

NALC 交野
 いわふね
 拠点 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/>



「キョウヨウ」と「キョウイク」の薦め

運営委員 佐藤 昌子

「教養」と「教育」は勿論大切である。しかし、本稿の「キョウヨウ」と「キョウイク」は、それぞれ日常での「今日用事がある」と「今日行くところがある」ことの大切さを説いた心理学者 多湖輝氏の言葉である。「天声人語」に載っていたのは何年前だったろうか？



私がNALCに入会して早や4年半が経った。わが家は交野市の西のはずれ、NALCに入会しなければお会いすることもなかったであろう多くの方々との交流の機会を得て市内での行動範囲も広がった。お陰様でカレンダーは、毎日の予定と持ち物、注意点が記載され余白がないほどに充実している。しかし、最近「キョウイク」を全うするための交通手段の確保が課題となってきたことは否めない。この夏の猛暑、ひときわ応えたのは私だけだったのだろうか？歳を考えて行動を制御するようにとお医者様からお薬とともに注意を受けた。しかし、有難いことに日本には四

季がある。四季の循環があるから極暑の厳しさにも耐えられたような気がする。ただ、加齢だけは一方向への進行形。骨組織も含めた体力低下も止めがたく「キョウヨウ」意欲と「キョウイク」の実行は一対のものであることに気づかされた夏だった。一方、国内都道府県別高齢者の外出行動に関する膨大なデータをAI(人工知能)で解析した結果、健康寿命の長い県ほど「キョウイク」を実行している高齢者が多いことも報道されていた。ピンピンころり健康寿命を全うすることをめざし、とにかく「キョウヨウ」と「キョウイク」に励むことを肝に銘じて極寒の冬に備えよう。まずは我が家伝来の「晦日そばに始まるお正月三が日ご膳」を準備して新年を迎えることを当座の「キョウヨウ」とすることに決めた。そのためには今から計画的に買い物「キョウイク」の実行、年末は台所に立ち続けなければならない。娘家族が「例年どおり」を期待しているに違いない。

＝ 第27回交野市健康福祉フェスティバル出店の御礼 ＝

秋晴れの11月11日(日)に行われました交野市健康福祉フェスティバルに、「いわふねクラブ」は今年で8回目の参加でした。準備には慣れてきたとはいえ、当日を迎えるまではやはり大変でした。

今年も大西さん手作りの立派な看板!! 「新作展示中」など書いて頂いた効果があり、ブースの前には20分前からお客様が目当ての作品を選んで「まだ販売しないの」とのお声! 毎年人気の地元野菜(大根・ほうれん草・キク菜・里芋・蓮根・柚子・柿など)を求めて長蛇の列でした。コーヒーも、「美味しい、美味しい」とあちらこちらでお声を頂き、今年は300杯以上の売り上げでした。

手作り作品は、会員から材料を沢山寄付してもらい、準備委員さん達が素晴らしい作品に仕上げてください、完売しました。

お手伝いして頂きましたの方々、本当にありがとうございました。また、ナルクのブースに来て商品を買って頂きました皆様、有り難うございました。

(実行委員一同)



開店早々から賑わうナルクブース

シリーズ
10年の思い出

「いわふねクラブ」の10年

渡邊 恵美子（星田山手）

私はナルク「天の川クラブ」の時に入会しました。主人がナルクに入会するから説明会と一緒にいこうと誘ってくれました。枚方拠点の代表の方たちから、どんな活動をしているか聞かせていただきました。私は前に武生市に住んでおりました時にもボランティア活動をしておりましたので、「同じような事だな」と思いました。

その後ナルク「いわふねクラブ」として独立してから、地域のお世話役とサロンを担当させて頂く事になりました。まだ文化、スポーツなどのサークル活動が少ない時に、会員の皆さんが事務所に出席して頂く為にサロンを引継いで下さいとの事でした。コーヒーとお菓子を用意して事務所で集い、親睦を図るというものでした。



その後、囲碁・麻雀の会などができて所期の目的を達成したということでサロンは終了しました。今思えば、当日は誰が来るか分からないまま待つことは大変でしたので、お茶会、ハンドマッサージ、マジック、手芸、編み物、講演会など、テーマを設定し目的を持ったサロン活動を実施しました。（何回も参加して下さいました皆さんありがとう！）その後、健康福祉フェスタの作品作り、コーディネーター、家事支援、福祉施設支援といろいろな活動をしてきましたが、今ではこれが当たり前のように生活の中に入っております。

やがて自分自身の生活にお手伝いして頂くときが来るのかなあーと思う今日この頃です。いつまでも元気で支援出来る人でありたいと願うばかりです。

地域会

各地区で今年の「地域会」開催

10月中旬から11月中旬にかけて、4地区に分かれての地域会が開催されました。「交野の歴史大阪夏の陣」や施設責任者の体験にもとづく「認知症について」の出前講座を行いました。いずれも、とても興味深いお話を聞くことが出来て良かったです。

また、一つの地区は、出前講座をやめ、懇談中心の地域会でした。ただ、出前講座のあとの懇談では、活発な意見が少なく、また、参加者も一地域を除いては、昨年よりもやや少なくなっていたのは残念でした。身近で集える地域会だけに、今後はもっと多くの会員に参加していただけるよう、知恵を出し工夫をする必要を感じました。



池永施設長から「認知症について」受講



星田山手・星田西・南星台地区の皆さん



星田・妙見坂・藤が尾・妙見東地区の皆さん



幾野・倉治・松塚・郡津・私部地区の皆さん

奉仕活動

天野川清掃活動に参加

11月4日「天野川を美しくする会」のみなさん約20名と一緒に会員8名が参加し、私市橋周辺の清掃活動を行いました。年数回行われているこの活動に、「いわふねクラブ」としては、11月のみ参加しています。

相次ぐ台風で川辺のゴミなどが流されてしまったのか、住民のマナーがよくなったためなのか、わかりませんが、あまりゴミは落ちておらず、比較的短時間で作業は終了しました。

美しくなった天野川をいつまでもと願うばかりです。



天野川清掃活動に参加された皆さん

みんなのひろば



バスツアー 「近江牛鉄板焼き」や「水郷巡り」に参加して 勝山 ちよ子 (天野が原町)

秋の一日、河内磐船駅前ロータリーから出発。席はくじ引き。ガイドなしのバスもリーダーの方々の心配りで歌やクイズ、手遊びとあきない楽しい道中で、お隣の方ともナルク加入の動機や親の介護の事、これからの生き方など話が弾み有意義な時間でした。

昼食は近江牛鉄板焼き。ちょっとオシャレなシェフが目の前で焼いてくれた50グラムの小さなステーキ。あまりの小ささに私の目はお隣のお肉に注がれる。ああー、それでもワインや好みの飲み物をいただきながらちょっと優雅な素敵な時間でした。



ダイニング「天満」にて昼食



参加者全員で記念撮影

水郷巡りは葦の生い茂る中を船頭さんの漕ぐ船でのんびりと…のイメージとは程遠く、ちょっとガッカリでした。その後「クラブハリエ」のバームクーヘンや「たねや」のスイーツのお店がある「ラ・コリーナ近江八幡」へ。緑に覆われたメルヘンチックな空間でゆっくりと散歩したいような場所でした。夕闇に浮かぶダリアの花を見終わった頃はすっかり日も落ち、盛り沢山の旅は無事楽しく忙しく終えました。お世話いただいた皆さま方有難うございました。

12月・1月の予定



☀ ウォーキング	1月 8日(火) 初詣	AM9時20分 交野住吉神社 (詳細は今月のチラシ参照)	戸田 十九一	892-9215
🌸 折 り 紙	12月18日(火) 1月 (休 会)	PM1時 (事務所)	下原 公子	892-4757
□ 健 康 麻 雀	12月12日(水) 1月9日(水) 28日(月)	PM1時 (事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布 遊 び	12月 (休 会) 1月24日(木)	PM1時 (事務所)	村田 ひさ子	892-2726
🌿 川 柳	12月21日(金) 1月25日(金)	PM1時 (事務所)	籠島 恵子	824-6944
🎵 団 碁	12月 5日(水) 19日(水) 1月16日(水) 30日(水)	PM1時 (事務所)	増田 博生	891-2186
🎶 合 唱	12月17日(月) 20日(木) 1月7日(月) 17日(木) 21日(月)	月 AM10時 (星田会館) 火、木 PM2時 (堂野会員宅)	渡邊 恵美子	893-2284
🎲 糸 遊 び	12月 9日(日) 1月13日(日)	PM1時 (事務所)	山本 保子	892-5562
🌸 手 編 み	12月25日(火) 1月29日(火)	PM1時 (事務所)	泉原 健榮 山下 朝子	892-8726 893-0141

平成最後の師走になりました。一年間会報に寄稿していただきありがとうございました。これからも、会員の皆様の身近な問題を取り上げた会報をお届けしたいと思っています。ご協力をよろしくお願い致します。皆様にとって来年も良い年でありますように、心からお祈りいたします。

編集委員一同



「いわふねクラブ」事務所・年末年始休暇のお知らせ：12月29日(土)～1月6日(日)

2018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 287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	79/32	飯田則幸 泉原敏勝 泉原健榮 井田敏雄 伊藤繁子 江南良子 奥田孝子 加藤愛子 加藤裕行 神林秀雄 坂元良子 桜川幸代 杉下栄子 田上 薫 瀧下勝子 田中暁子 田中節子 津村由比子 手島かつ子 戸田和子 根間静代 早川久代 林 節子 増田文子 宮田靖子 村田ひさ子 本山良子 森本久子 山下満寿美 米谷ユリ子 渡邊恵美子 渡辺陽子 [15]
きんもくせいDS	46/18	北村順子 久保木榮子 佐藤昌子 下原公子 下村由紀子 新庄悦子 寺前哲子 戸田和子 中島佳子 中村恵子 西尾秋江 西山伊佐子 水谷夏子 道倉寿美子 村田ひさ子 望月弘江 梁池久美代 渡辺陽子
天の川明星 DS	44/16	江南良子 奥田孝子 加藤愛子 北村啓子 黒瀬七恵 坂元良子 桜川幸代 佐々木節子 瀧下勝子 竹田千鶴子 田中暁子 仲井とし子 根間静代 森 知恵子 山下朝子 若松桂子
そんぼの家 交野駅前	41/24	飯田則幸 泉原健榮 伊藤繁子 魚住富美子 勝山ちよ子 加藤愛子 加藤千保子 木ノ内敬子 雲川愛子 黒木美津子 下村隆司 杉下栄子 鈴木喜恵子 相馬國勝 竹村恵美子 田中暁子 田中節子 街 敏子 浜口忠吉 早川久代 森 知恵子 森岡真子 森本久子 山下満寿美
そんぼの家 星田	19/15	稲垣澤子 北村順子 坂元正人 坂元良子 世古由美子 戸田和子 西牧美智子 西山伊佐子 村田ひさ子 梁池久美代 山崎喜久江 山本保子 吉田之雄 渡邊恵美子 渡辺陽子
庭・植木手入れ	9/ 2	井田敏雄 渡辺陽子 [3]
ハウスヘルパー	5/2	新庄勝利 山崎富男 [2]
事務所当番ほか	44/23	飯田則幸 井田敏雄 今西和雄 大西聡明 籠島恵子 木ノ内 洋 下原公子 下村隆司 住村恵子 田中暁子 津村芳男 堂野喜美子 戸田十九一 浜口忠吉 早川嘉彦 増田博生 村田ひさ子 森本久子 山下朝子 山本保子 吉田之雄 渡辺伊久夫 渡辺陽子
奉仕活動実績 (合計 290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	103/ 38	泉原敏勝 伊藤繁子 今西和雄 魚住富美子 加藤愛子 狩長雅衣 神林秀雄 北村啓子 雲川愛子 黒木美津子 黒瀬七恵 坂元正人 坂元良子 桜川幸代 下村由紀子 杉下栄子 相馬國勝 瀧下勝子 竹田千鶴子 田中暁子 堂野喜美子 戸田十九一 戸田和子 豊島 隆 仲井とし子 西尾秋江 根間静代 増田文子 村上せつ 森 知恵子 森本久子 山崎喜久江 山下哲夫 山本保子 吉田之雄 若松桂子 渡邊恵美子 渡辺陽子
子 育 て	25/13	市村節子 市村敏夫 木ノ内敬子 久保木榮子 鈴木喜恵子 高木 徹 田中暁子 田中節子 戸田十九一 豊島 隆 西田順子 早川久代 山下満寿美
NALC活動	162/51	井田敏雄 市村敏夫 伊藤繁子 稲垣澤子 井上邦子 井上 弘 今西和雄 大植敏子 大西聡明 加藤愛子 狩長雅衣 北尾早代子 北村恵子 北村順子 木ノ内 洋 久保木榮子 黒木美津子 斉藤康子 坂元良子 佐藤昌子 下原公子 下村隆司 下村由紀子 杉下栄子 竹村恵美子 田中暁子 津村芳男 戸田十九一 戸田和子 豊島 隆 仲井とし子 中村八重子 西尾秋江 西山伊佐子 根間静代 服部孝雄 浜口忠吉 村田ひさ子 本山良子 森本久子 梁池久美代 山崎喜久江 山崎富男 山本保子 吉田之雄 米谷ユリ子 若松桂子 和久田光子 渡邊恵美子 渡邊省三 渡辺陽子

★ 事務局 だより ★

会員動静： 会員数 279名 (男子109名・女子170名)	世帯数 186世帯
新入会員： 平岡萬里子 (郡津) 山本由美子 (天野が原) 安藤圭子 雅純 (星田山手)	(敬称略)