



NPO法人ニッポン・アクティブライフ・クラブ

NALC 寝屋川 かづきの会

〒572-0034 寝屋川市池田南町1-3

TEL/FAX 072-828-0769

E-mail nalc-hachikaduki@spice.ocn.ne.jp

ホームページアドレス

<https://kadukinokai.sakura.ne.jp/wp/>



迷い込んできた仔猫「ミー」

成美の森こども園担当 平田 幸子



拾った仔猫「トントン」は、18年一緒に暮らし3年前に旅立ちました。

もう動物は飼わないと思っていたのですが、庭に仔猫が迷い込んできました。ミーと

名付けて家で飼うことにしました。

最初は怖がっておどおどしていましたが、今で

は来客も平気です。帰られる時は門まで見送ります。門柱に登っては通人を見て、可愛いねと言われます。好きな所で寝て、外へ出たい時は鳴いて知らせ、お腹がすいたときは流しの前に座ります。

今では「ミー」中心の生活です。私達も健康に気を付けていつまでも一緒に暮らしたいと思っています。「ミー」よろしくね。

1. 9月度運営委員会

9月 8日(月) 13:30~ 事務所2階

2. 北河内地区連絡協議会の開催

日時 9月17日(水) 14:00~16:45

場所 エスポール第1講義室

参加 枚方拠点・交野拠点・寝屋川拠点運営委員

内容 本部方針について(田中専務理事) 各拠点の活動状況報告 課題について情報交換

懇親会 17:00~19:00

「がんこ店」にて

お知らせ

- 「福祉フェスタ」の開催⇒市民活動センター
日時 9月28日(日) 10:00~15:00
場所 市民会館4階

※今年の「ふれあいフェスタ」は部門別に開催されます。

ナルクからは、活動案内ポスターの展示、手作り品販売、ハンドマッサージを行います。

(※ 福祉部門の活動紹介をぜひご覧ください。)

- 誕生日お祝いサロンについて

今年は「干支」が同じ方々の交流会を企画しました。12支を3つのグループに分けます。まず最初は「子、丑、寅、卯」の干支の皆さんです。

日時 10月6日(月) 12時~「がんこ店」

会費 1,000円

申し込み〆切・・・9月20日 事務局まで

2025年 7月 ボランティア活動報告

※ 時間預託活動

| 活動内容 | | 活動時間 | 活動者数 |
|--------------|----------|------|------|
| 預託点数利用 | | 14 | 6 |
| 預託点数なし会員利用 | | 0 | 0 |
| | | | |
| 提 供 | 編み物クラブ | 4 | 4 |
| | 生け花 | 0 | 0 |
| | お茶会クラブ | 0 | 0 |
| | 季節特別行事 | 0 | 0 |
| | 喫茶いこい | 0 | 0 |
| | 植物管理 | 23 | 4 |
| | ネーム付け | 8 | 4 |
| | | | |
| 活 動 | 傾聴 | 4 | 2 |
| | 麻雀 | 4 | 2 |
| | 俳画 | 0 | 0 |
| | ハンドマッサージ | 4 | 2 |
| 輝きのまち池田 | | 14 | 7 |
| GH つかさの家 | | 0 | 0 |
| GH FMC | | 0 | 0 |
| GH なごやか | | 0 | 0 |
| GH ここから高宮 | | 0 | 0 |
| GH ここから木田元宮 | | 0 | 0 |
| レストランサービスなな | | 0 | 0 |
| 講師 等 | | 0 | 0 |
| コーディネイト | | 0 | 0 |
| 事務所当番 | | 34 | 19 |
| 会報編集・会計・会員管理 | | 12 | 12 |
| | | | |
| 合 計 | | 121 | 62 |

※ 奉仕活動

| 活動内容 | 活動時間 | 活動者数 |
|-------------------|------|------|
| 輝きのまち池田イベント | 0 | 0 |
| エイジフリー・ライフ香里園特別行事 | 0 | 0 |
| グループホーム運営推進会議 | 0 | 0 |
| 学童見守り活動(東小) | 2 | 1 |
| ねやがわ成美の森こども園 | 4 | 4 |
| 公園清掃等 | 5 | 5 |
| 会報(製本・配布) | 32 | 11 |
| 事務作業・他 | 12 | 4 |
| 手作りクラブ | 25 | 5 |
| イベント | 0 | 0 |
| | | |
| 合 計 | 80 | 30 |

※ 時間預託利用明細

| 活動内容 | | 時間 | 利用者 | 活動者 |
|------|---------|----|-----|-----|
| 7/2 | 庭木の剪定 | 4 | 1 | 2 |
| 7/4 | 庭の手入れ | 6 | 1 | 3 |
| 7/8 | パソコンの調整 | 4 | 1 | 1 |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| 合 計 | | 14 | 3 | 6 |

訃報のお知らせ

愛場 隆彬 さん

山西 恵子 さん

謹んでご冥福をお祈りいたします

賛助会員 ご支援有難うございます、今後ともよろしくお願ひいたします。

エイジフリー・ライフ香里園

レストランサービスなな

エイジフリー・ライフなみはや

グループホームここから木田元宮

山のあなたの空遠く、
さいわい住むとひとのいう
(上田 敏 訳)

父三一歳・母二八歳 ある日突然役所から父に赤紙が来ました。なにはともあれ母方の祖父に連れられ、私、一つ下の弟とバスで京都二条駅へ父を送りに行きました。

私たち三人は父を残し途中下車しましたが「私もお父さんと行く」と言ったのを覚えています。

母は七ヶ月の身重で見送りには行けませんでした。(身重の妻が見送るのは女々しいと言われた時代です)そのまま、父は永久に帰ってきませんでした。

後に聞くところによると陸軍で暑いあつい・ニューギニア、食料は全くなく餓死したらしいと聞かされました。遺骨は勿論、証拠になるものは何も帰ってきませんでした。

母が父と過ごした日々は五年間のみ。それから母の戦争が始まりました。

母の実家は京都市内の呉服商、恵まれた環境で育った母のそれから厳しいものになりました。

慣れない父の郷へ空襲を逃れて疎開(京都府京北町)知らない人たち。持っている着物を農家の人に米と換える、空き地を耕し野菜を作る等々食料を手に入れる事、三人の子育てに必死の生活でした。

この一つの山を越えれば・この厳しさがいつか楽になるだろうかーと。

ああ我、人ととめゆきて
涙さしぐみ帰り来ぬ

気丈夫な母、私は母の涙を見たことが有りません。母は一度私の小学生だった息子(孫)に涙ながらに苦勞をした話をした時、我が息子が「おばあちゃんが泣いたら僕も悲しいわ」とおしゃべりしていたのを聞いたことがあります。

山のあなたのなお遠く、
さいわい住むとひとのいう

母はいくつかの厳しい山を越えて、ささやかな幸せを見ることができたのだろうか。

私は毎朝写真の父に、苦勞の長い涙の一生、六十年間を送った母のそばに、ずっと共にいてあげてほしいとお願いしています。

戦争・人生を変えてしまう不幸。

今まだどこかの場所で悲しい戦いが・

悲しむ人が無くなるよう、

世界中が平和であつて欲しいと願う

昨今です。

終戦八十年によせて



合唱団「はなみずき」便り

担当 今泉 三千代

少し涼しくなってほしいと願う今日この頃ですが、
10月の発表会に向かって熱心に取り組んでいます。
新曲は、やはり難しいですが頑張ります。

練習曲：ソーラン節、琵琶湖周航の歌、
心の歌 おおスザンナ、小さな空 他

| 練習日 | 時間 | 場所 |
|----------|-------------|---------------|
| 9月 5日(金) | 10:30~11:30 | エスポアール 音楽室 |
| 9月19日(金) | 13:30~15:00 | 清水町公民館 |
| 10月3日(金) | 13:30~15:00 | 清水町公民館 |

時間預託活動

| 項目 | 活動日 | 活動時間 | 8月活動者 | 担当者 |
|--------|----------|-------------|-----------------------|-------------------|
| 会員助け合い | 8月 1日(金) | 9:00~10:00 | 今泉(浩) | 後藤 和代 829-5436 |
| | 8月20日(水) | 11:00~13:00 | 石川、今泉(三)、後藤 | |
| | 8月27日(水) | 11:00~13:00 | 今泉(三)、吉延 | |
| 会報編集 | 毎月20日~月末 | 随時 | 今泉(三)、大谷、甲林、 萩中、柳生 | 柳生 守義 380-8132 |
| 会計 | 随時 | 随時 | 今泉(浩) | 今泉 浩 827-6234 |
| 会員管理 | 随時 | 随時 | 今泉(浩)、和田 | 和田 洋子 828-9206 |

有料老人ホーム支援

エイジフリー・ライフ香里園

後藤 和代 829-5436

| 項目 | 活動予定日 | 活動時間 | 活動予定者 | 担当者 |
|--------|----------------------|-------------|-------------------|-------|
| お茶会クラブ | お休みです | | | 今泉三千代 |
| 植物管理 | 月曜、火曜 木曜、土曜 | 9:00~11:00 | 後藤、竹村、篠田、西尾 | 後藤 和代 |
| 編み物クラブ | 9月12日(金) 9月26日(金) | 10:00~11:00 | 今泉、石川、黒川、後藤 | 後藤 和代 |
| ネーム付け | 不定期 | 不定期 | 京田、船曳、竹村、石川 後藤 | 竹村 佳子 |

エイジフリー・ライフなみはや

後藤 和代 829-5436

| 項目 | 活動予定日 | 活動時間 | 活動予定者 | 担当者 |
|--------|-----------|-------------|----------|-------|
| 傾聴 | 9月 3日(水) | 10:00~12:00 | 大谷、河田 | 後藤 和代 |
| 麻雀 | 9月 16日(火) | 13:00~15:00 | 田、西尾 | |
| ウクレレ演奏 | 9月 26日(金) | 13:00~15:00 | ウクレレサークル | |

デイサービス支援

| 施設名 | 活動日 | 活動時間 | 活動者 | 活動内容 | 担当者 |
|-------------------|---------|------------|--------|-----------|-------|
| 輝きのまち池田 | 毎・月・木曜日 | 9:45～11:45 | 8P に掲載 | ブロー・湯飲み洗浄 | 吉延いせ香 |
| レストラン デイサービスなな | 都合により中止 | | | マージャン | 石川 光子 |

グループホーム支援

河田 初代 822-8981

| 施設名 | 活動予定日 | 活動予定者 | 活動内容 | 担当者 |
|----------|----------|-------|------------------------|--------|
| なごやか | 都合により中止 | | 散歩の車椅子介助 話し相手、ハンドケア | 河田 初代 |
| つかさの家 | 都合により中止 | | ハンドケア 話し相手 | 清水ヨシ子 |
| F M C | 都合により中止 | | 書道 | 河田 初代 |
| ここから高宮 | 都合により中止 | | ハンドケア 話し相手 | |
| ここから木田元宮 | 9月18日(木) | 石川、吉延 | ハンドケア 話し相手 | 吉延 いせ香 |

奉仕活動

| 項目 | 活動予定日 | 活動時間 | 8月活動者 | 担当者 |
|------------------|----------------------|---------|-----------------------------------|-------------------|
| ねやがわ成美の森 こども園 | 9月26日(金) | 10時～11時 | なし | 平田 幸子 826-0826 |
| ねやがわこの木 保育園 | | | なし | |
| 公園清掃 | 9月12日(金) 9月26日(金) | 9時～10時 | 中村、平田 | 中村 久子 826-9421 |
| 東小学校見守り隊 | 毎週水曜日 | 14時～15時 | 河田 | 河田 初代 822-8981 |
| 会報折込 | 10月5日(日) | 13時30分～ | 石川、大谷、河田、杉村、中村 和田 | 河田 初代 822-8981 |
| 会報配布 | 毎月上旬 | 随時 | 石川、大谷、嘉手川、河田、甲林 杉村、中辻、中村、村上、和田 | |

日常生活支援総合事業

| 活動日 | 活動時間 | 活動内容 | 8月活動者 | 担当者 |
|----------|-------------|----------|-------------|-------------------|
| 8月 1日(金) | 9:00～10:00 | PC ネット対応 | 今泉(浩) | 河田 初代 822-8981 |
| 8月20日(水) | 11:00～13:00 | 調理と食事会 | 石川、今泉(三)、後藤 | |
| 8月27日(水) | 11:00～13:00 | 散歩、食事会 | 今泉(三)、吉延、米倉 | |

—— 今思うこと・・・父が(その時代の国策に従って)岐阜→北海道→樺太へ —— 河田 利夫

樺太で生まれてよかった。

貴重な経験とふる里がある。生きる力を育てられた。1889年、父が19才の時、政府の求める北海道の開拓農業者として、十勝地方(現在の清水町)へ入植した。40町歩の畑を所有するころ、政府から、日本に帰属した樺太への入植募集があり、好条件のため決心してオホーツク海側の中央部にある元泊^{もとどまり}に決めたという。港があり、陸地を少し入った所、小高い山が通っていて、海に流れる大川と沢から大川へ流れ交わる所、山へ向かう一本道の所にわが家はあった。

わが家には馬、牛と綿羊が数頭、鶏、犬と役割のある家畜が居り、子ども仕事も多かった。大川には鮭が産卵のため上るのを取る仕組み作りも親に教わり

ながら楽しんだ。

冬は、一面に雪景色なのでスキーは離せない。

大阪へ来ても、冬になればスキーへ通うことが多かった。わが子も幼稚園から、近くのスキー場で特訓したのがなつかしい。

帰国船に乗らずに帰ってきて、同じ村の姉の嫁ぎ先(漁師宿舎経営)へ引越した。オホーツク海の元泊漁港に近く、村にはソ連兵舎もでき村は一変した。学生、先生も少なくなり5~6年生は漁港で漁師の手伝いとなった。家では、食パンや調味料等買いの担当になり、ロシアパン3kgを2kg 売りなので切れ端は食べてもよいので帰り道に食べながら帰った。

学校は週に1日登校する。ロシアの学生も入っているので、休み時間に覚えたロシア語で話したりした。

サークル活動

9 月 の 予 定

気軽に参加しましょう!

| サークル名 | 月 | 実施日 | 特 記 事 項 | リーダー | |
|-------------------|------------|-----------|--------------------------|------------------------|------------------|
| お抹茶会 | 9 | お休みです | 次回は10月20日(月)を予定しています。 | 今泉 827-6234 | |
| スマホ相談 | 9 | 24(水) | 13時~ 事務所2階 | 今泉(浩) 827-6234 | |
| ウクレレ | 9 | 毎週土曜日 | 9時~12時 エスポアール音楽室 | 平嶺 829-9058 | |
| ギター「レント」 | 9 | 9(火)23(火) | 10時半~ 事務所2階 | 今泉 827-6234 | |
| ハーモニカ | 9 | お休みです | | 後藤 829-5436 | |
| カラオケ (懐メロうたい隊) | 9 | 17(水) | 13時半~ ジャンカラ2階ロビー集合 | 村上(雅) 080-3864-3192 | |
| スケッチの会 | 9 | 24(水) | 10時~ アクリル画に挑戦です 事務所2階 | 後藤 829-5436 | |
| グラウンド・ゴルフ | 9 | 22(月) | 9時半~ 大利はなみずき公園 | 池田 827-0894 | |
| 卓球 | 9 | 毎週日曜日 | 9時~11時 西北コミセン | 中井 090-6244-1318 | |
| フラダンス | 9 | 19(金) | 15時~ 清水町公民館 | 岩下 823-9006 | |
| 早朝ウォーキング | 9 | 毎週日曜日 | 午前 6時半~ 寝屋川市駅集合 | 石川 824-5225 | |
| 麻雀 | 初級者 | 9 | 11(木)25(木) | 13時~16時 事務所2階 | 中辻 090-6671-6732 |
| | 初級者 経験者 | 9 | 12(金)26(金) | 13時~16時 事務所2階 | |
| 将棋「王手」 | 9 | お休みです | | 中辻 090-6671-6732 | |

かづき手作りクラブ

日時 9月10日(水) 9時30分～ 事務所



9月28日に市民会館で行われる「福祉フェスタ」に手作り品販売を予定しています。作品もたくさん出来上がってきました。多くの方々に喜んでいただけると期待しています。

(8月活動者：後藤、京田、竹村、石川、今泉)

文芸コーナー

短歌の部

八十歳の寄り添ひ

嘉手川宮子

「八十年生きればそりやああなた」

今も上がるカーテンコールに寄り添う

(『』…斎藤史氏の本歌取り)

朝なさな児童に寄り添ひ寄り添はれ
見守り隊に立てるを噛みしむ

俳句の部

核ボタンあの人を持つ酷暑かな

久次力二

彼方より打ち寄せること青田波
きぬ

川柳の部

転んだらそこから学ぶ膝小僧

山本捷美

名刺より診察券がふえてきた

県名クイズ

日本地図、
頭に浮かべてネ

「右の15文字のみ」使
って県名を書き出し
て下さい。
文字の重複可です。

解答は
次号に掲載します。

| | | | |
|---|---|---|---|
| カ | フ | シ | サ |
| ク | ヤ | イ | ガ |
| ワ | マ | ナ | タ |
| オ | ト | キ | |

| | | | |
|----|--|----|--|
| 1 | | 2 | |
| 3 | | 4 | |
| 5 | | 6 | |
| 7 | | 8 | |
| 9 | | 10 | |
| 11 | | 12 | |
| 13 | | 14 | |
| 15 | | 16 | |
| 17 | | 18 | |

絵たより(俳画)講座

秋分の日を迎えると、いよいよ秋も近づいてきます。
食欲の秋、読書の秋、実りの秋、芸術の秋…
絵筆もスムーズに動きます。

日時 9月27日(土) 13時～ 事務所2階

持ち物 顔彩・筆・筆洗・半紙

担当 今泉三千代



当 番 一 覧 表

9月

10月

| 日 | 曜 | 事務所当番 | 輝きのまち池田 |
|----|---|----------|----------|
| | | 船曳 | 吉延 |
| | | 826-5645 | 821-1500 |
| 1 | 月 | 高橋 | 吉延 |
| 2 | 火 | 船曳 | |
| 3 | 水 | 和田 | |
| 4 | 木 | 杉村 | 中井 |
| 5 | 金 | 大谷 | |
| 6 | 土 | | |
| 7 | 日 | | |
| 8 | 月 | 運営委員会 | 和田 |
| 9 | 火 | 田中(勝) | |
| 10 | 水 | 田 | |
| 11 | 木 | 村上 | 甲林 |
| 12 | 金 | 今泉(浩) | |
| 13 | 土 | | |
| 14 | 日 | | |
| 15 | 月 | (祝日) | 休み |
| 16 | 火 | 吉延 | |
| 17 | 水 | 平嶺 | |
| 18 | 木 | 桑田 | 杉村 |
| 19 | 金 | 駒口 | |
| 20 | 土 | | |
| 21 | 日 | | |
| 22 | 月 | 西尾 | 岩下 |
| 23 | 火 | (祝日) | |
| 24 | 水 | 禪定 | |
| 25 | 木 | 中川 | 石川 |
| 26 | 金 | 田中(佳) | |
| 27 | 土 | | |
| 28 | 日 | | |
| 29 | 月 | 船曳 | 和田 |
| 30 | 火 | 石川 | |
| | | | |

| 日 | 曜 | 事務所当番 | 輝きのまち池田 |
|----|---|-----------|----------|
| | | 船曳 | 吉延 |
| | | 826-5645 | 821-1500 |
| 1 | 水 | 杉村 | |
| 2 | 木 | 和田 | 中井 |
| 3 | 金 | 大谷 | |
| 4 | 土 | | |
| 5 | 日 | | |
| 6 | 月 | 古賀 | 吉延 |
| 7 | 火 | 平田 | |
| 8 | 水 | 田 | |
| 9 | 木 | 村上 | 甲林 |
| 10 | 金 | 今泉(浩) | |
| 11 | 土 | | |
| 12 | 日 | | |
| 13 | 月 | (祝日)運営委員会 | 休み |
| 14 | 火 | 池田 | |
| 15 | 水 | 平嶺 | |
| 16 | 木 | 下田 | 杉村 |
| 17 | 金 | 駒口 | |
| 18 | 土 | | |
| 19 | 日 | | |
| 20 | 月 | 高橋 | 京田 |
| 21 | 火 | 吉延 | |
| 22 | 水 | 篠田 | |
| 23 | 木 | 中川 | 石川 |
| 24 | 金 | 田中(佳) | |
| 25 | 土 | | |
| 26 | 日 | | |
| 27 | 月 | 西尾 | 平田 |
| 28 | 火 | 石川 | |
| 29 | 水 | 船曳 | |
| 30 | 木 | 船曳 | 和田 |
| 31 | 金 | 桑田 | |

【編集後記】

以前熱中症で2回救急車のお世話になった。外出中に両足が徐々につり全身には冷たい汗。座りも横にもなれなくて誰かが寝かしてくれた。救急隊の方から「つた！」も熱中症の症状と聞いた。

今年になって、これも熱中症？午前中の外出先の用が終わった後、買い物で数軒回った帰り道、駅に向かうなだらかな坂道で、息が上がってきた感じ。おかしい何かしんどい。道のりは近いのに遠

い。自転車でやっと自宅にたどり着き上段の定位置に止めることが出来た、エレベーターまでの数歩、荷物が重いせいかふらつき、エレベーター内ではしゃがみこんだ。玄関前で鍵を差し込もうとした時、目の前が暗くなったが意識はある。踏ん張って立ち、鍵穴を何回も手探りで探し、やっと自宅に入れた。

9月もまだまだ暑い日が続きます、皆さんも気をつけてくださいね。
(Y.K)