



ナルク亀岡の  
ホームページ



(会員数 214 名)  
(世帯数 144 世帯)

# ナルク亀岡

## 丹の里

**11月**  
NPO法人  
NALC亀岡  
亀岡市篠町馬堀広道 2-5  
TEL&FAX: 0771-24-2173  
<http://www.nalc-kameoka.com/>

### 本部の幹部との懇談会報告

10月26日(日)10月度の運営委員会の後、平岩理事のお見舞いに亀岡へ来られた本部の和田副会長、西村副会長、田中専務理事、それに平岩理事を加え事務所で懇談会を行いました。まず本部からナルク発展5か年計画推進委員会の進捗状況の報告があり、①仲間を増やすナルク②会員の繋がり強化③あんしん生活支援事業④地域との連携深化⑤財政の健全化⑥機能強化の各分科会の内容とメンバーについての説明があり、5年後に会員数を2万人に増やす目標を決定したとの説明がありました。③の生活事業支援の具体事例集の原稿が理事会の承認を経て印刷され、年末までに各拠点に配布されるそうです。

その後意見交換の場があり、亀岡から時間預託活動の預託点数をもっと活発に利用する方法や送迎についての質問、時間預託活動を点数だけで無く金銭の報酬を貰える制度に出来ないか等の質問がありました。これに対して、和田副会長の出身拠点である枚方拠点での金銭の報酬のある介護事業の取り組みの説明があり、和気藹々の内に懇談会を終えました。

### 2025年度地域交流会スケジュール

地域区分	開催日	時間	場所
篠、王子 馬堀、見晴 広田、森、篠洗川	11月11日(火)	10時~12時	東部文化センター
東つつじヶ丘 西つつじヶ丘 南つつじヶ丘	11月17日(月)	10時~12時	東つつじヶ丘 ふれあいセンター

### 【予告】フラワーアレンジメント講習会

年末恒例の行事フラワーアレンジメント講習会の予告です。

- ・日時: 12月22日(月)10時~12時
- ・場所: 南つつじヶ丘コミュニティセンター  
(南つつじヶ丘ユタカの西側)
- ・講師: 森谷万知子さん
- ・持ち物: 切花ハサミ、(花器の持ち込み不用)
- ・材料費: 2,500円(花器、オアシス込み)  
受講を申し込まれた方の材料を事前に購入しますので、申込後のキャンセルは出来ません。  
材料は後日お渡します。
- ・定員: 20名と若干名



天龍寺塔頭・宝篋院 木下雅晴作

### \*『誰でも歩ける会』\*

『誰でも歩ける会』を実施します。涼しくなった秋の稗田野を楽しく語らいながらゆっくり歩き、軽い運動を楽しみましょう。

・日時: 11月25日(火)10:00~13:00

雨天時は中止

・場所: 「京都佐伯の里」⇄神蔵寺(往復約4km)  
・集合: 運動公園体育館裏の駐車場に10時集合

・経路: 運動公園体育館裏の駐車場に集合した後、体育館駐車場から「京都佐伯の里」まで車に分乗して移動。佐伯の里から神蔵寺を往復する。

・持ち物: お弁当、飲み物、帽子、拝観料(500円)

・申込/問合せ: 原田、日下部

又は事務所の申込書に記入

\*運動公園まで交通手段が必要な方は、配慮します。(申込書にその旨記載してください)



### 【予告】みずのきの除草手伝い

日時: 12月9日(火)10:00~12:00

雨天時は12月16日(火)に延期

場所: 知的障害者施設「みずのき」

集合場所: ガレリアかめおか 集合時間: 9:40

(車に乗り合わせてみずのきへ行きます。直接行かれてもOKです)

問合せ/申込: 足立、永井又は事務所申込書

運営委員会の報告(10月26日)

事務局より

- ・会員数は214名、世帯数は144で先月よりそれぞれ2減少。
- ・今後の予定として運営委員会は毎月最終日曜日、会報印刷は11月10日、12月8日。
- ・会計報告は上期累計で11万円黒字、サロン収入のアップ、賛助会費の増額が寄与している。
- ・グルメツアーは15名の参加、次回は2月頃の予定で、幹事は井上さん?
- ・みずのき奉仕活動は10月14日(火)で参加者18名。次回は12月であり、落葉集めが主、又ナルクよりお茶の提供はせず。来年度からは預託活動に変更し、参加者には預託点数1を付与する。
- ・親睦の『誰でも歩ける会』は11月25日(火)に運動公園集合し、分乗で佐伯の里に駐車、そこから徒歩で神蔵寺まで、拝観料500円必要、法話も聞けるかも。
- ・日銀、島津記念館見学は10月28日(火)、事前申請に参加者名簿が必要な為、早めの締め切りになった。
- ・地域交流会は11月に3回に分けて実施、各地域責任者はお茶、寿司の手配をする。
- ・フラワーアレンジメント講習会は12月22日(月)、参加費2500円、南つつじヶ丘CCで開催。
- ・新年会は1月13又は15日で実施、場所は溪山閣、玉川楼等が候補、アトラクションは会員で行う。
- ・ナルクサロン、開催日数5日、活動時間105時間、利用者数60名、またサロンスタッフ体験者あり。

お知らせ!! 好評の預託活動『包丁、刃物研磨』は残念ですが12月末で終了します。

事務所当番表(11月~12月)

		月曜日		火曜日		木曜日		金曜日		
11月	10	午前	会報印刷	11	午前	里城義彦	13	午前	足立三郎	
		午後	杉山靖子		午後	山田京子		午後	森谷仁/麻雀講習	
	17	午前	福丸保江/英語サロン	18	午前	平野英敏	20	午前	鈴木恒井/若返り	
	午後	横井富美/おとよみ		午後	堀家幸子/麻雀		午後	深谷のり子		
	24	振替休日		25	午前	里城里美/着物リメイク	27	午前	石川いづみ	
					午後	北村伸子		午後	森谷仁/麻雀講習	
12月	1	午前	福丸保江/英語サロン	2	午前	田中千代子	4	午前	鈴木恒井/若返り	
		午後	畑 侍郎		午後	堀家駿一/麻雀		午後	渡辺英治	
	8	午前	石川 操	9	午前	会報印刷	11	午前	足立三郎	
	午後	杉山靖子		午後	山田京子		午後	森谷仁/麻雀講習		
								12	午前	西川由紀子/ハーモニカ
									午後	井上美佐緒

【時間預託活動】

問合せ先: 森谷(23-1364)

活動内容	利用者	預託点	提供者				人数
送迎	1人	2	石川操	大石郁夫			2人
庭の除草・清掃	2人	13	吉田輝子	森本明子	平野英敏	大石郁夫 山田京子 堀家幸子	12人
			赤羽洋子	上杉一恵	原田悦雄	川原真由美 山内公夫 深谷のり子	
植木の選定	2人	2	平岩久和	大石郁夫			
講師	同好会	6	三嶋康子	深谷憲司			2人
	1人	2	渡辺英治				1人
ナルクサロン	亀岡市	105	西本郁子	西岡喜子	石川いづみ	森出 森谷仁 北村伸子	20人
			河原真由美	志水洋子	三嶋保和	石川 操 内藤智美 落田敏子	
			山口由美子	横井富美	山田京子	井上美佐緒 原田悦雄 上杉一恵	
			里城里美	法貴貞子			
ナルク活動	会報作成	4	石川 操	西本郁子	三嶋保和	森谷 仁	4人
	会計・集計作業	2	森谷 仁	渡辺英治			2人
事務所当番	丹の里	28	鈴木恒井	渡辺英治	志水由治	森本明子 福丸保江 畑 侍郎	24人
			田中千代子	堀家駿一	森谷仁	西川由紀子 井上美佐緒 山田京子	
			深谷のり子	山口由美子	日下部康子	横井富美 堀家幸子 吉田輝子	
			宮川育子	志水洋子	西本郁子	鴨井日出子 丹羽はるみ 安田初音	
計		164					67人

【奉仕活動】

問合せ先: 足立(24-3228)

活動内容	場所他	活動点	提供者				人数
子育て	見守り	15	足立秀雄	斎藤亀雄	乾富子		3人
みずのき奉仕活動	みずのき	36	足立三郎	三嶋保和	渡辺英治	原田悦雄 西本郁子 平岩久和	18人
			森出	大石郁夫	平野英敏	志水洋子 里城義彦 上杉一恵	
			落田敏子	木下雅晴	福村澄江	日下部康子 天羽栄子 鴨井日出子	
ナルク活動	運営委員会	20	足立三郎	永井春利	石川 操	三嶋保和 日下部康子 西本郁子	10人
			森谷 仁	渡辺英治	鴨井日出子	原田悦雄	
	会報配布	18	大石郁夫	石川 操	足立三郎	日下部康子 原田悦雄 安田初音	13人
			岡村京子	永井春利	平岩久和 森谷 仁 堀家駿一 北村伸子		
			鴨井日出子				
計		89					44人

10月分活動報告

### 活動報告

#### 【みずのき除草活動】

10月中旬で30度越えの中、賛助会員みずのき様の草引き、草刈作業を行いました。18名の参加で汗をかきながらの作業となりました。途中休憩では、みずのき施設内で春に収穫された梅ジュースやアイスクリーム、お茶など差し入れが用意されていました。軽トラ5~6台分の草の量になりみずのき様もナルクの活動に感謝されている様子が感じられ意義のある活動だとつくづく思いました。次回は12月9日(火)を予定しています。皆さんの参加をお待ちしています。(奉仕担当 足立)



#### 【俳句】



金木犀足とどむ香のいづこより  
時代祭賑はひ続く晴れ間かな  
雨上がりひそやかに萩こ下れをり  
熟睡に脳のまん中爽やかに  
天高し笑ひ飛して今日ひと日

西本 郁子  
丹羽 静代  
福村 澄江  
松本 恵子  
山田 二三子

#### 【第三回グルメの会】

渡辺 英治



10月11日(土)西京区の「レストラン スポタネ」で開催し、定員の15名でフランス料理のランチをいただきました。

築100年の古民家の店内は、古い掛け軸や襖があり歴史を感じられ、一方外に目をやるとツツジを中心とした落ち着いた庭があり、フランス料理の趣とは少し違いますが、料理とお店の雰囲気の両方を楽しむことができました。

スポタネとは、フランス語で「自然な」「ありのまま」という意味で、食材の良さをありのまま活かした料理を美味しくいただきました。特に自家栽培の新鮮な野菜の美味しさは絶品でした。また、珍しかったのがハウズキの実で、食材として出会ったのは初めてで甘くて美味しいものでした。料理はコース料理で、季節のオードブルからデザートまで5品、それぞれシェフ又はサービスの方が食材など丁寧に説明をしてくださり楽しみ方が広がりました。



食事は皆さんとの懇親を交えて2時間余りを楽しんで、最後は記念撮影でお開きとなりました。美味しいものをいただく自然と笑顔になり、皆さんの笑顔は最高でした。今回は渡辺と落田で幹事をさせていただきました。皆さんご協力ありがとうございました。

#### 【日本銀行・島津資料館を訪ねて】

10月28日に日本銀行京都支店と島津創業記念資料館を訪ねました。

日本銀行は河原町通りに在りながら、静かな佇まいでした。厳重な入行手続きを終えて会場に入りました。日本銀行の役目で金融政策をリードしていることを学びました。新札について、細かい印刷や手触りを教えてもらいました。一億円の札束を持つと、さすが重たいと感じました。一千万円は大金ですが意外に軽く思いました。



驚きました。物作りの弛みない歴史と精神を事業だけでなく家庭も大切にする社風を学びました。十五項目の「家庭を滅ぼす人」は自分自身の教訓にもなります。今日一日無事に過ごせることに感謝したいと思えます。

今回の研修には多数の参加を頂き、又島津のOBの方にも助力を頂きありがとうございました。(研修担当)



## 11月

\*印の【同好会】、行事については、当日午前7時現在の天気予報で降水確率40%以上の場合中止

日	曜日	時間	拠点行事及び【同好会】	【場所】
11	火	10:00~12:00	第2回地域交流会 篠地区・篠町	東部文化センター
12	水	10:30~15:00	ナルクサロン	【事務所】
13	木	14:00~16:00	初級マージャン講習会 (希望者は事前に連絡ください)	【事務所】
14	金	10:00~12:00	【楽しいハーモニカ】	【事務所】
15	土	亀岡駅8時30分 馬堀駅8時33分 ↓ 円町駅8時48分	*【元気会】◇お弁当持参の事◇歩行：4時間 ◇行先 大文字山	京都市左京区
		17:00~19:00	【ミニテニス】 ◇見学・体験歓迎！ 希望者は事前に連絡ください	詳徳小学校 体育館
16	日	14:00~16:00	【悠々クラブ】	【事務所】
17	月	10:00~12:00	第3回地域交流会 つつじヶ丘地区	東つつじヶ丘 ふれあいセンター
		10:00~12:00	【英語サロン】	【事務所】
		14:00~16:00	【おとよみの会】	【事務所】
		14:00~15:30	【社交ダンスサークル舞夢】	スタジオリンク
18	火	13:00~16:00	【健康マージャン】	【事務所】
19	水	10:30~15:00	ナルクサロン	【事務所】
		9:00~	*【グラウンドゴルフ】	ケヤキ公園
20	木	10:00~12:00	【若返り英会話】	【事務所】
21	金	30分前現地集合	*【ゴルフ】西コース 8時03分スタート	ベルグリーン
22	土	10:00~12:00	【カラオケ】	内丸町みずほ
24	月	13:30~15:30	【手芸サロン】	【事務所】
		14:00~15:30	【社交ダンスサークル舞夢】	スタジオリンク
25	火	10:00~13:00	だれでも歩ける会 会報1面参照	神蔵寺
		10:00~12:00	【着物リメイク】	【事務所】
26	水	10:30~15:00	ナルクサロン	【事務所】
27	木	14:00~16:00	初級マージャン講習会 (希望者は事前に連絡ください)	【事務所】
28	金	13:30~15:30	【俳句】 兼題：毛布・本	【事務所】
30	日	9:30~12:00	運営委員会	【事務所】

## 12月

1	月	10:00~12:00	【英語サロン】	【事務所】
		14:00~15:30	【社交ダンスサークル舞夢】	スタジオリンク
2	火	13:00~16:00	【健康マージャン】	【事務所】
3	水	10:30~15:00	ナルクサロン	【事務所】
		9:00~	*【グラウンドゴルフ】	ケヤキ公園
4	木	10:00~12:00	【若返り英会話】	【事務所】
6	土	17:00~19:00	【ミニテニス】 ◇見学・体験歓迎！ 希望者は事前に連絡ください	詳徳小学校 体育館
8	月	9:00~12:00	会報印刷・配布	【事務所】
		14:00~15:30	【社交ダンスサークル舞夢】	スタジオリンク
10	水	10:30~15:00	ナルクサロン	【事務所】

賛助会員(50音順) 亀岡病院・楠新聞舗・みずのき

11月