

編集発行：NPO 法人寝屋川市民活動ネット・なかま広報部会

電話：072-812-1116

〒572-0848 寝屋川市秦町 41-1 寝屋川市立市民会館 4階

=主な内容=

- なかまの広場のご紹介 P1
- なかまの広場展示紹介 P2
- 活動団体情報コーナー P3
- がんばってます「こども食堂」 P4

新年あけましておめでとうございます



活動の成果大披露

4階の名所「なかまのひろば」

市民会館の4階(市民活動センター)のエレベーターのドアが開くと同時に「なかまのひろば作品」の数々が、みなさんをお迎えします。手作り作品あり、活動記録の展示あり。明るいショーケースの中は来訪者の目を楽しませてくれます。

「なかまのひろば」が始動して6年になり、各希望団体が3か月ごとに交替で力作を展示しています。

取材時(12月)は能面をはじめ、団体の活動記録などが展示され、展示物の前での会話ははずんでいました。

来訪者は

○手作り作品の数々を前に友人との話が続き、「こんな作りたいたい、」



「なかまのひろば」展示場前は、市民のみなさんや所属団体格好のコミュニケーションの「名所」になっています。

展示ご希望の団体は、事務所までお問い合わせください。連絡先は上記題字の下にあります

捨てる様な物からこんなにすてきなバッグが作れるんや」など、感心しました。

○先日、展示品の作者と偶然会いました。詳しく活動内容をお聞きして、入会したいなあ〜と思いました。

○3〜4か月で展示品の交替とお聞きしましたが、次の展示がとても楽しみにしています。展示者と相談すると購入もできるのですね。



担当者は

○毎回、たくさんの方の展示を見せていただき楽しい限りです。この「なかまのひろば」が活動団体のみなさんの宣伝の格好の場になっています。

関連記事 2 ページ

なかまの広場展示中です

市民活動センター指定
管理者「NPO法人寝屋川市
民活動ネット・なかま」
は、市民会館4階のエレ
ベーターを降りた目の前
にガラスショーケースを
設置しています。

ここは市民活動センタ
ーの登録団体が日頃の活
動の紹介や手作り品を展
示する情報コーナーで
す。
1月1日から新たに下
記の4団体が展示しま
す。



なかまの広場
(エレベーター前のショーケース)

展示品の一部につきま
しては即売または別途注文も
承っていますのでお気軽に
市民活動センター事務局ま
でお問い合わせ下さい。

アスパラの会

寝屋川市内で休耕地
を市民農園として活用
し地域の野菜作りを通
じ高齢者の生きがい、勤
労者の余暇活動の支援。
生ゴミ堆肥作りによ
り環境保全推進。
野菜料理教室などの
仲間作りコミュニティ
作りを目的としてい
ます。

今回は
新鮮野菜を
販売します。



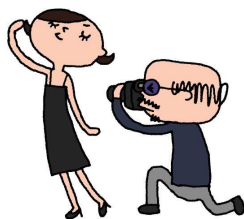
NPO法人 寝屋川市国際交流協会

国際交流・国際理解を促
進するための活動（講座
開催等）
海外姉妹都市訪問団派
遣及び受入、外国人の支
援、機関誌発行等を行っ
ています。



寝屋川市写真協会 (写真部・四季)

写真に関する研修、写
真展を通じて写真の楽
しさを知って頂く。
市の行事に参加・撮影
協力・写真教室の実施や
展示を行っています。



あゆみの会「楽」

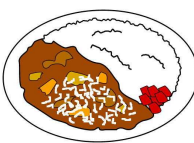
生け花を通して地域の
方々とふれあい、出会いを
大切に出来たこと・出来る
こと等、コミュニケーション
を図りながらボランティア
ニアとしても多々参加。
元気の出る会として活
動しています。



豆知識コーナー

くっつかないその1

カレーのトッピング等に
使う袋入りのとろけるチー
ズは冷蔵庫に保管してい
るにひとかたまりになっ
て困りますね。チーズを保管
する袋にスプ
ーン1杯分く
らい片栗粉を
振りかけて混
ぜ合わせて
おきましょう。そうすると
いつまでも固まらずにパ
ラパラと使えます。



くっつかないその2

大学芋をおうちで作る
とき、できあがりがおいも
同士くっついてしまいま
す。冷水に浸けるとかの
方法もいろい
ろ有りますが
蜜をからめて
すぐにグラニ
ュー糖を敷き
詰めたバットに移してすぐ
にからめます。すると芋の
表面がグラニュー糖にコー
ティングされお芋同士がく
っつかなくなりやす。



歩きスマホにご注意！

近頃とくに話題になっ
ているのがスマホ（スマート
フォン）ですね。
いつでもどこでも使える
のが便利でついつい歩きな
がら使ってしまうがちです。
スマホの画面を見続けな
がら歩くと周囲がほとんど
見えなくなってしまうす。
周りが見えないと他の歩
行者や自転車に気がつくの
が遅れ、ぶつかって思わぬケ
ガにつながります。

歩く事以上に危険なのが
自転車に乗りながら片手運
転でスマホを見ながら走る
行為です。
こういう行為は危険なの
で絶対にやめましょう。



◎活動団体情報コーナー◎

心のサポート スキル講座 パート2

～あなたも心のサポートをしてみませんか～

日時・場所 <参加費無料>
 2019/1/11 13:30～15:30 ラポールひらかた
 2019/1/18 13:30～15:30 アルカスホール

誰でも学べる「心の支援」の入門として カウンセラー入門講座 無料体験講座 & 説明会

日時・場所
 2019/1/25 10:00～11:30 楠葉生涯学習市民センター
 2019/1/29 10:00～11:30・19:00～20:30 ラポールひらかた
 2019/1/30 10:00～11:30 交野市立青年の家
 2019/1/31 10:00～11:30 アルカスホール

問合せ NPO 法人 京阪総合カウンセリング
 電話 072-814-7140 FAX 072-807-8191
 メール imu@npo-ksc.net

寝屋川男声合唱団 第8回定期演奏会

日時 2019/2/3 13:30 開場 14:00 開演 入場無料
 場所 エスポアール(多目的ホール)
 指揮 西田幸江 ピアノ 宮村文子
 第1部 男声合唱のためのメドレー「四季の風景」から
 「わかば」「冬景色」「みどりのそよかぜ」他
 第2部 男声合唱組曲「航海詩集」より
 「キャップスタン」「コンパスづくし」「わが窓に」他
 第3部 特別出演
 香里ヌヴェール学院中学校・
 高等学校コーラス・ハンドベル部
 「くるみ割り人形」「ふるさとの四季」他
 第4部 愛唱歌から
 「ブルーライト・ヨコハマ」「サライ」「宇宙戦艦ヤマト」他
 問合せ 電話 072-827-5922 宮下

元気いっぱい和太鼓をたたこう 体験会

日時場所 いずれも 13:00～
 2019/2/9 大阪市立・大淀コミュニティセンター
 2019/2/16 大阪市立・旭区民センター
 2019/2/17 大阪市立・鶴見区民センター
 対象 小学1年生～ 各日 100名
 参加費 小中学生;無料 高校生以上:500円

問合せ NPO 法人 雅夢(がむ)
 電話 090-8752-0336(内田) FAX 072-829-4461
 メール npo.gamu@nifty.com

一緒にやってみませんか 情報公開

寝屋川市に住んでいて
 いろんな疑問が生まれたとき

福祉のこと・税金のこと
 ゴミ処理のこと・自然災害の対処のこと
 議会のこと・学校のこと などなど

連絡先:寝屋川市の情報公開をすすめる会
 電話 072-843-6201(前谷)

福祉子育て安心ほっとライン

24時間 365日対応!

高齢者・障害者福祉や子育てに関するさまざまな相談において問
 合せ先がわからない時、内容に応じて適切な窓口・期間を案内する
 電話窓口です。

問合せ先 電話 072-828-3806

寝屋川市 福祉部 高齢介護室/障害福祉課
 こども部 子育て支援課

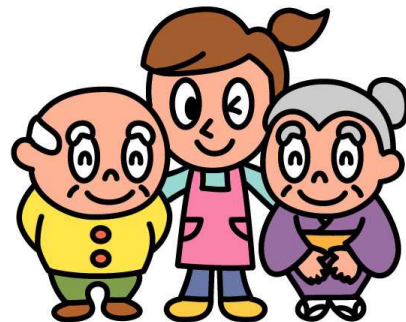
老人クラブに加入しませんか!!

老人クラブでは様々な活動をしています
 ○いきいき健康づくり活動○きれいな地球を子どもたちへ奉仕活動
 ○高齢者が交互に支える友愛活動○民族、文化を伝える伝承活動
 ○楽しい趣味活動

出会いが人生を豊かに、仲間といっしょに毎日を楽しむことにどん
 どんチャレンジ!老人クラブにぜひ、ご参加ください!

60才以上の方ならどなたでも大歓迎!(60才未満の方もOK)

寝屋川市老人クラブ連合会



※※あなたの団体のイベント・PR・活動紹介をこのコーナーに掲載しませんか?(掲載無料)※※
 ご希望の方は事務局までお知らせ下さい 次号(23号)の発行は2019年4月1日予定です。
 3月15日までに2019年4月以降の情報をお寄せください。

がんばってます。「こども食堂」

寝屋川でスタートして1年

最近「こども食堂」の言葉をよく聞くようになってきました。

寝屋川市でのこども食堂はみんなで作る学校「とれぶりんか」が市民活動センターの料理室を利用して開いています。

スタート当初はいろいろ不安や小さなトラブルもありましたが徐々に慣れて安定して運営しています。

調理の方は地域のボランティアさんに応援して頂いて毎回温かくておいしい料理が出来ます。それに、加えて食前には子



毎回温かくておいしいお料理です



サロンでの紙芝居の披露

ども達に紙芝居や腹話術なども披露されて楽しく過ごしてもらっています。

「こども食堂」は当初は貧困対策のネガティブなイメージが強く利用する子どもたちもお世話する方も少し戸惑っていました。

しかし最近では子ども達の居場所作りを重点において人と人とのつながりをもつて取り組んでいます。そのためみんながのびのびと楽しく過ごすようになってきました。

また、強力な助っ人にも手を上げて頂いています。生活協同組合おさかパルcoopさんです。

フードドライブの一環としておさかパルcoopさんがフードバンクとして食材の提供をいただいています。



協力頂いた食材の品々

こども食堂に興味を持たれてお手伝いしてみたいと思われた方は遠慮無くお申し出ください。

お手伝いは人手に限らず食材などでもかまいません。市民活動センターまでご連絡ください。連絡先は1ページの表題の下部をご覧ください。

フードバンクとは

包装の痛みなどで品質には問題がないにもかかわらず商品として流通できなくなった食品を企業から寄付を受け生活困窮者などに配給する活動およびその活動を行う団体のこと。

企業では3分の1ルールといって工場出荷時から輸送や卸店に置く期間を賞味期限の3分の1とし、小売店の店頭で置く期間を3分の1とし残りの3分の1を消費者の為の期間として最後の3分の1を過ぎるとまだ賞味期限が切れていないにもかかわらず廃棄されます。

子ども食堂ではこの食材を提供してもらい活用し食品ロスを減らしていきます。



フードドライブとは

家庭で余っている食材を学校や職場、企業に持ち寄りそれらをまとめて地域の福祉団体や施設、フードバンクに寄付する運動や活動のこと。

お中元やお歳暮でいただいたものの自分のところでは食べない様なものを捨てないで持ち寄って施設などに寄付する活動です。