

友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和7年12月5日発行
友梅クラブ(梅が丘高齢者の会)
会長 清水 隆司

本年もクラブ活動に参加いただき
有り難うございました

来年も皆様のご参加を

期待しております

良い新年をお迎えください



「友梅クラブ」の今後について

四月から会長・副会長の役員二人で会を運営して参りました。世話役の皆さんには会費の集金・「友梅だより」の配布でお世話をかけ、ありがとうございます。

ここ数年の会の運営、「春のお花見会」「秋の散策会」「新年挨拶会」等の行事・毎週開催しているグラウンドゴルフ・友梅サロン、毎月の公園清掃活動等について年々参加が少なくなっています。会員数の減少は多くないのですが、新規に入会される方が少なくなっています。つまり高齢化が進み、参加したくてもできない方が多くなっているのです。会員の皆さんに会費をいただき、参加していただく運営ができないことを心苦しく感じています。

役員としても自分自身が思うように動けなくなる現状を鑑み、**今後、数年うちに会を閉じようと考えています。**来年度は区や町内会からの補助金をいたたくのをやめ、皆様からの会費をいたたくのをやめ、現在の繰越金で会の運営をして、閉会のための準備に入ろうと考えています。総会ではかる前に多くの方からのご意見をいただきたいと思いますので会長・副会長にお声がけください。

商店街散策会 報告
「円頓寺秋のパリ祭を歩こう」

十一月八日 八名の参加で実施しました。地下鉄丸の内駅から五条橋を渡ると、名古屋で一番古いアーケードが見えてきます。現在リニューアルのため改修中との事。来年三月には新しい姿を見せてくれる予定です。開始十一時の前だというのに、いつもは閑散としている商店街に人があふれています。帰りの集合場所の「円頓寺南バス停」まで歩き解散。それぞれ散策・買い物・昼食を楽しみました。私はおでんとシャンパンで昼食をとりましたが、皆さんは何を楽しめたのでしょうか。十二時が近づくと、人はますます多くなり、通りが埋め尽くされ、通り抜けの人も一苦労という状態になりました。座るところを探してバス停前のコメダ珈琲店に入ると、なんと参加者全員店内で出会うことができました。当初の予定通り午後三時前に帰宅できました。



新年あいさつ会 案内

新年あいさつ会 案内
八年 一月七日（水）午後一時
記念館にて開催

（友梅サロンは二時からのスタートになります）
新年の挨拶と懇親の会です。今後の会の在り方にっこりお話を伺いたいと思います。ぜひご参加ください。

友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和 7年 10月 6日発行
友梅クラブ（梅が丘高齢者の会）
会長 清水 隆司

商店街散策会特集

「円頓寺秋のパリ祭を歩こう」十一月八日（土）実施

円頓寺秋のパリ祭について

四間道に隣接する円頓寺商店街は、現存する名古屋最古のアーケード商店街で毎年秋に開催されるパリ祭は、通りにトリコロールのベレーやボーダースタイルが溢れ、お菓子や花、ブロカントなどフレンチティエストの屋台が並び、アコーディオンの音色とともに、通りがいつもの商店街とは一変！だれもが笑顔を咲かせて、界隈のお店とともに盛り上がります。今年はそんな円頓寺を散策したいと思います。



会員も 会員以外の参加も歓迎します。友梅サロンでは随時 参加の受付をしています。また、実施当日の参加も可能です。

今回も「敬老パス」を使って市バスと地下鉄を乗り継いで出かけます。

集合時刻・場所 平成橋バス停（公園側）・午前9時30分

行程 平成橋（市バス）→地下鉄植田→丸の内…（円頓寺商店街）…円頓寺…（散策・昼食は散策中に飲食店や屋台で）…円頓寺通南（市バス）→六町…浅間町→地下鉄植田→平成橋

昼食は散策中にそれぞれご自由におとりください。

※ 少雨決行・平成橋帰着は、午後3時頃を予定しています。

※ 概略人数把握のため、参加を希望される方は役員（清水・室賀）までお申し込みください。当日、事前申し込み無しでも参加していただけます。

※ バスは平成橋バス停発9時41分です。時刻に集まつたメンバーで出発します。

友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和 7年 8月 28日発行
友梅クラブ（梅が丘高齢者の会）
会長 清水 隆司

☆梅が丘 希望のあかり

開催日 十月四日（土） 梅が丘公園

（案内パンフ同時配布）

今年も会員有志で作品製作しました
皆様のおいでをお待ちしています。
なお予備日は十一日（土）です。

☆グラウンドゴルフ 九月再開

今年は特に暑い日が続きましたが
九月一日より再開予定です。「毎週
月曜日九時半」に変更ありませんが
体調に留意して無理のないように参
加してください。

また、新しく挑戦してみたい方があ
りましたら、お誘いください。多数の
参加をお待ちしています。

☆公園清掃活動

毎月第三木曜日 午前九時 梅が丘公園

☆記念館清掃活動

毎月第三水曜日 午後三時 記念館

☆梅が丘子ども会向けに夏休み行事を開催

夏休み工作教室 八月三日（日）

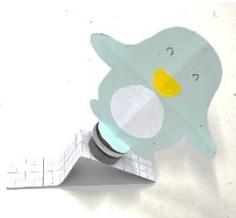
テーマ「まわるペンギン」

参加者（子供会）十五人

夏休み映画会 八月二十六日（火）

映画「はたらく細胞」

参加者（子供会）十七人



☆友梅サロン便り（毎週水曜日午後 記念館）

・手芸

「クラフトバンドで作る」

十一月五日（第一水曜日）から始めます
クラフトバンドで実用的なカゴやバッグまで応用
できる基本の編み方を学びます。

・麻雀

毎回二卓がフルメンバーで楽しんでいます。
初心者指導もしています。

・囲碁

毎週水曜日午後は記念館に集まっています。
残念ながらメンバーが揃わない日もあります。
囲碁仲間の参加をお待ちしています。

毎週水曜日午後は記念館に集まっています。
気楽に覗いてください。

☆天シ連各種行事が開催

天シ連では「作品展」を九月二十四日（水）～二十六
日（金）の日程で開催します。絵画・写真・工芸・書など
多彩な分野で参加できますのでふるってご参加く
ださい。昨年は友梅クラブから手芸グループの「セパ
タクローボール」が参加しました。

天シ連「演芸大会」は十一月十九日（水）に開催しま
す。歌・踊り・演奏・カラオケ等で参加できます。
作品展・演芸大会に参加ご希望の方は早めに最寄り
の役員までお申し出ください。

なお、今年度のグラウンドゴルフ大会は中止です。

九月一日は植田東小学校の始業式です。
「学童見守り挨拶活動」も再開しますので

よろしくお願ひします。



子ども達との交流を
大事にしています

友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和7年7月1日発行
友梅クラブ(梅が丘高齢者の会)
会長 清水隆司

七月～九月の行事案内

▼友梅サロン (麻雀・囲碁・手工芸など)

毎週水曜日 午後一時 記念館

八、九月第一水曜日は

希望のあかり作品作りをします

▼ボッチャとグラウンドゴルフ

毎週月曜日 午前九時半

七、八月はボッチャ競技 記念館

九月よりグラウンドゴルフを再開

▼公園清掃活動

毎月第三日曜日の前の木曜日

午前九時 梅が丘公園

▼記念館清掃活動

毎月第三水曜日 午後三時 記念館

七月十七日、八月十四日、九月十八日、(十月十六日)

▼夏休み工作教室と映画会 (子ども会共催)

八月三日 (日) 八月二十六日 (火)

午前十時 記念館

▼小学校登校日

七月十八日 (金) 終業式 (通常登校)

七月二十一日～八月三十一日 夏休み

九月 二日 (月) 始業式 (通常登校)

「希望のあかり」 開催日が決まりました
十月四日 (土) 午後六時半から

雨天予備日 十月十一日 (土)



「希望のあかり」会場に展示する「あんどん」と
「きらめきボール」作りに参加しませんか。

製作要領は当日指導しますので初めての方でも気楽にご参加ください。

事前申し込み不要です。

八月六日 (水) きらめきボール作り
九月三日 (水) あんどん作り

いずれも午後一時から
記念館にお越しください。



「総会と健康教室」を開催しました。

五月七日

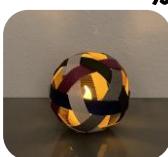
参加者は二十一名

総会では行事・会計報告と計画 及び
遠山前会長から清水新会長交代について
了承されました。

健康教室では天白保健センター講師による
お口健康重要性の講話と誤嚥防止体操を
実習しました。



あんどん



ボール

サロン健康体操実施

つまずいたり、バランスをなくしたりして
転倒する話題が増えました。

そこで会員のKさんがご指導くださり簡単な
運動機能維持体操を毎回サロンの始まりに
短時間ですが実施しています。
皆さん身につまされることなので真剣です。



友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和7年4月10日発行
友梅クラブ(梅が丘高齢者の会)
会長 清水隆司



5月7日(水) 午後1時から

令和7年度 総会と健康教室 を開催します

梅が丘記念館

事前に総会資料配付、年会費集金時訪問し皆様の動静を確認させて頂いています。
新会長を盛りたて、クラブ活動を発展させるため多數のご参加を期待しています。
(当日のサロンは休会になります)

お口の健康は必要な栄養をとるためにだけでなく、認知症防止に重要であると言われています。

健康教室
午後二時
「高齢者のための
お口の健康」
講師 天白保健センターより
歯科衛生士

- 議題
・前年度活動報告と会計報告
・新年度活動計画と予算
・役員選出
今回会長交代があります。

友梅クラブ総会 午後一時

東山植物園ピクニック会報告
四月三日 実施 参加者十三名

数日前の寒の戻りで我々が出かけるのを待つてくれたように桜は満開でした。リニューアルされたお花畠も見応えありました。



1977年梅が丘（当時は梅森坂）航空写真
出典：国土地理院ウェブサイトより（部分切抜）



友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和7年4月1日発行
友梅クラブ(梅が丘高齢者の会)
会長 清水隆司

四月～六月の行事案内

総会と健康教室

五月七日（水）午後一時 記念館
(この日のサロンはお休みです)

友梅サロン

毎週水曜日 午後一時 記念館

東山植物園ピクニック

四月三日（木）案内済み

グラウンドゴルフ競技

毎週月曜日午前九時半 梅が丘公園

公園清掃活動

毎月第三日曜日の前の木曜日 午前九時 梅が丘公園

記念館清掃活動

四月十七日 五月十五日 六月十二日 (七月十七日)

小学校登校日

四月八日 (火) 始業式
七月十八日 (金) 終業式



☆総会資料配付と年会費集金

四月中旬から担当世話役の方がお宅に出向きますので
実活動に参加できなくとも、友梅ニュースを読んで
頂き、地域とのつながりは続けましょう。
本年も会員の継続をお願いします。

友梅クラブでは、「のばそう！健康寿命」と「担おう！地域づくり」をテーマに「明るい梅が丘」を目指して活動しています。人生百年時代と言われる今日、地域の仲間で「集まる」「話す」「行動する」場をつくり、健康寿命を延ばすとともに、社会活動に参加し、行動して、梅が丘に住む人たちが顔を合わせたら挨拶できる、会話ができる、いざという時は助け合えるそんな明るく元気な、梅が丘を皆様と一緒に作っていきたいと思っています。そして、これからも若い人たちと一緒に、「夢」と「希望」と「感謝」の気持ちを持ち続けたいと思いますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。

新会長 清水隆司

会長拝命から十四年、皆様のご協力のおかげで無事に活動を続けることができましたこと、心より感謝申し上げます。在任中、会員は常に総数八十人前後を維持し、活発な活動を続けてきました。しかし、会員の半数以上が入れ替わったとはいって、平均年齢は七十五歳から八十三歳へと高齢化が進みました。これは、皆様の健康寿命が大幅に延びたことを示すと同時に、高齢化の進む梅が丘の地域づくりに、ますます友梅クラブの重要性、必要性が高まる時代となってきました。新会長には、友梅クラブの一層の発展を期待するとともに、皆様方には今後も変わらぬご支援を賜りますようお願い申しあげます。

私もまだまだお手伝いできるよう努めて参ります。

前会長 遠山 智

友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和 7年 2月 15日発行
友梅クラブ(梅が丘高齢者の会)
会長 遠山 智

リニューアルしたお花畠



東山植物園

桜の回廊



ピクニック会

集合場所と時間

平成橋バス停(星が丘行)
午前九時四十五分

行程

平成橋(市バス) → 星ヶ丘 → 三越(買い物) →
(徒歩約十分) ↓ 植物園星ヶ丘門① ↓
(徒歩約十分) ↓ 展望休憩所② 昼食
桜の回廊③・お花畠散策④ ↓
(徒歩約十分) ↓ 星ヶ丘門 → 星ヶ丘(市バス)

平成橋解散(午後三時半頃予定)

☆園内は多少登り下りのある徒歩散策になります
園内歩行距離は昨年の半分程度にしました

☆当曰自由参加です

雨天催行可否は事前参加申し込み者のみ連絡致します

☆会員も会員以外の方も歓迎します

会員以外の方は当日三百円(入会金)をお願いします

☆軽いハイキングの服装でお越しください

☆お弁当 飲み物は各自ご準備ください

星ヶ丘三越でお弁当・飲み物を調達出来る時間を設けます
ご利用ください

☆植物園入場割引(六十五才以上五百円→百円)を受ける
ため写真付きの証明書(免許証、敬老手帳、マイナンバ
カード等)が必要です

三月からグラウンドゴルフを始めます

昨年ピクニックの時は満花でした

お花畠は彩り豊かな花壇や子どもが楽しめる
幅広のすべり台などさまざまな世代のにぎわいと
憩いの空間にリニューアルされました
昨年ピクニックの時はオープンしていませんでした
桜の回廊は百品種千本の多種多様な桜をお楽しみ
いただけます

東山植物園

4月上旬の花マップ



四月三日(木) *雨天中止

凡例

友梅ニュース

“のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを”

令和7年1月1日発行
友梅クラブ(梅が丘高齢者の会)
会長 遠山 智

明けまして
おめでとうございます
本年もよろしく
お願ひいたします

一月～三月の行事案内

▼新年あいさつ会

一月八日(水)午後一時 記念館

▼友梅サロン

毎週水曜日 午後一時 記念館

一月八日は午後一時から始めます

手芸は一月五日から始めます

▼グラウンドゴルフ競技

一、二月は休会します

三月から再開予定です

▼ボッチャ競技(一、二月)

毎週月曜日 午前九時半 記念館

一月十三日から始めます

▼公園清掃活動

毎月第三水曜日 午後三時半

一月十五日、二月十九日、三月十九日、(四月十六日)

雨天中止の時はその後の日曜日

▼記念館清掃活動

毎月第三水曜日 午後三時半

▼ピクニック(別途案内します)

四月三日(木) 東山植物園(予定)

▼小学校登校日

一月七日(火) 第三学期始業式 通常登校

三月十九日(水) 卒業式

三月二十四日(月) 第三学期終業式 通常登校

四月七日(月) 入学式

四月八日(火) 新学期始業式 通常登校



友梅クラブの意義（新年に思う）

会長 遠山 智

高齢者同士がつながる場として機能する友梅クラブは地域にとって重要な存在です。クラブ活動の基本は仲間と「集まる」「話す」「行動する」そんな場を設けることです。

外出の機会を増やし、人や社会とのつながりを

高めることが心身の機能を向上させ

健康を支えています。

歳を重ねれば行動範囲は狭くなる

からこそ、地域で気の合う仲間と

過せる場が必要です。

認知症、外出困難者に対応するテーマも
今後重要になります。



クラブ活動にはもう一つ大切な役割があります。自らが健康寿命を延ばすとともに、「地域を豊かにする社会活動」の担い手になることです。

公園や記念館清掃活動、学童見守り挨拶活動、子供会用夏休行事、三世代交流希望のあかり行事などもその一つです。

同じ町内に住む人々が顔を合わせたら挨拶できる、会話ができる、いざとなつた時は助け合える、そんな明るく健康な地域づくりを担いましょう。

元気で活力ある若手(?)高齢者にも
地域活性化の担い手として参加して
いただけることを期待しています。

