

〈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.204 2014年8月
会員数832 (男335 女497 世帯555)

ボランティアのご依頼は
お早めにどうぞ！

NALC「天の川クラブ」

〒573-1191
枚方市新町1丁目 6-21-103 モリビル 1F
TEL 072-846-3975
FAX 072-846-4001
HP <http://hk-nalc.jp>

設立20年の節目、次世代へ向け新たな挑戦を！ 副代表 梅田 壽雄

既報の通り、5月下旬仙台市においてナルク創立20周年記念の定時総会と記念イベントは、会員1,300名が集結し盛大に開催されました。

当「天の川クラブ」からも53名が参加し、東日本大震災被災地に赴いて、福島仮設住宅の訪問と、仙台市では慰霊ウォークで献花し亡くなられた方々のご冥福をお祈りしました。

同じく本年、設立20周年を迎えた「天の川クラブ」も、6月20日には「メセナひらかた」に会員・来賓合わせ185名が参加して、盛大かつ厳粛に記念定時総会・20周年記念式典が挙行されました。

20周年の節目を迎え、ことさら感慨深い催しであったと感じています。

枚方市長および行政の関係部署幹部の皆さまや社会福祉協議会、地域のNPO代表から「ナルク」に対する大きな期待と厚い信頼のお言葉を頂きました。

感謝状を受けられた小山 晃会員の謝辞では、設立時の苦労の一端をお聞きし、会員の皆さまからの「天の川クラブ」に寄せられる熱い思いを伺いました。

また、今回発行された「記念誌」にも克明な歴史が刻まれています。

現在、会員832名で、累計時間預託点数10万点超の、全国有数の拠点に成長しましたが、地域社会・会員からの期待と信頼を背にその責任の重大なることに身の引き締まる思いです。

これから先も引き続きこのクラブを維持発展

させるためには、現会員の活動の活性化(提供者・利用者の発掘)と新たな活動会員の確保が不可欠です。

例月で時間預託活動・奉仕活動提供者は約270名で全会員の約3割、会員数は高齢化の影響もあり2011年の852名をピークに減少傾向にあります。

これらに対応すべく具体的活動として、会員一人ひとりが小さなことでも、今できることを身近な会員同士が誘い合って提供活動や会員勧誘の行動を起こすことが大切です。

また、部・同好会のメンバーの皆さんには素晴らしいエネルギーをぜひボランティア活動にも反映させていただきたいと思います。(文化・スポーツ統括者としてのお願い)

設立20年の節目に当たり、現状に甘えることなく積極果敢に新しいものに挑戦し、今よりもっと成長した「天の川クラブ」として次世代に引き継いで行きたい決意を新たにしました次第です。



「天の川クラブ」はモリビル1階。右は天野川かささぎ橋

◇「クリーン・アダプト岡東中央公園」太極拳 参加募集 大辻 宏 (5地区)

現在、毎回10～16人が参加して賑やかに清掃を楽しみながら親しい人との話合いの場になっています。もっともっと気楽におしゃべりをしながらの奉仕活動の場になればと思っています。誰でも気軽にご参加ください。

今年4月より第2木曜日のみ清掃後、太極拳



ゆったりとした呼吸と正しい姿勢で、気持ちも前向き

を始めました。向井範雄会員の紹介で大阪府太極拳協会普及員の松井治三郎先生に無料をお願いし、月1回で先生に申し訳ないのですが、毎回10人前後の方々が参加しています。

私自身初めて参加し、3回目までは太極拳も難しいと思っていましたが、回を重ねるごとに太極拳に、はまりそうです。

★太極拳：毎月第2木曜日 岡東中央公園

期間	公園清掃時間	太極拳時間
6月～9月 (夏期)	9時～ 9時40分	9時40分～ 10時30分
10月～5月 (冬期)	10時～ 11時	9時～ 9時50分

どうぞ皆さま方のおしゃべりの場と太極拳したい方、誰でもご参加ください。太極拳だけでも参加OKです。何も要りません。お待ちしております。

◇「ふれあい散策クラブ」カフェミで“健康増進”を 古布 啓治 (1地区)

自然と文化に親しみ、健康増進の一助と会員同士の親睦を深める目的でスタートした「カフェミ」も55回を数え順調な活動となっています。

例会は毎月第4木曜日に開催され、毎回30名前後の参加者で大盛況です。

行先は年間予定を作成、近年は比較的平坦コース、5～6kmをゆつくりと散策、京街道、熊野古道シリーズ、京阪沿線の神社、仏閣などを探訪しています。

散策筋にある野花、古代の歴史についても説明があり脳の活性化にもなり、適当な運動(歩く)とオシャべりも盛んで会員との絆が深まっています。

参加希望者は、事務所への申込みとなっていますが当日、現地集合、また当日、都合が悪くなった場合は連絡なしで欠席でき、一昨年から年に1回、ホテルレストランでの昼食親睦会も大好

評です。

まだ参加されていない方も、ぜひ一度参加してください。



2014年4月 熊野古道・ノルカス見学

◇「第5回シニア生活・介護支援サポーター養成講座」

実習で介護の大変さを痛感しました

安藤 博之（1地区）

入会間なしの私、介護は避けて通れない事柄と思い、7月11日と25日の2日間（受講者16名と19名）、10時から15時まで「ふれあいルーム」で受講しました。

1日目、講座の内容や手渡されたテキストの分厚さからナルクの活動の素晴らしさに感心しました。

冒頭の山田代表代理と安部講師の話から、介護保険制度の改訂でますますナルクへの期待が高まってきていることを認識し、石西講師から介護支援サポーター創設の意義やボランティアの心構えを学びました。

安部講師の在宅サービスの介護の基本原則や心得とマナーで、①人権の尊重、②利用者本位、③個人情報保護に基づく、具体的な注意事項は非常に参考になりました。

2日目は、西田講師の説明で高齢者の特性を理解しました。安部講師は日常生活の

支援・食事介助と寝たきりにならないための支援・実技の指導でした。

身体が不自由になった場合の衣服の着脱や、食事介助実習では大変さを実感。どれ一つ簡単ではありませんが、介護者の役割を大切に心掛けてゆきたい。

もっと介護に関する幅広い知識や技術をマスターしなければならないと痛感しました。

（編注：養成講座は8月、9月も続けて実施）



声を掛けてスプーン1杯をゆっくりと

◇「2地区会」 秋のイベント、出し物決まる

谷脇 文江（2地区）

7月11日、牧野生涯学習市民センターにて19名が出席し、地区世話人代表の司会のもと、2部形式で2地区会を開催しました。

1部では蕎麦谷副代表から、5月の20周年記念行事として福島・仙台に2地区より7名の方が参加したこと、さらに6月の20周年記念総会にて2地区より3名の方が表彰されたことが報告されました。また、新しい運営委員や世話人の紹介があり、今後も心合わせて頑張ってゆきたいと思いました。

その後、「天の川クラブ」20周年記念イベントでの出し物の練習となりました。2地区の中で芸達者な方が名リードをして、全員で体を動かし汗を流しました。最初はぎこちなかった身振り手振りが、練習を重ねる中で一つにまとまり、次回の練習が楽しみです。

2部では会食をしながら、全員の自己紹介。

多岐にわたって活躍されている方が多く、2地区の皆さんは本当にすごい！と感動しました。

これからも皆で助け合いながら声を掛け合い、一人でも多くの会員の方が地区会やナルクの活動に気軽に参加をしてもらいたいと心から思っています。



みんなで出し物の練習を開始

預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動 (2014年6月実績、合計686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 ・エイジF・L星が 生きがい創造学 在宅生活援助	455 137名	赤木 都 石西 正子 上田 卓是 遠藤 智多子 岡本 妙子 河合 ハツノ 北川 忠雄 小谷 ヒサ子 近藤 秀子 定井 節子 清水 喜久子 高附 加智子 高畑 奈津子 伊達 みちよ 徳丸 洋子 中橋 博子 西川 昌子 根来 和子 東田 幸子 福山 喆子 藤原 榮子 松村 加代 三宅 順子 森木 登美子 山口 祐右子 山田 倫子 吉崎 秀子 和田 亮吉	芦原 恒代 一宮 順世 植本 壽満枝 遠藤 育代 尾崎 せい 河上 勲 木村 エミ子 小谷 須奈枝 近藤 良子 澤田 年江 下村 和子 高野 匡史 竹内 照恵 辻 幸子 戸出 美穂子 永吉 悦子 西川 美代子 橋本 政喜 廣瀬 光男 藤 朋子 松浦 緑 松本 幸子 向井 範雄 森田 由利子 山口 紀子 山中 暁子 吉崎 富美子 和田 喜代美	東 好秋 今井 洋三 碓氷 洋子 大嵩 道子 押江 一恵 川畑 美恵子 木村 杏 小林 久美子 合田 康子 汐川 絢子 進藤 伊公子 高野 美紀子 竹原 富子 角山 正男 富平 恵理子 西尾 千鶴子 西川 橘子 濱田 孝夫 廣瀬 邦子 藤井 史子 松尾 淑子 三坂 詔子 向井 節子 森脇 富美江 山下 千賀子 山本 義信 吉澤 里美	井口 保子 岩坪 千寿子 梅田 暎子 大西 清子 加納 勝子 川部 道代 櫛部 昭男 小山 美智子 合田 キヨ子 四方 快枝 新免 修 高橋 保 橘 佳寿子 角山 カズコ 豊嶋 イツ子 西岡 幸美 西村 洋子 濱田 一美 福田 勝博 藤井 好江 松永 紀美子 三津 輝雄 森井 禮子 館 澄男 山下 徳子 山本 典子 吉田 昭子	池田 勝代 岩堀 周子 榎園 きせ子 大村 三女子 亀田 雄子 川元 大生 熊岡 浪恵 近藤 輝男 酒田 昌子 柴田 豊子 平 里美 高橋 敏子 田淵 美佐子 鶴岡 知恵子 中西 紀代子 西川 英雄 西本 雅子 林 道子 福留 和代 藤場 邦子 松村 サヨ子 南谷 登代子 森岡 康子 柳田 静子 山科 初子 吉川 光枝 吉野 嘉代子	
2	送迎	70 9名	今西 邦弘 下村 英男	上田 卓是 新堂 弘和	大村 光一 鳥居 保彦	岡本 俊治 山田 徹	川元 大生	
6	文化・スポーツ	19 15名	東 好秋 中村 好宏 松永 紀美子	奥野 勇 西岡 雄二 三津 輝雄	竹原 富子 藤原 和市 南谷 登代子	田畑 敦子 前 保 宮本 琴江	中川 良子 松浦 緑 村田 圭子	
8	コーディネート	13 9名	東 好秋 西川 美代子	押江 一恵 松村 サヨ子	川元 大生 吉崎 富美子	近藤 秀子 和田 喜代美	西川 昌子	
9	事務所当番 事務所作業	129 29名	東 好秋 岡本 年昭 妹尾 美紗子 東平 守弘 濱田 一美 矢野 紀之	犬塚 京華 亀田 美穂子 蕎麦谷 寿美子 富平 恵理子 福田 勝博 山口 喬彦	今栄 菊子 神崎 富貴子 竹内 照恵 豊嶋 イツ子 福山 佐和子 山添 栄造	梅田 壽雄 久保 百合 竹原 富子 中村 好宏 向井 範雄 和田 亮吉	大辻 宏 進藤 伊公子 谷脇 文江 西浦 節子 森岡 康子	

◇ 奉仕活動 (2014年6月実績、合計913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	130 45名	今井 優子 大村 三女子 木村 明子 小林 久美子 竹川 志出子 仲島 節子	岩堀 周子 笠原 加寿子 久保田 カツエ 澤田 年江 竹中 嘉代子 中西 紀代子	上田 卓是 加納 勝子 庫本 方明 汐川 絢子 谷垣 孝子 中橋 博子	遠藤 智多子 神崎 富貴子 庫本 美弥子 下野 公子 種田 ナス子 中村 太一	大亀 恵子 北川 忠雄 光明 幸子 杉村 要子 角山 カズコ 西川 橘子	

		西村 洋子 前田 芳子 山田 倫子	根来 和子 松浦 多摩江 山中 暁子	久本 ひさ子 松村 サヨ子 吉崎 秀子	平尾 京子 松村 みや子 吉崎 富美子	廣田 靖子 矢倉 須美 和田 喜代美
2 子育て 学童保育支援 子供安全見守り隊 親子広場支援 いきいき広場	170 30名	東 好秋 遠藤 保江 竹中 嘉代子 中村 太一 藤 一夫 山田 哲太郎	今井 弘子 大辻 宏 竹原 富子 西島 治子 松村 みや子 吉川 光枝	岩坪 千寿子 川畑 美恵子 田中 豊子 廣田 俊郎 三津 輝雄 吉崎 秀子	上田 卓是 小石川 光夫 谷崎 祐子 福村 清美 森井 禮子 吉田 正男	植本 壽満枝 古布 啓治 仲島 節子 福山 佐和子 森本 賢二 四角 利和
3 環境 アドプトリバー 岡東中央公園 樟葉中央公園	85 50名	浅野 明子 伊吹 知子 宇仁 義明 公手 悦夫 佐藤 美津子 竹原 富子 西川 昌子 藤原 和市 宮本 琴江 山田 徹	芦原 恒代 今西 邦弘 遠藤 智多子 小林 稔 四方 快枝 辻 幸子 浜田 佳代子 松浦 緑 森岡 邦彦 山田 倫子	東 好秋 岩崎 澄子 大辻 宏 古布 啓治 杉原 トモ子 富田 靖 廣田 靖子 松村 サヨ子 森岡 康子 山田 哲太郎	安藤 博之 岩堀 周子 加納 勝子 小山 美智子 園田 末松 仲田 ミチ工 福田 勝博 三津 輝雄 森本 賢二 和田 亮吉	石坂 恵子 上田 卓是 川上 一富實 境 美佐子 竹川 志出子 中村 好宏 藤井 好江 宮本 利明 山口 祐右子 和田 喜代美
4 その他 外部活動 青色防犯/パトロール	94 31名	青江 政行 上田 卓是 木村 和夫 竹原 富子 福村 清美 柳澤 卓 四角 利和	秋山 季久雄 植本 壽満枝 木村 杏 中村 太一 藤井 好江 山口 喬彦	東 好秋 宇仁 義明 古布 啓治 中村 好宏 三津 輝雄 山田 徹	池上 愛子 大辻 宏 下村 英男 西岡 幸美 向井 範雄 山田 倫子	今井 洋三 北川 忠雄 下村 和子 西川 善郎 向井 明美 山田 哲太郎
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	434 122名	青江 政行 井口 保子 犬塚 京華 植本 壽満枝 奥野 忠子 河上 勲 久保 百合 光明 幸子 近藤 秀子 清水 雅子 蕎麦谷 東造 竹原 富子 塚本 キヨミ 富平 恵理子 中橋 博子 西川 昌子 根来 和子 平櫛 邦子 藤場 邦子 松本 輝夫 村上 弘子 山下 千賀子 山本 美代子 吉田 正男 和田 亮吉	秋山 季久雄 池上 愛子 伊吹 知子 梅田 壽雄 尾崎 せい 川元 大生 庫本 方明 小谷 須奈枝 合田 賢一 下村 和子 蕎麦谷 寿美子 橘 佳寿子 土堂 輝子 鳥居 保彦 中村 太一 西川 美代子 野口 弘 廣瀬 光男 藤原 和市 三坂 詔子 森井 禮子 山田 徹 行元 東洋 吉野 嘉代子 和田 喜代美	明智 千佳 池淵 洋子 今井 洋三 浦口 紀子 押江 一恵 神崎 富貴子 庫本 美弥子 小林 久美子 酒井 靖子 進藤 伊公子 平 里美 谷 幸廣 角山 正男 中嶋 庸子 成松 泉 西田 靖夫 蜂谷 直孝 廣田 靖子 古武 由紀子 三津 輝雄 森脇 富美江 山田 順子 横山 みゆき 吉房 勝治郎	浅野 明子 石西 正子 岩崎 澄子 大亀 恵子 亀田 美穂子 岸岡 夏絵 倉森 孝夫 古布 啓治 佐藤 美津子 杉原 トモ子 田岡 治子 田淵 美佐子 東平 守弘 中西 紀代子 西尾 千鶴子 西村 洋子 原口 俊久 福井 寛美 松村 サヨ子 宮本 利明 山口 喬彦 山本 義信 吉川 光枝 四角 利和	東 好秋 一宮 順世 上田 卓是 大辻 宏 亀田 雄子 公手 悦夫 栗谷 加代子 近藤 輝男 澤田 年江 妹尾 美紗子 高橋 保 中馬 妙子 戸出 美穂子 中野 英子 西岡 幸美 丹羽 幸子 久本 ひさ子 福田 勝博 松村 加代 向井 範雄 山崎 健 山本 典子 吉崎 富美子 若林 重次

お知らせ

ナルク設立20周年を記念して、高畑会長の「ナルク回想」発刊

1998年6月「アクティブらいふ1号」から「ナルク192号」までの第1面の
コラム「喜々快々」をA4版98ページにまとめて発行。価格500円、申し込みは事務所へ



◇「エイジフリー・ライフ星が丘」から感謝状を頂く



「天の川クラブ」は、6月20日の20周年記念総会で、介護付有料老人ホーム「エイジフリー・ライフ星が丘」の岩崎施設長から感謝状を頂きました。

その文面には「貴団体はエイジフリー・ライフ星が丘開設以来永きにわたり、ボランティア活動への多大な役割を担うことでご尽力を賜りました」とあります。

2006年4月、5人での日曜喫茶、手芸教室21点から始まった活動が現在、毎月平均50人で150点になっています。感謝状は、会員の真摯な活動に対するもので大変喜ばしく、今後も皆さんの協力をお願いします。

事務局長

◇「ひらかたNPOフェスタ2014」へお越しください

9月21日(日)10時～16時 場所:岡東中央公園、枚方市市民会館
枚方市を中心に活動するNPO団体が地域社会に発信し、同時にNPOの相互支援と情報交換を行う場です。

「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。
会員の皆さんもぜひフェスタにおいでください。活動の参考になります。
(NPOフェスタは、ひらかた市民活動支援センター主催)



担当 向井 範雄

◇「運営委員会」だより ◇

事務局長 和田 亮吉

7月度運営委員会を7月14日に実施。出席者28名。次の事項を検討し了承された。

- ◆ 2014年6月度、時間預託活動・奉仕活動・入会退会者および会計報告
- ◆ 「天の川クラブ」20周年記念総会・式典の総括について検討
- ◆ 子育て支援者向け研修事業(大規模研修会)実施内容について検討
- ◆ 「天の川クラブ」20周年記念イベントの実施方法について検討
- ◆ 北河内地区拠点間連絡会議(門真拠点)への参加について
- ◆ 6月度奉仕活動担当者会議の報告
- ◆ 地域包括支援センター主催のNPOフェスタ担当者について

川柳教室

講師の作品 前たもつ

心に花真っ赤に咲かせ百めざす

どこに落ちててもここは地球のど真ん中

千枚田抜けて涼しい里の川

お祈りへ家族の名前みんなあげ

今年こそ本音を見たいタイガース

生徒の作品 題「本音」

座るなら美人と会話出来る席

たすく

医者の本音検査検査で金になる

しづえ

本音です命もお金もいとおしい

静香

君となら地獄の底もいとわない

いくら

よろいからぼろり本音がこぼれ落ち

りえこ

お引越し近くに来てても寄らないで

りょう

【7月の文化・スポーツ活動内容】 総参加者数 216名 注:文末は報告者・問い合わせ先

竹 遊 会	11日、25日会場の都合により、休み。 東 好秋
英 会 話 2回 16名	6日9名、20日7名の参加。20日から新しいテキストを使用し、「出会った時の挨拶」、「別れ際の挨拶」の例文を二人ずつで role play し、関連した例文を講師に続いて2回音読した。その後、例のとおり祇園祭、ゴロゴロ山への登山など近況を話しあった。 奥野 勇
カ ラ オ ケ 2回 19名	1日10名、15日9名の参加。北は札幌、南は沖縄さとうきび畑まで曲は幅広く歌われ、まるで旅気分でした。皆さまのおいでをお待ちしています。 田畑敦子
遊びの玉手箱 4回 55名	5日14名、15日14名、22日13名、29日14名参加で、ベルの練習をしました。5日、田口山小さいきき広場で七夕飾りを3本作りました。子供47名参加メンバー15名。22日菅原東小「留守家庭児童会」でベルの指導でした。91名の子供たちにベルの演奏を指導しました。メンバー13名。 澤田年江
楽しいオカリナ 2回 25名	6日14名、20日11名参加。前半は「雨」「雨ふり」「七夕さま」、後半は「夏は来ぬ」「夏の思い出」など、歌を交えて練習しました。「七夕さま」では、みんなの願いごと(世界一周、ピンピンコロリン、家族の健康...)を聞いて盛り上がりました。さてオカリナが上手になりたい人は? 松永紀美子
マジック友の会 2回 17名	4日10名、21日7名参加。両日ともに、20周年記念イベントと7月25日船橋小での留守家庭児童会出演のリハーサルでした。8月25日に有料老人ホーム「フィオーレ美杉」出演の奉仕活動の予定です。 村田圭子
オー・ジーンズ 1回 13名	16日の歌声喫茶13名参加。「青い山脈」「あの町この町」「砂山」「茶摘」「浜千鳥」「青葉城恋唄」「想い出の渚」「おさななじみ」「今日の日はさようなら」「瀬戸の花嫁」「カイマナヒラ」「You Are My Sunshine」「Kumbaya」「The Water Is Wide」を歌いました。中村好宏
ゴ ル フ	7月は休み。次回9月26日、交野・寝屋川拠点との合同コンペです。 西岡堆二
テ ニ ス 5回 39名	2日8名、9日7名、16日8名、23日8名、30日8名。梅雨も明け夏真っ盛りの中、休み休みの練習です。伊加賀テニスは6面あり木々も多く、蝉の声を聞きながら熱中症に気を付けて2時間、ゲームを楽しんでいます。8月も頑張りましょうね。 南谷登代子
ウォーキング 1回 6名	17日6名。資源のリサイクルは大変。出すときは分別に気を付けて。アサヒビール工場まで歩く。暑かったが、熱中症対策はこれで十分、ビール最高に美味かった。 織田龍彦
カ ワ セ ミ 1回 26名	24日、京阪京橋駅より大阪城散策およびNHK見学に26名参加。いずれもガイド案内にて、高温注意報の中でしたが、涼しい風に身体を癒し、戦国時代に思いを寄せ、また現代のTVの作成の現場を見て、ひと時を過ごしました。 山田 徹

事務局だより

新入会者の紹介「天の川」前月号以降にご入会の方々です。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
坂東 聡子	寝屋川市香里新町	江田 啓子	枚方市藤阪西町(10)
中村 和枝	枚方市走谷(7)	山本 敬子	枚方市御殿山町(3)

行事予定 定例行事は下記のとおりです。各月の該当曜日を確認願います。

新入会員説明・懇談会	毎月15日～25日の平日(10時から2時間、13時30分から2時間)	事務所
アドプト・リバー・N天野川	毎月 第1・第3 土曜日	9時～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時 楠葉中央公園・他
すこやか広場きょうぶん	毎週 火・木曜日 10時～12時30分、15時～16時30分	教育文化センター
ファミリーポート(子育て)	毎週 月・火・木・金曜日	10時30分～1時間 ファミリーポートひらかた
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 ファミリーポートひらかた
広場さぶり(子育て)	毎月指定日の月・金	10時30分～1時間 サプリ村野
川柳	毎月 第2火曜日	10時～12時 ふれあいルーム
竹遊会(竹細工)	毎月 第2・第4 金曜日	13時～ ふれあいルーム
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「おあの」
ミュージックベル練習会	8月29日15時～、9月6日13時～、9・16・30日15時～	ふれあいルーム
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～3時間 ラポ 部屋確認のこと
オー・ジーンズ 歌声喫茶	毎月 第3水曜日	11時～12時 ふれあいルーム
テニスクラブ	毎週 水曜日	9時～11時 伊加賀テニスコート

8月 (配布開始日の8月12日以降分のみ掲載)

15日 (金)	事務所お盆休み	
29日 (金)	シニア生活・介護支援サポーター養成	10時～ ふれあいルーム

9月

1日 (月)	スタッフ会	13時～ ふれあいルーム
8日 (月)	運営委員会	13時～ ラポ4F MR1・2
18日 (木)	ウォーキング「同志社巡り」	10時～ 京阪神宮丸太町駅
19日 (金)	1地区会	13時15分～ 楠葉生涯学習市民C-3
24日 (水)	6地区会	12時30分～15時30分 南部生涯学習市民C3F
25日 (木)	カフセミ「鶴見緑地公園散策」	10時～ 京阪京橋駅・片町改札
26日 (金)	ゴルフコンペ(交野・寝屋川拠点合同)	9時3分 アウト・イン同時 牧野パークゴルフ場
30日 (火)	コーディネーター会	14時30分～ ラポ4F MR1・2

◇ 10月24日(金)「20周年記念イベント」お楽しみに

会場：星の里いわふね(交野市野外キャンプ場) 開会10:00 ～ 閉会15:30

★ 1地区～10地区の地区会による「出し物」…。 ★ 文化部による「出し物」…。

★ ものまね界の新人「君島 遼さん」(枚方市東牧野在住)のショー。小林幸子さん…。

イベントのコンセプトは「会員全員参加型」 実行委員長 向井 範雄

