

なごやかメイト

令和3年5月31日 第164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/>

令和3年度 第1回名東区なごやか連女性代表者会

4月30日 区役所第1会議室

冒頭に、長尾なごやか連会長から、昨年度はコロナ禍でほとんどの行事が中止となった。今年度は、ワクチン接種を受け、新生活様式で、新人6名と一緒に、互いに助け合って活動しましょうと挨拶がありました。



写真：後列左長尾会長から時計回りに、坪井(平和が丘)、武田(高針)、藤井(貴船)、田嶋(猪高)、伊藤(本郷)、渡部(藤が丘)、小早川(引山)、野口(前山)、左近(香流)、伊神副会長、の女性代表者会の出席者

議題

- 1、令和3年度の事業・会議予定
- 2、所属事業部確認
- 3、理事・各種代表者の確認
- 4、自己紹介
- 5、第3回で作る作品選定
趣味の作品展に「ハンカチで作る袋」を出品する

報告者 伊神名帆子

高齢者交通安全川柳大会 9月24日(金) 名東文化小劇場

【作品募集のお知らせ】

- 1、所属クラブ会長へ、6月30日(水)までに提出
- 2、応募作品数に制限はありません
- 3、優秀作品10選(10名)の賞は
 - ◆名東区なごやかクラブ連合会長賞
 - ◆名東区長賞
 - ◆名東警察署署長賞
 - ◆交通安全協会名東支部長賞
 - ◆名東区安全運転管理協議会長賞

区なごやか連ホームページは QR コードでも見ることができるようになりました。

紙媒体の限られた紙面の本紙では、十分にお伝え出来ない記事や写真が楽しめます。

広報部



市老連 女性リーダー代表者会

名古屋市総合福祉会館7階 4月15日(木)

- 1、第46回市老連通常総会について
 - 2、令和2年度事業報告について
 - 3、令和3年度事業計画について
 - 4、女性リーダー・ノルディックウォーキング体験会
 - 5、令和3年度課外研修について
 - 6、令和3年度女性リーダー研修会について
 - 7、市老連女性リーダー代表者会役員選出について
- 報告者 藤井 幸栄

区なごやか連事務局異動

4月1日付で福祉課高齢福祉係長となりました鈴木義晴です。(写真・手前)

昨年度名東区に配属されまだ1年ですが、採用時は同じ名古屋市東部の天白区役所に配属され、瑞穂区に住んでいることもあり、傾斜のある地形と静かな住宅街が多く、街並みに親しみを感じております。

晴れの日には毎日片道約10キロを自転車で通勤しております。これは、健康のためと、土地勘をつかむということの2つの理由からです。ただ、天気が良くても疲れているときは地下鉄を利用するときもあります。ご容赦ください……

昨年度まではほとんど区役所の庁舎中での仕事でしたが、これからは、なごやかクラブ会員の方はじめ地域のみなさまと区役所の外でお仕事をするともあると思うと、非常に楽しみです。どうぞよろしくお願いいたします。

名東区活動推進員山田育弘です。(写真・奥)

市職員退職後3年間、民間社会福祉法人の医療的福祉入所施設にてフルタイムで働き、ご縁があつて名東区でお世話になることになりました。若い時は超高齢化社会に向かっているとされても実感はなかったのですが、私の住んでいる町内も若い人は少なく高齢者世代や空き家が非常に多くなり、私自身も高齢者に仲間入りして、最近ではできる限り元気な高齢者でいることが人生の幸せのためには大切だと思っています。今まで関わってきた医療や福祉の仕事とは少し異なっておりますが、清掃、花壇など町のお世話からスポーツ、教養など活動されている皆さんのお手伝いをさせていただきます。よろしく申し上げます。

理事会報告 5月13日(木) 第8会議室

- 1、令和3年度区なごやか連総会 書面審議とする
- 2、第37回GG 7月19日に延期
- 3、高齢者交通安全川柳大会 9月24日 募集計画
- 4、令和3年度関係行政機関・団体役員確定
- 5、高齢者福祉大会 9月22日 中間報告(文化部)
- 6、ZOOM講習会 準備状況報告(社会部)
- 7、教養講座(名東文化小劇場) 中間報告(社会部)

おしゃべりサロンII(124)

●シリーズ●

“植田川ウォーキング”

名東学区
なごやか名東

コロナ禍の中、名東学区では、3密を避けつつ、会員の体力増進と会員相互の交流の機会を実現するため、令和3年度最初のクラブ活動は、屋外交流となるウォーキングを企画しました。

4月5日、天気予報では、曇り時々雨のあいにくのコンディションでしたが、当日の朝、集合場所の名東コミセンに参加者25名が集結したところには晴天となり、気温も20℃前後、絶好のウォーキング日和となりました。



コミセン前でまず加藤会長の挨拶、そしてイベントリーダーよりコロナ対応と交通安全のための注意事項に参加者に説明した後、町内毎に6~7名ずつ4つの班に分かれ、各町内に住まっているクラブ役員が班を先導して、近くの植田川に沿って、往復約3キロの道程をゆつくりと歩きました。

今年は、桜の開花が早く、開催日前日の風雨で大半の花が散り、当日は多くが葉桜に変わっていましたが、参加者は久しぶりの再会にマスク越しではありましたが、歩きながらの楽しい会話に花が咲きました。

途中の一社公園でトイレ休憩、そこで準備したペットボトルとお花見団子を配布しました。時節柄団子は持ち帰って、自宅で食べていただくことにして、参加者で集合写真を撮りました。外出自粛の生活が長く続いてきたことから、参加者の体力の違いを考慮して、近くに自宅がある方は同公園から直接帰宅していただきました。出発時、25名だった人数は、コミセン到着時には7名にまで減っていましたが、会員それぞれの年齢、体力、住まいの場所に応じた配慮であり、会員各位が久しぶりのウォーキングと近隣の会員との会話に、楽しい一時を過ごしました。今後もウォーキングの場所を変え、こうした会員の健康増進と会員相互の交流の場を設けていきたいと考えます。

横山一郎

したが、当時名古屋にいた友人から、“一度郷里を離れ新しい生活を初めて見たら”と声を掛けられ家族の反対を押し切り郷里を離れることになりましたが、私自身びっくりするほど名古屋の環境に適応でき、人様に迷惑をかけることなく独立することができました。

しかし子供二人を出産するにあたってはその都度流産の兆候に見舞われ、入退院を繰り返し、主人や義父母には大変心配をかけたものです。

健康と言うものは自分一人だけで戦い維持することはできませんが、家族、友人、周囲の方々の力添えがあって成り立っていると思います。

私は現在も慢性腎臓病、慢性リュウマチという慢性疾患を持っていますが、医師とは仲良く、日々を無理することなく周囲の皆様との良い関係を維持し、これからも実のある日々を送っていききたいと思っています。

久しぶりのお出かけ

高針学区
武田敬子

11月下旬、夫宛に免許更新手続きの案内状が届きました。認知症のテストの期限は12月10日でした。ペーパードライバーの私も心配になり免許証を見ると来年春でした。色々考えましたが、二人揃って自主返納する事に決めました。

平針試験場で手続きすれば、当日完了すると教えてもらい、自宅からバスを乗り継いで平針試験場へ行きました。ピカピカの事務棟が見えました。入り口前に案内テーブルがあり自主返納に来たというところまでホテルのコンシェルジュみたいに“こちらです”と言ってエスカレーターに乗り2階の①の窓口迄案内してくれました。愛知県証紙を買い⑤窓口へ行きました。書類を3枚記入、提出して少し待ちました。呼ばれて⑧の写真のところに行き顔写真を撮って、一生モノの運転経歴証明書が出来上がりました。名古屋市在住だからマナカチャージングポイント引換証をもらい、帰宅後に記入捺印し返送しました。新しい試験場は建物と共に対応してくださった方々の親切で印象に残りました。今日は新しいことに挑戦できて楽しい一日を送れました。これから「お出かけ」はマイカーでなく歩くことになります。

最近始めた「不便ごっこ」は、手近においていたよく使うゴミ箱を離れたところに置くようにしました。前は手を伸ばすだけでゴミ捨てができたけど、今では椅子から立ち上がり歩いて捨て、また座る。意外にゴミが出て、知らないうちに歩くようになりました。トイレも1階にいるときは2階を使い、2階にいるときは1階を使うようにして家の中でも沢山歩くようにしています。些細なことですがきっと健康につながると思います。次の「久しぶりのお出かけ」のためにも。

なごやかメイトの声 (64)

私の元気・私の健康

梅森坂学区
磯貝富美子

私は未熟児で生まれ幼少の頃から健康に恵まれず医者とは縁が切れない日々を送っていたと聞いています。そのためか私が高校3年生の時就職先の会社の実習で行っていたことがありましたが、医師より“たとえ事務職であれ現時点では体に負担がかかる実習も学校も休むように”と親を通して告げられました。

その時は本当にショックでした、卒業はできましたが父母には体調の面で随分心配や迷惑をかけたと申し訳なく思っています。

二十歳の時突然父との別れがあり、父っ子であった私は精神的ダメージが大きく床に臥す状態に陥りま

編集後記
昨年春から続く行事・外出の自粛、たまる一方のストレス、たまらなくてよいお肉？をためています。
厚労省のお役人は、自粛の除外のようでも羨ましいと、朝からテレビに返事をした。腹を立てたり。
でも季節は人の世のゴタゴタとは無縁に、例年より早めに、花も咲いて散りました。
今年も花見はできず、近所の花の写真を持ち寄り、ラインでお花見、でもやっぱり、顔を見合せてやる女子会がいい。
ワクチンを打ちまくって、コロナをやっつけ、女子会で頑張るぞ。

左近邦子