

〈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.273 2020年5月
会員数 741 (男 279 女 462 世帯 503)

ボランティアの
ご利用申込は お早めに！
ナルク「天の川クラブ」

〒573-0028
枚方市川原町9番5号
TEL 072-846-3975
FAX 072-846-4001
HP <http://hk-nalc.jp>
事務所開所時間：10時～15時（平日）

ナルクでの歩み

私がナルクに入会したのは11年か12年前だと思います。私の妻は15年ほど前に入会しましたが、活動らしい活動はしておりませんでした。

ある日、秋のイベントでおでんを地区で作るから手伝ってとA会員からの誘いがあり、手伝いに行きました。その時、Aさんから「井上さん、あなたゴルフするの」と聞かれ、「ナルクにゴルフ同好会があるから参加しませんか」と誘われ参加することにしました。それがナルクに入会する動機でした。

暫くすると、サンセール香里園の入居者さんの買い物支援をして欲しいと要請があり受けることにしました。然しながら慣れないことなので夫婦で悪戦苦闘し、当時は時間ばかりかかったように思います。

その後、コーディネーターの講習を受け、サンセール香里園の担当になりました。

一方、地区では世話人の役を受け、地区会の行事等々に携わっています。又、世話人会の中で平成28年度からは運営委員をやって欲しいと云われ、受けることにしました。よくよく考えたら私の性格は、頼まれたらイヤと云えない事に気づきました。

地区の中では若手の方なので、地区のため、地域のために自分の出来る範囲内で貢献したいと思っています。

井上 行弘（9地区）

高齢化社会が続いている中、再雇用で70歳まで働く人が増えてきました。

ナルクの設立時に比べて入会する人の年齢も高齢化し、ナルク会員の平均年齢は76才を超えており、私達の地区も高齢者が多数おられます。

私の時間預託活動の点数は現在250点を超えていますが、利用するにも提供者が高齢であれば中々難しい問題だと思います。

現在、私のナルクでの活動は、運営委員会、コーディネータ会、日直、サンセール香里園の買い物と各分野の活動報告書の回収・提出、地区世話人、青パト等々を担当しています。

これからもナルクの理念を実践し、頑張っていきたいと思っています。



新型コロナウイルスの影響により活動休止のため、今月号は4ページです。

◇サンセール香里園での生け花との出会い 中嶋 庸子（2地区）

19年前、サンセール香里園がオープンして、しばらく経った頃、売店で活動をしました。

そのとき、時間の空いている時に、お花も生けてほしいとの依頼があり、始めさせて頂きました。当初は6～7か所と沢山ありました。色とりどりの珍しいお花が沢山あり生けるのが嬉しい反面、四苦八苦しながら頑張ったのが思い出されます。

お正月用に、2階から4階までのフロアのテーブルにもミニ花を50個ほど生けるのが年末の恒例

です。皆さん、お忙しい中、快く4～5名のメンバーで、ワイワイ言いながら生けたことが懐かしく蘇ります。

毎月4～5回、4人のメンバーが交代で生けていましたが、途中から寝屋川拠点「かづきの会」が参加されるようになりました。現在は月2回となり、生ける場所も当時の3分の1になりました。

少しさびしい気もしますが、お花が大好きなので、月1回の自分の当番を楽しみに行かせて頂いています。



◇囲碁・将棋同好会

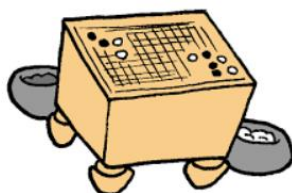
今井 洋三（10地区）

囲碁・将棋同好会は、本来同時開催でしたが、事情で将棋と囲碁を別々におこなっていました。この4月から、毎月第2週目の金曜日に同時開催することにしました。

現在のメンバーは、囲碁4名、将棋2名です。現在、エイジフリー・ライフ星が丘では、囲碁の相

手。デイサービスえみふるでは、将棋の相手を預託活動中です。

同好会に入っていない会員でも囲碁の相手で活動されている方もおられます。囲碁・将棋に興味をお持ちの方はまずは同好会に参加してください。お待ちしております。



◇オー・ジーンズ

リーダー 中村 好宏

10年前2人で始めたオー・ジーンズは最初、毎月ふれあいルームでの誕生日会に参加して演奏していました。その後、メンバーの入れ替わりがあり、現在は3人（女性1人、男性2人）で活動しています。

毎月第4金曜日、13時から14時までふれあいルームで開催する「歌声喫茶」では皆さんと歌うだけでなくそれぞれの曲にまつわる裏話や楽しいおしゃべりもしています。2年前からはオカリナとコカリナの合奏もして参加者に楽しんでもらっています。

他には、各種福祉施設、老人会、自治会、各

種イベント主催者から依頼を受けて演奏活動をしています。年2回（春と秋）ラポールひらかたで「憩いのミニライブ」を開催して喜ばれています。



預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動 2020年3月実績 ◇

合計 322点

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 ナルクすこやか	165 51名	東 好秋	安藤 博之	井口 保子	池田 美智子	石飛 こすえ	稲寄 則子		
		井上 由美子	岩堀 周子	上田 卓是	魚島 悦子	遠藤 智多子	押江 一恵		
		河上 勲	川元 大生	神崎 富貴子	楠田 英子	庫本 美弥子	近藤 秀子		
		酒田 昌子	佐野 友保	平 里美	高附 加智子	徳丸 洋子	戸出 美穂子		
		富平 恵理子	中嶋 庸子	西川 昌子	西川 和恵	橋本 政喜	服部 一恵		
		濱田 孝夫	林 輝子	林 あけみ	人見 眞佐子	廣瀬 光男	藤井 千恵子		
		藤本 秀子	藤原 榮子	松村 サヨ子	松本 幸子	三坂 詔子	森脇 富美江		
		山口 祐右子	山田 倫子	山本 義信	山本 美枝子	山本 典子	吉崎 富美子		
		吉田 千恵子	四角 利和	和田 亮吉					
2 送迎	32 13名	安達 和彦	池田 美智子	今西 邦弘	上田 卓是	岡本 俊治	川元 大生		
		澤田 年江	谷脇 文江	西川 昌子	蜂谷 直孝	林 あけみ	山田 徹		
		四角 利和							
8 コーディネート	10 5名	河上 勲	川元 大生	古布 啓治	山田 徹	吉崎 富美子			
9 事務所当番・業務	115 31名	東 好秋	池上 愛子	宇仁 義明	梅田 壽雄	岡村 きよみ	岡本 年昭		
		神崎 富貴子	久世 裕子	後藤 真志子	佐野 友保	柴野 光子	下村 和子		
		竹内 照恵	土江 幸子	富平 恵理子	中村 好宏	中村 知子	西川 和恵		
		橋本 政喜	濱田 一美	広瀬 祥子	牧野 宏治	松原 裕次	三塩 美津江		
		三宅 順子	宮崎 清志	向井 範雄	矢野 紀之	山口 喬彦	山添 栄造		
		山田 徹							
12 福祉車	0・1名	川元 大生							

◇ 奉仕活動 2020年3月実績 ◇

合計 493点

提供活動	点数	活動会員の氏名(50音順、敬称略)							
1 福祉	38 15名	相澤 三保子	上田 卓是	上西 由美子	梅岡 昌美	岡副 一枝	川畑 美恵子		
		下野 公子	高木 永子	竹中 嘉代子	種田 ナス子	藤後 富美子	蜂谷 直孝		
		蜂谷 照美	松村 みや子	吉崎 富美子					
2 子育て 学童保育支援・子ども安全見守隊 親子広場支援・いきいき広場	19 3名	上田 卓是	遠藤 保江	古布 啓治					
3 環境 アドボトリバー 岡東中央公園 楠葉中央公園 香里ヶ丘けやき通り	52 35名	明智 千佳	東 好秋	稲寄 則子	上田 卓是	上延 淳子	宇仁 義明		
		梅岡 昌美	遠藤 智多子	押谷 敏子	影山 信子	加納 勝子	河上 勲		
		川上 一富實	小林 稔	小林 喜枝子	古布 啓治	近藤 輝男	四方 快枝		
		竹川 志出子	田中 一美	東平 順子	富田 靖	中谷 泰子	西川 昌子		
		濱田 一美	林 輝子	廣田 靖子	松浦 緑	松本 輝夫	三津 輝雄		
		宮本 琴江	山口 祐右子	山田 徹	山田 倫子	山本 美代子			
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール ハンドマッサージ	102 31名	青木 宏平	青木 ヤス子	秋山 季久雄	池田 勝代	石西 正子	今井 洋三		
		上田 卓是	梅岡 昌美	大亀 恵子	押江 一恵	北川 忠雄	古布 啓治		
		下村 英男	下村 和子	谷脇 文江	西尾 千鶴子	蜂谷 直孝	蜂谷 照美		
		藤原 和市	三津 輝雄	向井 範雄	向井 明美	山科 初子	山田 徹		
		山田 倫子	吉崎 富美子	吉田 一雄	吉田 佐知子	四角 利和	和田 亮吉		
		和田 喜代美							
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 各種イベント・企画	282 107名	青木 宏平	明智 千佳	東 好秋	安達 和彦	井口 保子	池上 愛子		
		池淵 洋子	石西 正子	一宮 順世	井上 行弘	今井 洋三	今西 邦弘		
		岩崎 澄子	植木 美恵子	植本 壽満枝	宇仁 義明	梅岡 昌美	梅田 壽雄		
		浦口 紀子	大谷 和代	岡村 勝二	岡村 きよみ	岡本 年昭	奥野 忠子		
		押江 一恵	亀田 美穂子	河上 勲	神崎 富貴子	熊岡 浪恵	庫本 方明		
		庫本 美弥子	栗谷 加代子	光明 幸子	近藤 輝男	近藤 秀子	合田 賢一		
		酒井 靖子	坂本 寿美	佐々田 雅春	澤田 良和	四方 快枝	柴野 光子		
		清水 喜久子	下村 和子	平 里美	高木 永子	高橋 保	高橋 浩子		
		谷脇 文江	種田 ナス子	田淵 美佐子	玉里 幸子	中馬 妙子	塚本 キヨミ		
		辻 洋子	土江 幸子	角山 正男	東平 守弘	徳丸 洋子	富平 恵理子		
		中嶋 庸子	中谷 泰子	仲田 ミチ工	中野 英子	中村 好宏	西川 昌子		
		西邨 幸子	仁波 正之	根来 和子	野口 弘	野村 文夫	蜂谷 直孝		
		濱田 一美	林 輝子	人見 眞佐子	廣田 靖子	福山 佐和子	藤田 史子		
		藤原 和市	本多 澄子	松村 サヨ子	松本 輝夫	三津 輝雄	南谷 登代子		
		宮崎 清志	宮本 利明	向井 範雄	村上 弘子	森本 賢二	門口 よしみ		
		山口 祐右子	山崎 健	山下 千賀子	山下 徳子	山田 徹	山田 倫子		
		山本 義信	山本 美枝子	山本 典子	山本 美代子	行元 東洋	横山 みゆき		
		吉崎 秀子	吉澤 里美	吉房 勝治郎	四角 利和	和田 亮吉			

◇「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
坂田 敏久	貴美子	枚方市野村中町(10)	

※本年度のナルク「天の川クラブ」の定時総会は、6月3日開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ナルク本部理事会の決定に基づき、特例として集合形式の総会を中止し、「書面表決」をもって第26回定時総会(6月30日)とする予定です。

議案書及び表決書は6月会報に封入する予定です。

※「天の川クラブ」の活動は現在休止中ですが、引き続き5月末まで延期いたします。

会員研修 「音楽療法士と楽しむ脳トレ体操」

場所：ラポールひらかた 4階 大研修室

日時：7月17日(金) 13時30分～15時30分

講師：久本久子先生(ピアノ) 石本明子先生(オカリナ)

定員：80名 対象：会員・一般市民の方

久本先生のプロフィール：枚方市在住。元小学校教諭。現在、子どもたち、高齢者対象の音楽指導。
2018年度、左手ピアノ国際コンクールアマチュア部門大賞。

会員研修担当：西川 昌子

6月 (新型コロナウイルスの感染状況により変更の可能性があります。)

1日 (月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
8日 (月)	運営委員会	14時30分～	ふれあいルーム
25日 (木)	生活支援員養成研修	10時～	市民会館
26日 (金)	同上	10時～	市民会館
30日 (火)	奉仕活動担当者会議	13時30分～	ラボ4F

◇「運営委員会」報告◇

事務局長 岡本 年昭

4月度運営委員会は4月13日(月)に開催。運営委員21名出席(2グループに分けて実施)
次の事項を検討し、了承されました。

- ◆2020年3月及び2019年度の時間預託活動・奉仕活動報告・会計報告
- ◆2020年度収支計画案について
- ◆2020年度(第26回)定時総会議案書及び開催方法について
- ◆新型コロナウイルス感染症への対応について
- ◆一人暮らし会員への見守り対応について
- ◆第2回「会員意向調査」プロジェクトの報告について
- ◆2020年度ボランティア保険更新について