

〈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.241 2017年9月
会員数798 (男307 女491 世帯538)

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

ナルクとの出会いに感謝して

横田 由美子 (4地区)

私は、2年前、福島ボランティア参加に際して、ナルク「天の川クラブ」でハンドマッサージの指導を受けました。そのことがとても印象的で、いつか一緒に活動できたらと思っています。

昨年、遠距離介護をしていた母の見送りをすませ、心が晴れずにいた時にナルクのこと が想起され、今年の2月入会に至りました。

ナルクの予備知識は皆無でしたが、新会員説明会や定時総会を通じて、理念や時間預託制度のことを学び、まさに直面する超高齢化社会に即応した組織であることを知りました。

併せて、23年前にナルクを立ち上げられ、今や全国的に展開されていることに、先輩会員の皆様のボランティア意識の高さと並々ならぬ意気込みを感じます。

昨今、仕事や趣味などに活躍されている高齢者の中には、機会があれば生きがいをボランティア活動に求めておられる人も多いと思われま す。私も今回、ナルクに活動機会をいただき感謝して います。

現在、私は先輩のご指導の下、高齢者施設入所者の皆様の見守りや歌の会に月2～3回のペースで参加させていただいてお います。

当初は多少戸惑いもありましたが、お一人おひとりの人生経験に思いを馳せ、2時間ほど笑顔で寄り添えることを心がけています。入所者の皆様のお役にどれほど立っているのかは分かりませんが、私自身は毎回、新鮮な気づきがあり、それが楽しみにもなっ ているところです。

また、会員同士の交流の場も沢山企画されており、しかも参加費はお茶代程度で利用できる ので、うれしい限りです。

まずは、無理をせず、こつこつと、楽しく活動が続けていくことが、ナルク一年生の私の目標です。

今後ともご指導をよろしくお願い致します。



報告

◇サンポエムの活動紹介

「サンポエム」は交北3丁目にある枚方市立デイサービスセンターです。毎日20名ほど来られる利用者様に、ナルク会員がシフトを組んで奉仕活動をしています。活動内容は昼食の配膳・下膳のお手伝い、食後はお好みの喫茶の提供、おやつタイムのお世話など。

ほかに月1回の川柳や月2回のハンドマッサージ、また奇数月におやつ作りも行っています。利用者様へお名前呼びかけ親しく活動するととても喜ばれ、私たちもお役に立っているとの実感が湧いてきます。現在約30名あまりの会員がそれぞれ月1～4回の頻度

◇盆踊り

暑い日はやっぱり盆踊りですね。郷里の踊りとは違っていても、幼い頃を思い出し、家族や友人の顔が浮かびます。

7月12日、8月8日に、「はなまるデイサービス」交北と東香里へ盆踊りに行きました。炭坑節、江州音頭、花笠音頭、河内音頭、よさこい鳴子踊り、長生きサンバ、東京音頭を踊り、手拍子と鳴子、職員の方の南中ソーランで盛り上がり、皆様と一緒に楽しみました。

◇JR青春旅の会

JR青春旅の会は、青春18キップが発売される年3回(春・夏・冬)日帰り旅行で各地観光名所、グルメを楽しんでいます。

今回は、京都宮津市・天橋立への旅でした。猛暑の中早朝から28名の参加となり、ご当地名物の昼食後、智恩寺(文殊堂)にお詣り、海からの涼風を受けながら白砂浜青松林をのんびりと散策を楽しみました。列車内ではお喋りに夢中の女性陣、長時間の旅ですが久しぶりに会うメンバーとの良いコミュニケーションの場となっています。

青木 やす子 (3地区)

で活動していますが、さらに新規の活動者募集もしています。是非サンポエムと一緒に活動を始めてみませんか。



平野 佐江子 (6地区)



古布 啓治 (1地区)

次回は、12月中旬予定です、皆様の参加をお待ちしています。



◇「日本ハーモニカ賞」を受賞して

山本 義信（1地区）

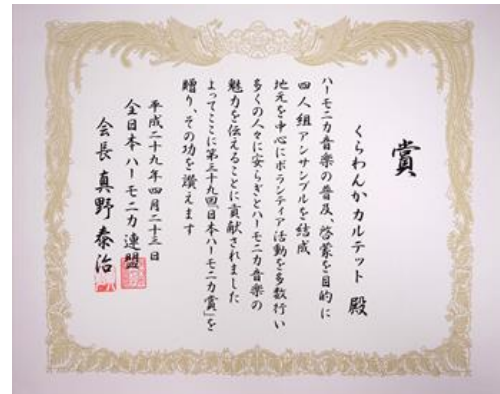
高齢者福祉施設・自治会・同窓会などで、月2～3回のボランティア演奏活動を継続しています。演奏先の年齢層に合わせ演歌・懐メロ・童謡などを演奏し、一緒に歌っていただいたりして、こちらも元気を貰っています。結成以来同じメンバーで17年、平均年齢77歳のオジンの日本でも珍しい息の長いハーモニカ・カルテットです。

このたびの私たちの受賞の記事が朝日新聞や広報ひらかたにも掲載され、FMひらかたのラジオ出演などで、多くの方から祝福の電話やメールをいただきました。この賞も演奏を聞いていただける皆さんのおかげと感謝しています。

メンバー4人は、平均年齢が傘寿・米寿に向かって頑張ろう!と張り切っています。



左端筆者山本会員 右端中村会員



秋のイベント 「オータムフェスタ2017」

- | | | |
|-----|---|-----------------------|
| 日 時 | 2017年10月21日(土)10:30～15:00 | |
| 場 所 | 「星の里 いわふね」 体育館・バーベキュー会場
交野市私市9-4-8 (私市駅から徒歩8分) | |
| 内 容 | 午前の部 | バーベキューで懇親会 |
| | 午後の部 | フォークダンス、オー・ジーンズ、抽選会など |
- ★詳細は折り込みちらしを参照ください。



日帰りバス旅行 (募集・詳細は会報10月号で)

「九頭竜湖の紅葉とうるしの里の旅」

日時：11月17日(金) 費用8,500円 定員48名

福井県が誇る紅葉の絶景ポイント、九頭竜湖！

うるしの里では、伝統工芸師による越前漆器作りをご覧いただけます。ホテルでの豪華な昼食、白山連峰に抱かれた名湯で入浴！



ひらかたNPOフェスタ2017へお越しください。

ひらかたNPOフェスタは、今年16回目を迎えます。

「天の川クラブ」からは、ハンドマッサージ活動を予定しています。

日時：10月1日(日)10時～15時

場所：岡東中央公園 枚方市民会館

預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動 2017年7月実績

合計 563点

区分	提供活動	点数/名	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	406 125名	青木 宏平 安藤 博之 今西 邦弘 梅田 壽雄 岡本 妙子 河合 ハツノ 木村 エミ子 久保 百合 合田 賢一 澤田 良和 新道 美由紀 高橋 保 角山 正男 中野 英子 西川 昌子 蜂谷 直孝 人見 眞佐子 藤 朋子 前野 みよ子 松本 政則 三宅 順子 森脇 富美江 山口 祐右子 山本 悦子 吉澤 里美	青木 ヤス子 井口 保子 入江 みや子 梅田 暁子 小笠原 智香子 川上 一富實 木村 杏 熊岡 浪恵 酒井 靖子 澤田 年江 平 里美 竹下 ひろみ 出端 君子 中橋 博子 西川 美代子 濱田 孝夫 平野 賀世 藤井 好江 牧野 栄子 松本 幸子 宮崎 清志 門口 よしみ 山下 徳子 山本 典子 吉田 千恵子	赤木 都 池田 勝代 岩堀 周子 遠藤 智多子 尾崎 せい 川元 大生 櫛部 昭男 倉本 幸子 阪下 建一 柴野 光子 田岡 治子 橋 佳寿子 徳丸 洋子 長田 由利 西村 洋子 濱田 一美 廣瀬 光男 藤原 美保 正岡 哲也 三坂 詔子 森井 禮子 館 澄男 山田 倫子 横田 由美子 吉野 嘉代子	東 好秋 石飛 こずえ 植木 美恵子 大谷 和代 押江 一恵 神崎 富貴子 櫛部 瑞恵 近藤 輝男 酒田 昌子 清水 喜久子 高木 永子 伊達 みちよ 戸出 美穂子 永吉 悦子 西邨 幸子 林 輝子 廣瀬 邦子 堀田 英雄 松浦 緑 三塩 美津江 森木 登美子 柳澤 卓 山中 暁子 吉岡 京子 和田 亮吉	安達 和彦 石西 正子 上田 卓是 岡村 きよみ 亀田 雄子 北川 忠雄 楠田 英子 近藤 満寿男 佐藤 繁子 下村 和子 高附 加智子 中馬 妙子 中嶋 庸子 西川 英雄 橋本 政喜 東田 幸子 福留 和代 堀田 和子 松村 サヨ子 美濃 和香子 森田 由利子 山口 喬彦 山本 義信 吉崎 富美子 和田 喜代美		
2	送迎	27 5名	安達 和彦	今西 邦弘	岡本 俊治	西川 昌子	山田 徹		
8	コーディネート	7 6名	東 好秋 森本 賢二	押江 一恵	角山 正男	西川 昌子	廣瀬 光男		
9	事務所当番 事務所作業	123 31名	東 好秋 大谷 和代 神崎 富貴子 蕎麦谷 寿美子 中村 知子 向井 範雄 山田 徹	池上 愛子 大辻 宏 古布 啓治 竹内 照恵 浜田 佳代子 森岡 康子	上地 恵美子 岡村 きよみ 澤田 年江 富平 恵理子 濱田 一美 矢野 紀之	梅田 壽雄 岡本 年昭 下村 和子 豊嶋 イツ子 三塩 美津江 山口 喬彦	大亀 恵子 亀田 美穂子 進藤 伊公子 中村 好宏 宮崎 清志 山添 栄造		
12	福祉車両	0/1名	安達 和彦						

◇ 奉仕活動 2017年7月実績

合計 1138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 サンポエム エイジF・L星が丘 ひらかた聖徳園 その他福祉施設	202 70名	青木 宏平 植本 壽満枝 押江 一恵 庫本 方明 清水 雅子 高木 永子 種田 ナス子 徳丸 洋子 中野 英子 西邨 幸子 浜田 佳代子 福留 和代 松永 紀美子 山本 典子	青木 ヤス子 梅岡 昌美 笠原 加寿子 近藤 秀子 下野 公子 高附 加智子 田畑 敦子 戸田 間理子 中村 太一 野口 佐智子 濱田 一美 藤井 史子 松村 みや子 吉崎 秀子	井口 保子 大亀 恵子 川畑 美恵子 近藤 佐代子 下村 英男 高橋 真弓 玉里 幸子 戸出 美穂子 永盛 喜國 野嶋 順子 人見 眞佐子 堀田 和子 南谷 登代子 吉崎 富美子	今栄 菊子 大倉 哲郎 神崎 富貴子 佐藤 繁子 下村 和子 竹中 嘉代子 塚本 キヨミ 富平 信行 永吉 悦子 橋本 美也子 平野 佐江子 正岡 保代 森脇 富美江 吉田 正男	上田 卓是 岡副 一枝 橋田 美也子 澤田 年江 田岡 治子 谷垣 孝子 辻 洋子 中川 良子 西川 美代子 波多野 美智子 廣瀬 邦子 松浦 緑 山口 晃 和田 喜代美		

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	202 43名	青木 宏平 東 好秋 今栄 菊子 上田 卓是 植本 壽満枝 梅岡 昌美 遠藤 保江 大谷 俊雄 大辻 宏 岡副 一枝 川畑 美恵子 神崎 富貴子 小石川 光夫 古布 啓治 澤田 年江 進藤 伊公子 高附 加智子 高橋 真弓 谷崎 祐子 戸田 間理子 戸出 美穂子 仲島 節子 中村 好宏 西村 洋子 野村 文夫 橋本 美也子 廣田 俊郎 福山 佐和子 藤 一夫 正岡 哲也 松村 みや子 三津 輝雄 宮崎 清志 森井 禮子 森川 清美 森本 賢二 山口 祐右子 山本 典子 吉崎 秀子 吉崎 富美子 吉田 正男 四角 利和 和田 喜代美
3 環境 アドプトリバー 岡東中央公園 楠葉中央公園 香里ヶ丘げやき通り	64 43名	青木 宏平 青木 ヤス子 東 好秋 今西 邦弘 上田 卓是 上延 淳子 宇仁 義明 遠藤 智多子 大辻 宏 岡村 きよみ 川上 一富實 北川 忠雄 小林 稔 小林 喜枝子 古布 啓治 小山 美智子 近藤 輝男 下村 和子 田中 一美 中馬 妙子 東平 守弘 東平 順子 富田 靖 名倉 正樹 西川 昌子 濱田 孝夫 林 輝子 人見 眞佐子 福田 勝博 藤井 好江 藤原 和市 松村 サヨ子 松本 輝夫 三津 輝雄 宮永 田鶴子 村上 恭啓 山田 徹 山田 倫子 山本 貴代子 山本 美代子 吉田 正男 吉田 千恵子 和田 亮吉
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	90 35名	青江 政行 秋山 季久雄 今井 洋三 今西 邦弘 上田 卓是 宇仁 義明 梅岡 昌美 大亀 恵子 大辻 宏 木村 和夫 木村 杏 古布 啓治 四方 快枝 下村 英男 下村 和子 谷脇 文江 西岡 堆二 西川 善郎 西川 美代子 蜂谷 直孝 蜂谷 照美 藤井 好江 藤原 和市 前野 みよ子 松本 輝夫 三津 輝雄 三津 薫子 宮崎 清志 向井 範雄 向井 明美 山口 喬彦 山田 徹 山田 倫子 吉崎 富美子 四角 利和
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	580 142名	青江 政行 青木 宏平 青木 ヤス子 秋山 季久雄 明智 千佳 浅野 明子 東 好秋 東 八重美 井口 保子 池上 愛子 池田 勝代 池淵 洋子 石西 正子 一宮 順世 伊藤 伸枝 井上 行弘 今井 洋三 今栄 菊子 今西 邦弘 入江 みや子 岩崎 澄子 植木 美恵子 上田 卓是 植本 壽満枝 宇仁 義明 梅岡 昌美 梅田 壽雄 浦口 紀子 大亀 恵子 大上 登茂子 大谷 和代 大村 三女子 岡村 勝二 岡村 きよみ 岡本 年昭 岡本 妙子 奥野 忠子 押江 一恵 加藤 孝子 紙屋 クミ工 亀田 美穂子 亀田 雄子 河上 勲 川元 大生 神崎 富貴子 岸岡 夏絵 庫本 方明 庫本 美弥子 倉森 孝夫 栗谷 加代子 古布 啓治 近藤 輝男 近藤 秀子 合田 賢一 酒井 靖子 佐々田 雅春 佐野 友保 澤田 良和 澤田 年江 下村 和子 杉原 トモ子 平 里美 田岡 治子 高木 永子 高橋 保 高橋 敏子 谷脇 文江 種田 ナス子 田淵 美佐子 中馬 妙子 塚本 キヨミ 辻 洋子 角山 正男 東平 守弘 徳丸 洋子 戸出 美穂子 富平 恵理子 中嶋 庸子 仲田 ミチ工 中野 英子 中橋 博子 中村 太一 中村 好宏 西岡 幸美 西川 昌子 西田 スマコ 西邨 幸子 仁波 正之 根来 和子 野口 弘 野村 文夫 蜂谷 直孝 浜田 佳代子 濱田 一美 人見 眞佐子 廣瀬 光男 廣瀬 邦子 廣田 靖子 福留 和代 福山 佐和子 福山 喆子 藤原 和市 古武 由紀子 堀川 静恵 本多 澄子 松浦 緑 松村 サヨ子 松村 みや子 松本 輝夫 松本 幸子 三塩 美津江 三津 輝雄 南谷 登代子 宮崎 清志 宮永 田鶴子 宮本 利明 向井 範雄 村上 弘子 森井 禮子 森本 賢二 柳澤 卓 山口 喬彦 山口 祐右子 山崎 健 山下 千賀子 山田 徹 山田 倫子 山中 暁子 山本 義信 山本 典子 山本 美代子 行元 東洋 横山 みゆき 吉崎 秀子 吉崎 富美子 吉澤 里美 吉田 正男 吉野 隆 吉房 勝治郎 四角 利和 和田 亮吉 和田 喜代美

◇マジックで児童と触れ合いました

植本 壽満枝（6 地区）

留守家庭児童会室市民参画事業への参加が定例化している「マジック友の会」は、8月4日猛暑の中、会員7名が参加しました。

最初に会員の簡単な自己紹介で、永盛会員が年齢(91歳)を披露されると一瞬どよめきが起きました。続いて「天の川クラブ」の紹

介のあと演目に移りました。

今回の参加児童は61名でした。仕掛けを探そうとキラキラとした眼差しで身を乗り出してくる児童に圧倒されました。最後の体験コーナーでは「あれっ?」と、不思議感を共有し、楽しい触れ合いの一時でした。



マジックリーダー：山口会員



第4回 枚方市生活支援員養成研修 ご案内

高齢社会を地域全体で支えるという枚方市の生活援助訪問事業の活動に従事するには、この生活支援員養成研修の履修が必須になります。

開催日：2017年11月9日（木）～10日（金） 10：00～17：30

会場：メセナひらかた 6F 大会議室

募集人員：60名

参加費：無料（但しテキスト代300円）

※詳細は折り込みチラシをご覧ください。

研修担当 近藤秀子

コーディネーター養成講座 ご案内

利用者・提供者の活動を円滑に進める役割とナルク活動の知識を高める養成講座です。再受講の方も歓迎です。より新しい情報を得ることができます。

日時：10月6日（金）10時30分～16時30分

場所：ラポールひらかた 4Fミーティングルーム1、2

※初参加者には終了後に終了証書をお渡しします。 担当 西川昌子

8月の同好会活動内容

184名

同好会名	活動内容	次月予定
囲碁・将棋 2名	17日2名 将棋は中止、囲碁2人でさみしく挑戦しました。 新入会よろしくお願ひします。	10月19日
英会話 14名	6日7名 20日7名 お盆などで参加者が少なかったので、 フリートーキングをメインに近況を話し合いました。	10月1、15日
ホ・ジ・ソ 13名	27日 13名 「海」「われは海の子」「思い出の渚」など 海にちなんだ歌を歌いました。	10月27日
カラオケ 14名	1日7名15日7名 暑さで体調不良の人、足が痛い人と理由 がそれぞれですがとにかく集えることが幸せと感謝。	10月3、17日
組ひも 6名	21日6名 暑い中、新作造りに意欲的です。	10月16日
コスモス	8月はお休みでした。	10月14日
オカリナ	8月はお休みでした。	10月1、15日
野菊の会	8月はお休みでした。	10月24日
マジック 16名	4日留守家庭児童会室訪問。61名の皆さんと楽しく。 最後に「消えたティッシュ」を披露。	10月6日
水切り絵 8名	夏の花、あさがお作りをしました。夏休み中の小学校 (留守家庭児童会室)へ指導に行きました。	10月25日
絵手紙 18名	28日10名 29日 8名 村野サプリ夏祭りに「親子で 絵手紙体験」のブースを奉仕活動として参加。	10月23日
卓球 45名	5日11名 12日12名 19日11名 26日10名 台数に限りがある為ご参加できない場合があります。	10月7、14、 28日
ウォーキング	8月はお休みでした。	10月19日
テニス 38名	最高に暑いですが、コートに立つと暑さも忘れてゲームを楽し んでいます。	10月4、11、18 25日
カワセミ	8月は休みでした。10月は詩仙堂・曼珠院(京都)	10月26日
JR青春旅	活動なし	12月予定
ゴルフ	活動なし	10月16日
盆踊り 10名	8日東香里デイサービスに行き、利用者の皆さんと一緒に楽し く踊りました。月末のエイジフリーで今年の活動を休止します。	
ミュージカル	活動なし	

◇ 「事務局」 だより ◇

新入会者の紹介

8月は対象者がありませんでした。

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	9時～(10月から10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	9時～(10月から10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	9時～(10月から10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

9月(16日以降のみ掲載)

26日(火)	家事支援担当者会議	13時～	ラポ4F MR1・2
26日(火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ4F MR1・2
29日(金)	3地区会	10時30分～	サカミティー
29日(金)	7地区会	10時～	楽寿荘

10月

2日(月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
10日(火)	運営委員会	13時30分～	ラポ4F MR1・2
21日(土)	オータムフェスタ2017	10時30分～	星の里いわふね
31日(火)	奉仕活動担当者会議	13時30分～	ふれあいルーム

「運営委員会」報告

事務局長 東平 守弘

8月度の運営委員会は、8月7日の台風5号により暴風警報が発令されたため中止となりました。議案に沿って提案者の報告書をもって議事録の替わりとしました。

- ◆ 7月度時間預託活動・奉仕活動・入退会者報告及び会計報告
- ◆ 枚方市生活援助訪問事業の進捗状況の報告
- ◆ 2017年度「秋のイベント」実行委員会の報告
- ◆ 2017年度「秋のバス旅行」実施について
- ◆ 2017年度コーディネーター養成講座実施について
- ◆ 「赤い羽根共同募金」活動の実施について
- ◆ 第7回ひらかた社協ふくしフェスティバル開催について