



ナルク亀岡の  
ホームページ

(会員数 216 名)  
(世帯数 145 世帯)

# ナルク 亀岡

## 母の里

# 7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/>

## ☆☆第27回定時総会☆☆ 議案書原案通り承認される！

6月15日(日)にナルク亀岡の第27回定時総会が南つつじヶ丘コミュニティセンターにて開催されました。出席者は出席者54名、委任状出席者105名、計159名でした。

総会では特に質問も無く、皆様にお配りした議案書に記載した全5議案が原案通り満場一致で承認され、代表以下三役は現状通り、運営委員は3名が新任、他の運営委員は留任の体制で今後のナルクの運営を務めることになりました。

総会後のアトラクションとして出演頂いた『保津川カルテット』の皆様による弦楽四重奏の演奏は参加された会員の皆さんに大変好評でした。



琵琶湖第一なぎさ公園のひまわり 木下雅晴作

参加の皆さんは爽やかな初夏の天候の下、楽しくプレーを行われました。上位の順位を下記します。

| 順位 | 氏名     | 1打数 | 2打数 | 合計 |
|----|--------|-----|-----|----|
| 1  | 永井 春利  | 3   | 9   | 50 |
| 2  | 清水 弘章  | 3   | 9   | 52 |
| 3  | 山崎 昇   | 2   | 7   | 55 |
| 4  | 村上 和義  | 2   | 8   | 58 |
| 5  | 中 龍雄   | 1   | 10  | 59 |
| 6  | 大野 照雄  | 1   | 10  | 59 |
| 7  | 三嶋 保和  | 1   | 9   | 60 |
| 8  | 清水 喜久子 | 1   | 8   | 63 |
| 9  | 堀家 駿一  | 1   | 9   | 64 |
| 10 | 原田 悦雄  | 1   | 7   | 64 |

## 【高齢者特殊詐欺予防講習会】

昨年度の特異詐欺被害は全国で21,000件718億円に達しています。講習会では詐欺に合わないために大切な事柄を話して頂きます。

- ・日時：7月22日(火) 10時～11時30分
- ・場所：南つつじヶ丘コミュニティセンター
- ・講師：亀岡警察署生活安全課 池田さん

## 【予告】第1回ボーリング大会

＝ボーリングで酷暑を吹き飛ばそう！＝

- ・日時：8月23日(土) 9時30分集合～12時
- ・場所：アルプラザ ボーリング場
- ・参加費：1,300円(別途貸し靴代310円)
- ・内容：2ゲームの合計点数(女性は10点のハンディキャップ有り)
- ・表彰：1位, 2位, 3位, 7位, 10位, BB位
- ・参加人数：最大24人



## 第1回京滋福岐地区連絡協議会報告

6月27日(金)に2025年度第1回京滋福岐地区連絡協議会が津市和邇のびわこ湖西拠点事務所でありました。本部から和田副会長が出席され、亀岡と東ローズタウンの京都2拠点びわこ湖西の滋賀1拠点、福井1拠点、岐阜1拠点が参加し、各地区の現状、本年度の重点実施事項と現状の課題について各拠点から報告がありました。

和田副会長から「ナルク発展5カ年計画」の基本的な考えとかが本部会報7月号に掲載されるとの報告がありました。

各拠点の問題点は亀岡と同じで、会員の減少、高齢化、送迎活動者の減少でした。

次回12月に亀岡での協議会を開催する事で会議を終了しました。

## 第6回ナルクグラウンドゴルフ大会報告

7月21日(土)にナルクグラウンドゴルフ大会が開催されました。2021年10月コロナ禍の中、屋外での新しい行事としてスタートした大会も早くも6回目を迎えました。全国のナルクでもグラウンドゴルフは盛んで、グラウンドゴルフクラブに入る為にナルクに入会する方も多いと聞いています。今回の出場者は24名と前回に比べ少し減りましたが



## 運営委員会の報告(6月29日)

事務局より

- ・会員数は1名入会、1名退会扱いにより世帯数145、会員数216名と前月と変わらず。
- ・第1回京滋福岐連絡協議会が27日に開催される。第2回は12月18日に亀岡拠点で開催。
- ・みずのき除草手伝いは12名参加、施設”亀山”の正面、中庭の草刈り、裏の運動場は草刈り機による作業実施。草刈り機の作業はしないとの前提だったはずとの意見が出る。草刈り機の燃料代の支給決定。
- ・第27回定時総会は6月15日に開催し参加者は54名で昨年並み、アトラクションも普段聴かない演奏で大好評。
- ・会計報告ではサロン受託金の振り込みが遅いとの報告、5月収支は受託金を入れたとすれば黒字。
- ・研修活動としては亀岡警察署に依頼して7月22日に特殊詐欺防止講座を開く。10月に日銀見学会予定。
- ・第6回Gゴルフ大会は天候に恵まれ予定通り終了、優勝は永井さん。
- ・バーベキュー大会は7月8日(火)に実施。バス旅行は実施したいが行事が多く、今年度は見送り。
- ・新企画のボーリング大会は8月23日実施、7月会報で予告する。
- ・グルメツアーの参加者は12名、見たこともない和食が出て感激、時間も丁度で好評のうち終了。
- ・ナルク農園の状況を適時会報に掲載し、会活性の一環とする。
- ・ナルクサロン、開催日数4日、活動時間 76時間、利用者数50名

ようこそ新入会員! ★☆ 6月 ☆★  
菱田さん

## 事務局当番表(7月~8月)

|    | 月曜日 |            |    | 火曜日 |             |    | 木曜日 |          |    | 金曜日 |         |
|----|-----|------------|----|-----|-------------|----|-----|----------|----|-----|---------|
|    | 午前  | 午後         |    | 午前  | 午後          |    | 午前  | 午後       |    | 午前  | 午後      |
| 7月 | 14  | 石川 操       | 15 | 午前  | 平野英敏        | 17 | 午前  | 鈴木恒井/若返り | 18 | 午前  | 大石郁夫    |
|    | 午後  | 杉山靖子       |    | 午後  | 堀家幸子/麻雀     |    | 午後  | 深谷のり子    |    | 午後  | 日下部康子   |
|    | 21  | 海の日        |    | 午前  | 里城里美/善物リメイク |    | 午前  | 吉田輝子     |    | 午前  | 志水洋子    |
|    | 午後  |            |    | 午後  | 北村伸子        |    | 午後  | 森谷仁/麻雀講習 |    | 午後  | 西本郁子/俳句 |
| 8月 | 28  | 鴨井日出子      | 29 | 午前  | 松本恵子        | 31 | 午前  | 三嶋保和     | 1  | 午前  | 志水由治    |
|    | 午後  | 丹羽はるみ/手芸   |    | 午後  | 山田京子        |    | 午後  | 宮川育子     |    | 午後  | 森本明子    |
|    | 4   | 福丸保江/英語サロン |    | 午前  | 田中千代子       |    | 午前  | 鈴木恒井/若返り |    | 午前  | 会報印刷    |
|    | 午後  | 畑 侍郎       |    | 午後  | 堀家駿一/麻雀     |    | 午後  | 渡辺英治     |    | 午後  | 井上美佐緒   |

## 6月分活動報告

## 【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     |         | 2人  | 5   | 原田悦雄  | 大石郁夫  | 石川 操  |       |       |       |     | 3人  |
| 庭の除草   |         | 1人  | 10  | 深谷のり子 | 赤羽洋子  | 上杉一恵  | 大石郁夫  | 堀家幸子  | 森 昭   |     | 10人 |
| 畑作業    |         | 1人  | 2   | 福丸保江  | 細谷正勝  | 原田悦雄  | 山田京子  |       |       |     | 1人  |
| 植木の選定  |         | 1人  | 2   | 岩本誠   |       |       |       |       |       |     | 1人  |
| 講師     |         | 1人  | 3   | 堀家駿一  | 堀家幸子  | 渡辺英治  |       |       |       |     | 3人  |
|        |         | 同好会 | 6   | 三嶋康子  | 深谷憲司  |       |       |       |       |     | 2人  |
| その他    |         | 3   | 4   | 森 昭   | 仲原すみ重 |       |       |       |       |     | 2人  |
| ナルクサロン |         | 亀岡市 | 76  | 西本郁子  | 西岡喜子  | 内藤智美  | 原田悦雄  | 森谷 仁  | 横井富美  |     | 17人 |
|        |         |     |     | 西岡喜子  | 西村弥生  | 三嶋保和  | 吉田輝子  | 落田敏子  | 石川いずみ |     |     |
|        |         |     |     | 石川 操  | 森 出   | 安田初音  | 里城里美  | 北村敏雄  |       |     |     |
| ナルク活動  | 会報作成    | 丹の里 | 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  |     |
| 事務局当番  |         | 丹の里 | 32  | 福丸保江  | 畑 侍郎  | 田中千代子 | 堀家駿一  | 鈴木恒井  | 渡辺英治  | 27人 |     |
|        |         |     |     | 北村伸子  | 森本明子  | 杉山靖子  | 里城義彦  | 赤羽洋子  | 足立三郎  |     |     |
|        |         |     |     | 森谷仁   | 西川由紀子 | 井上美佐緒 | 横井富美  | 平野英敏  | 堀家幸子  |     |     |
|        |         |     |     | 深谷のり子 | 大石郁夫  | 日下部康子 | 鴨井日出子 | 丹羽はるみ | 里城里美  |     |     |
|        |         |     |     | 志水洋子  | 吉田輝子  | 西本郁子  |       |       |       |     |     |
|        |         |     |     |       |       |       |       |       |       |     |     |
| 計      |         |     | 146 |       |       |       |       |       |       |     | 72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   |      |
|--------------|------|-----------|-------|------|------|-------|-------|-------|------|------|
| みずのき<br>奉仕活動 | みずのき | 26        | 三嶋保和  | 平岩久和 | 石川 操 | 森谷 仁  | 天羽栄子  | 日下部康子 | 13 人 |      |
|              |      |           | 大石郁夫  | 西本郁子 | 永井春利 | 井上美佐緒 | 木下雅晴  | 吉田輝子  |      |      |
| 子育て          | 見守り  | 21        | 足立秀雄  | 廣祿竜雄 | 乾富子  |       |       |       | 3 人  |      |
|              |      |           | 足立三郎  | 落田敏子 | 石川 操 | 原田悦雄  | 日下部康子 | 西本郁子  |      |      |
|              |      | 運営<br>委員会 | 20    | 三嶋保和 | 森谷 仁 | 渡邊英治  | 鴨井日出子 |       |      | 10 人 |
|              |      |           |       | 大石郁夫 | 石川 操 | 足立三郎  | 日下部康子 | 原田悦雄  | 安田初音 |      |
| ナルク活動        | 会報配布 | 18        | 岡村京子  | 永井春利 | 平岩久和 | 森谷 仁  | 堀家駿一  | 北村伸子  | 13 人 |      |
|              |      |           | 鴨井日出子 |      |      |       |       |       |      |      |
| 計            |      | 85        |       |      |      |       |       |       | 39 人 |      |



## ☆新しく入会された方の自己紹介と抱負などを紹介します☆

## 【初めての出会い】

菱田 美栄子



ナルク活動・同好会体験など、いろいろな事が出来て視野が広がり  
楽しい毎日が送れそうで嬉しいです。

よろしくお願いいたします。

## 活動報告

## 【みずのきの除草】

5月に続き6月も除草作業を行いました。13名の参加者は草刈り機組と草取り組に分かれ運動場と畑など広場をきれいにしていきました。暑い日でしたが熱中症にならないよう気をつけながら作業を進めました。参加者の皆様ご苦労様でした。

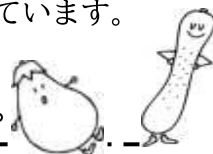
今回は10月と11月に実施予定です。多数のかたのご参加をお願いします。



## ナルク農園からのお知らせ！！

現在6名のメンバーで農園の作業を行っています。今年は梅雨が早く終わりましたので、野菜の水やりが大変になると考えています。夏野菜の収穫時期に入りまして、キュウリや茄子、トマト、ピーマンが沢山取れています。

これを会員の皆さんに安価でお分けしたいと考えています。  
同好会の席上に持って行きますので、ご協力をお願いします。



## 行事報告

## 【ナルクグルメの会】

第二回ナルクグルメの会を6月24日(火)12時より12名の参加で開催させて頂きました。会場は余部にある「京懐石 雅」です。

亭主の西田浩二さんは、現代の名工、黄綬褒章を受章された伝説の料理人、丸田明彦氏に師事、「料理は五感のすべてに働きかける芸術」という信念のもと、伝統ある京料理の技法と新しい献立、調理法を融合し、今の時代に合う美味を追求することに心血を注ぐ、丹波亀岡京料理を目指す24時間年中無休の料理人です。お店の定休日の水曜は府から依頼された食育の先生や母校の調理実習など、後進育成に尽力を注いでいます。

皇太子ご夫婦が御所にお泊りの際、料理人として推薦され御所の厨房で腕を振るいわれた数少ない京料理の料理人でもあります。今回、お店を知ってはいるけ

ど敷居が高くて中々入れないと言われる方をご案内できて、単に交流会に留まらないのはグルメ会に最もふさわしい事と思いました。

お料理はひまわりを思わせる涼しげな前菜、炙ったスズキが沁みる海鮮サラダ、ただのカマスじゃない焼物、アナゴが潜んで不思議な柳川温物、香り豊かな飯物、香の物と私たちの為に手間暇かけて物凄く頑張ってくれたと感じました。

初めてナルクでの幹事という大任を任せられ、参加者の笑顔を見送り、やり切った感を味わえたのも束の間、その後に押し寄せる「あーすればよかった」「こーすればよかった」の怒涛の反省点は一体何なんでしょう。次回(10月開催予定)の幹事にしっかり引き継ぎ、回数ごとにバージョンアップしていく、この先何十年も続く立派な交流行事にしたいです、いや、してみせます!!

一緒に幹事をしてくださった森谷さん、運営委員会でいろいろアドバイスを下さった先輩方、何があっても責任は取るぞの三嶋代表、参加して下さい先輩方、本当にありがとうございました。

井上 美佐緒

## 【俳句】

海光り舟舳揺るるや大花火  
枇杷はバラ科去年の花が実になりて  
紫陽花の雨のほひを運をり  
伐らぬなら今頃筆筒桐の花  
沢蟹や上目使いの目と合ひぬ

西本 郁子  
丹羽 静代  
福村 澄江  
松本 恵子  
山田 三子

## 7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】        |
|----|----|-----------------|--------------------------------------|--------------|
| 10 | 木  | 10:00~12:00     | 会報印刷・配布                              | 【事務所】        |
|    |    | 14:00~16:00     | 初級マージャン講習会<br>(希望者は事前に連絡ください)        | 【事務所】        |
| 11 | 金  | 10:00~12:00     | 【楽しいハーモニカ】                           | 【事務所】        |
| 12 | 土  | 10:00~12:00     | 【水彩画】                                | 【事務所】        |
| 14 | 月  | 14:00~15:30     | 【社交ダンスサークル舞夢】                        | スタジオリンク      |
| 15 | 火  | 13:00~16:00     | 【健康マージャン】                            | 【事務所】        |
| 16 | 水  | 10:30~15:00     | ナルクサロン                               | 【事務所】        |
|    |    | 8:00~           | *【グラウンドゴルフ】<br>★(注意) 開始時間8時に変更       | ケヤキ公園        |
| 17 | 木  | 10:00~12:00     | 【若返り英会話】                             | 【事務所】        |
| 18 | 金  | 30分前現地集合        | *【ゴルフ】(アウト8:30スタート)                  | れいせんゴルフC     |
| 19 | 土  | 17:00~19:00     | 【ミニテニス】<br>◇見学・体験歓迎! 希望者は事前に連絡ください   | 詳徳小学校<br>体育館 |
|    |    | ガレリア集合<br>9:00~ | *【元気会】◇お弁当持参のこと◇歩行:4時間<br>◇行先 須知城、琴滝 | 京丹波市         |
| 20 | 日  | 14:00~16:00     | 【悠々クラブ】                              | 【事務所】        |
| 21 | 月  | 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      |
| 22 | 火  | 10:00~12:00     | 特殊詐欺防止研修会 (詳細は1面に記載)                 | 南つつじヶ丘CC     |
| 23 | 水  | 10:30~15:00     | ナルクサロン                               | 【事務所】        |
| 24 | 木  | 14:00~16:00     | 初級マージャン講習会<br>(希望者は事前に連絡ください)        | 【事務所】        |
| 25 | 金  | 13:30~15:30     | 【俳句】兼題:トマト・川                         | 【事務所】        |
| 26 | 土  | 10:00~12:00     | 【カラオケ】                               | 内丸町みずほ       |
| 28 | 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      |
| 30 | 水  | 10:30~15:00     | ナルクサロン                               | 【事務所】        |

◇着物リメイク7月8月休会

## 8月

|   |   |             |                                    |              |
|---|---|-------------|------------------------------------|--------------|
| 2 | 土 | 17:00~19:00 | 【ミニテニス】<br>◇見学・体験歓迎! 希望者は事前に連絡ください | 詳徳小学校<br>体育館 |
| 4 | 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      |
| 5 | 火 | 13:00~16:00 | 【健康マージャン】                          | 【事務所】        |
| 6 | 水 | 10:30~15:00 | ナルクサロン                             | 【事務所】        |
|   |   | 8:00~       | *【グラウンドゴルフ】<br>★(注意) 開始時間8時に変更     | ケヤキ公園        |
| 7 | 木 | 10:00~12:00 | 【若返り英会話】                           | 【事務所】        |
| 8 | 金 | 10:00~12:00 | 会報印刷・配布                            | 【事務所】        |
| 9 | 土 | 10:00~12:00 | 【水彩画】                              | 【事務所】        |

◇楽しいハーモニカ8月休会

賛助会員(50音順) 亀岡病院・楠新聞舗・みずのき

7月

