

# なごやかメイト

令和2年1月15日 第153号

発行者 名東区なごやかクラブ連合会

名東区上社二丁目50番地

電話 052-778-3099

http://kurouren.chu.jp/

明けまして  
おめでとうございます

昨年は区なごやか連の諸行事に、会員の皆様にはたくさんご参加くださいまして有難うございました。

名東区は「老人」の呼称を「なごやか」に変更し若年高齢者に入会魅力を抱かせ、入会しやすい団体としました。会員の増加はクラブの活性化・存続のために絶対必要です。

今年は東京オリンピックが開催され世界のアスリートの「投・跳・走・泳・打・蹴・・・」の雄姿に刮目し、とりわけ日本選手の活躍に一喜一憂されることでしょう。

今年が皆様にとって健康で幸せな年となりますよう祈念いたします。

連合会会長 長尾滋男



1月3日 猪高緑地の日の出  
勢寿クラブ 藤井幸栄

## もういくつ寝ると (趣味の作品展から)

子育ても終わり、何か落とし物をしたような思いで、寂しさを紛らわすように習い始めたのが、ミユキアートフラワーでした。



パッチワーク・編物・洋裁などいろいろやってみましたが、布をいじっている時が、気持ちが一番落ち

着きます。写真上の羽子板は、玄関に飾るしめ縄を作ろうとして、その年の支(えと)と布花を作り、正月が過ぎたところで今度は捨てるのが惜しくなり、羽子板に色を塗り支と布花を張り付けたのが始まりでした。



これは6年前から毎年作り、お世話になった方や仲良しのお友達に一年間のお礼として差し上げ、喜んでいただいています。12支を作り揃えたいと思っています。なお、和菓子とは別界した主人のために仏壇へ供えるために作ってみたものです。

引山学区 浅田楠乃

## 理事会報告 12月12日

- 1、一泊研修旅行越後湯沢方面 3月5~6日
- 2、なごやか名古屋GG区対抗大会 3月3日
- 3、令和元年度健康づくり講演会 1月29日

## 教養講座 第五日目 12月5日(木)

第一時限 平和が丘小学校校長 竹内直彦先生  
「昭和・平成の名古屋」

お話しは、名古屋市制の発足時(明治22年)の人口が、15万人で足りずであったのが、平成28年には、230万人、国内では、東京・横浜・大阪に次いで4番目の大都市であることから始まりました。この発展は、先人が懸命に働いた証であるとの見識を示され、そのあと、おもに、名東区を中心に、昭和30年代以降の、市街の開発拡大・近代化についてお話されました。



第二時限 猪高中学校校長 田中憲弘先生  
「認知症の両親から学んだこと」

平成27年に、ご両親を老健で亡くされるまで、症状の始まりからつぶさに記録された出来事を話された60分間、会場は怖い程静まり返っていました。一般論ではなく、いずれ我が身わが親族に、起こり得る事例として、皆さんが真剣に受け止められたからでしょう。講話が、介護は「自分ひとりで抱え込まず出来るだけ多くの人とやること」で締めくくられたことで、皆さんは、すこしホッとされた様に見受けられました。



## 教養講座 閉講式

第二時限終了直後の閉講式の冒頭に、長尾会長から、「今日の話は、今までで一番良かったのではありませんか」と、受講生の気持ちを代弁されました。

櫻井社会部長から、部員の紹介と「来年度も頑張ります」との表明があり、全講座を修了しました。

広報部 石川



# おしゃべりサロンII(113)

●シリーズ●  
“街路樹清掃”

本郷学区  
郷クラブ

前回の郷(さと)クラブの紹介から、3年が過ぎました。この間に、特に昨年度は、地下鉄本郷駅前ビルのテナント、大手食品スーパー、が閉店撤退する大きな変化があり、今まで、便利な環境に慣れ親しんできただけに、衝撃と痛手も大きく、当会員も不便をかこつのみならず漠とした将来不安も抱えています。こんな環境下では、クラブの活動も精彩を欠がちですが、活動の核にもなっている街路樹清掃を紹介します。

**街路樹愛護会** 1,150m の街路樹帯は、その大部分が90本ほどの楠の喬(高)木で構成されています。地域には三つの愛護会がありますが、何処も役員名簿すらまともに作れていません。

**作業は大変** 当クラブの参加者も、会員数の減少に伴い10名足らずで、二か月毎の活動も難しくなっています。初夏の落葉期は、大量の落葉の処理に1時間以上を要し、配られる水分補給のペットボトル茶もたちまち汗に。ただ、一昨年以降は、楠がハナミズキに順次植え替えられており、本数も減りつつあります。

**クラブの顔** 土木事務所に提出する活動報告で、毎年受け取る補助金はクラブの大きな資金源、活動に工夫を加え、地域への恩返し・奉仕として「クラブの顔」となるよう、努力していきます。

会長 戸潤 武



## シニア・スポーツリーダー研修会

12月4日(水) 東スポーツセンター



なごやかクラブ名古屋が主催する研修会には、16区から、各4人の研修生が参加し、6種目の体力を測定しました。広々とした運動場で、多少戸惑いながらも懸命に体を動かし測定値を記録紙に記入する研修生の表情は、真剣そのものでした。写真上は「開眼片足立ち」の試験で、開始から120秒をクリアした2人を参加者が見守っているところで、この後賛嘆の声と大きな拍手が起きました。

名東区からは蓬来学区つつじが丘クラブのGG・ウォーキングを一緒にやっている、4人の方が参加されました。



(写真、左から、早川鈴江さん、磯村富枝さん、石山喜美雄さん、杉浦孝明さん) 2月号で、4人の元気な声をお届けします。  
広報部 石川

## なごやかメイトの声 (53)

趣味の作品展「カワセミ4題」  
～コバルトブルーに魅せられて～

牧の原学区  
山田明美

飛ぶ宝石・水辺の宝石と言われ、翡翠と書かれるカワセミ。その美しさは筆舌に尽くしがたく、濡れた羽の美しさはコバルトブルーに輝く宝石そのもの、それに魅了されているひとりです。

普通、鳥類はオスの方が綺麗ですが、カワセミは両方も同じで、嘴だけが、オスは上も下も黒、メスは上が黒、下が赤と言う点が違うだけです。

カワセミは一直線に飛びながら「ツイーツ」「チリリリー」と高く鋭い声で鳴きます。雛は、餌を啜えた親鳥が近づくと、「ジャジャジャー」と蝉そのもののようにうるさく鳴きます。

元来カワセミは国内各地に生息していますが、スズメより少し大きいくらいなのでなかなか見つけることができませぬけれど、五・六月ころ、蝉が鳴いている？と思ったら、カワセミが親子でいると思って探してみてください。この親子(写真下)も、新城の巴川の畔で、その鳴き声を頼りに見つけたものです。



雛は殆ど動かないので、私は木陰に隠れ、雛に焦点を合わせ待ちました。かなり頻繁に、親鳥たちが餌を運んでくるのですが、来るたびにシャッターを切るもの、思う様に撮れず、3時間くらい粘った末の、一枚です。

運にも恵まれましたが、運と粘り、桶狭間の信長の勝利と同じかもしれません。どうぞ、水辺のある野山や公園にお出かけの折には、辛抱強く探して見つけて下さい、きっとあなたも虜になりますよ。

### 今後の予定

2月19日(水) 市老連健康づくりセミナー

此のリーフレットを  
使って新しい会員を  
増やしましょう



区なごやか連事務局にあります

広報部

「明けましておめでとうございます」  
昨年、藤が丘なごやかクラブの女性代表を突然引き受けることになり、同時に広報部への配属を知らされ、かなり困惑しました。  
その後、毎月発行されるメイト紙の発行に携わる間、イト助の助けを借りて、活動が楽しいものになりました。教養講座・研修旅行・作品展などを企画して、他学区の方々とも親交を深めたいと、行事を企画運営される方々の苦勞も分かります。今年も健康長寿を目指し、皆で頑張りましょう。  
湯浅美枝子

編集後記