

〈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.219 2015年11月
会員数844 (男335 女509 世帯564)

ボランティアの
ご利用申込は お早めに！
NALC「天の川クラブ」

〒573-1191
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>

私のボランティア

ボランティアのありようは人それぞれによって違いますし、また、それでいいと思っています。私がボランティアを始めたのは今から7、8年前のことです。定年を数年後にひかえて、まずは趣味を増やそうといくつか習い事を始めました。そのうち、遊んでばかりでは後ろめたいので、少しはボランティアでもという気になりました。つまり趣味は楽しいもの、ボランティアはしんどいものという図式です。

たまたま太極拳の教室をやっていたサブリ村野に、ひらかた市民活動支援センターがあったので、広報誌の編集の手伝いから始めました。趣味で30年ちかく小説を書いていたことと、会社の仕事で自費出版を手がけていた経験が思わぬところで役に立ちました。

そして、あの東北大震災の日に60歳になり定年を迎えました。時間がたっぷりあるので、もうひとつぐらいボランティアの場を増やそうと思い、ひらかた市民活動支援センターのSさんから紹介してもらったのがナルク「天の川クラブ」です。その時は時間預託制度もなにも分からず、ただボランティアができればいいや、という感じでした。

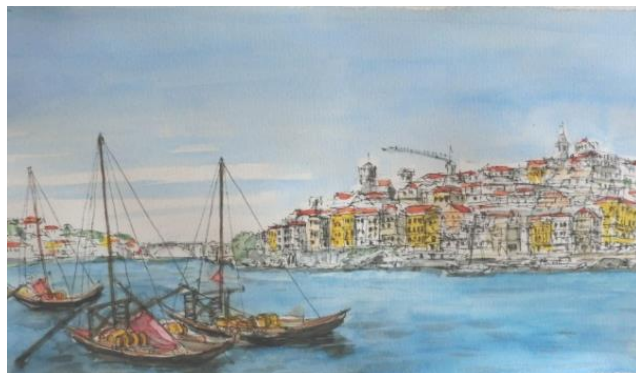
それから4年半がたちました。あまり活動はしていないというものの、年を重ねるごとに仕事量は増えてきました。ボランティアを本当にやろうという人は、ボランティアをすること自体にやりがいや喜びを感じないと

事務局次長 向井 範雄

務まらないと思いますが、私はまだまだ遊び盛り(笑)ですので、イベントが重なって趣味の時間にしわ寄せがくるとストレスが溜まることがあります。また反対に、旅行にでて非日常のはずの外国の地で、今ごろ「天の川クラブ」の事務所では何をしているのかな、などと思う時もあります。

中途半端な私から見ると、何年もボランティアに励んでおられる諸先輩の方々には、ただただ頭が下がる思いですが、私にはとても無理だなあという気がします。それでも、ボランティアを始めたころの、しんどいものという図式は少し変わって、感謝されたりすると、趣味をやっている時には得られない充実感を感じることがあります。

これからも私の気持ちは趣味とボランティアの間で揺れ動いていくことでしょう。でも、まあいいか、それが私のボランティアなのですから。



8月に行ったポルトガルのポルト（向井 画）

◇「いつもありがとう」の声を励みに！

山田 徹（1地区）

クリーンアダプト楠葉は、枚方市アダプトプログラムに参加して今年で13年目になります。毎月第2木曜日、第4土曜日に楠葉中央公園より樟葉駅前迄の周辺約1キロの場所を1時間かけて清掃しています。

枚方市の「ポイ捨て禁止」条例の施行と、アダプトプログラムへの参加団体の増加により大変ゴミは少なくなり、町は綺麗になってきました。喜ばしい事ですが、ゴミの回収量が少なくなって、達成感には乏しく感じることもあります。住民や店舗従業員、通行人の方々より「いつも有難う」「ご苦労さんです」の感謝の声に充実感が得られます。

年間を通して、27名の会員の方が当活動をされていますが、参加者の高齢化に伴い、年々参加者が減少の傾向にあります。1地区

の会員方々のみならず、2・10地区の方のご参加も得て町の美化に頑張っています。

クリーンアダプトは、NALC「天の川クラブ」では、楠葉中央公園の他、岡東中央公園、けやき通りの清掃があります。皆様も是非美化活動にご参加下さい。



◇ 枚方・交野・寝屋川ゴルフ合同コンペ

世話人 西岡 雄二

10月2日台風通過の予報を聞く中、毎日祈る思いで見入っていました。朝目覚め“降ってない！”それでもゴルフ場に向かう間も



心配。皆様の出席確認ほかスタート前のミーティングの間、だんだんと青空が見え始め「いける！！」を確信。

10組38名、枚方「天の川クラブ」、交野「いわふねクラブ」、寝屋川「かすきの会」の方々とプレー開始。最終組の方の終了を確認後、楽しみの発表会。笑いと溜息、お茶と菓子のパーティーで次回の約束を交わし散会です。皆さん次回の申し込み、ナルク事務所にお申し出ください。お待ちしております！

エイジフリー・ライフ星が丘「餅つき大会」のお手伝い **募集！**

日時：12月30日（水）10:30～11:30 13:30～16:00 男女各2名 合計8名
今回の活動は預託点、交通費が出ます。ナルクのエプロン、名札、上履き 担当：石西正子

2015年度「コーディネーター養成講座」の予告

日時：2016年1月27日（水）10:00～16:30 場所：ラポールひらかたMR1・2
詳細は次号にて案内いたします。 会員研修担当：西川 昌子

◇「1 地区」会員の増加に「声かけ」を！

廣田 靖子

9月18日、楠葉生涯学習市民センターで27名が参加して、今年度第2回目の地区会が開催されました。和田新代表より「天の川クラブ」の近況報告として、時間預託・奉仕活動・文化スポーツの3部門の話がありました。

時間預託は減少しており、活発に利用して欲しいとのこと、また6月～8月の新会員増加キャンペーンでは16名の申込みがあり枚方拠点は11位でした。会員



の増加には、口コミが一番との由、声かけをしなければと思いました。他にナルク組織改革・地域包括ケアについて話されました。

角山副代表よりは、10月10日のオータムフェスタについての話がありました。次いで、枚方警察署生活安全課の方より「特殊詐欺」についての講演があり、電話には気を付けねばと思いながら有意義な地区会は終わりました。

◇「ひらかたNPOフェスタ」ハンドマッサージでリフレッシュ！

向井 範雄（5地区）

恒例のひらかたNPOフェスタが晴天の9月23日に開催されました。オープニングセレモニーでは、この日が初仕事の伏見新市長も挨拶。ステージでは太極拳やフラダンス、フラメンコなどのパフォーマンスが行われ、「天の川クラブ」は



例年どおりテントでハンドマッサージを行い、受けられた方は100人を超える盛況で、飛び入りで伏見市長も参加され、「天の川クラブ」メンバーのパワーに圧倒されていました。



伏見市長もリラックス

◇「赤い羽根」共同募金の街頭募金運動に参加 中村 好宏（1地区）

今年も「赤い羽根」共同募金の一環として、街頭募金運動が10月1日、2日の2日間行なわれ、ナルク「天の川クラブ」から枚方市駅周辺に3人、樟葉駅前周辺に6人が参加して募金運動をしました。集まった募金の使い道は福祉事業の充実です。初めての経験でしたが、気後れすることなく声を上げて募金をお願いしました。募金の一部はボランティア団体の活動を助成するためにも使われており、

「天の川クラブ」は今年度、青色防犯パトロールで活用することに決まっています。



預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 預託活動 2015年9月実績 (合計 614 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 生きがい創造学園 在宅生活援助	441 127名	青木 ヤス子 安藤 博之 井上 行弘 岩堀 周子 梅田 陽子 大村 三女子 亀田 雄子 熊岡 浪恵 合田 賢一 定井 節子 杉村 要子 高橋 敏子 中馬 妙子 中橋 博子 西川 昌子 濱田 孝夫 平井 貞子 廣瀬 邦子 藤井 史子 松尾 淑子 南谷 登代子 森田 由利子 山口 力 山科 初子 山本 悦子 和田 亮吉	赤木 都 五十嵐 睦美 井上 逸子 上田 卓是 江田 啓子 岡田 弘子 川畑 美恵子 庫本 美弥子 合田 康子 汐川 絢子 平 里美 竹川 志出子 徳丸 洋子 永吉 悦子 西川 美代子 濱田 一美 平尾 京子 福田 勝博 藤井 好江 松村 サヨ子 向井 明美 森脇 富美江 山口 紀子 山田 倫子 吉崎 秀子 和田 喜代美	朝田 暁美 池田 勝代 伊吹 知子 植本 壽満枝 遠藤 智多子 岡村 きよみ 木村 エミ子 小谷 須奈枝 酒井 靖子 四方 快枝 高木 永子 橘 佳寿子 戸出 美穂子 西尾 千鶴子 西川 橘子 坂東 聡子 平岡 幸子 福留 和代 藤原 榮子 松村 加代 向井 節子 館 澄男 山崎 健 山田 隆志 吉澤 里美	東 好秋 石西 正子 今井 洋三 碓氷 洋子 遠藤 育代 岡本 妙子 木村 杏 小山 美智子 阪下 建一 清水 喜久子 高瀬 和男 谷脇 文江 豊嶋 イツ子 西岡 幸美 西村 洋子 東田 幸子 平野 賀世 福山 詰子 前野 みよ子 松本 幸子 森岡 康子 柳田 静子 山下 千賀子 山中 暁子 吉田 昭子	東 八重美 一宮 順世 入江 みや子 宇仁 義明 大嵩 道子 押江 一恵 楠田 英子 近藤 輝男 酒田 昌子 進藤 伊公子 高附 加智子 伊達 みちよ 中西 紀代子 西川 英雄 橋本 政喜 人見 眞佐子 廣瀬 光男 藤 朋子 松浦 緑 三坂 詔子 森木 登美子 山口 祐右子 山下 徳子 山本 義信 吉野 嘉代子
2	送迎	29 7名	安達 和彦 西川 昌子	今西 邦弘 山田 徹	上田 卓是	岡本 俊治	新堂 弘和
6	文化・スポーツ	8 7名	奥野 勇 比江島 和加子	神崎 富貴子 藤井 史子	田畑 敦子	徳丸 洋子	中村 好宏
8	コーディネート	12 9名	東 好秋 廣瀬 光男	近藤 秀子 松村 サヨ子	合田 賢一 山田 隆志	西川 昌子 和田 喜代美	西川 美代子
9	事務所当番 事務所作業	124 32名	東 好秋 大辻 宏 久保 百合 蕎麦谷 寿美子 富平 恵理子 向井 範雄 山田 隆志	池上 愛子 岡村 きよみ 庫本 方明 竹内 照恵 豊嶋 イツ子 森岡 康子 和田 亮吉	今栄 菊子 岡本 年昭 古布 啓治 竹原 富子 中村 好宏 矢野 紀之	梅田 壽雄 亀田 美穂子 進藤 伊公子 鶴岡 知恵子 濱田 一美 山口 喬彦	大亀 恵子 神崎 富貴子 妹尾 美紗子 東平 守弘 三塩 美津江 山添 栄造

◇ 奉仕活動 2015年9月実績 (合計 1208 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 ひらかた聖徳園 その他福祉施設	120 35名	青木 宏平 大亀 恵子 久保田 カツエ 高木 永子 中川 良子 蜂谷 直孝 村田 圭子	青木 ヤス子 大倉 哲郎 庫本 方明 竹中 嘉代子 中村 太一 蜂谷 照美 山下 千賀子	上田 卓是 岡副 一枝 澤田 年江 種田 ナス子 永盛 喜國 松浦 緑 吉崎 秀子	植本 壽満枝 笠原 加寿子 下野 公子 角山 カズコ 永吉 悦子 松浦 多摩江 吉崎 富美子	梅岡 昌美 神崎 富貴子 田岡 祥光 鶴岡 知恵子 橋本 美也子 松村 みや子 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	217 47名	青木 宏平 岩坪 千寿子 江田 啓子 古布 啓治 田中 豊子 西岡 幸美 福留 和代	青木 ヤス子 上田 卓是 遠藤 保江 澤田 年江 谷口 和夫 西島 治子 福村 清美	東 好秋 植本 壽満枝 大辻 宏 進藤 伊公子 仲島 節子 野村 文夫 福山 佐和子	出淵 正子 宇仁 義明 押江 一恵 蕎麦谷 東造 中村 太一 橋本 美也子 藤 一夫	今栄 菊子 梅岡 昌美 小石川 光夫 竹中 嘉代子 中村 好宏 廣田 俊郎 松村 みや子

		三塩 美津江 山田 哲太郎 和田 亮吉	三津 輝雄 吉崎 秀子 和田 喜代美	森川 清美 吉崎 富美子	森本 賢二 吉田 正男	山下 千賀子 四角 利和
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	78 49 名	青木 宏平 上田 卓是 川上 一富實 四方 快枝 田中 一美 廣田 靖子 松永 紀美子 宮本 利明 森本 賢二 山本 典子	青木 ヤス子 宇仁 義明 北川 忠雄 高木 邦彦 角山 正男 福田 勝博 松村 サヨ子 宮本 琴江 山口 祐右子 山本 美代子	浅野 明子 浦口 紀子 古布 啓治 高木 永子 中村 好宏 藤井 好江 松本 輝夫 村田 圭子 山田 徹 吉田 正男	東 好秋 遠藤 智多子 小山 美智子 高橋 保 名倉 正樹 藤原 和希 三津 輝雄 森岡 邦彦 山田 倫子 和田 亮吉	今西 邦弘 大辻 宏 近藤 輝男 竹原 富子 西川 昌子 松浦 緑 宮永 田鶴子 森岡 康子 山田 隆志
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	98 39 名	東 好秋 植本 壽満枝 岡村 きよみ 古布 啓治 谷脇 文江 蜂谷 直孝 三津 篤子 山田 倫子	石西 正子 梅岡 昌美 河上 勲 合田 賢一 富平 恵理子 蜂谷 照美 向井 範雄 山田 哲太郎	今井 洋三 遠藤 智多子 川上 一富實 下村 英男 中村 好宏 福村 清美 向井 明美 吉崎 富美子	今西 邦弘 大亀 恵子 木村 和夫 下村 和子 西川 英雄 松本 輝夫 森岡 邦彦 吉田 正男	大辻 宏 木村 杏 谷口 和夫 西川 善郎 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	695 146 名	青江 政行 井口 保子 一宮 順世 岩崎 澄子 浦口 紀子 大倉 哲郎 笠原 加寿子 河上 勲 木村 明子 栗谷 加代子 近藤 秀子 澤田 良和 下野 公子 蕎麦谷 寿美子 高橋 保 谷脇 文江 辻 洋子 富平 恵理子 中村 太一 西岡 幸美 仁波 正之 浜田 佳代子 福山 佐和子 松村 サヨ子 三津 輝雄 村上 弘子 山田 徹 行元 東洋 吉田 正男 和田 喜代美	秋山 京子 池上 愛子 井藤 しのぶ 岩坪 千寿子 遠藤 智多子 大村 三女子 上澤 留吉 川元 大生 櫛部 昭男 光明 幸子 合田 賢一 澤田 年江 下村 和子 平 里美 竹原 富子 種田 ナス子 角山 正男 中嶋 庸子 中村 好宏 西川 昌子 根来 和子 久本 ひさ子 福山 詰子 松村 加代 南谷 登代子 森本 賢二 山田 倫子 横山 みゆき 吉房 勝治郎	明智 千佳 池田 勝代 今井 洋三 上田 卓是 遠藤 育代 岡村 きよみ 紙屋 クミエ 神崎 富貴子 庫本 方明 小林 稔 斉藤 政子 四方 快枝 進藤 伊公子 田岡 治子 橘 佳寿子 田淵 美佐子 東平 守弘 中西 紀代子 永盛 喜國 西川 美代子 野口 弘 廣瀬 光男 藤原 和希 松村 みや子 宮永 田鶴子 柳田 静子 山中 暁子 吉崎 秀子 四角 利和	浅野 明子 池淵 洋子 今西 邦弘 植本 壽満枝 大亀 恵子 奥野 忠子 亀田 美穂子 岸岡 夏絵 庫本 美弥子 古布 啓治 酒井 靖子 清水 次雄 杉原 トモ子 高木 邦彦 谷垣 孝子 中馬 妙子 徳丸 洋子 中野 英子 永吉 悦子 西田 スマコ 野村 文夫 廣田 靖子 本多 澄子 松本 輝夫 宮本 利明 山崎 健 山本 義信 吉崎 富美子 若林 重次	東 好秋 石西 正子 入江 みや子 梅田 壽雄 大上 登茂子 押江 一恵 亀田 雄子 北川 忠雄 倉森 孝夫 近藤 輝男 佐々田 雅春 清水 雅子 妹尾 美紗子 高野 美紀子 谷口 和夫 塚本 キヨミ 戸出 美穂子 中橋 博子 西尾 千鶴子 西村 洋子 蜂谷 直孝 福井 寛美 松浦 多摩江 三塩 美津江 向井 範雄 山下 千賀子 山本 美代子 吉澤 里美 和田 亮吉

生け垣手入れにも愛を！

生け垣を剪定バサミ（刈込鋏）や電動バリカンで手入れをされる際、切りくずが落下せず生け垣に挟まっているのをハサミやバリカンの刃先で払い落としていませんか。チョット可哀想。

竹箒などで丁寧に払い落としてやりましょう。あなたの愛情はきっと報われるでしょう。

生け垣を美しく保つためには年2回程度の刈り込みが必要とされています。

但し、①花の有無、②種類によって時期や対処は異なります。お間違え無いように。

庭・植木手入れCO 角山正男

「天の川オータムフェスタ」に参加して

辻 洋子(3 地区)

天の川オータムフェスタが 10 月 10 日(土) 10 時から交野市「星の里いわふね」に於いて来賓に NALC 高畑会長、本部西村事務局長をお迎えし、会員 200 余名の参加を得て盛大に行われました。

先ず和田代表から当クラブの活性化の取り組みとして年代に応じたイベントを開催することが6月の総会で決定され今日に至った経緯と、このフェスタの開催に当たり、今までの事務局主導から会員主導で進められてきた話がありました。地区からの委員 20 名、イベント担当 5 名で実行委員会を立ち上げ、楽しく・全員参加を目標に、角山実行委員長を中心に数回の協議を重ねて、今日を迎えたこととなります。地区支援スタッフ約 60 名も加わり、一致団結の楽しい行事であつたと思います。

午前は、4 種目のブロック対抗競技(赤白玉入れ・メタル投げ・風船割り・新婚旅行)で、

ゲームも面白かったけど参加者の笑顔を見るのが楽しかったです。みんな必死でしたね。走ったり投げたり、そしてちょっぴり頭を使ったりして素敵な笑顔が一杯でした。

午後は、特別ゲスト、和太鼓「輝」さんの演奏から始まり、力強い響きが心地よかったです。続いて、全員参加のゲーム、フォークダンス、合唱、大抽選会で大いに盛り上がりました。最後のブロック別表彰式で幕を閉じました。ちなみに、1 位 紫(3・4・5 地区)、2 位 黄(6・7 地区)、3 位 赤(1・2・10 地区)、4 位 青(8・9 地区)でした。

怪我人もなく無事終えられたことに深く感謝します。スポーツやレクリエーションを楽しむイベントは、会員同士のスキンシップにもなり、心も通じ会えること間違いないと確信します。

体を動かすことが大好きな私は大いに楽しんだ一日でした。



準備体操



懐かしいフォークダンスを楽しむ



玉入れ



メタル投げ

◇ 10月の文化・スポーツ活動内容

総参加者数174名

英 会 話 2回15名	9月20日6名、10月4日9名。ホテルとレストランを利用するときに役立つ英会話の文例を読み、会話例文をもとに役割練習を行った。近況では郷里での法事にまつわる話。時節柄運動会や各種イベントに参加したことなど会話しました。 奥野 勇
カ ラ オ ケ 2回14名	9月15日5名、10月6日9名。秋の風立つこの時期、なつかしい故郷や日々の思い出、恋しい人への思い等、詞の世界はどれも秋ならではの・・・の胸に響くものでした。最後は“がんばれ援歌”の合唱で被災地に寄り添って、そう！！歌も思い出に寄り添うもの。皆様も一緒に歌ってみませんか。お待ちしております。 田畑敦子
ミュージックベル 2回26名	10月3日12名、10月13日14名。 11月ホームに演奏ボランティアに行く曲（千の風になって、琵琶湖周航）を練習しました。 神崎富貴子
楽しいオカリナ 2回25名	9月20日12名、10月4日13名。 本誓寺（印田町）様より、演奏依頼がありました。 里の秋・赤とんぼ・証城寺の狸ばやし等、秋の曲を演奏予定です。 徳丸洋子
マジック友の会 2回12名	9月21日8名、10月2日4名。今回は9月25日に北ディサービス、10月3日に養護老人ホーム四天王寺松風荘を訪問し、50名程の入居者の方々の笑顔と「また来てね」の言葉に励まされました。 植本壽満枝
オー・ジーンズ 1回7名	9月16日7名。青い山脈、亜麻色の髪の乙女、思い出の渚、カチューシャ、四季の歌、砂山、野に咲く花のように、花は咲く、ふるさと、広い河の岸辺、花はどこへ行った、Changesを歌いました。 中村好宏
ゴ ル フ 1回23名	10月2日合同コンペ開催(枚方23名、交野9名、寝屋川6名)。天気予報は雨でしたが、スタートと同時に青空も見えラッキーな日和に恵まれ、高畑会長もお元気で参加されました。次回は11月13日（金）です。 西岡雄二
テ ニ ス 5回37名	9月16・23・30日各7名、10月7日7名、14日9名。 10月7・8日の合宿も天候に恵まれ食事・温泉・ゲーム大満足でした。10月から春日コートもリニューアルされ、オムニコートでとっても練習しやすいです。私達と一緒にテニスを楽しみませんか。ご入会をお待ちしています。初心者の方も大歓迎です。 南谷登代子
ウォーキング 1回15名	10月15日15名。 京阪電車とJRのトラブルが発生し、山の辺の道の天理駅から長岳寺までに変更。100円の無人販売所や農家さんの販売所あり、楽しくハイキングができました。 藤原和市
カ ワ セ ミ 0回名	9月24日の京都水族館ほかの散策は雨天のため中止。 山田 徹

注：活動期間は前々月16日～前月15日までの報告です。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

10月度運営委員会10月13日実施。出席者24名。次の事項を検討し了承された。

- ◆ 2015年9月度、時間預託活動・奉仕活動・入会退会者および会計報告
- ◆ 秋のイベント「天の川オータムフェア」収支（概算）並びに総括について協議
- ◆ 2016年度定時総会の会場及び開催日の検討
- ◆ 9月25日開催のナルク組織改革委員会の報告
- ◆ 枚方市新しい統合事業の生活支援等の体制整備における意見交換会の内容報告
- ◆ 地区会並びに地区担当運営委員・地区世話人交流会の開催について
- ◆ 同好会《天の川サロン》の活動中止の報告
- ◆ 2015年度「天の川クリーン＆ウォーク」の参加者募集について
- ◆ 9月度コーディネーター会の報告

◇「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。
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
富田 靖		枚方市香里ヶ丘 (6)	林 輝子		枚方市楠葉美咲 (1)
黒瀬旦治	富子	枚方市養父東町 (2)	吉田千恵子		枚方市船橋本町 (1)
稲寄拓見	則子	枚方市楠葉野田 (1)			

(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、
ユウカリ：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)

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	平日随時。	(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	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
香里ケ丘けやき通り清掃	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～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～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」
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	春日テニスコート

11月(配布開始日の11月15日以降分のみ掲載)

19日(木)	カワセミ「貴船から鞍馬(紅葉と温泉)」	9時	京阪出町柳北側改札
21日(土)	社協フェスティバル	10時～	ラポール
24日(火)	家事支援提供者会議	13時～	ラポ4F MR1・2
24日(火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ4F MR1・2
26日(木)	カワセミ「東高野街道・圓福寺散策」	10時	京阪八幡市駅改札

12月

2日(水)	2地区会	11時30分～	「一の谷」
7日(月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
8日(火)	8地区会	11時15分～	木曽路枚方店
8日(火)	10地区会	13時～	菅原市民センター
11日(金)	1地区会	11時30分～	がんこ楠葉店
12日(土)	5地区会	11時30分～	割烹「藤」
17日(木)	カワセミ「サンドイッチ山」納山会と温泉	枚方市駅バス停9時14分	穂谷バス停10時
17日(木)	カワセミ「黄桜酒造見学」昼食・予約制	10時	京阪丹波橋駅近鉄連絡通路

発行：NALC「天の川クラブ」 編集者：向井 範雄・仁波 正之 発行責任者：和田 亮吉