

〈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.224 2016年4月
会員数824 (男324 女500 世帯553)

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>

新たな活動への取り組み

草木も芽吹き新緑が躍動する季節となりました。会員の皆様には、日頃ナルク活動にご理解ご協力を頂きありがとうございます。

NALC「天の川クラブ」は、4月が年度がわりですが、2016年度の活動計画は6月の総会で承認されてからの始まりとなります。現在、ナルク会員の平均年齢も年々上がり、会員相互扶助活動も同年代同士の助け合いになってきています。しかし、ボランティアをされている人は、元気で活力のある方が多く、今後も皆様の力が一層必要となってきました。

今、ひとり暮らしの高齢者が全国で480万人に達しており、自治会や老人会にも参加せず、近所付き合いのない人も多く、地域で支えあいが出来ないことが社会問題となっています。10年後にはさらに高齢化が進み、介護人材は3万人不足と推定されています。高齢者が元気で生きがいを持って地域で生活するには、高齢者の働く場づくり・仲間づくり・ボランティア活動が必要との観点から、地域包括ケアシステムが推進されるものです。



天野川堤の桜

代表 和田 亮吉

枚方市が進めている「介護予防・日常生活地域支援総合事業」の新事業については、ナルク本部も各自治体と連携し積極的に地域包括ケアシステムに取り組むべく、各拠点に昨年通達がありました。

NALC「天の川クラブ」も2015年5月に枚方市からの要請を受け、新しい総合事業の「意見交換会」に参加し、市内の各団体が出席する「第一層協議体」の会議にも現在参加しています。この新事業の訪問型サービスの受託に向け、本年2月に「新事業検討委員会」を立ち上げました。この事業に従事するには、枚方市が定める「生活支援員」研修を受講した人に限られています。また、一般市民対象であることから、ナルク会員相互扶助活動との混在を避けるため、受付場所や方法など、検討委員会で細部に亘り検討していきますので、会員皆様のご理解とご協力をお願い致します。

6月8日（水）の総会には、2106年度の活動計画の発表・講演・親睦会など予定していますので、皆様是非ご出席くださいますようお願い致します。

◇サンセール香里園書道活動

施設担当 CO 西岡 幸美

平成13年12月にサンセール香里園は創業されました。NALC「天の川クラブ」事務所に電話が入り書道部を作りたいと申し入れがあった時、私はたまたま日直で、当時、事務局長の上田さんから「西岡さん出来るやろ」の一声に応じた事、「今ならちょっと考えさせて顶きます」くらいの余裕を持ってお受けしたと思います。若かったのですね！！当初は一人で活動をしていました。

硯、筆等を庭の片隅で洗っていたのをその年、就任された三日市社長が見ておられて、「そんなこと職員にしてもらって下さい」と優しいお言葉をかけて頂き、嬉しかったのを覚えています。現在は毎回2名の会員の方に手伝って頂いていますが、そのお陰で今日まで続けてこられたと思います。

開始当時、海外マスコミの取材があったりして、新しい体験をさせて頂いたことは今も鮮明に覚えています。最近参加される方が少

しずつ変わってきています。書をされるそれぞれの方に名札を作り、書いて頂く時の手本にとお渡ししていますが書道部に残された50余名の名札を見ると、胸が熱くなります。

「エッ！一週間前には参加しておられた方なのに」という事もありました。後で知った時など悔しい思いは募ります。「待ってました〜」と車椅子から両手を振りながら、お見えになる方を迎えた時は「頑張ろう！」と思える時です。10年続けて来られたのも皆さまの笑顔に助けて頂いたお陰です。



時間が
ありまし
たら一度
覗いてく
ださい。

◇ふれあい散策クラブ「カワセミ」

山田 徹（1地区）

ふれあい散策クラブ「カワセミ」は、第一回の京阪牧野駅から山田池公園迄の散策より今年2月で70回目を迎えました。参加者は、一回平均29名と多くの方にご参加を頂き、又2月末現在、NALC「天の川クラブ」827名会員の内122名の方の参加を頂きました。高齢化に伴い、登り坂を少なくし、歩く距離を短く、休憩と親睦の場を多く持つこと、又季節毎の風景を考慮し、楽しく一日を過ごせるようにとコースを選定しています。

2012年12



京都御苑 2016.2

月より会員の要望もあり、全員での昼食会をとりいれ、既に4回行い好評を得ています。

季節の花々の観賞、神社・仏閣等自然と文化に親しみ、会員同士の親睦を深めることを目的の散策です。原則事務所への参加申し込みとなっています。当日自由参加・自由欠席ですが、12月は出席申込の必要があります。

一年間の開催予定表の下欄事項、又は会報の最終ページの連絡・行事予定欄をご覧の上、未だ参加されていない方も是非ご参加下さい。

◇「3 地区会」 オー・ジーンズと一緒に歌う

吉崎 富美子

2月20日（土）午後から輝きプラザ「きらら」にて26名の出席者で開催しました。「オー・ジーンズ」の命名は、“オジンがジーンズをはいているから”と聞き、笑いからスタートしました。

「揚げば尊し」から始まり全10曲の演奏で皆が大きな声で大合唱、年齢を忘れ全部歌える曲で、アンコールも含め一時間あっという間の時間を楽しくすごしました。



近藤統括からは、29年度から介護保険のうち、要支援ⅠとⅡは国から各市町村への移行でNALC「天の川クラブ」も枚方市に協力していきたい、又6月の総会に向けて準備し

ているとのことでした。

交流会では、皆さん多士済々な趣味等を聞き、時間があっという間に過ぎ、楽しい地区会を終りました。

◇「7 地区会」 認知症を学ぶ

前野 みよ子

2月26日（金）楽寿荘において7地区会が27名出席で開催されました。

地区運営委員から2月運営委員会報告のあと、植本代表代理・角山副代表より地域包括ケアシステムについての取り組みや「天の川オータムフェスタ」についての活動等についてのお話を伺いました。

地区委員をはじめ会員の皆さんからも話題が飛び交い、また利用者の方からのお話もあり、新人会員としては、充足した時間を味わわせていただきました。

昼食は、「天の川オータムフェス

タ」で頂いた賞金を加えた豪華な弁当を美味しく戴いたあと、2016年度の地区世話人を決めました。

午後からは、地域包括支援センター美郷会より「認知症サポート養成講座」の講義を受けました。認知症予防には、早期発見の大切さ、食事、運動、生活習慣に気を配り趣味や

社会参加を心がける事。また心のバリアフリーに係わる人の心構えとして、「さりげなく自然に」あるがままを受け止める事の大切さを勉強して、認知症サポーターの「オレンジリング」をいただきました。



預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 預託活動 2016年2月実績 (合計489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	323 105 名	青木 ヤス子 一宮 順世 上田 卓是 遠藤 智多子 尾崎 せい 木村 杏 倉本 幸子 定井 節子 柴野 光子 高附 加智子 伊達 みちよ 西尾 千鶴子 野津 茂美 坂東 聡子 福山 喆子 前野 みよ子 松本 幸子 森木 登美子 柳田 静子 山科 初子 山本 典子	赤木 都 井上 行弘 植本 壽満枝 遠藤 育代 押江 一恵 櫛部 昭男 小谷 須奈枝 佐藤 繁子 清水 喜久子 高橋 保 角山 正男 西岡 幸美 橋本 政喜 東田 幸子 藤 朋子 松浦 緑 三坂 詔子 森田 由利子 山口 祐右子 山田 倫子 吉澤 里美	東 好秋 井上 逸子 内堀 サヨミ 岡田 弘子 亀田 雄子 熊岡 浪恵 近藤 秀子 澤田 年江 下村 和子 高橋 敏子 富平 恵理子 西川 昌子 濱田 孝夫 人見 眞佐子 藤井 史子 松尾 淑子 三塩 美津江 森本 賢二 山口 紀子 山田 隆志 吉田 正男	池田 勝代 入江 みや子 梅田 陽子 岡村 きよみ 河合 ハツノ 庫本 方明 酒井 靖子 汐川 絢子 平 里美 橋 佳寿子 中橋 博子 西川 美代子 濱田 一美 平野 賀世 藤井 好江 松村 サヨ子 南谷 登代子 森脇 富美江 山下 千賀子 山中 暁子 吉野 嘉代子	石西 正子 植木 美恵子 江田 啓子 岡本 妙子 川元 大生 庫本 美弥子 酒田 昌子 四方 快枝 高木 永子 田淵 美佐子 永吉 悦子 西本 雅子 林田 浩 廣瀬 邦子 堀田 英雄 松村 加代 宮崎 清志 門口 よしみ 山下 徳子 山本 義信 和田 喜代美		
2	送迎	34 7 名	今西 邦弘 新堂 弘和	上田 卓是 西川 昌子	岡本 俊治	川元 大生	下村 英男		
6	文化・スポーツ	14 11 名	奥野 勇 徳丸 洋子 山田 徹	神崎 富貴子 中村 好宏	古布 啓治 比江島 和加子	蕎麦谷 東造 南谷 登代子	田畑 敦子 宮本 琴江		
8	コーディネート	4	東 好秋	角山 正男	2 名				
9	事務所当番 事務所作業	114 29 名	東 好秋 岡村 きよみ 蕎麦谷 寿美子 富平 恵理子 宮崎 清志 山添 栄造	今栄 菊子 岡本 年昭 竹内 照恵 豊嶋 イツ子 向井 範雄 山田 徹	梅田 壽雄 神崎 富貴子 竹原 富子 中村 好宏 森岡 康子 山田 隆志	大亀 恵子 久保 百合 鶴岡 知恵子 橋本 政喜 矢野 紀之 和田 亮吉	大辻 宏 進藤 伊公子 東平 守弘 三塩 美津江 山口 喬彦		
1	福祉車両	0	川元 大生	1 名					

◇ 奉仕活動 2016年2月実績 (合計974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	125 37名	青木 宏平 大倉 哲郎 澤田 年江 角山 カズコ 中村 太一 蜂谷 照美 松村 みや子 若林 理恵子	青木 ヤス子 岡副 一枝 下野 公子 鶴岡 知恵子 永盛 喜國 浜田 佳代子 村田 圭子 和田 喜代美	上田 卓是 笠原 加寿子 高木 永子 戸田 間理子 永吉 悦子 平尾 京子 山下 千賀子	植本 壽満枝 久保田 カツエ 竹中 嘉代子 戸出 美穂子 西村 洋子 松浦 緑 吉崎 秀子	大亀 恵子 光明 幸子 辻 洋子 中川 良子 橋本 美也子 松浦 多摩江 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	183 35名	青木 宏平 上田 卓是 大辻 宏 田口 茂子 中村 太一 松村 みや子 森本 賢二	青木 ヤス子 植本 壽満枝 小石川 光夫 竹中 嘉代子 廣田 俊郎 三塩 美津江 山下 千賀子	東 好秋 宇仁 義明 古布 啓治 竹原 富子 福村 清美 三津 輝雄 山田 哲太郎	今栄 菊子 梅岡 昌美 進藤 伊公子 谷崎 祐子 福山 佐和子 宮崎 清志 吉崎 秀子	岩坪 千寿子 遠藤 保江 蕎麦谷 東造 戸田 間理子 藤 一夫 森井 禮子 四角 利和			
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	68 49名	青木 宏平 上田 卓是 岡村 きよみ 近藤 輝男 高橋 保 西川 昌子	青木 ヤス子 宇仁 義明 川上 一富實 近藤 佐代子 竹原 富子 西本 雅子	浅野 明子 浦口 紀子 北川 忠雄 四方 快枝 田中 一美 浜田 佳代子	東 好秋 遠藤 智多子 古布 啓治 下村 和子 塚本 キヨミ 濱田 孝夫	今西 邦弘 大辻 宏 小山 美智子 高木 永子 富田 靖 林 輝子			

		廣田 靖子 三津 輝雄 山口 祐右子 山本 美代子	福留 和代 南谷 登代子 山田 徹 吉田 正男	藤原 和市 宮永 田鶴子 山田 倫子 吉田 千恵子	松村 サヨ子 宮本 利明 山田 隆志 和田 亮吉	松本 輝夫 森本 賢二 山本 典子
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	119 38 名	青江 政行 上田 卓是 大辻 宏 四方 快枝 谷脇 文江 藤原 和市 柳澤 卓 山田 隆志	秋山 季久雄 宇仁 義明 北川 忠雄 下村 英男 西川 善郎 松本 輝夫 山口 喬彦 吉崎 富美子	東 好秋 梅岡 昌美 木村 和夫 下村 和子 蜂谷 直孝 三津 輝雄 山田 徹 四角 利和	今井 洋三 遠藤 智多子 木村 杏 蕎麦谷 寿美子 蜂谷 照美 向井 範雄 山田 倫子	今西 邦弘 大亀 恵子 古布 啓治 竹原 富子 福村 清美 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	479 146 名	青江 政行 東 好秋 池淵 洋子 今井 洋三 岩坪 千寿子 浦口 紀子 大村 三女子 紙屋 クミエ 川元 大生 久保 百合 古布 啓治 酒井 靖子 清水 雅子 平 里美 竹原 富子 中馬 妙子 東平 守弘 中橋 博子 西川 昌子 野口 弘 濱田 一美 福井 寛美 前野 みよ子 三津 輝雄 村上 弘子 山口 喬彦 山中 暁子 吉岡 京子 吉野 嘉代子 和田 喜代美	青木 ヤス子 東 八重美 石西 正子 今栄 菊子 上田 卓是 遠藤 育代 岡田 弘子 亀田 美穂子 神崎 富貴子 庫本 方明 近藤 輝男 佐々田 雅春 下村 和子 田岡 治子 橘 佳寿子 塚本 キヨミ 戸出 美穂子 中村 太一 西田 スマコ 野村 文夫 久本 ひさ子 福山 佐和子 松村 サヨ子 南谷 登代子 森本 賢二 山崎 健 山本 義信 吉崎 秀子 吉房 勝治郎	秋山 京子 井口 保子 一宮 順世 今西 邦弘 植本 壽満枝 大亀 恵子 岡村 きよみ 亀田 雄子 岸岡 夏絵 庫本 美弥子 近藤 秀子 澤田 良和 杉原 トモ子 高附 加智子 谷脇 文江 辻 洋子 富平 恵理子 中村 好宏 西村 洋子 橋本 政喜 平岡 幸子 藤原 和市 松村 加代 宮永 田鶴子 館 澄男 山下 千賀子 山本 美代子 吉崎 富美子 四角 利和	明智 千佳 池上 愛子 伊藤 伸枝 入江 みや子 梅岡 昌美 大上 登茂子 奥野 忠子 河上 勲 木村 明子 栗谷 加代子 合田 賢一 澤田 年江 蕎麦谷 東造 高野 美紀子 種田 ナス子 角山 正男 中嶋 庸子 永盛 喜國 仁波 正之 橋本 美也子 廣瀬 光男 堀田 英雄 松本 輝夫 宮本 利明 柳澤 卓 山田 徹 行元 東洋 吉澤 里美 若林 重次	浅野 明子 池田 勝代 井藤 しのぶ 岩崎 澄子 梅田 壽雄 太田 満由美 押江 一恵 川畑 美恵子 櫛部 昭男 光明 幸子 斉藤 政子 清水 次雄 蕎麦谷 寿美子 高橋 保 田淵 美佐子 鶴岡 知恵子 中野 英子 西岡 幸美 根来 和子 蜂谷 直孝 廣田 靖子 本多 澄子 三塩 美津江 向井 範雄 柳田 静子 山田 隆志 横山 みゆき 吉田 正男 和田 亮吉

お知らせ！

子育て支援担当 植本壽満枝

地域や校区で子ども安全見守り活動に参加している場合も奉仕点数になります。

奉仕活動報告書を月末に事務所へ提出してください（ファックス可）。

支援活動で飲食物を与えることは禁止事項です！！

家事支援、福祉施設、子育て支援等で活動されている皆様に、改めてお願いです。

施設での活動においては、飲食物を持ち込んで与えることは禁止事項になっております。

家事支援・子育て支援の場においても同様です。

親しい関係であっても食中毒やアレルギーの観点からも禁止行為です。優しい心は、態度で示しましょう。

事務局

「ひらかた防災学校」に参加して

防災訓練には参加・体験をしよう！

山田 徹（1 地区）

3月6日（日）サプリ村野で約400名の参加者の下、第5回「ひらかた防災学校」が開催され、NALC「天の川クラブ」はハンドマッサージ・歌声喫茶（オー・ジーンズ）で参加しました。

今回の内容は、昨年と同じテーマ「学んで守ろう わが身わがまち」で防災や備えを学び、考え、災害時に実際の対応等を体験するイベントです。参加団体は21団体。

午前は体育館内での展示・体験講座、午後には参加者による実施体験「みんなの避難訓練」が行われました。内容は、「助けて体験・障害物避難・水害避難・車椅子支援体験・暴風体験・起震車・煙道・消火器体験」です。

ハンドマッサージへの来場は69名、歌声喫茶は40名ありました。NALC「天の川クラブ」には、例年、来場者が多く大変嬉しいことです。今回は全団体が分散せず、体育館のみ使用の為、各団体のブースが狭く、ハンドマッサージも満足に出来なかったことが残念でした。19名のハンドマッサージ担当者に感謝しますと共に申し訳なく思います。今後の課題と致します。

昨年や今年のように、災害時の実際の対応

体験は、このような機会にしか出来ないのも、NALC「天の川クラブ」の皆様も参加・体験されては如何でしょうか。



庭・植木手入れ ワンポイント

庭・植木手入れコーディネーター 角山正男

卯月4月

山茶花・椿が終わりました。冬を越した花咲く木々の花芽がドンドン膨らんでいます。花の咲く木の剪定は、何時がベストでしょう。ある家の「つつじ」が見事に刈り込んでありました。聞いたら年末に「つつじ」も正月を迎えてやろうと刈り込んだとのこと。びっくりポン！

ずばり、花の咲く木は、花が散った後に剪定するのが最適です。冬から春に花を咲かす木は、秋から花芽を育みます。花芽を無視して揃えてやろうの気は持たないでください。但し、「きんもくせい」は夏の1か月の間に花芽を育てます。

◇3月の文化・スポーツ活動内容

総参加者数177名

英 会 話 2回16名	2月21日・3月6日ともに8名。テキストを使って趣味、スポーツやレストランの予約、買い物など会話練習を行った。近況では、旅行や花見の話、病院内の移動図書ワゴンで病室をまわるボランティアで患者さんに喜ばれた体験談の披露。 奥野 勇
カ ラ オ ケ 2回12名	2月16日・3月1日ともに6名。 行きつ戻りつの寒さが続き、参加者が少なく淋しい三月。「雛祭り」「早春賦」を春待つ心で歌いました。大勢の皆様のご参加お待ちしております。 田畑敦子
ミュージックベル 3回45名	2月16日14名、3月5日16名、3月15日15名。 新しいメンバー（男性）1名を迎えて19名の大所帯になりました。♪の読める方で即戦力として既存メンバーの中に入られても大丈夫。4月のボランティア演奏が楽しみです。 神崎富貴子
楽しいオカリナ 2回21名	2月21日10名、3月6日11名。 朝ドラ「あさがきた」のテーマ曲”365日の紙飛行機“ 聞いていると簡単ですが、吹くと難しい！あわてず、テンポよく・・・・・・と練習しました。 徳丸洋子
マジック友の会 2回13名	2月15日6名、3月4日7名。今回も新入会者を迎え「2枚ハンカチ」「お椀と玉」の練習。紅白のシルクの手触りを感じつつ、成功した時は自分を誉めてあげたい気分になります。3月に施設訪問を受け演目について話し合いをしました。 植本壽満枝
オー・ジーンズ 1回6名	2月16日6名。蛍の光、おさななじみ、青春時代、世界は二人のために、知床旅情いい日旅立ち、雪の降る街を、旅愁、John B.Sails ,Yellow Bird, Michael 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。 西岡雄二
テ ニ ス 3回26名	2月17日8名、24日10名、3月2日8名。季節はずれの気温、4月並みのポカポカ陽気、飛散する花粉に気をつけてテニスを楽しんでいます。4回目は残念乍ら雨でした。 南谷登代子
ウォーキング 1回7名	2月25日7名。 山陽電鉄・網干駅より歩くこと1時間で綾部山梅林に到着。ひと目2万本の紅白の梅は六分咲き。瀬戸内海を見渡せる高台で昼食タイム。素晴らしい景色を堪能した一日でした。 蜂谷直孝
カ ワ セ ミ 1回31名	2月25日31名。京阪三条駅～六角堂～本能寺～京都資料館～京都御苑迄のコースに31名が参加。寒い候ながら暖かな日差しの中、久しぶりの散策で楽しい一日を過ごしました。 山田 徹

活動期間は、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

3月度運営委員会3月14日実施。出席者23名。

次の事項を検討し了承された。

- ◆ 2016年2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年度定時総会の議案書内容の及びタイムスケジュール等の検討
- ◆ 枚方市の介護予防・支援総合事業「新事業検討委員会」の報告
- ◆ 本部開催のコーディネーター研修会参加の報告
- ◆ 2月度奉仕活動担当者会議の報告
- ◆ 地区会の開催手順について、周知徹底を図る事に関して
- ◆ 2015年度新入会員交流会について

◇「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
川村秀人	三千代	枚方市香里ヶ丘（６）	松野久代		枚方市尊延寺（１０）
田中稔朗	一葉	枚方市東山（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4金曜日	1時～2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

4月 (配布開始日の4月11日以降分のみ掲載)

21日 (木)	ウォーキング「小塩山と温泉(希望者)」	8時10分	枚方市高槻行バス停
28日 (木)	カワセミ「琵琶湖湖岸散策」	10時	京阪三条駅中央改札

5月

9日 (月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
16日 (月)	運営委員会	13時30分～	ラポ4F MR1・2
19日 (木)	ウォーキング「葛城山」	7時30分	JR京橋駅改札
24日 (火)	4地区会	9時45分～	ラポ2F 集会室
25日 (水)	5地区会	10時～	ラポ3F 研修室2
26日 (木)	カワセミ「圓通寺と北山散策」	10時	京阪出町柳駅改札
31日 (火)	家事支援提供者会議	13時～	ラポ4F MR1・2
31日 (火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ4F MR1・2

ビデオ・写真撮影 スタッフ急募!

NALC「天の川クラブ」のイベントや研修会のビデオや写真を撮ってもらえる

スタッフを募集しています。詳しくは事務局まで。

担当 向井範雄