

〈NPO法人〉
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
枚方 拠点

天の川

No.236 2017年4月
会員数809 (男316 女493 世帯543)

ボランティアの
ご利用申込は お早めに！
NALC「天の川クラブ」

〒573-0028
枚方市川原町9番5号
TEL 072-846-3975
FAX 072-846-4001
HP <http://hk-nalc.jp>
事務所開所時間：10時～15時

「生活支援センター ナルクすこやか」 新総合事業始まる！

代表 和田 亮吉

春暖の季節となりました。会員の皆様にはご健勝のことと存じます。日頃は、ナルク活動にご協力いただきましてありがとうございます。

2016年度は、枚方市総合事業への取り組み、生活支援員養成研修の実施、事務所の移転など慌しく過ぎた感じが致します。生活支援員養成研修は、昨年12月と本年2月に各2日間実施し、128名（一般市民約半数）の方々が熱心に受講され、介護予防の支援員として今後大いに活躍していただけると確信しました。支援員の役割は、要支援1・2（新規認定）の利用者に対し、ケアマネジメント（ケアプラン）に基づき、サービス責任者が作成した計画にしたがって、掃除・洗濯・調理・配下膳・薬の受取り・生活必需品の買物等の支援を行う活動です。

本年度から始まる枚方市総合事業（以下：生活援助訪問事業）に関して、「天の川クラブ」も新規事業者の届け出を行いました。

申請内容には、事業所の名称、事務所の確保、必要設備の設置、組織体制は管理者・サービス責任者（介護福祉士、看護師、保健師等有資格者）・生活支援員（生活支援員養成研修修了者）などです。

また、生活援助訪問事業の事務所は、現在

の事務所の2階で、「生活支援センター ナルクすこやか」と命名し活動します。しかし、この「生活援助訪問事業」は、「天の川クラブ」として初の取り組みであり、まだまだ課題もありますが、鋭意取り組んで行かなければならないと思っています。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

来る6月5日（月）の総会には、昨年度の総括及び本年度の計画の審議、催し物、懇親会等予定していますので、皆様是非ご出席下さい。

最後に、移転後の事務所は枚方市駅からも近く、立ち寄りやすい所です。明るくなった「ふれあいルーム」を十分活用して皆様が集える場、元気・活力を充電する場にして頂ければと願っています。



ふれあいルームで楽しく活動中

◇皇帝ダリア

11月中旬から年末にかけて、澄んだ大空に大きなピンク色の花が悠々と風に吹かれます。そう、「皇帝ダリア」といわれ「ダリアの王様」と称されています。

花言葉は「乙女の純潔・乙女の真心」（どこが乙女やとの突っ込みもありますが）ダリアはメキシコの国花でもあります。皇帝といわれるだけあって、背丈は3m～4m（大きいのは6m）にもなり、2階のベランダを超え屋根で咲いている家もあります。てっぺん付近に花を付け、20cm位の大輪が空にそびえ立つ姿は圧巻です。花の少ない時期だけにピンクの色彩はひと際鮮やかです。

皇帝ダリアは、日照時間が短くなって花芽をつけます。街灯や室内の明りの近くに植えると日が短くなったとの認識が出来ないこと

庭・植木の手入れ担当：角山 正男

から花芽をつけません。

もうひとつ、泣き所は寒さ。霜を被るとシヨボン。晩秋の霜、春の霜は大敵です。現在、昨年咲いた皇帝ダリアの茎を挿し木し発芽を促しています。今年は、5本ぐらい並べて植えて咲かせてみようかと考えています。



◇「歌声喫茶」にお越し下さい

オー・ジーンズは今年で結成7年目を迎えます。バンドの中心活動は、毎月第4金曜日午後1時から「ふれあいルーム」で開いている「歌声喫茶」です。童謡・唱歌、歌謡



ふれあいルームでの練習風景

中村 好宏（1地区）

曲、フォークソング、ポップスなど昔懐かしい歌の数々を皆さんと一緒に歌う会です。

毎回、アメリカンフォークソングも1～2曲披露しています。どなたでも自由に参加できますのでお気軽にお出かけください。

歌集も用意しています（参加費はお1人100円です）。昨年から向井範雄会員、松葉井昌代会員が加入し、ギター3本、マンドリン1本、コントラバス1本の5人で演奏の幅が広がりました。

今では枚方、交野、茨木、高槻一円に活動の範囲を広げ、各種福祉施設の要請を受けて積極的に演奏活動をしています。

「5地区会」

2月21日ラポールにて今年度3回目の地区会を開催。地区の参加者21名。植本代表代理の開会の挨拶に続いて講演は「枚方市地域包括支援センターみどり」の伊内所長と峠福祉士から包括支援センターの役割と、4月からのナルクとのかかわりについて、説明を受けました。

役割は高齢者の多様な相談を総合的に受け止め、住み慣れた地域で生きがいを持ちながら安心して過ごすことができるように、包括的および継続的な支援を行う地域ケアを実現すること。専門職が成年後見、ケアマネの後方支援、健康相談などを行っている。

これからは生活援助訪問事業と「みどり」との連携が大切になる。

サロン、オレンジカフェ、体操教室などナルクと協働して圏域に沢山作っていききたいと

宇仁 義明

のお話に続き、「ひらかた元気くらわんか体操」を「みどり」指導の下全員で行いました。

角山副代表の締めくくりの言葉で、地区会は終了。続いて、会員に「みどり」の場所を知ってもらうため、希望者16名が見学しました。地区会で配った弁当持参です。「みどり」の峠福祉士を交えて会議室で昼食を摂りながら和やかな雰囲気の中で雑談。多様な活動の場を作りたいのでこの会議室を活用してほしい、とのことでした。



ひらかた元気くらわんか体操

「生きがい創造学園」運営ボランティア（時間預託活動）募集

2017年度「生きがい創造学園」が21講座を市民対象に開講します。
ナルク会報に講座運営ボランティア募集のチラシを同封しています。
チラシ参照の上、ご希望の方はナルクの事務所まで申し込んでください。

担当：辻 洋子

開設しました！

生活支援センター ナルクすこやか

枚方市生活援助事業の支援団体の一つとして、ナルク新事業の取り組みがいよいよ始まりました。地域貢献のため高齢社会支援の一翼を担います。

名称：生活支援センター ナルクすこやか

住所：〒573-1191 枚方市川原町9番5号 ナルク「天の川クラブ」2F

TEL：072-861-5059 FAX：072-861-5009

預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 預託活動 2017年2月実績

合計511点

区分	提供活動	点数	活動会員の氏名(50音順、敬称略)						
1	ボランティア提供 家事・介助 ・話し相手・傾聴 ・外出介助 ・身辺介護 ・買い物・洗濯 ・食事作り・配膳 庭・植木の手入れ ハウスヘルパー パソコン指導 福祉施設 ・サンセール香里園 ・エイジF・L星が丘 生きがい創造学園 在宅生活援助	329 100名	青木 ヤス子 石西 正子 上田 卓是 岡本 妙子 北川 忠雄 近藤 満寿男 清水 喜久子 高橋 保 中馬 妙子 中橋 博子 西川 昌子 濱田 一美 人見 眞佐子 福山 喆子 堀田 英雄 松野 久代 森木 登美子 山口 祐右子 山中 暁子 吉田 佐知子	東 好秋 一宮 順世 梅田 暘子 岡本 俊治 久保 百合 酒田 昌子 下村 和子 高橋 敏子 角山 正男 長田 由利 西邨 幸子 林 輝子 平岡 幸子 藤 朋子 前野 みよ子 松村 サヨ子 森田 由利子 山口 紀子 山本 義信 吉田 千恵子	東 八重美 井上 行弘 遠藤 智多子 尾崎 せい 熊岡 浪恵 佐藤 繁子 平 里美 竹下 ひろみ 徳丸 洋子 永吉 悦子 西本 雅子 林田 浩 平野 賀世 藤井 好江 町田 優子 松本 幸子 森脇 富美江 山下 徳子 山本 典子 吉野 隆	井口 保子 井上 逸子 遠藤 育代 押江 一恵 倉本 幸子 澤田 良和 高木 永子 橋 佳寿子 戸出 美穂子 西尾 千鶴子 橋本 政喜 坂東 聡子 廣瀬 邦子 藤原 美保 松浦 緑 三坂 詔子 門口 よしみ 山科 初子 吉岡 京子 吉野 嘉代子	池田 勝代 入江 みや子 岡村 きよみ 亀田 雄子 近藤 秀子 澤田 年江 高野 美紀子 伊達 みちよ 豊嶋 イツ子 西岡 幸美 濱田 孝夫 東田 幸子 福留 和代 藤原 榮子 松尾 淑子 三塩 美津江 舘 澄男 山田 倫子 吉澤 里美 和田 亮吉		
2	送迎	44 8名	安達 和彦 西川 昌子	今西 邦弘 蜂谷 直孝	上田 卓是 山田 徹	岡本 俊治	下村 英男		
6	文化・スポーツ	12 10名	池淵 洋子 永吉 悦子	植本 壽満枝 藤井 史子	奥野 勇 藤原 和市	徳丸 洋子 南谷 登代子	中村 好宏 向井 範雄		
8	コーディネート	4 4名	東 好秋 石西 正子		高橋 保	松村 サヨ子			
9	事務所当番 事務所作業	122 29名	東 好秋 岡本 年昭 下村 和子 東平 守弘 三塩 美津江 山口 喬彦	池上 愛子 加藤 孝子 進藤 伊公子 富平 恵理子 向井 範雄 山添 栄造	梅田 壽雄 亀田 美穂子 蕎麦谷 寿美子 豊嶋 イツ子 村上 恭啓 山田 徹	大亀 恵子 神崎 富貴子 竹内 照恵 中村 好宏 森岡 康子 山田 隆志	大辻 宏 古布 啓治 鶴岡 知恵子 濱田 一美 矢野 紀之		

◇ 奉仕活動 2017年2月実績

(合計933点)

区分	提供活動	点数	活動会員の氏名(50音順、敬称略)						
1	福祉 サンボエム エイジフリー・ライフ ひらかた聖徳園 その他福祉施設	85 29名	青木 ヤス子 岡副 一枝 下野 公子 種田 ナス子 西村 洋子 山下 千賀子	上田 卓是 笠原 加寿子 高木 永子 戸田 間理子 橋本 美也子 吉崎 富美子	梅岡 昌美 庫本 方明 高橋 真弓 戸出 美穂子 蜂谷 照美 若林 理恵子	大亀 恵子 佐藤 繁子 竹中 嘉代子 中川 良子 正岡 保代 和田 喜代美	大倉 哲郎 澤田 年江 谷垣 孝子 中村 太一 松村 みや子		
2	子育て 学童保育支援 子ども安全見守り隊 親子広場支援 いきいき広場	204 38名	青木 宏平 遠藤 保江 小石川 光夫 高附 加智子 西村 洋子 松村 みや子 森本 賢二 吉田 正男	東 好秋 大辻 宏 古布 啓治 高野 美紀子 福留 和代 三津 輝雄 山口 祐右子 四角 利和	今栄 菊子 岡副 一枝 近藤 秀子 高橋 真弓 福山 佐和子 宮崎 清志 山下 千賀子 和田 亮吉	岩坪 千寿子 押江 一恵 澤田 年江 中馬 妙子 藤 一夫 森井 禮子 吉崎 秀子	梅岡 昌美 神崎 富貴子 下村 和子 仲島 節子 正岡 哲也 森川 清美 吉崎 富美子		

3 環境 アドブトリバー 岡東中央公園 楠葉中央公園 香里ヶ丘けやき通り	46 37名	東 好秋 加納 勝子 小山 美智子 東平 守弘 林 輝子 堀田 英雄 山田 徹 吉田 正男	上田 卓是 川上 一富實 下村 和子 東平 順子 人見 眞佐子 松村 サヨ子 山田 倫子 和田 亮吉	宇仁 義明 川村 秀人 高橋 保 西川 昌子 廣田 靖子 松本 輝夫 山本 茂	遠藤 智多子 小林 喜枝子 田中 一美 西本 雅子 福田 勝博 宮永 田鶴子 山本 典子	大辻 宏 古布 啓治 中馬 妙子 濱田 孝夫 福留 和代 村上 恭啓 山本 美代子
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	95 38名	青江 政行 宇仁 義明 木村 杏 杉原 トモ子 西岡 堆二 松村 サヨ子 向井 範雄 山田 倫子	秋山 季久雄 梅岡 昌美 古布 啓治 高野 美紀子 西川 善郎 松本 輝夫 向井 明美 吉崎 富美子	今井 洋三 大亀 恵子 四方 快枝 谷脇 文江 蜂谷 直孝 三津 輝雄 柳澤 卓 四角 利和	今西 邦弘 大辻 宏 下村 英男 東平 守弘 蜂谷 照美 三津 薫子 山口 喬彦	上田 卓是 木村 和夫 下村 和子 西尾 千鶴子 藤原 和希 宮崎 清志 山田 徹
5 NALC活動 会報手配り 各種イベント・企画 事務局作業・日直 地区世話人会 会員研修 活動区分別交流会 声かけボランティア 本部・他拠点 各種打合せ・会議	503 130名	青江 政行 浅野 明子 池淵 洋子 今井 洋三 植木 美恵子 梅田 壽雄 大村 三女子 押江 一恵 川元 大生 庫本 美弥子 近藤 秀子 澤田 良和 杉原 トモ子 高橋 保 中馬 妙子 徳丸 洋子 中村 太一 西邨 幸子 蜂谷 直孝 福留 和代 松村 サヨ子 南谷 登代子 村上 弘子 山田 徹 山本 美代子 吉澤 里美	青木 宏平 東 好秋 石西 正子 今柴 菊子 上田 卓是 浦口 紀子 岡村 勝二 紙屋 クミエ 神崎 富貴子 倉森 孝夫 合田 賢一 澤田 年江 蕎麦谷 寿美子 谷脇 文江 塚本 キヨミ 戸出 美穂子 中村 好宏 仁波 正之 濱田 一美 福山 佐和子 松本 輝夫 宮崎 清志 森本 賢二 山田 倫子 行元 東洋 吉田 正男	青木 ヤス子 井口 保子 一宮 順世 今西 邦弘 植本 壽満枝 遠藤 育代 岡村 きよみ 亀田 美穂子 岸岡 夏絵 栗谷 加代子 斉藤 政子 清水 次雄 平 里美 種田 ナス子 辻 洋子 富平 恵理子 西岡 堆二 根来 和子 人見 眞佐子 藤原 和希 三坂 詔子 宮永 田鶴子 山口 喬彦 山田 隆志 横山 みゆき 吉房 勝治郎	秋山 季久雄 池上 愛子 伊藤 伸枝 入江 みや子 宇仁 義明 大亀 恵子 岡本 年昭 亀田 雄子 楠山 容子 古布 啓治 酒井 靖子 清水 雅子 田岡 治子 田畑 敦子 角山 正男 中嶋 庸子 西岡 幸美 野口 弘 廣瀬 光男 古武 由紀子 三塩 美津江 宮本 利明 山崎 健 山本 義信 吉崎 秀子 四角 利和	明智 千佳 池田 勝代 井上 行弘 岩崎 澄子 梅岡 昌美 大上 登茂子 奥野 忠子 河上 勲 庫本 方明 近藤 輝男 佐々田 雅春 下村 和子 高野 美紀子 田淵 美佐子 東平 守弘 中野 英子 西川 昌子 野村 文夫 廣田 靖子 本多 澄子 三津 輝雄 向井 範雄 山下 千賀子 山本 典子 吉崎 富美子 和田 亮吉

生活支援員の登録のお願い

ナルク以外の事業所で生活支援員養成研修を受講された方で「生活支援センター ナルクすこやか」に登録していただける方は至急、ご連絡をお願いします。

生活支援センター ナルクすこやか：TEL 072-861-5059

オレオレ詐欺にご注意！

最近、ナルク会員の方からオレオレ詐欺の電話がかかってきたとの報告が複数ありました。

手口が非常に巧妙になっていて、思わず騙されそうになったそうです。

十分に注意していただき、怪しい電話があったときは警察などにご連絡ください。

事務局

第2回北河内エリア会議の報告

事務局長 東平 守弘

北河内エリア会議を2月28日に開催。本部から高畑会長、寺井副会長他5拠点25名の出席で、交野拠点が幹事役で進行した。

枚方拠点からは和田代表・植本代表代理・東平事務局長の3名が出席した。

2016年度2月までの活動状況について各拠点から報告があり、会員の動向は交野拠点のみ増加であった。また時間預託・奉仕活動については5拠点とも伸び悩み傾向にあり、今後の対策が必要であると感じた。

次に、枚方拠点・和田代表が生活支援員養成研修を12月・2月に実施したことと、総合事業の取り組みについて発表した。

寺井副会長からは、各拠点の会員数の違いもあるため、拠点の体力に応じた方法で対応して欲しいと助言があった。

今回のエリア会議は課題も多かったが、エリア全体で取り組んで行く方向性が見えた会議であった。



同好会の発足について

統括 梅田 壽雄

文化スポーツ、同好会活動に参加活躍されることに対し感謝しています。現在の文化・スポーツ活動で、毎月講師又は世話役等に対し部会1回500円の事務所経費の納入と時間預託点数の付与を行っていましたが、ナルク規定にそぐわないことが判明しました。

2月開催の運営委員会において経過説明を行い本年4月以降は講師外の会員への時間預託点数付与は廃止とすることになりました。今後は従来の文化・スポーツ活動と同好会活動を統合し同好会（以下同好会と呼ぶ）として20グループで運営することになりました。

これに伴い現在の文化部運営細則と同好会運営細則を合わせて新たに「同好会運営細則」を制定しました。時間預託制が廃止となりましたがナルクにとって同好会活動は本来のボランティア活動と同様に大変重要な活動です。これを機に仲間会員の勧誘と新規の同好会の創設を期待しています。

新運営細則の要点は次の3点です。

- 1) 活動報告書提出（毎月：指定用紙）
- 2) 収支報告（各年度1回 時期様式は任意）
- 3) 同好会運営要綱の作成（指定用紙）

全グループ4月1日現在の状況。以降は変更の都度

※ 事務所運営費としての寄付金は今後も継続していただきたい。

◇3月の文化・スポーツ活動内容

総参加者数131名

英 会 話 2回16名	2月19日・3月5日8名。1週目は仲直りやお詫びなどの簡単な英会話テキストで会話練習。3週目は a few, a little, any, some などの文法的使い方の練習、近況などを話した後、20questions のゲームを楽しんだ。 奥野 勇
カ ラ オ ケ 1回10名	3月7日10名。会場の都合で1月2月もお休みし、3月ようやく開催。待ちかねていた会員10名がにこやかに参集。初めてのお顔もあってこの場に集える幸せをかみしめ思い思いの歌を楽しみました。最後に6年が過ぎた東北大震災に心を込めて応援歌を合唱し被災地に寄せる思いを新たにしました。 田畑敦子
ミュージックバル	当期間中の活動はありませんでした。 神崎富貴子
楽しいオカリナ 2回22名	2月19日13名、3月5日9名。 どこかで春が、スケーターワルツ、贈る言葉 うれしいひな祭り、さとうきび畑、野に咲く花のように、エーデルワイス等7月の演奏会に向けて練習しました。 清水雅子
マジック友の会 2回15名	2月20日9名、3月3日6名。「12枚の色カード」で4種類のマジックを教わりましたが、すぐに誰にでもできるうえに、演じている当人も不思議感を味わえる魅力的なカードマジックです。是非一度見学にお越し下さい。 植本壽満枝
オー・ジーンズ 1回9名	2月24日9名。冬景色、かあさんの歌、荒城の月、リンゴの唄、知床旅情、女ひとり 仰げば尊し、北国の春、サボテンの花、シクラメンのかほり、よこはまたそがれ、The Water Is Wide ,Where Have All The Flowers Gone を歌いました。 中村好宏
ゴ ル フ	当期間中の活動はありませんでした。 西岡堆二
テ ニ ス 4回38名	2月22日8名、3月1日11名、8日9名、15日10名。 朝晩はまだ寒いですが、練習・ゲームを始めるとすぐに汗ばんできます。私達と一緒にテニスを楽しみませんか？いつでも入会OKです。お待ちしております。 南谷登代子
ウォーキング 1回21名	2月16日21名。京阪電車の事故のため予定より遅れてスタートしたが、天候に恵まれました。酒造会社では、遅れたにもかかわらず、たくさんの種類の試飲ができて楽しく酒蔵巡りができました。 藤原和希
カ ワ セ ミ	2月23日は雨天のため中止。 山田 徹

活動期間は、前々月16日～前月15日までの報告です。注：文末の氏名は報告者・問い合わせ先

◇「運営委員会」だより ◇ 事務局長 東平 守弘

3月度の運営委員会3月13日開催。出席者24名。次の事項を検討し了承された。

- ◆ 2月時間預託活動・奉仕活動・入退会者報告及び会計報告
- ◆ 2017年度運営委員職務担当・活動と分類担当について
- ◆ 2017年度定時総会の役割分担等について
- ◆ 枚方市生活援助訪問事業の名称の決定と登録申請について
- ◆ 2017年度枚方市生活支援員養成研修実施について
- ◆ 平成29年度在宅生活支援事業の経過措置運営について
- ◆ 「天の川クラブ」文化・スポーツ、同好会活動の統合について
- ◆ 第2回北河内エリア会議の報告

◇「事務局」だより◇

新入会者の紹介 「天の川」の前月号以降に入会いただいた方々をご紹介します。

氏名 (敬称略)	住所 ()地区番号	氏名 (敬称略)	住所 ()地区番号
安藤 博之	大阪市北区 (X-ル1)	藤川 和夫 登美子	枚方市茄子作北町(8)
桙川 優 由香	門真市四宮 (X-ル)	妹尾 省壮 昭美	枚方市津田山手(10)

新入会員説明・懇談会 平日随時。(10時から2時間と13時30分から2時間) 事務所

行事予定 定例行事は下記の通りです。各月の該当曜日を確認願います。

(注：ふれあいルーム：ふれあいルーム「天の川」、ラポ：ラポールひらかた、MR：ミーティングルーム、ユーカーリ：南部生涯学習市民センター、菅原市民センター：菅原生涯学習市民センター)

アドプト・リバー・N天野川	毎月 第1・第3土曜日	10時～11時	事務所前
クリーン・アダプター1	毎月 第2木曜日・第4土曜日	10時～11時	岡東中央公園
クリーン・アダプター2	毎月 第2木曜日・第4土曜日	10時～11時	楠葉中央公園・他
香里ヶ丘けやき通り清掃	毎月 第2火曜日・第4金曜日	9時30分～10時間30分	南部市民センター
すこやか広場きょうぶん	毎週 平日	10時～17時(1, 2時間)	教育文化センター
ファミリーポート(子育て)	毎週 月・火・木・金	10時30分～11時30分	ファミリーポート
ファミリーポート(花壇)	毎月 第1・第3火曜日	9時30分～2時間	ファミリーポート
広場さぶり(子育て)	毎月 指定日の火・金	10時30分～1時間	サブリ村野
英会話	毎月 第1・第3日曜日	10時～11時30分	ふれあいルーム
カラオケ友の会	毎月 第1・第3火曜日	13時～	喫茶「おおの」
楽しいオカリナ	毎月 第1・第3日曜日	13時～14時30分	ふれあいルーム
マジック友の会	毎月 第1金曜日・第3月曜日	13時30分～16時30分	ラポ 部屋確認
オー・シーズンズ歌声喫茶	毎月 第4金曜日	13時～14時	ふれあいルーム
テニスクラブ	毎週 水曜日	10時～12時	春日テニスコート

4月 (16日以降のみ掲載)

17日 (月)	ゴルフコンペ	9時31分スタート	牧野パークゴルフ場
27日 (木)	カワセミ「琵琶湖湖岸散策」	10時	京阪三条駅中央改札

5月

2日 (火)	10地区会	11時～	ふれあいルーム
8日 (月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
15日 (月)	運営委員会	13時30分～	ラポ4F MR1・2
18日 (木)	ウーキング「琵琶湖疎水」	8時30分	京阪三条駅改札
25日 (木)	カワセミ「城北公園・菖蒲園」	10時	京阪守口駅改札口
30日 (火)	家事支援提供者会議	13時～	ラポ4F MR1・2
30日 (火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ4F MR1・2

2017年度「枚方市生活支援員養成研修」日程決まる

ナルク「天の川クラブ」の開催は次の通りです。

日時： 29年6月28日(水)・29日(木) の2日間 9:50～

場所： メセナひらかた 6F 大会議室

詳細は、5月号会報に折り込みチラシでお知らせします。

担当 植本 壽満枝