

〈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.293 2022年1月
会員数703(男264 女439 世帯486)

ボランティアの
ご利用申込は お早めに！
NALC「天の川クラブ」

〒573-8790
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）

力強く飛躍の年に

代表 青木 宏平

明けましておめでとうございます。

皆様にはお健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

一昨年春から蔓延した新型コロナウイルスの猛威は昨年も衰えを見せず、社会全体が停滞し、ナルクの種々の活動も停滞を余儀なくされました。6月の定時総会も書面評決とし、秋のイベント等の行事も中止するなど、まことに厳しく辛い期間でした。ただ会員の皆様の中で、お一人の感染者も出ていないことは大きな救いです。

昨年10月からようやく感染者数も激減して緊急事態宣言が解除となり、11月から地区会が次々に開催され、会場は待ち焦がれていた皆様の笑顔と活気に満ち溢れていました。

本年はこのエネルギーをもとに、2年近い空白を挽回し飛躍の年にすべく「天の川クラブ」の総力を結集して力強く前進いたします。

まず「会員増強キャンペーン」が推進中です。コロナ禍による長い自粛中に私たちは等しくふたつ歳を重ねました。高齢化進行のなか、会員相互扶助活動を円滑に進めるた



めにも、2月末までの期間中に、是非入会の促進をお願いいたします。

次に、福祉施設など全ての活動が出揃った時

点で「会員意向調査」を実施して、皆様の希望などを確認のうえ心の通う活動を目指します。

また枚方市からの受託事業活動にも積極的に参画して、拠点運営の安定化を図っていきたいと考えます。

3年ぶりの定時総会は新完成した「枚方市総合文化芸術センター」（小ホール）にて、6月に開催を予定しています。新しいホールで新鮮な気分で行いたいものです。

また秋のイベントも10月に「星の里いわふね」で久しぶりのバーベキューを予定しています。多くの方々と親しく話し合って交流を深め、お互いに元気をもらい合う楽しい場にしたいと思います。皆様の多くのご参加をお願いいたします。

この1年、皆様のご健勝でありますよう祈念し、新年のご挨拶といたします。



◇福祉施設活動 デイサービスえみふる コーディネーター 池田 美智子

えみふるは、通所専門の福祉施設です。各家庭からと、老人施設から来られます。緊急事態が解除されていない中で、7月より再開されました。とは言え、コロナ禍で利用者さんは激減し、私たちの活動も週1回で人数も限られました。1つの行事が終わる度に消毒を徹底して、気を配っておられます。そんな中、男性の将棋は月2回、お二人で続けてくださり喜ばれています。

10月より解除され、徐々に16人、18人と活気が戻ってきました。陶芸をされる方の見守り、スリッパ飛ばしや輪投げの傍につ

いて応援し、ピアノ伴奏で懐かしい童謡、唱歌と一緒に歌い、カラオケでは昔の歌を教えて頂き、利用者さんと共に楽しんでいます。3時のおやつが終わると食器洗いもします。

以前のようにもっと私たちのボランティアがお役に立てるように頑張りたいと思います。



陶芸を楽しむ

◇英会話

2006年、職場の同僚からナルクを紹介してもらいました。ボランティアはぼちぼちですが、英会話の教室はずっと楽しく続いています。

レッスンは毎月第1、第3日曜日の午前中ですが、このところ新型コロナウイルスの影響で休講が多いので、久しぶりに顔を合わせ



松永 紀美子（6地区）

ると授業そのもので、どうしても近況報告で盛り上がってしまいます。

アメリカ出身の先生はアウトドア派で友達とよく登山に行かれています。先日はこの春生まればかりの子どもさんとキャンプへ行ったそうです。授業の度に体重が何キロになったと子煩悩ぶりを発揮しています。

ケニア出身の先生は、本業は中学校の先生ですが、田んぼを借りていて米作りにも精をだし、先日も生徒全員にお米を持ってきてくれました。外国の人が作った日本のお米を食べるのはなかなか体験できないことですが、そのお味は？ Very delicious！

◇ふれあい散策クラブ「カワセミ」

「カワセミ」再開！！ふれあい散策クラブ「カワセミ」は発足以来13年間継続して参りましたが、新型コロナのため1昨年6月から休止していました。

コロナ自粛解除となり、1年4カ月ぶりの開催でした。今回（10月）のコースは京阪牧野駅から枚方水辺公園までの淀川堤防散策でした。

メンバーと久しぶりの再会でお互いの近況を確かめ合いながら、参加者34名の列は密を避けてか？先頭から最後尾まで約200メートルと続き、最終目的の淀川資料館見学の予約時間に間に合うかと心配しましたが、全員無事到着。昼食後、淀川の歴史などスライドによる説明・館内見学を無事終了解散しま

サブリーダー 古布 啓治

した。今回は好天に恵まれ、コロナ禍でのモヤモヤ・ストレスの発散など大変楽しい散策となりました、これからも年間計画により開催いたします。

「カワセミ」では近郊各地の名所・旧跡を探訪、健康と仲間づくりに皆様の参加をお待ちしております



淀川資料館にて

赤い羽根共同募金活動に感謝状

代表 青木 宏平

11月25日（木）、「共同募金運動75年記念 大阪府社会福祉大会」が、大阪国際交流センターにおいて開催され、ナルク「天の川クラブ」に「感謝状」が授与されました。永年にわたり「赤い羽根共同募金活動」に協力してきたことに対して授与されたものです。

「天の川クラブ」は毎年10月に、枚方市駅前と樟葉駅前で街頭募金活動を行っており、今後もし引き続き活動を継続していきます。感謝状は事務所に掲げています。



◇枚方警察と一緒に青パト活動

松本 輝夫（5地区）

「天の川クラブ」が青パト活動を開始して初めてのことで驚きました。今回、枚方警察と一緒にパトロールするとは思っていませんでした。私の車を先頭に青バイ2台と、パトカーで枚方警察署を出発しました。いつものコースを回りましたが、パトカーから、「今日はナルク『天の川クラブ』さんと合同でパトロールをしています」と、何回もアナウンスされていました。

さだ西小学校の校門前に行くと、子ども見守りの方も出て来られて、「いつもご苦労さんです」と、声を掛けてくれました。校門前に車を止め、子どもたちが出てくるのを待っていると、青パト、青バイ、パトカーを見てビックリしたような顔をしていましたが、パ

トカーを触って嬉しそうな顔をしていました。

枚方警察からナルクに声がかかったのは、枚方市全域で活動しているので、大きな期待をされているからだと思います。

青パト活動者も年々年を重ね、80歳を超えておられる方が多くなっています。若い方の参加をお待ちしています。

子どもたちと触れ合うのも楽しいですよ。また、学校近くの通学路や交差点で見守りされている方々も笑顔で手を振って挨拶してくれます。地域の方も期待されているからと思います。今後も子どもたちの安全のため、頑張りたいと思います。



◇7地区会

- ☆日 時 12月3日（金）
11時30分～14時30分
- ☆場 所 生駒市 くろんど荘
- ☆参加者 24名
- ☆実施内容
- ・NALC「天の川クラブ」の近況報告
青木代表
 - ・懇親会
 - ・自己紹介
 - ・歌声喫茶
 - ・くろんど池散策



◇3地区会

- ☆日 時 12月7日（火）
11時～13時15分
- ☆場 所 木曽路 枚方店
- ☆参加者 25名
- ☆実施内容
- ・NALC「天の川クラブ」の近況報告
青木代表
 - ・新会員自己紹介（3名）
 - ・懇親会
 - ・運営委員報告
 - ・各活動分野 担当リーダーからの報告
 - ・各同好会 担当リーダーからの報告



◇8地区会

- ☆日 時 12月10日（金） 11時～13時
- ☆場 所 梅の花 奈良店
- ☆参加者 19名
- ☆実施内容
- ・NALC「天の川クラブ」の近況報告
青木代表
 - ・運営委員からの報告
 - ・懇親会
 - ・マジック 山口会員（マジック同好会講師）
 - ・各自近況報告



第28回NALC「天の川クラブ」定時総会のご案内

定時総会は、2021年度の総括と2022年度の活動方針を決定する大切な総会です。
新しく入会された方や総会に出席したことのない方もぜひ参加してください。

- 日時：2022年6月2日（木）13時～
- 場所：枚方市総合文化芸術センター 小ホール

2021 年度 枚方市生活支援員養成研修を終えて 研修担当 近藤秀子

11月25・26日、市民会館で実施されました。この研修は日常生活で支援を必要とする要支援1・Ⅱの高齢者の支援を行う人を養成するものです。

この度13名の方が修了証を手になされました。今回の研修で特筆すべきことがありました。一つ目は若い受講生が多数を占めておりました。二つ目はほぼ全員が過去に身内の介護をしたことがある経験者、それも10年、30年という長期間にわたる方が複数人おられました。併せて現在介護中という方々です。三つ目、終了された13名の内10名の方が「ナルクすこやか」に支援員登録されま

した。家族介護の経験者は大変だったことをいろいろ思い出されるので、しばらくは距離を取りたいといいます。今回受講された方々はその葛藤を乗り越えて社会とつながることを選ばれた訳です。

登録された皆さんが活動する中で地域社会に役立っているという充実感と自信を持って生き生きとお過ごしになられることを切に願います。

次回の研修は2月24・25日を予定しております。

積極的なご参加をお待ちしております。



預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動 2021年11月実績 ◇

合計 377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 庭・植木の手入れ ハウスヘルパー パソコン指導 福祉施設	237 69名	青木 ヤス子 稲寄 則子 梅岡 昌美 河合 ハツノ 近藤 秀子 平 里美 中馬 妙子 西尾 千鶴子 浜田 幸男 廣瀬 光男 藤原 榮子 三坂 詔子 矢倉 達雄 吉田 千恵子	東 好秋 井上 由美子 江本 恵子 河上 勲 合田 賢一 竹川 光允 角山 正男 西川 昌子 浜田 佳代子 福山 佐和子 松原 裕次 三津 輝雄 山口 祐右子 吉房 勝治郎	荒尾 忠彦 今西 邦弘 遠藤 智多子 久我 千穂 酒田 昌子 竹川 志出子 角山 カズコ 西田 スマコ 濱田 孝夫 藤井 千恵子 松村 サヨ子 森高 輝子 山添 栄造 四角 利和	井口 保子 岩堀 周子 大地 祐子 古布 啓治 佐藤 義孝 谷垣 孝子 徳丸 洋子 野口 聖子 林 輝子 藤本 秀子 松本 輝夫 森本 賢二 山本 義信 和田 亮吉	池田 美智子 上延 淳子 押江 一恵 近藤 輝男 澤田 良和 谷脇 文江 中川 良子 服部 一恵 林 あけみ 藤原 和希 松本 幸子 森脇 富美江 吉崎 富美子
2	送迎	37 7名	池田 美智子 蜂谷 直孝	今西 邦弘 林 あけみ	上田 卓是	大久保 講造	川元 大生
8	コーディネート	5/5名	今西 邦弘	近藤 秀子	谷脇 文江	角山 正男	廣瀬 光男
9	事務所当番 事務所作業	98 28名	池上 愛子 岡村 きよみ 久世 裕子 土江 幸子 牧野 宏治 矢野 紀之	石西 正子 岡本 年昭 古布 啓治 富平 恵理子 三塩 美津江 山添 栄造	岩井 美栄子 笠井 くみ子 後藤 真志子 西村 沢子 三宅 順子 山田 徹	宇仁 義明 亀田 美穂子 柴野 光子 濱田 一美 宮崎 清志	梅田 壽雄 神崎 富貴子 竹内 照恵 広瀬 祥子 向井 範雄

◇ 奉仕活動 2021年11月実績 ◇

合計 625点

区分	提供活動	点数/人	活動会員の氏名(50音順、敬称略)				
1	福祉活動	13 10名	伊藤 伸枝	植本 壽満枝	岡本 妙子	神崎 富貴子	近藤 秀子
			佐藤 繁子	澤田 年江	高附 加智子	野口 佐智子	和田 喜代美
2	子育て 子ども安全見守り隊 親子広場支援	95 17名	青木 宏平	東 好秋	上田 卓是	植本 壽満枝	梅岡 昌美
			遠藤 保江	古布 啓治	佐藤 義孝	中馬 妙子	西村 沢子
			濱田 孝夫	松原 裕次	三津 輝雄	宮崎 清志	森井 禮子
			森本 賢二	吉崎 富美子			
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	65 42名	青木 宏平	青木 ヤス子	明智 千佳	東 好秋	稲寄 則子
			今西 邦弘	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 祐子
			川上 一富實	木村 勝	小林 稔	小林 喜枝子	古布 啓治
			近藤 輝男	近藤 秀子	坂本 和子	四方 快枝	竹川 光允
			竹川 志出子	中馬 妙子	東平 順子	富平 信行	中野 英子
			中村 久二子	西川 昌子	野口 聖子	林 輝子	藤原 和子
			松浦 緑	松本 輝夫	三津 輝雄	山田 徹	山田 倫子
			山本 貴代子	山本 典子			
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	55 27名	青木 宏平	青木 ヤス子	秋山 季久雄	池田 勝代	上田 卓是
			宇仁 義明	梅岡 昌美	大亀 恵子	岡村 きよみ	川元 大生
			古布 啓治	谷脇 文江	中馬 妙子	西尾 千鶴子	西川 美代子
			西村 輝雄	蜂谷 直孝	蜂谷 照美	藤原 和子	前野 みよ子
			松本 輝夫	宮崎 清志	向井 範雄	向井 明美	山科 初子
			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	397 126名	相澤 三保子	青木 宏平	青木 ヤス子	秋山 季久雄	明智 千佳
			東 好秋	井口 保子	池上 愛子	池淵 洋子	石西 正子
			一宮 順世	井上 行弘	井上 逸子	今井 洋三	今西 邦弘
			植本 美恵子	上延 淳子	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	岡本 妙子	奥嶋 寛司	奥野 忠子	押江 一恵
			亀田 美穂子	河合 ハツノ	河上 勲	川上 一富實	川元 大生
			神崎 正人	神崎 富貴子	熊岡 浪恵	庫本 方明	栗谷 加代子
			光明 幸子	小林 久美子	近藤 輝男	近藤 秀子	合田 賢一
			後藤 真志子	酒井 靖子	坂田 貴美子	坂本 寿美	佐々田 雅春
			佐藤 義孝	澤田 良和	澤田 年江	四方 快枝	清水 喜久子
			平 里美	高石 裕子	高附 加智子	高橋 保	高橋 浩子
			谷脇 文江	田淵 美佐子	玉里 幸子	中馬 妙子	塚本 キヨミ
			辻 幸子	辻 洋子	角山 正男	東平 守弘	徳丸 洋子
			戸出 美穂子	中嶋 庸子	中谷 泰子	仲田 ミチエ	中野 英子
			西川 昌子	西邨 幸子	西村 沢子	仁波 正之	根来 和子
			野村 文夫	蜂谷 直孝	濱田 一美	林 輝子	林 あけみ
			人見 眞佐子	平井 貞子	廣瀬 光男	廣田 靖子	福山 佐和子
			福山 結子	藤原 和子	古武 由紀子	松下 喜久子	松村 サヨ子
			松本 輝夫	三坂 詔子	三塩 美津江	三津 輝雄	美濃 和香子
			三宅 順子	宮崎 清志	宮本 利明	向井 範雄	森田 由利子
			森本 賢二	門口 よしみ	山口 祐子	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 美代子	行元 東洋	横田 由美子	横山 みゆき	吉崎 秀子
			吉崎 富美子	吉澤 里美	吉田 一雄	吉房 勝治郎	四角 利和
			和田 亮吉				

枚方拠点の賛助
会員（敬称略）

サンセール香里園 エイジフリー・ライフ星が丘 エバーライフ御殿山
ファミリーポートひらかた ディサービスえみふる

1 2月の同好会活動内容(269名)

同好会名	活動内容（お問い合わせは事務局まで）	次月予定
囲碁・将棋 2名	1日 二人で行いました。	2月17日 ふれあいルーム
英会話 18名	5、19日 今年よかったことや、正月休みの予定などを話しました。	2月6、20日 ふれあいルーム
オー・ジーンズ 名	活動なし。	
カラオケ 14名	7、21日 無性にカラオケしたいと思った。そんな電話がいました。1月18日(火)は、新春食事も行います。詳細は角山まで	2月1日 15日 カラオケ「エミ」
組ひも 6名	20日 1年の納めの組ひもも無事に終わりました。来年はよい年になればいいですね。	2月21日 ふれあいルーム
コスモス 6名	11日 情報交換をして会員相互の親睦を図りました。	2月12日 ふれあいルーム
オカリナ 13名	5日 19日 ジングルベル、グロリア、赤鼻のトナカイなどを合奏してミニクリスマスを楽しむ。来年は施設を訪問できればいいですね。	2月6、20日 ふれあいルーム
野菊の会 9名	21日 今年最後。全員集合でにぎやかにすごしました。コロナで数回行えない時がありました。くる年が穏やかでよい年になりますように。	2月22日 ふれあいルーム
マジック 19名	3、17日 1月に訪問する樟葉北小学校での各自の出し物のタイムを計りながら練習しました。	2月4、18日 ふれあいルーム
水切り絵 7名	15日 皆さんで年賀状を仕上げ、様々な虎の表情があり、来年の幸せを祈りました。	2月16日 ふれあいルーム
絵手紙 名	12月は休み。1月24日は節分をテーマに制作します。	2月28日 ふれあいルーム
卓球 34名	4、18、14日 気温は低く、外は寒いですが、卓球を始めるとすぐ汗ばんできます。25日は練習の後、食事会。楽しい一時を楽しみました。	2月1、8、15 サブリ村野
テニス 32名	1、8、15、22日 風もなく、穏やかな日が多かったです。新入会員が来られました。	2月はお休みです。
ウォーキング 16名	16日 津田駅から交野山に登り、下山後スパバレイで入浴し忘年会を実施しました。1月例会は中山寺と清荒神への初詣ハイキングです。	2月17日
カワセミ 25名	16日 「応仁の乱」後に発展した西陣織を訪ねました。1月は休会。	2月24日
JR旅の会 名	活動なし。	
ゴルフ 名	活動なし。	
盆踊り 名	活動なし。	
健康体操 34名	7、14、21日 コロナウイルス、インフルエンザ……心身ともに硬くなっていないか？お陽様を浴び、ストレッチしましょう。	2月1、8、15 ふれあいルーム
健康麻雀 22名	18、25日 初めてのミーティングで麻雀仲間の意識が変わりました。麻雀に対する思いを各自語る。曜日の変更。第2第4土曜日。	2月12、26日 ふれあいルーム
ウクレレ 12名	13、24日 今までの成果を発表。ミニ演奏会をしました。	2月14、25日 サブリ村野

2021年度 枚方市生活支援員養成研修のお知らせ

日 時：2月24日（木）・25日（金）9時50分～ 2日間

場 所：枚方市民会館3階第4会議室

※ 詳しくは折込チラシをご覧ください。

◇「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
大音 正明	都	浦本菜々子	寝屋川市早子町(メ-ル9)
西森 悦子		清水 敏治	枚方市長尾家具町(10)

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	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	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	第2木曜日 第4土曜日	10時～11時	楠葉中央公園・他
クリーン・アダプトー3	第2火曜日・第4金曜日	9時30分～10時30分	ユーカリ～けやき通り
すこやか広場きょうぶん	平日 (随時1～2時間)	10時～17時	教育文化センター
ファミリーポート(子育て)	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)	第1・第3火曜日	9時30分～2時間	ファミリーポート
広場さびり(子育て)	指定の火曜日	10時30分～1時間	サブリ村野
施設向け絵手紙制作	第2火曜日	10時～12時	ふれあいルーム
ふれあいの日	第2木曜日	10時～15日	ふれあいルーム

※ 新型コロナウイルスの影響で変更している活動がありますので、確認してください

1月(16日以降分のみ掲載)

18日(火)	5地区会	9時40分～	岡本町会館
21日(金)	6地区会	10時30分～	くろんど荘
25日(火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ4F MR1・2
27日(木)	4地区会	11時～	木曽路 枚方店

2月

7日(月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
14日(月)	運営委員会	13時30分～	ラポ4F MR1・2
22日(月)	奉仕活動担当者会議	13時30分～	ラポ2F 集会室
24日(木)	枚方市生活支援員養成研修	9時50分～	市民会館3F
25日(金)	枚方市生活支援員養成研修	9時50分～	市民会館3F

◇「運営委員会」報告◇

事務局長 岡本 年昭

12月度運営委員会は12月13日(月)に、運営委員22名出席して開催。

次の事項を検討し承認されました。

- ◆2021年11月の時間預託活動・奉仕活動報告・入退会者報告・会計報告について
- ◆会員増強プロジェクト及び特別キャンペーンの報告
- ◆運営委員の退任及び新運営委員候補者の推薦について
- ◆2022年度定時総会議案書作成スケジュールについて
- ◆2022年度「秋のイベント」日程と場所について
- ◆11月度コーディネーター会の報告について
- ◆枚方市生活支援員養成研修の実施結果について
- ◆コーディネーター養成講座実施結果について
- ◆「赤い羽根共同募金75周年記念」感謝状受賞について