

〈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.242 2017年10月
会員数802 (男309 女493 世帯541)

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

私とボランティア

阪神大震災から一週間が過ぎたころ、松下電器のOBの方が我が家に見えました。ボランティアを立ち上げたいので、その為の資金カンパをお願いしたいという用件でした。入会の必要書類を手渡すと、何度もお礼の言葉を言われたのでかえって恐縮したのを覚えています。

これが私とナルクとの第一歩でしたが、当時、私は医療班として週3回ぐらい震災復旧のお手伝いをしていました。この活動は7年ぐらい続いたため、ナルク活動は何もできませんでした。

阪神大震災のボランティアでは、素晴らしい若者たちの姿に出会いました。現場には、

紙屋クミエ（5地区）

たくさんの援助物資が届きましたが、その時代には、やんちゃくれと呼ばれた茶髪の若者が、一刻でも早く被災者の方に届けたいと率先して働き、感謝と信頼を受けていました。

若者たちは疲れも顔に出さず、ひたすら優しい言葉をかけて小回りがきくバイクの荷台に水や食べ物などを積んで配っていました。

時には暖かい豚汁を積んで家々に運んでいる彼らに、「ごくろうさん」の言葉を添えて汗を拭くタオルを渡しました。夕刻、疲れた足取りで大阪駅に着くと、神戸とは信じられないぐらいの落差に胸が重くなったものです。



阪神大震災当時の被災地



ボランティア活動

◇クリーン・アダプト 岡東中央公園清掃 松本 輝夫（5地区）

公園清掃は月2回、第2木曜と第4土曜日の朝10時から約1時間（6月～9月は、9時から）行っています。

公園は市役所の隣にあり、催し物も多く、枚方市駅やT-SITEに近いので、人通りも多く、また公園内には砂場やブランコ等があり、小さな子供づれのお母さんも沢山利用しています。

今夏のように暑い日は、大変でしたが「ご苦労様」「ありがとう」「ナルクさん頑張ってはるなあ」と、声をかけてくださる人も多々あり、頑張りがいがあります。

普段、あまり身体を動かす機会がない

方も、身体を動かすことでいい運動となり、体力向上にもなります。公園利用者の笑顔を見ると、心身ともに健康になります。多くの方の参加をお待ちしています。



◇野菊の会（茶道）◇

美濃 和香子（8地区）

禅語の一行物の中で、特に気に入っている言葉があります。「好雪片々不落別處」「こうせつへんぺんべっしょにおちず」と読みます。ある居士がこの語を吐いた肝を知るには、白い象に乗っている普賢菩薩がかかせません。

雪→白→菩薩と連想する。この雪片は途処へは落ちず、落ちるべき処に落ち、富める者、貧しき者の屋根に平等に降り積もる。あたかも我が家に普賢菩薩が現れたようで思わず拝むという意が考えられます。

そういうわけで、私たち野菊の会は、ある1年間、本をたよりに仏像のことを

勉強しました。如来にはじまり地藏、明王までたっぷり時間をかけ、終わった時は深い安堵と充実につつまれました。



◇ 「1 地区会」

福山 喆子 (1 地区)

9月13日、楠葉生涯学習市民センターにて、28名が参加して今年度第2回目の1地区会が開催されました。

最初に、東平事務局長より「天の川クラブ」の近況報告として会員の減少が著しく、8月末で800名を下回ったとのこと。会員を増やすにはナルクの活動を多くの人に理解してもらう努力が必要だと痛感しました。

続いて枚方市生活支援活動についての報告がありました。

角山副代表からは、「天の川クラブ」の活動内容と行事予定の説明と参加の要請。1地区の懇親会として、「カラオケ会」を10月下旬に開催するので参加して下さいとの呼びかけがありました。

その後、オー・ジーンズの演奏に合わせて私たちの青春時代の懐かしい歌12曲を参加

者全員で歌いました。中でも“青い山脈”の替え歌“生涯現役の歌”は健康長寿の為の指南曲として肝に銘じながら歌いました。久しぶりに大きな声で歌い楽しい2時間は“あっ”という間に終わりました。



◇ 最新モデルの福祉車に更新 ◇

定時総会にて、福祉車の更新の要望がありました。かねて運営委員会でも提案があり、17年間福祉車で病院への送迎・庭の剪定手入れ・青色防犯パトロール活動等で使用してきましたが、老朽化に伴い更新することになりました。

新しい車は車いすの乗降や装着が簡易化されており、さらにルーフキャリア装着等で幅広い利用が可能となります。

今後は福祉車利用細則を見直し「ナルク」活動以外でも利用できます。

納車は11月中旬の予定です。



預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動 2017年8月実績 合計

合計 442点

区分	提供活動	点数/人	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 ・エイジフ・L星が丘 生きがい創造学園 在宅生活援助	303 99名	青木 ヤス子 池上 愛子 今西 邦弘 遠藤 智多子 押江 一恵 榎部 瑞恵 酒田 昌子 下村 和子 中馬 妙子 戸出 美穂子 西川 昌子 林 輝子 福留 和代 前野 みよ子 松尾 淑子 三津 輝雄 森脇 富美江 山科 初子 山本 典子 吉田 佐知子	赤木 都 池田 勝代 岩堀 周子 遠藤 育代 川畑 美恵子 楠田 英子 佐藤 繁子 平 里美 角山 正男 中嶋 庸子 西邨 幸子 東田 幸子 福山 喆子 牧野 栄子 松村 サヨ子 向井 節子 門口 よしみ 山田 倫子 横田 由美子 吉田 千恵子	東 好秋 石西 正子 上田 卓晃 大谷 和代 北川 忠雄 久保 百合 佐野 友保 高木 永子 角山 カズコ 中野 英子 橋本 政喜 人見 眞佐子 藤 朋子 町田 優子 松本 幸子 森井 禮子 山口 祐右子 山本 義信 吉岡 京子 吉野 嘉代子	安藤 博之 井上 行弘 上延 淳子 岡本 妙子 木村 エミ子 倉本 幸子 柴野 光子 高附 加智子 出端 君子 中橋 博子 橋本 美也子 廣瀬 光男 藤井 好江 松浦 緑 三坂 詔子 森木 登美子 山口 力 山本 悦子 吉崎 富美子 和田 喜代美	井口 保子 井上 逸子 植本 壽満枝 尾崎 せい 木村 杏 近藤 秀子 清水 喜久子 竹下 ひろみ 徳丸 洋子 永吉 悦子 濱田 一美 廣瀬 邦子 藤原 榮子 松浦 多摩江 三塩 美津江 森田 由利子 山下 徳子 山本 美枝子 吉澤 里美
2	送迎	34 8名	安達 和彦 下村 英男	今西 邦弘 西川 昌子	上田 卓晃 山田 徹	岡本 俊治	川元 大生
8	コーディネート	2/2名	富平 恵理子	松村 サヨ子			
9	事務所当番 事務所作業	103 27名	東 好秋 大辻 宏 古布 啓治 竹内 照恵 三塩 美津江 山添 栄造	上地 恵美子 岡村 きよみ 澤田 年江 東平 正雄 宮崎 清志 山田 徹	梅田 壽雄 岡本 年昭 下村 和子 富平 恵理子 向井 範雄	大亀 恵子 亀田 美穂子 進藤 伊公子 中村 好宏 矢野 紀之	大谷 和代 神崎 富貴子 蕎麦谷 寿美子 浜田 佳代子 山口 喬彦

◇ 奉仕活動 2017年8月実績

合計 1019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 エイジフリー・ライフ ひらかた聖徳園 その他福祉施設	261 52名	青木 宏平 今栄 菊子 大亀 恵子 笠原 加寿子 合田 賢一 高附 加智子 塚本 キヨミ 中橋 博子 蜂谷 直孝 松浦 緑 吉田 正男	青木 ヤス子 岩崎 澄子 大倉 哲郎 川畑 美恵子 合田 康子 高橋 真弓 土江 幸子 中村 太一 蜂谷 照美 松村 みや子 和田 喜代美	東 好秋 上田 卓晃 岡副 一枝 庫本 方明 澤田 年江 竹中 嘉代子 戸田 間理子 永吉 悦子 浜田 佳代子 三津 輝雄	安達 和彦 梅岡 昌美 岡村 きよみ 庫本 美弥子 下野 公子 谷垣 孝子 戸出 美穂子 野口 佐智子 平野 佐江子 吉崎 秀子	石西 正子 梅田 壽雄 押江 一恵 近藤 秀子 高木 永子 種田 ナス子 中川 良子 橋本 美也子 正岡 保代 吉崎 富美子

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	185 53名	青木 宏平 植本 壽満枝 大谷 俊雄 小石川 光夫 下村 和子 中橋 博子 西邨 幸子 正岡 哲也 宮崎 清志 山口 晃 吉野 嘉代子	青木 ヤス子 梅岡 昌美 大辻 宏 古布 啓治 高附 加智子 永盛 喜國 野口 佐智子 松村 みや子 森井 禮子 山本 典子 四角 利和	東 好秋 遠藤 智多子 岡副 一枝 近藤 秀子 高橋 真弓 永吉 悦子 橋本 美也子 三塩 美津江 森本 賢二 吉崎 秀子 和田 喜代美	今栄 菊子 遠藤 保江 川畑 美恵子 近藤 良子 田畑 敦子 西浦 節子 福山 佐和子 三津 輝雄 矢倉 須美 吉崎 富美子	上田 卓是 大倉 哲郎 神崎 富貴子 澤田 年江 戸田 間理子 西村 洋子 前野 みよ子 南谷 登代子 山口 祐右子 吉田 正男
3 環境 アドプトリバー 岡東中央公園 楠葉中央公園 香里ヶ丘けやき通り	63 40名	青木 宏平 上田 卓是 大辻 宏 小山 美智子 東平 順子 廣田 靖子 三津 輝雄 山田 倫子	青木 ヤス子 上延 淳子 加納 勝子 近藤 輝男 富田 靖 福田 勝博 宮永 田鶴子 山本 茂	東 好秋 宇仁 義明 北川 忠雄 四方 快枝 名倉 正樹 松浦 緑 宮本 琴江 山本 貴代子	稲寄 則子 浦口 紀子 小林 稔 高橋 保 西川 昌子 松村 サヨ子 村上 恭啓 吉田 正男	今西 邦弘 遠藤 智多子 古布 啓治 中馬 妙子 林 輝子 松本 輝夫 山田 徹 吉田 千恵子
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	106 31名	秋山 季久雄 川上 一富貴 下村 英男 西岡 雄二 堀田 和子 向井 範雄 四角 利和	今井 洋三 北川 忠雄 下村 和子 蜂谷 直孝 松本 輝夫 向井 明美	今西 邦弘 木村 和夫 谷脇 文江 蜂谷 照美 三津 輝雄 山田 徹	梅岡 昌美 木村 杏 東平 守弘 藤原 和希 三津 篤子 山田 倫子	大辻 宏 古布 啓治 西尾 千鶴子 堀田 英雄 宮崎 清志 吉崎 富美子
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	404 133名	青江 政行 浅野 明子 池淵 洋子 今井 洋三 植本 美恵子 梅田 壽雄 大村 三女子 奥野 忠子 紙屋 クミエ 川元 大生 倉森 孝夫 近藤 佐代子 澤田 良和 高木 永子 田淵 美佐子 東平 守弘 中野 英子 仁波 正之 蜂谷 直孝 廣田 靖子 古武 由紀子 三坂 詔子 宮永 田鶴子 柳澤 卓 山田 倫子 横山 みゆき 吉房 勝治郎	青木 宏平 東 好秋 石西 正子 今井 幸子 上田 卓是 浦口 紀子 岡副 一枝 押江 一恵 亀田 美穂子 神崎 富貴子 栗谷 加代子 合田 賢一 澤田 年江 高橋 保 玉里 幸子 戸出 美穂子 中村 太一 根来 和子 浜田 佳代子 福留 和代 本多 澄子 三塩 美津江 宮本 利明 山口 喬彦 山本 義信 吉崎 秀子 四角 利和	青木 ヤス子 井口 保子 一宮 順世 今栄 菊子 植本 壽満枝 大亀 恵子 岡村 勝二 織田 龍彦 亀田 雄子 岸岡 夏絵 古布 啓治 酒井 靖子 杉原 トモ子 高橋 真弓 中馬 妙子 富平 恵理子 西岡 幸美 野口 弘 濱田 一美 福山 佐和子 松村 サヨ子 三津 輝雄 向井 範雄 山崎 健 山本 典子 吉崎 富美子 和田 亮吉	秋山 季久雄 池上 愛子 伊藤 伸枝 今西 邦弘 宇仁 義明 大上 登茂子 岡村 きよみ 笠原 加寿子 河上 勲 庫本 方明 近藤 輝男 佐々田 雅春 平 里美 塚本 キヨミ 中嶋 庸子 西川 昌子 野村 文夫 人見 眞佐子 福山 喆子 松村 みや子 南谷 登代子 村上 弘子 山下 千賀子 山本 美代子 吉澤 里美	明智 千佳 池田 勝代 井上 行弘 岩崎 澄子 梅岡 昌美 大谷 和代 岡本 年昭 加藤 孝子 川畑 美恵子 庫本 美弥子 近藤 秀子 佐野 友保 田岡 治子 種田 ナス子 角山 正男 仲田 ミチ工 西邨 幸子 橋本 美也子 廣瀬 光男 藤原 和希 松本 輝夫 宮崎 清志 森本 賢二 山田 徹 行元 東洋 吉田 正男

留守家庭児童会室へ「水切り絵」で参加 和田 喜代美(5地区)

8月4日、『遊びの玉手箱』が小学校を訪問しました。今回の出し物は「水切り絵」です。テーマは暑中見舞いのハガキづくりです。いろいろなお手本を見せて、新聞紙から出来ていることを話すと、みんなビックリ。

トマトのお手本を見ながら真剣な表情で紙をちぎっていきます。出来上がって自分の名前の一文字ハンコを押してあげると、みな得意満面の表情になりました。

日頃、手紙など出したことのない子供たちも、おじいさん、おばあさんに出すときっと喜んでもらえるでしょう。



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、抽選会等



日帰りバス旅行 (募集・詳細は折り込みチラシで) 「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見学します。
 ホテルでの豪華な昼食、白山連峰に抱かれた名湯で入浴！
 道の駅九頭竜で新鮮野菜、特産品のお買物

担当 向井範雄



9月の同好会活動内容(次月予定)

236名

同好会名	活動内容	次月予定
囲碁・将棋 4名	21日4名 今回、囲碁・将棋とも2人ずつで対戦しました。	11月16日
英会話 9名	2日9名 16日は台風のため休講。先月何をしたか、今秋の予定は?など。文法は進行形の練習をした。	11月5日、19日
ホ・ゾ・バ 8名	22日8名 琵琶湖周航の歌、高原列車は行く、瀬戸の花嫁、高校3年生など12曲を歌いました。	11月24日
カラオケ 19名	5日10名 19日9名 歌うことは脳機能の活性化に役立ちます。涼しくなりました。ぜひご参加を!	11月7日、21日
組ひも 8名	9月18日8名 新しい方も参加され、作品創りにいそしました。	11月20日
コスモス 9名	9日9名 定例日、毎月第2土10時~12時。ほぼ10名一人暮らしのメンバーが楽しく集まっています。	11月11日
オカリナ 11名	3日11名 守口での演奏会のCDをいただき、それを聞いて反省会。「つぐない」の練習をしました。	11月5日、19日
野菊 6名	26日6名 菊酒の宴は五穀豊穡に感謝するもので、ぬるめの爛に菊の花を浮かべて飲みます。初参加の人がいました。	11月28日
マジック 15名	1日8名 18日7名 トランプと新聞紙を使ったマジックで、認知症予防効果の感動を満喫。	11月3日
水切り絵 7名	27日7名 楽しい話をしたり作品に集中したり、あっという間の時間を過ごしています。	11月22日
絵手紙 13名	25日13名 彼岸花、秋海棠、どんぐりなどを持ち寄り、“秋”を感じながら描きました。	11月27日
卓球 41名	2日11名 9日11名 16日10名 23日9名 問い合わせ携帯 09011539175 (吉田迄)	11月4日、11日、18日、25日
ウォーキング 24名	21日24名 福知山の廃線跡を生瀬から武田尾まで歩く。足湯につかって疲れをいやしました。	11月16日
テニス 33名	6日8名 13日8名 20日8名 27日9名 スポーツの秋、私たちと楽しみませんか。入会いつでもOK。	11月1日、8日、15日、22日、29日
カワセミ	9月は雨天中止。 10月26日は詩仙堂・曼珠院散策。京阪出町柳駅10時。	11月23日
JR青春旅	活動なし	12月15日
ゴルフ	活動なし	
盆踊り	活動なし	
ミュージカル 29名	2日9名 12日10名 26日10名。クリスマス会に向けシングルベルやホワイトクリスマスを練習しました。	11月4日、14日、25日、28日

◇「事務局」だより◇

新入会者の紹介

「天の川」の前月号以降の入会者です。
ご活躍をお待ちしています。

氏名 (敬称略)	住所 ()地区番号	氏名 (敬称略)	住所 ()地区番号
津熊 欽治	交野市私部 (メ-ル)	山塚昭三 幸子	寝屋川市香里本通町 (メ-9)
青木 福得	枚方市出屋敷元町(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：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

10月(16日以降のみ掲載)

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

11月

4日(土)	天の川クリーン&ウォーク	10時～	イズミヤ裏堤防
6日(月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
9日(木)	枚方市生活支援員養成研修	10時～17時30分	メセナひらかた6F
10日(金)	同上(2日間)	同上	同上
13日(月)	運営委員会	13時30分～	ラポ4F MR1・2
17日(金)	日帰りバス旅行「福井・九頭竜湖」	7時15分	ラポール北バス乗場
28日(火)	家事支援担当者会議	13時～	ラポ4F MR1・2
28日(火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ4F MR1・2

◇「運営委員会」報告◇

事務局長 東平 守弘

9月度の運営委員会を9月11日(月)開催。出席者25名。次の事項を検討し了承された。

- ◆ 9月度時間預託活動・奉仕活動・入退会者報告及び会計報告
- ◆ 2017年度「秋のイベント」実行委員会の報告
- ◆ 福祉車購入について
- ◆ 第13回リーダー養成講座受講者の推薦について
- ◆ 2017年度コーディネーター養成講座について
- ◆ ナルク北河内エリア会議について
- ◆ 枚方市生活援助訪問事業の進捗状況の報告