

昭和こじょう会便り

名古屋市高年大学昭和鯨城会 平成9年3月発行 第7号

ぜんざい、きしめん 市電

これは昭和10年頃の名古屋で、いずれも6銭で食べ、乗ることの出来たものでした。鶴舞公園前の「丸三」ぜんざい屋でぜんざいを5杯食べたらただになるといので、友達と挑戦しましたがいつも及ばず失敗して銭を取られました。この値段を今の値段と比較してみると、ぜんざい、ときしめん、は400円~500円で、市バスは200円ですから、相当バランスがくずれています。

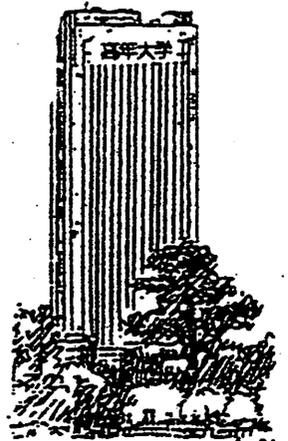
食べ物は高年者は若い人程は食べないのだから、レストランでは量の少ないメニューを用意してもらいたいものです。 (8期文B 柴田 武)

昭和こじょう会

行事予定

★★

9年3月5日(木)	グランドゴルフ	13:30 高速道路下
12日(木)	第6回役員会	10:00 区役所
19日(木)	グランドゴルフ	13:30 高速道路行
22日(土)	楽しく歩こう会	13:00 白鳥断夫山
4月5日(土)	楽しく歩こう会	13:00 喜惣治の桜
17日(木)	総会	10:00 区役所



高年大学鯨城学園

★★

9年3月5日(木)	公開講演会：柴田昌雄氏	13:30 学校鯨城ホール
	「老後の生活と食事」	
6日(木)	公開学習会：尾崎 直氏	10:00 学校鯨城ホール
	「消費者の価値観の変化とその行動」	

ナンジャモンジャ



わが街かいわい

7期生B

伊藤晴義

私の住まいは、都市高速道路2号線と分岐3号線、更に高架で走るJR線に囲まれた三角地帯です。

此処は、鶴舞公園にも近く、環境も良い所と思いきや、今は騒音と排ガスの巷となり、哀れな所となりました。

しかし、その高速道路建設にあたり環境整備資金の交付があり、鶴舞二丁目と三丁目の間を走る空港線の両側には、「みどりと彫刻のみち」と称して学芸大学教授の方々の制作されたブロンズ像や石のモニュメントが11基並び分岐3号線の北側には、鈴木政夫先生の石像10基が並ぶ「いしのみち」があります。(なごや新三百景の内)

更に、空港線を挟んだ両側には、3本づつ、6本のナンジャモンジャの木が街路樹として植栽されております。

(東側は赤松事務所前付近に3本と、西側には国島理髪店の前辺りに3本)

東海地方では「ひとつばたご」のことを「ナンジャモンジャの木」と言う(もくせい科) 広辞苑にあります。

山地に生える落葉高木で、春には白い花を雪のように咲かせて、道行く人の目を楽しませてくれますが、これがナンジャモンジャの木だとは近所の人でも知らぬ人が多いようです。

四月になりましたら、一度お出かけ下さい。

★★

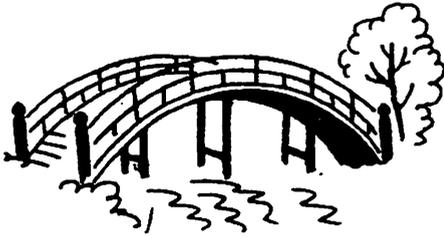
11期生

昭和区在住の11期生は次の方々で4月より2年生になられるので、昭和鏡城会に入会するようお奨めしています。

伊勝学区健康	大村兼吉	宮東町
御器所 文B	梅村景三	御器所
〃 健康	真野昭二	若柳町
松栄 生B	武藤繁夫	長池町
〃 園芸	後藤林造	戸田町
〃 美術	林 功三	長戸町
〃 文A	宇佐美壽美子	緑町 3
滝川 生A	磯辺勘蔵	川名山
〃 陶芸	伊藤小夜子	山里町
鶴舞 生B	光崎俊男	鶴舞 3
〃 生B	鬼頭 昇	山脇町
吹上 生A	仙田美恵子	吹上町
村雲 文A	近藤友子	円上町
〃 文B	近藤末子	円上町
〃 生A	杉本ふさ子	御器所
〃 地域	加藤 勝	滝子町
〃 地域	鬼頭 金	滝子町
八事 園芸	神谷俊彦	広路町
〃 地域	針山義三郎	広路町

(19人)

裁断橋



楽しく歩こう会 8.12.14.

9期生活 伊藤光子

師走とは言いながらとても暖かい日に、鬱蒼と緑深い歴史と神話の森、熱田神宮の境内を皆さんと歩き、種々の名木、国宝、重要文化財など、幹事さ

んの丁寧な説明を聞きました。

今まで何も知らずに通っていた道を改めて見直しながら、まだ所々に残っている綺麗な紅葉を見ながら神宮の境内を出ました。そこには又静かな秋葉山円通寺があり大きな三大岩も珍しく町に出ました。町では次々と知らなかった名所旧跡を巡り、終点の伝馬町駅で解散しました。

名古屋で生まれ育ちながら何処も知らなかった名所旧跡を、幹事さんの研究熱心な御先導で知り、今日一日素晴らしい日を過ごすことが出来て有難うございました。

俳句

2期文化 鬼頭秀三 (第2回)

喘ぎきて小鳥ははしやぐ木下閣
火も消えたり鶉たちが捨てた奴隸舟
広島のドームがゆがむ雲の峰
山百合に手をかしている忠霊碑
子の合唱籠は檻なる羽抜け鳥
緋絨や城門に群れ赤とんぼ
吾亦紅風まかせなる弥次郎兵衛
吾が一生細々長き糸とんぼ
名月に釣られし如きあごはあり
石庭の石のリズムよ冬日の燦
寒ぼけや縁側の膝耳掃除
肉魂の戦いラグビー仁王の目



インターネット



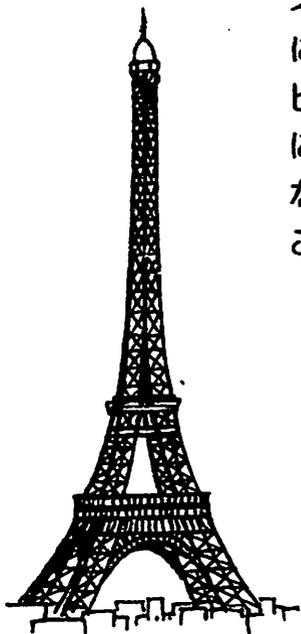
9.2.19. 研修懇談会

9期陶芸 市野幸枝

今度の研修懇談会ではアメリカンセンターでインターネットの話を知ることになりました。インターネットって何だろう。

この頃インターネットって言葉はよく耳にします。でもその仕組みについては、まだ首をかしげている方もいらっしゃるのでは？ そうです、私も今日アメリカンセンターで渡辺和代さんからとってもよく解る説明を聞いたばかりです。小さなコンピューターと電話があれば、それをモデムという、これまた小さな機械で繋げて、インター

ネットという世界中に広がっているコンピューターの集合体に接続して、いろいろなサービスを受けることが出来るんです。電話、手紙、ファックスなどに替わり、距離や時間を気にしないで海外の人とも簡単に連絡出来るんです。



勿論情報を発信、公開、そして受け取ることも可能です。どうして一瞬のうちに世界中の情報から自分の必要なものを探せるか不思議でしょ？

それをしてくれるのがサーチエンジンというロボットなんです、凄いですよね。一度会ってみたいナ、と思うけど目には見えない優れ者なんです。

と、私がこんな説明をしてもお解りの方にはつまらないし、でない方にはよけい解らないかも……。とにかく、まだまだ可能性をいっぱい持った超便利なものなんです。といっても現在の私、溢れている情報に取り囲まれその上、英語に弱いときは魅力はあっても壁が厚すぎます。

でもこんな事を考えました。年々倍々増えるインターネットの利用者が3年後には3億人以上になるんですって、いずれ世界は国とか民族の力が弱くなり、誰もがインターネットを通じて何処に住んでも同じような暮らしが出来るようになり、そうなれば戦争のない世界も夢ではないんじゃないでしょうか。そのためにも解らないとか、必要ないとか云ってないで、どういう風にネットが広がって行くのか、ちゃんと見ていきましょう。

御器所村



昔の昭和区

8期文B 柴田 武

この村は、北には駿河街道（今の飯田街道）が通り、東は石仏村、南は瑞穂村、西は常盤七本松（今の中区七本松付近）に囲まれた広い村で、西は前津小林村に隣接していたが、御器所村に合併されたので城下町に隣接することとなり、早くから開けた村でした。

村は御器所台地の西端にあり、台地の端からは湧き水があり村の西部の低地の灌漑に役立っていました。灌漑には三つの溜池が造られていて龍興寺ヶ池（新雨池）龍ヶ池、広見ヶ池がありました。村の北部台地には宝暦年間（1960ごろ）猫ヶ洞の水を引いて開墾した水田がありました。

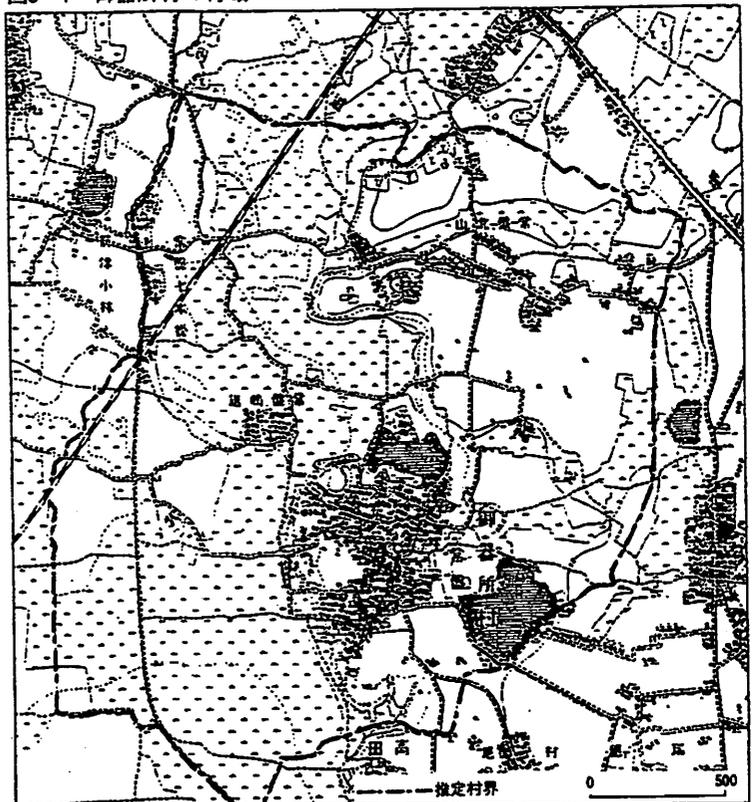
村の台地には良質の粘土層があり江戸期には既に瓦を焼き炮烙を

作る職人も住んでいて、熱田神宮に土器（かわらけ）を献上していました。

明治24年の村絵図を見ると村には56の字（あざ）があり北部には、字吹上、字東古井田、字西鶴舞、があり西部には、字大清水、字向田、字鳥喰があり南部には、字瀧子、字高辻、があり東部には字上離松、字恵方、が見られます。村の中心地は、字常盤にあり農家が建て混んでいて、その中には八幡宮、神宮寺があり今の御器所四丁目の付近です。

村の北部に一本松が植わっている古墳があり、「一木長者」が付近に住んでいたということが徇行記にあるが、これは現在の名古屋工業大学の敷地内にあります。（資料：昭和区誌）

図5-7 御器所村の村域



陽気なスポーツマンになろう

8期園芸
山本保人



高齢者がシニヤライフを明るく豊にするには、まず大切なのは健康を維持する事だと言われます。この健康を維持するには、栄養のバランスがよい食事を楽しみながら食べ、適度な睡眠をとり、適度な運動を欠かさない事が重要だと言われています。

私達は毎日2000kcal前後（高齢者の場合）を食物から摂取しています。何もしなくても約1500kcalは自然と消費されるが、残り 500kcalは体を動かして使わなければなりません。一般には成人病予防の凡その目安として、一日 300kcal分の運動が最低限必要とされています。

言うまでもなく大切なのは食事量と運動量のバランスです。食べる量を減らして運動をしないと体力が衰え、体の老化を早めます。むしろ十分に食べて運動する方が望ましい。

私達の周囲には、高齢者向きの色々なスポーツ、例えばゲートボール（最近人気低下）、グランドゴルフ、ウォ

ーキング、水泳、ベタンク等々があります。自分に合ったスポーツを適度にムリの無いように継続することで筋肉の衰えを防ぎ、同時に余分な脂肪を効率よく燃やすことが出来ます。

★100kcal消費する運動例★

ぶらぶら歩き	: 30~40分
普通の歩き	: 20~30
速歩	: 15~20
ジョギング	: 10~15
水泳	: 7~17
ゴルフ（打放し）	: 25~40
ラジオ体操	: 20~30

「終わり良ければ総て良し」 良きフィニッシュに向けて、日頃からスポーツを通して仲間づくりや、人と自然との触れ合いをしながら、「健康で楽しい、楽しい」で自然と年を重ねていく。こんな年のとり方をしようではありませんか。

★★

編集後記

この頁の上部に子供がグランドゴルフをしている絵がありますが、絵は毎号同じでも、旗のホール番号は毎号違っていることにお気付の方は少なかったようです。この「昭和こじょう会便り」に投稿をお待ちしています。

（柴田 武 山本保人 石黒博正 岩田 博 浅野鎌三）