

NPO 法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ

NALC 東大阪・大東拠点 広報部会発行

〒579-8027 東大阪市東山町 14-16-105

TEL,FAX 072-940-6955

E-mail nalc.mez@axel.ocn.ne.jp

ホームページ <https://mezame123.sakura.ne.jp>

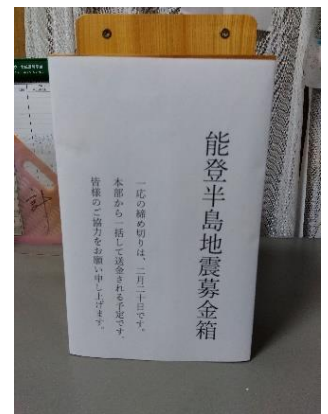
めざめ

東大阪・大東拠点 2月号

No.308

～能登半島地震支援のおねがい～

2024年の幕開けは悲慘な能登半島大地震のニュースで始まりまし
た。1ヶ月以上経過した現在も上下水道はじめ道路などの復旧は遠く、
多くの方々が不自由な避難生活を余儀なくされています。この悲慘な状
況を目の当たりにして個人として少しでもお役に立てることはないかと
お考えの方も多いのではないのでしょうか。NALCとしてもまためざめで
も協力できることはないかとの思いから、募金活動を行ないます。めざ
めでは募金箱をめざめ事務所、街かど事務所に設置しています。また、
やまなみ、希来里、ゆめ3地区のふれあい交流会でもお預かりします。
皆様の善意をよろしくお願いいたします。集まりました募金はNALC本
部を通して輪島市へお届けします。



めざめ事務所に設置
された募金箱

募集締め切りは一応2月20日とし、NALC本部へ送金しますが、そ
の後も善意の募金は随時受け付けますので3月の各地区ふれあい交流会
での募金もよろしくお願ひします。

2024年2月号の目次

- 1面 募金のお願い・賛助会員名
- 2面 運営委員改選の案内・イコーラムフェスタ出店について
ウォーキングの案内・カラオケ同好会から
- 3面 NALC本部からのご連絡・ナルリンピックについて
新入会員ご紹介
- 4面 めざめ文壇 事務局だより
- 5面 街かど「みんなでたのしも会」だより
- 6面 めざめ行事予定おしらせ、編集後記

私たちの活動は賛助会員の皆様によってご支援頂いております（敬称略・順不同）

社会福祉法人 **由寿会**、 社会福祉法人 **春光園**、 社会福祉法人 **川福会**

2024年度NALCめざめ運営委員立候補受付について

めざめの運営にかかわってみたいとお考えの方はおいでになりませんか？

2022年度に選出された現行の運営委員ですが、2年の任期を6月の総会で終え、改選時期を迎えました。現在の運営委員は奥田 政子代表をはじめ、北村 憲正、田中 幸夫、中山 年雄、佐名木 伸の4名の副代表で構成されています。自薦他薦は問いませんので是非事務所までご連絡下さい。詳しくは奥田代表まで。お待ちしております。

イコーラムフェスタに出店します

毎年近鉄若江岩田駅前「希来里」6階で開催されるイコーラムフェスタですが、今年は2月18日に開催されます。めざめも毎年参加しておりますが、今年は「出前サロン」として出店、コーヒーにお菓子を添えて100円で来場者に提供したいと思います。それと昨年好評だったコマとペーパーフラワーの折り紙教室も行います。時間は13時から15時です。お子様連れで是非お越しください。

《めざめ会員の皆様へおねがい》

グリーンのめざめユニフォームエプロンですが、事務所で一括管理することになりました。お手許にお持ちの方はご返却いただくようお願いいたします。なお、街かどデイハウス等でお世話いただいている方はそのままキープしてお使いください。今後はイベント毎に貸出することになります。

めざめの春のウォーキング

3月はお花見を企画しています。近鉄沿線でも屈指の桜の名所です。

日時：3月30日（土）10：00 近鉄大阪線「大和高田駅」集合

場所：高田川沿い桜並木～大中公園 高田の千本桜といわれる見事な桜です

駅から約2キロ30分、桜並木を見学、大中公園で昼食

帰りは近鉄南大阪線「高田市駅」まで約1キロ15分、13時頃解散予定

*申し込みは、めざめ事務所まで 申し込み締め切り3月15日（金）

参加費：めざめ会員 100円、非会員 300円。

当日朝7時の天気予報で大阪の降水確率60%以上の場合中止とします。

過去にウォーキング参加された方は、バンダナをご持参ください。

緊急連絡先：080（9055）8530 中山

カラオケ同好会から



しばらくコロナの影響でお休みしていましたが、活動をはじめています。毎月第3金曜日 新石切駅前「まねきねこ」で例会を催しています。1月19日は新年会を兼ねて11人で今年初めての例会を開催しました。今年から乗上美栄子さんが世話役に就任されました。「微力ですが皆様に助けて頂きながら頑張りたいと思います。」と意欲満々です。興味ある方は一度覗いて見てくださいね。お待ちしております



NALC 本部からのご連絡

NALC 各拠点の横の連絡を取ってどんな活動が成功している、或いは行き詰っている事などを話し合い、お互い良い方向に向かえば NALC 全体を活性化できるとの考えで月 1 回話し合いを持っています。2 月は 13 日に大阪拠点の主催で谷町四丁目の NALC 本部で行われます。NALC の活動とは何か……。参加してみたい方、奥田代表か北村副代表迄ご連絡ください。

～ナルリンピックについて～

NALC 本部の新しい取り組み

1 月号では NALC 本部がマスコットキャラクターデザインの募集をご案内しましたが、本部では設立 30 周年記念事業として、NALC 発展プロジェクトと名付けて組織を活性化する事業を探っています。当初の発展プロジェクトの提案は NALC 会員の同士の繋がりを深めることを目的としています。言わば「活発な同好会活動の全国大会」です。私達めざめでも同好会活動が盛んなように NALC 各拠点でも行われている活動を一堂に集まって「競い合い」「発表し」「横のつながりの場をもつ」事を目指して、2024 年 11 月に第 1 回のナルリンピックの開催を計画しています。

種目として候補に挙がっているのは、グラウンドゴルフ、ボウリング……。展示発表としては書道、美術、写真、文芸（俳句・川柳・短歌）、手芸等々。芸能部門として踊りやダンス、コンサート、カラオケ、コーラスなどが計画されています。

NALC は単なるボランティアを行うだけの団体ではなく、人々が自分の楽しんでいる趣味を通じて互いに高めあって生活の「質」を向上させる、新しい組織活動を目指す。それがナルリンピックを行う意義なのです。めざめの会員も積極的に取り組んでは如何でしょう。腕に覚えのある方も多いのでは？

1 月度新入会員のご紹介

若江岩田 田川 登起子さん
日下町 林 初子さん
安澤 昭さん 浄子さんご夫妻
西石切町 西崎 安美さん



ご入会ありがとうございます。よろしく申し上げます。

めざめ文壇

(川柳)

×エ×エやぎさんの投稿

惜しかった 百番達いで 夢破れ
大当たりすれば寄付金惜しまぬに

年末宝くじを買われたんですね。残念!! 当れば
募金おねがいできたのに

甲斐 愛子さんの投稿

忘れ物 気づけどもう 遅すぎた
まんどく感 寿司くいねー 生きのよさ

新人登場です。日常を素直に表現されていますが
忘れ物はどうなりました? 気になります。

(俳句)

松野 明子さんの投稿

雛菊を 町に育てしボランテア
パパ見てね 冬の日浴びつ滑り台

街かどに咲いている花を見ると気持ちが和らぎま
す。有難いボランテアですね。
幼児の誇らしげな笑顔が目には浮かびます。

(俳句)

濱華音さんの投稿

孫のため 合格祈願の
初もうで

息とのむ 合格発表
梅ひらく

梅ひらきましたか! おめでとございました。
す。初詣はどこで願掛けを?

(短歌)

浅井 五月さんの投稿

若き日の友の訃報を伝え聞き
夜の静寂(しじま)に一人涙す

冴えわたる冬の夜空と

眺めれば光り輝く
三つ星ありて

この歳になると訃報には敏感になってし
まいますね。
星座には詳しくありませんが冬の大三角
というやつですか?

今月もありがとうございました。

事務局だより

1. 時間預託活動実績・提供 (12月分) 提供実人数 21人

	家庭内外仕事援助ほか	家事援助	介助・介護	サポート活動	計
延べ人数	4人	9人	1人	13人	27人
点数合計	9点	24点	4点	48点	85点

2. 時間預託活動実績・利用 (12月分) 利用実人数 9人

	家庭内外の仕事援助と精神的援助	家事援助	介助・介護	計
延べ人数	3人	5人	1人	9人
点数合計	6点	10点	4点	20点

3. 奉仕活動実績 (12月分) 奉仕実人数 51人

	福祉関係	会報手配り	基本的拠点活動関連	広報活動関連	計
延べ人数	3人	40人	5人	9人	57人
点数合計	6点	56点	10点	12点	84点

4. 会員の動向 (12月31日現在)

男 63名 女 157名 合計 220名 (172世帯)

5. 地域別会員数 (1月27日現在)

やまなみ地区 136名 きらり地区 38名 ゆめ地区 42名 大東地区 1名 その他 3名

2024年
街かどデイハウス
だより



街かどデイハウス予定表 (2/16~3/15)

開所日	当日の内容		講師名 (敬称略)	
	午前	午後		
2月	16 金	介護予防	詩吟/麻雀	
	19 月	介護予防	マーじゃん	
	20 火	介護予防	習字	藤本 陽子
	21 水	介護予防	アレンジフラワー	増田 啓子
	23 金	祝日	天皇誕生日	
	26 月	介護予防	マーじゃん	
	27 火	介護予防	太極拳	藤本 陽子
	28 水	介護予防	手芸	藤森 三千代
3月	1 金	介護予防	習字/麻雀	藤本 陽子
	4 月	介護予防	マーじゃん	
	5 火	介護予防	はがき絵	藤本 陽子
	6 水	介護予防	マーじゃん	
	8 金	介護予防	折紙/麻雀	藤弘 恵津子
	11 月	介護予防	マーじゃん	
	12 火	介護予防	抹茶作法	増田 啓子
	13 水	介護予防	手芸	藤森 三千代
15 金	介護予防	詩吟/麻雀		

☆ 作品展ご案内 ☆

午後のプログラムで制作してきた作品を今年も

「作品展」として下記日程でご披露します。

1.開催日時 令和6年3月10日(日)
10時~15時

2.開催場所 東山町 ゆうホール

近隣の皆様に「街かど」を紹介するPRも同時に行ないます。お誘いあわせの上、多数のご参加をお待ちしております。

作品展の条件について

- ①「街かど」午後のプログラムで制作した作品
 - ②「街かど利用者・講師・スタッフ」の個人作品
 - ③「めざめ会員」の個人作品
- ②③につきましては「ひとり2点まで」とします。

事前に作品の大きさ及び個数をお知らせください。
問い合わせは・・・

「みんなであたのしみ会」TEL072-980-7040

担当：黒川/深井

「めざめ」作品展担当

「めざめ事務所」TEL072-940-6955 担当：中山

作品内容：手芸・折紙・習字・絵画・アートフラワーその他 会場内に展示できる作品

～自然災害に大切な備え～

1.災害時の安否確認方法

最終的な避難行動・避難場所・連絡方法を決めておく

2 水・備蓄食の準備

水は1人1日あたり3リットル必要と言われています。
火を使わず簡単に食べられる食品も用意しておきましょう。

定期的に賞味期限のチェックを！



TEL&FAX 072-980-7040

東大阪市西石切町2-6-101.102
(新石切駅から徒歩3分/ローソン北隣)

2024年2月～2024年3月行事予定表

2024年2月16日～2024年3月15日

月	日	曜日	行 事	時 間	場 所
2	16	金	カラオケ同好会	13:00～16:00	まねきねこ新石切
	17	土	おしゃべりサロン	10:00～15:00	めざめ事務所
	19	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	20	火	コーディネーター連絡会	10:30～12:00	めざめ事務所
	22	木	麻雀同好会	10:00～12:00	めざめ事務所
	24	土	西のおしゃべりサロン	9:30～11:30	市民多目的センター
	26	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	28	水	囲碁・将棋同好会	10:00～16:00	めざめ事務所
3	2	土	おしゃべりサロン	10:00～15:00	めざめ事務所
	4	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	6	水	会報作成会合	10:00～16:00	めざめ事務所
	7	木	麻雀同好会	10:00～12:00	めざめ事務所
	8	金	会報各ブロック向け分配	10:00～16:00	めざめ事務所
	9	土	きらり地区ふれあい交流会	10:00～12:00	希来里
	9	土	ゆめ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	市民多目的センター
	9	土	やまなみ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	東大阪市立東体育館
	11	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	13	水	お抹茶茶話会	13:00～15:00	市民多目的センター
	15	金	カラオケ同好会	13:00～16:00	まねきねこ新石切

体操教室のご案内

月曜日	2/26, 3/4, 11	さくら体操教室	9:45～11:15	菱屋西公民分館
木曜日	2/22, 3/7, 14	さくら体操教室	9:30～11:45	菱屋西公民分館
水曜日	2/21, 3/6,	小若江整骨院体操教室	13:30～15:30	上小阪自治会館
金曜日	2/16, 3/1, 15	豊浦体操教室	9:45～11:15	豊浦自治会館

《編集後記》

- ★正月のもう一つの惨事JALの炎上事故。でも乗務員の見事な連携で事なきを得た。飛行機乗るなら日本のフラッグキャリアですね。他社には乗れない。
- ★NALC本部は、魅力ある団体にすべく模索中です。ナルリンピックもその一環。頂点を極めるのではなく、順位を決めない誰でもが参加できる「めざめ文壇」みたいなのでしょうか。

お手持ちのスマートフォンで右のQRコードを読み取ってください。
会報をカラーでご覧いただけます。

