

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

ナルク みのお



2021年8月号(第131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
EM: nalc_minoh@infoseek.jp
https://nalcminoh.jimdofree.com/

箕面市の広報紙「もみじだより」の表紙に載りました! シニアズ・パーク太極拳

統一キャンペーン 今日から実践!
箕面市の食育3つのアクション



ナルクみのお シニアズ・パーク太極拳 (7月13日 木戸ヶ池緑地)

もみじだより8月号の情報は7月16日(金)現在のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、掲載している行事・イベントが中止となる可能性があります。最新の情報は、市ホームページで随時お知らせします。詳しくは、各担当課・室へお問い合わせください。

3 箕面の教育
箕面の学校給食は 箕面の農家のみなさんが支えています!
Minoh school lunch program supported by local farmers

4 命のパスポート
台風対策を万全に!
Preparing for the typhoon

8 計700人を無料で招待!
オープニングイベント in 文化芸能劇場 第2弾 開催決定!
Second Opening Event of MINOH THEATRE FOR THE PERFORMING ARTS

32 滝道週末ウォーキング/公園でラジオ体操を始めよう
Minoh falls trail weekend walk / Let's Radio exercise

6 会員募集と見学会
Information of club activities

7 市民の広場オアシス
Public notices

5 みのおNOW!
 happening in Minoh now!

12 お知らせBOX
Information box

もみじだより

8

2021

広報紙 INFORMATION FROM MINOH CITY OFFICE

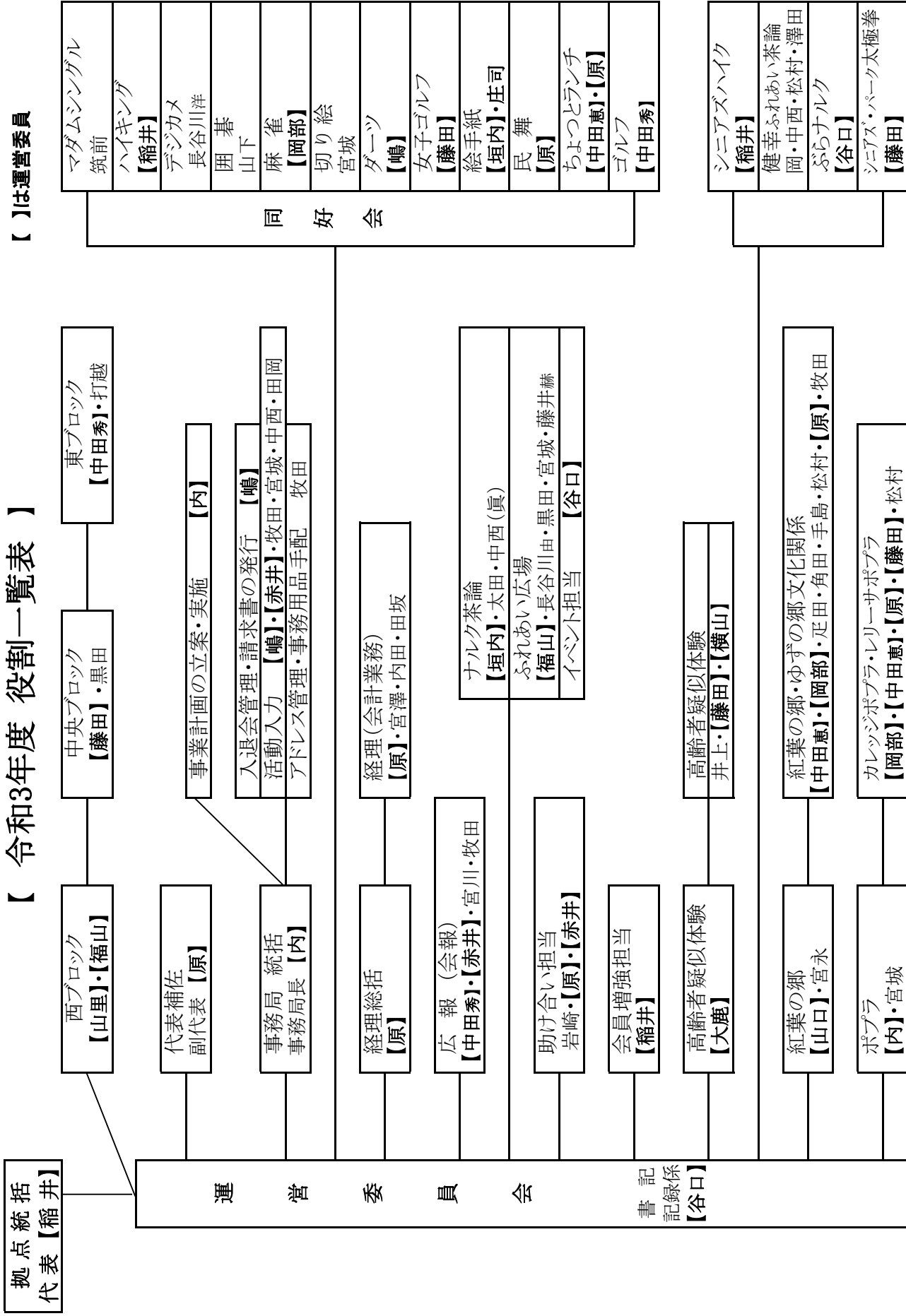
The MINOH POST provides information from "Momiji Dayori" in English, Chinese and Korean. Please contact MAFGA (☎727-6912).

大阪では、新型コロナウイルスの感染者が急増し4度目となる緊急事態宣言が出されました。またまた自粛生活を余儀なくされています。このような時期ですが、木戸ヶ池緑地の時計台広場で行われている、ナルクみのおのシニアズ・パーク太極拳が、箕面市の広報紙「もみじだより8月号」の表紙に大きく取り上

げられました。皆さん暑い中、マスクをして頑張っておられます。(左上写真)
コロナ下で行われた東京オリンピックは、どの競技も面白くて、ついつい一日中テレビの前で観戦。選手の方々の熱い戦いに元気をもらいました。
さあ私達ものんびりとテレビにかじりつくのはほどほどに、体力維持に何か運動をしましょう。

【 令和3年度 役割一覧表 】

【 】は運営委員





☆ コロナの第4波で家に閉じこもり状態だった時、箕面市からワクチン接種の案内が来ました。早く打って、イベントや外食など安心して外出したいと強く思っていた次第です。ちまたでは、“予約は繋がらない大変だ”などと、かなり難しいと聞いていたので、予約受付当日は1時間前からパソコンを立ち上げて待ち構えていました。お蔭様で早く予約でき、1回目の接種でもうほっとしたのを覚えています。2回目も、副反応は腕が腫れる程度で大したことはなく、もうその後はウキウキ!! 出かけたくてウズウズ!! それまでは、毎朝体温を測り、かなり細かく神経質な程の対応をしていたのに、一気に緩んでしまいました。さあ、これから…ワクチンを打った人はランチの割引なんかないかな～なんて…。また、第5波…抗体ができて100%安心じゃないんですね。あらためて、また気をひきしめなきゃと思っておしているところです。

東地区 男性

☆ 接種の予約申し込み、なんとこの手続きが電話は混みこみ、パソコンは苦手、そこでナルク「お助けマン」の手を借り、お蔭で7月17日に2回目の接種を済ませることが出来ました。(感謝)接種会場からの帰路、私たち老夫婦はコンビニに立ち寄って、食料品を少々買い求めました。思えばこの期間、コンビニでも店員さんとお客さんが協力して、肉眼では見えないウイルスと闘いながら日常生活を続けようとしています。このうちは一日も早く、全体のワクチン接種が60%を超えて、文化・芸能の分野でも日常に戻ることを望むばかりです。

二人で167歳の老夫婦

☆ 7月17日に1回目のワクチン接種をしました。気持ちが少しだけ楽に。予約を取るのが大変とテレビ、新聞等で。毎月のナルクの会報に予約の「お助けマン」の記事が載っていたので、頼ませてもらいました。担当していただいた方々の時間と労力に感謝、感謝です。ありがとうございます。まだまだコロナとの共存の日々ですが、楽しい時間を見つけて過ごしましょう。

西地区 女性

お盆に思う「ついの栖(すみか)」

皆さんも考えてみませんか？

今年もお盆の時節がまいるり多くのかたは、当会報をお盆休みの中お読みの事かと思ひます。

ご承知の通り、古くからお盆の行事は祖先の霊を祀る一連の行事であり、明治6年(1873年)太陽暦の採用で、新暦の7月15日に行うとした政府布告があり、ただ地域により丁度田植え時期と重なるため、8月15日で行うところが多いと歴史書に掲載されています。13日に先祖の霊を迎える(迎え火)、15日に先祖の霊を送り出す(送り火)とされています。

私ごとで恐縮ですが、昨年1月に兄を、また9月に弟を続けて失いました。先日弟の初盆の法要の案内を受けましたが、このコロナ渦の8月に遠隔地までの旅を考慮し仏前封のみを送付し不参加としました。

私は改めて心が高揚し、考え悩み、自分の人生最後の姿はどうなるのか?二人の最後は病院が「ついの栖(すみか)」となり、思ひ出多い「自家」に帰ることなく「骨」となつての帰宅でした。この事象により新たに考

みんなの広場

私の実家から見える南の山(今の船場地区)が開発されて、順番に赤土に代わって行く様子を見て寂しく思っていました。私が小学生の頃、南の山へ友達に連れて行ってもらった時、大きなフクロウが、木に止まっていてびびくりしました。小学校にも2羽のフクロウが飼われていて、かわいいので良く見に行っていました。昔、実家に大きな椿の木があつてよく木登りをして遊びました。夜になるとフクロウが

椿の木に止まって「ほう ほう」と、鳴いていました。

箕面グリーンロードから新御堂筋が千里まで一直線に伸びていますが、昔は一面田んぼが広がっていたのが、南の山は切り取られて道路が作られました。

家を建てた頃、庭や周りの田んぼに虫が飛んでいました。家の水路は湧水が流れているので、ザリガニやニナという貝がいました。子供達はザリガニ取りで大変で赤腹のイモリもいなくなつてしまいました。この間サワガニを見つけてしまいました。昔、見られなくなるのも、もう時間の問題でしょう。少しずつ自然が壊れています。トツちゃん

える機会となりました。

数年前、将来の参考にとメモした記録に、小説家、森村誠一氏の短文エッセイに、「ついの栖」についての記述があり、彼は住みよい土地を「ついの栖」として、風景がよい・気候が温暖で・交通の便が良く・政治、経済の中心地からあまり離れなく、人情が厚く・こまやかで不当な差別がない・食物が美味しい・医療施設が完備している・文化施設や遺産と施設の充実・物価が安い・女性が美しい・そして何よりも治安が良く、人災・自然災害からの安全等、望を多く書かれていました。彼は居住環境を指しているが、私の望む「ついの栖(すみか)」とは範囲が異なりますが。

箕面市は大阪府の中で住みやすい街 NO.1 に毎年選ばれています。はたしてそうかな?

私は医療機関や老人施設(最近のデータは70%が自宅外)でなく、畳の上で家族に見送られながら逝きたいものです。(誰もが望む事)そんな希望は残念やら叶えられそうに無いのが現実でしょう。

皆様はいかがお考えでしょうか? 打越正長



事務局だより

とんど山整備のお知らせ

【日時】8月26日(木)
9:00～11:30
【場所】とんど山桜園
下草とレンギョウの整理
担当 稲井 信也
☎080-5332-1866

*スマホ・パソコン

講習会のご案内

第1、第3月曜の「ふれあい広場」で、スマホ・パソコン相談コーナーを設けます。次回は、9月6日・10月4日・18日です。10時～11時まで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

振り込め詐欺

悪質商法撃退装置

「録音チュー」を付けてみよう!!



この装置を設置している電話機へ電話を掛けると、警告音声「振り込め詐欺防止の為、通話内容を録音します」が再生され、電話をかけた側の会話内容を録音します。ご希望の方は、箕面市役所別館一階の市民生活部(ゴミ袋を配布している所)にて無料で配布されています。

ボタンを押すと録音動作停止される



《受話器》

録音せず通常使用する場合はストップボタンを押したままの状態です。

| 活動予定 | 月日 | 内容 | 場所 | 集合時間 |
|---|------------|---|----------|----------------|
| | 9月6日(月) | ふれあい広場:お茶タイムは中止中・バザーあり | 市民活動センター | 9:30～ |
| | 9月8・22日(水) | 健幸ふれあい茶論 100歳体操・血流体操 スクエアステップ体操・くつろぎ喫茶は中止中 | 市民活動センター | 13:20～15:30 |
| | 9月9日(木) | 運営委員会 | 市民活動センター | 13:30～ |
| | 9月16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 |
| | 9月13日(月) | 第20回街中クリーンウオーク(中央地区内) 萱野・西宿・白島方面 | | 15:00 市民活動センター |
| | 9月14日(火) | シニアズ・パーク(屋外)太極拳(雨天は9/21) | 木戸ヶ池緑地 | 13:30～14:30 |
| | 9月24日(金) | ナルク・シニアズゆっくりハイキング:マズクラゲと鷹渡り コースは才が原池 (14時半頃解散 (要)弁当) | | 10:00 箕面駅前 |
| | 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 | ご近所クリーンウオーク(西チーム) 市役所玄関前集合 | | 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://nalcmihoh.jimdofree.com/) を参照ください。 | | | | |

| 同好会予定 | 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 | 9月4日《枚方京街道ウオーク》集合:千里中央(時間は後日連絡) 枚方公園駅～鍵屋資料館～御殿山神社～片埜神社 | | 稲井 信也 072-726-1866 |
| | ゴルフ | 9月はお休み | | 中田 秀明 090-3490-2180 |
| | 囲碁 | 9月6日 | 9:30～ | 山下 隆也 090-3270-2387 |
| | 健康麻雀 | 9/6・13・27 10/4・11・18・25 | 13:00～ | 岡部 克己 090-5152-1454 |
| | 切り絵 | 9月6日(テーマは季節・行事等) | 9:30～ | 谷田 明子 090-8214-1105 |
| | ダーツ | 9月2・16日 | 13:00～ | 嶋 隆夫 090-7200-6948 |
| | 絵手紙 | 9月6日 | 9:30～ | 垣内 きよ子 090-9046-1147 |
| | 民舞 | 9月2・8・22日 | 14:00～ | 原 敏子 090-3709-0527 |
| | 大正琴 | 8月を持ちまして活動を終了させて頂きました | | 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 |
|------------|-----------|----------|------|-----|-----|----|-----|-----|-------|-----|
| 7月 | 25 | 53 | 49 | 0 | 127 | 0 | 0 | 51 | 31 | 82 |
| 累計 | 87 | 112 | 188 | 0 | 387 | 0 | 0 | 229 | 116 | 345 |

| 7月末現在の会員数 | 世帯数 | 会員数 | 男性 | 女性 |
|-----------|-----|-------------------|----|-----|
| | 141 | 198(西65・中央77・東56) | 68 | 130 |



【7月の会員相互の助け合い】

*Nさん庭の水やり...内さん
*Oさん買い物・送迎...山下さん・中田(秀)さん・中田(恵)さん