

<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>	 <p>交野・磐船神社</p>
---	---	---------------------	---

NPO 法人 大阪府高齢者大学校 クラス運営に参加して 運営委員 竹村 恒臣

私は、昨年4月から「NPO法人大阪府高齢者大学校」の講座運営のお手伝いを行っています。当高齢者大学校の本科および実践科合わせて約50教科の中“音楽を楽しむ科”のクラス運営を行う“クラスディレクター(略称:CD)”と言う役割です。週一回金曜日に、JR森ノ宮駅から中央大通りの長い上り坂を登りきったところに建つ教育会館に通っています。CDの主な役割は、受講生の皆さんが楽しく授業を学んで頂くためのクラス運営です。これは、①受講生と高齢者大学校との連絡役、②受講室の準備、③学習・学校行事の案内などです。特に受講室の準備は、9時過ぎに部屋の開錠、授業用機材の設置、出席の確認から午後3時授業終了後の閉錠まで授業内容により変わりますので抜け落ちのないように気を配って準備します。



今年度の“音楽を楽しむ科”の受講生は当初42名で、最高齢は男女とも81歳、最年少は61歳で平均は70歳と名のごとく高齢者大学校です。昨年4月10日(金)吹田市のメイシアターにての入学式を経て19日(金)より授業が始まりました。年間出席日数は42日で学習・学校行事などを除き授業日数は31日です。授業は先生の講義他にDVDによる映画鑑賞やグランドピアノ演奏あり、非常に楽しい授業です。校外学習も行なわれ、大阪音楽大学に行き博物館を見学しました。終了式は3月20日(木)に行われますが、未知の人々との出会いを楽しみに、来年度は今年度の経験をベースにして、趣きの異なった科目のCDを体験したいと思っています。

>>> 楽しい!楽しい! 新春懇親会を開催 <<<

1月11日 ゆうゆうセンター多目的ホールで会員75名が参加し、恒例の新春懇親会が開催されました。オープニングは合唱の会のコーラス、そして戸田代表の挨拶のあと豊島顧問の音頭で乾杯し、宴が始まりました。おいしい松花堂風のお弁当と、お酒を飲みながらテーブルごとに楽しい会話が弾み、あちこちから大きな笑い声上がる中、日本髪姿の会員3名の艶やかな舞踊やマジックショー、さらにはAKB48ならぬNBO10(*)のダンスが披露され懇親会が大いに盛り上がりました。

そして最後はカラオケタイム。次から次へと舞台上に上がり得意な歌を披露されました。楽しい時間はあっという間にすぎ、予定を30分もオーバーしてお開きになりました。

(*NBO10 ナルくいわふね美人おばさん10人のダンスチームの略)



⇒ 次頁下段に続く

シリーズ 家事支援

人と人の温かいふれ合いの家事支援 原 智佳子(天野が原地区)

大戸を開けると、季節の花が目飛び込んで参ります。「今日は何を致しましょうか？」私はHさんへの家事支援が月初めになることが多いので、まずは仏様、神棚の神などの水替え…合掌からはじめます。次は座布団の針仕事、針山に木綿糸が通り、コマまで作ってあり、すぐにとりかかれるような段取りがしてあります。じえじえじえ！！

Hさんは、お身体がご不自由でお1人暮らしです。早朝よりいろいろな方のサポートで生活しておられ、私たちもその一部を支援しています。

ナルクの家事支援とは、ほんのわずかなお手伝いですが、人と人の温かいふれ合いと、「今日一日どう生きるか」を教えていただいております。いつもHさんは「今日はありがとう」とおっしゃいますが、私こそ「楽しいひと時をありがとうございます」という気持ちです。



奉仕活動

交野保育園での伝承遊び … 子ども達から元気をもたらす！

11月からは独楽こまの練習です。いよいよナルクの男性会員の出番で、子どもたちの前で廻して見せ、手の上に乗せたり、みなさん昔取った杵柄をご披露して頂きました。子ども達は大喜びで廻っている独楽を目で追いかけて、わあわあ言っています。今度は自分たちが練習する番ですが、独楽に紐を結び引っ張り加減が難しくゆるんですぐ外れてしまいます。きちんと結べた子どもに投げ方を教えたら廻りました。本人は大喜びです。それを見て他の子どももさらに一生懸命に結ぶ稽古をします。

先生方も普段の保育時間にも稽古をされていたようで、12月には廻せるようになった子どもが大分増えました。お正月にお父さんお母さんに「ナルクさんに教えてもらった」と得意そうに独楽を廻したそうです。



独楽(こま)廻しの練習中



渡邊さんの手品に歓声

1月は「お正月」という事もあり、趣向を変えて日本の伝統芸能を子どもたちに見てもらいました。

まず手品を会員の渡邊省三さんとそのお仲間、また、南京玉すだれを「玉手箱」の方にお願ひし、2歳から5歳までの子ども90人が日本の伝統芸能を見ました。手品では相槌を打ったり、歓声を上げていました。南京玉すだれでは子どもにも分かる形を作っていたいたり、子ども達も玉すだれを持ち、作り方を教えてもらい大喜びでした。他にも「かごめかごめ」やお手玉などの昔遊びを、子ども達と楽しく

遊んで元気をもたらしています。帰る時は「今度いつ来てくれるの？」と手を離さず名残を惜しんでくれるのも私たちの励みになっています。皆さんも子ども達と一緒に遊びませんか。

(CO 田中暁子 記)



山下満寿美・西牧美智子・鈴木喜恵子さんの日舞



渡邊省三さん他のマジックショー



NBO10による「カンカン娘？」



盛況のカラオケ大会



【その他の写真はHPをご覧ください】

みんなのひろば



囲碁クラブ

囲碁と手合いカード

飛山 貞行 (藤が尾地区)

昨年より当ナルク囲碁クラブでは、非公式の手合いカードを使用し、各自が自分の囲碁の強さを想定し、持ち点を設定した。たとえば、アマ初段の人で200点、10級程度の強さの人は100点とし、各試合の対戦ごとに勝・負けて持ち点が1点増減する。また、持ち点差で対戦時に黒で置く石数などが、手合いカードに記載されている。

点数の上がる人、下がる人もいる。点数差が大きくなることで、黒の置き数などが増える事となるが、持ち点数で自分の囲碁の強さが分かるようになっている。



以前の囲碁対戦では、強い人とのハンディ (黒石を置く数) をどうするか、曖昧であったが、デジタルされる事で「より囲碁が面白い」と感じる人と、「やりにくい」と感じる人もいた。でも囲碁では先を読む事、1手・2手・3手先などを想定して対戦を進める。年を取ると先を読む事がなかなか難しくなるようだが、ナルクのメンバーはみんな頑張っています。



「紀州路中廻りの旅」のご案内

- ☆ 集合：JR星田駅 8時30分
- ☆ 持物：弁当、飲み物
- ☆ コース：京橋、天王寺～阪和線和歌山～
～和歌山線高田～桜井線奈良～木津～
河内磐船駅着 15時ごろの予定
- ☆ 参加希望者は、若松桂子さんまでTEL下さい
(締切・2月28日)



2月・3月の予定

☀ ウォーキング	3月20日(木) (雨天決行)	JR120円で行く紀州路中廻りの旅 (桃の花見)	若松 桂子	892-5621
✪ 折り紙	2月18日(火) 3月18日(火)	PM1時 (事務所)	下原 公子	892-4757
□ 健康麻雀	2月12日(水) 24日(月) 3月12日(水) 24日(月)	PM1時 (事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布遊び	2月27日(木) 3月27日(木)	PM1時 (事務所)	原 智佳子	891-8773
🌿 川柳	2月28日(金) 3月28日(金)	PM1時 (事務所)	籠島 恵子	824-6944
♠ 囲碁	2月 5日(水) 19日(水) 3月 5日(水) 19日(水)	PM1時 (事務所)	増田 博生	891-2186
🎵 合唱	3月 3日(月) 4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	2月 3月 毎週 (水) (金)	いきいきランド・グランド AM10:00~12:00	豊島 隆	891-4845
💻 パソコン	2月 5日(水) 19日(水) 3月 5日(水) 19日(水)	AM10時 (事務所)	津村 芳男	892-6471

2013年12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 305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	114/38	青木茂代 飯田則幸 市村節子 伊藤繁子 植田由紀子 籠島恵子 加藤愛子 狩長雅衣 北尾早代子 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 田中暁子 手島かつ子 手塚春子 寺前哲子 戸田和子 中泉佐祁子 中谷千代子 中村八重子 西牧美智子 根間静代 原 智佳子 増田文子 松坂貴美子 村上せつ 森岡真子 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 [22]
きんもくせいDS (デイサービス支援) (買い物支援)	50/16	稲垣澤子 井上博美 岡 美津子 北村順子 下原公子 田上 薫 寺前哲子 戸田和子 中島佳子 牧野須美江 三角雅子 道倉寿美子 村田ひさ子 山田幸子 渡邊恵美子 渡辺陽子
天の川明星 DS (デイサービス支援)	30/14	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 古野いね子 増田文子 村上せつ 若松桂子
レガート交野	47/19	青木茂代 伊藤繁子 今西和雄 魚住富美子 狩長雅衣 北尾早代子 斉藤康子 坂元良子 下原公子 下村隆司 世古由美子 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 山下満寿美 山本保子
ジャパンケア交野	4/ 2	下村隆司 浜口忠吉
庭・植木手入れ	1/ 1	井田敏雄 [1]
ハウスヘルパー	7/ 2	青木英和 山崎富男 [5]
送 迎	3/ 1	森岡真子 [2]
パソコン指導	5/ 3	田上 薫 田中暁子 津村芳男 [5]
事務所当番ほか	44/21	飯田則幸 伊藤繁子 今西和雄 大西聡明 籠島恵子 北尾早代子 木ノ内 洋 坂元良子 下原公子 津村芳男 堂野喜美子 戸田十九一 飛山貞行 豊島 隆 浜口忠吉 早川嘉彦 増田博生 村上寿雄 森本久子 吉田之雄 渡辺伊久夫
奉仕活動実績 (合計 186点)		
活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順 敬称略)
福 祉	75/22	伊藤繁子 今西和雄 植田由紀子 魚住富美子 大西美智子 北尾早代子 北村啓子 木ノ内敬子 笹谷眞智子 杉下栄子 鈴木喜恵子 瀧下勝子 飛山貞行 飛山洋子 中泉佐祁子 西本敦子 早川久代 福島邦子 増田文子 本山良子 山下満寿美 若松桂子
子 育 て	38/15	市村敏夫 市村節子 魚住富美子 大西聡明 木ノ内 洋 木ノ内敬子 酒井義行 鈴木喜恵子 高木 徹 田中暁子 戸田十九一 飛山貞行 豊島 隆 早川久代 村上寿雄
NALC活動	73/29	青木茂代 井田敏雄 市村敏夫 井上博美 大西聡明 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 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 中村八重子 服部孝雄 浜口忠吉 松坂貴美子 村上寿雄 村田ひさ子 本山良子 山崎富男 渡邊恵美子 渡辺陽子

★ 事務局だより ★

会員動静： 会員数 267名 (男子111名・女子156名) 世帯数 178世帯
新入会員： 湯川 豊彦 敏江 (藤が尾) 河内 善恵 (私部) 岡田 邦子 (倉治) (敬称略)