

〈 N P O 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.214 2015年6月  
会員数833 (男332 女501 世帯554)

ボランティアのご依頼は  
お早めどうぞ!

## 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>

## ボランティア活動とは

副代表 東平 守弘

ナルクは特定非営利活動法人として20年前に発足、会員同士の助け合いの理念に賛同した会員が集結し、全国各地でボランティア活動を行っている。しかし、ボランティアを理解して入会した会員が全てとは言えない。そこでボランティアの定義から紐解き考えてみた。

1990年のIAVE(ボランティア活動推進国際協議会)総会でのボランティア宣言によると、「個人が自発的に決意・選択するものであり、人間の持っている潜在能力や日常生活の質を高め、人間相互の連帯感を高める活動である」と定義付けられている。簡単に訳すと「自発的な意志に基づいて他人や社会に貢献する活動」と位置づけている。

ボランティア活動は誰でも気軽に参加することができ、その活動を通じてその人や団体の個性が発揮される。しかも人とひととのふれ合いの機会が増え、活動することで楽しさや豊かさを充実できるという側面がある。地域社会に及ぼす影響のある活動を紹介します。

### ① 互いに支え合う社会の充実

核家族・高齢化等の進行で家庭生活に支障が起こるため、相互の助け合いボランティアにより信頼関係が生まれ、生活環境の充実が得られる。

### ② 「危機状況への対応力の向上」

東北大震災や阪神・淡路大震災等の教訓から、普段から主体的な活動の積み重ねが重要であり、災害時における社会全体の対応力向上をさせるものと期待できる。

### ③ 「生きがいある豊かな暮らしの創造」

少子高齢化における生き生きとした社会にするためには、各々が健康と、増えつつある余暇の活用を地域の一員として貢献することは自分にとっても豊かな生活を生み出すものである。

### ④ 「若い世代との共存で次世代を充実」

ボランティア活動を通じて、過去の知識と体験を生かし、若い世代との触れ合いで生きる活力を増幅させることができる。

また、若い世代に思いやりを持つ人間として大きく成長させることにも繋がる。

「天の川クラブ」の2010年度から2014年度までのボランティア活動を集計すると、下記のように時間預託活動の減少が目につきます。蓄えた預託点数は今こそ利用する時です。

	2010年	2012年	2014年	(2015計画)
時間預託活動	9273点	8503点	7750点	7790点
奉仕活動	10372点	9776点	12045点	12000点
文化・スポーツ	2558名	2367名	2520名	2500名



## ◇ 現場の声を聞きたくて

現場の生の声を聞きたくて、HさんとYさんの在宅生活援助に同行しました。利用者の方は在宅の事を全然ご存知なく、今回が初めてのご利用でした。介護サービスを受けておられていても、介護サービスの適用外の場所（窓ガラス、換気扇、季節の道具の入れ替え等）には手がまわりません。提供日は前もって電話で確認していたのですが、当日は忘れられてお留守でした。このような事もよくあるので、十分な確認が必要です。

改めて訪問し、2名で作業開始です。ベランダの大きなガラスは何回ふいても油膜がちっとも取れません。



大きな窓ガラス拭きの様子

在宅生活援助担当 富平 恵理子

Hさんが困ってどうしようと言うと、早速Yさんが長いホースを引っ張り、水をかけてスポンジでこすったらピカピカです。ど

うだ！のポーズで1時間の作業は終了しました。窓からの景色も一変しました。

「2回目は年末までに、またYさんを指名して申し込みたい。どんなことお願いしてもいいの？」と今回の活動に満足された利用者の方からのご質問は続きました。

会員同士だけでなく、今回は市からの依頼でしたが、皆さんの笑顔が次へと続いていくことを感じました。

## ◇ 散策クラブ「カワセミ」は楽しい

散策クラブ「カワセミ」（通称：カワセミ）は、2009年2月26日に第1回を牧野駅～穂谷川沿いを山田池公園まで散策するコースで開催し参加者は46名でした。

会員の高齢化とともに、山歩きは辛い健康維持のために運動はしたい、普段、話す機会の無い人とも懇親を持ちたいなどの声が多く、毎月第4木曜日（1・8月は休会、12月は第3）京阪地区を中心に、平坦なコ

ースで距離も6Km位を目標で企画し、毎回、参加者が20～40名もあります。

会話をしながらのんびりと散策し、お互いの親睦を深めています。12月は、一人では利用しにくい店を選び食事しています。毎月の企画は、会報の事務局便りに記載しています。当日に集まった人たちで開催しますので、申し込みは必要ありませんが、資料の準備もあり、参加が決まっている方は事務所に連絡をしてください。（12月以外は当日の欠席連絡不要です）

「カワセミ」で知り合って新しい活動に参加の機会を得た方や、多くの方と親しくなって良かった・・・との声も聞きます。

さあ、皆さん第4木曜日は健康の日と決めましょう。



## ◇「5 地区会」 介護保険制度の仕組みを学ぶ

柳澤 卓

5月12日、「5地区会」がラポール枚方で開催されました。当日は季節外れの台風の接近が報じられて心配していましたが、開会時間である10時前には雨の気配もなく、定刻に26名の皆さんに出席いただきました。開会冒頭「天の川クラブ」山田代表代理の挨拶を受けた後、地区運営状況や活動計画につき西川CO、和田事務局長から報告・要望が行われました。

引き続き、枚方市高齢社会室の宮木さん、



関心の深い“介護保険”の説明を受ける

堀さんから皆さん関心の深い「介護保険」につき講演・説明をいただきました。

宮木さんからは、現制度では、市区町村ごとにどのようなサービスをどのくらい整備するか、また保険料はいくらに設定するかなどを盛り込んだ「介護保険事業計画」を、3年ごとに策定しローリングする仕組みをとっており、枚方市でも「第6期（27～29年度）事業計画」に基づく計画を3月に策定し、保険料水準についても一部見直しを行っているとの説明がありました。堀さんからは運営面での利用手順、利用費用、利用サービスなどにつき冊子に沿って説明いただきました。私の母親も数年にわたり、デイサービス、ホームヘルプ、福祉用具貸与などなどずいぶん「介護保険」のお世話になったことを思い出しながら講演を聞いておりました。

駆け足でしたがゲームも楽しみ「四季の歌」「ふるさと」を全員で合唱し地区会の締めといたしました。

## ◇ハンドマッサージ和気あいあいと ハンドマッサージ担当 和田 喜代美

東日本大震災直後、福島県郡山から京都に自主避難された方がNPOを立ち上げ、この団体と関係のあるコーラス部27名の方々が、今回福島県でボランティアを行うため、ナルク京都拠点岡部代表を通じて、ハンドマッサージの技術習得の講習会を実施してほしいとの要望があり、5月11日（月）ふれあいルームで実施しました。

近藤代表の挨拶と「天の川クラブ」の紹介に続き、9時45分から12時まで2班に分かれて、ハンドマッサージのメンバー6名が指導を行いました。

マッサージを行う前の注意点や手法など説明をしながら実施し、皆さん初めての体験で、力の入れ具合やツボの押し方など、また私達が現地で経験した傾聴の大切さをお伝えし、

和やかな雰囲気の中、笑顔での講習に大変喜んで頂きました。技術の習得だけでなく、人とのつながり、心のつながりが感じ合える講習会となり、福島でのボランティアに生かして頂けると確信しました。



マッサージ指導中の風景

## 預託活動・奉仕活動内容の報告

## ◇ 時間預託活動 2015年4月実績 (合計 581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	370 104名	赤木 都 池田 勝代 今井 洋三 宇仁 義明 大嵩 道子 川部 道代 小谷 須奈枝 定井 節子 平 里美 高橋 敏子 田淵 美佐子 戸出 美穂子 中橋 博子 西川 橘子 平岡 幸子 藤 朋子 松村 サヨ子 森岡 康子 館 澄男 山田 倫子 吉崎 秀子	東 好秋 石西 正子 入江 みや子 江田 啓子 大村 三女子 木村 エミ子 小林 欣子 汐川 絢子 高木 永子 竹内 ヤエミ 伊達 みちよ 富平 恵理子 西尾 千鶴子 橋本 政喜 平野 賀世 藤井 好江 松村 加代 森木 登美子 山口 紀子 山中 暁子 吉田 昭子	東 八重美 一宮 順世 岩堀 周子 遠藤 智多子 岡村 きよみ 木村 杏 小林 久美子 清水 喜久子 高瀬 和男 竹川 志出子 中馬 妙子 豊嶋 イツ子 西岡 幸美 濱田 孝夫 廣瀬 光男 松浦 緑 松本 幸子 森田 由利子 山下 千賀子 山本 義信 吉野 嘉代子	安藤 博之 井上 行弘 上田 卓晃 遠藤 育代 押江 一恵 楠田 英子 近藤 良子 下村 和子 高野 美紀子 橋 佳寿子 鶴岡 知恵子 中川 清美 西川 昌子 濱田 一美 廣瀬 邦子 松浦 多摩江 三坂 詔子 森脇 富美江 山下 徳子 山本 典子 和田 喜代美	井口 保子 井上 逸子 植本 壽満枝 大上 登茂子 川畑 美恵子 久保 百合 酒田 昌子 蕎麦谷 寿美子 高橋 保 谷脇 文江 徳丸 洋子 中西 紀代子 西川 美代子 東田 幸子 福山 喆子 松尾 淑子 向井 節子 門口 よしみ 山科 初子 山本 美代子
2	送迎	58 7名	今西 邦弘 西川 昌子	上田 卓晃 山田 徹	岡本 俊治	川元 大生	下村 英男
6	文化・スポーツ	16 13名	植本 壽満枝 中村 好宏 南谷 登代子	奥野 勇 蜂谷 直孝 宮本 琴江	田畑 敦子 比江島 和加子 山田 徹	徳丸 洋子 藤井 史子	中村 太一 三津 輝雄
8	コーディネート	7 6名	東 好秋 松村 サヨ子	川元 大生	戸出 美穂子	西川 美代子	廣瀬 光男
9	事務所当番 事務所作業	130 28名	東 好秋 神崎 富貴子 蕎麦谷 寿美子 東平 守弘 三塩 美津江 山添 栄造	池上 愛子 久保 百合 高木 邦彦 富平 恵理子 向井 範雄 山本 義信	梅田 壽雄 庫本 方明 竹内 照恵 豊嶋 イツ子 森岡 康子 和田 亮吉	大辻 宏 進藤 伊公子 竹原 富子 仁波 正之 矢野 紀之	岡本 年昭 妹尾 美紗子 鶴岡 知恵子 濱田 一美 山口 喬彦

## ◇ 奉仕活動 2015年4月実績 (合計 961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	111 43名	青木 宏平 大亀 恵子 岸岡 夏絵 小林 久美子 下野 公子 種田 ナス子 橋本 美也子 松浦 緑 吉崎 秀子	青木 ヤス子 大村 三女子 久保田 カツエ 近藤 秀子 高木 永子 塚本 キヨミ 蜂谷 直孝 松浦 多摩江 吉崎 富美子	岩堀 周子 押江 一恵 庫本 方明 合田 康子 高附 加智子 角山 カズコ 蜂谷 照美 松村 みや子 和田 喜代美	上田 卓晃 笠原 加寿子 庫本 美弥子 定井 節子 竹中 嘉代子 仲島 節子 浜田 佳代子 矢倉 須美	梅岡 昌美 神崎 富貴子 光明 幸子 澤田 年江 谷垣 孝子 中村 太一 平尾 京子 山下 千賀子
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	178 39名	青木 宏平 植本 壽満枝 押江 一恵 近藤 秀子 竹原 富子 西村 洋子 三津 輝雄 吉田 正男	青木 ヤス子 宇仁 義明 神崎 富貴子 澤田 年江 谷口 和夫 野津 茂美 森川 清美 四角 利和	今井 弘子 梅岡 昌美 栗谷 加代子 進藤 伊公子 仲島 節子 廣田 俊郎 森本 賢二 和田 亮吉	今柴 菊子 遠藤 保江 小石川 光夫 田口 茂子 西岡 幸美 福村 清美 山口 祐右子 和田 喜代美	上田 卓晃 大辻 宏 古布 啓治 竹中 嘉代子 西島 治子 藤 一夫 吉崎 富美子
3	環境	79 54名	浅野 明子 宇仁 義明	東 好秋 浦口 紀子	今西 邦弘 大辻 宏	岩崎 澄子 岡村 きよみ	上田 卓晃 川上 一富實

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		神崎 富貴子 小山 美智子 下村 和子 高畑 順子 西川 昌子 藤原 和子 宮本 利明 森本 賢二 山本 美代子	公手 悦夫 近藤 輝男 杉村 要子 高浜 秀一 西本 雅子 松浦 緑 宮本 琴江 山口 祐右子 吉田 正男	小林 稔 境 美佐子 高木 邦彦 高浜 好子 浜田 佳代子 松永 紀美子 村田 圭子 山田 徹 和田 亮吉	小林 喜枝子 汐川 絢子 高木 永子 田中 一美 濱田 孝夫 松村 サヨ子 森岡 邦彦 山田 倫子 和田 喜代美	古布 啓治 四方 快枝 高橋 敏子 名倉 正樹 福田 勝博 三津 輝雄 森岡 康子 山本 茂
4 その他  外部活動 青色防犯パトロール	98 34名	青江 政行 上田 卓是 北川 忠雄 下村 英男 中村 太一 向井 範雄 山田 倫子	秋山 季久雄 植本 壽満枝 木村 和夫 下村 和子 西川 善郎 向井 明美 吉崎 富美子	石西 正子 大亀 恵子 木村 杏 竹原 富子 蜂谷 直孝 柳澤 卓 吉田 正男	今井 洋三 大辻 宏 古布 啓治 谷口 和夫 蜂谷 照美 山口 喬彦 四角 利和	今西 邦弘 亀田 美穂子 近藤 秀子 谷脇 文江 三津 輝雄 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	495 147名	青江 政行 東 好秋 一宮 順世 今西 邦弘 植本 壽満枝 大上 登茂子 奥野 忠子 亀田 雄子 公手 悦夫 庫本 美弥子 古布 啓治 齊藤 政子 清水 雅子 杉原 トモ子 田岡 治子 谷 幸廣 塚本 キヨミ 戸出 美穂子 中西 紀代子 成松 泉 西川 美代子 蜂谷 直孝 福井 寛美 古武 由紀子 三坂 詔子 村上 弘子 山下 千賀子 山本 典子 吉澤 里美 若林 重次	青木 宏平 井口 保子 井藤 しのぶ 入江 みや子 梅田 壽雄 大辻 宏 尾崎 せい 河上 勲 櫛部 昭男 倉森 孝夫 小山 晃 酒井 靖子 下村 英男 妹尾 美紗子 高野 美紀子 谷口 和夫 辻 洋子 富平 恵理子 中野 英子 西尾 千鶴子 西田 スマコ 濱田 一美 福田 勝博 本多 澄子 三塩 美津江 森本 賢二 山田 徹 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 岩崎 澄子 浦口 紀子 大村 三女子 押江 一恵 川元 大生 楠山 容子 栗谷 加代子 近藤 輝男 佐々田 雅春 下村 和子 蕎麦谷 東造 高橋 保 谷脇 文江 土堂 輝子 豊嶋 イツ子 中橋 博子 西岡 幸美 根来 和子 久本 ひさ子 福留 和代 松村 サヨ子 三津 輝雄 舘 澄男 山田 順子 行元 東洋 吉野 嘉代子	明智 千佳 池淵 洋子 今井 洋三 植木 美恵子 遠藤 育代 岡本 年昭 紙屋 クミエ 神崎 富貴子 久保 百合 光明 幸子 近藤 秀子 澤田 良和 新堂 弘和 蕎麦谷 寿美子 竹原 富子 田淵 美佐子 角山 正男 鳥居 保彦 中村 太一 西川 昌子 野口 弘 廣瀬 光男 福山 佐和子 松村 加代 宮本 利明 山口 喬彦 山中 暁子 横山 みゆき 吉房 勝治郎	浅野 明子 石西 正子 今栄 菊子 上田 卓是 大亀 恵子 岡本 俊治 亀田 美穂子 岸岡 夏絵 庫本 方明 小谷 須奈枝 合田 賢一 清水 次雄 進藤 伊公子 平 里美 橘 佳寿子 中馬 妙子 東平 守弘 中嶋 庸子 中村 好宏 西川 善郎 野村 文夫 廣田 靖子 藤原 和子 松本 輝夫 向井 範雄 山崎 健 山本 義信 吉崎 富美子 四角 利和

【 6月の植木・庭の手入れワンポイント 】 花が終わったら 心を鬼にして！

花が咲いた バンサーイ！ 感激！ 来年、今年以上の花を咲かすためには、

1. つつじやくちなし等の花木は、枝を思いきって切り戻しましょう。
2. 茎の先に咲いた花（球根類等）は花茎の付け根から切り落としましょう。

植物は、花が終わると、次に実（種子）作りに移行します。栄養がそっちに廻ります。思い切って枝や花径を切り落とし、幹や株に体力（栄養分）を蓄えましょう。

留意：1. つつじの枝切りを8月以降実施する時は、花芽（来春の花）を切る恐れがあるので伸び過ぎた枝だけ切りましょう。

2. くちなしは開花後早めに切りましょう。
3. 花は、次々と咲くので邪魔くさがらずに切りましょう。

例えばアイリス、アガパンサス、アマリリス、ガーベラ、ガザニア、ラナンキュラスなど  
庭・植木手入れCO 角山 正男



**受講生募集 !!****第6回シニア生活・介護支援サポーター養成講座のご案内**

会員研修 担当 西川 昌子

会員相互扶助活動において、介護のノウハウを会得する事は、介護支援をする側、受ける側になったときに、大変役立ちます。過去に受講された方も再度の受講により、更に理解が深まります。皆さん奮ってご参加ください。

講座期間 2015年7月～10月 5回(内1回は施設実習)

募集人員 20名

講 師 看護師・介護支援専門員 安部 きく子さん 他「天の川クラブ」会員  
申し込み 「天の川クラブ」事務所

TEL 072-846-3975 FAX 072-846-4001

締め切り 2015年7月8日(水)

第1回目 7月17日(金) 10:00～15:00 ふれあいルーム

- ① ナルク活動とシニア生活・介護支援サポーター創設の意義
- ② 介護保険制度について
- ③ 在宅サービスの基本と心得

第2回目 8月21日(金) 10:00～15:30 ふれあいルーム

- ① 高齢者の特性の理解
- ② 日常生活の支援
- ③ 寝たきりにならないための支援・実技



第3回目 8月28日(金) 10:00～15:30 AM ふれあいルーム・PM ラポールひらかた

- ① 認知症のある人の理解と対応
- ② 感染症の知識と対応
- ③ 車椅子介助の実際

第4回目 9月 施設実習 (後日連絡致します)

第5回目 10月16日(金) 13:30～15:00 修了証書 反省会

【備考】 ①2回目・3回目は実技がありますので、軽装で参加ください。

②2回目以外は、昼食の準備をしてください。

## ◇ 5月度の文化・スポーツ活動内容

総参加者数 162名

英 会 話 2回18名	4月19日10名、5月10日8名。 テキストを用いて服装や食べ物についての会話の練習をしたほか、近況として特にゴールデンウィークもあり、親戚の法事、龍谷ミュージアム、ポンポン山への行楽、白馬（五竜岳）への登山、年相応に病気の話など話題豊富であった。 奥野 勇
カ ラ オ ケ 2回17名	4月21日9名、5月5日8名。例会の最後に「がんばれ援歌」を合唱、この曲は作家の著作権（印税）は東日本の被災支援に全額譲渡されますので、ささやかでも長い支援を行いたいと機会あるごと歌い続ける予定です。 田畑敦子
ミュージックベル 1回16名	5月2日16名。“上を向いて歩こう”他を練習。ミュージックベルは8名で演奏します。皆で合わせることは難しいですが、緊張感を常に感じながら練習に励んでいます。 神崎富貴子
楽しいオカリナ 1回14名	5月10日14名。「こいのぼり」「鯉のぼり」「背くらべ」作詞、作曲時の秘話、時代背景等を教えていただきました。ミッキーマウス・マーチ 音符を追っているだけでは重たいマーチに、もっと軽やかに、吹きましょう・・・と。 徳丸洋子
マジック友の会 2回14名	4月20日5名、5月1日9名。前月ネタ作りした「白紙からお札&コインの出現」をほぼ習得し、「サイドウォークシャッフル」の練習をしました。ミスを繰り返して、考え・戸惑いながら、脳の活性化?に励みました。 植本壽満枝
オー・ジーンズ	当該期間の活動なし（前回4月15日、次回5月20日） 中村好宏
ゴ ル フ	当該期間の活動なし（今年度の定例コンペ9月29日、11月10日） 西岡堆二
テ ニ ス 3回25名	新緑の爽やかな季節の中、テニスを楽しんでいます。季節外れの台風がきたり、もうすぐ梅雨入り、晴れの日には休まず参加しましょうね。もう少し仲間が増えるといいのですが・・・・。 入会お待ちしております 南谷登代子
ウォーキング 1回16名	4月16日16名参加（前月掲載） 蜂谷直孝
カ ワ セ ミ 1回42名	4月23日42名。京阪三条駅～〔上榮町駅〕～長等神社～三井寺～びわ湖大津館～近江神宮～近江神宮駅までの散策に42名参加。 少し暑さを感じながらも、新緑と爽やかな風の中楽しい一日を過ごしました。 山田 徹

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 和田 亮吉

5月度運営委員会を5月18日実施。出席者29名（オブザーバー4名含む）

次の事項を検討し了承されました。

- ◆2015年度4月度、時間預託活動・奉仕活動・入会退会者及び会計報告
- ◆NALC「天の川クラブ」定時総会、議案書及びタイムスケジュールについて
- ◆2015年度「秋のイベント」について各地区から実行委員選出について
- ◆会報「天の川」6月・7月の記事について検討
- ◆ナルク臨時代表者会議の内容報告
- ◆枚方市立留守家庭児童会市民参画事業への参加について

◇ 「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。  
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
山田 隆志	哉女	枚方市高塚町 (5)			

**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。

新入会員説明・懇談会	毎月15日～25日の平日。(10時から2時間と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
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30分	南部市民センター
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 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～11時30分	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～11時30分	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」
ミュージックベル練習会	毎月第1土曜日13時～ 第3火曜日10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～16時30分	ラポ 部屋確認
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

**6月** (配布開始日の6月11日以降のみ掲載)

11日 (木)	定時総会	13時～	メセナ多目的ホール
16日 (火)	10地区会	12時15分～15時	菅原市民センター
18日 (木)	ウォーキング「愛宕山(火伏の神)」	7時50分	京阪三条駅中央改札口
19日 (金)	6地区会	14時～16時30分	南部市民センター
24日 (水)	2地区会	9時30分～	牧野市民センター
25日 (木)	カワセミ「嵐山・京都太秦映画村見学」	10時～	京阪四条駅改札口
30日 (火)	奉仕活動担当者会議	13時30分～	ラポ4F MR1・2

**7月**

6日 (月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
13日 (月)	運営委員会	13時～	ラポ4F MR1・2
16日 (木)	おーキグ「吹田の浜屋敷とビール工場」	10時～	阪急相川駅
17日 (金)	シニア生活・介護支援サポーター養成講座	10時～	ふれあいルーム
23日 (木)	カワセミ「サントリービール工場」	10時～	京阪淀駅改札口
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

**訂正とおわびのお知らせ**

5月号会報の新入会者の紹介欄で、大蔵哲郎さんは大倉哲郎さんの誤りでした。  
訂正しておわび申し上げます。