

NALC

交野

拠点

いわふね

会報

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: <http://ktn-nalc.com/>



交野・磐船神社

食の思い出

加齢とともに、食べる量は減っているのに食欲だけは相変わらず、衰えることのない自分に気がつきました。と同時に、懐かしい食べものがひっきりなしに蘇ってきました。

その昔、小学校からの下校途中、ロバのパン屋さんを横目に家にたどり着くと、1cm角のさつま芋がゴロゴロ入った蒸しパン、また、ある時は大きなホーローのバットに、水羊羹やみかんの缶詰をちりばめた寒天(今でいうスイーツ)、お湯のみ茶碗の縁でまるくくりぬいて作った揚げたてのドーナッツ、また遠足になると父が作ってくれたお弁当の中には親指ほどの小さな一口おにぎりがぎっしり入っていました。



運営委員 渡辺 陽子

友達の家に行くと、おやつに風月堂のゴフルが…。生まれて初めて食べた夢のようなお菓子は忘れられない味の一つです。

食べることが最大の楽しみで、新鮮な感動を抱いていた私ですが、今や飽食の時代、もともと面倒くさがり屋の私ですが、食べたい一心と食の大切さを少しは感じつつ、今は簡単で、おいしくて栄養があり、さらに安いという一石四鳥の料理は無いものかと探しています。

ナルクの皆さんへ！ こんなレシピがありましたらぜひ教えてください。皆で料理本小冊子でもつくりませんか。

これからの老後に備えて…！

2015年度「いわふねクラブ」定時総会開催について

すでに会報「いわふね」4月号でご案内し、「定時総会出欠票・委任状」のはがきで出欠のご返事をいただきましたが、出席予定の会員は、開会時刻に遅れないようにご集合ください。なお、すでに締切りは過ぎていますが、まだご返事をいただいていない会員は、5月18日(月)までに事務所へご連絡下さい。

日時: 5月26日(火) 午前10時より午後2時 (受付開始時間は午前9時半より)

場所: 星の里いわふね「グリーンビレッジ交野」2階 大会議室

内容: 定時総会(10:00~11:30) コーラス(11:30~12:00)

懇親会(バーベキュー)(12:30~14:00)

【お願い】☆ 懇親会参加費は、500円です。当日、会場受付でお支払い下さい。

☆ 出席者は、ナルクの名札をご持参下さい。

☆ 飲酒される方は、車での参加はご遠慮下さい。

交野市チャリティーマラソン、[ファイト！ファイト！] 沿道で大声援

4月19日、朝まで降っていた雨もやんだ中開催された第4回交野市チャリティーマラソンに今年も市から要請をうけ、市役所別館前にわれら「いわふねクラブ」大応援団が陣を構え、手に手に小旗と応援棒を持ち「がんばれ！がんばれ！ファイト！」とひととき大きな声で応援しました。ランナーの中には応援に気づき手を振ってくれたり、思いもよらないコスチュームで走る姿にびっくりしたり、熱い声援とともにナルクのPRも出来たマラソン大会でした。



今年も大勢のランナーに声援するナルク応援団(左上)

時間預託活動

Mさん宅への家事支援 コーディネーター 中村 八重子

月に一度家事支援に行かせていただくようになって2年が経ちました。普段は施設に入所しておられますが、週に一度ナルクの訪問に合わせて帰って来られます。

施設の行き届いたお世話は安心して暮らす事が出来有難いですが、自宅というのは理屈を超えて大切な心の拠り所だと思います。

Mさん宅は2階に息子さんの家族が居られますがお勤め、学校と忙しく、1階にMさんだけが1人で暮らしておられます。私達の主な活動は掃除、洗濯、買い物などです。「いつもありがとう」「すみません」と些細な事を喜んで下さり、ナルクの訪問を心待ちにして下さいます。私たちの支援は暮らしの中の少しの部分かもしれませんが、その時間をくつろいで気分よく過ごして頂きたいと、メンバーで取り組んでいます。

活動を通して人生の先輩から学ばせて頂く事も多く、わが身を省みる事もあります。家事支援は一方的ではなく、ギブ&テイクであり、貴重な経験をさせて頂いていると思います。



奉仕活動

「きんもくせい」のお花見に参加して 井田 敏雄 (星田山手)

4月6日午後 「きんもくせい」のお花見のお手伝いに行きました。前日からの雨模様で地面も濡れ、時おり霧雨が降る悪天候で例年のようなサクらの下でおだんごを頂くようなこともできず、交野市内のサクらの名所をドライブ遊覧することになりました。「きんもくせい」を出発して、妙見山のサクら並木をかわきりに、運転手さんと職員の方が車窓の風景について判りやすい説明があり楽しんでいました。ある交差点で赤い花が見えたので、だれかが「あれ何と言う花？」すかさず「あれぼけの花や」と言葉が飛び交い和やかに進みました。



生憎の雨で散り始めた
傍示川沿いの桜並木

途中にあるさくら並木を何ヶ所もめぐり、青山から警察学校跡の素晴らしいさくら、変電所の外周では珍しい紅白の桃の花が見られ、帰途大谷橋から傍示川沿いのさくら並木を見ながら「きんもくせい」に帰着しました。ワゴン車に同乗させていただいたのですが、花冷えの関係か花見に乗り気でない方もおられ、職員さんのご苦労が忍ばれました。私自身としては「デイサービス」の下見をさせて頂いたようなもので、「きんもくせい」さんお花見ありがとうございました。

「レガート交野」の花見会に参加して 竹村 恵美子 (天野が原)

4月8日少々お天気が心配の中、白旗池へと出発しました。4月というのに冬のように寒い日で、到着するとさらに寒さを感じました。でも毛布など沢山用意されていて、すっぽりと包まれかわいらしい姿でお弁当を食われていました。桜の花びらが時折はらはらと散ったり、ウグイスの美しい鳴き声が聞こえたり、木の新芽も出ていたり春を感じる事が出来たのではないのでしょうか？

私が付き添った方は耳が少し遠いと仰ったので「今ウグイスが鳴きましたよ！」と2~3回お知らせすると「聞こえた！」ととても喜んでおられました。思わず「ウグイスさんありがとう！」と言ってしまいました。



寒い中でしたが皆さん春を感じておられました

最後に全員そろって白旗池の土手で記念写真をパチリ！ 皆さん思い出の1ページとなった事でしょう。

みんなのひろば



ウォーキング

満足度 150%の井手町の花見

田中 暁子 (天野が原)

4月2日に設定して良かった！と実感した、雨天が続く中の唯一晴天に恵まれた1日でした。

玉水駅を降りるとすぐそこに桜並木が見え、玉川沿いの両堤には500本のソメイヨシノが満開で、さくらのトンネルを作っていました。その中を会員10名が花爛漫を満喫しながら歩いて行くのですが、途中に竹の子ご飯、よもぎ餅など売っていて、花より団子には勝てずつついそちらの方に足が向き、何度も足を止めながらの散策でした。



この期間は井手町挙げての「さくら祭り」で、家の前で作った物を売っていたり、「町作りセンター椿坂」では茶をふるまっていて下さり、食事も自由にとれるように座敷があり、私たちもそこで足を延ばし円座になりながらゆっくりお弁当を食べる事ができました。

坂を上がっていくと地藏禅師というお寺があり、山背(やましろ)の全景が見渡せました。庭には樹齢280年の立派なしだれ桜があり、京都円山公園にあるしだれ桜の姉妹木と言われ、京都府の天然記念物に指定されています。また当地は小野小町終焉の地とも言われ、小町塚もあつたり、奈良時代の左大臣橘諸兄の旧跡もありそこまで足をのばしました。今回は桜を満喫し歴史にもふれ、最後は特産の竹の子や野菜、果物などの買い物ツアーも加わった満足度150%の1日でした。

5月・6月の予定

☀ ウォーキング	6月16日(火)	森林植物園(神戸市) 集合:河内磐船駅 9:00	斉藤 康子	894-2379
✪ 折り紙	5月19日(火) 6月16日(火)	PM1時(事務所)	下原 公子	892-4757
□ 健康麻雀	5月13日(水) 6月10日(水) 22日(月)	PM1時(事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布遊び	5月28日(木) 6月25日(木)	PM1時(事務所)	原 智佳子	891-8773
△ 川柳	5月29日(金) 6月26日(金)	PM1時(事務所)	籠島 恵子	824-6944
☞ 囲碁	5月20日(水) 6月3日(水) 17日(水)	PM1時(事務所)	増田 博生	891-2186
♪ 合唱	5月21日(木) 25日(月) 6月1日(月) 2日(火) 18日(木)	月 AM10時(皇田会館) 火・木 PM2時(堂野会員宅)	下村 由紀子	893-1621
💻 パソコン	5月20日(水) 6月3日(水) 17日(水)	AM10時(事務所)	津村 芳男	892-6471
🎏 糸遊び	6月14日(日)	PM1時(事務所)	山本 保子	892-5562

《 こんなボランティアを利用する時期です 》

	内 容	コーディネーター	☎
ハウスヘルパー	6月:網戸の張り替え	山崎 富男	894-0815
庭・植木	7月:花壇・庭・畑の水やり	井田 敏雄	891-5889

2015年3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 261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	62/28	青木茂代 加藤裕行 佐藤昌子 中村八重子 米谷ユリ子	飯田則幸 北尾早代子 下原公子 西牧美智子 若松桂子	市村節子 北村順子 手島かつ子 村田ひさ子 渡邊恵美子	井上博美 坂元良子 寺前哲子 山下満寿美 渡辺陽子	植田由紀子 佐々木新子 戸田和子 山田幸子	大西聰明 笹谷眞智子 中泉佐祁子 山本保子 [15]
きんもくせいDS (デイサービス支援) (買い物支援)	54/17	稲垣澤子 新庄悦子 村田ひさ子	井上博美 田上 薫 梁池久美代	井上邦子 寺前哲子 山本保子	北村順子 戸田和子 渡邊恵美子	佐藤昌子 中島佳子 渡辺陽子	下原公子 牧野須美江
天の川明星 DS (デイサービス支援)	36/16	加藤愛子 田中暁子 村上せつ	北村啓子 飛山洋子 森 知恵子	坂元良子 中泉佐祁子 梁池久美代	笹谷眞智子 根間静代 若松桂子	瀧下勝子 原 智佳子	竹田千鶴子 増田文子
レガート交野	34/23	飯田則幸 小磯清子 田中暁子 増田文子	伊藤繁子 斉藤康子 飛山貞行 森 知恵子	今西和雄 坂元良子 豊島 隆 森本久子	魚住富美子 下原公子 中村八重子 山下満寿美	加藤千保子 下村隆司 浜口忠吉 山本保子	北尾早代子 世古由美子 早川久代
植木・庭手入れ	4/ 2	井田敏雄	下原一美				[1]
ハウスヘルパー	10/ 4	青木英和	新庄勝利	飛山貞行	浜口忠吉		[4]
パソコン指導	8/ 2	田中暁子	津村芳男				[4]
事務所当番ほか	53/23	飯田則幸 北尾早代子 津村芳男 早川嘉彦	井田敏雄 北村啓子 堂野喜美子 原 智佳子	伊藤繁子 木ノ内 洋 戸田十九一 増田博生	今西和雄 坂元良子 飛山貞行 森本久子	内田好子 佐藤昌子 豊島 隆 渡辺伊久夫	大西聰明 田中暁子 浜口忠吉
奉仕活動実績 (合計 173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	30/12	伊藤繁子 瀧下勝子	植田由紀子 中泉佐祁子	大西美智子 早川久代	木ノ内敬子 福島邦子	笹谷眞智子 本山良子	鈴木喜恵子 山下満寿美
子 育 て	42/15	市村敏夫 木ノ内敬子 豊島 隆	市村節子 鈴木喜恵子 早川久代	伊藤繁子 高木 徹 山下満寿美	大西聰明 田中暁子	加藤千保子 戸田十九一	木ノ内 洋 飛山貞行
NALC 活動	101/40	青木茂代 加藤愛子 佐々木新子 津村芳男 服部孝雄 道倉寿美子 吉田之雄	井田敏雄 北村恵子 笹谷眞智子 戸田十九一 浜口忠吉 村田ひさ子 若松桂子	市村敏夫 北村啓子 下原公子 飛山洋子 原 智佳子 本山良子 渡邊恵美子	伊藤繁子 木ノ内 洋 下村由紀子 豊島 隆 福嶋邦子 森 知恵子 渡辺陽子	井上博美 斉藤康子 杉下栄子 中泉佐祁子 増田文子 山崎富男	大西聰明 坂元良子 田中暁子 中村八重子 松坂貴美子 山崎喜久江

★ 事務局 だ よ り ★

会員動静： 会員数 249名 (男子103名・女子146名) 世帯数 167世帯

「時間預託手帳」に活動点数を記帳します！

まだ記帳のお済みでない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5月末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。