

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

《 ささえあい 》 11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@gmail.com HP : [ナルク宝塚・川西] 検索 →

会員数 10月31日現在 143世帯・会員 202名・賛助会員 13名



会報手配り者懇談会を終えました

○開催日：2022年10月18日(火) 10:30~12:00 事務所にて (中田年平記)

出席者：石原隆典(10)、厚東信之(5)、鷲北正治(7)、
小倉智子(4)、諸岡茂昭(7)、
中田年平(2 + 手配り担当者への届け軒数 5)
計6名 ()内の数字は夫々の配付件数

世話役：米田副代表、安岡運営委員、渡辺運営委員



*代表挨拶後、石原さんより手配り地区の会員さんの声を聞いてきたと報告があり、呼びかけに出て来られた方のご意見を聞いたら、何もナルク活動の手助けは出来ないが、会員を継続して会費を払うことで協力になるのかなという方もおられ感心した。こういう声を会報記事に掲載されたら会員の減少の歯止めにつながるのではと思われた。

*各配布担当者の意見として、会報の発行頻度をもう少し少なくし、2ヶ月に1回とか、春夏秋冬の季節号にしたらどうか、という意見が出た。運営委員会についても毎月開催ではなく2ヶ月に1度とかもう少し負担を減らしたらどうかという意見もあった。

*大野さんが病気で休まれているが、大野さんの日常の働きが大きすぎて代わりになるような人が現れない。

○開催日：10月19日(水) 10:30~12:00 (小幡和子記)

出席者：伊藤恵美子、上西玲子、寒川吉文、長田恵美子、鶴崎俊雄、小幡和子 計6名

世話役：厚東代表、米田副代表、安岡運営委員

代表挨拶で手配り者に感謝の意を伝えられ始めました。

出席者から自己紹介で担当している地域やどのように手配りしているかなど、また今回より大野さんの体調の都合で代わりに配布をした感想なども入った挨拶になりました。最後のまとめとして、手配りをするという本来の意味合いから届けた先の方がどうされているだろうか、できれば一言でもお話が伺えたらという意識を持って会報を手配りすることが大事なのかなと思います。

【らくごクラブの秋】

北川京子(川西)

10月27日の11時30分に能勢電鉄日生線の最終駅日生中央駅に、男性4名女性4名が集合し2台の車に分かれて猪名川町の農園に向かいました。

「らくごクラブ同好会」の「自然を楽しむ秋」です。野菜づくりを趣味としていらっしゃる会員の鶴崎さんのご好意によります。

農園といいますが野菜づくり同好会の皆さんが、手づくりの「楽しむ場所」をお借りしての「らくごクラブ」のつどいです。

天候も良くみんなで素早く食事の用意をし、12時過ぎからさっそく乾杯です。

炭焼きのバーベキュー、丹波篠山の黒枝豆、富有柿それに女性陣から差し入れの栗の渋皮煮など、秋満載のおつまみでビールがすすみます。アルコールのダメな人と運転の2人は「お茶!」と言いながら料理を楽しんでいらっしゃいました。雑談がはずみましたが14時すぎから「ナルク宝塚・川西らくごクラブ



「阿弥陀クジ」が始まり、1 等が 3 億円というハロウィンジャンボ宝くじ 10 枚が賞品とともについてきました。1 等 3 億円が当たったら「ナルクへ寄付しよう」とみんなで約束をしました。

会場と飲食の準備をしていただいた鶴崎さん、また「らくごクラブ」としての心づかいの米田さんに「お礼」を言って、楽しかった秋の 1 日が終わりました。

【10 月の入会者】

事務局

※ ありませんでした。

【今後の行事予定】

事務局

2023 年 1 月 15 日 (日)	新春懇親会	12:00~15:00	キセラホール (川西)
2 月 18 日 (土)	猪名川クリーン作戦	9:00~	事務所集合

【時間預託活動と点数】

事務局

	仕事 援助	家事 援助	受託 事業	送迎	事務所 当番等	コーディ ネート	講師	活動 合計	活動 会員数
10 月	7	4	20	7	58	1	0	97	13
4~10 月累計	282	94	182	16	357	9	20	960	109

【10 月度の運営委員会も zoom 会議としました】

事務局

「9 月活動報告」

- ・ 仕事援助 (庭仕事: 大野) 利用者: T さん
提供者: 大野さん
- ・ 家事援助 利用者: なし
- ・ 介助・送迎 (大野・渡辺) 利用者: A・K さん
提供者: 小倉・上西 (蓮) さん
- ・ 受託事業: 宝塚ちどり (平塚) 喫茶サービスは 2020 年 3 月以降コロナ禍で休み (依然として外部の人の出入りは禁止)
うぐいすの森 (厚東) 小幡・狩野・北川・木下・厚東・厚東 (恵) 田川・柳田・米田の皆さん……お疲れ様でした



〈議題〉

- 1) 大野さん入院による会計処理について (厚東) ……厚東が代行も完全でない。
- 2) 庭仕事への対応 (厚東・米田) ……大野さん病欠の最中、利用者増でやりくりが大変。
- 3) 兵庫地区連絡協議会報告 (厚東) ……10 月 10 日 (祝) 芦屋市民センターにて 6 拠点代表が出席
- 4) 会報に「会員の広場」設置の件 (平塚) ……先月の会報に詳細記事掲載済み。
- 5) らくごクラブ秋の行事について (米田・鶴崎) ……10 月 27 日 (木) 猪名川町の鶴崎さんのグループの農園でバーベQ の予定。
- 6) 送迎ボランティアの考え方について (厚東) ……大野さん入院に際して対応者がいない。小倉さんも今後はやめたい。
- 7) 会報手配り者懇談会の件 (厚東) ……10 月 18 日 (水)・19 日 (木) 1:30~12:00 記事別掲



【拠点エリア内の名所史跡のご案内】

「川西」

米田典夫（川西）

兵庫県のひがしはし・妙見山

川西の地図を見ますと「たつのおとしご」のような形をしています。その一番北の端が黒川です「日本一の里山」とも言われています。能勢電鉄の最終駅「妙見口」を降りて北へ向かって歩き始めますがここは大阪府の能勢町吉川です。京都府の亀岡市へ向かう国道 477 号線を 15 分ほど歩きますと妙見ケーブルの黒川駅に着きます、ここは川西市です。

ケーブルとリフトを乗り継いで頂上を目指すもいいですし、上杉尾根、新滝道、大堂越と 3 つあるハイキングコースを歩いて登るもよしです。

妙見山 660m の頂上についたら、自然いっぱいの景色を眺めながら、ここでしか味わえないおいしい空気をお腹一杯吸ってください。これがおみやげです。

歴史ある石貼りの参道をゆっくり歩いて 5 分山門に着きます。この山門の太い柱に案内板が打ち付けてあり、左側に兵庫県、右側に大阪府と書かれています。つまり山門までは川西市、本殿のある出会の鐘ひろばは能勢町です。川西市が能勢妙見山をあまり広報しないのはこれが原因なのかも・・・。

能勢妙見山の正式名称を知る人はあまりいません。むろうさんしんによじけいがいぶつどうのせみょうけんさん「無漏山真如寺境外仏堂能勢妙見山」と長い名称です。慶長 8 年（1603 年）の開山。開運堂（本堂）に祀られる「妙見大菩薩」は北極星を神格化したもので開運の守護神です。

何かいいことがあるかも・・・。



【ググってみました（２）】

井上堅也（宝塚）

<< 今月の言葉 >>

◎QRコード [キュー アール コード (Quick Response Code)]

最近あらゆるところで見かける QR コードですが、どんなものなんでしょうか？

QR コードは正式には 2 次元バーコードといいます。スーパーなどの商品についているバーコードは 1 次元ですので英数字で最大 93 文字しか表せませんが、QR コード(2 次元)では最大 4296 文字まで表すことができます。この QR コードは日本の自動車部品メーカー「デンソー (現デンソーウエーブ)」が 20 年前に発明し、特許を取りました。ただ、特許は一般公開とし、だれでも自由に使えるようにしたことで、近年、スマホの普及などと相まって急速に用途が拡大されました。

デンソーは特許は公開しましたが、「QR コード」という名称に商標権を設定し、活用する企業に対し、QR コードを商用利用するときは、QR コードがデンソーの登録商標であることを文章で表示してくださいと依頼し、これがデンソーの商標であることを PR することにした。



詳しくは→ <https://www.qrcode.com/faq.html>

(つづく)

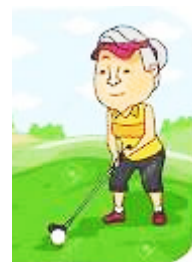
【第 7 回 NALC 宝塚・川西ゴルフコンペの結果報告】

諸岡茂昭（川西）

10 月 21 日 能勢 CC でコンペを行いました。上西玲子さんのお友達 2 人にも加わって頂き、総勢 13 名が競い合いました。前回は参加して頂いた廣瀬眞知子さんが 5 アンダーでダントツ優勝、2 位は初参加の平田恵美子さん、3 位は藤原昌子さんで、上位 3 人全てが女性でした。

また、鷲北さんが 4 つのニアピン賞の内の 3 つを獲得すると云う快挙を達成され、実力の程を示されました。当日は快晴で絶好のゴルフ日和、シニアも青空の下、一日汗をかくてスポーツの秋を満喫しました。次回は徳永さんのホームコースの愛宕原 GC で 5 月に実施します。詳細は年明けに決まる予定です。

奮ってのご参加をお待ちしております



“おかわり” 食欲の秋がやってきた。ついこの前まで、朝から気温が 30℃ 近くまで上昇し続けていた夏。

重たいリュックを背負い電車を乗り継ぎ、サッカーグラウンドに移動する彼。「晩ごはん何？」と台所を覗き見していた彼の胃袋、今や 1 日 4 食となった。

パン食を抜け出し、婆婆の台所へやってくる。“ア—うまい！！おかわり” 時には「1 食 1 合」をガッツリ食べてしまう。

猛暑つづきの中、平然とボールを蹴り追いかける。そんな姿を一目見たい…と幾度思った事だろう。〈高齢者熱中症注意〉に断念せざるを得ない。彼の遅い帰宅 (PM10:30) 4 食目。タンパク質を中心とし胃にやさしい消化の良い品目を心掛けている。(婆婆の特性レモン酢もかかせない) 🍋「行ってきます」の後ろ姿はグンとたくましくなった 1 食 1 合。



文芸コーナー

【人材を聚むるは】

吉田松陰 一日一語



『訳』

「才能のある人々を集めて、国家の勢いを盛んにすることは、今日の重要な務めである。そして、人材が一旦集まれば、国家の勢いを盛んにしようと思わなくても、自然に盛んとなるものである。人材を集めるには、その器量に応じて、これを任用するのが一番である」

『言葉の由来』

【チョンガー】

独身男性を意味するこの言葉は「総角」という朝鮮の風習から来ているのです。昔、朝鮮の青年は、成人して結婚するまで、リボンをつけたお下げ髪をしていたのです。成人しても、生活能力がなかったりすると、結婚出来ずいつまでもお下げ髪のままだったそうです。この髪型を「チョンガー(総角)」と呼んだことから、適齢期が来ても結婚出来ない男性のことも、「チョンガー」というようになったわけです。

【俳句】

『貴船菊大きくゆるる憂き風に』

杉木妙子

【短歌】

『故里は遠くなりたる秋くればノツペイ汁つくる今日の馳走』

松野綾子

『編集後記』

先日テレビで「最近の若者は人前で叱ることはもちろん人前で褒められることも嫌がる」と伝えていました。私ならどうせ褒めてもらえるなら思い切り皆の前でと思いますが。それに外ではマスクを外してもいいと言われても率先して外したがるもないのも若者に多いとか！ どうしてなんだろう？ と考えた時、ネットの普及で何しろ目立ったことをしたり、言ったりするとすぐに情報として拡散してしまうのではないかと。陰湿ないじめや登校拒否は案外こんな小さな出来事だったりするのでは。携帯電話やネット、ラインの普及で仲間と直接会わなくてもすぐに情報を共有できるのは便利なことですが、何だか人を委縮させてしまった様な気がしました。不便な時代に生まれた我々は案外いい時代を生きてきたのでは。

(長尾記)