

<p>NALC 交野</p> <p style="font-size: 2em; text-align: center;">いわふね</p> <p>拠点 会報</p> <p>ボランティア活動のご相談・ご用命は</p> <p>TEL : 072-800-8141</p> <p>FAX : 072-800-8145</p> <p>メール : nalc-katano@alto.ocn.ne.jp</p> <p>ボランティア活動の内容は</p> <p>HP : <a href="http://ktn-nalc.com/">http://ktn-nalc.com/</a></p>	 <p>交野・磐船神社</p>
--	--

## 「令和」に生きる

年が明け、例年のない暖冬で過ごしやすい日々が続いており「こんなことありえへん。今年の夏、めっちゃ暑いやろな。オリンピック大変やな。何事も無かったら良いんだけど・・・」位の思考レベルですが、私でさえ心配していました。

それがなんと2月から3月、恐れていた以上のまさかの地球規模での新型コロナウイルスが私達の生活を脅かすようになってしまいました。集団感染が予想される学校の休校、イベントなどの自粛等、まだまだこれからドンドン拡大しそうで、気が滅入ります。一日も早い収束を願ってやみません。

何とも悩ましい新型コロナウイルス禍のなか、それならばと、令和元年度分の確定申告書を完成させようと一念発起。医療保険の還付があったりパソコンの買い替え等があったりで頭がついて行かなくて怠けてしまっていて、友人から「まだしてないの～」と言われ悔しかったこともあり「やっぱり気持ち負けてられへんなあ、今やらないでいつやるねん！」と、ようやく



## 運営委員 加藤 愛子

税務署へ。ホッとした事は言うまでもありません。やれやれでした。

さて、友人への年賀状に「昭和・平成・令和と3つの時代を生きることになりましたね。」と書きました。明日という日は確約されていないのに、いつもと変わらない「明日は必ずやって来る～」とお気楽な私。とっても「先延ばし」が得意でした。

「人生100年時代」さすがに私は「令和」で終わるでしょう。どんどん体力・気力が落ちるこれからをどう過ごすかを思うこの頃ですが、よく言われている「ピンピンコロリ」を目指して健康寿命を限りなく伸ばそうと思います。

そんな時、いつも見ているテレビ番組で「明日やろうはバカヤロー!!」ってナイスな一言が聞こえてきました。久しぶりに心に残る言葉でした。そして「明日やろうはバカヤロー!!」の度合いを減らすよう努める。

先ずはこの2つを着実に実行して行こうと思っています。

## ＝ 2020年度「いわふねクラブ」定時総会開催のお知らせ ＝

2020年度第12回定時総会を下記の通り開催いたします。過去一年間の活動状況を振り返り、新しい年度の活動計画などを会員が決定する最も重要な会議です。また、総会後の懇親会は、飲んで、食べて、おしゃべりいただくバーベキュー懇親会です。

万障お繰り合わせいただき、是非ご出席のほどよろしくお願い申し上げます。

日時：5月27日(水) 午前10時より午後2時 (受付開始時間 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・同好会活動の紹介・バーベキュー懇親会

### 【お願い】

- ☆ 本会報に同封した「定時総会出欠票・委任状」のハガキに必要事項をご記入のうえ  
5月2日(土)までに事務所宛にご返送ください。
- ☆ 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。

シリーズ  
私の楽しみ

歌を口ずさみながら前向きに 渡邊 紀美子 (私市)

私は花が大好きです。その時期になると芽を出し、葉が出てくる。蕾が出ると「きれいに咲いてね」と言葉をかける。花が咲くと「きれいに咲いてくれてありがとう」と言葉をかける。また、生け花も大好きで生けていると心が和みます。

もう一つの楽しみはカラオケです。週に一度行っております。いろんな方と話が出来、いろんな歌を聞き、「ああこの歌は私にあうなあ」と思って覚えるようにしています。でもこの頃は忘れる事の方が早くてなかなか覚えられません。声を出すこと、歌詞を覚えようとする事が脳に良いかなあと思っています。

昨年の12月に脳梗塞を起こし、自分では健康と思っていたのでびっくり。幸い軽く済んだのでまたこうしてナルクの皆さまと一緒に活動させて頂くことに感謝しています。先日も歌を口ずさみながら歩いていると「何かいい事あったん? ごきげんね」と言われました。自分では気がつかないのですが、これからも軽やかに鼻歌を口ずさみながら前向きに過ごせたらと思っています。



ボランティア2 活動者募集!

「活動意向調査」にご協力ありがとうございました。3月10日「ボランティア2Co会議」を開き本年度の活動方針等について討議しました。今後、調査票を基にして活動することとしますが、活動者が少ないのが悩みです。



活動方針を討議されるCoの皆さん

活動者が少ないと皆さん方からの要望に沿えないこととなりますので、ぜひ協力をお願いします。協力いただける方は下記の担当CoにTELをお願いします。新たに「自転車修理」の活動がわかりました。パンク修理やその他なんでも相談にに応じていただけます。依頼者宅へ出向いての修理等もご相談ください。

活 動	コーディネーター	電 話	活 動	コーディネーター	電 話
庭植木の手入れ	井田 敏夫	891-5889	送 迎	森岡 真子	893-0428
ホームヘルパー	山崎 富雄	894-0815	電気工事	新庄 勝利	853-7727
自転車修理	若松 富士男	892-5621	パソコン	津村 芳男	892-6471

ボランティア2 Co会議 担当 戸田 十九一

新しい施設での活動が始まりました

「SOMPO ケア交野・デイサービス」(梅ヶ枝42-33 群津の「スーパー万代」近く)での活動が始まりました。ちぎり絵と買い物支援を4月から開始します。2月13日お試し活動を実施しました。利用者さんで初めての方も1時間で完成させられ、大変満足そうでした。後日施設の職員さんから「作品を家に持って帰られ、家族の方からデイに行ってきたことをしていただき喜んでおられた」とお聞きしました。また、買い物支援のお試し活動は1月13日。星田北の「フレンドタウン」へ行き、それぞれ予定したものを買ったり、ウインドショッピングを楽しんでおられました。



SOMPO ケア交野の全景



好評だったお試し活動の一齣

現在、ちぎり絵の指導補助の方と車いすを押しての買い物支援者を募集しています。買い物支援は現地集合・解散ですので、比較的活動しやすいと思います。ぜひよろしくをお願いします。どのような活動なのか参観してみたい方の体験活動でも結構です。点数付与されます。

担当Co 戸田 (892-9215) まで ご連絡下さい。

同好会

みんなのひろば



ウォーキングクラブの年間計画

2020年度ウォーキングクラブの年間計画を下記の通り決定しました。実施の詳細については毎月の予定欄  
吹き出し等でお知らせします。いずれも無理のないコースを選んで実施の予定です。クラブメンバー以外の方の  
参加大歓迎です。お気軽に参加ください。 担当Co 北村 啓子

日付	行程	担当者
5月19日(火)	山の辺の道(天理~柳本)	梁池 久美代
6月23日(火)	生駒・アジサイ園(集合 9時 JR星田駅&河内磐船駅)	和久田 光子
7月 2日(木)	交野山(集合 9時 JR河内磐船駅)	北村 啓子
9月29日(木)	鞍馬・貴船(集合 9時 京阪交野市駅)	戸田 十九一
10月27日(火)	宇治(集合 9時 京阪交野市駅)	北村 啓子
11月24日(火)	瀧坂の道(集合 8時 JR星田駅&河内磐船駅)	北村 啓子 和久田 光子
12月 3日(木)	小倉山(集合 9時 京阪交野市駅)	和久田 光子 梁池 久美代



✿ 新緑の「山の辺の道」(天理~柳本)のご案内  
(☔ 雨天中止)



集合場所・時間： 8:45 JR河内磐船駅・星田駅 → 京田辺駅下車  
京田辺駅(乗り換え)→近鉄田辺駅乗車→平端駅(乗り換え)→天理下車  
持ち物：弁当 飲み物 歩きやすい服装と靴

4月・5月の予定

☀ ウォーキング	5月19日(火)	山の辺の道	梁池 久美代	891-2817
📄 折り紙	4月21日(火) 5月19日(火)	PM1時(事務所)	下原 公子	892-4757
🎴 健康麻雀	4月 8日(水) 27日(月) 5月13日(水) 25日(月)	PM1時(事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
👚 布遊び	4月23日(木) 5月28日(木)	PM1時(事務所)	村田 ひさ子	892-2726
🌳 川柳	4月24日(金) 5月29日(金)	PM1時(事務所)	籠島 恵子	824-6944
🎴 囲碁	4月15日(水) 5月 6日(水) 20日(水)	PM1時(事務所)	増田 博生	891-2186
🎵 合唱	4月 休会 5月18日(月) 21日(木)	月 AM10時(堂野会員宅) 木 PM1:30(星田会館)	渡邊 恵美子	893-2284
🐣 すずめのおやど	4月12日(日) 5月10日(日)	PM1時(事務所)	山本 保子	892-5562
🧶 手編み	4月28日(火) 5月26日(火)	PM1時(事務所)	泉原 健榮 山下 朝子	892-8726 893-0141

《こんなボランティアを利用する時期です》

活動	内容	コーディネーター	☎
庭木の手入れ	新芽が伸びてきています 庭のお手入れはありますか	井田 敏雄	891-5889



## 2020年2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 192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	26/19	井田敏雄 伊藤繁子 江南良子 加藤愛子 狩長雅衣 神林秀雄 坂元良子 桜川幸代 田上 薫 瀧下勝子 田中節子 戸田和子 早川久代 姫野利子 増田文子 村田ひさ子 山下朝子 山下満寿美 渡邊紀美子 [ 9 ]
きんもくせいDS	40/16	北村順子 久保木榮子 佐藤昌子 新庄悦子 寺前哲子 戸田和子 仲井とし子 中島佳子 中村恵子 西尾秋江 西山伊佐子 野々村節子 林 節子 水谷夏子 村田ひさ子 渡辺陽子
天の川明星 DS	36/16	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 仲井とし子 森 知恵子 山下朝子 吉田佐和子 若松桂子 渡邊紀美子
そんぼの家 交野駅前	20/15	奥田孝子 勝山ちよ子 川原田慶子 雲川愛子 田中暁子 田中節子 仲井とし子 西田順子 浜口忠吉 早川久代 福島邦子 森岡真子 森本久子 山下満寿美 渡辺陽子
そんぼの家 星田	21/14	井上邦子 坂元良子 手島かつ子 戸田和子 仲井とし子 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 山田幸子 米谷ユリ子 和久田光子 渡辺陽子
庭・植木手入れ	3/ 1	井田敏雄 [2]
送 迎	1/ 1	森岡真子 [1]
事務所当番ほか	45/24	飯田則幸 井田敏雄 稲垣澤子 今西和雄 魚住富美子 大西聰明 大西美智子 籠島恵子 加藤愛子 坂元良子 住村恵子 田中暁子 津村芳男 堂野喜美子 戸田十九一 豊島 隆 浜口忠吉 早川嘉彦 増田博生 村田ひさ子 山下朝子 渡辺伊久夫 渡辺陽子 渡邊紀美子
奉仕活動実績 (合計 139点)		
活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)
子 育 て	57/16	伊藤繁子 大西聰明 加藤千保子 木ノ内敬子 木ノ内 洋 久保木榮子 桜川幸代 高木 徹 田中暁子 田中節子 戸田十九一 豊島 隆 仲井とし子 村田ひさ子 山下朝子 山下満寿美
NALC 活動	82/31	有元素子 井田敏雄 伊藤繁子 稲垣澤子 今西和雄 大西聰明 加藤愛子 北尾早代子 北村順子 久保木榮子 黒木美津子 坂元良子 佐藤昌子 杉下栄子 竹村恵美子 田中暁子 津村芳男 手塚春子 戸田十九一 豊島 隆 中村八重子 浜口忠吉 村田ひさ子 本山良子 森本久子 山崎富男 山崎喜久江 米谷ユリ子 若松桂子 渡辺陽子 渡邊紀美子

### ★ 事務局 だより ★

会員動静：会員数 269名 (男子104名・女子165名) 世帯数 182世帯

新入会員：西村 一子 (私市) 須藤 陽子 (梅が枝)

#### \* お知らせ \*

3月号でご案内した「高畑敬一名誉会長お別れの会」は予定の3月31日から延期され、新型コロナウイルス問題が収束した時点で実施されることとなりました。

また、4月19日(日)に予定されていた「交野マラソン2020」は中止となりました。

発行所：交野市私市1丁目1-6-205 NALC「いわふねクラブ」 編集・発行責任者：戸田 十九一