

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ 名張東

すずらんクラブだより

<http://nabarihigasikizuna.web.fc2.com/index.html>



第122号 2018・12月号
ナルク名張東拠点すずらんクラブ
(名張市すずらん台東3-220)
TEL・FAX 0595-51-0572
発行責任者 大橋 健

秋の日帰り旅行

「月ヶ瀬見晴荘」で季節料理を

西4・小野秀子



《小野副代表の音頭で乾杯!!》

秋も終盤となり、てまいました。今年も異常な夏の暑さと、次々と上陸する台風と豪雨に見舞われ、不安な日々もありました。西日本で被害にあわれた方々には、大変気の毒で心痛みます。わが街「すずらん台」においては何事もなく、いつもの暮らしが続けられることに感謝です。

さて、いつも元気いっぱい「すずらんクラブ」は、十一月二日(金)秋の日帰り旅行に出かけました。目的地は、春になると梅の花見で賑わう「月ヶ瀬へ！」市民センターを出発して一時間ほどで、月ヶ瀬湖が一望できる「美晴荘」へ到着。湖の周辺は切り立った木々がうっそうと湖を囲み、なかなか勇壮感があり、春の梅の頃とは対照的な姿を見せていました。早速「美晴荘」自慢の季節料理

を、特に「レンコンの酢の物」は、大変美味しゅうございました。まだまだ「食い気」の多い参加者の皆様、これからも大いに楽しみましょう。

妻の介護生活

ナルクで気分転換を!

西4・松元安雄

近年老夫婦一人の生活の中では、どちらかが介護されている家庭が多いと聞きました。我が家も同様一日中、妻につきつきりでは、お互いわがまが出てしまいます。介護する私も昼夜で疲れます。

そんな私は時々「サロンぎずな」でコーヒータム、そして午後は仕事や、ボランティア、夜は習い事などで自分なりの気分転換をしながらの毎日です。ナルクの仲間の皆さんに励まされ頑張っています。

お詫び

十一月号の新入会者の紹介で大島キヌ子さんの住所が間違っていましたので訂正いたします。正しくは 東2番町です。お詫び申し上げます

ナルクサロンに

名張市社協さんが参加

十一月十六日のサロンは名張市社会福祉協議会の野木さんと楽しいゲームで過ごしました。体全身を使つてのじゃんけんゲームでは、なかなか体が思うように動いてくれませんでした。みんな大騒ぎになりました。また「ガラッキーゲーム」というロシアの民族ゲームでは二組に分かれて的中に放り投げたガラッキーの数で勝敗を争いました。初めはなかなか的中に入らなかったガラッキーもだんだんコツをつかめ、相手のガラッキーを外に出すような技も出て大きな歓声が飛び交いました。



野木さんの指導でガラッキーゲームを楽しみました

第2回「伊賀忍者回廊」ウォーキング同好会 赤岩尾神社を訪ねて 東I・古川武志

第2回「伊賀忍者回廊」ウォーキングは比奈知ダムの畔にある「赤岩尾神社」に総勢9名の元気な老人たち(?)が参加しました。

11月26日、9時に市民センターを出発。滝之原へ下りて少し歩くと細い坂道に入り、いよいよ急坂の登りに。小生にとっては初めての道なので、少し不安が有りましたが皆の励ましの言葉などで元気を貰い歩き続けると、いつも車で通るコリドールロードに出ました。そこから少し下りて行くと赤い鳥居が見えて来ました。あちこちの紅葉が見事で気分も高揚。みんなのおしゃべりも熱が入り体も暖かくなってきました。伊賀忍者の祖といわれる藤原千方ゆかりの赤岩尾神社に到着。比奈知ダムが一望のもとに眺められ、そこで記念写真。そして神殿にお参りをして帰路に着きました。台風の影響か大木が倒れ、大岩が転がったりした道が有りましたが、それを乗り越え紅葉の中、危険な道もみんなで結束して励まし合い市民センターに到着。暖かい気持ちの1日でした。



赤岩尾神社まで往復9キロ、楽しいお喋りで疲れも飛んでいきました。

「どんど祭り」のお知らせ

子供たちの思いで作りとすずらん台地区では毎年「どんど祭り」を実施しています。

竹の先に挟んだ小餅をどんどの残り火で焼いて食べると1年間健康に過ごせるといいます。豚汁等の振る舞いもあります。

お正月のしめ飾り等燃やすものをお持ちください。当日参加できない方は「サロンきずな」又は市民センターで受け付けております。

実施日 1月13日(日)
点火時間 10時30分
場所 「きずな公園」

11月の預託点数・奉仕活動の報告

11月の預託点数 (平成30年度の預託時間累計 1,120時間)						11月の奉仕点数 (平成30年度の奉仕時間累計 1,194時間)				
提供活動	コーディネイ	事務所当番	その他	利用点数	計	福祉	子育て	環境	ナルク活動	計
36	5	121	0	-6	156	49	3	0	88	140

行事予定

月日	曜日	行事内容	時間	場所
12/17	月	きずな公園芝桜の草引き	9:30~10:00	きずな公園
12/17	月	「サロンきずな」当番の打ち合わせ会	10:00~12:00	サロンきずな
12/21	金	サロン(Xmas会・シリウスさんの演奏)	10:30~14:00	西集会所
12/30	日	年越しそば打ち会	9:00~12:00	西集会所
1/7	月	運営委員会&事務処理	9:30~12:00	きずな事務所
1/9	水	カラオケ同好会	13:00~16:00	まねきねこ
1/13	日	どんど祭り	10:30~12:00	きずな公園
1/15	火	蕎麦打ち同好会	9:00~12:00	西集会所
1/18	金	サロン(原田さんの民謡)	10:30~14:00	西集会所