



# 花みずき

ナルク高槻・島本 10月号

会報 第360号  
令和6年10月10日発行  
編集発行：ナルク高槻・島本事務局  
電話・Fax：072-662-0769  
<http://nalc-ts.g.dgdg.jp/>

## だからナルク！やっぱり「ナルク」！！

代表 石田長男

少し前ネットで・・・見付けました。年を取ると「友達が少なくなる5つの理由」と言うのを。

- ① 体力的に長時間の外出が困難
- ② 相手の体調や家庭環境に配慮して連絡が途絶える
- ③ 自身の体調不安による病院通い（通院・入院）と家族の介護などで友人との連絡が疎遠になる
- ④ 新しく人との関係を作るきっかけが無い
- ⑤ 遊ぶなど余暇を楽しむ経済的余裕がない

誰もが年齢を重ねると伴侶ともども体力も低下し病気になりやすく、自分のこと以外でも病院引率や看病、親世代の介護も生じてきます。「地区の人、顔見知り」のつながりはあれ、気軽に頼めるカテゴリーの友人は少ないと綴られていました。では「どうすれば？」ネット情報では

- 手紙のやり取り
- 電話で定期的に話す
- 趣味の繋がりをもつ
- 出かける機会を増やして人のつながりを大切にする。でした。



「あれっ!!これって、すべてナルクで解決やん」身近にすぐそばに「ナルク」があるので。「だからナルク！やっぱり：ナルク!!なんです」我が拠点もこの10月28日に「設立30周年記念イベント」を行います。「継続は美しい言葉ですが続けていくのは難しい」と言われます。先人、諸先輩が延々と続けてこられたこの「ナルク高槻・島本」を継続・発展させていくことは、われわれ現会員の務めでもあり使命・希望でもあります。ナルクの活動（預託・奉仕・自立）をする中で会員交流を深め高齢になっても出来ること、なればこそ出来ることで交流を深めていきましょう。今月28日開催の30周年記念式典・イベントをきっかけに次のステップへ。



### 会員皆様の参加お願いいたします



拠点事務局

今年はナルク高槻・島本拠点設立30周年の大きな節目にあたりますので、記念事業を開催致します。（日時：10月28日・場所：クロスパル高槻8F）出来るだけ多くの会員皆様に参加して頂き皆様で楽しく祝いたいとおもいます。楽しいイベントをたくさん用意してお待ちしております。

9地区 持田ちえ子

9月15日（日）高槻市生涯学習センター1F展示ホールで第20回NPO協働フェスタが開催されました。今年のメインテーマは「わたしの暮らしの中のNPO」です。主催の高槻市市民公益活動サポートセンターには、現在206団体が登録されていて、その内48団体の参加です。展示エリアは6つのエリア（暮らしの中の「生まれる」「育つ」「学ぶ」「支える」「繋がる」「成熟する」）に分かれ「NPOってどんな活動をしているの？市民活動ってなに？」を多くの方に知っていただくため参加団体が知恵と工夫を凝らしてアピールしていました。わがナルク高槻・島本も「暮らしの中の支える」の展示コーナーに参加し、ナルクの「パンフ、チラシ」そして、今年が拠点設立30周年になることを含め来場者にアピール、説明をしました。



運営委員が前日夜の準備、当日は午前・午後に分かれての立ち合いをして他の団体との意見交換、交流を行いました。特に「こども食堂」

には興味を持たれた方が多く、参加したいとの意向の方が何人かおられました。

ステージでは、さまざまな発表が、体験コーナーでは工作やパズル、武者修行があり、屋外ではフリーマーケットも開催されました。フェスタとしては、今までで一番活況があり大成功だったようです。

9地区 持田ちえ子

毎月の第4月曜日午後1時～4時まで高槻市内「センター街」の中ほどにある「カラオケルーム JOY JOY」で唄っています。唱歌から懐メロ、童謡等々その時々々の時季や季節に合うものを参考にテーマを決めリーダーの12地区 森 正さんが様々な曲の中から唄いたい曲を勘案してチョイスしてくれます。みなさんの希望で「美空ひばり」や「水前寺清子」の歌など何でもありです。しばらくコロナ禍でお休みしていた時もありましたが、今年の春「感染症5類」に移行したことを契機に再開しました。



この「カラオケルーム」は、飲み物（ウーロン茶、コーヒーなど）が飲み放題で、飲みながら唄う人もいます。途中で15分程の休憩タイムを設けていますので、その時に「おやつ」を食べて楽しみます。会費はルーム代を含め600円です。「おやつ代」も入っているんですよ。現在7～8人の会員の参加ですが、新しく覗いてくれるメンバーもいる様になりました。みんなで大声を出し唄うので少し（音痴）だと思っている方も、まったく構いません（笑）歌は好きだけど1人で唄うのはちょっとと思う方には「もってこいの同好会：自立活動」です。拠点事務所からも近い「カラオケJOY JOY」にて会員のみなさんのご参加をお待ちしています。



9月18日  
誕生日会メニュー

夏野菜トッピング  
カレー・甘酢肉団  
子・ツナとコーン  
サラダ・梨・ロー  
ルケーキ

# 運営委員会たより

書記：佐藤節子

日時：9月21日 13:30~15:00  
場所：事務所サロン

## ○事項

### 1. 報告

- ① 9月15日 NPOフェスタ開催 生涯学習センター展示ホール1Fに於いて(詳細P.1)
- ② ナルリンピックへの拠点からの参加状況  
10月15日ドーンセンター参加子安、瀧本、横関(どじょうすくい他) 田中千鶴子、佐藤(展示)
- ③ 第19回拠点リーダー養成講座の当拠点からの受講者について(今回今のところなし)

### 2. 協議事項

- ① 拠点設立30周年企画・運営担当者会議の報告 澤田  
運営委員全員及び活動会員の記念式典・記念イベントの参加協力

### 3. その他

フリートーク

- 9月の会員入退会状況
- 10月運営委員会；10月19日(土) pm1:30~  
事務所サロン(進行：森＝書記：石田)

※今月号の会報に掲載されている事項は、議題のみです。議事内容は事務所にある「運営委員会議事録」でご確認ください。



## 会員の動向

令和 6. 9. 30現在  
177世帯 252名

## 計 報

13地区 正橋富子 様  
謹んでご冥福をお祈り申し上げます

# 知ってる? わが街

～酒蔵の街 富田～

柿本邦夫

高槻阿武山山系からの伏流水と良質な米どころだったことから江戸時代には、伊丹、池田と並び北摂三銘酒といわれるほどのお酒の名産地だった富田。江戸の俳人宝井其角はお酒が大好きで富田に立ち寄った時美味しい酒を飲んで読んだ回文「けきたんとのめやあやめのとんたさけ」の句を残されている。あやめとは銘柄である。壽酒造は500年の歴史と伝統をほこり、富田郷の酒造りを受け継ぐ酒蔵。本醸造酒国の長、あやめさけ蒼庵等地元で親しまれる名酒が多数。



全国の酒蔵でもいち早く取り組んだ國乃長ビールは大阪最初のクラフトビールであり、蔵アンバー、貴醸ゴールドもおみやげ処笹井屋で買って飲んだが濃く飲みやすかった。平成18年には上質な酒粕から醸造された大

阪焼酎國乃長も好評。壽酒造は春にリニューアルオープンし酒蔵で飲めます!

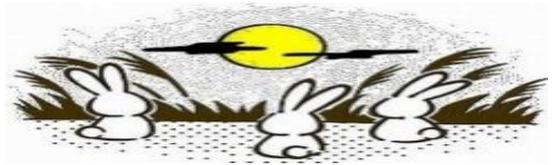
KURANOMIのポスターが目を引きます。酒好きの方には魅力溢れる酒蔵であり訪れてみたいものです。清鶴酒造は伏流水である井戸水を使用しており清鶴ひやおろし、あらしばり、168年目のお酒を醸造。3月に青々とした杉玉がつるされたら新酒ができた合図だと言われています。入り組んだ路地から見える三棟並んだ大きな酒蔵が目印。白壁には清鶴と描かれています。



地域資源として酒蔵通りを高槻市教育委員会が案内板を設置して保存しています。近隣に住む者にとっては富田の観光スポットとして街歩きされる方が増える事を願っています。

	氏名	地区	世帯	人数
入会	西島義治	15	1	1
退会	正橋富子	13	1	1

# 2024年9月の活動状況



預託活動 (寄付金)	活動内容	提供者名	点数	活動内容	提供者名	点数	
	家事支援	ゴミ出し	入江	1	留守宅支援	入江 	2
		買い物	○宮村、入江	9	風通し	入江	4
	通院・介助	生活支援	○入江、柿本眞、柿本邦、横関	7	院内介助	○入江、佐藤	3
		入所者支援	(○佐藤)入江	1	院内介助	(○石田)入江	1
		雑用支援	入江 	6	見守り/草引き	○入江、柿本眞	4
		車いす介助	宮村	4	話し相手	加藤	3
	子	子守	(○入江)柿本邦	2			
	庭	草取り	○品川、入江寛、石田	6			

## ライフサポート

非会員	墓草取り	入江寛	1
-----	------	-----	---



## 預託活動

点利用	包丁研ぎ	小西	6
-----	------	----	---



☆ 統計	預託活動							奉仕活動				
	施設	提供一般	ライフサポート	点利用	コーディネート等	当番等	合計	福祉	子育て	環境	ナルク活動	合計
2024年9月												
人数(人)		11	1	6	2	30	43	14	8		19	41
点数(点)		53	1	6	2	43	105	41	70		136	247
今期点数累計		439	1	42	3	293	778	159	495	28	740	1422

団体賛助会員  
敬称略

リ・アライブサービス(株)ボンボン山 ノーマライゼーション高槻  
アクトアモーレ・店舗部会管理組合法人

### 9月の拠点の行事実績

21日	運営委員会	9名	15日 29日	子供食堂 & 子供サロン	12名
18日	誕生日食事会	13名			

### 同好会の予定

名称	R6/10月	R6/11月	場所	世話役
ナルクの輪	14日祭日	11日(月) 25日(月)	事務所 サロン	佐藤 (第8地区)
謡の会 10時～	12日(土) 26日(土)	9日(土) 23日(土)	事務所 サロン	小林令 (第7地区)
PC・写真 同好会	11日(金) 25日(金)	8日(金) 22日(金)	事務所 サロン	福原 (拠点在席)
健康麻雀 13:00～	13日(日) 27日(日)	10日(日) 24日(日)	事務所 サロン	田中 (第5地区)
囲碁・将棋 同好会	休会	休会	事務所 サロン	樋口 (第6地区)
健康 カラオケ	24日(木)	28日(木)	JOYJOY	森 (第12地区)
歌声ひろば 13:00～	21日(月)	25日(月)	JOYJOY	森 (第12地区)
楽々 ウォークの会	休み	未定		石田 (第10地区)
ソフトボール 同好会	23日(水) 31日(木)	14日(木) 27日(水)	庄所運 動広場	堀 (第12地区)
ますます 元気体操	毎週金曜10:30～		事務所 サロン	松井 (第4地区)

### 拠点の行事予定

10/19日(土) 13:30～	運営委員会	事務所サロン
10/28日(月) 10:00～	拠点30周年式典	市民交流センター
10/6日(日) 10:00～ 10/20日(日) 10:00～	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン
11/16日(土) 13:30～	運営委員会	事務所サロン
11/3日(日) 10:00～ 11/17日(日) 10:00～	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン



### 9月の同好会の実績



ナルクの輪	今月休暇	健康 カラオケ	6名、久しぶりの方も含め6名の参加で各人6曲をそれぞれのジャンルのカラオケを楽しんだ
謡の会	5名、5名、前半「社若」を役割で謡い、後半は「班女」を、又「記念行事」時謡「狸々」一部披露予定	歌声 ひろば	8名、秋の歌を中心「村祭り・虫の声・もみじ・里の秋・秋桜・いのちの歌・・・」10曲、又、ナルクの歌練習
PC・写真 同好会	4名、5名、ドキュメントの使い方、スマホとの連携の仕方、タブレットの設定など	楽々 ウォークの会	今月休暇
健康麻雀	9名、8名、厳しい猛暑も台風の接近でいづらか秋の気配！皆さん元気に、まずは熱戦、	ソフトボール 同好会	4名、(仲間2名)、爽やかなスポーツ日和、久しぶりにボールの感触を楽しんだ
囲碁・将棋 同好会	2名、石のつながり・切断方法など、(次回以降参加人数減少のためしばらく休会)	ますます 元気体操	4回、25名、9月も後半、漸く秋めいてきたか？猛暑の中、参加いただき感謝