

昭和こじょう会懐り

2010年3月 59号

発行：名古屋市高年大学鯨城学園・昭和鯨城会

目 次

表紙 (鶴々亭)	富田 紘八郎 (20期) 撮影	1
目次・表紙の説明	村上 洋三 (20期)	2
特別寄稿 健康で長寿	名古屋市医師会昭和支部 会長 立松 廣	3
昭和鯨城会活動状況	総務委員会	4
行事予定	行事委員会	5
行事レポート . . . 航空自衛隊小牧基地見学	宮部 兼高 (22期)	6
行事レポート 熱田神宮初詣	勝野 弘 (15期)	7
行事レポート . . . 久し振りの大須演芸場	佐藤 邦利 (22期)	8
行事レポート 24期生への説明会	広報委員会	9
(自由投稿) . . . 苦しまないガン治療の実現	武田 良一 (22期)	10
. . . 街角ニュースと詰め将棋	広報委員会	11
(自由投稿) 今後 山崎川どうなるの	船橋 秀之 (22期)	12~13
(クラブ便り) 社交ダンス	浅井 正是 (16期)	14
(クラブ便り) グランウドゴルフ	小塚 浩 (20期)	15
(クラブ便り) リズム体操	辻 慶明 (17期)	16
短歌	岩波 美穂 (18期)	17
	栗谷 任 (17期)	
掲示板 . . . 編集後記	広報委員会	18

～表紙の説明～

「鶴々亭(鶴舞公園)」

1928年(昭和三年)昭和天皇の即位を祝う『御大典奉祝名古屋博覧会』が鶴舞公園で開かれた。その際名古屋木材商工協同組合が鶴々亭を出展。今で云うパビリオンです、床の間付きの十畳間などがあり、最高級の本曾ヒノキが使用されている。市民に有料で貸し出され、春には、お茶会が開かれ憩いの施設として活用されている。

文・昭和区案内人クラブ 村上 洋三(20期)

訃報のお知らせ

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

川口 保 様 享年 80 歳(12期 地域学科 川原学区)

平成 21 年 12 月 12 日ご逝去

特別寄稿

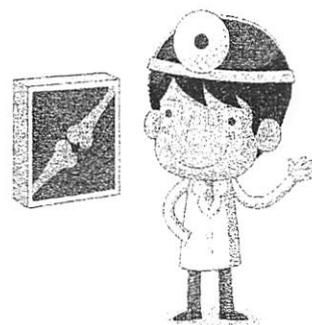
健康で長寿

名古屋市医師会

昭和区支部会長 立松 廣

皆さんの願いである健康で長寿を迎えるにはどうすればよいのでしょうか。全国の内科医の集まりが「健康長寿の10か条」を決めましたのでご紹介します。

- ① ゆっくり食べよう よく噛んで、腹八分目で箸をおく
- ② お魚と大豆製品 欠かさずに 野菜果物 バランスOK
- ③ 毎日歩こう 30分、足腰きたえて長寿への道
- ④ 早寝・早起き、タバコは吸わない、お酒もほどほど健康の秘訣
- ⑤ 頭を使って ボケ防止 毎日明るく 夢を持って
- ⑥ 眠れない、食欲がない、元気がない、心の風邪か、まず相談
- ⑦ ストレスためずによく眠り、過労をさけて休養を
- ⑧ うがい・手洗い習慣つけて、防ごう風邪やインフルエンザ
- ⑨ あなたの健康家族の宝、すすんで健診、自己管理
- ⑩ いつでも何でも相談できる、かかりつけ医を持ちましょう



さて、江戸時代の本草・儒学者貝原益軒は「養生訓」で、中国の養生書と自分の体験に基づいて精神、肉体の両面から日常的健康法ばかりではなく、人間はいかに生きるべきかを述べております。その中で「養生の術は、先ずわが身をそこなふ物を去べし。身をそこなふ物は、内慾と外邪となり。内慾とは飲食の慾、好色の慾、睡の慾、言語をほしむままにするの慾と、喜・怒・憂・思・悲・恐・驚の七情の慾を云。外邪とは転の四気なり。風・寒・暑・湿を云。内慾をこらゑて、すくなくし、外邪をおそれてふせぐ。是を以て、元気をそこなわず、病なくして天年を永くたもつべし。」とあり、心がけ次第で天寿を全うできるというしております。「健康・長寿の10か条」は「養生訓」と基本的に異なっているとは思われません。今日、大多数の国民は物質的には満たされており、望めばなんでも手に入れることができることや医療の進歩により、平均寿命は飛躍的に延びた代わりに、生活習慣病・メタボリックシンドローム、がん、認知症が大きな問題となっています。欲があったからこそ物質的繁栄が得られたのですが、それによるマイナス面もでてきたわけです。個人の欲望を抑えるのは非常な困難を伴いますが、健康で長寿を目指すには是非必要なことでもあります。

また、健康長寿の標語に関しては、江戸中期に尾張藩士で俳人の横井也有が健康十訓をだしており、現在も日本各地で利用されておりますのでご紹介します。

- ① 少肉多菜、② 少塩多酢、③ 少糖多果、④ 少食多齟、⑤ 少衣多浴
- ⑥ 少車多歩、⑦ 少煩多眠、⑧ 少念多笑、⑨ 少言多行、⑩ 少欲多施と生活習慣改善による健康維持の考え方が分りやすく簡潔に示されており、現代にも通用する内容であることは驚きであります。

昭和鯉城活動状況

平成 21 年 11 月期

- | | |
|---------|---|
| 6 日(金) | 津島神社参拝・キリンビール見学(14名) |
| 12 日(木) | 「安心・安全クリーンキャンペーン」栄周辺清掃 (18名) |
| 13 日(日) | 定例役員会・委員会 鯉城学園文化祭 |
| 17 日(月) | まちづくり研究会 (区役所 富永参加) |
| 21 日(土) | クリーンマップ作成編集会議 (一次取り纏め) |
| 25 日(水) | 荒畑クリーンパートナー (6名参加) |
| 26 日(木) | 川名花壇植替 鯉城代議員会(富永・日比野参加) |
| 27 日(土) | 外国人留学生との交流会(富永参加)
社協ボランティア委員会(古池・馬場参加) |

平成 21 年 12 月期

- | | |
|---------|---------------------------------|
| 10 日(木) | 鯉城会公開講座 (講師 大塚 鎭子弁護士) |
| 11 日(金) | 定例役員会・委員会
「昭和鯉城会たより」58号製本・発行 |
| 12 日(土) | クリーンマップ作成編集会議 3月発行予定 |
| 14 日(月) | 定例行事 航空自衛隊小牧基地見学(34名) |
| 15 日(火) | 区民祭り実行委員会総会(富永参加) |
| 16 日(水) | 荒畑クリーンパートナー (7名参加) |
| 21 日(月) | 社会福祉協議会 評議委員会(富永参加) |

平成 22 年 1 月期

- | | |
|---------|---|
| 8 日(金) | 定例会議 役員会・委員会
学区幹事連絡協議会(社協) (各学区役員全員参加) |
| 18 日(月) | 鯉城会 幹事会(富永参加) |
| 20 日(水) | 区会説明会(鯉城学園 8階) 24期生 33名参加 |
| 25 日(月) | 定例行事 熱田神宮 初詣 (20名) |
| 27 日(水) | 荒畑クリーンパートナー (7名参加) |

4月～6月の行事予定 ★★★★★★★★★★★★

【4月】津島市藤祭り見物と麒麟ビール工場見学(含試飲)

◆日時 4月30日(金) 午前9時20分

◆集合場所 名鉄名古屋駅中央改札口



【5月】覚王山 日泰寺 松坂屋初代社長の別邸

楊輝荘園内散策 (案内人 有)

◆日時 5月26日(水) 午前9時30分

◆集合場所 地下鉄東山線覚王山駅1番出口

【6月】名古屋地方裁判所・名古屋城本丸御殿修復工事見学

◆日時 6月25日(金) 午前9時20分

◆集合場所 地下鉄名城線市役所駅7番出口



行事レポート

航空自衛隊小牧基地見学

22期（生活B） 宮部 兼高

Japan Air Self-Defense Force(JASDF) 小牧基地、今回の見学は、航空自衛隊小牧基地である。12月も半ばの14日（月）快晴に恵まれ清々しい空気を胸一杯吸い込みたいような絶好の見学日和の下、参加者34名が小牧基地の正門前に立った。程なく一行は、イケメンの広報担当者に案内され緊張しながら基地内に入った。

まずは、スクリーンで自衛隊の組織、配備航空機等々の説明を受けた。そしていよいよ航空機見学。一行はマイクロバス等2輦に分乗し、滑走路に降り立った。そこには輸送機4機、うち1機が轟音を轟かせてプロペラを回転させていた。7名1組編成となり、隊員からC-130輸送機の説明を受けた。高さ29,8メートル、幅40,4メートルの「ずんぐりむっくり」型とはいえ、一度に33,5トンもの貨物を、最高時速600キロ、最高高度8,000メートルを飛行できる性能を持っているとのことでした。説明の間にも、自衛隊の輸送機、ヘリコプターがさらには県営小牧空港から民間機が離発着し、その度に隊員の説明が全く聞こえない程の轟音で、ふと、今問題の沖縄の基地のことが頭をよぎった。

輸送機の楕円形の胴体の中は、想像した以上に殺風景で窓一つなく、左右に隊員がパラシュートで降下する際の窓（扉）があるのみである。

次に、輸送機のコックピットの中を見学した。今も現役で活動している輸送機のコックピットである。思わず感激。狭い空間の中に整然と並んでいる80~90余の計器類に囲まれ、機長はどんな思いで操縦されているのだろうか。

次は救急救助隊である。日本の10基地に配置されているが、そこで活動している隊員の教育訓練は、すべて小牧基地で行っているとのことでした。救難機と救難ヘリコプターは一体となって活動し、救難機は、いち早く遭難現場の位置確認及び気象状況を調査し、救難ヘリコプターに連絡する。連絡を受けた救難ヘリコプターが現場に急行し、直ちに救助活動に入ることになる。自衛隊に関わる救助は、荒天で海上保安庁、警察の山岳救助隊等々が救助困難と判断した場合に出動するため、危険度は常にマックス状態である。「やりがいがありますネ」と声をかけたところ、はにかみながら「そうですネ」と答えた隊員の笑顔が頼もしく印象的だった。

救難機、救難ヘリコプターに共通するのは、輸送機同様に各種精密機器類を搭載しており、改めて人間の頭脳は素晴らしいものだ、人間万歳と言いたい気持ちであった。

9時40分頃から12時頃まで見学し、いよいよ昼食である。献立は「さわら、肉じゃが、ゆば、漬物」とご飯、みそ汁であった。おいしかった。途中、てんこ盛りにしたご飯をおいしそうに食べている若い隊員を見た。高校の頃、野球の部活で腹ペコになり、茶碗に3杯も4杯も食べていた自分を思い出して何故かうれしくなった。

最後に売店に立ち寄った。店員に方にこの基地独自の品物を訪ねたところ、「よこすか海軍カレー」とのことだったので、家への土産として購入し家路についた。

行事レポート

熱田神宮初詣

15期(文化) 勝野 弘之

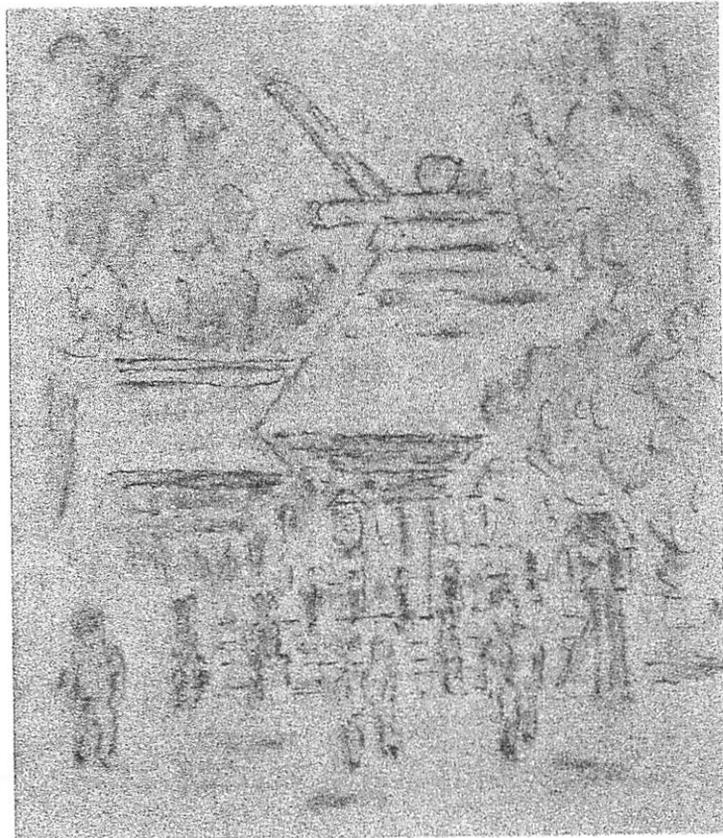
実施日 平成22年1月25日(月)

参加人員 20名

当日は、風冷たく、好天ではなかったが、地下鉄神宮西駅改札口に集合した。昭和鯨城会の一行は、元気よく“熱田さん”の西正門より緑豊かな神域に入った。ボランティアガイドさんと落ち合い、手水の使い方など習い参詣に向かう。本年も無事である事を祈願し、新社殿の説明を受けた。神宮の祭神は、草薙神剣の熱田大神で、相殿神として天照大神、他4社の神を祭る。戦時中熱田付近は、軍需工場も多く、B29の激しい空襲を受け、焼津の野火を鎮めた宝剣の霊験も及ばず神宮も焦土と化した。戦後昭和30年伊勢神宮の古材で、社殿が再建され御遷座が行われ再興した。築後50年を期に、昨年リニューアルされて、真新しい神明造りの社殿となり、面目を一新した。千木・堅魚木など細部の解説を受け、東側小径へと向かう。多くの摂社・末社が有り、神木など深い森である。奥に楊貴妃の墓がある。妃は安祿山の変で亡くなったとされているが、亡命して熱田に到り、比翼連理の玄宗の帰国要請も断り、熱田で他界したと云う。私は長安へ行った時、楊貴妃の浴場を見た。大きな白い石造りの浴槽で、湯張りはどんなに大変で、奴婢を苦しめた事と思われた。

“あがつまや”の一言に感激して、荒海に身を投げ日本武尊を救った、弟橘媛の社もあった。

参拝を終わっての昼食、ブランドの蓬莱軒は混雑、味で一番の大和田で鰻井を食す。今年はシラスが不漁で、このままでは土用丑は危ないとのこと。味わって食べる、美味しかった。メデタシ、メデタシ、楽しい一日でした。



行事レポート

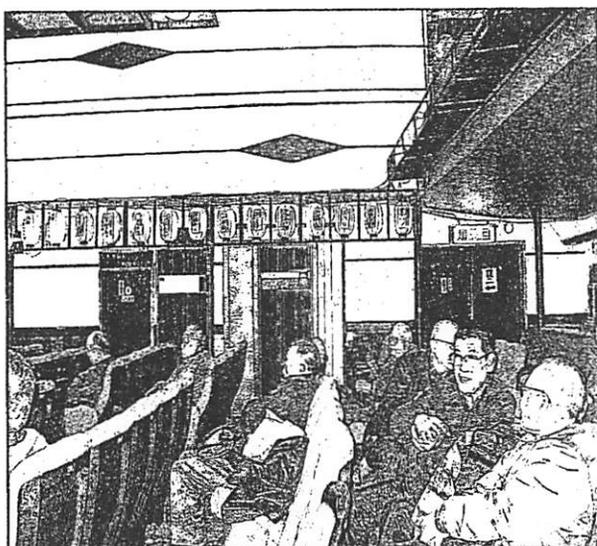
久しぶりの大須演芸場

22期(陶芸) 佐藤 邦利

○日時:平成22年2月19日(金)正午～午後2時

何十年振りかで、大須演芸場へ足を運んだ。

折も折、この日は若手落語家達が「東海地区に演芸を広め隊」を結成し、20日に同演芸場で旗揚げ公演する前日であった。略称「海演隊」として、東海地区の



各市町村を巡回し、多彩な演芸会を開くことにしていると聞いた。

19日は、この「海演隊」のリーダーである落語家の雷門獅籠さん、江戸曲独楽の柳家三亀司さんをはじめ6人が出演。落語、腹話術、江戸曲独楽に唄とおどりなどがあり、あっという間の2時間が過ぎた。

場内は観客の入りも今一つのせいか足元が非常に寒く、思わずコートを膝の上にのせた。これからは、「海演隊」の地道な努力と活躍により、大須に芸とお客を呼び戻し、250席が満席となるような往年の大須演芸場になってもらいたいものである。



行事レポート

24期生への説明会

広報委員会

恒例の24期高年大学鯉城学園在校生への昭和鯉城会の活動説明会が、1月20日に高年大学鯉城学園で16地区鯉城会が一斉に行なわれました。昭和鯉城会の24期生(平成23年3月卒業予定)は、昭和区在住者が42名でこの日は33名が参加されました。

富永会長が、挨拶の中で「学園時代は、クラス、クラブでの繋がりが緊密になり楽しいかったが、地域社会との繋がりがきわめて少ないと思いますが、昭和鯉城会では、地域との繋がりが加わって新たな出会いが待っています。」と鯉城会の意義を説明しました。

出席した各役員の自己紹介後、24期生から「会場に来て、住まいの近くの方だと気がついたとか、我々も顔を覚えたいし覚えて欲しい」との提案があり、早速24期生33名の自己紹介も行われました。

平成22年度高年大学入学者数と倍率

2月18日(木)公開抽選が行われ、各学科毎の倍率が決定致しましたのでご報告します。

学 科 名	募集人員数	申込者数	22年度倍率	21年度倍率
生 活	96	172	1.8	1.6
文 化	96	154	1.6	1.8
園 芸	48	157	3.3	3.4
陶 芸	40	86	2.2	2.2
地 域	48	173	3.6	3
健 康	48	224	4.7	4.4
美 術	48	200	4.2	3.7
環 境	48	61	1.3	1.4
国 際	48	155	3.2	3.3
福 祉	48	48	1.0	1.4
合 計	568	1430	2.5	2.5

自由投稿

苦しめないがん治療の実現へ

22期(健康)武田良一

私が、このテーマを研究するのは、父、父の兄弟、従兄弟等が70歳前後で全員死亡しており(10名)自分自身にも降りかかると思い企画しました。三大死亡(がん、心筋梗塞、脳卒中)特に今回は男性3人に2人、女性3人に1人が死亡する「がん」について勉強したことを発表する。

「がん」は症状らしい症状が出ない為手遅れになりやすい。しかし出血や痛み、身体を触ってみてしこりを発見したら直ぐに病院で検診を受ける。

主ながんの種類と特徴①肺がん、気管支入口付近に出来る「中心型肺がん」は痰に血が混じる事が多い。肺の奥に出来る「末しょう型肺がん」は早い時期に咳や痰が出る。②胃がん、男性で一番多いがんで、初期の時は、胃もたれや重苦ぐるしさがあり、みぞおちに鈍い痛みを感じる。2ヶ月と長引けば直ぐに医者へ。③肺がん、上腹部の鈍い痛みや腹が張った感じがある。身体のだるさや食欲不振に注意。④大腸がん、便秘と下痢が続き便に血液が混ざる。腹部や不快感が残り残便感がある。⑤食道がん、物を飲み込む時、痞えたり、喉にしみるような痛みを感じる。⑥膀胱がん、痛みをともなわなない突然の血尿。⑦脳腫瘍、起床時に吐き気を伴う頭痛。めまいや視力、聴力、運動などの障害。⑧舌がん、舌がざらざらし白い斑点ができる。⑨すい臓がん、腰痛、背痛、食欲不振体重の減少。⑩皮膚がん、ほくろやいぼの表面の色が変わり黒いできものには注意。⑪子宮がん、女性で一番多いがんで子宮頸部に発生しやすく不規則な子宮出血、腰痛、背痛である。⑫乳がん、女性の乳房に小さな硬いしこりができて、大きくなった場合先ずは乳がん「痛みはない」。⑬卵巣がん、無症状で腹腔腔の中に浮かんでいる器官で移転し易く腹全体が大きくなる。

最近の医学も進んできており「うたた寝している間に全身のがんが発見できる」PET(ポジトロン~エミッション~トモグラフィ=陽電子、放射、断層撮影)検診を受ける。検診は先ず注射(色つきブドウ糖-FDG)を打ち約1時間後ベットに寝て、丸いドームの中に体が入っていき、頭から足の付け根まで断層写真を撮る(350枚ぐらい)。ブドウ糖が正常な細胞に集まる原理を応用したものでがん細胞があれば多く(3.8倍)呼吸する。ただPETの得意とするがんは咽頭がん、肺がん、乳がん、大腸がん、卵巣がん、子宮がん、悪性リンパ腫など。苦手とするがんは肝臓がん、胃がん、前立腺がん、腎臓がん、膀胱がんなどだから病院によってはMRI(脳腫瘍)、CT、超音波、腫瘍マーカー等(がんの部位)で総合判断する。PET検診は2週間位で結果がでる。

がんの死亡率を下げようと国が平成16年度より進めているのが「10カ年総合戦略」粒子線治療法だ。がんが確認されたら「苦しめないがん治療」をうける。ピンポイント狙撃「粒子線治療法」です。がん細胞に炭素線をミクロン単位の精度で照射する。痛み

は、ゼロ傷跡も残らず腫瘍にピンポイント照射するから、周囲の正常細胞への影響も軽微、副作用も極めて少ない。特に前立腺がん、肺がん、肝臓がん、子宮がん、頭頸部の悪性黒色腫など早期がんに対しては高い治療成績が得られている。但し胃がん、大腸がんなど不規則に動く臓器のがんは不適用である。最大のネックは費用が300万円以上(保険は利かない)掛かることである。ただ名古屋市も平成24年度までに導入(北区城北に西部医療センター中央病院「仮称」)する計画である。
 昭和鯨城会々員の皆様ご自分の体は自分で守り1年一回は定期的に人間ドックに入り早期発見～早期治療で残された人生を楽しもうではありませんか……………

街角ニュース

昭和区には、二つの自慢があります。一つは、昨年100周年祭で賑いを見せた名古屋市の指定公園鶴舞公園であり、二つ目は、尾張高野ともいわれる八事山興正寺である。

高野山真言宗別格本山で五重塔は、国の重要文化財に指定されている。この興正寺の境内で毎年4月29日(緑の日)に開かれ今年5周年を迎える『八事の森のまつり』がある。このまつりは、バンド演奏・大道芸・フリーマーケット等の19の出店ブースには、定番のやきそば・焼き鳥も販売され春の日差しの下ひと時を楽しんでは如何でしょうか。

趣味のコーナー

詰将棋

9	8	7	6	5	4	3	2	1	
							龍		一
							馬		二
								王	三
							桂	歩	四
			角	銀				馬	五
									六
									七
									八
									九

■持駒なし

A ○ 30秒で三段

B ○ 1分で二段

C ○ 2分で初段

D ○ 5分で2級

E ○ 時間無制限で解けたら5級

解答：18頁



自由投稿

今後 山崎川は どうなるの

22期(園芸) 船橋 秀之

山崎川と言えば、サクラを連想される人が多いかと思いますが、今般(平成22年1月)名古屋市から「二級河川山崎川水系河川整備計画(原案)について」が出されました。その抜粋をご紹介します。

山崎川水系河川整備計画(原案)〈抜粋〉

1. 河川整備の基本的理念

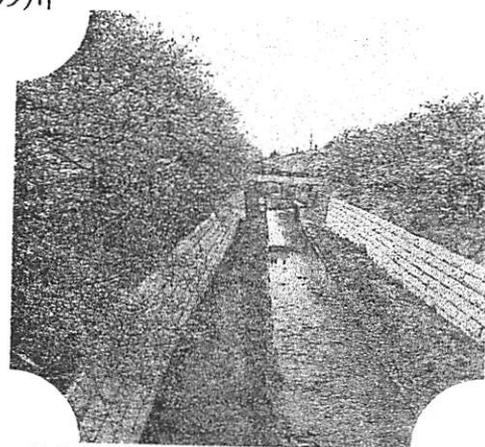
基本理念: 私たちのまちにある、水と緑のふるさとの川

基本方針: (1) 大雨に強い川づくり

(2) 人と街をうるおす川づくり

(3) 生きものを育む川づくり

今後、概ね30年間で河川の整備を進める



2. 河川的主要な現状と課題

(1) 治水の現状と課題

①現状

(ア) 川沿いに多くの家屋(ビル)が隣接しており、河道拡幅が困難である。

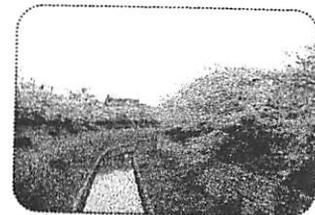
(イ) 大雨で山崎川の水位が高くなると、下水道の排水能力が低下し、浸水する。

(ウ) 川の流下能力に低いところがあり、大雨で洪水が溢れだす。

②課題

(ア) 山崎川では、洪水を十分に流すことができないため、護岸を整備して川を掘り下げ、水を安全に流す必要がある。

(イ) 流域では、市街化の進展により、市街地の内水を排除するために、ポンプ施設の増強、ため池・雨水調整池の保全が必要である。



3. 河川整備計画の目標と実施内容

(1) 洪水や高潮等による災害発生の防止又は軽減

洪水対策: 概ね10年に1回程度発生すると予想される降雨(1時間雨量63mm)による洪水を安全に流下させる。

(2) 流水の正常な機能の維持

平常時の水量を回復して、魚類や水棲生物の棲息や生育条件を改善する。

(3)河川環境の整備と保全

多様な生物が棲息し、地域住民が環境学習などで川に親しみやすく、街並みと調和した景観の川づくり

①自然環境:

(ア)動植物の棲息・生育に配慮した川づくり

(イ)外来種などの棲息地域拡大防止

②水質

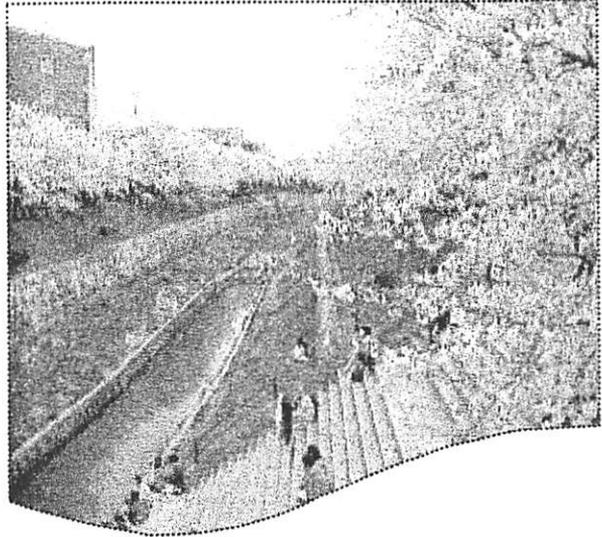
さらなる水質の改善

③親水

安全に水辺に近づけるような川づくり

④景観

良好な河川景観の形成



4. 河川整備計画の実施

(1)洪水対策区間

①楓橋～本山駅

②可和名橋～呼続橋

(2)河川環境の整備と保全

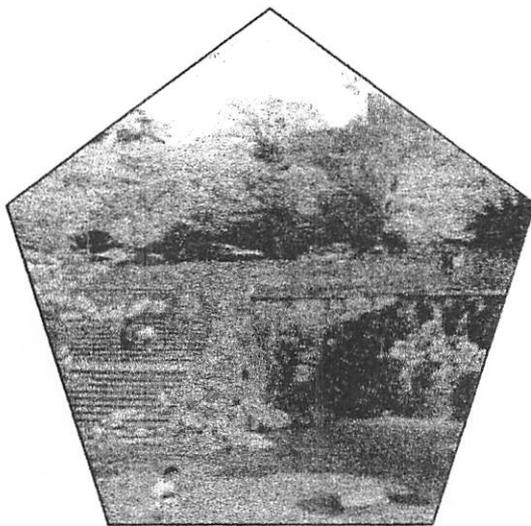
①サクラ・水際植生などの保全・再生

(ア)楓橋～出合橋

(イ)出合橋～田代本通

②ヨシ原の保全・再生

新瑞橋～可和名橋



以上が山崎川整備計画の概要である。

基本の理念・方針には全面的に賛同するが、洪水対策が最優先課題でなかろうか。

川名駅北側で山崎川左岸雨水幹線下水道築造工事(下水管工事)が行われているが、護岸の整備により川をより掘り下げ、水を安全に流すことが

肝心である。さらなる水質の改善と水量の回復も課題の一つであり、解決されれば魚や水棲生物の棲息や生育条件の改善も図られよう。

最後に景観と憩いの場が求められることになる。サクラ並木の植生と維持保全、心休まる場所の提供である。

資金的な面もあろうかと思うが、計画的に諸施策を着実に実行してもらいたいものだ。

クラブ便り

昭和鯨城社交ダンスクラブ

16期(地域) 浅井 正是

昨年2月にクラブ発足以来1年が経過しました。はじめは、月一回のみの例会でしたが、11月からは、第1日曜日と第3日曜日の二回になり、充実した内容で活動しています。先日(2月21日)平成21年度の締めくくりとして、総会を開き、初年度の行事報告、会計報告があり、反省や要望を出し、話し合いをしました。例会ごとの参加者は、15～20人で推移しました。2月からは新入会員もあり会員数は、25人(男子13人 女子12人)となりました。

平成22年度の例会(ダンスレッスン)は、次の予定で開催されます。

日 時:原則として、第一日曜日・第三日曜日 9時～12時

会 場:昭和スポーツセンター軽運動室

講 師:松浦 敏子先生 (名古屋市中高年ダンス教室講師)

内 容:ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャなど基本のステップを繰り返し練習
初級の方も上級の方も十分楽しめます。

会 費:3ヶ月 3,500円

社交ダンスは健康志向の高まりから、スポーツ、美容、ストレス解消などの面から楽しむ人が増えています。身体を動かすスポーツ性、音楽を楽しむ芸術性、ルールやマナー、エチケットなどの社交性を兼ね備えています。音楽に合わせて身体を動かす楽しみは、格別です。昭和鯨城社交ダンスクラブで、交友を深め、ダンスの楽しみを味わいましょう。

昭和鯨城会会員以外でも入会できますので、お友達などお誘いして参加してみませんか。入会申し込みは、クラブ代表 奥中健司 まで Tel/Fax (052-752-0522)

平成21年度 行事報告

平成20年10月19日 ダンス同好会創設話合い カフェギャラリー「寸心」

平成21年 1月18日 社交ダンスクラブ発足準備会 昭和スポーツセンター

以降 平成21年2月より毎月例会を開催。意見交換会・臨時総会・親睦パーティ等をおこないました。

クラブ便り

第3回鯉城会グラウンド・ゴルフ交歓会

20期(国際)小塚 浩

3月15日(月)鶴舞公園陸上競技場で、第3回鯉城会グラウンド・ゴルフ交歓会に下記 15 名の参加希望者がありました。当日、皆様方多数の応援をお願いします。

昭和鯉城会からの参加者(順不動敬称略)

山本きぬ子	光崎 俊男	近藤 清晴	国松 篤美	荒川 巖
佐治 正夫	辻 慶明	永田 祐千	中岡 正道	古澤 良蔵
小塚 浩	大原 立子	近藤八重子	安福 郁子	武田 良一

尚、月例会を下記の日程で開いています。是非ふるって参加を！！

22年度年間日程表

昭和鯉城会グラウンド・ゴルフクラブ

	第1火曜日	第2火曜日	第3火曜日	第4火曜日	第5火曜日
	競技日	練習日	競技日	練習日	休み
22年4月	6日	13日	20日	27日	
5月	4日休み	11日	18日	25日	
6月	1日	8日	15日	22日	29日休み
7月	6日	13日	20日	27日	
8月	休み	休み	休み	休み	
9月	7日	14日	21日	28日	
10月	5日	12日	19日	26日	
11月	2日	9日	16日	23日休み	
12月	7日	14日	21日	28日休み	
23年1月	休み	休み	休み	休み	
2月	1日	8日	15日	22日	
3月	1日	8日	15日	22日	29日休み

備考

- * 場所 名古屋高速 吹上高架下 ミニスポーツ広場
- * プレー日 毎週火曜日開催(但し、1月、8月及び第5火曜日は休み)
- * プレー 午前9時30分より開始し、2ラウンド約1時間プレーする
- * 雨天中止 午前8時に雨が降っている場合は休みとする
- * 年会費 2,000円(中途入会者は @200円×月数)
- * 係 永田 祐千 871-9537 小塚 浩 882-3981

クラブ便り

昭和鯨城リズム体操クラブニュース

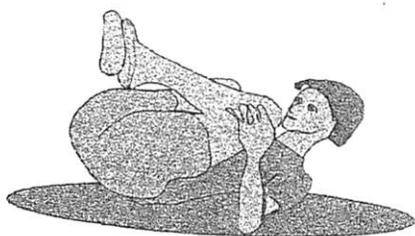
会長 17 期 (国際) 辻 慶明

平成 22 年 1 月 6 日 (水) より昭和スポーツセンターにて、西川先生、大塚先生指導の下、クラブ活動が開始されました。124 名中、100 名の出席で 80% の出席率で今年 1 年の皆様のやる気が感じられ喜ばしい事と思います。

さて今後の活動について 2 点ほど報告させていただきます。

報告① 平成 22 年上期 (4 月から 9 月) の練習会場が確定しました。昭和スポーツセンター第 2 競技場では、午後 1 の会場確保はやっと 12 回、午後 2 が 1 回、第 1 競技場では 8 回、中スポーツで 1 回の合計 22 回がやっと確保できました。前回より会場取りが段々難しくなりました。理由は第 2 競技場で午後 1 での水曜日使用の団体が増えた事によるもので、解決策は登録数を増やす事が一番の解決策との事です。

報告② 鯨城 OB リズム体操の 10 チームの交流会が 3 月 11 日千種スポーツセンターで開催されますが、その練習に一生懸命頑張っています。タオルを使っての三重の輪になっての炭鉱節横 8 列、縦 10 列の隊列を組んでの風呂敷体操の 2 演目を披露するので、両先生の優しくも厳しい叱咤激励の下、段々と覚えも良くなり小生も含め何とか様になるようになってきています。当日は、見事な演技を披露できる事を密かに祈っております。



尚、新入会員申込数は、現在 9 名ですが、死亡、病気、体調不良等で退会された人が 8 名おられます。この一年会員の皆様が元気で無事故で健康に過ごされますよう、役員一同努力いたしますので宜しくお願いします。

短歌

十八期(文化) 岩波 美穂

ひそやかに 独りの豆まき 福は内

鬼は外へと 窓開け放つ

春立てど 寒暖の差の 激しかり
重ね着しつつ 寒さを凌ぐ

朝より 音もなく降る 寒き雨
黙して籠る ひと日の長し

清々と 空澄み渡る 如月の

風の冷たし 頬を刺すがに

朝開けて 追讎の豆の 二つ三つ
転ぶ部屋うち 春は未だし

短歌

十七期(園芸) 栗谷 任

わが胸に 春のおもひを ふふませて

桜の枝に 降りかかる雪

日は雪の 山にかくれて 庭木々は
うす墨の枝 空にうかべつ

さざんかの 硝子戸越の 雪帽子
あでやか姿 今も昔も

日に光り 軽く舞つつ はらはらと

真澄の空を 雪の花ふる

さびしさに 外ながむれば 夕日さす
四方山に 白く霧たゆとう

掲示板

平成22年 昭和鯨城会総会

日時 平成22年4月8日(金)午前10時～10時45分

場所 昭和区役所 2階 講堂

総会后 ……学区連絡会とアトラクションがあります

★プログラム…マジック・ハーモニカ演奏・民謡

編集後記

二月は冬季バンクーバー五輪の開催でテレビの前に釘づけになられた方も多かった事と思われます。選手の活躍に感動と興奮を貰い、子供たちには大きな夢を与えていただき有り難う！！

22期の編集も2号目となりましたが、今回から街角ニュースと詰将棋を企画しました。皆様の寄稿をお待ちしております。

詰将棋の解答……▼1二角成 △同金 ▼2四銀 △同角 ▼2五桂まで 5手詰め。

昭和鯨城会会報 『昭和こじょう会便り』 59号

発行責任者 冨永 武義

編集委員

◎後藤 崇 日比野 勝 松村 照子 安福 郁子

吉田 圭子

古庄 建治 船橋 秀之 高木 弘二 北瀬 多賀子

坂野 節子