

我が青春の舞台 「千種区」

千種区長 加藤 善

名古屋市の職員人生の始まりは、東区役所区政部税務課でした。当時の区役所は、市税の出先機関が区役所内に置かれ、規模も大きかったこともあり、新規採用者が市職員として区役所でスタートすることとは少なくありませんでした。

区役所は、私が仕事のイロハを学び、住民の方からの「ありがとう」の一言で仕事のやりがいを感じた場所であり、仕事の原点です。

その後、財政局で予算編成関係の仕事に長く従事したほか、総務局などで内部管理業務に携わってきました。

この四月より千種区長として久しぶりに区役所での勤務となりました。あらためて原点回帰し、仕事に取り組んでいきたいと思っています。

さて、私にとって千種区は、「千種区Ⅱ青春時代」です。

私は、高校時代をこの千種区の高校で過ごしました。高校3年間、勉強はさておき部活動には相当に熱中し、夏休み明けには鉛筆の持ち方を忘れてしまう？くらい練習を重ねて夏の大会に挑み、大切な仲間と喜びや悔しさをともに味わいました。

また、日本初のコアラが東山動物園に来た時には、公開初日に、自主的に授業を休講にして、友人とコアラを見に行ったりもしました。

素晴らしい友人達と出会い、切磋琢磨し、様々なことを考え、学び、経験できた今でも

色あせることのない貴重な時間でした。私を育ててくれた青春の舞台は、まさにこの千種区でした。

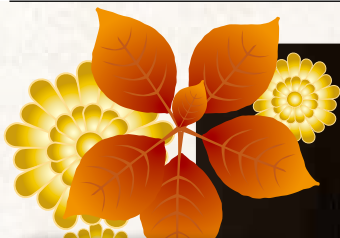
この度また、千種区の皆さまとのご縁をいただきましたので、皆さまとともに高齢者が笑顔で元気に過ごせるよう、千種区老人クラブの活動を盛り上げてまいりたいと思っています。

千種さわやかクラブの会員の皆さま、ご指導ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。



私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

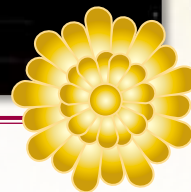
地域貢献を称え、感謝状の贈呈を行いました！



会長よりご挨拶



区長よりご挨拶



誠におめでとうございます。
今後とも地域のリーダーとしてお元気にご活躍されますようご期待申し上げます。

令和7年5月30日（金）、千種文化小劇場にて、第62回千種区老人クラブ連合会総会が開催されました。総会は13時30分の開会のことばと黙祷で始まり、会長あいさつ、来賓の千種区区长による祝辞の後、来賓紹介が行われました。その後、区长表彰および会長表彰の表彰式があり、日頃の地域活動への貢献が称えられました。

また、令和6年度の事業報告と令和7年度の事業計画が発表され、今後の活動への期待が高まりました。第2部では、家根谷政雄先生による「笑い（ラフター）ヨガ」の講演が行われ、参加者全員で笑いながら体をほぐす時間を楽しみました。締めくくりには、全員で「青い山脈」を合唱し、和やかな雰囲気のか、閉会のことばで総会は終了しました。

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

千種区老人クラブ連合会 第62回総会 受賞者の皆さま

◆千種区長表彰

理事 東山学区 池村ヨリ子

女性リーダー 千石学区 川本 君代

◆千種区老人クラブ連合会長表彰

単位クラブ会長 千石学区 鈴木 廣文 内山学区 原 嘉子
高見学区 内藤 忍 東山学区 石井 義彦
東山学区 田中 剛二

単位クラブ副会長 千石学区 草川 稔 内山学区 中島 茂代
東山学区 中川美智子

女性リーダー 星ヶ丘学区 水野 弥生 千代田橋学区 北尾登世子

スポーツ委員 上野学区 浅野きよ子 上野学区 山中 久恵
高見学区 加藤 富江 千代田橋学区 石津 正勝

若手委員 内山学区 相馬 孝彦 星ヶ丘学区 上村 道郎

賞状

(敬称略)



家根谷政雄先生による「笑い（ラフター）ヨガ」講演

令和7年度 下半期事業計画				
日 程			会 場	行事名
月	日	時 間		
10月	15日(水) ～19日(日)	10時～17時	市民ギャラリー矢田 (東区)	趣味の作品展 ※12ページ参照
11月	19日(水) 予備日 20日(木)	8時45分～	平和公園メタセコイア広場	グラウンド・ゴルフ親睦会 (千種区長杯)
12月	10日(水)	12時30分～	千種スポーツセンター	ボッチャ大会
1月	20日(火)	13時～	千種文化小劇場	文化(健康)講座 ※講演内容未定
2月	17日(火)	12時～	千種文化小劇場	演芸大会

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

7/22火

千種スポーツセンター



知略と戦略が光る、
ニュースポーツ!



7月22日(火)、千種スポーツセンターでシニアスポーツ大会(カローリング、クロリテイ)が開催されました。
「カローリング」は、氷上のスポーツ「カーリング」からヒントを得て誕生したインドアスポーツです。

▼大会結果(カローリング)

順位	チーム	勝敗	得点
優勝	宮根 ①	3勝	
準優勝	上野 ①	3勝	
3位	上野 ②	2勝1分	7
4位	千石 ②	2勝1分	2

選手数：84名 28チーム

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています



クロリティで繋がる

シニア
スポーツ大会

クロリティ

キズナの輪！



▼大会結果 (クロリティ)

順位	氏 名	学 区	得 点
優 勝	藤井 千工	星 ケ 丘	72
準優勝	舟橋 謙治	高 見	66
3	千村 裕	星 ケ 丘	64
4	竹本 昭子	宮 根	60

(敬称略)

選手数：21 名

☆お元気で賞 (カローリング・クロリティ)

(敬称略)

部門	氏 名	学 区	生まれ年
男性	平 實徳	千代田橋学区	7 年生まれ
	八木 兼雄	宮 根 学 区	9 年 1 月生まれ
女性	高雲 菊江	東 山 学 区	9 年 1 月生まれ
	市村 君子	星 ケ 丘 学 区	9 年 12 月生まれ

包みました。

「お楽しみ賞」があり、暑さを吹き飛ばすはじける笑顔が会場を包みました。

「クロリティ」21名でした。

参加者は「カローリング」84名、

流の場としても活用されています。

代が楽しめるように設計されており、健康維持やリハビリ、世代間交

は年齢や性別を問わず、幅広い世

「カローリング」「クロリティ」

の輪投げを組み合わせた新しいス

ポーツです。

「クロリティ」は、アメリカのホ

ースシューズ（馬蹄投げ）と日本

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

5/9 金

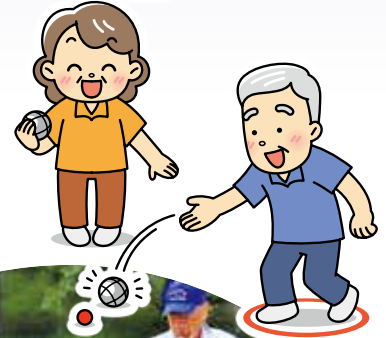
平和公園メタセコイア広場



仲間と戦略を練りながら
戦う「知」のスポーツの側面も！



5月9日(金) 汗ばむ陽
気の中、平和公園メタセコ
イア広場でシニアスポー
ツ大会(ペタンク)が開催さ
れました。
参加者は48名。1チーム
3名の16チームで対戦しま
した。



渾身の一投!結果は如何に?

狙って投げて、
和やか勝負!



私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています



優勝の富士見台チーム

おめでとうございます!



準優勝：上野②チーム



3位：千代田橋①チーム



ナイスプレイに湧く歓声!



審判も真剣です

ペタンクは目標とするビュットと呼ばれる球に向けて金属製のボールを投げ、対戦相手よりその的に近づけることで得点を競うというゲームで、パラリンピックでも注目された競技です。

▼大会結果

順位	チーム	勝 敗	得 点
優 勝	富 士 見 台	2勝	24
準優勝	上 野 ②	2勝	19
3 位	千代田橋①	2勝	18
4 位	千 石 ①	1勝	18

☆お元気で賞

(敬称略)

部門	氏 名	学 区	年 齢
男性	平 實徳	千代田橋学区	93歳
	八木 兼雄	宮 根 学 区	91歳
女性	津毛 一枝	上 野 学 区	88歳
	安田 賀子	上 野 学 区	89歳

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

6/13金

平和公園メタセコイア広場



おめでとうございます!

▼大会結果

(敬称略)

順位	学 区	氏 名	合計	ホールインワン数
優 勝	上 野	金森 元	44	2
準優勝	千代田橋	中西 澄子	44	0
3 位	東 山	水野 勉	45	1
4 位	上 野	中田 良雄	46	1
5 位	見 付	石崎 徳次	47	1
6 位	富士見台	牧 顕夫	47	0
7 位	千代田橋	椿本 健吾	48	1
8 位	上 野	加納 勇夫	48	0
9 位	東 山	加藤ひろ子	48	0
10位	富士見台	藤田 房子	49	1

☆お元気で賞

(敬称略)

部門	氏 名	学 区	年齢
男性	小栗 操	宮 根 学 区	96歳
	平 實徳	千代田橋学区	93歳
女性	藤田香代子	上 野 学 区	91歳
	安田 賀子	上 野 学 区	89歳

シニア
スポーツ大会
グラウンド・
ゴルフ

ナイスショット!

狙いをさだめて...

スポーツを楽しみながら
心地よい汗を流す

準備体操はしっかり!

どうかな...?

6月13日(金)、平和公園メタセコイア広場でシニアスポーツ大会(グラウンド・ゴルフ)が開催されました。

天候不順で開催日を変更したため、当日参加できなかった方もいましたが、88名の参加がありました。参加者同士の交流を深め、初夏のなか、心地よい汗を流しゲームを楽しみました。

上位表彰のほかに「お元気で賞」「お楽しみ賞」があり、会場は大いに盛り上がりました。

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています



健康麻雀(汁谷弘法堂)



クロリティ(汁谷第一公園)

グラウンド・ゴルフ(汁谷第一公園)

クラブ活動だより



会長になって

～仲間と共に活動していく～

富士見台学区 ふれあい広場会長
岡嶋 照美

富士見台学区ふれあい広場老人クラブでは前会長はじめ役員4名から「役員を続けたい気持ちはやまやまだけれども、健康や年齢のこともありそろそろ交代させてほしい」との申し出がありました。そこで新たに役員を決定するため皆さんにお声掛けをしました。が、引き受けてくださる方がなかなかみえないため、皆で話し合っ、くじ引きで決めることになりました。その結果会長の当たりくじを引き当てたのがこの私だったので、会長が決まると副会長や会計、スポーツ委員などはこのほかスムーズに決まりました。前役員の方からは「お手伝いや応援もしますよ」の言葉をいただき、不安もありましたが、背中を押されたような気持ちになり会長を引き受けることにしました。今年度の富士見台学区ふれあい広場老人クラブはそんな波乱に飛んだスタートを切りました。

それでは、私たちの活動の一部を紹介します。毎週木曜日の午前10時から1時間程度、グラウンド・ゴルフ、ボッチャ、クロリティ、

ペタンクなど千種区老人クラブ連合会シニアスポーツ大会に向けて、シニアスポーツ委員の指導のもと汁谷第公園で練習を重ねています。そして日頃の練習の成果でしようか、昨年度の千種区老人クラブ連合会主催のボッチャ大会や今年度のペタンク大会では見事優勝を果たしました。すごい!! ゲームに参加できなかった学区の方からも我がこのように喜んでいただき、皆さまの優しさに心打たれた出来事でした。

また、同じく木曜日の午後からは集会所で健康麻雀を開催しています。この健康麻雀をきっかけに老人クラブに加入された方もみえるぐらい楽しいものです。麻雀をしながらスマホの操作のことや予防接種のことなど情報交換もできとても良い交流の場になっています。

この度、会長に就任して身の引き締まる思いですが、他の役員さんと協力して充実した老人クラブにしていこうと考えています。

今年の夏も大変暑いです。熱中症対策を十分して、仲間と緒に元気に楽しんで活動していけたらなあと思います。

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

クラブ活動だより

元気な千種区

宮根学区老人クラブ

宮根学区 京命扇寿クラブ 竹本 脩

宮根学区老人クラブは、京命扇寿クラブ、光が丘東山クラブ、宮根台福寿会の3つのクラブで活動しています。

宮根学区老人クラブではグラウンド・ゴルフが一番人気です。グラウンド・ゴルフとなれば、96歳、92歳の会員も自転車で馳せ参じます。令和7年6月22日(日)の千種区学区対抗グラウンド・ゴルフ大会では宮根学区が見事優勝を果たしました。

ボッチャも人気のシニアスポーツです。ボッチャという競技



グラウンド・ゴルフ

グラウンド・ゴルフ
世代間交流千種区学区対抗
グラウンド・ゴルフ大会

健康麻雀



は、年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に競い合えるスポーツです。チーム同士協力してカールなボールを投げあうことは程よい運動で健康にもとても良いと実感します。

最近では健康麻雀の参加者も増えてきて、今では麻雀台を4卓用意するほど盛況です。頭脳を使つても奥の深いゲームでたいへん楽しいものです。

宮根学区の3つの老人クラブではボランティア活動も活発です。小学校の通学路のあい

さつ運動や見守り運動など年間を通して実施しています。また、名古屋市公園愛護会にも加入し、公園の草取りや清掃活動を積極的に行い、四季のうつろいを肌で感じながら、公園の美化を推進しています。

「人生100年時代」と言われる時代に宮根学区老人クラブは健康に役立つ行事への参加が多くなつたことは喜ばしいことです。これからももっと参加者を増やして、健康寿命を延ばしていきたいと思っています。

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

● 共通漢字クイズ

中央の四角の中に共通する漢字が入り、
2文字の単語となります。
その漢字を順番に4つまとめると4文字の単語になります。
その単語とはいったい何でしょうか？

例題

白
▼
南 ▶ □ ▶ 俵
▼
寿

(解答例)

・ 白米
・ 南米
・ 米俵
・ 米寿
答え 米

親
▼
外 ▶ □ ▶ 渉
▼
際

普
▼
流 ▶ □ ▶ 帳
▼
報

不
▼
保 ▶ □ ▶ 泰
▼
心

万
▼
完 ▶ □ ▶ 体
▼
力

《答え》

老人クラブ入会のご案内

新たな楽しみ
探してみませんか？

人の役に立ちたい

友人がほしい

趣味を楽しみたい

健康でいたい



お問い合わせはコチラまで！

●千種区

老人クラブ連合会

☎052-753-1942

共通漢字クイズの答え：交通安全

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています

千種さわやかクラブ

第48回 趣味の作品展

令和7年10月15日(水)から
令和7年10月19日(日)まで
10時から17時

市民ギャラリー矢田 第2展示室

東区大幸南1-1-10 カルポート東3階 TEL 052-719-0430
(地下鉄名城線「ナゴヤドーム前矢田」駅1番出口より連絡通路徒歩5分)

共同募金助成事業

絵画、書、
写真、
工芸、手芸
など

主催：千種区老人クラブ連合会
(千種さわやかクラブ)
千種区役所 052-753-1942



会員募集中

千種さわやかクラブでは、常時会員を募集しています。お住まいの老人クラブ役員や、区役所の老人クラブ事務局へご連絡ください。

◆申込先◆

千種さわやかクラブ事務局

〒464-1864

名古屋市中千種区星が丘山手103

☎052(753)1942

◆編集後記

日本人の平均寿命は1955年時点で男性63・60歳、女性67・75歳でした。現在、先進国では2007年生まれの2人にひとり100歳を超えて生きる「人生百年時代」が到来すると予測されています。

「80歳の壁」の著者である和田秀樹先生によれば80歳オーバーは「幸齢者」であり、「幸齢者」たらしめるには老いを受け入れ、できることを大事にする生き方であると述べておられます。また、健康長寿の秘訣は、心身の健康、学習力、そして人とのつながりであるとしており、まさに「千種さわやかクラブ」の活動そのものだ！と実感しています。

2025年は昭和も100歳。この激動の時代を駆け抜けてこられたクラブの皆様とこれから共に駆け抜けていきたいと思えます。
(ヘルツリー)

スポンサーへの御礼

本紙発行に際しましてご協力いただきましたスポンサー各位に厚く御礼を申し上げます。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは千種さわやかクラブの活動を応援しています