

〈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.338 2025年10月
会員数626 (男221 女405世帯456)
※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 <https://hk-nalc.jp>



春日神社祭り

私が「ナルク」に入会したのは、大先輩のTさんが声をかけて下さったのがきっかけで、10年以上前になります。

他力本願で、5年ぐらいいは何の活動もしないでいましたが、同じTさんからボランティアのお声がかかり、それがキッカケで、事務所当番、会員研修担当、運営委員までさせて頂くようになりました。

そして今回、会報のトップページが10地区担当だということで、ある方から以前に私が10地区のみに配布されている「さとやま」に載せた「津田の春日神社のお祭り」の記事にすごく感動したので、ナルクの会員全員に知らせて欲しいと言われました。

丁度10月はお祭りの時期で、今年3月に枚方市初の無形登録民俗文化財に登録されたという事もあり、昔から続く春日神社のお祭りの紹介をさせて頂くことになりました。

春日神社は市域東部の中心的村落であった津田村の氏神で、創立年代は明らかではないが、中世に三之宮神社(穂谷)の内宮として祀られた、と伝えられています。

現在の本殿は、天明6年に春日大社(奈良県)の旧社殿を移築されたものです。

中世より続く津田春日神社宮座による秋の奉納祭りは、早朝より、今年収獲した農作物

三宅 順子 (10地区)

を各宮座の当家の家から袴を着て、神社まで担いで行き、奉納し神事を行います。

神社は立派な大提灯を早朝より各家庭から1人出て地域毎に本殿と屋根より高く掲げられる辻提灯を飾り、各家庭では玄関前に、紋入り提灯を吊して飾ります。提灯と大太鼓で賑わう提灯祭りです。

夕方からは、津田旧街道に夜店が並び、近隣の子供達や親子連れが集まり大変賑わいます。

お祭りの日はどこの家も楽しみな1日で、ご馳走は昔から鯖寿司とお餅とすき焼きと松茸などが習わしで、1年の豊穡と健康を祝ったものです。

昔は家で飼っているニワトリを潰してすき焼きにしていたそうですが、現在は豊かになって牛肉のすき焼きに。

鯖寿司は家庭の手作りから近年は寿司店・スーパーで出来合いを買う若い家庭が増えていきます。

因みにわが家では、しきたり通り毎年私が作っています。枚方市には他にも古くから伝わる行事など沢山あると思いますので、ぜひ紹介して欲しいと思います。



◇剪定作業の「安全・無事故」にご理解を！

庭・植木の手入れ CO 角山 正男

私たちナルクの活動に「事故」とは無縁でありたいものです。しかし、庭・植木の手入れ活動には、たえず、危険が付きまっています。

脚立に乗って高所作業・急な斜面や塀ブロック上部で作業・草刈払い機や電動バリカン等の使用が想定されます。

併せて、作業者の高齢化による動作の緩慢化は如何ともし難い現実です。一方、気持ちは壮年期の己を疑いません。最近、活動中、バランスを失い高所から落下、長期入院されるという事故が発生しました。誠に残念な出来事でした。

かかる事故の再発を防止するため次のとおり対処いたしますのでご理解の程よろしくお願いします。

作業前に地区のコーディネーターがコーディネートしますのでご要望をしっかりお伝えください。可否を判断いたします。

- 1、高い箇所の作業・危険度の高い箇所の作業はお断りいたします。
- 2、脚立の使用は安全対策を十分施し使用します。
- 3、夏季、熱中症等が懸念され際は屋外での作業は中止させていただきます。
作業後、「おおきに」「綺麗になった」のお声が私たちのよろこびです。
庭・植木の手入れ活動の実情をご理解いただきますようお願い申し上げます。



◇楽しいオカリナ

松永 紀美子 (6地区)

「楽しいオカリナ」は、田岡先生指導のもと、今年で発足20周年を迎えます。一時は20名ほどのメンバーで賑やかでしたが、現在は5名で優しい音色を目指してレッスンを続けています。

私がオカリナに興味を持ったのはずいぶん昔のこと。NHK特集「シルクロード」のテーマ曲のオカリナの音色が強く心に残り、以来、機会があれば自分でも演奏してみたいと思っていました。

その機会が訪れたのは、同じ職場にナルク会員がおられて、ナルクとオカリナ同好会に誘って頂いた時です。それから今日まで季節

の歌、童謡、唱歌、ドラマの曲、外国の曲など様々なジャンルの曲を練習して楽譜だけは数えきれないほどになりました。いつの日か「シルクロード」を、感情をこめて吹いてみたいと思っています。



2025年10月

ハンドマッサージ練習会

日 時：2025年10月23日（木）午前10：30～12：00

場 所：ふれあいルーム

申込先：ナルク「天の川クラブ」事務所 TEL846-3975 FAX846-4001

ハンドマッサージ担当 大谷 和代

会員研修 シニアメイク「健康長寿な人生」

日 時：2025年12月11日（木）午後1時30分～3時30分

場 所：ラポールひらかた4階大研修室（受付開始1時15分）

講 師：エステティシャン 佐藤 智恵美 先生 清水 恵己 先生

定 員：70名

※男性も歓迎

締 切：12月5日（金）

申込先：ナルク「天の川クラブ」事務所 TEL846-3975 FAX846-4001

会員研修担当 西川 昌子

預託活動・奉仕活動内容の報告

◇ 時間預託活動2025年08月実績 ◇

合計 239点

区分	提供活動	点数	活動会員 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	94 46名	東 好秋 稲寄 則子 岡本 妙子 櫛部 瑞恵 齊藤 緑 角山 正男 林 あけみ 堀田 智美 森脇 富美江 綿谷 由利子	荒木 裕子 内村 幹代 押江 一恵 楠本 和美 下村 和子 富平 恵理子 東田 幸子 松本 幸子 山口 祐右子	井口 保子 梅田 陽子 河合 ハツノ 熊岡 浪恵 平 里美 西川 昌子 人見 眞佐子 三坂 詔子 山本 悦子	池田 勝代 江崎 光子 河上 祐子 倉本 幸子 田岡 治子 西邨 幸子 藤崎 尚子 向井 明美 山本 典子	一宮 順世 遠藤 智多子 川元 美智子 近藤 輝男 田中 美登里 蜂谷 照美 藤原 榮子 向井 範雄 吉崎 富美子
2	送迎	28 8名	池田 美智子 蜂谷 直孝	岡本 年昭 林 あけみ	川元 大生 広野 信子	下家 真由美	西川 昌子
8	コーディネート	2 2名	近藤 輝男	西川 昌子			
9	事務所当番 事務所業務	115 31名	青笹 アツ子 梅田 壽雄 久世 裕子 柴野 光子 東平 守弘 本多 澄子 矢野 紀之	池上 愛子 岡村 きよみ 國吉 芳江 下村 和子 富平 恵理子 牧野 宏治	岩井 美栄子 岡本 年昭 古布 啓治 新明 久美子 中川 正治 三塩 美津江	上田 卓是 亀田 美穂子 酒井 信弘 竹内 照恵 中西 昌枝 三宅 順子	内村 幹代 神崎 富貴子 塩川 暁代 土江 幸子 仁波 正之 向井 範雄

◇ 奉仕活動 2025年08月実績 ◇

合計 475点

区分 提供活動	点数	活動会員 氏名(50音順、敬称略)				
1 福祉施設 サンボエム エイジフリー星が丘 エバーライフ御殿山	142 25名	相川 京子 上田 卓是 神崎 富貴子 清水 真知子 谷井 洋子	井関 和子 上西 宏矩 楠本 和美 下野 公子 野口 佐智子	一宮 順世 上西 由美子 近藤 秀子 新堂 美恵子 浜田 佳代子	今栄 菊子 内村 幹代 澤田 年江 高木 永子 山本 悦子	上田 和明 押江 一恵 塩見 美音子 高附 加智子 吉崎 富美子
2 子育て 子ども安全見守り隊 親子広場支援	36 12名	東 好秋 川元 美智子 森本 賢二	上田 和明 久我 千穂 四角 利和	上田 卓是 古布 啓治	植本 壽満枝 小森 千賀子	遠藤 保江 三津 輝雄
3 環境美化 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	16 11名	東 好秋 近藤 秀子 野口 聖子	上田 卓是 中馬 妙子	大井 ひろみ 角山 正男	河上 勲 富平 信行	近藤 輝男 西川 昌子
4 その他 外部活動 青色防犯パトロール	31 18名	青笹 アツ子 川田 美津枝 中馬 妙子 野口 聖子	池田 勝代 近藤 秀子 中嶋 庸子 古武 由紀子	井上 行弘 塩川 暁代 中谷 明美 四角 利和	植本 壽満枝 清水 真知子 永吉 悦子	梅岡 昌美 谷脇 文江 西邨 幸子
5 NALC活動 会報手配り 各種イベント・企画 事務局業務・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	250 108名	青木 ヤス子 一宮 順世 植本 美恵子 梅岡 昌美 大地 祐子 岡本 年昭 河合 ハツノ 木村 幸弘 光明 幸子 齊藤 緑 清水 喜久子 高橋 保 津田 良造 中嶋 庸子 仁波 正之 浜田 佳代子 福山 佐和子 牧野 栄子 三津 輝雄 山口 祐右子 山本 悦子 吉岡 佐奈枝	明智 千佳 伊藤 伸枝 上田 和明 梅田 壽雄 大谷 和代 奥野 忠子 河上 勲 久我 千穂 小林 久美子 酒井 靖子 下家 真由美 高橋 浩子 角山 正男 仲田 ミチエ 野口 聖子 林 輝子 藤崎 尚子 松永 久美子 三宅 順子 山下 徳子 山本 美枝子 四角 利和	東 好秋 稲寄 則子 上田 卓是 浦口 紀子 岡村 きよみ 押江 一恵 川田 美津枝 熊岡 浪恵 古布 啓治 佐野 友保 下村 和夫 田中 美登里 藤後 富美子 中野 英子 波多野 美智子 人見 眞佐子 古武 由紀子 松村 サヨ子 宮本 琴江 山下 睦雄 行元 東洋 和田 亮吉	荒木 裕子 井上 行弘 上西 宏矩 遠藤 智多子 岡村 光子 笠井 くみ子 川畑 美恵子 栗谷 加代子 近藤 輝男 澤田 年江 新堂 美恵子 谷脇 文江 東平 守弘 西尾 千鶴子 蜂谷 照美 廣田 靖子 放示 弘子 松本 輝夫 向井 範雄 山田 徹 横田 由美子	井口 保子 岩井 美栄子 宇仁 義明 大井 ひろみ 岡本 俊治 亀田 美穂子 神崎 富貴子 合田 賢一 近藤 秀子 芝田 幸子 平 里美 辻 洋子 徳丸 洋子 西川 昌子 濱田 一美 広野 信子 横岡 博史 三塩 美津江 柳元 尚美 山田 倫子 横山 みゆき

枚方拠点の賛助
会員（敬称略）

エイジフリー・ライフ香里園 エイジフリー・ライフ星が丘
ファミリーポートひらかた サンボエムひらかた
枚方ガーデンテラス

9月の同好会活動内容(207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 名	活動なし	
英会話 16名	7、21日 エリック先生が育てたお米を持って来てくれたので、収穫の苦労話などを聞きました。	12月7、21日 ふれあいルーム
カラオケ 16名	2、15日 橋幸夫が9月に逝去。我らとほぼ同世代。潮来笠・江梨子・いつでも夢をなど、カラオケ無しでも歌える。 そんな年齢だとしみじみ。合掌	11月4、18日 カラオケ「エミ」
組みひも 5名	15日 まだまだ暑い日が続いていますが、秋らしい配色で組みひもを仕上げました。	11月17日 ふれあいルーム
オカリナ 4名	7日 朝ドラの「あんぱん」に出てくる「アンパンマンのマーチ」「手のひらに太陽を」などを練習しました。	10月5日 ふれあいルーム
野菊の会 11名	23日 お手前をしっかりと勉強しました。ありがとうございました。	11月25日 ふれあいルーム
マジック 16名	5、19日 3本ロープ、紅白シルクなどを練習しました。 11月は一泊研修旅行に行きます。	11月7、21日 ふれあいルーム
絵手紙 9名	22日 テーマ「青」各自、青色の関した品物を持ちより画きました。花、セカンドバッグ、切子のグラス、ぐい飲みなどの青が集まりました。	11月24日 ふれあいルーム
ウクレレ 13名	8、26日 いつも何度でも アンパンマンのマーチ 瀬戸の花嫁 500マイル 旅人よ 花咲く旅路などを練習しました。	11月10、28日 サブリ村野
健康麻雀 24名	13、27日 暑さの中にも涼しさを感じるやっとの9月。 3人麻雀の初組参加で、楽しく活動させて頂きました。	11月8、22日 ふれあいルーム
卓球 26名	6、13、20、27日 10月練習日は4、11、18日の3回です。	11月8、15、22 サブリ村野
ウォーキング 名	9月例会は雨天中止でした。10月例会は7月に雨天中止となった京都の大文字に行きます。	11月20日
カワセミ 名	休会中。	
JR旅の会 25名	26日 暑さも少し落ち着き、好天にも恵まれました。近江牛レストランで昼食を楽しみ、街並みを散策して日牟禮八幡宮に参拝しました。	
ゴルフ 名	活動なし。	
盆踊り 12名	9日 秋のイベントに向けて練習しました。10月13日に万博は終わりますが、万博音頭を披露させて頂きます。	11月11日 ふれあいルーム
健康体操 30名	2、9、16日 メンバーはこの猛暑にも負けないで参加できていることに拍手。	11月4、11、18 ラポールひらかた

◇「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 博		枚方市東中振 (7)	

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。

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・アダプター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・アダプター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・アダプター3	第2火曜日・第4金曜日	9時30分～10時30分	ユーカーリ～けやき通り
すこやか広場さようぶん	平日 (随時1～2時間)	10～12時、14～16時	教育文化センター
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

10月 16日以降掲載

25日 (土)	クリーン&ウォーク	10時～11時	仮 裏天野川堤防
28日 (火)	奉仕活動担当者会議	13時30分～	ラボ4 FMR1・2

11月

4日 (火)	スタッフ会	13時～	ふれあいルーム
6日 (木)	枚方市生活支援員養成研修	10時～	文化芸術センター別館
7日 (金)	同上	10時～	文化芸術センター別館
10日 (月)	運営委員会	13時30分～	ラボ4 FMR1・2
25日 (火)	家事支援担当者会議	13時～	ラボ4 FMR1・2
25日 (火)	コーディネーター会	14時30分～	ラボ4 FMR1・2

(注：ふれあいルーム：ふれあいルーム「天の川」、ラボ：ラポールひらかた、MR：ミーティングルーム、
ユーカーリ：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
文化芸術センター：枚方市総合文化芸術センター

◇「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8日 (月) に、運営委員24名が出席して開催。

次の事項を検討し承認されました。

- ◆2025年8月度の時間預託活動報告・奉仕活動報告・7月の入退会者報告
- ◆2025年8月度収支報告
- ◆ナルク発展5か年計画推進委員会への公募者について
- ◆秋のイベント第3回実行委員会の内容について
- ◆ひとり暮らし支援活動検討委員会 (仮称) の委員選出について
- ◆「赤い羽根」共同募金運動街頭募金の協力について
- ◆令和7年度「天野川クリーン&ウォーク」の参加者募集について