

<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</p> <p>会報</p>
---	---	---------------------



交野・磐船神社

今日のひとこと

運営委員 坂元 良子

私市駅近くに小規模のデイサービスがあり、その玄関には外向けに日替わりでメッセージが手書きで書かれています。主人を駅まで送った後、犬を連れてその前を通る度に感心してうなずいてしまいます。一言なのですが長文なので家に帰って思い出せない事もありショックです。

その中から私なりの解釈で何点か紹介させていただきます。

- ・運命とは人が運命を選ぶのではなく 運命が人を選ぶのである。
- ・悩み事は本当の自分探しの道しるべである。
- ・わからない未来の事で悩むより 今の自分の足元を見た方がよい。
- ・陰気や不運は伝染する ただし元気や運氣も伝染する。



言葉は人の心を救うし、間違ったら人を傷つけてしまいます。

先日も奉仕活動中に利用者さん同志が口喧嘩になり、どうして止めようかと思い「相手が悪いのは分かっているけど喧嘩をしたら同じレベルになるよ。」と宥めて「^{なだ}負けるが勝ちだよ。腹が立っても一日、笑顔で過ごしても一日。一日は自分の意志とは関係なく過ぎていく。だったら笑顔で過ごそうよ。」と言ってやっと冷静になってもらえました。

最近テレビや新聞でも言葉の大切さを取り上げるようになりました。活動には傾聴もあるので、これからも「今日のひとこと」を楽しみに愛犬と散歩したいと思います。

第22回交野市健康福祉フェスティバル出店参加を振り返って

実行委員長 村田 ひさ子

昨年に引き続き今年も雨・・・でも、販売時間が近づくにつれ雨も小降り状態になりました。ナルクのテント前にはいつの間にか新鮮な野菜と手作り品を求めて、人だかりになっていました。

手作り品が売れ残ったらいやだな・・・と心配していましたが、お陰様で昼頃には完売しました。(ホッ！) やり遂げた(完売した)達成感や感動を、ぜひ他のナルク会員の方々にも1度はテントの中で味わって頂きたいと思います。お客様の色々な声が聞こえて楽しいですよ。

この度、ご協力頂きました会員の皆様、実行委員の皆様、ご苦労様でした。ありがとうございました。(来年は晴天になあ〜れ！)



実行委員の皆さん(上)と出店の模様(左)

シリーズ 健康・生きがい

神様からの贈り物

田中 暁子 (天野が原地区)

6年前大阪府の老人大学に入って最初の講義で「歳をとると失うものが沢山ある。1に仕事、2に健康、3に経済力、4は友達。でも4の友達だけは歳をとっても増やす事が出来る。この学校では沢山仲間作りをしてこれからの生活をエンジョイして下さい」と。その先生の言葉よろしく今ではかけがえのない友達がたくさんでき、その間でOB会を作り、座学を開いたり、史跡を訪ねたり、1泊や2泊の研修旅行に行ったり、講座を受けたり、今秋は熊野古道を歩いています。

この調子でいけば70代も元気でやっていけると思った矢先、熊野古道の石畳で足を滑らせ、尻もちをついたと同時に左手首を骨折、入院、手術する羽目になりました。この事で多くの方に迷惑をかけ、自信があった自分の身体がいかに頼りないものかを思い知らされました。思わぬ七十路の幕開けとなりましたが、「少しはゆっくりしなさい」という神様からの贈り物と思うようになりました。これからは「ゆっくりペースで！」と自分自身に言い聞かせながらもアクティブな70代でいたいと願っています。



熊野古道 中辺路の道にて (左から5人目が筆者)

「健康・生きがい」シリーズは今回をもって一時休止させていただきます。皆様からの投稿ありがとうございました。次回より新たなテーマで展開します。積極的なご提言・投稿をお願いいたします。(編集委員会)

奉仕活動

明星文化祭に参加して

瀧下 勝子 (森南地区)

豊年福祉会の明星祭が10月19日、20日に行われました。ナルクから両日で14名が参加しました。20日は朝から雨でしたが、利用者の方やその家族の方などたくさんこられていました。屋内外ではたこ焼き、焼きそばのお店、バザー、フリーマーケットなどで賑わっていました。私たちは、利用者とペアになりお食事の世話や、車いすでの移動の介助をしました。



午後からは、舞台での民謡、和太鼓、乙女文楽、歌などの演芸を皆さんと一緒に楽しみました。特に君島遼さんの物まねはとても素晴らしかったです。皆さんの笑顔を見て、私も健康に気をつけて、無理をせず少しでも長くお手伝いをしたいと思っています。



熱演される君島さん

す。楽しい一日をありがとうございました。

地域会

合同地域会に参加して

鈴木 喜恵子 (私部地区)

今回初めて「幾野・倉治・松塚・郡津・私部地区」の地域会に参加させて頂きました。参加者は女性が多いと思いきや、男性の方も多かったので、びっくりでした。皆様の自己紹介、「いわふねクラブ」の活動状況などの説明後、会員相互援助ボランティア活動と福祉施設支援ボランティアの違いや預託点数の使い道などを説明していただきました。

これらの活動点数(時間)が非常に多いことを知り、この交野の町でもボランティア活動が少しずつ根付いていることに感心しました。「気楽でいいから」と教えて頂きましたので、知恵をもらいながら微力ですが、いろいろな活動に参加して行きたいと思いました。



幾野会館で行われた地域会に参加の皆さん

みんなのひろば



クラブ活動

「交野・枚方・寝屋川」3拠点合同ゴルフコンペに参加しました

早川 嘉彦 (幾野地区)

台風の影響で順延 (当初は9/27) となっていた「交野・枚方・寝屋川の3拠点合同ゴルフコンペ」が今秋一番の冷え込みとの天気予報の中、11月12日に牧野パークゴルフ場で開催されました。

当日は風もなく、思ったより寒くない中で 高畑会長以下40名が参加、皆さんの歳を感じさせない澆刺としたプレーで盛り上がりました。

今回「いわふねクラブ」からの参加は、当日拠点行事と重なったこともあって4名と少なく寂しい状況でした。昨年度は優勝を始め当クラブから多くの上位入賞者が出ましたが、今回はエースの登場がなく成績は今イチだった



高畑会長 (前列左から5人目) もお元気で参加されました

ものの、他拠点の初対面の方とのラウンドも和気あいあいと楽しくプレーすることが出来ました。お世話を頂いた枚方拠点・幹事のご配慮で入賞者以外の方も参加賞と又、寝屋川拠点の方が先日ホールインワンされたとの事で記念のボールを全員が頂きお祝いのご相伴に預かりました。

来年は交野からも多くの方の参加で上位入賞を狙いたいものです。

12月・1月の予定



12月16日(月) ウォーキング
 壽寶寺参り (雨天決行)
 JR学研都市線
 三山木駅下車
 お弁当、飲み物持参



☀ ウォーキング	12月16日(月) 1月7日(火)	9:30 河内磐船駅集合 初詣 交野住吉神社 9:30 現地集合	吉田 之雄 斉藤 康子	892-1038 894-2379
✂ 折り紙	12月17日(火) 1月21日(火)	食事会 PM1時(事務所)	下原 公子	892-4757
□ 健康麻雀	1月8日(水) 1月27日(月)	1/8 (新年会 12:00) PM1時(事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布遊び	1月23日(木)	PM1時(事務所)	原 智佳子	891-8773
🌿 川柳	12月20日(金) 1月31日(金)	PM1時(事務所)	籠島 恵子	824-6944
🏏 囲碁	12月18日(水) 1月15日(水) 29日(水)	PM1時(事務所) 1/15 (新年会 12:30)	増田 博生	891-2186
🎵 合唱	12月19日(木) 1月6日(月) 7日(火)	(月・木)AM10時(星田会館) (火) PM2時(堂野会員宅)	下村 由紀子	893-1621
🏌️ グランドゴルフ	1月10日より 毎週(水)(金)	いきいきランド・グラウンド AM9:30~11:30	豊島 隆	891-4845
💻 パソコン	12月18日(水) 1月15日(水) 29日(水)	AM10時(事務所)	津村 芳男	892-6471

*** 新春懇親会開催のご案内 ***

詳細のご案内は、今月号会報に折込みチラシを同封しておりますのでご覧いただき、多くの会員の皆様のご参加をお願いいたします。

日時：平成26年 1月11日(土) 11:20~14:00

場所：交野市ゆうゆうセンター 4階 多目的ホール

2013年10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 291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	100/ 36	青木茂代 市村節子 井上博美 植田由紀子 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 坂元良子 笹谷眞智子 下原公子 下村由紀子 田上 薫 竹村恵美子 手島かつ子 手塚春子 寺前哲子 中泉佐祁子 中谷千代子 中村八重子 根間静代 福島邦子 牧野須美江 増田文子 松坂貴美子 村上せつ 森本久子 梁池久美代 山下満寿美 山本保子 米谷ユリ子 若松桂子 渡邊恵美子 渡辺陽子 [18]
きんもくせいDS (デイサービス支援) (買い物支援)	54/16	伊藤道子 井上博美 岡 美津子 北尾早代子 北村順子 下原公子 田上 薫 寺前哲子 戸田和子 中島佳子 西牧美智子 牧野須美江 三角雅子 道倉寿美子 村田ひさ子 渡辺陽子
天の川明星 DS (デイサービス支援)	36/14	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 中泉佐祁子 西本敦子 根間静代 原 智佳子 古野いぬ子 増田文子 村上せつ 若松桂子
レガート交野	34/19	青木茂代 今西和雄 魚住富美子 狩長雅衣 川原田慶子 北尾早代子 坂元良子 下原公子 下村隆司 世古由美子 田中暁子 飛山貞行 中村八重子 西本敦子 浜口忠吉 早川久代 増田文子 森 知恵子 山下満寿美
ジャパンケア交野	2/ 2	飛山貞行 浜口忠吉
庭・植木手入れ	9/ 4	飯田則幸 井田敏雄 田辺 譲 西本敦子 [3]
ハウスヘルパー	3/ 1	青木英和 [1]
事務所当番ほか	53/28	青木茂代 飯田則幸 井田敏雄 市村敏夫 伊藤繁子 今西和雄 内田好子 大西聡明 籠島恵子 北尾早代子 木ノ内 洋 斉藤康子 坂元良子 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 根間静代 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
奉仕活動実績 (合計 373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	170/ 28	井上博美 今西和雄 植田由紀子 大西美智子 加藤千保子 金本市子 狩長雅衣 北尾早代子 北村啓子 木ノ内敬子 坂元良子 笹谷眞智子 下原公子 鈴木喜恵子 瀧下勝子 飛山貞行 飛山洋子 中泉佐祁子 中村八重子 早川久代 福島邦子 牧野須美江 増田文子 村田ひさ子 本山良子 森 知恵子 山下満寿美 若松桂子
子 育 て	28/10	市村敏夫 市村節子 伊藤繁子 大西聡明 加藤千保子 木ノ内 洋 高木 徹 田中暁子 戸田十九一 豊島 隆
NALC活動	175/ 46	青木茂代 井田敏雄 市村敏夫 伊藤道子 井上博美 今西和雄 植田由紀子 大西聡明 籠島恵子 加藤愛子 北尾早代子 北村恵子 北村順子 木ノ内 洋 斉藤康子 坂元良子 下原公子 下村由紀子 杉下栄子 角崎百合子 竹村恵美子 田中暁子 玉田道子 津村芳男 手塚春子 寺前哲子 戸田十九一 飛山洋子 豊島 隆 中村八重子 服部孝雄 浜口忠吉 牧野須美江 増田文子 松坂貴美子 村上寿雄 村田ひさ子 望月弘江 本山良子 山崎富男 山崎喜久江 山下満寿美 山本 直 山本保子 若松桂子 渡邊恵美子

★ 事務局だより ★

会員動静： 会員数 264名 (男子111名・女子153名)	世帯数 176世帯
<事務所年末年始休暇のお知らせ> 12月28日(土)～ 1月 5日(日)	