

〈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.228 2016年8月
会員数 827 (男 325 女 502 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>

平成 29 年 4 月から始まる地域包括ケアって？

時間預託部門統括 近藤 秀子

今、ナルクが大きく挑戦する時です。

2000 年 4 月、社会全体で高齢者を支え
あおうと始まった介護保険制度。発足当時に、
想定したよりも早く急加速で少子高齢化が
進みました。当然、サービス利用認定者も増
えてきました。3 年ごとの制度見直し、改定
のたびに介護保険サービス利用が厳しくな
ってきました。

財源・介護人材不足と先行きが見えない介
護保険制度。この度の見直しによる改定(3 年
の経過措置を経て来年4月実施)は、従来の要
支援 1・2 の支援が介護保険から外れて、そ
れぞれの各自治体が受け皿になるという大
幅な見直しになります。

「地域包括ケアシステム」は地域社会資源
(介護事業所・NPO 法人・自治会など地域
団体)を活用して支援の必要な高齢者の生活
を支え合うしくみです。高齢者自身の生きが
いや予防介護につながる地域住民の活動で、
元気な高齢者が大きな力になります。ナルク
も、枚方市の新事業に地域貢献という観点から
参入することが、総会で決議されました。

会員相互扶助活動から一歩踏み出して一
般市民対象の活動分野が増えることになり
ます。今後の活動形態は、①ナルク本来の時

間預託による会員相互扶助活動と②従来の
枚方市受託事業に加え、有償による一般市民
対象の新事業活動の 2 本立てです。

私たちにできる新事業活動内容は、従来の
要支援 1・2 と認定された市民に対する訪問
サービス型事業、身体介助を除いた家事支援
です。この支援者には「枚方市生活支援員養
成研修」の受講が必須です。

この事業に携わる会員(生活支援員)には、
ナルクのシニア生活・介護支援サポーターテ
キストの内容に少し加味した枚方市のテキ
ストを用いた研修会を受講して頂きます。

この研修は新事業にかかわらないという
会員の方にも是非、ご自身のスキルアップを
図るために受講して頂きたいと考えていま
す。

平成 29 年 4 月から始まる新事業につつま
しては、皆様のご理解を頂けますよう本年
8 月から 10 月にかけて、
各地区会に於いて説明会
を開く予定です。ご案内
の節にはどうぞ皆さん会
場へお運びくださいます
ようお願いします。

水切り絵 和田喜代美作



◇ 香里ヶ丘けやき通りの清掃活動

濱田 孝夫(6地区)

昨年1月から香里ヶ丘けやき通り周辺の清掃活動(ゴミ拾い)をしています。参加者は、6地区会員の他、4, 7, 8, 9地区の会員も含めて数人から10人前後で、各々ゴミ袋とゴミ挟を手にひたすらゴミ探し…視力回復?当初は、側溝や植込みに突込んだ空き缶、包装紙など、結構たくさん収集できたのですが、綺麗にしていると、ゴミを捨て難くなるの最近ではゴミ量が減ってきました。

でも、煙草の吸殻だけは減る気配がなく、喫煙者のマナーには困ったものです。喫煙者の方気を付けましょう。



◇ サンボエムでのナルクの活動って?

青木 ヤス子(3地区)

枚方市立デイサービスセンター(通称サンボエム)は、バスで中央図書館前下車、徒歩10分のところにあります。主な活動内容は、①昼食の配膳お手伝い(火日を除く)。②食後のお好み喫茶サービス(@100円)とおやつタイム時のお菓子・お茶の提供(いずれも月木担当)。③科目別活動として、川柳の会(月1回)、ハンドマッサージ。①~③の

全活動を通じナルクから33名が積極的に参加されています。新しく活動希望の方も大歓迎です。



◇ 「ウォーキング」のお誘い

蜂谷 直孝(3地区)

昨年のウォーキングへの参加者は女性が6割を占めていました。毎回歩いた後の親睦会も盛り上がっています。今年度の計画は灘の酒蔵、京都の社寺、吹田の古いお屋敷、山の辺の道などの街歩き、カタクリやツツジの花を訪ねる山行き、能勢の妙見山や交野山などの低山歩き、六甲山や比良の蓬莱山などの千m前後の山歩きと多彩な内容となっています。★は初級者向け、★☆は初中級者向け、★★は中級者向けとランク分けしており、歩行時間も年間計画表に書いてありますの

で自分に興味の持てる行き先でレベルが合えば、是非参加してみてください。新しい出会いが待っていると思います。



奈良・山の辺の道2015.10月

◇ テニスクラブの歩み

南谷 登代子（8地区）

今年、結成 18 周年を迎えました。平成 10 年、愛好者が集まり春日テニスコートで発足し、その時のメンバーで残っているのは 3 名で、声掛けして顔ぶれも変わりましたが、現在会員数は 13 名です。毎週のテニスも楽しいですが、年 2 回の信楽温泉ホテルヴィラの合宿では、テニスの練習、ゲーム（真剣さが増し勝負に少しこだわります）温泉、食事、パターゴルフ、トランプ…楽しい二日間です。

平均年齢も段々と上がってき



て、瞬発力、動体視力も少し衰えて来たので、無理にボールを追わず怪我しないよう頑張つて、身体が動く限り暑い夏も寒い冬も休まず、体力づくりを続けていきたいと思っております。

春日テニスコートは昨年リニューアルされ、オムユコートで足にも負担が少ないので、初心者の方でも楽しめます。ぜひ一度見学に来てください。ラケットもあり、親切なコーチ、楽しい会話、笑顔でプレー仲間をお待ちしています。

◇ 「6・8・9地区」地区会を開催しました

西岡 幸美

「シナプソロジー」初めて耳にする言葉でした。今回初めての試みとして近隣の 6・8・9地区の 3 地区合同地区会が 6 月 14 日、どの地区からも程よい場所である南部生涯学習市民センターで開催されました。（参加者 67 名）

健康運動指導士の田村美穂先生の指導のもと、脳の重さや大きさなどをクイズ形式で勉強し、その後、脳を活性化させる「シナプソロジー」では、参加者全員が笑ったり汗をかい



たり、あっという間の 90 分でした。意識的な行動・興味を持って臨むことが脳を活性化し、認知症予防に繋がるそうです。

講習後 3 地区合同懇親会が開かれ、和田代表より新事業受託についてパワーポイント

を使って分かりやすく説明があり、その後 7 グループに分かれて、自己紹介や各地区の取り組み等について意見交換して閉会しました。他地区の皆様も是非合同地区会に挑戦してみてください。

◇ 「10地区会」山田池公園 花菖蒲・紫陽花観賞

竹原 富子

10 地区会が 6 月 22 日（水）山田池公園で角山副代表の参加を頂き開催されました。

参加者は 16 名で、新入会員 2 名の参加もありました。

弁当やお菓子を配り、さっそく、美しく咲き誇った紫陽花を観賞し、少し遅くなった花菖蒲園をお喋りしながら散策をしました。



いよいよお弁当の時間になり、その後、角山副代表から平成 29 年度から始まる「地域

包括ケアシステム」等いくつかの報告を受けました。10 地区の会員からも、様々な意見が出て、何時になく賑やかな地区会となり、楽しいひとときを過ごしました。

預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動 2016年6月実績 (合計 635点)

区分	提供活動	点数/名	活動会員の氏名(50音順、敬称略)				
1	ボランティア提供	461 119名	青木 宏平	青木 ヤス子	赤木 都	東 好秋	東 八重美
			井口 保子	池田 勝代	石西 正子	一宮 順世	井上 行弘
			井上 逸子	今井 洋三	今西 邦弘	入江 みや子	岩崎 澄子
	家事・介助		岩堀 周子	上田 卓是	梅岡 昌美	梅田 陽子	遠藤 智多子
	・話し相手・傾聴		遠藤 育代	岡本 妙子	押江 一恵	亀田 雄子	川畑 美恵子
	・外出介助		川元 大生	北川 忠雄	木村 エミ子	木村 杏	櫛部 昭男
	・身辺介護		楠山 容子	熊岡 浪恵	倉本 幸子	小谷 須奈枝	古布 啓治
	・買い物・洗濯		近藤 輝男	近藤 秀子	酒田 昌子	佐藤 繁子	澤田 年江
	・食事作り・配膳		四方 快枝	柴野 光子	清水 喜久子	下村 和子	平 里美
			高木 邦彦	高木 永子	高野 美紀子	高橋 保	橋 佳寿子
	庭・植木の手入れ		谷脇 文江	伊達 みちよ	中馬 妙子	角山 正男	徳丸 洋子
	ハウスヘルパー		戸出 美穂子	富平 信行	豊嶋 イツ子	中橋 博子	永吉 悦子
	パソコン指導		西尾 千鶴子	西岡 幸美	西川 英雄	西川 昌子	西川 美代子
			西村 洋子	西邨 幸子	西本 雅子	橋本 政喜	濱田 孝夫
	福祉施設		濱田 一美	坂東 聡子	東田 幸子	人見 眞佐子	平岡 幸子
	・サンセール香里園		平野 賀世	廣瀬 光男	廣瀬 邦子	福留 和代	福山 喆子
	・エイジF・L 星が丘		藤 朋子	藤井 好江	藤原 榮子	堀田 英雄	堀田 和子
			前野 みよ子	正岡 哲也	町田 優子	松浦 緑	松尾 淑子
	生きがい創造学園		松野 久代	松村 サヨ子	松本 幸子	三坂 詔子	南谷 登代子
	在宅生活援助		向井 範雄	森木 登美子	森田 由利子	森本 賢二	森脇 富美江
			門口 よしみ	館 澄男	柳田 静子	山口 祐右子	山口 力
			山崎 健	山下 徳子	山科 初子	山田 倫子	山中 峯雄
			山中 暁子	山本 義信	山本 典子	吉崎 富美子	吉澤 里美
			吉田 正男	吉田 佐知子	和田 亮吉	和田 喜代美	
2	送迎	28 7名	安達 和彦	今西 邦弘	上田 卓是	川元 大生	西川 昌子
			蜂谷 直孝	山田 徹			
6	文化・スポーツ	15 11名	植本 壽満枝	奥野 勇	神崎 富貴子	田畑 敦子	徳丸 洋子
			中村 好宏	永吉 悦子	藤井 史子	南谷 登代子	宮本 琴江
			向井 範雄				
8	コーディネート	11 8名	青木 宏平	東 好秋	押江 一恵	近藤 秀子	富平 恵理子
			廣瀬 光男	松村 サヨ子	山中 暁子		
9	事務所当番 事務所作業	120 27名	東 好秋	池上 愛子	梅田 壽雄	大亀 恵子	大辻 宏
			岡本 年昭	加藤 孝子	亀田 美穂子	神崎 富貴子	進藤 伊公子
			蕎麦谷 寿美子	竹内 照恵	竹原 富子	鶴岡 知恵子	東平 守弘
			富平 恵理子	豊嶋 イツ子	中村 好宏	西邨 幸子	濱田 一美
			宮崎 清志	向井 範雄	森岡 康子	矢野 紀之	山口 喬彦
			山添 栄造	山田 徹			
12	福祉車両	0	川元 大生				

◇ 奉仕活動 2016年6月実績 (合計 1034点)

区分	提供活動	点数/名	活動会員の氏名(50音順、敬称略)				
1	福祉	101 34名	青木 宏平	青木 ヤス子	上田 卓是	植本 壽満枝	梅岡 昌美
			大倉 哲郎	岡副 一枝	笠原 加寿子	久保田 カツエ	黒瀬 富子
	サンポエム		佐藤 繁子	澤田 年江	下野 公子	種田 ナス子	角山 カズコ
	エイジフリー・ライフ		鶴岡 知恵子	戸田 間理子	戸出 美穂子	中川 良子	中村 太一
	ひらかた聖徳園		永盛 喜國	西村 洋子	橋本 美也子	蜂谷 照美	浜田 佳代子
	その他福祉施設		平尾 京子	松浦 多摩江	松村 みや子	村田 圭子	山下 千賀子
			吉崎 秀子	吉崎 富美子	若林 理恵子	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	238 34名	青木 宏平 上田 卓是 小石川 光夫 高野 美紀子 廣田 俊郎 三津 輝雄 吉崎 秀子	青木 ヤス子 遠藤 保江 古布 啓治 竹原 富子 福留 和代 宮崎 清志 吉崎 富美子	東 好秋 大辻 宏 下村 和子 中馬 妙子 藤 一夫 森井 禮子 吉田 正男	今栄 菊子 岡副 一枝 進藤 伊公子 戸田 間理子 正岡 哲也 森本 賢二 四角 利和	岩坪 千寿子 川畑 美恵子 蕎麦谷 東造 橋本 美也子 松村 みや子 山下 千賀子
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	56 41名	青木 宏平 上田 卓是 川上 一富實 小山 美智子 高橋 保 人見 眞佐子 松村 サヨ子 森本 賢二 吉田 千恵子	青木 ヤス子 宇仁 義明 川村 秀人 澤田 良和 竹原 富子 福田 勝博 松本 輝夫 山口 祐右子	明智 千佳 遠藤 智多子 小林 稔 四方 快枝 西本 雅子 藤井 好江 三津 輝雄 山田 徹	東 好秋 大辻 宏 小林 喜枝子 杉原 トモ子 濱田 孝夫 堀田 英雄 宮本 利明 山田 倫子	今西 邦弘 加納 勝子 古布 啓治 高木 永子 林 輝子 松浦 緑 宮本 琴江 吉田 正男
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	108 37名	青江 政行 今西 邦弘 亀田 美穂子 古布 啓治 谷脇 文江 松本 輝夫 向井 明美 吉崎 富美子	秋山 季久雄 上田 卓是 川上 一富實 下村 英男 中村 好宏 三津 輝雄 柳澤 卓 四角 利和	東 好秋 宇仁 義明 北川 忠雄 下村 和子 西尾 千鶴子 三津 薫子 山口 喬彦	今井 洋三 梅岡 昌美 木村 和夫 高野 美紀子 西川 善郎 宮崎 清志 山田 徹	今栄 菊子 大辻 宏 木村 杏 竹原 富子 藤原 和希 向井 範雄 山田 倫子
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	531 151名	青江 政行 浅野 明子 池淵 洋子 今栄 菊子 植本 壽満枝 遠藤 智多子 岡村 きよみ 紙屋 クミエ 神崎 富貴子 楠山 容子 光明 幸子 斉藤 政子 四方 快枝 進藤 伊公子 高野 美紀子 種田 ナス子 辻 洋子 中嶋 庸子 中村 好宏 西田 スマコ 橋本 政喜 林 輝子 福留 和代 本多 澄子 三塩 美津江 宮本 利明 柳澤 卓 山下 千賀子 山本 義信 吉崎 富美子 和田 亮吉	青木 宏平 東 好秋 石西 正子 今西 邦弘 宇仁 義明 遠藤 育代 岡本 年昭 亀田 美穂子 岸岡 夏絵 久保 百合 古布 啓治 酒井 靖子 清水 次雄 杉原 トモ子 高橋 保 田畑 敦子 角山 正男 中西 紀代子 西尾 千鶴子 仁波 正之 蜂谷 直孝 久本 ひさ子 福山 佐和子 前野 みよ子 三津 輝雄 向井 範雄 柳田 静子 山田 徹 山本 美代子 吉澤 里美	青木 ヤス子 井口 保子 一宮 順世 入江 みや子 梅岡 昌美 大上 登茂子 奥野 忠子 河上 勲 北川 忠雄 庫本 方明 近藤 輝男 佐々田 雅春 清水 雅子 蕎麦谷 寿美子 竹原 富子 田淵 美佐子 東平 守弘 中野 英子 西岡 幸美 根来 和子 蜂谷 照美 廣瀬 光男 藤井 好江 松村 サヨ子 南谷 登代子 村上 弘子 山川 久美子 山田 倫子 行元 東洋 吉田 正男	秋山 季久雄 池上 愛子 井藤 しのぶ 岩崎 澄子 梅田 壽雄 大辻 宏 押江 一恵 川畑 美恵子 木村 和夫 庫本 美弥子 近藤 秀子 澤田 良和 下村 英男 平 里美 橘 佳寿子 中馬 妙子 戸出 美穂子 中橋 博子 西川 昌子 野口 弘 濱田 孝夫 廣田 靖子 藤原 和希 松村 加代 宮崎 清志 森本 賢二 山口 喬彦 山田 隆志 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 浦口 紀子 大村 三女子 加納 勝子 川元 大生 櫛部 昭男 栗谷 加代子 合田 賢一 澤田 年江 下村 和子 田岡 治子 谷脇 文江 塚本 キヨミ 富平 恵理子 中村 太一 西川 美代子 野村 文夫 濱田 一美 福井 寛美 堀田 英雄 松本 輝夫 宮永 田鶴子 館 澄男 山崎 健 山中 暁子 吉崎 秀子 四角 利和

2016 年度秋のイベント予告 「オータムフェスタ・パート2」

今年度も全員参加型で「絆を深める楽しい集い」を掲げて開催致します。

実行委員長に、イベント主担当の7地区「佐々田 雅春」委員が選出され、下記の概略が決定しました。詳細につきましては、8月の委員会で協議致します。多数の参加で「天の川クラブ」の活性化を図りましょう。

記

日 時 2016 年 10 月 28 日(金) 10:30～15:30 (受付開始 10:00～)

場 所 「星の里 いわふね」 体育館・バンガロー
交野市私市9-4-8 (私市駅から徒歩8分)

内 容 午前の部 バーベキューで懇親会

午後の部 フォークダンス、盆踊り、オー・ジーンズ、抽選会 他

イベント実行委員会

「ひらかたNPOフェスタ2016」のお知らせ

日時：9月11日（日）10～15時

場所：岡東中央公園 枚方市市民会館

ひらかたNPOフェスタは、今年15回目を迎えます。

枚方市を中心に活動するNPOの元気さを地域に発信する市民活動のお祭りです！

家族みんなで楽しみながら、NPO活動を「見て！知る！イベントがいっぱい！」

「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。担当 向井範雄

子育て支援提供者募集（奉仕活動）

すこやか広場「きょうぶん」教育文化センター1階（磯島北町）

平日 10：00～17：00 の中で1回1時間以上可能な方 土日祝祭日は休み。

お母さんが生後4か月以上のお子さんを1～3人連れて来られます。

子どもさんへの絵本読み、遊び、お母さんとの話し相手等。

申し込みは事務所まで 担当：東 好秋

「熊本地震の義援金のお礼」

定時総会における皆さんの義援金10万円を熊本市社会福祉協議会へお送りしました。同協議会の潮谷会長からお礼状が届きましたのでご報告いたします。

車椅子をご提供いただけませんか？できれば、ひじ掛け・足掛けの動かせるもの。

詳細は事務所 向井迄

◇7月の文化・スポーツ活動内容

総参加者数 136 名

英 会 話 2回13名	6月19日7名、7月3日6名。テキストの「プレゼントを渡す」「パーティーに招かれる」の例文をもとに会話練習。3日は講師が急用で休みのため先月の Idioms of foods のプリントを再度読み、宿題を自習した。奥野 勇
カ ラ オ ケ 2回20名	6月21日8名、7月5日12名。6・8・9合同地区会で脳を鍛えるシナプソロジーの話を行いました。歌うために出かけ、笑顔とコミュニケーションが生まれ、画面から記憶や情感が刺激され注意力も集中、お腹から声を出し健康に良いとナルクカラオケ同好会はお役に立ちます。ご参加お待ちしております。田畑敦子
ミュージックベル 2回27名	6月21日13名、7月2日14名。7月26日に枚方市参画事業が決定となり練習に身が入り気持ち良い緊張感で練習に励んでいます。小さな世界・おもちゃのチャチャ等リズム取りやすい曲の練習を積んでいます。神崎富貴子
楽しいオカリナ 2回21名	6月19日9名、7月3日12名。この季節にピッタリの雨、雨ふり、雨ふりお月七夕、うみ、海を歌も一緒に、愛燦燦も練習しました。徳丸洋子
マジック友の会 2回16名	6月20日7名、7月1日9名。8月5日、留守家庭児童会訪問に向けて、参加者と演目について打合せ。省エネ冷房の中で「2枚ハンカチ」と「6枚の色カード」の練習。山口先生から「ゆっくり覚えれば」の声に耳を傾けずに、練習しました。植本壽満枝
オー・ジーンズ 1回8名	6月24日8名。雨降りお月、いい日旅立ち、うさぎのダンス、おお牧場は緑、北へ女ひとり、荒城の月、さらば恋人、静かな湖畔、世界は二人のために、青春時代、You Are My Sunshine 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 3回31名	6月22・29日10名、7月6日11名。雨の多い季節に入りましたが、3回練習ゲームができました。まだまだ暑いので水分補給も忘れず、熱中症に気をつけながら、余り頑張りすぎずに楽しみたいです。新入会員も参加されました。南谷登代子
ウォーキング 回名	6月16日予定の「山の辺の道」・その2は雨の為中止 蜂谷直孝
カ ワ セ ミ 回名	6月23日予定の「仁徳天皇陵」は雨のため中止。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

7月度の運営委員会7月11日実施。出席者25名。次の事項を検討し了承された。

- ◆ 6月度、時間預託活動・奉仕活動・入退会者報告及び会計報告
- ◆ 北河内地区拠点間連絡会議の開催について（共通テーマの検討他）
- ◆ 関西地区（北河内・阪南・三重・奈良）事務局長会議参加について
- ◆ 枚方市の介護予防・日常生活支援総合事業の状況報告
- ◆ 事務所前の駐車場（地目：雑種他、河川敷に該当）使用禁止について
- ◆ 2016年度「秋のイベント」実行委員会開催について
- ◆ 熊本地震の募金額を熊本市社会福7月度社協議会へ送付した内容報告
- ◆ 6月度奉仕活動担当者会議の報告

◇「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
竹下 ひろみ	枚方市東香里(9)	富原 潔	枚方市香里ヶ丘(6)
三浦 道代	枚方市長尾元町(10)	山本 美枝子	枚方市伊加賀西町(5)
長田 恭明	由利 寝屋川市田井町(M-ル)		

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

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。

(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)

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～17時		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	13時～14時	ふれあいルーム
テニスクラブ	毎週 水曜日	10時～12時	春日テニスコート

8月(8月16日以降分のみ掲載)

19日(金)	7地区会	10時～	楽寿荘
31日(水)	3地区会	10時30分～	渚会館

9月

5日(月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
8日(木)	8地区会	10時～	ユーカリ
9日(金)	5地区会	10時～	ふれあいルーム
12日(月)	運営委員会	13時30分～	ラポ4F MR1・2
15日(木)	ウォーキング「能勢・妙見山」	8時	枚方市高槻行バス停
16日(金)	1地区会	10時～	楠葉市民センター
20日(火)	9地区会	10時30分～	元町会館
22日(木)	カワセミ「サントリービール見学」	10時	京阪淀駅改札
23日(金)	6地区会	12時～	香里ヶ丘自治会館
27日(火)	家事支援担当者会議	13時～	ラポ4F MR1・2
27日(火)	コーティネーター会	14時30分～	ラポ4F MR1・2
30日(金)	2地区会	10時～	牧野市民センター予定

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