



NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ

ナルク(NALC) 宝塚・川西・伊丹・猪名川・豊能

ささえあい (お元気ですか) 9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

HP [ナルク宝塚・川西]検索

会員数 8月31日 現在

167世帯・会員241名・賛助会員15名



設立20周年記念行事のご案内

20周年記念行事実行委員会

「仲間とのささえあい」と「20周年に感謝」をテーマに、今秋から来春にかけて3つの行事を計画しています。第1弾は「丹波篠山の春日神社の秋祭り」の見物です。恒例のハイキングの趣向を変えて見ました。

*日時:10月18日(日):13:00~21:30

*行先:篠山春日神社と町内散策

*スケジュール 13:00川西能勢口駅 集合

14:00~山鉾巡行見物と町内散策 夕食は地元の名物料理を各自で摂ってください

19:00~春日神社の(太鼓みこし9台)宮入を見物

*参加費 2000円/1人(バス料金:当日集金) 昼食は各自済ませてきてください

*申し込み 9月30日までに拠点事務所へ(Tel/fax:072-759-3269)

*詳細の問い合わせ:厚東信之実行委員長まで

:連絡先:自宅 072-792-2447 携帯 090-2289-3310

※以下、詳細案内は会報に差し込みしています。



PHOTO - 3050617

高槻・島本拠点の子育て支援イベントに参加

森本啓子(宝塚)

田川幸子(川西)

8月5日(水)高槻市生涯学習センターにおいて、「平成27年度子育て支援・こどもは社会の宝物「絵本朗読&ピアノ演奏」のちが繋がっている」のイベントが開催され、森本、田川の二人が参加しました。

猛暑の中、参加する人があるのかしらと少々心配でした。しかし、幼児・小学生・若い母親・近隣のナルクの会員や会員以外の沢山の人が会場を埋めていました。

ピアノの演奏:予定では、母親と6歳の娘さんの連弾があつたのですが、女の子が熱を出して中止になりました。しかし、お母さんだけが少しの間演奏されました。

彼女はナルクに子供がお世話になっていることから、お返しの感謝の気持ちを込めて演奏したとのこと、そして今後ナルクにお返しをしていきたいと話されました。

朗読:絵本の他に福島の子供の作文が読まれました。

お母さんと震災当日の朝、喧嘩したままで津波に遭い、再びお母さんに会えないのではとの不安感から怒った顔のお母さんしか思い出せない辛い心情。その後、双方が無事で対面出来てお母さんに謝った時、お母さんの顔が優しい笑顔になったと書かれてあり、感動しました。

高槻・島本拠点は若手の女性の新会員を増やすためにイベントや多彩な行事をやっておられる様子に感じました。また、色々な行事を企画、運営して行くのは大変なエネルギーが要ることも痛感しました。

なお、「子育て支援活動」は今回を以って終了するが、今後は小学生の低学年の子供を持つ親の支援を新たに企画していくとの説明がありました。

高槻・島本拠点はこれらの活動によって子育て中の若いお母さんの会員を増やしています。

今回はこの活動の具体的な説明があるものと思っておりましたが、さわり程度の話しかなかったので、今後拠点の役員に確認して頂いて、当拠点でも取り組めればと思っておりました。

宝塚ちどりの納涼祭に参加しました

長尾孝子(宝塚)

8月2日(日)は朝から猛暑で、夕方になってもなかなか涼しくならず、今までで一番暑かった納涼祭だったと思います。

例年なら4時頃には近所から集まってくる子供たちの歓声で盛り上がるのですが、今年は風もなく地面からの反射熱で、日が落ちるまで皆さん建屋の陰で待機!という感じでした。

6時頃になって「猿回し」が始まると徐々に人も増え、いつものお祭りらしく活気が出て来ました。私は「輪投げ」のお手伝いです。

空き缶に投げるのですが、軽いので風が吹いても倒れ、なかなかうまく輪の中に入りません。距離も少し遠かったし、景品に格差がなかったのもう少し簡単に入るようにしてもよかった……と感じました。

入所の皆さんも車いすで踊りを見られたり、ゲームを楽しまれています。その姿を見て愛おしさややりがいを感じました。今年は帰省中の孫も浴衣姿で参加して、綿菓子を食べたりゲームをしったりと楽しませていただき、私には今までと違った楽しい納涼祭でした。 「参加者」:平塚、近藤民、岸、池田、直木、上西智、長尾の7名



『今月の新入会員』

*小金丸勇様・奈加子様 西宮市湯元町
ご入会ありがとうございます。



運営委員会

※8月の運営委員会はありませんでした。

今後の行事予定

10月初旬	新入会員研修会	13:30~16:00	事務所
10月中旬	〃	〃	〃
10月18日(日)	ハイキング(秋祭り)	13:00~21:30	篠山春日神社
10月18日(日)	介護技術研修会*	13:00~15:30	宝塚ちどり

時間預託活動と点数

	仕事援助	家事援助	受託事業	送迎	事務所当番等	コーディネーター	講師	活動合計	利用点数	活動会員数
8月度	18	7	68	14	54	5	2	168	▽6	30
累計	226	24	336	23	266	13	14	902	▽73	150

碁の碁盤・碁石寄贈のお願い



皆様のお宅碁盤や碁石が眠っていませんか！
事務所に備えつきたいのですが、拠点で購入するには経費逼迫の折、予算がありません。
どんなものでも結構です。事務所にお電話いただければ頂戴に上がります。
ご協力のほどよろしくお願いいたします。

事務局

福島 の 農 産 品 の 販 売 の ご 案 内

「新ふくしま農業協同組合」より、「なし」の販売の案内が来ています。

現地では、全国の皆さんに安全で安心な農産品を届けるために、品目毎に全戸モニタリングを実施していますので、安心して購入して下さい。

*申し込み先：JA新ふくしま（営農部直販課） t e l : 0 2 4 - 5 5 3 - 3 6 5 7
 f a x : 0 2 4 - 5 5 3 - 3 1 1 9

*申し込み受付日：豊水・二十世紀（9月15日まで）、あきづき（9月20日まで）
 *代金は前金で、郵便振込にてお願いします。 □座番号：02220-8-63372
 *送料：近畿地区 900円

品 種	荷姿 (ダンボール)	等 級	金 額(税込)	品 種	荷姿 (ダンボール)	等 級	金 額(税込)
豊水	10kg	特秀品	5000円(24玉)	あきづき	10kg	特秀品	5700円(20玉)
			4700円(28玉)				5300円(24玉)
	5kg	特秀品	2900円(12玉)				4600円(28玉)
			2600円(14玉)				3300円(10玉)
二十世紀	10kg	特秀品	4600円(28玉)		5kg	特秀品	3100円(12玉)
			4100円(32玉)				2700円(14玉)
	5kg	特秀品	2600円(14玉)				
			2400円(16玉)				



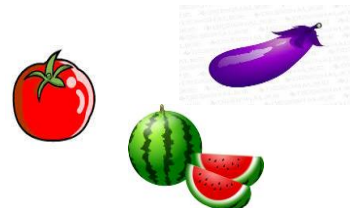
健康コーナー

M・K

夏バテを防ぎましょう。日本の夏は暑さと湿気が特徴で、暑さで汗をかくと体力も消耗してしまいます。暑さで体に熱がたまったときは冷たい食事や飲み物を多く摂るのではなく、体の熱をとってくれる食材を積極的に摂りましょう。

<体の熱をとる食べ物>

野菜…きゅうり、冬瓜、にがうり、とまと、なす
 果物…すいか、メロン その他…春雨、とうふ、そば、など



<おすすめメニュー>

ざるそば、冷ややっこ、トマト、焼きナスなど。
 食欲がない時は…よくかんで、ゆっくり食べる。冷たい飲み物はゆっくり飲むなど胃腸をいたわることが大切です。

ナルク阪神近隣拠点ゴルフのご案内

鷲北正治(川西)

第 60 回の掲題ゴルフコンペを下記要領で実施しますので、皆様のご参加をお待ちします。

日時 平成27年10月20日(火) スタート8:00
 場所 宝塚けやきヒル CC 宝塚市切畑字長尾山 19-14
 費用 プレー代 7040 円(昼食付)ゴルフ利用税 500 円(70 才以上免税)
 会費 2000 円(賞品代と会食費に充当)



*参加希望者は 10 月 9 日(金)までに、ナルク事務所又は鷲北まで！(電話 072-758-2151)

隠居のひとりごと:パート③

米田典夫(川西)

お盆休みの前に、机の後ろの本棚を整理していたら、平成 26 年 申 午の開運歴きのえうまが出てきました。ゴミ箱に捨ててしまえばそれまでですが、少し時間に余裕があったのでページをめくってみました。

やっぱり目についたのは最後の方のページの「家相の説明」でした。『家屋の相は古人の知恵と経験に基づいて、天地自然の真理を基礎とし、それに陰陽五行説を加味して法則化されてきたものである。現在は昔にくらべ社会の体制も変化し、文明の進歩も著しいので、家相など取るにたらぬ迷信と考える方もあるが、これには人としての心構えや、化学的な説明のつく真理が含まれ、迷信とあなどれない重要さが多々あり、これを故意に無視するようなことは出来るだけ慎むのが賢明であると思う』と記されていました。ごもっともです！

つづいて「家の五虚いつわり」とあり、一に、家・大にして人・少なきは相応せぬ不調和。二に、家の門・大にして内・小はつりあいの取れぬ不調和。三に、家の内外の限界不完全は家としての本分に欠ける。四に、家の附属物(井戸やかまど)は出しゃばった場所はさける。五に、宅地広ければ家も調和ある広さとすべし。とありました。そう言えば、37 年前私の会社の創業 10 周年の案内書のタイトルは「調和を考える」だったなあと思い出しながら、昨年の開運歴の役目を終わらせました。

文芸コーナー

小倉百人一首

『やすらはで寝なましものを 小夜更けてかたぶくまでの月を見しかな』
赤添衛門作



来るってあなたおっしやっただじゃないーだからあたし待つて待つて待ちわびてととうとう夜もふけて お月さまが西の山へかたむくまで みつめつづけ起きて起きたのよ こんなことならためらわず さつと寝ちゃっただったわ」
田辺聖子訳

言葉の由来

『くらくら』
何事にも興味を示さない無感動な若者たちを「くらくらせ代」と呼んだのは、つい昨日のことのような気がします。くらくらと言った言葉は、色の白が変化した「くらく」から来ています。これは「くろくなる」とか「色が悪くなる」と言う意味を持った言葉です。それが「興が冷める」と言う意味に転化し、何事にも感動しないとか、興味を示さないことを表すようになったのです。

俳句

- 『かなかなの声を枕辺父ありし』 杉木妙子作
 - 『母に似た後姿の日傘かな』 藤井邦子作
 - 『眠る児に母のつちわの風やさし』 加藤美津子作
- 短歌
- 『衣更え一色の花なり花時計見ているうしろで誰かが笑つ』 松野綾子作

『編集後記』

ようやく、しのぎやすい季節となりましたが、お変わりありませんか？
10月から来春にかけて20周年記念行事が企画されます。記念すべきこの時を皆さんと一緒に、ナルクの未来の形に繋げられるような意義あるものにいたしましょう。
大勢のご参加でのふれあいを楽しみにしています。 お元気で。 M.Y