

〈 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.221 2016年1月  
会員数841 (男333 女508 世帯562)

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>

## 新年を迎えるにあたり

会員の皆様、明けましておめでとうございます。

今年の干支は申（さる）です。中国の「漢書(律曆志)」では、「申堅」として、草木が伸びきり果実が成熟して堅くなっていく状態を表すと解釈されています。

NALC「天の川クラブ」も22年目を迎え一定の成熟期とも考えられますが、今後もボランティア団体として、一層活発に活動できるよう努力していかねばなりません。

まず、地域貢献に取り組み活動の輪を広げましょう！

ナルクは、会員相互助け合いをモットーに活動を行っていますが、NPO団体として会員内に留まらず、地域に根付いた活動を推進して行かなければなりません。そのために、地区会や会報等でお知らせしているように「地域包括ケア」の新制度に取り組んでいきます。

新制度とは、介護保険制度改定に伴い、2017年の4月から各市町村の総合事業として生活支援等サービスが始まります。それに備え枚方市が、昨年の5月から「介護予防・日常生活支援総合事業の推進」のための意見交換会を重ね、次の段階の第1層協議体の会議に進みました。

NALC「天の川クラブ」も社会貢献の一役を担う観点から、この会議に参加しています。

代表 和田 亮吉

具体的な支援の内容は、今年4月以降に発表される予定ですが、私達にどのような支援が出来るのか、事業内容を検討し体制整備を行っていきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

新会員を獲得し、活性化を図りましょう！  
現在の子育て支援活動は、障害のあるお子さんしか時間預託活動の対象にはなりませんが、義務教育就学時以下の元気なお子さんにも支援の対象を広げられるよう、規定を見直し、これにより若い親御さんに入会をして頂き、組織の活性化を図ることが重要です。

○また、この3年間に157名が入会されましたが入会後誰からも「声かけ」がなく退会される方がおられるのが現状です。ナルク活動に早期に参加していただくためにも、一人ひとりに「声かけ」をして仲間を増やし、地区活動を活発にして種々の事柄に取り組んでいきたいと思っていますので、皆様のご協力をお願いいたします。

今年1年、皆様にとって良き年でありますようお祈りいたします。



水切り絵（和田喜代美）

## ◇家事援助 入会して8年目

平 里美（5地区）

平成19年にテレビでナルクの活動を知り、鳥取の田舎暮らしをしている年老いた両親のことが浮かび、私がこの枚方で会員のお役に立てれば両親も喜ぶのではと思い、さっそく入会いたしました。すぐにお庭の掃除に誘われ、パート勤めの合間に、月1、2回程度お手伝いをさせていただくようになりました。最初は勝手の違う会員のお宅へ一人で入ったのお掃除。私のやり方で本当にお役にたてるのかドキドキ心配でした。掃除の後、自分自身、綺麗



家事支援

になったと感じられると嬉しくなりますが、若い時にもっと細かく掃除の仕方、

基本をしっかり身につけていればと反省ばかり。訪問先の家の方、コーディネーターの方々に教えていただきながらなんとか今までやってこられました。

あれから田舎の父親は介護する間もなく亡くなり、92才の母親の一人暮らしも7年目。食事と掃除は近所に住む姉の支援で何とか過ごしております。私も時々ですが食事作りに帰省しています。ナルクのお手伝い、支援を通して社会勉強をさせてもらいつつ、これからの自分の老いに役立つのではと、すべて無駄ではないように思われます。

この先、母親の介護が必要に迫られ、支援も拡大していくでしょう。そんな時、ナルクが存在が頼もしく思えるよう、ひとつでも多く掃除、介護技術を身につけねばと考えています。

## ◇NHKのど自慢に挑戦

カラオケ友の会 角山 正男

かの、100歳超医師、日野原重明氏は「カラオケは認知症進行の予防になる」と説く。

カラオケ配信会社（第一興商）によれば「うたうと、人間は自然に笑顔になる」と言う。

ナルク「天の川クラブ」カラオケ友の会は、毎月第1・3火曜日午後1時より喫茶「おおの」で例会を開いています。歌う曲数は3曲、参加費600円（おやつ付）、演歌・唱歌・シャンソン。戦前・戦中から新曲まで何でもアリ。ただひたすら忘我の世界に浸ります。例会で、カラオケ友の会のメンバーが、NHKのど自慢にチャレンジすることとしました。NHK大阪放送局が本年2月7日（日）吹田市文化会館から生放送します。

2月7日（日）が本番、前日2月6日（土）が予選日。250組が日曜の本選目指して過酷な戦いが展開されます。この「予選に来

い」のハガキが届かない限りドアは開きません。高いハードルです。応募ハガキは、NHKの担当者が全部目を通すと聞いています。昨年、京都綾部で予選出場した経験によれば、担当者が「呼んだろう」と感ずるインパクトあるコメントが必須だと思っています。最高のアピールをハガキに込めました。

本稿が読まれる頃に、予選出場出来るかどうかの返事が各人に届くかまだかは微妙です。ナルク「天の川クラブ」の方々はどのようなでしようか。予選出場者が叶ったら大いなるご声援をお願いします。



喫茶「おおの」にて

## ◇「2地区会」食事会とビンゴゲームで親睦をはかる

谷口 和夫

12月2日、地区会員19名と東平事務局長出席のもと、割烹「一の谷」で地区会を開催しました。東平事務局長からはナルク「天の川クラブ」の活動状況の報告と会員増強について協力の依頼がありました。地区運営委員より地区での活動報告があり、2地区の活性のため今後サロンの集まりを増やす事を話し合いました。

その後、食事会に移り、自己紹介とともに地区世話人が用意した質問に一人ずつ答えてもらいました。内容は「今一番会いたいひととは」「一番好きな曲は」「宝くじで一億円

当たったら」等々。答えは、会いたい人は「青春時代に恋した人」「青春時代に覚えた曲」「〇〇と行った思い出の地に行く」の順で皆さんの秘めた思いの答えが出て、何時になっても、秘めた青春の想いをお持ちだなーと思いました。

最後に、大盛り上がりのビンゴゲームなど行い親睦を深めた地区会となりました。



## ◇「8地区会」地区会で一層のきずなを

牛野 正

12月8日、冬晴れの暖かい日に、8地区会兼忘年会が「木曽路」で行われました。

柳田世話人代表、中橋地区担当運営委員から先日あった地区会会議の報告と、和田代表から介護保険総合事業と8地区の行事参加率



について話があり、澤田運営委員の乾杯で始まり、塚本世話人の挨拶で閉会しました。

参加者18名(男7名、女11名)は皆元気で、①出身地、②趣味、③入会動機などを感じ深げに自己紹介しました。東は長野、富山から、西は高知、鹿児島まで幅広く、転勤族の子供だったとか、「疎開」していたとか、当日が「12月8日」だっただけに、戦後70年の重みを強く感じさせられました。その後、ハーモニカの柳田さん、ウクレレの美濃さんの素晴らしい演奏に合わせて、全員で「里の秋」「きよしこの夜」「故郷」などをなつかしく季節感を味わいながら歌いました。

## ◇「10地区会」成年後見制度についての勉強

西浦 節子

12月8日菅原公民館において、参加者15名で地区会をしました。内容は、枚方市高齢社会室による出前講座「成年後見制度について」です。会員が高齢化している現在、父母の認知症、障がい者、遺産相続、ひとり暮らしの方等差し迫っている状況があり、成年後見制度の勉強になりました。成年後見制度とは、認知症、知的障害、精神障害などによって物事を判断する能力が充分ではない方について本人の権利を守る援助者を選ぶことで、

本人を法律的に支援する制度です。任意後見制度と法廷後見制度があります。詳細については、枚方市高齢社会室にお問い合わせをされ、明日にもわが身に降りかかる問題と思うので、他の地区でも研修会を催される事をお勧めします。

最後に角山副代表から「オータムフェスタ」の総括と28年度の総会、及び秋のフェスタについて説明がありました。

## 預託活動・奉仕活動内容の報告

## ◇ 預託活動 2015年11月実績 (合計 700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<br><br>家事・介助<br>・話し相手・傾聴<br>・外出介助<br>・身辺介護<br>・買い物・洗濯<br>・食事作り・配膳<br><br>庭・植木の手入れ<br>ハウスヘルパー<br>パソコン指導<br><br>福祉施設<br>・サンセール香里園<br>・エイジF・L星が丘<br><br>生きがい創造学園<br>在宅生活援助 | 513<br>129名 | 青木 ヤス子<br>安藤 博之<br>井上 逸子<br>岩堀 周子<br>梅田 壽雄<br>大上 登茂子<br>亀田 雄子<br>北川 忠雄<br>庫本 美弥子<br>澤田 年江<br>平 里美<br>橘 佳寿子<br>中馬 妙子<br>永吉 悦子<br>西川 美代子<br>濱田 一美<br>平岡 幸子<br>藤 朋子<br>前野 みよ子<br>松村 加代<br>三宅 順子<br>森本 賢二<br>山口 紀子<br>山田 隆志<br>山本 美代子<br>吉野 嘉代子 | 赤木 都<br>池田 勝代<br>伊吹 知子<br>上田 卓是<br>梅田 陽子<br>岡田 弘子<br>河合 ハツノ<br>木村 エミ子<br>小山 美智子<br>汐川 絢子<br>高木 邦彦<br>田中 豊子<br>角山 正男<br>西浦 節子<br>西川 橘子<br>林田 浩<br>平野 賀世<br>藤井 好江<br>松浦 緑<br>松本 幸子<br>向井 範雄<br>森脇 富美江<br>山下 千賀子<br>山中 暁子<br>吉崎 秀子<br>吉房 勝治郎 | 浅野 重雄<br>石西 正子<br>今西 邦弘<br>碓氷 洋子<br>江田 啓子<br>岡村 きよみ<br>川畑 美恵子<br>櫛部 昭男<br>近藤 秀子<br>四方 快枝<br>高木 永子<br>田中 博<br>徳丸 洋子<br>西尾 千鶴子<br>西村 洋子<br>坂東 聡子<br>廣瀬 光男<br>藤原 和市<br>松尾 淑子<br>三坂 詔子<br>森岡 康子<br>門口 よしみ<br>山下 徳子<br>山中 啓<br>吉崎 富美子<br>和田 亮吉 | 東 好秋<br>一宮 順世<br>入江 みや子<br>内堀 サヨミ<br>遠藤 智多子<br>岡本 妙子<br>川部 道代<br>楠田 英子<br>合田 賢一<br>清水 喜久子<br>高野 美紀子<br>谷脇 文江<br>豊嶋 イツ子<br>西岡 幸美<br>橋本 政喜<br>東田 幸子<br>廣瀬 邦子<br>藤原 栄子<br>松永 紀美子<br>三塩 美津江<br>森木 登美子<br>柳田 静子<br>山科 初子<br>山本 義信<br>吉澤 里美<br>和田 喜代美 | 東 八重美<br>井上 行弘<br>岩崎 澄子<br>梅岡 昌美<br>遠藤 育代<br>押江 一恵<br>川元 大生<br>熊岡 浪恵<br>澤田 良和<br>進藤 伊公子<br>高橋 敏子<br>田淵 美佐子<br>中橋 博子<br>西川 昌子<br>濱田 孝夫<br>人見 眞佐子<br>福留 和代<br>堀田 英雄<br>松村 サヨ子<br>南谷 登代子<br>森田 由利子<br>山口 祐右子<br>山田 倫子<br>山本 悦子<br>吉田 昭子 |  |  |  |
| 2  | 送迎                                                                                                                                                                               | 46<br>9名    | 安達 和彦<br>下村 英男                                                                                                                                                                                                                              | 今西 邦弘<br>新堂 弘和                                                                                                                                                                                                                            | 上田 卓是<br>西川 昌子                                                                                                                                                                                                                            | 岡本 俊治<br>山田 徹                                                                                                                                                                                                                                   | 川元 大生                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |
| 6  | 文化・スポーツ                                                                                                                                                                          | 17<br>14名   | 植本 壽満枝<br>辻 洋子<br>南谷 登代子                                                                                                                                                                                                                    | 奥野 勇<br>徳丸 洋子<br>宮本 利明                                                                                                                                                                                                                    | 神崎 富貴子<br>中村 好宏<br>山田 徹                                                                                                                                                                                                                   | 古布 啓治<br>西岡 雄二<br>吉房 勝治郎                                                                                                                                                                                                                        | 田畑 敦子<br>比江島 和加子                                                                                                                                                                                                                     |  |  |  |
| 8  | コーディネート                                                                                                                                                                          | 7<br>7名     | 東 好秋<br>吉田 正男                                                                                                                                                                                                                               | 高木 邦彦<br>吉野 嘉代子                                                                                                                                                                                                                           | 角山 正男                                                                                                                                                                                                                                     | 西川 美代子                                                                                                                                                                                                                                          | 吉崎 富美子                                                                                                                                                                                                                               |  |  |  |
| 9  | 事務所当番<br>事務所作業                                                                                                                                                                   | 117<br>32名  | 東 好秋<br>大辻 宏<br>久保 百合<br>竹内 照恵<br>豊嶋 イツ子<br>森岡 康子<br>山田 隆志                                                                                                                                                                                  | 池上 愛子<br>岡村 きよみ<br>古布 啓治<br>竹原 富子<br>中村 好宏<br>矢野 紀之<br>和田 亮吉                                                                                                                                                                              | 今栄 菊子<br>岡本 年昭<br>進藤 伊公子<br>鶴岡 知恵子<br>三塩 美津江<br>山口 喬彦                                                                                                                                                                                     | 梅田 壽雄<br>亀田 美穂子<br>妹尾 美紗子<br>東平 守弘<br>宮崎 清志<br>山添 栄造                                                                                                                                                                                            | 大亀 恵子<br>神崎 富貴子<br>蕎麦谷 寿美子<br>富平 恵理子<br>向井 範雄<br>山田 徹                                                                                                                                                                                |  |  |  |
| 1  | 福祉車両                                                                                                                                                                             | 0           | 川元 大生                                                                                                                                                                                                                                       | 1名                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |  |

## 奉仕活動 2015年11月実績 (合計 992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<br><br>サンボエム<br>エイジフリー・ライフ<br>ひらかた聖徳園<br>その他福祉施設 | 104<br>33名 | 青木 宏平<br>笠原 加寿子<br>澤田 年江<br>種田 ナス子<br>中川 良子<br>浜田 佳代子<br>吉崎 富美子 | 青木 ヤス子<br>久保田 カツエ<br>下野 公子<br>角山 カズコ<br>仲島 節子<br>平尾 京子<br>若林 理恵子 | 上田 卓是<br>庫本 方明<br>蕎麦谷 寿美子<br>鶴岡 知恵子<br>中村 太一<br>松村 みや子<br>和田 喜代美 | 大亀 恵子<br>庫本 美弥子<br>高木 永子<br>戸田 間理子<br>西村 洋子<br>山下 千賀子 | 大倉 哲郎<br>光明 幸子<br>谷垣 孝子<br>戸出 美穂子<br>橋本 美也子<br>吉崎 秀子 |  |
| 2  | 子育て<br><br>学童保育支援<br>子ども安全見守り隊<br>親子広場支援<br>いきいき広場  | 183<br>47名 | 青木 ヤス子<br>植本 壽満枝<br>岡副 一枝<br>近藤 秀子<br>進藤 伊公子<br>谷口 和夫           | 東 好秋<br>宇仁 義明<br>川畑 美恵子<br>合田 康子<br>蕎麦谷 東造<br>仲島 節子              | 今栄 菊子<br>梅岡 昌美<br>栗谷 加代子<br>澤田 年江<br>竹中 嘉代子<br>中村 太一             | 岩坪 千寿子<br>遠藤 保江<br>小石川 光夫<br>下家 真由美<br>竹原 富子<br>西島 治子 | 上田 卓是<br>大辻 宏<br>古布 啓治<br>下村 和子<br>田中 豊子<br>西村 洋子    |  |

|                                                                                                                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                 |             | 野村 文夫<br>藤 一夫<br>山下 千賀子<br>和田 亮吉                                                                                                                                                                                                                                                  | 橋本 美也子<br>松村 みや子<br>山田 哲太郎<br>和田 喜代美                                                                                                                                                                                                                                               | 廣田 俊郎<br>三津 輝雄<br>山本 典子                                                                                                                                                                                                                                               | 福村 清美<br>森井 禮子<br>吉崎 富美子                                                                                                                                                                                                                                                     | 福山 佐和子<br>森本 賢二<br>四角 利和                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3 環境<br><br>アドブトリバー<br>岡東中央公園<br>楠葉中央公園<br>香里ヶ丘けやき通り                                                            | 109<br>80名  | 青木 宏平<br>井上 逸子<br>宇仁 義明<br>紙屋 クミエ<br>倉森 孝夫<br>近藤 秀子<br>進藤 伊公子<br>高橋 保<br>塚本 キヨミ<br>西川 英雄<br>福田 勝博<br>堀田 英雄<br>宮崎 清志<br>森本 賢二<br>山田 徹<br>吉崎 富美子                                                                                                                                    | 浅野 明子<br>今西 邦弘<br>浦口 紀子<br>川上 一富實<br>光明 幸子<br>近藤 佐代子<br>杉野 美智恵<br>高浜 秀一<br>角山 正男<br>西川 美代子<br>福留 和代<br>松村 サヨ子<br>宮永 田鶴子<br>矢倉 達雄<br>山田 倫子<br>吉田 正男                                                                                                                                 | 東 好秋<br>上田 卓是<br>遠藤 智多子<br>神崎 正人<br>古布 啓治<br>佐伯 明美<br>蕎麦谷 東造<br>高浜 好子<br>東平 守弘<br>浜田 佳代子<br>藤井 好江<br>松村 篤<br>宮本 琴江<br>山口 喬彦<br>山田 隆志<br>吉房 勝治郎                                                                                                                        | 石西 正子<br>植本 壽満枝<br>大倉 哲郎<br>北川 忠雄<br>小山 美智子<br>四方 快枝<br>高木 邦彦<br>竹原 富子<br>永盛 喜國<br>濱田 孝夫<br>藤原 和希<br>松本 輝夫<br>向井 明美<br>山口 祐右子<br>山本 茂<br>四角 利和                                                                                                                               | 井上 行弘<br>内堀 サヨミ<br>大辻 宏<br>櫛部 瑞恵<br>近藤 輝男<br>下村 和子<br>高木 永子<br>田中 一美<br>西岡 幸美<br>廣田 靖子<br>古武 由紀子<br>三津 輝雄<br>森田 和一<br>山崎 健<br>山本 典子<br>和田 亮吉                                                                                                                             |
| 4 その他<br><br>外部活動<br>青色防犯パトロール                                                                                  | 98<br>36名   | 秋山 季久雄<br>上田 卓是<br>大亀 恵子<br>下村 英男<br>西川 善郎<br>松本 輝夫<br>山口 喬彦<br>四角 利和                                                                                                                                                                                                             | 東 好秋<br>植本 壽満枝<br>大辻 宏<br>下村 和子<br>蜂谷 直孝<br>三津 輝雄<br>山田 徹                                                                                                                                                                                                                          | 石西 正子<br>宇仁 義明<br>木村 和夫<br>竹原 富子<br>蜂谷 照美<br>三津 篤子<br>山田 倫子                                                                                                                                                                                                           | 今井 洋三<br>梅田 壽雄<br>木村 杏<br>富平 恵理子<br>福村 清美<br>向井 範雄<br>山田 哲太郎                                                                                                                                                                                                                 | 今西 邦弘<br>遠藤 智多子<br>古布 啓治<br>中村 好宏<br>藤原 和希<br>向井 明美<br>吉田 正男                                                                                                                                                                                                             |
| 5 NALC活動<br><br>会報手配り<br>各種イベント・企画<br>事務局作業・日直<br>地区世話人会<br>会員研修<br>活動区分別交流会<br>声かけボランティア<br>本部・他拠点<br>各種打合せ・会議 | 498<br>147名 | 青江 政行<br>浅野 明子<br>池淵 洋子<br>今栄 菊子<br>植本 壽満枝<br>遠藤 育代<br>岡村 きよみ<br>亀田 美穂子<br>岸岡 夏絵<br>倉森 孝夫<br>近藤 輝男<br>佐々田 雅春<br>下村 和子<br>平 里美<br>竹原 富子<br>種田 ナス子<br>角山 正男<br>富平 恵理子<br>中村 太一<br>仁波 正之<br>浜田 佳代子<br>福留 和代<br>松浦 緑<br>松本 幸子<br>宮永 田鶴子<br>柳澤 卓<br>山田 隆志<br>横山 みゆき<br>吉野 嘉代子<br>和田 亮吉 | 青木 宏平<br>東 好秋<br>石西 正子<br>今西 邦弘<br>宇仁 義明<br>大亀 恵子<br>奥野 忠子<br>亀田 雄子<br>久保 百合<br>栗谷 加代子<br>近藤 秀子<br>澤田 良和<br>進藤 伊公子<br>田岡 治子<br>橋 佳寿子<br>田淵 美佐子<br>鶴岡 知恵子<br>中川 良子<br>中村 好宏<br>根来 和子<br>久本 ひさ子<br>福山 佐和子<br>松村 サヨ子<br>三坂 詔子<br>宮本 利明<br>山口 喬彦<br>山中 暁子<br>吉崎 秀子<br>吉房 勝治郎<br>和田 喜代美 | 青木 ヤス子<br>井口 保子<br>一宮 順世<br>岩崎 澄子<br>梅岡 昌美<br>大上 登茂子<br>押江 一恵<br>河上 勲<br>久保田 カツエ<br>光明 幸子<br>合田 賢一<br>清水 次雄<br>杉原 トモ子<br>高木 永子<br>谷垣 孝子<br>中馬 妙子<br>東平 守弘<br>中嶋 庸子<br>西岡 幸美<br>野口 弘<br>平岡 幸子<br>藤原 和希<br>松村 加代<br>三塩 美津江<br>向井 範雄<br>山崎 健<br>山本 義信<br>吉崎 富美子<br>四角 利和 | 秋山 季久雄<br>池上 愛子<br>井藤 しのぶ<br>岩坪 千寿子<br>梅田 壽雄<br>大辻 宏<br>笠原 加寿子<br>川元 大生<br>庫本 方明<br>小谷 須奈枝<br>齊藤 政子<br>清水 雅子<br>妹尾 美紗子<br>高野 美紀子<br>谷口 和夫<br>塚本 キヨミ<br>徳丸 洋子<br>中野 英子<br>西川 昌子<br>野村 文夫<br>廣田 靖子<br>古武 由紀子<br>松村 みや子<br>三津 輝雄<br>村上 弘子<br>山下 千賀子<br>山本 美代子<br>吉澤 里美<br>若林 重次 | 明智 千佳<br>池田 勝代<br>今井 洋三<br>上田 卓是<br>浦口 紀子<br>大村 三女子<br>紙屋 クミエ<br>神崎 富貴子<br>庫本 美弥子<br>古布 啓治<br>酒井 靖子<br>下野 公子<br>蕎麦谷 寿美子<br>高橋 保<br>谷脇 文江<br>辻 洋子<br>戸出 美穂子<br>中橋 博子<br>西川 美代子<br>蜂谷 直孝<br>福井 寛美<br>本多 澄子<br>松本 輝夫<br>南谷 登代子<br>森本 賢二<br>山田 徹<br>行元 東洋<br>吉田 正男<br>若林 理恵子 |

## ☆ 地区会相互の交流会を終えて

地区会主担当 中村 好宏

各地区の情報交換をし、自地区会の更なる活性化を図るために、12月3日、ふれあいルームで地区担当運営委員、世話人代表、和田代表、部門統括、地区会担当者の19名で地区会相互の交流会を開催しました。

各地区の過去2～3年間で好評を得たテーマについての発表では、健康に関する「出前講座」が多く、他には花見、忘年会、新年会等がありましたが、地域老人会との共催等の工夫もありました。課題では参加者が固定化している。世話人の誰もが主担当にな

っても出来るようにする。提供活動者が少ない等。初めて地区会に出られる方には、迎えに行く。参加しやすい工夫が必要であるとの意見もありました。

和田代表から「地区会運営細則改定」の説明があり、地区連絡網は年度毎に事務所へ提

出する事、地区運営委員は面談情報の活用を図るよう要請がありました。

緊急の課題としては、地区会への参加者が固定化しており、早急に検討・改善することが必要だと感じました。



## サンセール香里園「書道クラブ」の指導者の募集をします！

- 活動日： 第1・第3・第4・第5の木曜日。
- 時 間： 午後、約2～2時間半ぐらい。
- 対象者： 20名ぐらい。
- 内 容： 半紙に2文字、大きい字を書きます。
- 資 格： 特別な資格はいりません。

※ナルク会員の方2名がアシストしてくれます。

(その他)

時間預託活動です。(交通費支給)

1度見学に来てください。お待ちしております。



コーディネーター： 西岡 幸美

## 新入会員交流会のお知らせ

- ・日 時：3月23日(水) 13:30～ 場所：ラポール 4F ミーティングルーム
- ・対象者：2014年1月～2015年12月までの入会者及びその他希望者
- ・内 容：1)ナルクの理念について  
2)NALC「天の川クラブ」の組織、運営について  
3)活動紹介(時間預託活動、奉仕活動部門別活動)  
4)意見交換、懇親会  
詳しくは、次回会報に折り込みチラシをいれます。

## ◇ 12月の文化・スポーツ活動内容

総参加者数 174名

|                   |                                                                                                                                                       |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 英 会 話<br>2回15名    | 12月6日8名、13日7名。飛行機内での飲み物、食事を頼むこと、入国審査税関などでの英会話例文をもとに順次 role play をした。近況として自宅前のイチョウ並木の黄化した風景美を楽しみ、銀杏の採取、時事問題等を話した。 奥野 勇                                 |
| カ ラ オ ケ<br>2回18名  | 11月17日11名、12月1日7名。寒さ感じるこの季節、心に浸みる曲が多く歌われ、締めくくりはホワイトクリスマス、ピングクロスビーを彷彿させる声でうっとり！小さなツリーが飾られた店内はひと足早いクリスマスムードでした。この会も何かにチャレンジをとNHKのど自慢の出場を目指し応募しました。 田畑敦子 |
| ミュージックベル<br>2回29名 | 12月1日15名、15日14名。年末の福祉施設訪問の為に、クリスマスの曲（赤鼻のトナカイ、ジングルベル等）を練習しました。 神崎富貴子                                                                                   |
| 楽しいオカリナ<br>2回24名  | 11月15日12名、12月6日12名。ケアハウス つくしんぼう長尾様より演奏依頼があり、冬景色、青い山脈、月の砂漠、ジングルベル、聖夜、グロリア等クリスマスソングを練習しました。 徳丸洋子                                                        |
| マジック友の会<br>1回8名   | 12月4日8名。12月11日「殿二、一人暮らし和の会」訪問に備えリハーサル「白紙からお札＆コインの出現」の練習で、覚えた筈なのに？？？、三步進み二歩下がるの現状ですが、楽しい時間を過ごしました。 植本壽満枝                                               |
| オー・ジーンズ<br>1回8名   | 11月18日8名。今回の歌声喫茶は、赤トンボ、あの町この町、証城寺の狸囃子、待ちぼうけ、ローレライ、風、北国の春、知床旅情、瀬戸の花嫁、星影のワルツ、広い河の岸辺を歌いました。 中村好宏                                                         |
| ゴ ル フ             | 当期間中の活動はありませんでした。 西岡堆二                                                                                                                                |
| テ ニ ス<br>3回28名    | 11月18日8名、12月2日8名、12月9日12名。忘年会も終え今年も後2回新入会員さんを迎え、小春日和の中楽しく練習しています。リニューアルされた春日コートは足にも良く健康維持にもいいですよ。初心者大歓迎です。 南谷登代子                                      |
| ウォーキング<br>1回11名   | 11月19日11名（初参加者1名）。紅葉のシーズンで 叡山電車から見る車窓の景色は素晴らしかった。鞍馬神社から源義経修行の鞍馬寺への山道は意外と歩き易く義経堂など色々見るものがあった楽しいハイキングでした。 辻 洋子                                          |
| カ ワ セ ミ<br>1回33名  | 11月26日33名。小雨パラつく中、京阪八幡市駅～善法律寺～正法寺～松花堂～圓福寺までの「高野街道を歩く」に33名が参加。善法律寺のもみじ観賞、圓福寺での僧侶のお話を聞く等、良き一日でした。 山田 徹                                                  |

活動時間は、前々月16日～前月15日までの報告です。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 東平 守弘

12月度運営委員会12月14日実施。出席者27名。（オブザーバー3名含む）

次の事項を検討し了承された。

- ◆ 2015年11月度、時間預託活動・奉仕活動・入会退会者および会計報告
- ◆ 2016年度定時総会議案書作成スケジュールの検討
- ◆ 新入会員面談後の伝達方法の見直し検討
- ◆ ナルク本部開催の時間預託委員会の内容報告
- ◆ 枚方市介護予防・日常生活支援総合事業の基盤整備における第1層協議体の内容報告
- ◆ 地区担当者相互の交流会の内容報告
- ◆ 11月度コーディネーター会の報告
- ◆ 1月27日（水）コーディネーター養成講座の開催と参加者の呼びかけ

# ◇「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 |
|-----------|-------------|---------------|-------------|
| 福原美江      |             | 大阪市旭区 (メ-ル 5) |             |

(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・アダプトー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・アダプトー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～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 サプリ村野           |
| 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            |

## 1月(配布開始日の1月13日以降分のみ掲載)

|        |                   |            |            |
|--------|-------------------|------------|------------|
| 14日(木) | ウォーキング「仁和寺初詣と新年会」 | 9時30分      | 枚方市駅中央改札   |
| 22日(金) | 6地区会              | 12時30分～    | 割烹「藤」      |
| 26日(火) | 家事支援提供者会議         | 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 |
| 27日(水) | コーディネーター養成講座      | 10時～16時30分 | ラポ4F MR1・2 |

## 2月

|        |           |         |            |
|--------|-----------|---------|------------|
| 2日(火)  | スタッフ会     | 13時30分～ | ふれあいルーム    |
| 8日(月)  | 運営委員会     | 13時30分～ | ラポ4F MR1・2 |
| 20日(土) | 3地区会      | 13時30分～ | 輝きプラザ「きらら」 |
| 23日(火) | 奉仕活動担当者会議 | 13時30分～ | ラポ4F MR1・2 |
| 26日(金) | 7地区会      | 10時～    | 楽寿荘        |

## ★お知らせ

2016年度定時総会は6月8日(水曜日)に「メセナひらかた」で開催の予定です。  
カレンダーにマークをお願いします。