

時間預託制度の全国ボランティア
生きがい・自立・奉仕・助け合い



2021年7月号 (第130号)

NPO(特定非営利活動法人)
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
ナルク箕面拠点(愛称ナルクみのお)

〒562-0013 箕面市坊島 4-5-20
みのお市民活動センター内

Tel & Fax: 072-725-2280

E-mail: nalc_minoh@infoseek.jp

https://nalcminoh.jimdofree.com/

令和3年度「ナルク箕面」 定時総会書面表決の結果報告

会員の皆様方には長いコロナ禍の中お疲れ様です。待望のコロナワクチン接種も始まり、ようやく先がかすかに見え始めた感じがします。令和3年皆様共々と新しい日本の夜明けを恋い、来る日を大きな期待で待ちわびたいと思います。

今年も総会は書面表決となり、皆様のご協力をもちまして無事成立いたしましたことを感謝申し上げます、次のとおりご報告致します。

記

1. 書面表決参加者数 147名 (参加率73.5%)
6月末現在 会員数 200名(法人会員含む)
2. 書面表決による議案別承認数

第1号議案 令和2年度事業活動報告	147名
第2号議案 令和2年度決算報告・監査報告	147名
第3号議案 令和3年度運営委員選任の件	147名
第4号議案 令和3年度事業活動計画(案)	147名
第5号議案 令和3年度事業予算(案)	147名

上記議案は、書面表決参加者全員の賛成を得て、議案はすべて承認されました。

3. 3号議案で承認された運営委員による臨時運営委員会(メール会議)にて、令和3年度の役員人事が検討され下記役員が選任されました。
 - ・代表 稲井 信也
 - ・副代表(会計兼務)原 敏子
 - ・事務局長 内 秀美

以上

今できる活動をいろいろ企画しています。ご自分の健康維持のため、気軽にご参加ください。

事務局

【令和3年度 運営委員と担当業務】

役職	氏名	担当業務
代表	稲井 信也	総合コーディネーター 会員増強対策リーダー
副代表	原 敏子	中央ブロックコーディネーター
事務局長	内 秀美	ポプラ
会計	原 敏子	(兼務)
運営委員	谷口 邦彦	書記・社協ボラ連 他組織関連イベント
	垣内 きよ子	ナルク茶論・同好会 ラジオ体操&ウオーキング
	山口 文子	紅葉の郷
	嶋 隆夫	会員管理・活動管理
	赤井 美保子	広報・東ブロックコーディネーター
	大鹿 登美子	高齢者疑似体験
	藤田 恵子	中央ブロック長
	福山 裕恵	ふれあい広場
	中田 秀明	東ブロック長
	山里 達夫	西ブロック長
監査	庫本 侯典	
	横山 博明	
顧問	岡部 克己	
	中田 恵美子	



【今期退任】
 ～～お疲れ様でした～～
 筑前 明美・井上 雅太郎
 中村 篤郎・吉田 久代

【ブロック別担当者】

	西	中央	東
ブロック長	山里 達夫	藤田 恵子	中田 秀明
副ブロック長	福山 裕恵	黒田 勝子	打越 正長
コーディネーター	岩崎 昭司	原 敏子	赤井 美保子
ナルク茶論	福山 裕恵	原 敏子	太田 幹子
高齢者疑似体験	井上 雅太郎	藤田 恵子	横山 博明

今年度事業計画（抜粋）

【ナルクみのお基本方針】

A) 安心感・絆を深める施策を具体的に企画・推進する

1. 生きがい応援 認知・障害者の方の「ボランティア活動サポート制度」
2. 孤独感撲滅
3. 仲間同士の助け合いの精神「さりげなく「O・K・O」を
4. イベント活動

B) 楽しさを味わえるように出来る事を考え積極的に推進する

1. ナルク箕面「茶論」
2. ふれあい広場
3. ブロック活動をより充実させる
4. 歌声ひろば響き「会員＋一般参加」
5. ミニ交流会
6. 健幸ふれあい茶論
「会員＋一般参加」
7. ナルクシニアズゆっくりハイキング
「会員＋一般参加」
8. 街中クリーンウォーク「会員」
9. ラジオ体操&ウオーキング
「会員＋一般参加」
10. ぶら NALC の実施
11. ナルクの社会貢献・ボランティア活動
12. 研修会 ① ハンドマッサージ講習
② 運営委員研修会

C) ナルク活動をより積極的に知らしめる（兼会員の拡大）

1. ナルク説明会の実施
“Let Go” 知って得するナルク講座
 開催日時 令和3年10月(予定)
 詳しくは決まり次第通知します



お若いと言われ
 マスクを外せない

青空の下で!

歌声ひろば～響き～ (6/10)



この日の歌声ひろば～響き～は、緊急事態宣言の延長により長田先生に電池式キーボードをご持参頂き、屋外(木戸ヶ池緑地)で行われました。始まりは、いつもの通り、胸を広げる体操と、喉の発生トレーニング。「カ・キ・ク・ケ・コッ・コッ・コ～ マ・ミ・ム・メ・モッモッモ～♪」とスタート!!



1曲目は“ホタル”。「ほう ほう ほたるこい♪」。遙かむかし、子供の頃菜種ほうき(菜種油を取った後の菜種殻)でホタルを捕りに行き、家に持ち帰って蚊帳の中で放ち遊んだことが思い出された。この曲の発祥は秋田地方のわらべ歌と言われ、長田先生は綺麗なお声で“ほたるこい”を歌って下さった。2曲目は“椰子の実”。島崎藤村は椰子の木の漂流の旅の話に、自分が故郷を離れてさまよう憂いを重ねてこの詩を詠んだと言われている。3曲目は“夏の思い出”。続いて“いのちの歌”。心にしみる素晴らしい歌です。最後は“忘れな草をあなたに”で締めくくられ、楽しい90分を終えました。次回は7/15 広報

緑地で歌声ひろば@ナルクみのお

2021.06.10.thu/木戸ヶ池緑地 (西宿1)



東ブロック (箕面市議会を見学) 初体験

コロナ禍で外出もままならない中、国会中継をご覧になった方も多いのではないでしょうか。中々面白かったですね! 6月22日、以前から行ってみたかった箕面市議会の見学が東ブロックの企画で催されました。市役所 3F で住所、氏名を記入し身分証明書を見せ脱帽して静かに入場。一段高い所からの傍聴です。会議室のひと際高い所に議長席があり、市長、副市長を含む役所側十数名と議員23名が向かい合って座り真ん中に答弁用演壇が設けてありました。まるで国会の様に、議長の「～～君」で質問が始まり「みどりまちづくり～～君」で担当者が答弁されました。

市街化調整区域のまちづくり、いじめ問題、彩都の工事車両やバイクの騒音被害、施設再配置構想や市民活動の拠点、道路行政や自転車道について等々一人30分間、熱心に質問され夫々答弁がありました。マイク使用ですがマスクをしての発言は聞き取り辛く、特に答弁は下を向いて読んでおられたので不明瞭でした。なるべく質問者の方を向いて答えて欲しいと思いました。国会と違って居眠りしてる人はいなかった・・・いや一人だけ??

時間の関係でナルク会員議員の質問を聞けなかったのは残念でしたが議会開催中はいつでも傍聴出来るそうなので是非また傍聴したいものです。参加者9名からは「議会傍聴は初めてで参加して良かった!」「ちょっと眠たかった」等の感想でした。 中田 恵美子



箕面市立郷土資料館コーナー展示

～三島海雲と与謝野晶子展～

明治11年(1878年)箕面市稲の教学寺に生まれたカルピス産みの親「三島海雲」と、同じ年に堺市の和菓子商「駿河屋」に生まれた与謝野晶子。同じ時代を生きた二人をつなげる貴重な資料が紹介されています。友人と誘い合って行ってみてください。入館料は無料です。

- 【期 間】 6月25日(金)～8月25日(水)
 - 【開館時間】 午前10時～午後5時 木曜日休館
 - 【場 所】 箕面市立郷土資料館(みのおサブラB1階)
- 見学された方は谷口までご一報下さい。

ミニぶらナルク担当 谷口 080-1071-5041
E-mail kutaniguchi@nifty.com



朝6時頃散歩していると、老夫婦がリュックを背負いカメラと双眼鏡を持って、私の家の前の田んぼでキーキーと鳴いている鳥を観察されている。


あの鳥の名前をご存知かなと思って尋ねると、「ケリ」と言う鳥でケリケリケリ?と、その様な鳴きかたをするので名前がついたようです。昔から日本にいらしいです。アオサギや白鷺も追いかけて、逃げていました。アオサギは止ま

ると微動だにしません。同じ姿勢でじっとしています。「ケリ」は飛んでいる。白羽で、羽の先が黒くて美しい鳥です。

昼頃に、また大きな望遠レンズのカメラを首からぶら下げた男性が、「ケリ」を写しに来られたようです。「ケリ」は数少ない貴重な鳥で「ここに2羽のケリがいますね」と言われた。また「望遠レンズを向けると何に見えるのか、攻撃をしに向かってきた」と話されました。

今、田んぼは、一斉に田植えも済んで、梅雨空の下で緑の絨毯となっている。

トツちゃん



事務局だより

【お盆休み】のお知らせ

8月13日(金)～

8月15日(日)まで、

ナルク事務所はお休みです。

【ふれあい広場】
バザーへのご協力の報告

4月から6月の期間、「ふれあい広場」が行なわれたのはコロナの影響で、4月5日の1回のみで、売上金と寄付金は、1,900円でした。

ご協力ありがとうございました。ご報告いたします。

ふれあい広場担当 福山 裕恵

【スマホ・パソコン】

講習会のご案内

毎月第1、第3月曜日の午前に行われております「ふれあい広場」で、7月19日・9月6日・10月4日・18日の4回、10時～11時まで、スマホ・パソコン相談コーナーを設けます。一緒に勉強しましょう。ご希望の方はご来場下さい。問合せ先 牧田 容子

☎090-5905-5752

【新型コロナウイルス】
種に関する感想文募集

【期日】7月24日(土)まで

【文字数】200字まで

【送先】中田 秀明

☎FAX 7269-3333

メール

hide1231tiger@heart.ocn.ne.jp

月 日	内 容	場 所	集 合 時 間
8月2・16日(月)	ふれあい広場:お茶タイムは中止中・バザーあり お抹茶席は第3月曜日のみ開催!(¥200)	市民活動センター	9:30～
8月10日(火)	シニアズ・パーク太極拳(暑いので場所を変更)	らいとびあ21	13:30～14:30
8月11・25日(水)	健幸ふれあい茶論 100歳体操・血流体操 スクエアステップ・くつろぎ喫茶は中止中	市民活動センター	13:20～15:30
8月12日(木)	運営委員会	市民活動センター	13:30～
8月19日(木)	歌声ひろば「響き」(要)申し込み定員30名	らいとびあ21	10:00～11:30
8月27日(金)	ナルク・シニアズゆっくりハイキング:公園内散策と森林セラピー体験 コースは箕面公園内(14時頃解散(要)弁当)		10:00 箕面駅前
8月の街中クリーンウオークはお休み。次回は9月13日(月)中央地区内です			10:00 市民活動センター
毎週火曜日	ラジオ体操&ウオークキング&歌声ひろば 木戸ヶ池緑地		15:00(担当 稲井)
毎週金曜日	8月のご近所クリーンウオークは お休みさせていただきます		14:00(担当 福山)
第1・3月曜日	ご近所クリーンウオーク(船場チーム) 船場オアシス前集合		15:00(担当 原)
第2・4月曜日	ご近所クリーンウオーク(かやの中央チーム) 市民活動センター前集合		15:00(担当 稲井)
毎週木曜日	ご近所クリーンウオーク(東チーム) 東生涯学習センター前集合		15:00(担当 中田・恵)
*予定はコロナの状況により中止・変更になる場合があります。 HP (https://nalcminoh.jimdofree.com/) を参照ください。			

名 称	月 日	時 間	連 絡 先	
デジカメ	思い出写真をふれあい広場で撮ってみませんか		長谷川 洋一	090-2067-8939
ハイキング	8月はお休み 次回は9月4日(土)枚方京街道ウオーク		稲井 信也	072-726-1866
ゴルフ	8月はお休み		中田 秀明	090-3490-2180
囲 碁	8月2・16日	9:30～	山下 隆也	090-3270-2387
健康麻雀	8/2・9・23・30 9/6・13・27	13:00～	岡部 克己	090-5152-1454
切り絵	8月2日(テーマは季節・行事等)	9:30～	谷田 明子	090-8214-1105
ダ ー ツ	8月5・19日	13:00～	嶋 隆 夫	090-7200-6948
絵 手 紙	8月2・16日	9:30～	垣内 きよ子	090-9046-1147
民 舞	8月5・11・25日	14:00～	原 敏 子	090-3709-0527
大 正 琴	8月はお休み		松村 尚美	080-5331-3172
*時間・場所等の変更がある場合がありますので、ご注意ください。*HPにも載せています。				

2021年度 活動報告	会員相互の 助け合い	特養老健 への協力	拠点業務	その他	合 計	福祉	子育て	環境	ナルク 活動	合 計
6月	45	26	50	0	121	0	0	62	11	73
累計	62	59	139	0	260	0	0	178	85	263

6月末現在の 会員数	世帯数	会 員 数	男性	女性
	142	198(西67・中央75・東56)	67	131



【6月の会員相互の助け合い】
*Oさん送迎...井上(雅)さん *Oさん買い物・送迎...山下さん・中田(秀)さん・中田(恵)さん
*Uさん草取り...中田(恵)さん・澤さん・池山さん