

麻雀同好会から
〜老後を楽しくご一緒に〜

麻雀同好会へのお誘いです！

今年90才のYさん「3年前にここで初めて教えてもらったんですね！それまで何も知らなかったんですよ！ここまで上達したのは、ホンマこの先生のお陰や！今は、私は、麻雀大好きですわねん！麻雀していて、楽しい、楽しい！」Yさんは月2回、出席されています。



集中しています

麻雀同好会は第一土曜から第四土曜まで、毎月4回、午後1時から6時まで楽しく開催しています。時間途中参加、途中退席もOKです。参加費は、ナルク事務所で開催する3回が400円。食べ放題！飲み放題です！雀荘でする1回は1080円でソフトドリンク1杯付です。

Hさんは「毎週土曜は麻雀でしょう！」皆勤と熱心さで、すごく上達されました。先日の例会で、「倍満」を上られ、得意満面でしたよ。初心者の方も大歓迎で、指導陣も充実しています。

80才前半のOさんは、足が悪く歩くのにも不自由されていますが、「麻雀出来るのが本当にうれしい！今は麻雀が一番人生の楽しみや！」と例会に出席されています。

M1さんやM2さん、Tさんは、お上手！麻雀の役作りが得意で、高い上がり手をよくされます！M3さんは初心者ですが、素直な性格で麻雀本をよく勉強されていて、好調な時には「麻雀できて、本当にうれしい、うれしい！」と楽しんでおられます。

麻雀は老化防止にも役立ちますよ！現在

の参加者は女性ばかりで、麻雀よりもおしゃべりが得意な方が多く、にぎやかで楽しいです。男性も大歓迎です。

事務所での例会には、体験参加（無料）もOKです！ナルク事務所まで、連絡をお待ちしております。（世話人、北拠点 稲本）

25周年記念フェスタ参加
〜盆踊り合同練習への思い〜

25周年記念フェスタ開催にあたり、大阪近隣の五拠点合同（枚方、寝屋川、東大阪、大北、大阪南）で盆踊りをご披露することになった。3月下旬に、あべのスポーツセンターに集合し、初めての合同練習をした。

1回目の時は、踊りそのものはそれなりに踊れても、全体としてのまとまりにかなり難しさを感じた。全体の輪が乱れたり、隣との間隔を空けすぎてもいけない、詰めすぎてもいけない、と踊りながら注意をしつつ短い時間の中で、先ずは全体での合わせに集中したものだ。

合同練習と言っても参加者にもそれぞれの所用があり、毎回全員が揃って集まるのができず、結果的には計4回の合同練習を重ねることになった。

平日頃参加者の皆さん方は、それぞれの拠点内で、少人数ながら施設での慰問披露などで楽しく踊っていることが多い。しかし、今回の様に大勢の方と一緒に踊るのは、壮観な感じがして、結構楽しいもんだな、と各拠点が印象的だった。



《吉田先生からの一言》

今回の記念行事に際して、5拠点が集まって盆踊りをするのは初めてでしたが、皆さん練習熱心で気持ちよく参加して下さい、最後の練習時には「参加して楽しかった」との声が聞こえてきて、とても感謝しております。お疲れ様でした。有難うございます。

春の大阪城公園クリーン作戦

爽やかな五月晴れの好天気にも恵まれた5月15日（水）午前10時、大阪城の青屋門付近に南北両拠点からの13名の参加者が集合しました。

守屋代表の挨拶の後、皆で元気に清掃活動を開始しました。さすがに大阪城は、大阪のシンボルだけあって、幼稚園・小学校の児童、外国からの観光客など様々な人々にぎわっていました。そのなかで、皆は揃いのベストを着用し、カナバサミとビニール袋を手に、思い思いの場所に散らばって、約2時間清掃活動に従事しました。活動中、天守閣へ行く道を尋ねられたり、「ご苦労さま」と声をかけてもらったりしました。

心地よい汗を流した後は、恒例の昼食タイムです。木陰にビニールシートを敷いて円座し、大いに親睦を深めました。

最後に普通ゴミと資源ゴミに分別したゴミ袋を、所定の廃棄場所に運んで、半日の奉仕活動は無事終了となりました。

参加の皆さん、お疲れさまでした。

仲村 光子（此花区）

（事務局）



活動後の交流

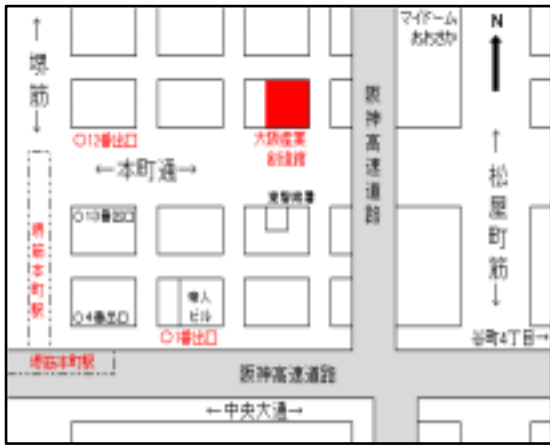
催事等のご案内

○「第11回定時総会」のご案内

- 日時：6月15日(土) 10時～12時
- 場所：大阪産業創造会館 5階
- 内容：
 - 第1部
 - ・18年度の事業報告と決算報告
 - ・19年度の事業計画と予算計画
 - ・拠点統合について その他
 - 第2部
 - ・演芸：漫談

交通：①堺筋本町駅(地下鉄中央線1番出口から徒歩5分)

②堺筋本町駅(地下鉄堺筋線12番出口から徒歩5分)



- ボーリング大会
- 日時：7月21日(日) 14時～
- 場所：「玉出ボウル」(玉出レジャービル4階)

- 交通：地下鉄「岸里」駅から徒歩1分。地下鉄・南海「天下茶屋」駅から徒歩5分。
- 費用：580円+200円(シューズ代)

教室・同好会のご案内

☆ 介護予防及び脳トレ運動 教室

- 日時：6月27日(木) 14時～15時
- 場所：拠点事務所
- 教材：主テーマ「介護予防の体力測定」

☆ 健康麻雀初級 教室

- 日時：6月1日(土) 6月22日(土) 7月6日(土)
- 13時半～16時半
- 場所：拠点事務所

☆ パッチワーク 教室

- 日時：6月12日(水) 13時半～15時半
- 場所：拠点事務所
- 教材：「かたつむり」(400円)

□ 民踊 同好会

- 日時：6月11日(火) 6月25日(火) 13時～15時
- 場所：「阿倍野スポーツセンター」4階

□ 俳句 同好会

- 日時：6月15日(土) 10時～12時
- 場所：拠点事務所

□ 健康マージャン 同好会 A

- 日時：6月1日(土) 6月15日(土) 7月6日(土) 13時～18時
- 場所：拠点事務所

□ 健康マージャン 同好会 B

- 日時：6月8日(土) 13時～18時
- 場所：「麻雀アステール」(天満橋駅)

□ 手編み 同好会

- 日時：6月19日(水) 14時～16時
- 場所：拠点事務所

□ 絵手紙 同好会

- 日時：6月17日(月) 14時～16時
- 場所：拠点事務所

□ カラオケ 同好会

- 日時：6月21日(金) 13時～18時
- 場所：「ジヨイサウンド上本町駅前店」

会報記事を募集しています

例えば、ボランティア活動やナルクへの思い、利用や活動、趣味や健康法、人生経験等々、会員の皆様に参考となることを投稿して頂きたい、お願い申し上げます。

(事務局)

4月度 会員動向

- ◎ 時間預託活動
 - 時間 69 時間
 - 提供者 18 人
- ◎ 奉仕活動
 - 時間 295 時間
 - 提供者 23 人
- ◎ 会員数
 - 入会 1 世帯 2 人
 - 退会 2 世帯 3 人
- ◎ 月末会員数
 - 174 世帯
 - 221 人

拠点事務所 06・6710・4522

事務所の執務時間は、平日の10時～16時で、土曜・日曜・祝(休)日は、お休みです。