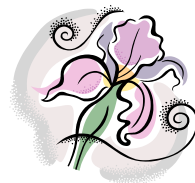


NPO法人 ニッポン・アクティブ・ライフ・クラブ



NALC (ナルク) 宝塚・川西・伊丹・猪名川・豊能

# ささえあい (お元気ですか) 5月号



事務所 〒666-0015 川西市小花2丁目25-1 TEL・FAX 072-759-3269  
 メール nalc\_sasaeai@yahoo.co.jp H P http://www3.to/sasaeai  
 会員数 4月29日現在 163世帯 会員248名・賛助会員12名

## 第16回総会と懇談会のご案内

綺麗な桜もあつと言う間に散ってしまつて、緑が映える美しい季節になりました。

さて表題の件、下記のとおりご案内致しますので、皆様万障繰り合わせのうえご出席ください。

ご承知のように、総会は本年度の活動方針など重要なことを審議しますので、沢山の皆様のご参加が求められます。総会終了後、地域別懇談会を行いますので、積極的にご参加のうえ幅広いご意見を頂きたいと思ひます。又アトラクションも予定していますのでお楽しみ下さい。

### 記

開催日時:6月10日(日) 10時~15時30分

会場 :宝塚市立東公民館 2階大ホール 阪急山本駅下車 南へ徒歩5分

総会 :10時~12時

- \* 議案: ① 2011年度活動報告 ② 2011年度決算報告と2012年度予算  
 ③ 2012年度活動計画 ④ 運営委員の任免

☆ 昼食(お弁当)の用意の都合上、同封のハガキに出欠の返事と欠席者は議案委任の諾否を記入の上、5月31日までに事務所必着にて投函下さい。

\* 昼食と懇談会 :12時15分~13時45分

アトラクション :14時~15時30分 ギター演奏(渡辺氏)・ハーモニカ演奏(羽田氏)・  
 コーラス(コーラス同好会)・・・ナルクの歌他



## 今後の行事予定

- \* 毎月の編集会議後 ……4役会  
 \* 毎月第2日曜 ……運営委員会  
 \* 5月25日(金) ……総会と代表者会議(大阪市:ドーンセンター 13時30分~16時30分)  
 \* 6月中旬 ……宝塚・伊丹ブロック懇談会 (宝塚ちどりにて)  
 \* 6月10日(日) ……第16回定期総会(詳細巻頭に掲載)  
 \* 7月中旬 ……宝塚ちどり納涼祭  
 \* 8月下旬 ……宝塚サマーフェスタ  
 \* 9月21日(金) ……第2回会報手配り者会議(事務所にて:14時~16時)

## 事務局よりお知らせ

☆4月の新入会員はおられませんでした。(5月は3名の予定)

## 【時間預託累計(活動点数)】

|     | 仕事援助 |    | 家事援助 |    | 送迎 |    | 計  |     | 生活アド<br>バイザー | 活動会員数 |    |
|-----|------|----|------|----|----|----|----|-----|--------------|-------|----|
|     | 回数   | 点数 | 回数   | 点数 | 回数 | 点数 | 回数 | 点数  |              | 男     | 女  |
| 4月度 | 10   | 14 | 42   | 96 | 2  | 2  | 54 | 112 | 0            | 9     | 26 |
| 累計  | 10   | 14 | 42   | 96 | 2  | 2  | 54 | 112 | 0            | 9     | 26 |

## 運営委員会議事報告

開催日時:4月8日 13:30~16:30 場所:事務所 出席者 11名

|   |
|---|
| 1)3月度活動報告   |
| * 仕事援助:大野・3件のみ * 家事援助:うぐいすの森:宝塚ちどり:各特記ナシ                        |
| 2)新年度の活動方針について:平塚・4月度会報に活動方針案を掲載…運営委員会で承認                       |
| 3)前期決算と今期予算:大野  |
| 2011年度は黒字となった。2012年度は前年度並と策定した。                                 |
| 4)総会とアトラクション……6月10日(日)宝塚東公民館予約済み                                |
| 三上・ブロック毎に集まりフリー討議としてはどうか → 了承                                   |
| 5)事務仕事のマニュアル化……5月の運営委員会までに文書化                                   |
| 6)時間預託管理(点数・回数)の地域別仕分けについて……松本氏の要望。                             |
| 諸岡・時間的に無理なので、年一回のデータ化を検討する。                                     |
| 7)ブロック制の活動について(小集団活動)……平塚・宝塚伊丹は宝塚ちどりで懇談会を実施予定。川西猪名川は総会時を1回目とする。 |
| 8)会報手配り者懇談会(3月30日:10名が参加)4月会報に記載済み                              |
| 9)万博花見会報告(4月7日) 三上さんの記事参照                                       |
| 10)東日本大震災被災者支援活動……近藤民・NPO法人宝塚がまとめた冊子を紹介                         |
| 11)5月25日(金) 本部の代表者会議・総会 平塚が出席                                   |

## 【フォトウォーキング】

西宮酒蔵巡り!

田辺春朝(伊丹)

4月13日(金)午前10時にJR西宮駅前に集合、参加者は11人、西宮神社～白鹿記念酒造博物館～白鷹水苑～日本盛り煉瓦館～大関甘辛の関寿庵～和ろうそく松本商店。西宮神社はえべっさんの総本宮。みなさんは本殿で金運成就を祈っていたようです。白鹿酒造で試飲、お腹がすいたのでこのレストランで昼食。煉瓦造りの質素というかモダンなレストラン、思い思いに注文、やはりここのお酒は旨い!日本盛り煉瓦館へ、ここでの試飲はたっぷりと楽しめた。大関甘辛の関寿庵でも買い物と試飲が旨かった。小学校のある六角堂を見ながら、和ろうそくを一本一本手作りをしている松本商店へ行って工房を見せて頂く。素晴らしいフォトハイキング日和でした。今度はひとりでゆっくりと。



文芸コーナ



『小倉百人一首』

「春過ぎて 夏来にけらし白妙の 衣ほすてふ 天の香久山」……持統天皇作

早くも 春は過ぎゆき 夏が来たらしい 天の香久山には夏のならわしとて 真白の衣が干さ れているという……田辺聖子訳

…田辺聖子訳

【言葉の意味】

『どら息子』

怠け者の放蕩息子のことをいいます。

どらは「銅鑼」と書き、「ご存知のように時を知らせるときに鳴らす鐘のことです。昔は放蕩息子と言えば、遊郭でお金を使い果たして親に泣きついてきたものでした。このことが「金を尽く」を「鐘を撞く」にかけて、「銅鑼息子」と言うようになった。

『俳句』

愛誦句

春曉の 夢に力の 入りけり

杉木妙子

石刻む わざの正しく 桜咲く

宮坂静生先生

【北摂 6 拠点合同の万博花見会に参加して……4 月 7 日(土)】

三上ひろ子(宝塚)

本部、高槻・島本、豊中・池田、吹田、茨木・摂津、箕面、宝塚・川西の各拠点より約 100 名が参加。当拠点からは、16 名の参加がありました。

次々と大ボール送り、じゃんけんゲーム、当拠点のフラダンスなど、フラダンス時には近くにいた若い人たちも輪の中に入れてくれて大いに盛り上がりました。

4 月に入っても肌寒い日が続いた 7 日は案の定くもり空のもと、桜は 3~5 分咲き。それでも 10 時には万博公園の東大路広場には、元気なナルクパワーが満ち溢れていました。

閉会の挨拶は次回当番の当拠点の平塚代表の頼もしい言葉で締めくくられました。

まず、高畑会長の力強い挨拶の後、各拠点代表の挨拶と全員で「ナルクの歌」の大合唱。そして、箕面、豊中・池田拠点の指導のもと太極拳で体をほぐし、今日のプログラムに入りました。初めは拠点对抗の輪投げ、皆さん真剣に投げて一喜一憂！結果は本部が優勝。

皆さん、ともに 10 歳は若返った一日でした！！予定より早く 2 時半には散会になったので、数人はこの機会にと、日本庭園をぐるりとウォーキングをし、そこでまた、元気な会長一行と出会いほんとうに充実した、楽しい一日を終えました。ご参加の皆さまお疲れ様でした。



庭仕事通信 その⑨ ブドウムシ

諸岡茂昭(川西)

テッポウムシは木に鉄砲玉を打ち込んだような穴を開けて卵を産み付けることから名付けられた虫のことです。正体はカミキリムシ。孵化した幼虫が木の中を食い荒らすため木は枯れたり弱ったりします。ツツバキ、モミジ、イチジクなどなど広汎な樹種が狙われます。我が家の場合は、何処からともなく、たどうして察知するのか、バラ目がけてゴマダラカミキリが飛来し、バサッという音を立てて胴体着陸します。そのあと、ゴソゴソと這い回ってバラの木に近寄って行きます。体長 2.5-3.5cm で、黒地に白の斑点を持つシックでダンディーながら憎つき奴です。昨年、ホームセンターから買ってきた荒布を、株元に高さ 15-20cm 巻いたところ、被害に遭いませんでした。お試し下さい。

【2011 年度活動者一覧】 順不同

**仕事援助:** 大野晏稔・松本禎二・大矢登・内田賢治・村林隆・厚東信之・坂井義雄・諸岡茂昭・寺戸熊雄  
**家事援助:** 小笹玲子・安岡和子・杉木妙子・松本永子・富岡友子・岸美佐子・大野晏稔・長田恵美子・大野佳代子  
 近藤加寿枝・藤森美代子・池田早苗・直木道子・早川千恵子・佐藤松江・高橋幸智子  
**うぐいすの森:** 狩野勇・北村千鶴子・多田悦子・大野佳代子・高藤美代子・坂井義雄・近藤加寿枝・高橋須磨子  
 村林隆・安武雅子・厚東信之・高橋幸智子・佐藤松江・金杉マチ子・渡辺三枝子・浅川美子・米田典夫  
**宝塚ちどり:** 池田早苗・松本たず子・松本永子・道本知子・岸美佐子・直木道子・近藤民英子・平塚圭彦・平塚久恵  
 多田悦子・坂井義雄・藤井邦子・長尾孝子・老門貴美子・三上ひろ子・石原朱実・木下淑子・山下由加里

**送迎:** 大野晏稔・岸美佐子・井本美知子

**奉仕活動:** 子育て(ハート&ハート)大村輝子・増田晶子

**コーディネート:** 平塚圭彦・近藤加寿枝・近藤民英子・大野晏稔・村林隆

**事務作業(会員活動管理):** 近藤民英子・石原朱実・圖司美智子・金杉マチ子

**事務所当番:** 大村陽一・近藤加寿枝・坂井義雄・澤田泰子・杉木妙子・直木道子・松本永子・平塚圭彦・廣瀬正夫  
 ・藤井邦子・藤尾真理子・藤森美代子・三上ひろ子・村林隆・諸岡茂昭・北岸博子・金杉マチ子・近藤民英子  
 ・長岡明子・種子島町子・松野綾子・佐藤松江・浅見美千代・石原朱実・上西智恵子・厚東信之・米田典夫  
 ・比谷光子

**技術指導:** 荻本一美(フラダンス)・石田咲子(ウクレレ)・藤井邦子(手芸)

\*もしお名前の記載漏れの方がいましたらご容赦下さい。

【会報手配りの皆さんともどもご苦勞様でした。今年度もよろしく願います】



2011 年度活動報告 (3 年間比較)

1. 会員状況

|       | 所帯数 | 入会 | 退会 | 会員  | 入会 | 退会 | 男  | 女   | 賛助会員 |
|-------|-----|----|----|-----|----|----|----|-----|------|
| 09 年度 | 158 | 9  | 16 | 237 | 10 | 23 | 90 | 147 | 9    |
| 10 年度 | 162 | 16 | 18 | 245 | 24 | 20 | 94 | 151 | 10   |
| 11 年度 | 162 | 12 | 12 | 248 | 21 | 18 | 96 | 152 | 12   |



2. 時間預託活動

|       | 仕事援助 |     | 家事援助 |       | 介助・送迎 |    | 計   |       | 生活研究アド | 合計    |
|-------|------|-----|------|-------|-------|----|-----|-------|--------|-------|
|       | 回数   | 点数  | 回数   | 点数    | 回数    | 点数 | 回数  | 点数    |        |       |
| 09 年度 | 205  | 417 | 478  | 1,046 | 0     | 0  | 683 | 1,463 | 43     | 1,506 |
| 10 年度 | 218  | 431 | 474  | 1,068 | 0     | 0  | 692 | 1,499 | 42     | 1,542 |
| 11 年度 | 261  | 561 | 475  | 1,049 | 29    | 32 | 765 | 1,642 | 13     | 1,655 |

|       | コーディネート<br>点数 | 事務所当番点数 | 預託利用 点数 | 転籍点数 | 年間預託点数 | 活動会員数 |     |     | 累計預託点<br>数 |
|-------|---------------|---------|---------|------|--------|-------|-----|-----|------------|
|       |               |         |         |      |        | 男     | 女   | 計   |            |
| 09 年度 | 9             | 300     | 122     | 0    | 1,693  | 96    | 335 | 431 | 24,909     |
| 10 年度 | 3             | 269     | 143     | 0    | 1,671  | 98    | 341 | 439 | 26,591     |
| 11 年度 | 20            | 293     | 140     | 0    | 1,828  | 110   | 331 | 441 | 28,419     |

3. 奉仕活動

|       | 福祉  | 子育て | 環境 | その他 | 小計  | ナルク活動 | 利用 | 合計    | 活動会員数 |    |    |
|-------|-----|-----|----|-----|-----|-------|----|-------|-------|----|----|
|       |     |     |    |     |     |       |    |       | 男     | 女  | 計  |
| 09 年度 | 190 | 753 | 0  | 0   | 943 | 312   | 0  | 1,255 | 26    | 34 | 60 |
| 10 年度 | 81  | 609 | 0  | 0   | 690 | 381   | 0  | 1,071 | 25    | 62 | 87 |
| 11 年度 | 68  | 635 | 0  | 79  | 782 | 282   | 0  | 1,064 | 20    | 40 | 60 |