

<p>NALC</p> <p>拠点</p> <p>ボランティア活動のご相談・ご用命は TEL: 072-800-8141 FAX: 072-800-8145 メ-ル: nalc-katano@alto.ocn.ne.jp ボランティア活動の内容は HP: http://ktn-nalc.com/</p>	 <p>交野 会報</p>	 <p>交野・磐船神社</p>
---	--	---

2013年の年頭に当たり

今年は「子育て支援」活動を進めたいと思います

代表 戸田 十九一

昨年12月「子育て支援を楽しく学ぶ研修会」を開催し、56名の方々に参加していただきました。「今の世の中のことが分かった」「子育ての方法が昔と違うことに驚いた」「なぜ支援する必要があるのかわかった」「できることがあればさせてもらいます」などの言葉をかけていただきました。本部より「24年度子育て支援者向け研修事業」への参加要請が開催の理由ですが、運営委員会で議論したところ ① 子育て支援の必要性は認識しているが、現在は数少ない活動しかできていない。② 世代が異なることにより、今行っている活動とは違った元気がもらえるのではないかと。③ 子供たちの成長が見られ、楽しく活動できるのではないかと。④ 会員活動の選択肢が増えるのではないかと。等々 前向きな意見が出され、要請されたからではなく積極的に研修会を実施し、これを機会に「子育て支援」を拡充しようということになりました。

最近よく「孫育て」という言葉をマスコミで見受けられます。専門の雑誌が発刊されたり、新聞で取り上げられたりしています。それだけ社会的関心度が高いのだと思います。子育て真っ最中の親世代は忙しく、それに比べて祖父母世代は時間的にも余裕があるからだと思います。私にも、三歳の孫娘があり、その成長の速さに目を見張る思いです。息子の「子育て」時代は、仕事が忙しくて(言い訳か?) 成長過程をじっくり見

られませんでした。今は、楽しく距離を置いて(親より責任がないためか?) 見守っています。この思いが「子育て支援」に生かされるのではないかと考えています。

「いわふねクラブ」は現在、高齢者の家事支援・施設支援が主たる活動になっています。昨年12月から「レガート交野」のクラブ・レクリエーション活動の指導・支援活動も開始しました。今後もこれらの活動を進めたいと思いますが、幼児と楽しみながら支援する活動も増やしていきたいと思っています。具体的には「研修会」の三人の講師の方から頂いた例示や他の拠点が行っている活動やアイデアを参考にしながら進めたいと思っています。たとえば

1. 奉仕活動として、「子育て支援センター」や保育所・幼稚園へ出向き、子供たちと一緒に遊んだり、保育士さんのお手伝いをする。環境整備の支援。
2. 直接的な支援として、幼稚園・保育所への送迎、母親が病気などの際の食事作り。
3. 間接的な支援として、母親が研修会等への参加する間「集いの場」等へ母親に代わり見守ること。等が考えられます。今後支援策を検討し、提案をしたいと思いますので、皆様方のご協力をよろしくお願い致します。



研修会の模様(草野恵美子氏の基調講演)



簡単なおもちゃ作りに挑戦



講師の北内啓子氏

**シリーズ
健康・生きがい**

私とストレッチ

市村 節子 (幾野地区)

26年前に交野に引っ越してきて、友人・知人もなく昼間は一人で毎日が寂しくて、うつになりそうになり、半年が過ぎ地域に慣れた頃、郡津駅前にプールがあることがわかり、泳げませんでしたが、思い切って通うことにしました。泳ぐ前に体操があり気持ちよく体を動かせました。義母が倒れて介護のためにプールをやめるまで10数年、生活の中の楽しい時間でした。



現在、太極拳を習って約10年が経ちます。稽古の半分はストレッチです。手首足首、肩甲骨、膝、股関節等時間をかけて身体を緩めていきます。太極拳は体重の移動、重心の位置等大事なところが沢山あってなかなか難しい奥深い競技です。真っすぐ立っているつもりが、前傾していたり、肩が上がったりしてなかなか綺麗な姿勢ができません。

私は小学生のころから、針・灸・あんまをしていた体ですので、外見は丈夫そうでも中身はいろいろと不具合が出てくるので困ります。バスが一番苦手です。毎年2月に守口体育館で、「大阪府武術太極拳大会」があり、昨年は延べ1300人の老若男女が競技して、その熱気はすごいものがあります。私は恐いもの知らずで2004年から出場して、毎年楽しみにしています。この先も参加できる体を維持していきたいと、毎日のストレッチを続けていくつもりです。

奉仕活動

クリスマスもちつき大会に参加

金本 市子 (私部地区)

年の瀬もせまった12月16日に豊年会「明星」のもちつき大会に初めて参加させていただきました。当日は「いわふねクラブ」から8名が参加。11時過ぎに集合して昼食の後クリスマス会が始まりました。開会のあいさつ、和太鼓から演芸に移り、「明星一座」(職員の皆さん)の芝居でソーラン節の踊りになり、利用者の方たちは音楽に合わせて笑いと手拍子で満喫されていました。



12月16日に参加の皆さん

途中で私たちは餅つき機で手際よく“ぜんざい”“きなこ”“丸もち”“大根おろし餅”で喉に詰まらせないように気配りをしながら、小さく丸めて和気あいあい楽しく作りました。

会場内では、ボランティアの方たちがフラダンス、クリスマスの歌などを披露し、最後に餅つき大会で大変盛り上がりました。利用者の方たちは一日笑顔の連続で、楽しい幸せな時間を過ごすことができたと思います。私も身体、心、精神が揃って健康で奉仕活動ができたことに感謝しながら、「明星」を後にしました。関係者の皆さん本当にありがとうございました。



12月15日に参加された皆さん



クリスマスもちつき大会の様子



手際よく丸もちを作成

2013年度 活動意向調査にご協力ください

会員皆様方のお考えを把握するため、今年も「意向調査」を実施します。ご協力の程よろしく申し上げます。折込の『NALC「いわふねクラブ」活動意向調査票』にご記入の上、世話人さんにお渡しください。
(※ 回収の日時は各世話人さんが指定し、記入しておりますのでご協力ください。)

みんなのひろば



イベント

楽しかったバスツアー

狩長 雅衣 (藤が尾地区)

去る12月4日バスツアー (兵庫県加西市方面) に参加させていただきました。途中青空に映える車窓からの紅葉を右手に見ながら神戸に向かいました。何時神戸に入ったか分からないほど車内は和気あいあいと、とっても楽しい雰囲気でした。

バスのアクシデントはありましたが、少し遅れてUCC コーヒーに到着。コーヒーのいい香りの中工場見学をさせていただきました。

次は北条町「いこいの村」へ…。車中では森本さんの名司会のもと2組に別れ歌合戦があり、出されたお題の歌を思い出せるか？ 歌えるか？ ハラハラドキドキ緊張しましたが、楽しく歌えることが出来ました。

無事「いこいの村」に着き、昼食をいただきました。その後ボランティアさんの案内で北条町散策、住吉神社、酒見寺を案内してもらい、酒見寺の多宝塔は室町時代の建立と言われ、国の重要文化財に、鐘楼は県の文化財に指定されているそうです。それぞれに素晴らしい建物でした。

五百羅漢寺は作られた時代も作者も不明との事でした。親の顔に似た羅漢さんがいらっしゃるとか？ 数百年の風雪に耐えた素朴な野趣豊かな石仏群像でした。最後に山田住職さんの心に残る講話を拝聴しました。帰りの車中ではビンゴなどして楽しく過ごしました。

いつもあまりお話したことのない皆様と昔からの知り合いみたいにお話が出来ましたし、楽しい旅をさせていただきました。

お世話してくださりましたみなさん本当にご苦労様でした。心から感謝の気持ちでいっぱいです。



車中で「ナルクの歌」を合唱!



酒見寺と多宝塔



縣社 住吉神社



五百羅漢 (北条石仏) とご対面

1月・2月の予定

☆ サ ロ ン	2月15日 (金)	PM1時 (事務所) 一輪挿し	渡邊 恵美子	893-2284
★ 折 り 紙	1月22日 (火) 2月19日 (火)	PM1時 (事務所)	下原 公子	892-4757
□ 健 康 麻 雀	1月28日 (月) 2月13日 (水) 25日 (月)	PM1時 (事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布 遊 び	1月24日 (木) 2月28日 (木)	PM1時 (事務所)	原 智佳子	891-8773
♣ 川 柳	1月25日 (金) 2月22日 (金)	PM1時 (事務所)	籠島 恵子	824-6944
♣ 囲 碁	1月16日 (水) 30日 (水) 2月 6日 (水) 20日 (水)	PM1時 (事務所)	増田 博生	891-2186
♪ 合 唱	2月 4日 (月) 2月 5日 (火)	(月) AM10時 (星田会館) (火) PM 2時 (堂野会員宅)	下村 由紀子	893-1621
🏌 グランド ゴルフ	練習日は毎週 (水) (金)	いきいきランド・グランド AM10時~12時	村上 寿雄	891-8482

2012年11月度：時間預託活動・奉仕活動の報告

時間預託活動実績 (合計 241点)		[利用者数]
提供活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)
家事・介助・その他	93 / 32	青木茂代 飯田則幸 市村節子 市村敏夫 伊藤繁子 植田由紀子 大植敏子 大西聡明 籠島恵子 加藤愛子 狩長雅衣 北尾早代子 北村啓子 北村順子 下原公子 下村由紀子 戸田和子 西牧美智子 根間静代 原 智佳子 福島邦子 牧野須美江 増田文子 本山良子 森岡真子 森本久子 梁池久美代 山下満寿美 米谷ユリ子 若松桂子 渡邊恵美子 渡辺陽子 [12]
きんもくせいDS (デイサービス支援) (買い物支援)	58/16	稲垣澤子 井上博美 岡 美津子 北尾早代子 北村順子 佐々木新子 下原公子 寺前哲子 中島佳子 西牧美智子 牧野須美江 道倉寿美子 村田ひさ子 吉田之雄 渡邊恵美子 渡辺陽子
天の川明星 DS (デイサービス支援)	34/14	大植敏子 狩長雅衣 北村啓子 坂元良子 笹谷眞智子 杉下栄子 瀧下勝子 飛山洋子 西本敦子 根間静代 原 智佳子 増田文子 村上せつ 若松桂子
庭・植木手入れ	8/ 4	井田敏雄 下原一美 浜口忠吉 山崎富男 [1]
送 迎	2/ 1	小井田雅夫 [1]
事務所当番ほか	46/25	雨田あつ子 飯田則幸 伊藤繁子 大西聡明 籠島恵子 北尾早代子 北村啓子 木ノ内 洋 斉藤康子 下原公子 下村隆司 津村芳男 堂野喜美子 戸田十九一 飛山貞行 豊島 隆 西本敦子 浜口忠吉 早川嘉彦 原 智佳子 増田博生 村上寿雄 村田ひさ子 渡辺伊久夫 渡邊恵美子
奉仕活動実績 (合計 354点)		
活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)
福 社	74/24	井田敏雄 伊藤繁子 植田由紀子 岡 美津子 北村啓子 北村順子 木ノ内敏子 坂元良子 下原公子 瀧下勝子 寺前哲子 戸田和子 戸田十九一 中島佳子 永田貞子 中村八重子 早川久代 福島邦子 牧野須美江 松坂貴美子 村田ひさ子 山崎喜久江 山下満寿美 渡辺陽子
子 育 て	24/ 5	市村節子 市村敏夫 高木 徹 戸田十九一 豊島 隆
NALC活動	256/ 45	青木茂代 井田敏雄 市村節子 市村敏夫 伊藤繁子 井上博美 植田由紀子 大西聡明 北尾早代子 北村恵子 北村啓子 木ノ内 洋 木ノ内敏子 斉藤康子 坂元良子 佐々木新子 笹谷眞智子 下原公子 下村由紀子 白岩陽太郎 杉下栄子 角崎百合子 竹村恒臣 竹村恵美子 田中暁子 玉田道子 津村芳男 戸田十九一 豊島 隆 中泉佐祁子 服部孝雄 浜口忠吉 早川嘉彦 早川久代 原 智佳子 松坂貴美子 村上寿雄 村田ひさ子 本山良子 森本久子 山崎富男 山下満寿美 若松桂子 渡邊恵美子 渡辺陽子

★ 事務局 だより ★

会員動静： 会員数 249名 (男子104名・女子145名)		世帯数 162世帯
新入会員： (新入会員なし)		
行事予定 (会報配布開始日の1月16日以降のみ掲載)		
2月 8日 (金)	運営委員会	13時30分～16時30分 事務所
2月12日 (火)	世話人会	13時30分～15時30分 事務所