

なごやか ひがし

なごやかクラブ東
名古屋市東区老人クラブ連合会
名古屋市東区筒井1-7-74
TEL 934-1194

©東区

木ヶ崎公園の桜

矢田川沿いにある木ヶ崎公園は、子どもの遊具が多く、保育園児や小学生の遠足にも利用されます。桜の季節には多くの方が訪れます。尾張万歳発祥の寺、長母寺に隣接しています。夏は矢田川花火で賑わったものですが、2004年の花火大会が最後でした。

写真 菜の花の会 五島良樹

令和4年度東区老連役員

- 会長 殿島 征男 (葵学区老連)
- 副会長 濱田 邦明 (砂田橋学区老連)
- 副会長 武田 伸 (明倫学区老連)
- 理事 安福 義行 (東桜学区老連)
- 理事 五島 良樹 (東白壁学区老連)
- 理事 沼田 昭雄 (筒井学区老連)
- 理事 黒田 健一 (旭丘学区老連)
- 理事 渡邊 敏昭 (矢田学区老連)
- 理事 山本 國義 (シニアスポーツリーダー代表)
- 理事 高田 道子 (シニアスポーツリーダー副代表)
- 理事 林 昌代 (女性リーダー代表)
- 理事 梶川 昌子 (女性リーダー副代表)
- 監事 伊藤 道夫 (筒井学区老連)
- 監事 江場田 信夫 (旭丘学区老連)



令和4年度の理事のみなさん

「殿島会長のもと、
楽しんでクラブ活動を
進めていきます」



なごやかクラブ東 リーダー研修会



令和3年度のリーダー研修会は、1月25日に区役所講堂で開催する予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大にかかるまん延防止等重点措置期間となったため、講堂での発表は取りやめ、発表事例集を作成し、各学区へ配付しました。学区では読み合わせ研修会を開くなどして活用しました。



研修会のテーマは、「コロナ禍における老人クラブ活動」。コロナ禍で思うように活動できない中で、各学区のリーダーのみなさんが、会員の皆さんが楽しく健康に過ごせるように工夫をされているのがわかります。

疫病退散



市老連 一斉清掃運動

市老連では5月、9月、12月の20日前後に、一斉清掃運動をしています。令和3年12月はコロナが収まっていたので、全学区で実施できました。活動風景の一部をご紹介します。(矢田学区はグラウンドゴルフ練習場の草刈り清掃です)

東白壁学区(徳寿会)

(菜の花の会)



矢田学区
(矢田川河川敷)

葵学区
布池公園



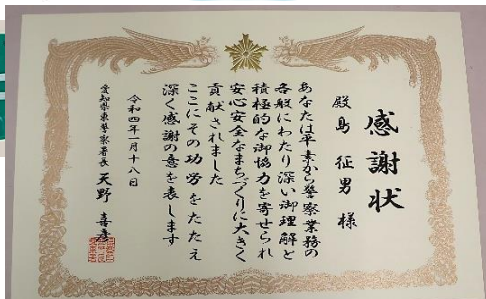
妖怪
アマビエ

東警察署から感謝状

1月18日、東警察署長から区老連の殿島会長へ、高齢者交通安全協力員としての活動など平日頃の警察業務への協力と安心・安全なまちづくりへの貢献に対し感謝状が贈られました。高齢者交通安全協力員は、各学区老連会長が委嘱されています。



高齢者交通安全協力員の腕章と、安心安全まちづくりに対する感謝状



活動紹介 **明倫学区**

明倫学区では、1月20日に明倫コミュニティセンターでクオリティ予選会を実施しました。

マスク着用、手指消毒で感染防止対策バッチリです。まん延防止重点措置期間直前の行事で、参加者は16名といつもより少なかったですが、皆さん楽しんでプレイしました。

武田 伸



活動紹介明倫学区 東区内の散策

六所神社かっちゃん玉祭

明倫学区の古出来恵比寿会と新五長寿会が合同して10名参加で2月26日の六所神社「かっちゃん玉祭」を散策しました。コロナの影響で露店も人出も少なめでしたが、久しぶりの外出で参拝し、かっちゃん玉も買い求めて楽しみました。



還付金が
もらえる?!

詐欺被害防止キャンペーン
あめ～話にご用心!



2月15日、殿島区老連会長と濱田副会長は、区役所地域力推進室の詐欺被害防止事業に協力して、三菱UFJ銀行東支店の入口付近で、街頭キャンペーンをしました。当日は比較的暖かく近藤区長さんや勅使(てっし)支部長さんも参加し、銀行のATM窓口に訪れる人に注意メッセージの入った飴を渡して、家族や友人にも用心してもらうよう声かけをお願いしました。

区長さんから飴を1,300袋いただいたので、各学区老連やクラブで配付方法を話し合い、「詐欺に騙されないで」と声かけしながら配付しました。



活動紹介 **葵学区とねり南部老人会**

とねり南部老人会では毎月第2土曜日に、廃品回収(段ボール、古本、古着等)をどんぐり広場前で実施し、終わってから近くのカフェで町内の人の近況や情報交換で楽しくコーヒータイムを過ごしています。令和3年度もコロナ禍で年3回の旅行もなく、社会奉仕の日の清掃を3回実施しただけでした。会員訪問活動でマスク、消毒液を配付し、今のところ感染者はいません。早くコロナが終息し、以前の日常生活に戻ることを祈っています。

とねり南部老人会 中川英明



3月12日の廃品回収活動です

一問?一答!
3問あります。



(出題 傍島重夫)

vol.4

1. もとは視神経が網膜に入る所にある突起から転じて、人が気づかない点は?
2. 別名「極光」と言い、太陽プラズマの影響で北極や南極で起きる発光現象は?
3. 江戸時代の蘭学者青木昆陽が飢饉対策として奨励した作物は?

(答えは 次頁に)



SanPo

東区界限 富永山 養念寺(東区泉三丁目)

文化のみちガイドボランティアの会
名古屋市東区ガイドブック・案内地図より



庭園の池は約30坪、黒い泥土で池の水が黒く見えるため「烏が池」(からすがいけ)といわれ、江戸時代には多くの文人、墨客が訪れた。(通常非公開)



戦災を被った寺院の庭園は本堂の修復より遅れ、昭和56年に全面改修され、江戸時代の様式を復元している。



1597年(慶長2年・桃山時代)に建立され、慶長9年に現在の飯田町に移る。檀家である三浦氏の娘が尾張徳川家3代藩主綱誠の側室となり7代藩主宗春の生母となった。そのため藩の保護を受け、藩主直筆の書画などゆかりの品々が多く残っている。



私のレコード棚

吉永小百合のファンはサユリストといわれ、今でも信望者が多い。ヒット曲「寒い朝」「いつでも夢を」「勇気あるもの」「愛と死のテーマ」など。清純派女優として、映画「キューポラのある街」「愛と死をみつめて」「伊豆の踊子」「男はつらいよ寅次郎恋やつれ」ほか。趣味は水泳。1945年生れ77歳。

グラウンドゴルフで汗を流し、公園清掃で街をきれいにして、みんなで楽しくおしゃべりしましょう！(手洗いとマスクもね)



このQRコードで名古屋市老人クラブ連合会のホームページをご覧ください。

会員募集

なごやかクラブ東事務局
☎934-1194

私の切手

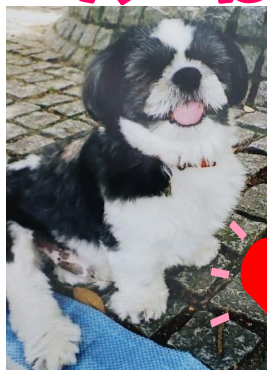
お年玉切手シート



第2回 うさぎ(卯)



ウチのかわいいワン・にゃん



名前：モカ 男の子♂
お家：矢田
人なつこくてご近所にも可愛がられている自慢の愛犬です。

編集後記

○コロナとの長期戦。みんなと旅行に行くのも控えた3年間で3歳も年を取りました。挽回するためまずは鎌倉、鶴岡八幡宮へ行きます。その次は奥州平泉中尊寺の金堂へ。それから紫陽花寺も行かなくちゃ。ウクライナも悲惨で悲しいね。ご祈禱してきますよ。
○皆さんの写真や絵手紙等の作品、可愛いペットの写真などを募集しています。東区役所福祉課内なごやかクラブ東事務局までお寄せください。☎934-1194 まで

この情報紙は赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています

この号は私たちが担当しました。
沼田 昭雄 (筒井 学区)
濱田 邦明 (砂田橋 学区)

なごやか ひがし

No.31

なごやかクラブ 東
名古屋市東区老人クラブ連合会
名古屋市東区筒井1-7-74
TEL 934-1194

東区



徳川園の日本庭園・春から夏へ

徳川園の日本庭園は、季節ごとに咲く花が入れ替わり、楽しませてくれます。4月の牡丹から5月の花菖蒲へ、6月は紫陽花へと主役が移ります。色とりどりの和傘が池の水面に映えて、梅雨時が明るくなります。

写真 第二タチバナ会 山口康人



令和4年度東区老人クラブ連合会総会

5月10日に開催する予定だった東区老人クラブ連合会総会は、新型コロナウイルス感染拡大状況に鑑み、一堂に会することをせず書面協議に代えて実施されました。単位クラブ会長に総会資料が配られ、学区会長が学区ごとに取りまとめ、令和3年度事業報告・決算報告、令和4年度事業計画・予算が承認されました。

例年は老人クラブ大会を開催し会長を3年以上、副会長を5年以上勤めた方々への感謝状贈呈式を行ないますが、この紙上で披露させていただきます。

受賞された皆さん(敬称略)

(会長3年以上)

長谷川 紘子 新三南寿クラブ
渡邊 敏昭 矢田六友会
大西 増子 長寿会

(副会長5年以上)

西野 時広 北豊クラブ
福岡 嵩之 徳川町徳寿会
林 芙美子 新三中喜寿会



長谷川紘子会長



渡邊敏昭会長



大西増子会長



福岡嵩之副会長



林芙美子副会長



第52回グラウンド・ゴルフ大会

5月24日、晴れ渡り爽やかな名城公園で、なごやかクラブ東のグラウンドゴルフ大会が開催されました。コロナ禍で練習不足の会員もいましたが、伸び伸びとプレイできました。大会の上位8人が東区代表として、11月1日開催のなごやかクラブ名古屋の個人戦に出場します。



会長あいさつ。
マスク着用！熱中症注意！



準備体操は
キッチリと



めざせ トマリ賞！



第3位: 渡邊選手 準優勝: 柿本選手 優勝: 長瀬選手

大会成績 (敬称略)		
1	東白壁	長瀬 国子
2	筒井	柿本 佳伸
3	矢田	渡邊 敏昭
4	矢田	林 孝吉
5	矢田	太安 和子
6	砂田橋	安藤 良彦
7	筒井	力石 昌幸
8	矢田	鈴木 重子

最高齢者賞 (敬称略)		
男	筒井	力石 昌幸
女	東桜	玉谷 富士子

なごやかクラブ名古屋

第44回通常総会

6月2日の第44回市老連総会も新型コロナウイルス感染拡大防止のため出席者を絞って実施されました。大会は実施せず、表彰状は区老連を通じてお渡ししました。

<受賞された皆さん>(敬称略)

優良老人クラブ(市長表彰)

優良老人クラブ(会長感謝)

(会長7年以上)

高齢者福祉功労者(市長感謝)

(会長5年以上)

老人クラブ育成功労者(会長感謝)

新三北和楽会

第3タチバナ会

明田 安生

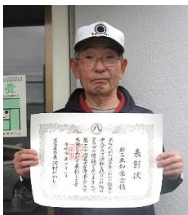
伊藤 道夫



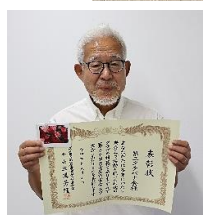
明田安生会長



伊藤道夫会長



新三北和楽会



第3タチバナ会

活動紹介

東桜学区

東桜学区の高岳町長寿会は、4月8日に名古屋市美術館のゴッホ展を観覧してきました。12名の参加者で、鑑賞後は喫茶コーナーでお茶を飲み、歩いて帰ってきました。とても楽しかったので、秋にも計画したいと考えています。

七小町泉寿会は6月4日、避難訓練も兼ねて、全市一斉クリーンキャンペーンに17名参加しました。まず七小町公園から町内ごとの集団で災害時の避難経路を通り、避難所である東桜小学校へ避難する訓練をしました。その後、クリーンウォーキングに出発し道路清掃をして東桜小学校で解散しました。



安福 義行

活動紹介 東白壁学区

マジックショー



4月26日、東白壁学区の3クラブ合同で赤塚神明社の社務所を借りてマジックショーを開催し、20名が参加しました。3人のマジシャンにより次々と出てくる花、ハンカチや鳩、ステッキに感心し、コップの水が新聞紙に入って驚き、話術にも笑い、楽しいひとときを過ごしました。

五島 良樹



シニアスポーツリーダー研修会
カローリング大会



6月17日、区役所講堂でシニアスポーツリーダー研修会・カローリング大会を開催しました。午前中にスポーツリーダー16人がコート設営と競技ルール・得点計算の方法を研修し、午後は大会を開催しました。学区ごとに3人で1チームを組み、総勢24人がカローリング競技を楽しみました。結果、優勝は明倫学区、準優勝は旭丘学区、3位は矢田学区でした。



殿島会長



活動紹介

明倫学区

第26回グラウンドゴルフ大会

5月18日、明倫交友クラブ連合会は、いつも練習している明倫公園でグラウンドゴルフ大会を開催しました。24名の参加で、コース決め抽選の後、ゲーム開始。豪華賞品を(BB賞も)用意し、皆さん楽しみました。



一斉清掃の日

5月20日、明倫交友クラブ連合会は、明倫公園と新出来公園及びその周辺道路を手分けして清掃活動をしました。明倫公園は6クラブ19人の参加(ゴミ36袋)、新出来公園は2クラブ18人の参加(ゴミ袋10袋)でした。

武田 伸



一問？一答！
3問あります。



(出題 傍島重夫)

vol.5

1. 赤色の傷薬、今は製造・販売禁止のマーキュロクロム水溶液は、何と呼ぶ？
2. グラウンドやコートの地ならしをするスポーツ用具を指す昆虫の名は？
3. 消長変化(生死)を表す仏教用語。転じて近況を知らせる手紙・便りを何という？

(答えは 次頁に)



SanPo

東区界限 物部神社 (東区筒井三丁目)

文化のみちガイドボランティアの会
名古屋市東区ガイドブック・案内地図より



延喜式神名帳（927年）に載る愛智郡物部神社、尾張国内神名帳（平安時代末期）に載る従三位物部神社に比定される。



御神体は大石なので、石上（いしがみ）神社、石神堂とも称される。本殿を覗くと大石が見えるような気がするが、御神体の大石は本殿の下に埋まっている。

物部神社の南側を名古屋の幹線道路である桜通が通っているが、物部神社を境に片側5車線から片側4車線に減少している。これは、ご神体を避けて道路を通したためである。



暴れて大地震を引き起こすオオナマズを地中に押さえ込んでいると言われる。
祭神の宇麻志麻遲命（うましまじのみこと）は物部氏の祖神で、尾張氏（おわりうじ、尾張国造）と親戚関係がある。



私のレコード棚

ピーター・ポール＆マリー略してP.P.M.。ベトナム反戦歌を歌ったフォークソングの3人組。「レモンツリー」「天使のハンマー」「パフ」「500マイルも離れて」「風に吹かれて」「悲しみのジェットプレーン」。2007年ポールは横田めぐみさんの「メグミの歌」を発表した。マリーは白血病で2009年死去。

グラウンドゴルフで汗を流し、公園清掃で街をきれいにして、みんなで楽しくおしゃべりしましょう！（手洗い・マスクでね）



このQRコードで名古屋市老人クラブ連合会のホームページをご覧ください。

会員募集

なごやかクラブ東事務局
☎934-1194

私の切手

お年玉切手シート



第2回 たつ(辰)



ウチのかわいいワン・にゃん



名前:りく(Riku) 男の子 ♂
お家:葵学区
孫が東京で家庭をもち淋しくなり、今ではトイプードル犬のRikuが可愛い孫です。

編集後記

○戦争が地球の裏側で起きてるとテレビで見るのは悲しいね。外へ出て気分転換。青葉が目にしみる。水族館で鯛の群やクラゲの踊りを見たりペンギン見たりして癒やされるわ。美味しそうな魚が泳いでる。帰りは寿司屋に直行。
○皆さんの写真や絵手紙等の作品、可愛いペットの写真などを募集しています。東区役所福祉課内なごやかクラブ東事務局までお寄せください。☎934-1194 まで

この情報紙は赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています

この号は私たちが担当しました。
安福 義行 (東 桜 学区)
黒田 健一 (旭 丘 学区)

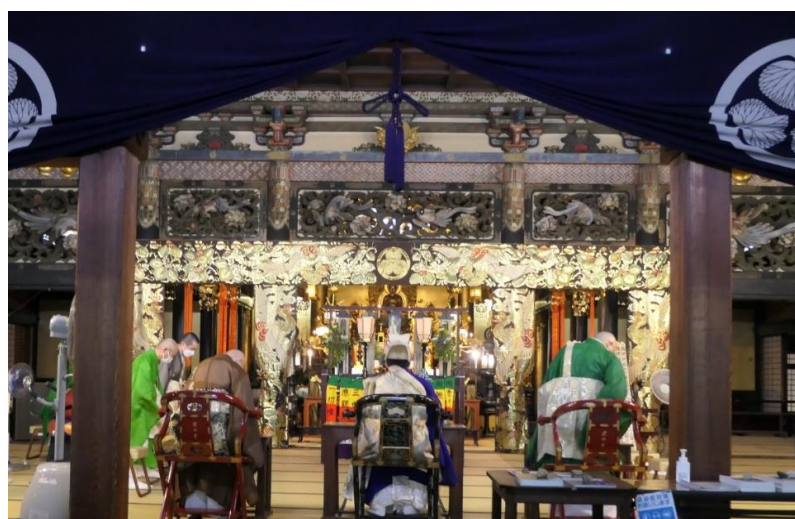
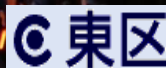
なごやか ひがし

なごやかクラブ東

名古屋市東区老人クラブ連合会

名古屋市東区筒井1-7-74

TEL 934-1194



夏の建中寺

夏の建中寺は、境内の奥の木陰に入れば涼しく、蝉の声が聞こえます。8月15日、万燈会大法要(お盆の送り火)が執り行われました。江戸時代には約5万坪の敷地に本堂や伽藍が建ち末寺も従え、歴代尾張藩主の墓所がありました。明治の大政奉還後に再編され、戦後は区画整理があり、藩主の墓は平和公園等に移され、広大な敷地は官公署、公園、筒井小学校やあずま中学校用地になりました。現在、本堂北側の御霊屋(ごれいや)で修復工事が行なわれています。

写真 徳寿会 松原 登

なごやかクラブ東 令和4年度 会員数・平均年齢など

令和4年4月1日現在なごやかクラブ東は43クラブ、会員数は1,569名です。前年度比で71名減でした。主なデータは以下の通りです。

再加入クラブが1クラブ。富士塚町長寿クラブ(東桜)。会員数が増加したクラブは9クラブ。高岳町長寿会(東桜)、葵寿会(葵)、東矢場会・筒井荘いずみ会(筒井)、新一第一和楽会・新三南寿クラブ・古出来恵比寿会(明倫)、大幸明寿会(矢田)、ゆうゆう会(砂田橋)です。

新入会員が3名以上のクラブは、12クラブ。高岳町長寿会(東桜)、とねり南部老人会(葵)、東矢場会・寿会老人クラブ(筒井)、松寿会(旭丘)、古出来恵比寿会(明倫)、大幸明寿会・矢田六友会・長寿会・矢田ことぶき会・クラブモクレン(矢田)、ゆうゆう会(砂田橋)です。

会員増減	増加	9 クラブ	13名増
	±0	10 クラブ	
	新設	1 クラブ	25名増
	解散	1 クラブ	28名減
会員平均年齢	全	80.7歳	1,569名
	男性	80.1歳	555名
	女性	81.1歳	1,014名
会長年齢	平均	79.0歳 (62~92歳)	
会長歴	平均	6.1年 (0~17年)	



広報なごや9月号に なごやかクラブ東PR記事

広報なごや令和4年9月号東区版表紙に、なごやかクラブ東の紹介および加入勧誘記事が掲載されましたが、掲載用の写真の撮影会を7月25日に行ないました。

その日は愛知商業高校書道部に依頼して大書してもらった「幸齢者」(幸せな高齢者)の文字が披露され、撮影会は大いに盛り上がりました。

皆さんもクラブのPR活動をしてお友達を会員に誘いましょう！そして「幸齢者」を目指す仲間を増やしましょう！もちろん感染防止対策も！



毎日健康教室

7月7日東生涯学習センター体育室で、笑いヨガの講演会を開催しました。笑いヨガを習うのは初めての人ばかりです。手を広げて大きな声で笑えば気持ちも前向きになり、免疫力が上がるという健康法で、家根谷政雄先生からわかりやすく楽しく教えてもらいました。講演会の前に、鳴海保健師から、コロナの感染状況や熱中症の予防方法を聞きました。

理事、スポーツリーダー、女性リーダーが協力して設営と片付けを行い楽しく終了しました。



活動紹介 矢田学区

矢田学区老連では、7月17日に矢田小学校体育館でポッチャ大会を開催しました。まだまだポッチャを知らない人が多いのでポッチャに親しんでもらい、楽しさを知ってもらおうのが目的です。20名以上の参加者がルールを覚えながら競技を楽しみました。

渡邊 敏昭



シルバー趣味の作品展 作品募集

今年のシルバー趣味の作品展は、区役所講堂で開催できそうです。是非あなたの作品を出品してください。

作品展 12月14日~16日

出品申込期間

11月 1日~25日

申込は なごやかクラブ東事務局へ



女性リーダー研修会

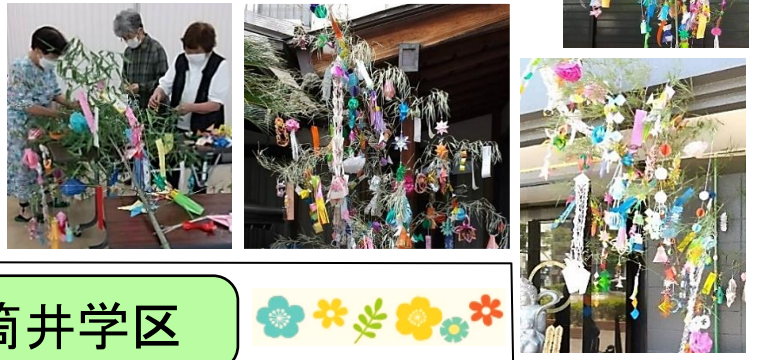
女性リーダーを中心とするメンバー34名は、9月13日、中区栄の宗次ホールでランチタイム名曲コンサート“歌づくし！”を鑑賞しました。女性歌手2人男性歌手1人でシューベルトやモーツァルトの歌曲や、山田耕筰の歌を聴きました。お洒落な振り付けもあり、大いに癒やされました。参加者は中区役所で集合し、検温・体調チェックを行い、以前はコンサート後に会食してお喋りを楽しんだのですが、感染防止対策のため実施せず解散しました。



活動紹介 旭丘学区 女性リーダー会

旭丘学区では、女性リーダーや役員12～13名で、各家族総出で手作りした色とりどりの笹飾りを持ち寄ってコミュニティセンターで竹笹に飾り付け、学区内の本覚寺、関貞寺、瑞忍寺の3寺院に飾ってもらいました。疫病退散の願いを込めて、3本の竹は、短冊、吹き流し、網飾りなど、去年よりぐんと賑やかになりました。

旭丘学区女性リーダー 知崎 百登栄



活動紹介

葵学区

葵学区老人クラブでは布池公園で花壇の世話をしています。

今年も、区役所2階の福祉課入口に、生花を提供しました。6月には、梅雨に艶めく紫陽花、7月には猛暑でも元気な百日草と、来庁者には一服の清涼剤でした。



殿島 征男

活動紹介

筒井学区

筒井学区老連では、9月15日に筒井コミュニティセンターでスポーツリーダーの指導でカローリング体験会を開催しました。参加者は17名でした。殆どの方が初体験でジェットローラーのコントロールに難儀しました。それでもだんだん慣れてきてポイントゾーンに絡むショットも出るようになりました。約2時間夢中になって楽しみ、参加者の多くがまたやってみたくと話し、体験会は大成功でした。

沼田 昭雄



活動紹介

明倫学区



明倫学区の古出来恵比寿会では、9月19日、12名の参加で敬老会を開催しました。町内会長の恩田さん、民生委員の山田さん、社会福祉協議会の近藤さん、ヘルパーステーション「コシン」の岡島さんをお招きし、「介護」や「フレイル予防」のお話を聞きました。その後は食事会をしました。デザートには手作りのケーキ、ビンゴゲームも楽しみました。

武田 伸

一問？一答！
3問あります。



vol.6

(出題 傍島重夫)

1. 3世紀の中国を描いた歴史書三国志の三国とは、魏、呉と、どこの国？
2. 江戸時代の前田家にあった門で、東京大学にそのまま残されている門は？
3. 北半球と南半球を分ける、緯度0度の線を何という？

(答えは 次頁に)

SanPo

東区界限 東岳山長久寺 (東区白壁三丁目)

文化のみちガイドボランティアの会
名古屋市東区ガイドブック・案内地図より

「尾張徳川家 祈願所」

名古屋城の鬼門鎮護で尾張徳川家の祈願所。慶長15年創建。もとは徳川家康の四男松平忠吉の任地武蔵の国における祈願所だったが忠吉と共に清須へ、更に清須越して現在地に。当時の敷地は約1万坪、寺領100石であった。



真言宗智山派、本尊の不動明王は名古屋市指定文化財。

天明5年(1785)の火災を免れた正門。戦後の道路新設で、南向きから東向きに移転された。

庚申塔三猿

庚申の信仰は江戸時代の武家が厚く信心したらしい。寛文8年(1668)寄贈と刻印がある。



弘法大師像



私のレコード棚

ダークダックスは慶應大学出身の男声コーラス。1957年ロシア民謡「ともしび」がヒットしコーラスブームに。紅白歌合戦へグループ出場第1号。全員スキーが趣味。「雪山讃歌」「山男の歌」「森のくまさん」「銀色の道」「花のメルヘン」他。ゾウさん・ゲタさん・パクさん・マンガさん、ご存命はゾウさんのみ。

グラウンドゴルフで汗を流し、公園清掃で街をきれいにして、みんなで楽しくおしゃべりしましょう！(手洗い・マスクでね)



このQRコードで名古屋市老人クラブ連合会のホームページをご覧になれます。

会員募集

なごやかクラブ東事務局
☎934-1194

私の切手

お年玉切手シート



第3回 み(巳)



ウチのかわいこワン・ビャン



名前:ゆず8歳
女の子 ♀
お家:筒井学区

お散歩大好き。
バンダナハーネス
似合っているでしょ!!
我が家の癒やしです♡

編集後記

○安倍元首相の訃報に衝撃を受けました。私は銃撃を避けて生き残るよ。コロナや脳卒中でも完全防御の構え。そのため筋トレ中です。愛犬に癒やされ笑いヨガで明るく。とりあえず伊勢神宮で神頼みしてこよう。
○皆さんの写真や絵手紙等の作品、可愛いペットの写真などを募集しています。東区役所福祉課内なごやかクラブ東事務局までお寄せください。☎934-1194 まで

この情報紙は赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています

この号は私たちが担当しました。
五島 良樹 (東白壁 学区)
武田 伸 (明 倫 学区)

なごやか ひがし

なごやかクラブ 東
名古屋市東区老人クラブ連合会
名古屋市東区筒井1-7-74
TEL 934-1194

東区

白山神社(矢田)

白山神社の境内は鬱蒼とした木立に日差しがさえぎられて、静かで落ち着いた雰囲気味わえます。拝殿の軒下には干支の彫り物があって見ごたえがあります。朝になると、近くの会員の皆さんが集まって境内の清掃をしてラジオ体操をしています。

写真 菜の花の会 五島良樹

指導者研修会

10月25日、なごやかクラブ東指導者研修会では、愛知県内の鳳来寺山、東照宮、一畑山薬師寺を巡りました。3年ぶりの日帰りバス研修会は、天気にも恵まれ、どこを訪ねても眺望が素晴らしく、久しぶりの仲間とお喋りも弾み、笑顔いっぱいでした。昼食会は豊橋の高層ホテルの30階で、殿島会長があいさつしました。

バスの中では、老人クラブ活動をする人は健康寿命が長いという統計データ冊子が配られました。参加者は行く先々で売店を見つけて並んでお土産を買い求め、帰りのバスは和気あいの雰囲気でした。

鳳来寺山



鳳来寺と東照宮

昼食会場



殿島会長



一畑山薬師寺



なごやかクラブ東PRに 会員加入勧誘チラシ作成

60歳を境に地味デビュー！ 私たち、仲間がいるから「幸齢者」！

なごやかクラブ東
一緒に生きがいづくりを始めて健康寿命を延ばしましょう！

こんなことをやっています！

例えば令和3～4年度の行事では…

- 6月 グランドゴルフ大会
- 6月 カローリング大会
- 7月 毎日健康教室（秋はは）
- 9月 女性リーダー研修会（東京・札幌）
- 10月 ボッチャ指導者講習会・文会
（商業公約の枠内での開催のみ）
- 11月 ばら園地整備
健康ウォーキング大会（東山1万歩コース）
しんじゆ交流会（日帰り）（伊勢神宮）
地域の行事（春、夏、秋、冬）
- 12月 グランドゴルフ大会
クリスマス（お楽しみ）大会

公費補助申請、公費申請の依頼
事業会、委員会（ワゴン）
趣味のサークル
カラオケ
交通費補助
子どもとふれあい
（保育園・小学校のトワイライト）

毎日健康教室 グランドゴルフ大会

＜コロナ感染症対策をして、できる範囲で活動しています＞

東区老人クラブ連合会 事務局

「なごやかクラブ東」（名古屋市東区老人クラブ連合会）についてのお問合せ、お申込みは 学区のクラブ役員まで

住所	名古屋市 東区			
氏名	氏名	氏名	氏名	氏名
	令和 年 月 日	令和 年 月 日	令和 年 月 日	令和 年 月 日
	令和 年 月 日	令和 年 月 日	令和 年 月 日	令和 年 月 日

広報なごや令和4年9月号東区版表紙に、なごやかクラブ東の紹介および加入勧誘記事が掲載されたことを契機に、会員を増やすための勧誘チラシを作成しました。

皆さんもクラブのPR活動をしてお友達を会員に誘いましょう！そして「幸齢者」を目指す仲間を増やしましょう！もちろん感染防止対策も！

げんき体操教室



11月9日区役所講堂で、げんき体操教室を開催しました。参加者は79名、講師は植屋節子先生です。コロナ自粛で家に引きこもり体力が落ちてしまった高齢者の私たちに、簡単で楽しく、気軽にできる筋トレを教えてくださいました。

イスに腰掛けて足上げ、つま先あげ。声を出して数を数えながら手足を動かす。散歩のとき少しの間早歩きする等、体力を維持する方法をたくさん教えてくださいました。

理事、スポーツリーダー、女性リーダーが協力して運営し、楽しく終了しました。



活動紹介 東白壁学区

東白壁学区では、12月3日、東白壁コミュニティセンターでイベントをしました。「声を出してコロナの1年振り払おう！」と題して、昭和歌謡を歌おう会を開催しました。中島ヨシハル先生をお迎えし、エレキギターの演奏で心地よく、聴いていても楽しく、参加者36名の多くが、またやってほしいと言っていました。



五島良樹

活動紹介 東桜学区

東桜学区の高岳町長寿会では11月1日に役員6名で名古屋市博物館を訪れ、「兵馬俑と古代中国展」を見学しました。展示品の感想を言ったり世間話をしたりして楽しく過ごしました。



博物館の近くのコマダでお喋りして、夕方になって地下鉄で帰りました。

内田昌孝



いきいき交流会

11月30日、3年ぶりにいきいき交流会が開催され、バス6台、総勢214名が、鳥羽温泉のホテルで大昼食会を行い、入浴して、伊勢神宮とおかげ横丁へ行ってきました。幸い雨も振らず、海鮮の店やおかげ横丁で買い物やお茶を楽しみ、名物赤福を買い込んだ人もいました。帰りのバスでは大満足でゆっくりお昼寝して帰りました。

全国旅行支援のみえ地域クーポンで軍資金はたっぷり、皆さん久しぶりのお土産の買物で、大荷物でした。

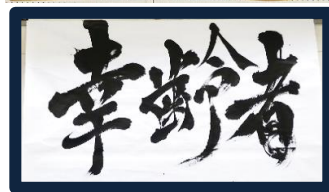


シルバー趣味の作品展

12月14日～16日、3年ぶりに区役所講堂でシルバー趣味の作品展が開催されました。出品者数は75人116点、6団体が参加しました。今年はぬりえの出品も多く、一角を占めていました。

愛知商業高等学校書道部の大書「幸齢者」の文字が談笑コーナーの上の壁に飾られました。女性リーダーが運営する実習コーナーでは、指で編むアクリルタワシを作ったり、色鉛筆でぬりえを塗ったりしながら、楽しくお喋りをしていました。

東区シルバー趣味の作品展



第53回

グラウンド・ゴルフ大会

大会成績 (敬称略)

1	葵	佐伯	順子
2	葵	井貝	昇子
3	明倫	高木	基夫
4	筒井	森井	義征
5	矢田	林	幸子
6	砂田橋	大島	豊子
7	筒井	柿本	佳伸
8	矢田	津田	斉

10月4日名城公園広場で第53回グラウンドゴルフ大会が開催されました。雑草が生えていてボールが曲がって走り苦労しましたが、皆さん健闘しました。成績は左表のとおりです。



3位： 優勝： 準優勝：
高木さん 佐伯さん 井貝さん



第54回

グラウンド・ゴルフ大会

大会成績 (敬称略)

1	明倫	山本	信子
2	矢田	林	孝吉
3	筒井	柿本	佳伸
4	東白壁	田中	建治
5	筒井	森島	良一
6	筒井	松永	吉郎
7	矢田	津田	斉
8	葵	井貝	昇子

12月6日名城公園広場で第54回グラウンドゴルフ大会が開催されました。落葉が散らばり、ボールが隠れたりしましたが、皆さん良い成績でした。成績は左表のとおりです。



3位： 準優勝： 優勝：
柿本さん 林さん 山本さん

一問？一答！
3問あります。



vol.7

1. 偉大な仕事を成し遂げることを、何を打ち立てるといふ？
2. 長期休暇を英語でバケーション、ではフランス語では何という？
3. 世界の基準子午線はイギリスのグリニッチ天文台、では日本の標準時子午線(東経135度)はどこ？ (答えは 次頁に)

SanPo

東区界限

鷲嶺山

含笑寺 (東区東桜二丁目)

文化のみちガイドボランティアの会

名古屋市東区ガイドブック・案内地図より

織田信秀(信長の父)が創建 曹洞宗



享禄元年(1528)織田信秀(信長の父)が生母「含笑院」の菩提を弔うために清須に創建した。当時は約3,000坪の広大な寺領があり、末寺に安斎院や梅屋寺を抱えていた。明治時代の都市計画で縮小、戦後の都市計画で墓所も平和公園に移設された。

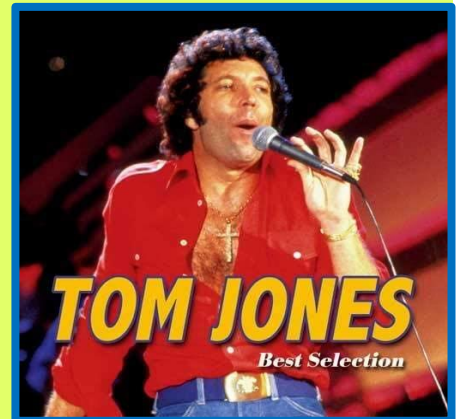
昭和42年「含笑長屋 落語を聴く会」が結成され、本堂で年10~11回寄席が開催され、東西の有名落語家が出演した。この会は平成25年まで続けられた。



清洲城より移築された山門。名古屋大空襲で唯一焼け残った。



平成4年、開創450年記念に建てられた含笑長屋。



私のレコード棚

トム・ジョーンズ。1940年生れイギリス出身の82歳。60年代ダイナミックでセクシーな歌唱でロンドンから世界へ。ラブミートゥナイト、デライラ、シーズアレディなど日本でも大人気。思い出のグリーングラス等シャンソンやカンツォーネを英語歌詞で歌い大ヒット。1999年エリザベス女王から勲章を授与された。

編集後記

○コロナ第8波なんて何のその、日光を浴びてお散歩して健康パワー充電。お正月の準備に忙しいわ。千支のウサギのように飛び跳ねてるわよ。ネコのようにお昼寝しても、いざとなれば起き上がりこぼし。転ばぬ先の杖を使いこなし、受け身を取るしなやかさ!!
○皆さんの写真や絵手紙等の作品、可愛いペットの写真などを募集しています。東区役所福祉課内なごやかクラブ東事務局までお寄せください。☎934-1194まで

グラウンドゴルフで汗を流し、公園清掃で街をきれいにして、みんなで楽しくおしゃべりしましょう!(手洗い・マスクでね)



このQRコードで名古屋市老人クラブ連合会のホームページをご覧になれます。

会員募集

なごやかクラブ東事務局 ☎934-1194

私の切手

お年玉切手シート



第3回 うま(午)



ウチのかわいこ ワン・ビャン



名前:カル9歳(レッドタビー)♂
レオ8ヵ月(ブルー&ホワイト)♂
お家:旭丘学区
毎日仲良く取っ組み合いじゃれて

この情報紙は赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています

この号は私たちが担当しました。
殿島 征男 (葵 学区)
渡邊 敏昭 (矢田 学区)