

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 のお



2022年1月号(第136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)

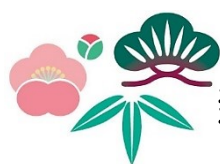
〒562-0013 箕面市坊島 4-5-20
みのお市民活動センター内

Tel : 080-6115-2280

Fax : 072-725-2280

E-mail: nalc_minoh@infoseek.jp

https://nalcminoh.jimdofree.com/



新年 明けましておめでとう ございます



ナルク箕面代表 稲井 信也

皆様には、それぞれに素晴らしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年もコロナに始まり、コロナで終わる厳しい年となり、今年もオミクロン株の広がり注視しながらの新年を迎えております。

昨年は、総会も2年連続で開催出来ない事をはじめ、ボランティア活動、同好会などナルク活動の多くは中止・縮小せざるを得ない状況でした。一方「屋外健幸ふれあい茶論」「屋外パーク太極拳」「屋外歌声広場」など、今までに無い企画も多く生まれました。

又夏には、オリンピック・パラリンピックが種々の課題を含みながらも開催され、選手の皆さんの活躍に感動を味わった年でもありました。特にパラリンピックの選手たちの「ひた向きさ」や「頑張り」には励まされ「失ったものを数えるな…残されたものを最大限生かせ」というパラ精神はコロナ禍で「コロナで出来ない事を数えるな…出来る事を最大限やれ」と言われている様な気がしました。今年もコロナとの共存は続きそうです。出来ない事も多々出て来るかも知れませんが「考え・工夫」して出来る事を最大限楽しみ、感動し、助け合い「ナルクみのお」ワンチームとして活動していきましょう。それには皆様からの積極的な「要望・相談・提案」とご助力も不可欠です。取りあえず今年は「うしろを振り返るのは後廻しにして前だけ向いて行きましょう」 本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

最後に皆様にとって今年も素晴らしい年となります事を祈念して、新年のご挨拶とさせていただきます。

以上

ブロック会開催のお知らせ

～西地区～

- ◇ 日時 2月12日(土)
- ◇ 場所 中央生涯学習センター
3階講座室
- ◇ 時間 13:30～15:30

山里 072-721-3895
福山 090-3992-0514
岩崎 072-723-0516

～中央地区～

- ◇ 日時 2月6日(日)
- ◇ 場所 とんど山(焼き芋)
- ◇ 時間 10:00～

藤田 090-3714-6004
黒田 090-6604-9592

～東地区～

- ◇ 日時 2月25日(金)
- ◇ 場所 コミュニティセンター
東小会館みどり家
- ◇ 時間 10:00～12:00

中田(秀) 090-3490-2180
打越 090-8483-7993

知ってみよう!!シリーズ

「我が街の自然・文化・歴史の財産」その3

稲井 信也

今回は街中の《箕面の民話にまつわる遺産》を紹介しましたが、今回は《**西国街道沿いの遺産**》の一部を三つ紹介します。西国街道は西の諸大名が参勤交代の為に通った「山陽道」の一部で西宮から京都までの街道の通称です。

一つ目は小野原の西国街道沿いの遺産です

小野原の西国街道の「東の入り口」と「西の入り口」に立派な「常夜燈」が建てられています。何れも寛政八年(1796年)に建てられたもので、東には「太神宮」(伊勢大神宮)、西には「金比羅大権現」と刻まれ、



両神宮の加護を受け疫病等が村に入らぬ様に建立されたものと言われていいます。この区間には、大名が通過すると農作業に支障をきたすのを避けるためか、西国街道に平行して今でも残されている「裏街道」があります。又東の入り口付近には「楠公の井戸」が残されています。楠木正成が、西国街道を湊川への行軍の途中で小庵で井戸水を求め、この



冷水を賞味したと言われ、この伝説に旅人たちは必ず立ち寄り愛飲したと伝えられています。

二つ目は萱野の西国街道沿いの遺産です

この地区は今も田園風景が残されており、里山の風景を楽しめる所です。街道沿いには「萱野三平旧



邸」(涓泉亭^{けんせん})があり長屋門や三平の自刃した部屋も残されています。近くの村の共同墓地には萱野三平の墓があり、その横には「母こまんさんの墓」もあり、墓には元禄十四年三月十七日の刻があります。江戸から早駕籠で急変を告げに赤穂に行く途中の十八日に萱野村を通る際に母の葬儀に合うと言う逸話も、忠臣蔵の単なる芝居話でも無いと思われま



三つ目は瀬川の西国街道沿いの戦いの場です

「瀬川の合戦(元弘三年1333年)」鎌倉幕府軍と後醍醐天皇の命を受けた赤松軍が瀬川にて激しい合戦を交え勝尾寺の僧兵たちの応援を得た赤松軍が勝利し、その後足利尊氏が幕府に謀反を起こして



幕府を倒し、天皇を中心とした政治を行う「**建武の中興**」が始まりました。「**豊島河原の合戦**(建武三年1336年)」天皇政治に不満を抱いた足利尊氏が敵対し、新田義貞・北畠顕家の連合軍と2月10～11日の2日間に渡り豊島河原(瀬川)にて激しい合戦を繰り広げ、破れた足利尊氏は九州まで逃げ延びた。その後盛り返し湊川の合戦にて楠木正成軍に勝利し「**足利幕府**」を開くという歴史的な二つの合戦の場となった。

以上

箕面市社会福祉協議会 創立60周年記念 地域共生社会シンポジウム

令和3年12月11日(土)、箕面市文化芸術劇場にて上記シンポジウムが行われました。社会福祉協議会の事務局報告によれば、会場457名、オンライン42名の参加。ナルクみのおからは16名の参加でした。

<第一部>創立60周年記念式典では、社協事業従事者の表彰が行われ、この分野における顕著な活動者への感謝状の授与があり、稲井信也代表に授与されました。

<第二部>シンポジウムでは、箕面団地自治会など4団体の高齢者への支援活動について、情報交換が行われ「気付き・繋ぐ」の重要性が浮き彫りになりました。
谷口 邦彦



ハイキング同好会

四天王寺と天王寺七坂を歩く(12月18日)

この日は、強い寒気の影響で、朝起きるとこの冬初めて、うっすらと雪景色だった。10時に天王寺駅に到着し、大阪のど真ん中の歴史散歩開始。最初に天王寺庚申堂にまいり、次は聖徳太子ゆかりの四天王寺に参拝。その荘厳さに驚くばかり。七坂ウォークまではまだまだ。その前に昼食。弁当持参が寒さで急遽中止になり、食堂に入り丼を食べたのち再スタート。

「夕陽丘むかし話マップ」を手に稲井さんの説明に耳を澄ます。古代にはこのあたりは海に囲まれた台地で、大阪湾に沈む夕日が望めることの名残として「夕陽丘」という地名が残っている事。仏教の隆盛と共に建造されたたくさんのお寺や神社。境内にある様々なエピソードのお墓や石碑。タイガースファンには見逃せないタイガース神社にも詣でる。上町台地ゆかりの天王寺七坂(真言坂・源聖寺坂・口縄坂・愛染坂・清水坂・天神坂・逢坂)を登ったり下ったり。

あべのハルカスを見上げ、通天閣を遠めに見ての、盛りだくさんの大阪の歴史散歩でした。

赤井 美保子



「第3回西ブロック会議」のご案内

次の内容で、会員による講演と勉強会及び茶話会を行います。会場に余裕がありますので、東・中央ブロックの皆様もぜひ参加くださるようご案内いたします。

【日時】 令和4年2月12日(土)

13:30~15:30

【会場】 中央生涯学習センター(メイプルホール) 講座室

【講演内容】

(1) 井上雅太郎氏

「SDGs持続可能な開発目標

AI、IT、ESG、etc」

(2) 中西智子氏

「介護保険制度やサービスを受けながら
過ごす住宅や施設等について」

(3) 岩崎昭司氏

「人生100年時代

100歳目指して活き活き生きよう！」

* 問い合わせ先

西ブロック長 山田 達夫

箕面市社協
ボランティアグループ連絡会

「新春茶話会へのお誘い」

【日時】 令和4年2月19日(土)

13:30~15:30

【内容】 第一部：NHK「ええとこ」
の放映と放談

第二部：交流会・福引き

【場所】 総合保健福祉センター分館

【参加費】 お一人様200円

【申込み締切】 2月4日(金)

【申込先】 谷口 邦彦

080-107115041

「ふれあい広場」

バザーへのご協力

有難うございました

「ふれあい広場」での10月・11月・12月のバザーの売上金と寄付金が、23,894円となりました。大変ありがとうございました。皆様のご協力によって得た収益金は、ナルクみのおの運営資金に充当させて頂きます。引き続きお店のご協力をお願いいたします。

ふれあい広場担当

福山 裕恵

「ふれあい広場」で
パソコン・スマホ講座を行っています

【日時】 2月7・21日(月) 10:00~11:00迄

お気軽にご相談ください。

問合せ先 牧田 容子

☎ 090-5905-5752

事務局だより

～12月度運営委員会 決議事項の抜粋報告～

- ①「紅葉の郷」新体制について
 ・窓口は稲井代表がトータルコーディネーターとして対応
 ・山口さんは車いす、ヘアードライヤーの担当者
- ②ナルクみのおの電話番号が変わります
 ・080-6115-2280 は → ナルク事務所専用
 ・072-725-2280 は → FAX 専用
- ③高齢者施設のボランティア活動について
 ・紅葉の郷 → 縫物を除き他は1月は休止
 ・ポプラ → 水やり・食器洗い・消毒拭き掃除が12月から再開
 サポート希望者は、担当 内まで 080-3796-0885

《新入会員の紹介》

【中央地区】

*奥原 久代さん
箕面市白鳥*内倉 貞之さん
*内倉 和子さん
箕面市如意谷

《ナルクに入会しました》
 たいくつな時間をなくする為
 に参加 徳山 健二さん

活動予定	月 日	内 容	場 所	集合時間
	1月24日(月)	とんど山整備		9:00～
	2月7・21日(月)	ふれあい広場:バザーあり:お抹茶席は第3月曜のみ開催(¥200)		9:30～11:30
	2月 8日(火)	シニアズ・パーク(屋外)太極拳 場所:キューズ・ステージ 少雨決行		13:30～14:30
	2月10日(木)	運営委員会	市民活動センター	13:30～
	2月 9日(水)	健幸ふれあい茶論 100歳・血流・スクエアステップ体操/健康講座		13:20～15:30
	2月23日(水・祝)	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		市民活動センター
	2月24日(木)	歌声ひろば「響き」らいとびあ21 (要)申込み定員35名 〆切 2/10		10:00～11:30
	2月25日(金)	ナルク・シニアズゆつくりハイキング《公園内散策と森林セラピー体験》 箕面公園内散策 14時頃解散 (要)弁当 雨天中止		10:00 箕面駅前
	毎週火曜日	ラジオ体操&ウォーキング&歌声ひろば 木戸ヶ池緑地		15:00(担当 垣内)
	毎週金曜日	ご近所クリーンウォーク(西チーム) 市役所玄関前集合		14:00(担当 福山)
	第1・3月曜日	ご近所クリーンウォーク(船場チーム) 船場オアシス前集合		15:00(担当 宮城)
	第2・4月曜日	ご近所クリーンウォーク(かやの中央チーム) 市民活動センター前集合		15:00(担当 大藪)
	毎週木曜日	ご近所クリーンウォーク(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://nalcmih.jimdo.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	2月18日《尼崎の小京都を訪ねて》集合:箕面駅前(詳細は後日お知らせ) 箕面駅～尼崎駅～(尼崎城・寺町界隈)		稲井 信也 072-726-1866
	ゴルフ	2月はお休み		中田 秀明 090-3490-2180
	囲 碁	2月7・21日 9:30～		山下 隆也 090-3270-2387
	健康麻雀	2月は会館が工事でお休みの予定でしたが、2/7・14・21・28日に 行います。3月は3/7・14・21・28 13:00～		岡部 克己 090-5152-1454
	切り絵	2月7日(テーマは季節・行事等)9:30～		谷田 明子 090-8214-1105
	ダーツ	2月3・17日 13:00～		嶋 隆夫 090-7200-6948
	絵手紙	2月7・21日 9:30～		垣内 きよ子 090-9046-1147
	女子ゴルフ	2月はお休み		藤田 恵子 090-3714-6004
*時間・場所等の変更がある場合があります。ご心配な時は上記連絡先へお問い合わせください。				

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
12月	40	88	70	0	198	0	42	103	89	234
累計	288	318	485	0	1,091	0	42	548	323	913

12月末現在の 会員数	世帯数		会 員 数	
	145	205(西65・中央83・東57)	男性 72	女性 133



【12月の会員相互の助け合い】*Oさん買い物・送迎他・・・稲井さん・山下さん・牧田さん
 *Tさん外出サポート・・・松山さん・赤井さん *Aさん・Tさんリフォーム・・・黒田さん