

<p>NALC</p> <p style="text-align: center;"><b>いわふね</b></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                  メール: nalc-katano@alto.ocn.ne.jp                  ボランティア活動の内容は                  HP: <a href="http://ktn-nalc.com/">http://ktn-nalc.com/</a></p>	<p>交野</p> <p>会報</p>  <p>交野・磐船神社</p>
---	---

## 今の自分に喝 !!

運営委員 村田 ひさ子

若い頃に比べると、体力・気力の衰えは否めず、何をしても気合いが入らず、あたり前の事だと分かっているにもかかわらず受け入れることが出来ず、落胆して、ため息をつく事が多くなりました。

用事を頼まれても、さほど忙しくもないのに「忙しいから」と言い訳をして、逃げ道を作り、現状回避をします。主人には特に「ゴメンナサイ」と言いたいです。

子育て真っ最中の頃の、やる気満々で、何処に行くにも、3人の息子達を自転車の前後と背中におんぶして軽快にペダルを漕いで出かけていた姿を、懐かしく思い出します。

下の息子が小学校2年の時「ぼくのお母さんは、毎日100万馬力で家の掃除や食事を作っ

てくれます」と作文に書いて、先生に「すご〜いお母さんだね」とほめていただき、「嬉しかった」と言っていたころの笑顔が蘇ってきます。

そこで、今後の生き方を真剣に考えた時に、やりたい事、しておきたい事、しなければいけない事をあれこれと思い描きました。中途半端で仕上がっていない数々のパッチワーク作品を完成させる事。写真や衣類の整理、また、家族旅行等であります。

体力の衰えは避けられないのだから、「今の自分に喝」を入れて、日々の生活を見直し、楽しみながら「ナルク活動」も頑張っていきたいと思っておりますので、皆さん宜しくお願い致します。



### ＝ 2014年度「活動意向調査」ご協力のお礼 ＝

1月に実施しました2014年度「活動意向調査」にご協力いただき誠にありがとうございました。皆さまにご提出いただいた調査票は、運営委員会で全体集計した内容を把握するとともに情報を共有化し、今後開催される各コーディネーター会議等で活用していきます。また、お寄せいただきましたご意見、ご要望などにつきましても、今後の活動に充分活かしていきたいと思っております。

### ☆ 2014年度「いわふねクラブ」定時総会開催日程が決定しました ☆

2014年度定時総会の日程が下記の通り決まりました。会員の皆さまにおかれましては、今から予定に入れていただき、是非ご出席いただきますようお願いいたします。

なお詳細は、会報4月号でお知らせいたします。

日 時	6月5日(木) 午前10時より
場 所	星の里いわふね「グリーンビレッジ交野」2階ホール
内 容	第一部 定時総会 第二部 懇親会(バーベキュー)

## シリーズ 家事支援

### 気をはらずにやっています

若松 佳子 (藤が尾地区)

Kさん宅の家事支援のため、1か月を4人で週1回1時間伺っております。それ以外に犬の散歩のために週2回1時間行っています。ヘルパーさんに1日4回来てもらっておられるようで、ナルクはヘルパーさんがされないところをお手伝いしております。本人が使われない2階と階段玄関、庭、ガレージなどの掃除、花の水やり、花瓶の水をかえたり、犬の世話、昼ごはんづくりなどです。

約束の日や時間が、都合が悪くなったときは変えてもらったり、水きり絵を一緒に楽しんだりしています。Kさんが病院へ行かれる日とかち合う時は、相談をして別の日に伺っています。近くに住んでおられる娘さんが長期間留守をされる時は余分に犬の散歩の日を増やす事もあります。反対に雨の日など電話をかけてくださり、「今日の犬の散歩はいりませんから」と言ってくださることもあります。このようにお互いやりやすいように、融通しあってやっています。

玄関で「こんにちは」と声をかけると、犬のポッキーちゃんが「ワンワン」と迎えに出て来てくれて、体をなでるとお腹を見せて歓迎してくれます。しばらくポッキーちゃんと遊んで、「今日は何をさせてもらいましょうか」とおしゃべりしながら用事にとりかかります。Kさんがいい方なので、あまり気をはらずに家事支援を楽しんでやっております。



## 「市民の力を引き出していく活動を」中田交野市長との懇談

2月4日午前10時、公務ご多用中の中田市長を戸田代表、田中副代表、豊島顧問、木ノ内事務局長が訪ね、約1時間懇談をさせていただきました。最初に当拠点の一年間の活動状況を報告、多方面にわたるボランティア活動に対して感謝の言葉がありました。懇談で中田市長は「市民活動が大いに活発化してきた。それともなって職員のフットワークもよくなってきたように思う」。そして市民活動についても「自分が楽しかったことを自然発生的に他にも楽しませてやりたいという思いや、誰がやってもおもしろかったことを、もっとみんなに波及していったらよいことなどの思いが現れてきた結果だと思う」さらに「理想の街づくりは、建物



や道路づくりから、日常の小さな喜びをどのように生かしていくかが大切であり、さらに市民の力を引き出していく活動を積極的に進めたい」と力説され「市長の仕事は、天の川に輝く8万の星が、いかに光り輝いてくれる環境をつくることだと思う」と話を結ばれた。私達の活動も交野市全体から見れば小さな活動ですが、そこで得た小さな喜び、感動を他に波及することで住んでよかった街づくりに貢献していることになると実感した市長との懇談会でした。

# みんなのひろば



## ごきげんさん会

「ごきげんさん、いわふね会」の新年食事会に参加して

今西 和雄 (南星台地区)

たまたま 偶々、事務所当番の時に「ごきげんさん会」があり、私が事実無婚の故にお声をかけていただき、以来毎回参加しています。

この度は新年食事会という事で1月14日枚方市光善寺駅最寄りの「円居」で集まろうという事になり、私は酒をやらないのでバイクで参加しました。新参者なので会場に先着して三つ指ついてお迎えしようと早い目に行きましたが場所が分からず、皆さんの到着を待ちみんなを探しましたがやっぱり分からず、「嗚呼、巳んぬる哉！」と思われた時、誰かが「エエニオイしているからこの辺や」と言い、よく見ると前の家の門の中に小さく「円居」の看板が見えあっけなくミステリーは終わりました。

総勢10名が心づくしの1500円のフルコースをいただきました。私は母を失くして以来大根の千切りなど家庭の味を久しく口にしていましてしたので、大変おいしく頂きました。

店の人が「リクエストを事前に聞いていたらオカリナ、マンドリン、ギターなどをお目にかける」という事で、トランプ、かるた、囲碁などで遊んでと出してくれました。私は尾崎紅葉の「金色夜叉」の冒頭シーンを思わせる百人一首でもやって美女?と「お手付きでもやろうかな」とはかない夢を持ちましたが、美女達は専ら口の運動(お喋り)に忙しく誰も関心は無いようなので諦めました。「嗚呼、巳んぬる哉！」

退職してから引き籠りをやっておりましたが、縁あってナルクに参加する事ができ、これらの楽しい会にも参加させて頂き、灰春の日々も良いものだと思つづくこの頃です。



## 3月・4月の予定

### 「紀州路中廻りの旅」ご案内 (一部変更しています)

- ☆ 集合 星田駅(改札口) 8:45 各自120円の切符購入
- ☆ 持ち物 お弁当、飲み物、雨具(雨天決行) 16時頃 河内磐船駅解散
- ☆ 行程 京橋(関空快速)一和歌山一高田一王寺一木津一河内磐船

☀ ウォーキング	3月20日(木) 4月10日(木)	JR120円で行く紀州路 背割堤の桜花見(交野市駅10時)	若松 桂子 増田 文子	892-5621 891-2186
✪ 折り紙	3月18日(火) 4月15日(火)	PM1時(事務所)	下原 公子	892-4757
□ 健康麻雀	3月12日(水) 24日(月) 4月 9日(水) 28日(月)	PM1時(事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布遊び	3月27日(木) 4月24日(木)	PM1時(事務所)	原 智佳子	891-8773
△ 川柳	3月28日(金) 4月25日(金)	PM1時(事務所)	籠島 恵子	824-6944
♁ 囲碁	3月19日(水) 4月 2日(水) 16日(水)	PM1時(事務所)	増田 博生	891-2186
♪ 合唱	3月17日(月) 4月 1日(火) 7日(月)	(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	3月 毎週(水)(金) 4月	いきいきランド・グランド AM10:00~12:00	豊島 隆	891-4845
💻 パソコン	3月19日(水) 4月 2日(水) 16日(水)	AM10時(事務所)	津村 芳男	892-6471
🏌️ ゴルフ	4月 2日(水)	いわふねコンペ(牧野PG)	市村 敏夫	891-0216

## 2014年1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 244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	80/34	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 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 竹村恵美子 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 牧野須美江 増田文子 松坂貴美子 森岡眞子 森本久子 山下満寿美 山田幸子 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)	48/16	稲垣澤子 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 牧野須美江 三角雅子 道倉寿美子 村田ひさ子 渡邊恵美子 渡辺陽子
天の川明星 DS (デイサービス支援)	28/13	北村啓子 齊藤康子 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 原 智佳子 増田文子 村上せつ 若松桂子
レガート交野	42/25	青木茂代 飯田則幸 伊藤繁子 今西和雄 魚住富美子 狩長雅衣 北尾早代子 齊藤康子 坂元良子 下原公子 下村隆司 下村由紀子 世古由美子 戸田十九一 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 村上寿雄 山下満寿美 山本保子 吉田之雄 若松桂子
パソコン指導	2/ 1	山本 直 [1]
事務所当番ほか	44/19	飯田則幸 伊藤繁子 今西和雄 大西聡明 木ノ内 洋 齊藤康子 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 原 智佳子 増田博生 村上寿雄 渡辺伊久夫
奉仕活動実績 (合計 155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	42/16	井田敏雄 伊藤繁子 井上博美 今西和雄 木ノ内敬子 笹谷眞智子 下原公子 鈴木喜恵子 瀧下勝子 戸田和子 中泉佐祁子 中村八重子 早川久代 村田ひさ子 本山良子 山本保子
子 育 て	41/16	市村敏夫 市村節子 大西聡明 加藤千保子 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 山下満寿美 渡邊省三
NALC 活動	72/29	青木茂代 井田敏雄 市村敏夫 井上博美 大西聡明 北村恵子 木ノ内 洋 齊藤康子 坂元良子 佐々木新子 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

#### ＝「時間預託手帳」に活動点数を記帳します＝

時間預託活動をされた会員は、お手元の「時間預託手帳」を世話人または「いわふねクラブ」事務所に  
4月末日までにご提出下さい。3月末時点の預託点数残高を記帳してお返しします。