへボ碁だからこそお相手ができる。対象者を訪問すると、碁盤の脇に茶菓が用意され、陪席の奥様に「いつも楽しみにして待ってますよ」と言われると、私は内心で(こちらこそ。It's my pleasure. Avec volontiers)と思いつつ、「握りましょうか」と始める。

巷では、「ちょっと、ちょっと……リュックが開いてますよ」。「あ、わーい。ありがとうございます」と言われると嬉しい。黙ったまま(あんた、だれ?)と睨みながらファスナーを開める人。不審な目を向けるだけで反応のない人。でもせめて「善意」とだけは分かってほしい。

ズボンの破れは、ファッションなのか? 人目を憚らぬ男女の「いちやつき」の内実はセクハラ行為かどうか? 終点車内でお眠りの乗客を揺り起こしてあげていいかどうか? いずれもボランティア精神をためらわせる。

義を見てせざるは勇なきなり、だが主義者にもためらいは多い。



## お知らせ

### 《 2月以降の行事予定 》

#### ◇ 行事活動

名古屋城の探索 3月10日(金)

#### ◇ 地域活動

こころの絆創膏キャンペーン 3月3日(金)  
ウィメンズマラソン 3月12日(日)  
生涯学習センター付近掃除 毎月第3金曜日9時30分開始  
駅西周辺掃除 毎月24日9時30分開始

#### ◇ 福祉活動

ボランティア集会 2月4日(土) 10:00~11:30  
ふれあいサロン 寿々 毎月第2第4水曜日  
ふれあいサロン 菜の花 毎月第3月曜日

#### ◇ 総務委員会

中村鯉城会総会 4月 日時・会場は未定(決まり次第、通知します)

#### 【 編集後記 】

区民まつり、作品展と中村鯉城会としての大きなイベントが終わり、お陰様で「鯉城会だより」にてご報告できる運びとなりました。今年度は久しぶりに待望のバス旅行もありました。多くの会員さんの参加で、どのイベントも大いに盛り上がりました。これからも楽しく参加して、皆でどんどん盛り上げていきましょう。4月からはまた新しいメンバーが加わり、とても楽しみです。多くの30期生が入会されることを期待します。

広報委員長

中村鯉城会だより第65号(平成29年2月1日発行)

発行者 中村鯉城会  
名古屋市高年大学鯉城学園  
発行責任者 中村鯉城会会長 27期 橘田 正紀  
☎ 052-471-2797