

NPO 法人
ニッポン・アクティブ・ライフ・クラブ (NALC)
交野拠点

いわふね

ボランティア活動のご相談・ご用命は

TEL : 072-800-8141

FAX : 072-800-8145

E-mail : nalc-katano@alto.ocn.ne.jp

題字: 坂野小夜美 会員作 写真: いわふね神社



新生「いわふね」クラブ: 活動の分析と展望 代表 豊島 隆

新年明けましておめでとうございます。本年も皆様方に幸多き良き年でありますよう祈念致します。昨年11月1日、私達は「枚方・交野」拠点から「交野」拠点へ分離・設立を果たしました。今年は分離・独立の成果を占うスタートの年です。そこで、先ず、スタート時点での「交野」クラブのデータ分析（下記参照）を行い、年初に実施予定の「会員アンケート」の結果を基に、会員のご意見を今年度の活動方針に反映させ、ボランティア活動を軸に、文化・スポーツ活動による会員相互の交流・助け合い活動に積極的な拠点の活動を目指したいと思えます。会員各位のご協力をあい申し上げる次第です。

今年はナルク設立15周年にあたり、多彩な記念行事が計画されています。概要・場所・参加申込どの詳細は号外を参照いただき、ふるって参加されるようお願い致します。

[データ]

- (1) 会員数：182人（男性：84人・女性：98人）
- (2) 所帯数：111世帯（平均年齢：男性：67才・女性：65才）
- (3) 活動状況：活動人員（実数）：50人（本号4ページ参照）
内訳：①時間預託活動 38人（うち男性2人）、②奉仕活動 34人（うち男性13人）
- (4) ボランティア利用者：家事・介助 10人、庭の手入れ 1人、パソコン指導 2人

[課題]

- (1) ボランティア活動の提供者（特に男性）が少ない。
 - 男性向きの活動の場として、庭の手入れ、ハウスヘルパー、事務所当番、施設支援（例：買い物）など、取り組みやすい活動に、積極的な参加をお願いする。
 - 会員相互の親睦と健康づくりを目的とした、文化・スポーツ活動への参加お願いし、あわせてボランティア活動の活性化を図る。
- (2) ボランティア利用者も少ない。ナルクは助け合いの団体であり、多様な援助が可能と考えていますので、困った時には、遠慮無く申し出て頂けるよう雰囲気づくりを考える。

運営委員会・世話人会の開催 事務局 木ノ内 洋

拠点設立後、設立総会で選任された運営委員による定例の運営委員会、および世話人会が、11月から毎月1回開催された。

(1) 運営委員会では、ボランティア活動や文化・スポーツ活動がスムーズに運営できるよう諸課題の検討を行います。

11月と12月の主な議題は次の通り。

○新福祉施設へのアプローチの具体的方法の検討、○会員アンケートの具体的内容・実施方法・時期などの検討、○交野拠点会報「いわふね」の内容検討など。

(2) 世話人会は、交野を13地区に分けし、担当地域の会員とのコミュニケーションを図ることを主目的に選出された世話人の月1回の会合です。

11月・12月の主な議題は次の通りです。



12月の世話人会：会報など手配りの準備

○「天の川クラブ」組織委員会および運営委員会の報告、○時間預託・奉仕活動の内容、○会員アンケートの内容などについての意見・要望、○ナルク15周年記念行事内容の報告、○各担当地区についての情報交換など。会合の後、会委員に手配りする会報などの封入作業を行った。

日本の伝統文化：折り紙

折り紙の会 下原 公子

「明けましてお目出度うございます。本年もどうか折り紙の会をよろしくお願い申し上げます。」

折り紙は、時代・身分・年齢・性別を問わず、愛され、受け継がれた我が国固有の伝統文化です。最近の生理学的研究によれば、繊細な指の運動が脳を活性化して、若返り・ストレス解消など、健康面でも注目されるようになりました。

これまで折り紙の会で試作した作品を紹介しますと、①色とりどりのカラフルな「色鉛筆」、②大きな襟が愛らしい「セーラー服」、③狭い場所でも楽しめる「お雛さま」、④ジャンプする「蛙」、⑤リリアンが風になびくと涼しげな「くす玉」などです。

そして最新の作品⑥は、右上の写真にある「ルーム・アクセサリー」です。材料は「折り込みチラシ」です。如何でしょう。この会は、現在、会員5人の小さな会ですが、世に



送り出したい作品が山ほどあります。

まずは、遊び心で、おしゃべりしながら、ときに超寡黙で、ひと折、ひと折、時を忘れる楽しいものです。皆様をお待ちしております。

日時：2月6日（金） 午後1：30～3：30

場所：いわふねクラブ事務所

会費：無料（但し、材料費は自前です）

交野拠点「サロン」

サロン紹介

田中 暁子

昨年5月、NALC 交野分室サロンとして発足致しました。念願の素晴らしい事務所が出来たものの、事務所に集まり、会員同士の親睦を図る機会に恵まれませんでした。そこでサロンを開き、会員相互の親睦を図ろうということになり、第1回のサロン雑談会で、以後、テーマを決め、定期的を開催することとなりました。

以後のテーマと講師は下記の通り。

6月：「ジェネリック医薬品について」

講師：小井田会員

7月：「絵手紙の紹介」講師：坂野小夜美
会員から、作品の紹介と共に、絵手紙の心を教わった。

9月：「骨粗鬆症」について

講師：小井田会員

10月：「手話入門」自分の名前など簡単な手話を学ぶ。講師：坂元良子会員

11月：「遊びの玉手箱」講師：遊びの玉手箱代表・河野 良 先生

次回は1月23日（金）を計画しています。



「遊びの玉手箱」で作品を持ち、河野講師を囲んで

会員の方でいろいろな知識や特技を持っておられる方が沢山おられます。会員相互の親睦を図るため、サロンの場で紹介をして頂ければと願っています。「食べて・飲んで・おしゃべりして・ちよっぴりお勉強主義」の「何でも有り」の自由サロンです。

毎月、第三金曜日 PM 1:30～3:30 に、開催の予定です。お気軽にご参加下さい。

「磐船神社初詣」

豊島代表の提唱で、1月7日9時、13名が私市駅前に集合。天の川沿いに、「いわふね自然の森」に入り、例年「秋のつどい」を開催するロτζジ・ベンチを右に、山道をたどる。この道は、「大阪環状自然歩道」の一部で、空気静冷、景観良好、快適ウォーキングとなる。途中、「磐船峡」、「鮎返しの瀧」と続く名所を楽しみながら、約1時間で神社到着。心新たに全員が参拝し、いわふねクラブの発展と今年一年の幸運を祈る。御神体の磐船をバックに記念撮影（右の写真）。神職より、祭神・神社記の説明を受けた後、「岩窟めぐり」に挑戦。大小さまざまな堆石の隙間を20分間、ジャンプル・ジムし、年齢制限（75才以上、入窟禁止）納得のルートで、全員がクリア。私市経由と山越え星田コースに分かれ、帰路についた。

昨年のウォーキング最終回の12月11日、交野市立倉治図書館で受けた平田講師の説明では、日本書紀・神武天皇条や、旧書記・天孫本紀には、ニギハヤヒノミコトが「天の磐船」に乗って、

事務局 戸田 十九一



河内国の河上哮峰（たけるがみね）に降り立たとある。哮峰は、「星田園地」クライミング・ウォールの背後の独立峰で、「天の磐船」は磐船神社の御神体である。天孫降臨説に因んで「いわふねクラブ」と命名された我がナルク交野拠点が、交野の地に展開して、市民の福祉と心の安寧に貢献できれば、と心に刻んだ初詣でした。

2008 年 11 月の預託活動・奉仕活動：内容と実績報告

時間 預託 活動 (実績：合計 168 点)						
活動内容	点数	活動会員の氏名 (50 音順・敬称略)				
家事・介助・その他	29	青木茂代 増田文子	雨田あつ子 村上昭子	鈴木美枝子 山本保子	角崎百合子 渡邊恵美子	戸田和子 渡辺陽子
庭の手入れ	1	井田敏雄				
パソコン指導	4	玉田 堯				
きんもくせい DS (DS 支援・買物支援)	40	牛尾義信 下原公子 戸田和子	小川七津子 下村由紀子 渡邊恵美子	北尾早代子 新庄悦子 渡辺陽子	小井田満 鈴木美枝子	佐々木新子 谷口頼子
天の川明星 DS (DS 支援)	44	斉藤康子 森本良枝	坂元良子 山崎喜久江	高草登志子 山本保子	田中暁子 米谷ユリ子	増田文子
エイジフリー・ライフ星ヶ丘	14	早川久代				
事務所当番、 コーディネート	36	青木茂代 斉藤康子 高木 徹 森本三千男	井田敏雄 酒井義行 橋 早苗 山本保子	北尾早代子 坂野小夜美 田中暁子 米谷ユリ子	木ノ内 洋 坂元良子 戸田十九一 渡邊恵美子	小井田雅夫 鈴木美枝子 豊島 隆
奉 仕 活 動 (実績：合計 107 点)						
分類 (*)	点数	活動会員の氏名 (50 音順・敬称略)				
福祉	11	牛尾義信	北尾早代子	戸田和子	森本良枝	渡辺陽子
子育て	18	市村 敏夫	高木 徹	田岡 久幸		
NALC 活動	78	青木茂代 木ノ内 洋 斉藤康子 橋 早苗 戸田十九一 米谷ユリ子	雨田あつ子 小磯清子 坂元良子 田中暁子 増田文子 渡邊恵美子	井田敏雄 小井田雅夫 下原公子 滝 祥子 梁池久美代	魚住登美子 酒井義行 高木 徹 津村芳男 山本保子	北村恵子 佐々木新子 玉田道子 豊島 隆 山崎富男

(*)：上記各分類の具体的な活動内容は次の通りです。

福祉：きんもくせい・天の川明星などで行われる各種行事のボランティアなど。**子育て**：児童の登下校の見守りなど。
NALC 活動：会報手配り・会議出席・イベント参加など。

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	氏名 (敬称略)	住所
加藤 カ子子	交野市妙見坂	福島 邦子	交野市松坂
吉田 之雄	交野市星田	栗田 ハルミ	交野市梅が枝

行事予定 (会報配布開始日の 1 月 17 日以降のみ掲載)

日付	内容	時間	場所
1 月 20 日 (火)	介護シニアサポーターインストラクター会議	13~15	ゆうゆうセンター
2 2 日 (木)	布遊びの会	13~15	交野事務所
2 3 日 (金)	交野サロン	13~15	交野事務所
2 8 日 (水)	地域包括支援センター	13:30~15:30	ゆうゆうセンター
2 月 6 日 (金)	折り紙の会 (新年会)	13:30~15:30	交野事務所
9 日 (月)	運営委員会	13:30~16:30	交野事務所
1 0 日 (火)	世話人会	13:30~15:30	交野事務所

発行所：〒576-0033 交野市私市 1-1-6 田代マンション 205 NALC いわふね：編集者 小井田雅夫 発行責任者 豊島 隆