



(会員数 216 名)
(世帯数 146 世帯)



ナルク亀岡の
ホームページ

ナルク 亀岡

丹 の 里

8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/>

納涼バーベキュー大会に30名 が集い歓談 於：るり溪温泉

7月8日(火)年に一度は野外にて美味しい焼肉を食べようという事で、午前11時にるり溪高原の大型バスにて亀岡市民病院前から6名、亀岡駅北口6名、ガレリア8名の計20名さらに10名はそれぞれのマイカーで、総勢30名が目的地を目指し約1時間後に到着し全員抽選で決まった席へ着席しました。

例年バーベキュー大会は梅雨の明ける7月20日前後に計画していましたが、本年は7月上旬という早い時期に計画しました。それに合わせたように梅雨も明けて、開会時は絶好のバーベキュー日和となりました。

代表の乾杯の音頭で全員がビール、ソフトドリンクを呑み干し、ビールやソフトドリンクが飲み放題ということもあって、10分後にはお酒の好きな3人位の方が次から次へと席を回り談笑され、各席大いに話が弾んでいました。

毎回恒例のハーモニカの大ベテラン大野さんによる演奏も加わり盛り上がりしました。

途中短時間の急な大雨に見舞われましたが終了時には晴れ、最後に写真家の木下雅晴さんに集合

写真を撮ってもらいお開きとなりました。



びわ湖の花火 木下雅晴作

第1回ボーリング大会 ニボーリングで酷暑を吹き飛ばそう！ニ

- ・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



【予告】第3回ナルクグルメの会

京都西山 自然豊かな大原野の郷
古民家でフランス料理を楽しみましょう

- ・日時：10月11日(土) 12時～14時
- ・場所：レストラン スポンタネ
(京都市西京区大原野上里北ノ町 697-1)
- ・食事：『フランス料理コース』
季節のオードブル
スープ
お魚料理
お肉料理
デザート
- ・費用：4,800円(税込) 飲物代は別 *先着15名
- ・集合場所：事務所付近の駐車場に11:30集合
乗り合わせてお店へ行きます



- ・申込：
- ・申込締切：9月20日(土)

運営委員会の報告(7月27日)

事務局より

- ・会員数は1名入会、1名死亡退会で世帯数+1の146、会員数は216名と前月と変わらず。
- ・バーベキュー大会の報告では、野外活動の為か盛り上がり、肉の評判も悪くなかった。研修「高齢者特殊詐欺」では詐欺にかからない為には海外よりの電話拒否が有効との話。詐欺電話は海外からが8割超。
- ・ボーリング大会は現在12名と少ないが使用レーン数を減らして参加人数に対応する。
- ・会計報告ではサロン受託金の振り込みもあり6月末の収支差もプラス計上。
- ・訃報があった場合にはナルク亀岡としては会員間の公平の為に弔電はしないことに決定した。
- ・本部よりナルク発展5ヵ年計画推進委員会設立の為、その委員を役員より募ったが、前回のナルク発展プロジェクトと変わらないとの意見も出て亀岡からは委員の擁立はしないことになった。
- ・ナルク農園は順調、マージャン講習会は8～10人の参加で活気あり。いずれ同好会への移行も視野に。
- ・第3回ナルクグルメ会は10月11日(土)に、日銀見学会は島津記念館見学と併せて行い10月28日(火)に決定した。また地域交流会は11月に3回に分けて実施し日程が決定。
- ・ナルクサロン、開催日数5日、活動時間 95時間、利用者数62名

ようこそ新入会員! ☆☆ 7月 ☆☆
(男性) 西田和美さん(篠町野条馬場前)

【訃報】お悔やみ申し上げます
(男性) 河原和美 様(71歳)が6月23日に逝去されました。ご冥福をお祈り申し上げます。

事務所当番表(8月～9月)

		月曜日		火曜日		木曜日		金曜日				
8月	11	山の日		12	午前 里城義彦 午後 赤羽洋子	14	お盆休み 午後 森谷仁/麻雀講習		15	お盆休み		
	18	午前	福丸保江/英語サロン	19	午前	平野英敏	21	午前	鈴木恒井/若返り	22	午前	志水洋子
		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		午後	西本郁子/俳句
	25	午前	鴨井日出子	26	午前	里城里美/着物リメイク	28	午前	吉田輝子	29	午前	笠浪洋美
		午後	丹羽はるみ/手芸		午後	北村伸子		午後	森谷仁/麻雀講習		午後	安田初音
	9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	5	午前
午後			畑 侍郎	午後		堀家駿一/麻雀	午後		渡辺英治	午後		森本明子
8		午前	会報印刷	9	午前	里城義彦	11	午前	足立三郎	12	午前	西川由紀子/ハーモニカ
		午後	杉山靖子		午後	赤羽洋子		午後	森谷仁/麻雀講習		午後	井上美佐緒

7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		1人	2	大石郁夫 石川 操								2 人
講師		同好会	4	三嶋康子								1 人
その他		1	1	森 昭								1 人
ナルクサロン		亀岡市	95	西本郁子	志水洋子	杉山靖子	森 出	森谷 仁	北村伸子	20 人		
				吉田輝子	内藤智美	三嶋保和	原田悦雄	上杉一恵	西岡喜子			
				河原真由美	石川 操	横井富美	安田初音	落田敏子	里城里美			
				石川いづみ	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		
事務所当番		丹の里	33	田中千代子	堀家駿一	鈴木恒井	渡辺英治	志水由治	志水洋子	29 人		
				福丸保江	畑 侍郎	赤羽洋子	森谷 仁	西川由紀子	井上美佐緒			
				石川 操	杉山靖子	平野英敏	堀家幸子	深谷のり子	大石郁夫			
				日下部康子	横井富美	里城里美	北村伸子	吉田輝子	西本郁子			
				鴨井日出子	丹羽はるみ	山田京子	三嶋保和	宮川育子				
計			141									59 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	13	足立秀雄	斎藤竜雄	乾富子				3 人
ナルク活動	運営委員会	18	足立三郎 森谷 仁	落田敏子 渡邊英治	石川 操 鴨井日出子	三嶋保和	日下部康子	西本郁子	9 人	
	会報配布	18	大石郁夫 岡村京子	石川 操 永井春利	足立三郎 平岩久和	日下部康子	原田悦雄 堀家駿一	安田初音 北村伸子	13 人	
計			49	鴨井日出子						25 人

行事報告

特殊詐欺防止講座

7月22日10時から南つつじコミュニティセンターで、特殊詐欺について、亀岡警察生活安全課の職員に学びました。高齢者を狙った電話による詐欺が多く発生しています。亀岡市でも何件か発生しているようですが、その発生件数は警察が把握しているものだけで、実態は被害者が届け出をせずに泣き寝入をしている場合がかなりあるとのことでした。詐欺行為をする者には、犯罪的に効率が良くて捕まるリスクも少ないそうです。とても許しがたい犯罪です。

警察の勧めで、家の電話器に外国からの電話がかかなくなる届をしました。この頃は、外国を拠点とした犯罪組織からの電話がほとんどのためです。

このような犯罪に巻き込まれないように、十分注意しましょう。

(研修担当)



【俳句】

合宿は河原にテンー夏休
捜し物して今日一日(ひとひ) 七月尽
鈴虫のかすかに聞こゆ電話口
タモリ氏やけふも博識サングラス
一周忌何も変わらぬ夏座敷

西本 郁子
丹羽 静代
福村 澄江
松本 恵子
山田 二三子

残暑お見舞い申し上げます



寝冷え・熱中症などに注意してもうしばらくの暑さを乗り切ってください。



【農園サロン】便り

(ナルク農園改め)

春に植えた夏野菜のキュウリやトマトの苗が立派に成長しました。6月初めから実がなって収穫できるようになりました。6月のはじめから7月20日までにキュウリは110本、ナスは60個ぐらい収穫できました。その後は記録できないほど収穫できています。

今年は猛暑続きで、野菜にも人にも影響がありました。今までの知識や経験が通じないことがありました。特にキュウリは、小さいから後3日ほど置いておけば丁度良い大きさになると思っていた、実際にその日に行けば、30cm級の巨大キュウリになっていることがしばしばありました。ナスは少し時間が経つと皮が固くなって、つやの無いものになっていました。ピーマンは実が大きく成長しませんでした。トマトは木が大きく育ち、それなりに実を付けてくれましたが虫にやられてしまうものがありました。きっと美味しく出来上がったのでしょう。

このできた野菜を会員の皆さんにも食べて頂こうとナイロン袋に入れて、同好会や会合の席に出して買って頂きました。もっと沢山出来ればよかったのですが、総計で68袋以上協力して頂きました。ありがとうございました。

まだまだ、手探りで野菜を作っています。もっと経験を積んで、会員の皆さんに提供できるようにしたいと思います。

(農園サロン会員)



美味しく新鮮なきゅうり・なすび・トマト等分けていただきました。とても美味しかったです。皆さんの努力のたまものです。また楽しみにしています。(同好会の一会員)

8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	月	14:00~15:30	【社交ダンスサークル舞夢】	スタジオリンク
13	水	10:30~15:00	ナルクサロン	【事務所】
14	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】
16	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
18	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
19	火	13:00~16:00	【健康マージャン】	【事務所】
20	水	10:30~15:00	ナルクサロン (偶数月 スタッフ打ち合わせ)	【事務所】
		8:00~	* 【グラウンドゴルフ】	ケヤキ公園
21	木	10:00~12:00	【若返り英会話】	【事務所】
22	金	13:30~15:30	【俳句】兼題：桐一葉・参	【事務所】
23	土	10:00~12:00	【カラオケ】	内丸町みずほ
		10:00~12:00	ボーリング大会	平和堂
25	月	14:00~15:30	【社交ダンスサークル舞夢】	スタジオリンク
27	水	10:30~15:00	ナルクサロン	【事務所】
28	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】
31	日	9:30~12:00	運営委員会	【事務所】

◇着物リメイク 悠々クラブ 楽しいハーモニカ 元気会 手芸サロン ゴルフ8月休会

9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】
		8:00~	* 【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	10:00~12:00	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

8月