

〈 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.232 2016年12月
会員数 819 (男 319 女 500)

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>

「枚方市生活支援員養成研修」あなたも挑戦を!! 代表代理 植本 壽満枝

この一年を振り返ってみますと、私の中で最もインパクトが強かったのは、なんと言っても異常気象で、4月から夏が続いてそのまま真夏日に突入したかと思いきや、地震・台風と「今まで経験したことのない現象」があちこちで起こり、痛ましい爪痕を残したことです。

一方ナルク活動では、新事業への取り組みと駆けっこしていたような感が致します。

なかでも、新事業についてのご理解を少しでも深めてほしいとの願いを込めて、地区を巡回して意見交換のチームに加わったことです。地区の方々にもその意を汲んで頂き、総勢268名もの参加がありました。ありがとうございました。

地区説明会の中で、「枚方市生活支援員養成研修」(以下研修)に関する質問もありました。「研修を受けても活動出来るか、一人で訪問するのが不安、訪問スケジュールはどのように決められるか、枚方市外での活動は出来るか」等々です。

この研修は、11月から始まりましたが、来年3月まで毎月1回「2日間13時間コース」で行われます。一人でも多く受講して頂くために、再度研修について記してみたいと思います。

平成29年度から実施される「介護予防・日常生活支援総合事業」は、高齢者がそれぞれの状況に応じて、住み慣れた所で生きがいを持ちながら生活出来るようにするために実施されます。それには、地域で

の支え合い・高齢者自身の生きがいづくり、さらに高齢者が担い手となって活力ある地域社会や福祉の街づくりが求められています。このような観点から地域貢献の一環としてナルク「天の川クラブ」も新事業を受託します。また、新事業を進めるには、研修を修了した人と決められています。

生活支援員の役割は、介護の専門職ではなく、日常生活のサポーターとして、困り事を支援する人です。年齢を重ねて難しくなる(細かな作業・運ぶ・腕を伸ばす・握る・つまむ等)変化が起こりますが、掃除や洗濯などの日常生活の支援を行います。一人ひとりの生活を支えるという強い責任感も必要です。

また、生活支援員は一人で訪問しますが、ケアプランに沿ってサービス計画が立てられ、それに基づいて支援を行います。介護支援専門職を含むチームの流れの中で活動し、チームで連携しながら活動します。研修ではこれらの内容についても教わります。

研修を受けて、新事業に参加する事は、自分自身の介護予防、健康寿命の延長にもなります。皆さんの積極的な挑戦をお願いします。

ナルク会員は平均年齢73才です。しかし、年を重ねた故の技・知恵・対応力を持ち合わせておられます。健康な方は、自信を持って参加して欲しいものです。



※ 次回ナルク受託の研修は平成29年2月8日～9日です。

◇「可愛い子供さんに」元気をもらっています 古布啓治（1地区）

ナルク「天の川クラブ」子育て支援ボランティアは、2011年2月よりスタートしファミリーポートひらかた・広場さぷり村野・すこやか広場きょうぶん・子供いきいき広場・子供安全見守り隊と幅広い支援活動を行っています。「ファミリーポートひらかた」では、毎月のプログラムにより子供さんと一緒に遊び、時にはお母さんとの話相手にもなり、イベントのお手伝いをしています。MOGU・MOGU（食育教育）は野菜の植付け、収穫、そして一緒に料理して食べるプログラムです。

最初は土いじりに慣れていない子供さんも最近では率先して苗植えを手伝ってくれ、いままで家で食べなかった野菜もファミリーポートでは食べるようになりお互いに喜んでいます。花壇チームは園庭の手入れ、季節の花々を子供さん達と一緒に植え、畑の管理など小さい手で手伝ってくれ、助かっています。イ

ベントでは、夏祭り・水絵遊び・運動会・クリスマス会・昔遊びコーナー等、活動会員には昔懐かしい行事が盛り沢山、童心に帰り楽しんでいます。また、今年度は枚方市社会福祉協議会からの要請を受け学生ボランティア8名が夏祭りに参加頂きました。子供さん達とのふれあいの中で私たち自身も心が和み元気をもらっています。

これから大きく夢育つ子どもたちへの「子育て支援」にぜひ参加をお願いします。



◇「カラオケ友の会」カラオケで心も身体もスッキリ 辻 一夫（8地区）

カラオケ友の会は毎月第一、第三火曜日午後1時から3時頃までの定例会です。場所は枚方市駅近くの「カラオケ喫茶おおの」です。上品で愛想のよいママさんが迎えてくれます。

今日も新曲を披露してくださる人、また、過ぎし若き頃を懐かしく思い起こさせてくれる歌もあります。歌には大なり小なり思い出があり、歌を聴くたびにすばらしい感動を与えてもらっています。ママさんも時には歌ってくださいます。とてもお上手ですよ。カラオケで懐かしい歌を聞くだけで人生を前向きに生きようとする効果、また、日頃大声を出す機会も殆どありません。大きな声を出して自分の好きな歌を歌うということは、ストレスの軽減にもなると言われています。カラオ

ケは単なる楽しみだけにとどまらず、心を軽くし健康にも良いといえます。最後は全員で東日本大震災の応援歌「がんばれ援歌」を歌って解散です。



天の川クリーン&ウォーク

大快晴に恵まれた 11 月 5 日午前 10 時、イズミヤ裏の河原に集まったナルクのメンバー45 名は胸にナルクのゼッケンを着け、手には火ばさみとゴミ袋。他の団体、学生、子供たちと一緒に河原・堤防のゴミ拾いをスタート。東さんの先導で一旦上流の禁野橋まで上り、そこから左岸にわたり下流のカササギ橋までの約 50 分、ゴミを拾いながら散策を楽しみました。拾い終えた皆さんのすがすが

天の川再生実行副委員長 四角利和（9地区）

しい満足感いっぱいの笑顔が印象的でした。参加いただいた皆様ご苦労さまでした。ナルクの PR にもなった意味ある一日でした。



新事業 地区説明会を終えて

介護予防・日常生活支援総合事業（以下：新事業）の説明会を8月から10月まで各地区で実施し、268名の会員の方々に参加して頂き無事終了しました。

2025年に向けての地域包括ケアシステムについて、介護保険が大きく変わるらしい？ 地域包括ケアってなに？ 自分たちはどう関わるの？ 新事業ってなに？ 時間預託はどうなるの？ 等々の疑問や不安について説明を進めて行く中で、おおむねご理解頂いたのではと思いますが、出席された方の質問で大きなウエイトを占めたのは、この新事業は、会員相互扶助活動である時間預託活動と相容れないものがあるのではないかとその危惧を抱く声でした。

それに対し、ナルクの理念に基づいた、従来の会員相互扶助活動を堅持しながら、新事業（訪問型サービスA）の従事者に会員以外

担当 和田亮吉・植本壽満枝・近藤秀子の方にも登録して頂き、活動する事を視野に入れて、まず「枚方市生活支援員養成研修」を枚方市から受託して実施した後、「会員相互扶助活動」と「新事業」の2本立て体制を目指すことをお伝えして来ました。

今後は、次の事項を実施していきます。

①生活支援員研修を 本年12月8・9日 と 来年2月8・9日の2回開催する。

②新事業（訪問型サービスA）を2017年4月から活動を開始する。

一方、訪問型サービスB（介護保険の対象とならない簡単な家事支援）への対応につきましては、今後利用が増えると思料されるため、ナルク「天の川クラブ」としても取り組んで行かなければならないと考えています。いずれにしても、今後の展開に不安を拭うことは出来ませんが、会員のご支援があれば解決策も自ずと開けるものと確信いたします。



4地区（10月24日）



10地区（10月13日）

預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動2016年10月実績

合計 568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 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	407 116名	青木 宏平 東 八重美 井上 逸子 梅田 暎子 押江 一恵 楠山 容子 酒田 昌子 清水 喜久子 高木 永子 伊達 みちよ 戸出 美穂子 西岡 幸美 橋本 政喜 坂東 聡子 廣瀬 光男 藤井 好江 町田 優子 松本 幸子 森田 由利子 山口 祐右子 山科 初子 山本 典子 吉田 千恵子 和田 喜代美	青木 ヤス子 井口 保子 岩堀 周子 遠藤 智多子 亀田 雄子 熊岡 浪恵 佐藤 繁子 下村 和子 高附 加智子 中馬 妙子 豊嶋 イツ子 西川 英雄 浜田 佳代子 東田 幸子 廣瀬 邦子 堀田 英雄 松浦 緑 三浦 道代 森脇 富美江 山口 力 山田 倫子 吉澤 里美 吉野 隆	赤木 都 石西 正子 上田 卓是 遠藤 育代 木村 杏 近藤 秀子 澤田 良和 蕎麦谷 寿美子 高野 美紀子 角山 正男 中橋 博子 西川 昌子 濱田 孝夫 人見 眞佐子 福留 和代 堀田 和子 松永 久美子 三坂 詔子 門口 よしみ 山口 紀子 山中 暁子 吉田 昭子 吉野 嘉代子	浅野 重雄 一宮 順世 臼田 光子 岡村 きよみ 櫛部 昭男 合田 賢一 四方 快枝 平 里美 高橋 保 鶴岡 知恵子 永吉 悦子 西川 美代子 林 輝子 平岡 幸子 福山 喆子 前野 みよ子 松野 久代 南谷 登代子 館 澄男 山下 千賀子 山本 義信 吉田 正男 四角 利和	東 好秋 井上 行弘 内堀 サヨミ 小笠原 智香子 櫛部 瑞恵 酒井 靖子 柴野 光子 高木 邦彦 橋 佳寿子 徳丸 洋子 西尾 千鶴子 西邨 幸子 林田 浩 平野 賀世 藤 朋子 正岡 哲也 松村 サヨ子 宮永 田鶴子 柳田 静子 山下 徳子 山本 悦子 吉田 佐知子 和田 亮吉
2	送迎	33 8名	安達 和彦 下村 英男	今西 邦弘 西川 昌子	上田 卓是 山田 徹	岡本 俊治	川元 大生
6	文化・スポーツ	16 12名	植本 壽満枝 田畑 敦子 向井 範雄	奥野 勇 徳丸 洋子 山田 徹	織田 龍彦 西岡 堆二	神崎 富貴子 南谷 登代子	古布 啓治 宮本 琴江
8	コーディネート	5 4名	青木 宏平	東 好秋	角山 正男	吉田 正男	
9	事務所当番 事務所作業	107 30名	東 好秋 岡村 きよみ 古布 啓治 鶴岡 知恵子 濱田 一美 矢野 紀之	池上 愛子 岡本 年昭 下村 和子 東平 守弘 三塩 美津江 山口 喬彦	梅田 壽雄 加藤 孝子 進藤 伊公子 富平 恵理子 宮崎 清志 山添 栄造	大亀 恵子 亀田 美穂子 蕎麦谷 寿美子 豊嶋 イツ子 向井 範雄 山田 徹	大辻 宏 神崎 富貴子 竹内 照恵 中村 好宏 森岡 康子 山田 隆志
12	福祉車両	0	川元 大生	1名			

◇ 奉仕活動2016年10月実績

合計1129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 岡副 一枝 澤田 年江 谷垣 孝子 永盛 喜國 蜂谷 照美 松浦 多摩江 吉崎 富美子	青木 ヤス子 笠原 加寿子 下野 公子 種田 ナス子 永吉 悦子 浜田 佳代子 松村 みや子 若林 理恵子	植本 壽満枝 久保田 カツエ 高木 永子 戸田 間理子 西川 美代子 平尾 京子 山口 晃	梅岡 昌美 庫本 方明 高橋 真弓 中川 良子 野口 佐智子 藤原 和市 山下 千賀子	大亀 恵子 近藤 秀子 竹中 嘉代子 中村 太一 橋本 美也子 松浦 緑 吉崎 秀子

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	278 45名	青木 宏平 青木 ヤス子 東 好秋 今栄 菊子 岩坪 千寿子 上田 卓是 梅岡 昌美 遠藤 保江 大辻 宏 岡副 一枝 押江 一恵 川畑 美恵子 神崎 富貴子 小石川 光夫 古布 啓治 近藤 秀子 澤田 年江 高附 加智子 田口 茂子 竹中 嘉代子 中馬 妙子 戸田 間理子 仲島 節子 西岡 幸美 西村 洋子 野村 文夫 橋本 美也子 濱田 一美 廣田 俊郎 福留 和代 藤 一夫 正岡 哲也 松村 みや子 三津 輝雄 宮崎 清志 森井 禮子 森本 賢二 山下 千賀子 山本 典子 吉崎 秀子 吉崎 富美子 吉田 正男 四角 利和 和田 亮吉 和田 喜代美
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	60 43名	明智 千佳 東 好秋 上田 卓是 宇仁 義明 浦口 紀子 遠藤 智多子 大辻 宏 加納 勝子 川上 一富實 小林 稔 小林 喜枝子 古布 啓治 小山 美智子 四方 快枝 下村 和子 杉原 トモ子 高橋 保 田中 一美 富田 靖 名倉 正樹 西川 昌子 濱田 孝夫 林 輝子 廣田 靖子 福田 勝博 福留 和代 藤原 和希 松浦 緑 松村 サヨ子 松本 輝夫 宮本 利明 宮本 琴江 村田 圭子 森本 賢二 山口 祐右子 山田 徹 山田 倫子 山田 隆志 山本 茂 山本 美枝子 山本 美代子 吉田 正男 吉田 千恵子
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	110 40名	青江 政行 秋山 季久雄 今井 洋三 今西 邦弘 上田 卓是 植本 壽満枝 宇仁 義明 遠藤 智多子 大亀 恵子 大辻 宏 北川 忠雄 木村 和夫 木村 杏 古布 啓治 近藤 秀子 下村 英男 下村 和子 杉原 トモ子 蕎麦谷 寿美子 高野 美紀子 西尾 千鶴子 西岡 堆二 蜂谷 直孝 蜂谷 照美 廣田 靖子 福山 喆子 藤原 和希 松村 サヨ子 松本 輝夫 三津 輝雄 三津 薫子 宮崎 清志 向井 範雄 向井 明美 柳澤 卓 山口 喬彦 山田 徹 山田 倫子 吉崎 富美子 四角 利和
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	556 144名	青江 政行 青木 宏平 青木 ヤス子 秋山 京子 明智 千佳 浅野 明子 東 好秋 安達 和彦 井口 保子 池上 愛子 池田 勝代 池淵 洋子 石西 正子 一宮 順世 伊藤 伸枝 井上 行弘 井上 逸子 今井 洋三 今井 幸子 今西 邦弘 入江 みや子 岩崎 澄子 植木 美恵子 上田 卓是 植本 壽満枝 宇仁 義明 梅岡 昌美 梅田 壽雄 浦口 紀子 遠藤 育代 大亀 恵子 大上 登茂子 大村 三女子 岡副 一枝 岡村 勝二 岡村 きよみ 岡本 年昭 岡本 妙子 奥野 忠子 押江 一恵 笠原 加寿子 加藤 孝子 紙屋 クミエ 亀田 美穂子 亀田 雄子 河上 勲 川元 大生 神崎 富貴子 岸岡 夏絵 櫛部 瑞恵 庫本 方明 庫本 美弥子 栗谷 加代子 古布 啓治 近藤 輝男 近藤 秀子 合田 賢一 齊藤 政子 酒井 靖子 佐々田 雅春 澤田 良和 澤田 年江 清水 次雄 清水 雅子 下野 公子 進藤 伊公子 杉原 トモ子 蕎麦谷 寿美子 平 里美 田岡 治子 高木 永子 高野 美紀子 高橋 保 竹原 富子 谷脇 文江 種田 ナス子 田畑 敦子 田淵 美佐子 中馬 妙子 塚本 キヨミ 角山 正男 鶴岡 知恵子 東平 守弘 戸出 美穂子 富平 恵理子 中嶋 庸子 中野 英子 中村 太一 中村 好宏 西岡 幸美 西川 昌子 西田 スマコ 仁波 正之 根来 和子 野口 弘 野村 文夫 橋本 政喜 蜂谷 直孝 浜田 佳代子 濱田 一美 廣瀬 光男 廣田 靖子 福山 佐和子 福山 喆子 藤原 和希 本多 澄子 松浦 緑 松村 サヨ子 松村 みや子 松本 輝夫 三塩 美津江 三津 輝雄 南谷 登代子 宮崎 清志 宮永 田鶴子 宮本 利明 向井 範雄 村上 弘子 森本 賢二 館 澄男 柳澤 卓 柳田 静子 山口 喬彦 山口 祐右子 山崎 健 山下 千賀子 山下 徳子 山田 徹 山田 倫子 山田 隆志 山中 暁子 山本 義信 山本 典子 山本 美代子 行元 東洋 横山 みゆき 吉崎 秀子 吉崎 富美子 吉澤 里美 吉田 正男 吉房 勝治郎 四角 利和 和田 亮吉 和田 喜代美

「オータムフェスタパート2」に参加して

堀田 英雄(7 地区)

心配された天気、お湿り程度に抑えて頂いた、お天道様にまず感謝！

今回は豪気なもので、いきなりのバーベキュー、会場の「星の里 いわふね」バーベキュー広場を全席借りて、焼き肉・野菜など舌鼓しながら、日頃話し合う機会の少ない方々との懇親を深める場となりました。

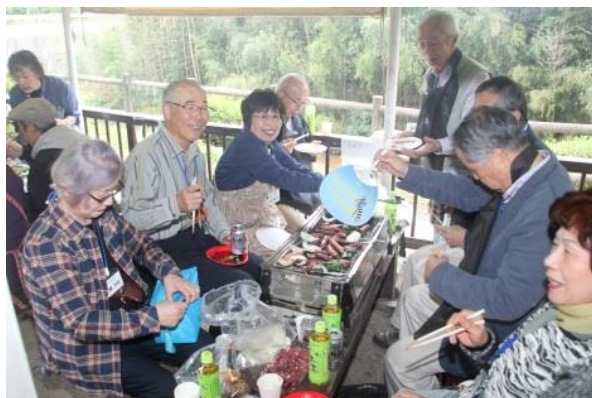
午後からは、体育館で盛り沢山のプログラム、トップは、「オー・ジーンズ」新たにマンドリン奏者が加わり、音のバリエーションに広がりを見せました。続いて、クラブ、同好会より会員募集の紹介や成果発表が行われました。「英会話」の発表では講師の出身地（ケニア）の民舞を、始めて目にすることができました。



勝ち残りをかけた「ジャンケンゲーム」、認知症予防を組み入れた「盆踊り」や思い出の「フオークダンス」及び「抽選会」が行われました。

さて、私は昨年度入会、ナルク見習い中ですが、思うに拠点段階でこのようなビックイベントを組んでいることに驚きと、日々の活動で会員同士の繋がりがあってこそと感じました。加えて望むならボランティアマインドを高めるプログラムも挿入できたらとも感じました。

午後からのプログラムを残して会場を後にする知り合いに会い「もうお帰りですか？」と声をかけると、「これから見守り隊へ、子どもに会うのが楽しみで！」と言葉が返ってきました。ナルクの精神を感じる後姿でした。



バーベキューを楽しむ



盆おどり



じゃんけんゲーム



フオークダンス

◇ 11月の文化・スポーツ活動内容

総参加者数227名

英 会 話 2回16名	10月16日8名、11月6日8名。 テキストの「趣味」「家族」「お詫び」に基づいてロールプレイングを行い、各自の近況やトピックスについてフリーディスカッションをする。アメリカ人の先生は大統領選挙についての話、ケニヤ人の先生はオータムフェスターやバス旅行についての話で会話が弾んだ。 向井範雄
カ ラ オ ケ 2回16名	10月18日8名、11月1日8名。オータムフェスタでは橋本政喜会員のお力添えで現代機器を使いぶっつけ本番でしたが見事にパフォーマンスを演じ、10分の持ち時間の中で、東北に届けと“がんばれ援歌”を精一杯歌い、充実の時間を過ごしました。例会は心にしみる歌が多く秋の深まりをしみじみと感じました。 田畑敦子
ミュージックベル 4回62名	10月18日16名、26日15名、11月5日15名、15日16名。 ベルの出番、クリスマスの季節が近づいてきました。ジングルベルや赤鼻のトナカイなどの曲を楽しく練習しています。 神崎富貴子
楽しいオカリナ 2回26名	10月16日13名、11月6日13名。 オータムフェスタでは10名が発表会に出演し、永六輔さんの歌4曲を演奏してオカリナの美しい音色を楽しんで頂きました。 徳丸洋子
マジック友の会 2回18名	10月17日、11月2日とも9名。17日はオータムフェスタに向けリハーサル。そのパフォーマンスで笑いとしがが伝ったのでしょうか？見学者を迎えました。次回予定の地域老人会出演の打合せをしました。 植本壽満枝
オー・ジーンズ 回名	当期間中の活動はありませんでした。 中村好宏
ゴ ル フ 1回21名	10月17日21名、交野拠点7名、寝屋川拠点4名の参加を得て総勢32名で合同コンペを開催しました。好天に恵まれ和気あいあいと隣拠点の皆さんと楽しい一日を過ごしました。次回は4月17日（月）です。ご参加お待ちしております 西岡雄二
テ ニ ス 4回38名	10月19日10名、26日8名。11月2日9名、9日11名。 スポーツの秋、紅葉のテニスコートでプレーを楽しんでいます。忘年会の日も決まり楽しみ倍増です私達とテニスを始めてみませんか？ ご入会お待ちしております。 南谷登代子
ウォーキング 1回12名	10月20日12名。台風のため溪谷美は少し荒れてはいましたが、奈良みたらい溪谷を7キロ歩きました。その後、洞川温泉でひと浴びし、紅葉の美しい頃にまた来たいなど反省会も盛り上がり、今後の企画に花が咲きました。 織田龍彦
カ ワ セ ミ 1回18名	10月27日18名。京阪三条駅～將軍塚～東山山頂公園～円山公園～京阪祇園四条迄の散策。快晴の秋空の下、東山山頂公園より情緒あふれる京都の街並みを一望。少々汗をかきながらの散策でした。 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

11月度の運営委員会11月14日開催。出席者23名。次の事項を検討し了承された。

- ◆ 10月時間預託活動・奉仕活動・入退会者報告及び会計報告
- ◆ 事務所移転について
- ◆ 2017年度、定時総会開催日の検討
- ◆ 2016年度「秋のイベント」オータムフェスタパート2の総括・会計報告
- ◆ 枚方市生活支援員研修12月8日9日実施について検討
- ◆ 2016年度コーディネーター養成講座の実施報告
- ◆ 10月度奉仕活動担当者会議の報告
- ◆ 2016年度「天の川クリーン&ウォーク」実施報告

◇「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
服部 一恵		枚方市東中振 (7)	

新入会員説明・懇談会 平日随時 (はがきによる予約必要) (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)

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
すこやか広場さようぶん	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	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・シーンズ歌声喫茶	12月はお休みです。		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

12月 (16日以降分のみ掲載)

16日 (木)	1 地区会	11時30分～	木曽路枚方店
26日 (月)	新事務所へ移転	10時～	新事務所
28日 (水)	事務所納め	12時	新事務所

1月

4日 (水)	開所式	11時30分～	新事務所
5日 (木)	事務所始め	10時～	新事務所
10日 (火)	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)	ウキウキ「京都の社寺初詣」新年会	9時	枚方市駅改札
24日 (火)	家事支援担当者会議	13時～	ラポ3F 研修室2
24日 (火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ3F 研修室2

事務所移転のお知らせ

NALC「天の川クラブ」の事務所・ふれあいルーム を12月26日に移転します。

新年は1月5日より新事務所で業務を開始致します。

新事務所 〒573-0028 枚方市川原町9番4号 (TEL・FAX 変わりません)