

春

オオカンザクラの並木道



泉二丁目と三丁目を隔てる南北の道路の寒桜の並木道は、昭和36年に「名古屋で一番早く咲く桜を植えていただきたい」という地元の願いがかない、当初16本の苗木から始まりました。今や140本ほどの寒桜が春の訪れを告げるこの並木道は、市内で一番早く花見ができる名所となりました。

場所／泉二～三丁目界隈
例年の見ごろ／3月中旬～下旬
お問合せ／東区役所地域力推進室
☎934-1123

夏

天王祭・山車揃え



初夏、筒井町と出来町界隈で行われる天王祭では、神皇車、湯取車、鹿子神車、河水車、王義之車の豪華5輦の山車が曳行されます。夜には提灯が灯され、幻想的な雰囲気が漂います。また5輦の山車が徳川園に集結する「徳川園山車揃え」は毎年の恒例行事で、各山車の人形からくりや曳手の熱気溢れる力技に大きな歓声が上がります。

場所／天王祭：筒井一帯、新出来・出来町・古出来一帯
徳川園山車揃え：徳川園
時期／天王祭：6月第1土・日曜日
徳川園山車揃え：天王祭の最終日
お問合せ／徳川園事務所 ☎935-8988

訪ねてみよう

東区の四季

東区は「伝統と文化のまち」！
四季おりおりの素敵な
名所・年中行事を
ご紹介します！

秋

文化のみち



名古屋城から徳川園に至るエリアには江戸から明治、大正へと続く名古屋の近代化の歩みを伝える多くの貴重な歴史遺産が残されています。「文化のみち」と名付けられたこのエリアでは、毎年11月に歴史的建造物をめぐるイベント「歩こう！文化のみち」が開催されています。江戸文化や近代化の明治、ロマンチックな大正に想いをよせながら「文化のみち」を散策しませんか。

時期／毎年11月頃
お問合せ／東区役所企画経理室 ☎934-1106

協力 東区 黄工芸 名古屋市立工芸高等学校

冬

徳川園・冬牡丹



徳川園は、尾張徳川家二代光友が、元禄八年（1695年）自らの隠居所として造営した大曾根屋敷を起源とする日本庭園です。四季折々を彩るさまざまな植物が植えられ、毎年1月～2月にかけては、薫陶いたした数種の冬牡丹が園内を彩ります。

時期／毎年1月～2月
お問合せ／徳川園事務所 ☎935-8988

健康づくりのポイント

愛知の
ことばで
健康維持！愛知
はっきりことば

言葉をはっきり発音することは、噛む力や飲み込む動きを高めます。
また、美しい口元や表情をつくる筋肉をやわらかくします。

顔全体を使いながら発声してみましょう！

あまいよ
いちじく
アイウエオカツは
みそカツ
カキクケコたなばた
たんざく
タチツテトドアラが
でらすき
ダデツデドなごやは
にこみだ
ナニヌネノぱりぱり
てばさき
パピブペポめいじに
トリップ
マミムメモやきもの
ゆうやく
ヤイユエヨれんこん
シャキシャキ
ラルルレロ

引用：なごや介護予防・認知症予防プログラム「ホームエクササイズバージョン2」
出典：公益社団法人 愛知県歯科衛生士会資料

東区版

地域デビュー
のすゝめ

仕事や子育ては一段落、少しは時間に余裕が出てきてこれからはご自身が住む地域で「何かやりたいな!」と
考えているあなた！
健康づくり、仲間づくり、生涯学習から地域貢献まで
東区にはあなたの「地域デビュー」を応援する
ところがたくさんあります！



いきいきおでかけマップ
東区内のおでかけ先は
こちらをご覧ください！
東区役所、高岳げんき館などで
配布中！

東区役所
広報マスコット
キャラクター
ヒガシノスグ

東区役所福祉課
筒井一丁目7番74号
☎934-1196 FAX936-4303

東区社会福祉協議会
泉二丁目28番5号
☎932-8204 FAX932-9311

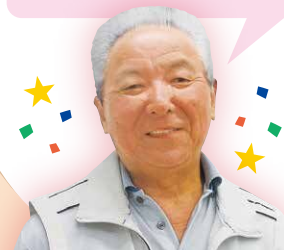
私たちはこうやって「地域デビュー」しました！

ボランティア

敬老バスを手にして地域デビュー



57歳で仕事を早期退職後、65歳で敬老バスを手にしたことを機に、福祉会館に通い始めました。福祉会館に通って3年目に、ボランティアグループ養成講座に参加し、「高岳ハンサムダンディーズ」を結成。ボランティア活動に少しずつ参加して、現在では小学校のトワイライトスクールで折り紙を教えています。合言葉は、「まず、玄関を一步出よう。」一步出られれば、その勢いで二歩、三歩と続いていきます。一緒に活動しませんか？



地域
デビュー
6年

スポーツセンター

腰痛から始まった地域デビュー



68歳で腰痛になり、治療で通っていた整体院に「筋肉の衰えが原因だよ」と言われ、それがショックでスポーツセンターに通うようになりました。日時が決まれないと続かない私は、スポーツセンターのストレッチ教室に申し込み、定期的に通い始めました。通いだすと、徐々に顔見知りの方からお友達になり、今では楽しい「ムダ話」をする仲間です。孫たちの成長が楽しみなので、今一番望むのは「健康」です。



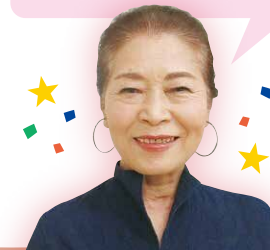
地域
デビュー
3年

福祉会館

フラダンス講座から地域デビュー



お仕事を定年で引退してから、お友達の話を聞いて、福祉会館のフラダンス講座に申し込みました。フラダンスは未知の世界で、お仕事を辞めてからすぐ熱中できました。それから、福祉会館でフラダンスの同好会に入り、お友達もたくさんできました。今は、東区内の施設を中心に、ボランティア活動も楽しんでいます！練習したフラダンスがみなさんに喜んでいただけるのは嬉しいです！



地域
デビュー
10年