

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



2025年1月号(第172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@outlook.com
https://nalcminoh.jimdofree.com/

新年のご挨拶

ナルクみのお 代表 岩崎昭司

本年は乙巳(きのとみ)年で、成長が安定する年と言われています。

「ケセラセラ～ なるようにナルク～」人生100年時代、楽しく過ごしたいものです。昭和時代の植木等さんのように、スラスラスイスイ～と行きたいものですが、人は、活路が無くなれば衰弱して行きます。

ナルクみのおはお陰をもちまして、今年で15周年を迎えますが「集われる皆さんがお互いに活路を見出し、人生を楽しく過ごせる。」今後共そのような場を、一緒に創って行きたいと思えます。本年も皆様にとって、健康と幸福に溢れる年でありますように祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

～久しぶりの滝道清掃を行いました～

12月9日(月)ナルクみのお恒例の滝道清掃を行いました。24年度1回目の5月13日は雨のため中止となり今回は24年度唯一の清掃日となりました。この日はお天気も良く、風も無く、程よい気温の中参加者11名が、下は一の橋から上は公園事務所から二手に分かれて滝道の落ち葉を掃き集めました。箕面の山の紅葉は既に散り始めておりましたが、まだまだもみじの赤や黄色が美しく、それを楽しむ地元の人や観光客も道すがら私たちに“ありがとうございます”と言葉をかけてもらい、私達も気分爽快に楽しく作業を終えました。次回は5月12日(月)です。皆様多数のご参加をお待ちしております。

世話役 内



◎今期の総括と来期の活動計画を決めるブロック会が下記開催されます

西ブロック

- ・期日 2月25日(火)
- ・時間 13:30～15:30
- ・場所 市立箕面会館2F一小1
(駐車場は市役所)
山里:070-9022-3895
福山:090-3992-0514

中央ブロック

- ・期日 1月30日(木)
- ・時間 13:30～15:30
- ・場所 市民活動センター多目的
- ・1月25日迄に出欠連絡
古川:090-1241-7899
黒田:090-6604-9592

東ブロック

- ・期日 2月27日(木)
- ・時間 13:30～15:30
- ・場所 みどりの家
- ・出欠の事前連絡不要、役員
改選も有り多数出席願います
内:090-3796-0885

我が故郷:大和小泉・慈光院

中央ブロック 谷口 邦彦

私には故郷が三つある。第一の故郷は大阪市東住吉区田辺東町、此処で生まれて、1944年に箕面(当時の萱野村坊島)に戦争を避けて(所謂:疎開で)移住。萱野小学校、箕面中学校(現・箕面一中)、その後、1988年に如意谷に自宅を得、以降、住み続けている。第二の故郷である。そして、第三の故郷が今回紹介する大和小泉。

第一の故郷・田辺東町には、父の50回忌1994年に訪れて、半ば解体されていた家を見、土地の古老にこんな父母であったとか、お話を聞いたことが懐かしい。

その私が、何故、大和小泉を「我が故郷」と表題を付したのか? 父親が生まれた地なのである。

この地は、「桐一葉落ちて天下の秋を知る」と詠われた豊臣政権で五大老・賤ヶ岳七本槍で著名な片桐且元の弟であり、武家茶流「石州流」の祖と称せられる片桐隆元の居城・小泉城址や小泉神社がある。

祖父の家の長押には槍が掲げてあり、ご先祖が大坂夏の陣、冬の陣に馳せ参じた遺品とのこと。

ここへは、今は、大阪駅から大和路快速で天王寺・加美・王子・法隆寺の次「大和小泉」下車であるが、当時は「湊町」(現・JR難波)から蒸気機関車で、加美、ブドウ畑が山肌を覆う河内堅上を過ぎ右に大和川の急流を見ていると三つのトンネル、急いで窓を閉める。トンネルを抜けると大和川は左車窓へ、再び右車窓へ汽車は「王子」に到着。次は「法隆寺」、次が「大和小泉」一昨年駅が開設されて100周年。丁度、小泉神社の秋まつりで子供神輿が駅近辺を練り歩いているのに出会った。

駅に降りて改札を出ると一直線の道の両側に店が並ぶ商店街(今は、ベッタウン化で寂れているが)約500m行くと大和川の支流・富雄川、橋を渡ると変則十字路、左に行くと小泉神社、右を少し行くと地元では庚申さんと親しまれている金輪寺がある。祖父の家へはこの寺の左側の道を約300m。

子供の頃、祖父が健在で、毎年8月7日の墓参りに親族が集うことが慣例になっていた。伯父・叔父夫妻、従兄弟姉妹、合計:三世代男12人女11人が集う。

昼間は、裏を流れる富雄川で水浴、中庭の井戸で冷やした西瓜を食べた思い出がある。

明朝、祖父を先頭に墓地に向かう。小泉城址・小泉神社を過ぎると視界が開け、左に法隆寺の末寺・法起寺の三重塔を見ながら墓地到着。

さて、ご紹介する「慈光院」は、片桐且元の甥・片桐貞昌が起こした武家茶道「石州流」の家元。祖父の家から見える小高い丘があり、一度、祖父の案内で訪れたことがある。丘の麓から階段を上り詰めると、茨木城主でもあった且元の縁で移築された「茨木門」がある。



門を潜ると、静かな佇まいの家に到着。玄関を上がり、幾つかの部屋を歩くと大きな縁に達する。この縁からは大和平野が一望できる。ここで抹茶を戴くのである。

数年前、墓参の折に立ち寄ったが、子供の頃に訪問した折と変わっておらず、静かに時が流れる想いを深くした次第である。

R6. 12月運営委員会議事抜粋報告

1.仲間同士の助け合い交通費については、一律往復で300円とし、2025年4月より実施する。

2.実施イベントの見直し(赤字脱却の点から)

①ナルクオープンイベントの一般参加者の参加費を一律300円に値上げする。

実施時期を2025年1月からとする。

②ブロック活動への補助金・会場費・年間回数の見直し及び、実施時期の検討。

ブロック会関連の補助について、現行400円→300円(年4回迄)、会場補助費も1回につき2000円→1000円に引下げ(年2回迄)と決定し、2025年4月から実施する。

③シニアズパーク(屋外)太極拳⇒1月から中止しました。

④森のセラピー体験ウォークの中止検討の結果、2025年4月から中止します。参加者にはできるだけ他のイベントを紹介してそちらへの参加を促す。

3.高齢者疑似体験 2月7日(金) 13:15~15:00 於 第3中学校にて実施します。

奉仕活動

ご近所クリーンウォーク

暑い日も寒い日も、疲れていても“いつまでもボランティア出来る身体でおられますように”と謙虚なお気持ちにありがとう！

【 船場地区 12月23日 】

今年最後の船場クリーンウォーク。師走とは思えない暖かさの中総勢7名参加。タバコ243本相変わらずタバコのポイ捨てが多いのが気になりました。2名の遅刻でのスタート(記事を書いている本人が遅刻いたしました。皆様最後の最後までご迷惑をおかけいたしました。ごめんなさい。)最後に皆で阪大の食堂でコーヒータム。年金や



病気・同世代同士の話題に時を忘れておしゃべり、これも楽しみの一つ。皆様のおかげで事故もなく今年のクリーンウォークを終えることができました。来年も皆様よろしくお願いいたします。いつまでもボランティア出来る身体でおられますように祈願して♡

【 東地区 12月20日 】

今日の、ご近所クリーンウォークは、風もほとんどなく比較的暖かくて、ゴミ収集に都合の良い日和でした。今日は、小野原コースを8名で。4週間に1度回るコースだけど、「お馴染みのゴミあるわ！あるわ！誰が捨てるんや！」とブツブツ言いながらも仕事しっかりして11時30分に終了しました。



【 萱野地区 12月4日 】

今日は暖かくイオンの周りの紅葉もきれいな午後でした。タバコ200本、マスク3枚收拾しました。



奉仕活動 段々公園清掃活動(12月18日)

この日、段々公園の今年最後の清掃を行いました。10名の皆さんに集まって頂き、枯葉集めと花壇に花苗を植え付けましたが、苗がすくなかつたので少し寂しい花壇になっています。でも春にはきっと苗も大きくなり、立派な花壇となる事でしょう。公園の整備を市より引き受けてはや3ヶ月がたちました。活動参加の皆さんも仕事になれてだんだん公園がきれいになってきました。嬉しいかぎりです。来年も頑張りますのでよろしくお願いいたします。



ちよっと歩いてランチ

お久しぶりで～す！！！！寒い寒い2月、おいしいランチを食べて春を待ちましょう。

日時：2月15日(土) AM 11:30

場所：「みのお一龍」

中華料理 090-1716-5037

費用：ランチコース 2,500円程度

集合：AM 11:20 阪急バス小野原西下車

小野原交番前(お店へ直行も可)

締切日：2月10日(但し先着8名)

申込み：中田 090-7119-7127

ボランティア活動をされた方
“交通費”を取りに来てください！

日頃は、ボランティア活動にご協力頂きありがとうございます。1月は交通費の支払い月になっています(3か月の合計をその翌月に支払う)。

(例) 10・11・12月の合計金額を1月に支給期間中に活動された方、又は、前回受け取られていない方も、次の日時にお越しくださる様お願いいたします。

【場所】1月20日(第3月曜)ふれあい広場迄

【時間】13:30～15:30

【その他】指定日に都合の悪い方は会計担当迄

会計担当 原 090-3709-0527

大鹿 090-9040-1594

事務局だより

バザー等への

「協力有難くございました」

10・11・12月の抹茶席・バザー等売上の収入が、10,550円でした。
収益金は、ナルクみのおの会計に計上させていただきます。ありがとうございます。なお、この度収納場所の関係上バザー品の提供を当分の間休止させていただきました。ご理解ご協力よろしくお願い致します。

ふれあい広場担当 福山 裕恵

ハイキング同好会・ハイキングにご関心のある皆様へ

4月からの「ハイキング同好会の予定」につきまして皆様のご意見をお聞かせいただきたく、次の通りご案内いたしますのでご出席お待ちしております。

【期日】 2月17日(月)

【時間】 13:30から

【場所】 みのお市民活動センター

多目的室(ふれあい広場)

【世話人】 岩崎 昭司

080・6115・2280

ナルク「健康麻雀同好会」大会

ナルク健康麻雀同好会は12月9日に年1回の大会を行いました。その結果、1位は武田さん、2位は小島さん、3位は藤丸さんでした。今年1年の締めくくりとなりました。

麻雀同好会世話人 井上雅太郎



12月の会員相互の助け合い】今月の会員同士の助け合いはありませんでした。

月日	内容	場所	集合・開始時間
1月25日(土)	新年会 多世代交流センター(稲ふれあいセンター)に於いて		11:00 受付
2月 3日(月)	ふれあい広場:バザー・2月生まれ「お誕生会」		13:30～15:30
2月17日(月)	ふれあい広場:バザーお抹茶席は開催(¥200)		市民活動センター
2月13日(木)	運営委員会	市民活動センター	13:30～
2月 6日(木)	歌声ひろば「響き」らいとびあ21 (要)申込み 嶋 090-7200-6948		10:00～11:30
2月12日(水)	健幸体操:健康講座・血流体操・スクエアステップ体操	市民活動C	13:30～15:30
2月26日(水)	健幸体操:血流体操・スクエアステップ体操・新体操	市民活動C	13:30～16:00
第2月曜日(2/10)・第3水曜日(2/19)	段々公園整備 雨天中止		15:00～16:00
2月は休み	ナルク 森のセラピー体験ウォーク		
*第2火曜日に行っていました、シニアズ・パーク(屋外)太極拳は、12月をもって終了させて頂きました。長い間参加いただきました皆様ありがとうございました。担当者一同			
第1 水曜日	ご近所クリーンウォーク(萱野チーム)市民活動C前 (集)	担当 大藪 (070-5654-9969)	
第2・4 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)	担当 福山 (090-3992-0514)	
第4 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)	担当 宮城 (080-3135-0669)	
金曜日	ご近所クリーンウォーク(東チーム)第1帝釈寺・第2東生涯・第3小野原交番・第4はなし	担当 中村他(090-3704-4838)	
*予定は諸般の状況により中止・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	
ハイキング	2月休み		岩崎 昭司	080-6115-2280
ゴルフ	当分の間お休みします		中田 秀明	090-3490-2180
健康麻雀	2/3・10・17・24 3/3・10・17・24	12:00～17:00	井上 雅太郎	090-3165-2150
東風会(麻雀)	2月6・20日	13:00～17:00	内 秀美	080-3796-0885
ダーツ	2月6・20日	13:00～16:00	嶋 隆夫	090-7200-6948
はがき絵(絵手紙)	2月3・17日	13:30～15:30	神代 素子	090-7361-9964
*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。				

2024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	0	96	87	0	183	0	0	65	48	113
累計	132	868	645	0	1,645	0	0	332	251	583

12月末現在の会員数	世帯数	会員数	男性	女性
	132	182(西45・中央84・東53)	63	119