

〈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.302 2022年10月
会員数 689 (男 253 女 436 世帯 480)
※8月末現在

ボランティアの
ご利用申込は お早めに！
NALC「天の川クラブ」

〒573-0028
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）

花の色 いろ イロ

それは約25年前、秋の頃。中大和の幼稚園。花壇の片隅に見慣れない色の花を1本見つけた。造花のような形状で花被片は反り返っている。彼岸花である。

只、花の色が黄色い。近くには明日香村があり田圃の畔に咲く赤い彼岸花群は秋の風物詩としてあまりにも有名。

古くから「赤い花なら曼珠沙華」と歌われ、曼珠沙華(彼岸花)は赤いものと思っていた。

驚愕し立ち竦んだ。こんなんがあるんや。

それ以来、本来の花色以外に変化した色をした花があるのではないかと注意深く観察するようになった。

タンポポは、洋の東西を問わず「黄色」。紫蘭は、名のとおり「紫色」。フランネルソウは、小さな「赤色」。

「黄・白」の彼岸花、「白」のタンポポ、「白」の紫蘭、「白」のフランネルソウが花壇や路地の片隅で咲いておりその存在を知った。

角山 正男 (1地区)

突然変異か誰かが改良したか知る由もない。シロイロタンポポは西日本一帯に分布しているとされている。知らなかった。

球根を集めたり種を採ったりして自宅近くの市のアダプト管理地(市から委託されている管理地)に植えた。立ち止まって観入っている人を見るときやったり！である。

咲く時期は本来の色と同じだが、なんとなく形態が貧弱に見えるのと繁殖力が弱いのではないかと感じるのは私だけの思い過ごしだろうか。

掲載の写真は、白黒で花の色は伺えません。どうか、ナルク「天の川クラブ」のホームページを見てください。カラーで載ってます。

私は「天の川クラブ」で庭木の剪定等の活動に取り組んでいます、短い花の命の生き様にも気を配っていきます。

記事と同事象の例があったら教えて下さい。



タンポポ：白



紫蘭：白



フランネルソウ：白



彼岸花：黄



彼岸花：白

◇「えみふる」での活動

枚方市長尾にある通所介護施設「えみふる」を初めて訪れたのは、たぶん5年ほど前になるでしょうか？ 以来途切れることなく現在に至っています。

月2回ほど都合のいい日を選び、時間は2時から4時まで。私が伺う頃はちょうどゲームの時間で、賑やかな歓声が外まで聞こえてくることが多い。その後はお茶の時間、それぞれにお茶を楽しみます。

なるべくいろいろな方とお話するようにして下さいとのことでしたが、初めの頃は初対面の方ばかり、どのように話しかけたらよいものか、そこがなかなか難しかったです。

でも最近では顔なじみの方も増えてきて和やかな時間を一緒にさせて頂けるようになりました。皆さんの名前がなかなか覚えられな

稲寄 則子（1 地区）

いので、名札で確認しながらお声をかけています。

話題はそれぞれですが、現役で頑張られていた頃のお話は特に興味深いものがあります。

4時前後から車でお帰りの時間です。これからは「えみふる」とのご縁をできる限り続けていきたいです。最後に、いつも明るく細やかな配慮で対応されているスタッフの皆さんに心から「お疲れさまです！」



歌番組を楽しむ皆さん

◇カラオケ この夏も休みませんでした。

川上 一富實（5 地区）

暑かったですね、この夏は。カラオケ同好会は、枚方市に於いて新型コロナウイルス感染者数に加えて猛暑日が続く、熱中症も心配される状況であり、不要不急の外出は控えてほしいとのことでもあるので中止かなと思っておりましたが、中止にはなりませんでした。

8月の第1火曜日に参加しましたが、流石に参加者は少なかったです。が楽しかったです。参加費千円ぽっきりで飲み物茶菓子がセットになっております。エアコンの効いたホ

ールでビールを傾けながらカラオケを楽しんでおります。ストレス解消には最高です。

リーダーのガンバリのお陰です。ありがとうございます。



エミの玄関前で・筆者左

◇卓球との出会い

梅田 陽子（4 地区）

私と卓球の出会いは学生時代です。長らく遠ざかっていましたが、今から20年ほど前に近所のお友達から校区の卓球同好会への誘いがあり見学に行きました。

私と同年代の男女がお元気で浚渌と卓球を楽しんでおられる姿に感動し入会しました。早速ラケットとシューズを買い求め昔を思い出しながら今も毎週日曜日に参加しています。最初は思うようにいかず迷惑ばかりかけていましたが学生時代の経験もあり間もなく楽しくプレーできるようになりました。

その頃ナルクにも卓球部があることを知り入会しました。現在は16名のメンバーが毎

週土曜日サプリ村野で練習と試合に励んでいます。休憩時にはナルク共通話題で盛り上がり楽しいひと時です。

卓球は老若男女を問わず天候にも左右されない身近なスポーツです。運動する機会が少ない私たちには気軽に楽しめるのでこれからも無理をせず続けていきたいと思っています。



サプリ村野で

◇ナルクオランダ拠点を訪問して

神崎 富貴子 (8地区)

今夏、3年振りにオランダに住む娘宅に8月3日から26日迄滞在いたしました。

日本を出発前にオランダ拠点を訪問したいと連絡をしたところ、快い返事をいただき8月6日(土)午後には訪問となりました。ご挨拶程度と思っていましたが、娘宅まで送迎をして頂き、私を拍手で迎えて下さいました。オランダ拠点は会員数40名、事務局の河南笑子(かんなんえみこ)さんの自宅を事務局に提供されています。当日は他に会場を借りて頂き懇談の場となりました。

現地在住のオランダ拠点代表、岩崎國治様他8名の方々を含め、日本在住の顧問岩崎正子様も在蘭中とのことで参加頂き、枚方拠点の紹介ビデオを放映し、質問に答えました。枚方拠点の会員数の多さ、そして預託活動・奉仕活動・同好会活動の豊富さに感心され、拠点運営資金はどのようにしているのか、活動会員数などに興味を持たれていました。

オランダ拠点の主な活動は子育て、ひとり暮らしの支援など。オランダには日本人会が無く2年前に在蘭邦人が集まれる場所「モネ茶房」が出来たので、そこでボランティア提供をされているとの事でした。

現在進んでいる計画「ふるさとの家プロジェクト」は3階建て共同住宅を兼ねた建物を河南笑子さんが立ち上げられ、完成すればナルクオランダの活動出来る場所になると話しておられました。河南さんはオランダ日本人幼稚園を20年前に作られた初代園長でもあります「ふるさとの家プロジェクト」の完成を願っております。

オランダ拠点の方は「他拠点の活動を知ることが出来、オランダの活動に大いに役立ちます。これを機会に日本拠点との交流を進めていきたい。帰国の際は枚方拠点を訪問させていただきたい」とのことでした。

帰国の飛行機が偶然岩崎正子さんと同乗となり機中でお話する機会がありました。岩崎さんは富田林で障害者支援施設「桃花塾」の理事長をされながら、オランダ人のご主人の所へ半年滞在され、ご主人はオランダ拠点会員として活動されています。日本国内で事業をしながらボランティアをされる一方、海外でボランティアに頑張っておられる方々を知り、私も枚方拠点の一員としてナルク活動に一層励みたいと改めて思いました。



ナルクオランダの皆さんと

預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動 2022年8月実績 ◇

合計 268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	120 46名	相澤 三保子 一宮 順世 押江 一恵 酒田 昌子 谷垣 孝子 中西 昌枝 林 あけみ 藤原 榮子 山口 祐右子 四角 利和	青木 ヤス子 稲寄 則子 河上 祐子 佐野 友保 田淵 和子 西川 昌子 人見 眞佐子 藤原 和子 山田 倫子	東 好秋 遠藤 智多子 久我 千穂 柴野 光子 中馬 妙子 西村 沢子 平野 賀世 松本 幸子 山本 典子	井口 保子 大久保 講造 古布 啓治 平 里美 角山 カズコ 野口 聖子 藤井 千恵子 三坂 詔子 山本 義信	池田 美智子 大地 祐子 近藤 秀子 田中 清子 角山 正男 濱田 一美 藤本 秀子 森脇 富美江 吉崎 富美子		
2	送迎	43 6名	池田 美智子 林 あけみ	大久保 講造	川元 大生	西川 昌子	蜂谷 直孝		
8	コーディネート	4/ 4名	東 好秋	川元 大生	近藤 秀子	牧野 宏治			
9	事務所当番 事務所作業	101 30名	池上 愛子 笠井 くみ子 酒井 信弘 辻 洋子 仁波 正之 三宅 順子	石西 正子 亀田 美穂子 佐野 友保 土江 幸子 濱田 一美 宮崎 清志	岩井 美栄子 神崎 富貴子 柴野 光子 富平 恵理子 広瀬 祥子 向井 範雄	梅田 壽雄 後藤 真志子 下村 和子 中西 昌枝 牧野 宏治 矢野 紀之	岡村 きよみ 古布 啓治 竹内 照恵 西村 沢子 三塩 美津江 山田 徹		

◇ 奉仕活動 2022年8月実績 ◇

合計 450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	6 6名	遠藤 育代 和田 喜代美	澤田 年江	下家 真由美	高附 加智子	野口 佐智子
2	子育て 子ども安全見守り隊 親子広場支援	70 12名	青木 宏平 古布 啓治 吉田 一雄	東 好秋 松本 輝夫 四角 利和	上田 卓是 三津 輝雄	遠藤 保江 宮崎 清志	久我 千穂 森本 賢二
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	51 32名	青木 ヤス子 上延 淳子 加納 勝子 竹川 光允 浜田 佳代子 松本 輝夫 山村 明子	明智 千佳 宇仁 義明 古布 啓治 中馬 妙子 林 輝子 三津 輝雄 吉田 千恵子	東 好秋 梅岡 昌美 近藤 輝男 東平 順子 藤原 和市 山口 祐右子	稲寄 則子 遠藤 智多子 佐々木 章子 西川 昌子 松葉井 昌代 山田 徹	上田 卓是 押谷 敏子 竹川 志出子 野口 聖子 松村 サヨ子 山田 倫子
4	その他 外部活動 青色防犯パトロール	47 19名	青木 宏平 梅岡 昌美 蜂谷 直孝 山科 初子	青木 ヤス子 川上 一富寛 藤原 和市 吉田 一雄	井上 行弘 谷脇 文江 三津 輝雄 吉田 佐知子	今井 洋三 西尾 千鶴子 向井 明美 四角 利和	上田 卓是 蜂谷 照美 向井 範雄
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	276 115名	相澤 三保子 池上 愛子 稲寄 則子 上西 由美子 大地 祐子 奥嶋 寛司 川田 美津枝 熊岡 浪恵 小林 久美子 佐々田 雅春 清水 喜久子 高橋 浩子 角山 カズコ 中嶋 庸子 西村 沢子 浜田 佳代子 福山 佐和子 松村 サヨ子 三宅 順子 森本 賢二 山田 徹 山本 義信 吉澤 里美	青木 宏平 池淵 洋子 井上 行弘 宇仁 義明 大谷 和代 奥野 忠子 川畑 美恵子 庫本 方明 近藤 輝男 佐野 友保 下村 和子 谷脇 文江 角山 正男 中谷 泰子 仁波 正之 林 輝子 福山 結子 松本 輝夫 宮崎 清志 山口 祐右子 山田 倫子 行元 東洋 吉田 一雄	明智 千佳 石西 正子 今井 洋三 梅岡 昌美 岡村 勝二 亀田 美穂子 川元 大生 栗谷 加代子 近藤 秀子 澤田 年江 平 里美 田淵 美佐子 東平 守弘 仲田 ミチ工 野村 文夫 人見 眞佐子 藤原 和市 三坂 詔子 宮本 利明 山崎 健 山本 典子 横田 由美子 吉房 勝治郎	東 好秋 一宮 順世 今西 邦弘 梅田 壽雄 岡村 きよみ 河合 ハツノ 神崎 正人 合田 賢一 酒井 靖子 四方 快枝 高石 裕子 塚本 キヨミ 徳丸 洋子 中野 英子 蜂谷 直孝 廣瀬 光男 古武 由紀子 三塩 美津江 向井 範雄 山下 千賀子 山本 美枝子 横山 みゆき 四角 利和	井口 保子 伊藤 伸枝 植木 美恵子 浦口 紀子 岡本 年昭 河上 勲 木村 和夫 光明 幸子 坂田 貴美子 柴野 光子 高橋 保 辻 洋子 富平 恵理子 西川 昌子 濱田 一美 廣田 靖子 松下 喜久子 三津 輝雄 森田 由利子 山下 徳子 山本 美代子 吉崎 秀子 和田 亮吉

2022年コーディネーター養成講座のお知らせ

日時：2022年11月9日（水）10時15分～15時30分

場所：ラポールひらかた 3階研修室1

講師：本部理事 西村 順子氏

申込締切：10月31日（月）

※詳細は同封の案内状をご覧ください。

会員研修担当 西川 昌子

9月の同好会活動内容(271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	29日 2人で将棋をやりました。	11月17日
英会話 9名	18日 先生が自分で作った新米を皆に配ってくれました。もう一人の先生がヨーロッパからの帰国が来月になったので、レッスンは1回。	11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 12名	6、20日 「久しぶりで声が出えへん」と言いつつ、マイクを握ると一変。「やっぱり楽しい」と熱唱。雨降っても台風にも負けず第1・第3火曜日はエミに！	11月1、15日 カラオケ「エミ」
組ひも 5名	19日 10月23日（日）ひらかたNPOフェスタ2022に組ひも同好会も展示します。皆さまに見ただけなので、制作にも力が入ります。	11月21日 ふれあいルーム
コスモス 名	活動なし	
オカリナ 5名	4、18日 少年時代 モルダウ 翼を下さい ジブシーの月 珍島物語などを練習しました。	11月6、20日 ふれあいルーム
野菊の会 6名	27日 9月9日は重陽の節句。菊の節句ともいわれます。スーパーで食用菊をさがしましたが、なくて、冷凍でがまんしました。	11月22日 ふれあいルーム
マジック 19名	2、16日 新しい仲間が2名増えてさらに楽しく練習ができました。「五色のロープ」「変身カード」「お椀と玉」など。	11月4、18日 ふれあいルーム
水切り絵 5名	28日 ひらかたNPOフェスタの準備に大忙しでした。	11月16日 ふれあいルーム
絵手紙 12名	26日 秋草いっぱいになったふれあいルームで、ひらかたNPOフェスタの作品作りにいそしみしました。	11月28日 ふれあいルーム
卓球 44名	9月3、10、17、24日 朝夕涼しく秋の気配を感じる季節になりました。ラジオ体操、練習後、ダブルスの試合を楽しんでいます。	11月5、12、19 サブリ村野
テニス 31名	9月7、14、21、28日 レシーブとボレーの練習を始めて6カ月になりました。	11月2、9、16、30 春日テニスコート
ウォーキング 18名	15日 奈良・橿原市今井町見学し橿原神宮まで歩きました。10月例会はびわ湖箱館山で	11月17日
カワセミ 17名	22日 すっきりしないお天気の中、平安宮跡散策。10月は27日京都植物園にて紅葉と秋の草花鑑賞。	11月24日
JR旅の会 名	活動なし	
ゴルフ 名	活動なし	
盆踊り 18名	13、20日 今後の予定は10月11日 11月15日（第3） 12月13日 1月10日 2月14日。	11月15日 ふれあいルーム
健康体操 27名	6、13、20日 今年の秋は寒暖の差が大きく体調を崩さない様、こまめに体を動かしましょう。	11月、1、8、15 ラポールひらかた
健康麻雀A・B 30名	10、21、24日 A 山積み方はほぼ全員手積み出来るようになりました。B 第1回健康麻雀Bクラス開催しました。今後の取り決めの必要性を感じた。	11月12、23、26日 ふれあい
ウクレレ 11名	12、23日 秋のイベントに向けて練習していましたが、無くなってポカんとしています。	11月14、25日 サブリ村野

2022年度 枚方市生活支援員養成研修受講者募集

この研修は、枚方市生活支援員として働くことが出来る資格を取得できます。

日 時：2022年11月25日(金)・26日(土) 2日間

場 所：総合文化芸術センター別館（旧メセナ） 定員：20名

申込み：ナルク「天の川クラブ」事務所 TEL 072-846-3975

※ 研修当日はご自宅で検温、マスク持参でご参加下さい。

※ 詳細は10月会報同封のチラシをご覧ください。

研修担当・近藤秀子

◇「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
高垣 紀子		枚方市茄子作 (8)	

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。

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
すこやか広場さようぶん	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
広場さぶり(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時	ふれあいルーム

10月

25日 (火)	奉仕活動担当者会議	13時30分～	ラポ4F MR1・2
28日 (金)	2地区会	11時30分～	木曽路枚方店

11月

7日 (月)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
9日 (水)	コーディネーター養成講座	10時30分～	ラポ3F 研修室1
14日 (月)	運営委員会	13時30分～	ラポ2F 集会室
15日 (火)	3地区会	9時40分～	きらら1階会議室
15日 (火)	8地区会	10時30分～	楽寿荘
18日 (金)	1地区会	9時30分～	楠葉市民センター
22日 (火)	9地区会	10時30分～	東香里元町自治会館
25日 (金)	26日(土)生活支援員養成研修	9時50分～	文化芸術センター別館
29日 (火)	家事支援担当者会議	13時～	ラポ4FMR1・2
29日 (火)	コーディネーター会	14時30分～	ラポ4FMR1・2

◇「運営委員会」報告◇

事務局長 岡本 年昭

9月度運営委員会は9月12日(月)に、運営委員22名が出席して開催。

次の事項を検討し承認されました。

- ◆2022年8月の時間預託活動報告・奉仕活動報告・7月の入退会者報告
- ◆2022年8月の収支報告
- ◆利用者宅への訪問時、応答がない場合の対応基本マニュアルについて
- ◆秋のイベント中止について
- ◆「福祉施設支援活動」の現況報告
- ◆ナルク本部の発展プロジェクトメンバー推薦者について
- ◆北河内地区連絡協議会の実施について
- ◆赤い羽根共同募金活動について