

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

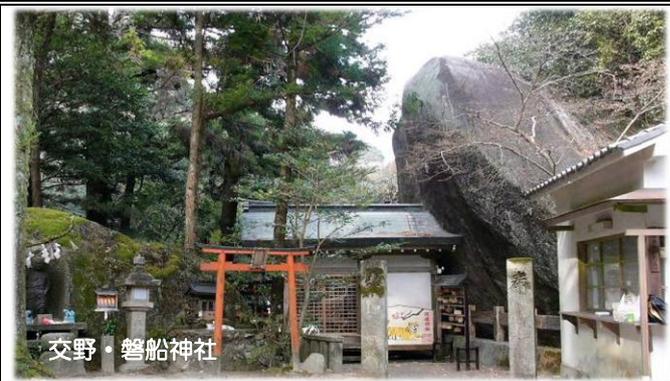
FAX: 072-800-8145

事務所開所時間: 10時~15時(平日)

ボランティア活動の内容は

HP: <https://ktn-nalc.com/>

(HP)



交野・磐船神社

山本交野市長と懇談

2月2日、交野市役所に戸田代表他3名が訪問し、公務ご多用中の山本市長と約1時間にわたり懇談させて頂きました。^{うしどら}良副市長も同席され、最初に戸田代表から「貴重な時間をいただきNALCとの懇談の場を設けていただいた」ことへのお礼とご挨拶の後、大西事務局長より昨年度の「いわふねクラブの活動状況」やNALC全体で「発展5ヵ年計画推進委員会」が発足し、会員増強、繋がり強化など6つの重点課題について取り組み開始したこと等を報告しました。

市長からは、おりひめバスの運行からほぼ1年が経過し、少しずつ利用状況も見えてきたとのことで、さらに運行コースや運行間隔の見直しなど検討を進めている。また、自然に恵まれた交野市の良さを生かした「星の里いわふね」の活用、音楽やスポーツイベントのためのホール改修計画などについてお話を伺いました。最後に、ボランティア活動への一層のご理解とご支援を今後ともよろしくお願ひします！と写真に収まりました。(副代表: 佐藤 昌子記)



1年間の活動状況を報告

随想

プチ贅沢

副代表 坂元 良子

現役時代は責任の重い仕事をしてきたため結構な頻度で酷い肩こりをしていて、その都度行きつけだったマッサージ店へ行ってました。お気に入りの店員さんは年の頃なら60歳後半~70歳前半に見える女性で、指圧がすごく上手で人当たりも良く施術後はスッキリして帰ったものでした。もう一つは「力餅」店の揚げカレーうどんもストレス解消には欠かせませんでした。

今は現役時代から考えていた定年後のボランティア活動や趣味を見つけて実行して

います。かつてのようなストレスは余りありませんが、私はストレスが溜まりやすいタイプなので、趣味の「樹音」演奏の練習で枚方市に出かけたときは行きつけの喫茶店でミックスサンドとコーヒーを注文してのんびりします。また、趣味の本を立ち読みしたり、文具店で折紙を探したりなどウインドショッピングをしながらプチ旅行気分ひたっています。

色々な事が有りますが、少しでも前向きになれたらと思う毎日です。



大阪市住吉区

若松 桂子 (藤が尾)

私は生まれて結婚するまで大阪市住吉区に住んでいました。近くには約1800年の歴史を誇る由緒ある「住吉大社」があり、海の神様、商売繁盛などのご利益で「大阪の氏神」として人々に親しまれています。神功皇后ほか3人を祀っており、大きな大宮が四つあります。また、渡るだけで心身を清め厄をはらうといわれる朱塗りの太鼓橋があり、その石造りの橋脚は淀君が奉納されたと伝えられています。

お正月は大変な賑わいで、本宮までたどり着かないので気の短い大阪人は遠くからお賽銭を投げるため屋根に沢山刺さっています。何ヶ月に一度か取り外す日があるそうです。十日戎、節分、日本一の御田植えと続きます。但馬に預けている黒牛が田の代かきを一部分だけですがやります。田植えをしている間に田圃に造ってある舞台や畦道で武者行事、住吉踊り、稚児行列、神楽等が行われます。夏祭りは日本一大きくて重い(2.6ト)御神輿を長い道程を動かし、大和川の真ん中で堺の人に渡し、宿院の御旅所で祭典が行われます。観月祭、御田植えの初穂を捧げたり、他にもいっぱい行事があります。



住吉大社のシンボル「反橋(そりばし)」(太鼓橋とも呼ばれる)

年に一度、私の中学校の同窓会を住吉大社の結婚式場の披露宴会場で行っています。

また、帝塚山には古墳があり子供の頃は登って遊びましたが、今は入れなくなっています。帝塚山学院が管理しており届けを出せば入場できます。

さらに日本一古いと言われる「粉浜商店街」があり南海電車の住吉～粉浜までの約一駅の間専門家が並んでいます。肉屋、魚屋、昆布屋、鰹節屋、お茶屋、八百屋、果物屋、うどん屋、小間物屋、荒物屋、化粧品屋、靴屋、下駄屋、洋服屋、おもちゃ屋、本屋、時計屋、眼鏡屋、等々何でもそろっています。

大阪は戦争で殆どが焼けてしまいました。でも私の家の周りは焼け残りしました。離れたところから我が家にこられた人は「この辺は焼けなかったのですか?」と不思議がられていました。蔵のある古い家並も未だ残っています。「焼けなかったのは、すみよっさんのお陰や」と親たちは言っていました。



(株) 明治の食育講座を終えて

研修担当 渡辺 陽子

1月27日、ボランティアセンター2Fの会議室で(株)明治食育担当の系雅氏をお招きしてチョコレートのお話をいただきました。この日に至るまで、チョコをテーマに選んだことや、寒い中皆さんに出席していただけるか不安でしたが、27名の方に参加していただき、ひと安心しました。



講師の系雅氏

チョコレートの原料となる大きな黄色いカカオの実の中に、アケビのような白い綿に包まれたカカオの種子(豆)が入っているのを初めて見ました。また、カカオの歴史、生産地、工程などを学び、硬い外皮がベンチやおわんなどの物作りに活かされており、明治



ではカカオ農家への援助活動にも取り組んでいるそうです。

質問も多く飛び交い、ポリフェノールが脳の活性化に良いと聞くと「私しっかり食べま〜す!」という回答が返ってきました。あっ!という間の1時間でした。

これからも楽しい研修会にしたいと思いますので、皆様のお力を貸してくださいネ!



みんなのひろば



発足 15 年を振り返って

世話役 濱口 忠吉

「いわふねクラブ」健康麻雀の会は平成23年(2011年)6月に発足して、もうすぐ15年を迎えようとしています。発足当時のメンバーは殆ど男性で下記9名の皆さんでスタートしました。

(飛山貞行、市村敏夫、市村節子、笹谷眞智子、下村隆司、森本三千男、小井田雅夫、向井茂、濱口忠吉)
 発足時は、麻雀台や麻雀牌もすべてメンバーの皆さんからの持ち寄りで、寄付していただいたことが想い浮かびます。15年近くを経過し当時の多くのメンバーがご逝去されておられる流れを感じざるを得ません。発足時から色々な変遷を経て現在に至りますが、現在のメンバーは10名程度で、そのうち8名が女性となっており、わいわいがやがや話しながら皆さん楽しくプレーされています。



また、新年には年間表彰式を行っており、ささやかながらお年玉のプレゼントを配っています。今後の課題としてはイスに座ってプレーできる環境が必要なのではと思っている今日この頃です。

毎月2回、第2水曜日と第4月曜日の午後1時から事務所で開催していますので、興味のある方は一度覗いてみてください。

同好会活動 4月の予定

☀ ウォーキング	13日(月)	双ヶ丘 御室桜 (集合: 交野市駅 9時)	北村 啓子	891-0743
🌀 折り紙	21日(火)	PM1時(事務所)	西山 伊佐子	891-4138
□ 健康麻雀	8日(水) 27日(月)	PM1時(事務所)	濱口 忠吉	0743-79-5084
✂ 布遊び	23日(木)	PM1時(事務所)	村田 ひさ子	892-2726
🍵 囲碁	1日(水) 15日(水)	PM1時(事務所)	山崎 富男	090-1895-6005
🎵 歌の集い	6日(月) 16日(木)	PM1時30分(堂野宅)	若松 桂子	892-5621
🍷 すずめのお	12日(日)	PM1時(事務所)	土井 香	090-1444-5373
🧶 手編み	28日(火)	PM1時(事務所)	山下 朝子	893-0141
🎶 歌声広場	13日(月) 24日(金)	PM1時30分(堂野宅)	中内 博子	893-2222
🎤 カラオケ	1日(水)	AM10時(倉治/いこいの郷)	渡邊 紀美子	090-8144-0283
ごきげんさん いわふね会	9日(木)	PM1時(事務所)	杉下 榮子	893-0920

2026年春期ナルクデー(環境美化活動)参加のお願い

下記の日程で拠点周辺の通路清掃美化活動を行いますので、参加ご協力の程お願いします。

- 日 時: 4月14日(火) 9:30~11:00 (雨天延期 4月18日(土))
- 場 所: JR河内磐船駅周辺 • 集合場所: いわふねクラブ事務所前
- 持ち物等: 軍手、タオル、草抜き用具(お持ちの方) 服装は軽装で
(飲物はお茶(ペットボトル)を拠点で用意します。)
- 参加連絡: 参加できる方は4月10日(金)までに事務所まで Tel.800-8141

*お問い合わせ: 担当 坂元 良子 (090-5248-8354)

2026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 146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	11/ 8	伊藤繁子 森 知恵子	加藤愛子 渡辺陽子	田上 薫	福井優子	増田文子	松崎成子 [4]
きんもくせいDS	38/13	伊藤道子 中内博子 渡辺陽子	形屋愛子 西尾秋江	北村順子 寺前哲子	佐藤昌子 三棟ミチ子	戸田和子 村田愛子	仲井とし子 村田ひさ子
天の川明星 DS	36/16	奥田孝子 土井 香 美好善子	加藤愛子 仲井とし子 森 知恵子	北村啓子 中西三枝 山下朝子	坂元良子 西村清子 渡邊紀美子	桜川幸代 福井優子	瀧下勝子 松崎成子
そんぼの家交野駅前	13/10	伊藤道子 仲井とし子	大西美智子 西本敦子	瀧下勝子 濱口忠吉	竹村恵美子 山下満寿美	田中暁子	田中節子
テイサー・ピスほつま	8/ 7	奥田孝子 濱口忠吉	加藤愛子	北村啓子	坂元良子	土井 香	西山伊佐子
庭の手入れ	1/ 1	谷口博美					[1]
送 迎	6/ 1	谷口博美					[2]
事務所当番ほか	33/15	伊藤繁子 戸田十九一 山崎富男	加藤愛子 中内博子 山本保子	坂元良子 西山伊佐子 渡辺陽子	田上 薫 濱口忠吉	田中暁子 早川嘉彦	堂野喜美子 村田ひさ子
奉仕活動実績 (合計 128点)		活動会員の氏名 (50音順、敬称略)					
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	18/ 9	伊藤道子 野々村節子	北尾早代子 山下朝子	久保木榮子 山下満寿美	桜川幸代	田中暁子	仲井とし子
環 境	9/ 1	谷口博美					
NALC 活動	101/31	泉原敏勝 北尾早代子 杉下榮子 津村芳男 増田文子 渡辺陽子	井田敏雄 北村順子 角崎百合子 戸田十九一 村田ひさ子	伊藤繁子 久保木榮子 田上 薫 仲井とし子 山崎喜久江	大西聡明 黒木美津子 竹田千鶴子 中内博子 米谷ユリ子	加藤愛子 坂元良子 竹村恵美子 濱口忠吉 若松桂子	加藤千保子 佐藤昌子 田中暁子 林 節子 渡邊紀美子

☆ 事務局 だより ☆

会員動静：会員数 210名 (男子77名・女子133名)	世帯数 147世帯
------------------------------	-----------

4月から自転車にも青切符(反則金)！ 「自転車・バイク交通安全講習会」開催

4月1日から道路交通法が改正され、自転車の違反に対し車と同様に青切符（交通反則通告制度）が導入されます。ナルクでは交通安全意識を高める為の講習会を下記の通り開催します。

- ・開催日時：3月25日（水） 午後1時30分～3時
- ・場 所：ボランティアセンター 1F 会議室
- ・講 師：交野警察署 交通安全担当の方
- ・申込締切：3月23日（月） いわふねクラブ事務所まで（TEL 800-8141）

* 詳細については今月号会報に同封のチラシを参照してください。

研修担当：村田ひさ子、加藤愛子、渡辺陽子