



## ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

〒567-0885 茨木市東中条町1-6 あいおいニッセイ同和損保 介護研修センター3F  
Tel 072-620-6088 FAX 072-620-8707 Mail:oshidori-nalc@ktb.biglobe.ne.jp

181号

平成27年度(20周年記念)  
定時総会・記念式典・懇親会が開催されました。



受付風景



総会・記念式典を終えて

20周年に相応しい記念の総会・式典が厳粛に進み、懇親会は和やかな雰囲気で行われました。

平成27年度定時総会は5月30日(土)出席者78名委任状138名計216名で、「茨木スカイレストラン」にて開催され、引き続いて創立20周年記念式典・懇親会が行われました。

総会では、上田副代表の司会のもと順次進められました。

代表挨拶から今年は当拠点の20周年の節目に当たるため、総会・式典・懇親会の同時開催となること  
が告げられ、議長に下川尚伸さん書記に立野祥子さんを選出、議事が進められました。

平成26年度の総括と活動・決算・監査報告、27年度の活動方針・活動計画・予算案および27・28年度の  
運営委員・組織案が議案通り報告並びに承認されました。

(提案された各議案の詳細は、別途お届けした書類をご参照ください)

代表は東條良和さんから石田あけみさんへとバトンタッチされ新体制がスタートしました。

### 平成27・28年度活動方針

【住み慣れた街で、いつまでも楽しく安心して暮らせる生活を目指し、  
地域のため自分のためにみんなで助け合いましょう】

をメインテーマに①これからのナルクのあり方 ②ブロック制の活用 ③会員のスキルアップと  
コーディネーターの拡充 ④会員の増員と活動会員の拡大 ⑤高齢者・障害者支援 ⑥子育て  
支援の6項目について活動する。

記念式典は35名の来賓をお迎えし、つづいて懇親会と賑やかに行われました。

(詳細は次号でご報告します)

6月27日開催 **20周年記念イベント**にご協力をお願い!

**当日は大勢のスタッフが必要です。**

自発的に協力を申し出てくださいと助かります。

また声かけがあれば是非ともご協力をお願い致します。

下記①②いずれかの**スタッフ説明会**にも参加してください。

①.6/24(水) 10時~12時 ②.6/26(金) 13時~15時

(場所:何れも事務所で開催、同内容です)

## 【5月行事報告】

### ☆グリーン大作戦に参加して 5月10日(日)

新緑の美しい季節好天气に恵まれて夫々の場所に集合。

各自ビニール袋を手に割り当てられた区域のごみ等を4・5人のグループに分かれて拾って歩きました。例年に比ベタバコの吸いながらやゴミも少なくビニール袋の底に少しあるくらいで、市民みなさんのモラルが良くなった結果かなと実感しました。

二時間程活動した後、市役所前に集まり各参加者代表の挨拶がありました。中でも北摂つばさ高校代表から「今日のように茨木市が私たち若者の力で美しく立派な街に保って行けるように今後も活動して行きたい」と挨拶され感動しました。

無事故で終えることが出来、当日の青空のような気持ちの良い日でした。(山手台 飯田 徳)



### ☆ドゥライフ茨木での歌体操を終えて

平成18年にいままでの事務所が、新しく「あいおい損保ビル3階」に移転し、ビルの中の綺麗な事務所となり、とてもうれしく皆と喜んだ日の事を思い出します。

2階には通所施設ドゥライフ茨木がオープンされていました。しばらくしてその当時の代表山田さんからドゥライフさんで歌体操のボランティアをして欲しいとのご提案があり、シルバーアドバイザーの歌体操クラブでの講習を受けた方々と始めました。

歌体操とは、その頃高齢者の福祉施設が多く設立され、その提供サービスの一つとして、身体を動かすことの少ない利用者さんへの運動の一つとして始められた体操です。皆さん一緒に昔懐かしい歌を合唱し、無理せず手足を動かし簡単な体操をして楽しみました。一ヶ月に一回、利用者の方々ともお顔なじみになり楽しく歌体操をしてきました。思い起こすとほぼ10年になります。私達も高齢化し、それぞれに事情の変化もあり、今までのように続けるのが難しくなりました。

その結果これからはナルク会員として一人でも参加できる「ドゥライフ茨木」の色々な行事に参加し、利用者の皆様とのご縁は大切にしていきたいとの結論に達しました。

ご一緒に楽しませて頂いたドゥライフの施設長、職員の方々利用者の方々に心からお礼申し上げます。これからは地域包括ケアの中核としての活動をナルク会員として考え、皆様とともに自身の健康に留意し行動していきたいと考えております。(北春日丘 高田絹子)

### ☆ハンドマッサージ 5月14日(木)

手をほぐしながら、気持ちを寄せてお話をします。共通の趣味があったり、出身地が同じだったり…。たまに手が止って話に夢中になっているときもあります。ほっこり、優しい気持ちになれるひとときです。皆さんも一度参加してみませんか？。(若園 瀬川美子)



### 研修会

日時: 7月15日(水) 時間 13:30~15:20

場所: 会議室 参加人数: 30人

テーマ: 自転車の利用とリスクについて

一部(13:30~14:30)

- ・自転車の通行(交通法規)
- ・自転車のリスク(盗難・交通事故)

講師: 茨木警察署 交通課 交通総務係  
警部補 橋本宏江氏



二部(14:40~15:20)

- ・自転車の維持・管理等

講師: 大阪サイクリング協会  
副会長 上野 博氏



### 20周年記念イベント隊

6月27日に開催される

記念イベントで行うフラダンスの練習をしています。

練習日

6月: 9日(火) 23日(火)

10:00より

場所: 会議室

担当: フラダンス 山近



## 6月行事予定】

3日(水)	全体会議	13:00	会議室
10日(水)	歌おう会	13:30	会議室
10・20日	パッチワーク	10:00	会議室
11日(木)	摂津ブロック交流会 三役会	10:00 13:00	安威川公民館 会議室
13日(土)	運営委員会 歌舞伎鑑賞入門講座	10:00 13:00	会議室 会議室
14日(日)	摂津福祉祭り	10:00	摂津コミュニティ
16日(火)	絵手紙の集い	13:30	会議室
27日(土)	<b>20周年記念イベント</b>	10:00	立命館いばらぎ

## 【7月行事予定】

8・25日	パッチワーク	10:00
9日(木)	摂津ブロック交流会	10:00
	三役会	13:00
	お茶を楽しむ会	13:00
9~16日	茨木高校授業協力	
11日(土)	運営委員会	10:00
	新入会員歓迎会	13:00
14日(火)	西ブロック交流会	10:00
15日(水)	研修会(交通法規)	13:30
21日(火)	絵手紙の集い	13:30
22日(水)	歌舞伎鑑賞(松竹座)	11:00
26日(日)	青春切符の旅・絞りの有松	8:00

**お願い** 事務所に各行事の出欠名簿を備えています。  
事務所にこられた方は 出=○ 欠=× を記入願  
います。

### 歌おう会

6月10日(水) 13:30~14:30

花だ！ 花だ！

ギターの伴奏で  
みんな一緒に歌いましょう！  
花・花は咲く・野に咲く花の…

- ・場 所： 会議室
- ・申込み： 不要
- 担 当： 小松道生

### 歌舞伎鑑賞入門講座

6月13日(土) 13:00

歌舞伎で楽しい人生を！  
世界に誇る伝統芸能を  
学びましょう

- ・場 所： 会議室
- ・申込み： 事務所まで
- 担 当： 川島靖男

### 摂津福祉祭り

6月14日(日) 10:00~

- ・場 所  
摂津コミュニティプラザ  
(阪急摂津市駅前)  
手作り作品、くるくるレイ  
ンボーや乾椎茸、海苔なども  
販売します。大勢の参加をお  
待ちしています。
- 担 当： 牧野文恵

**楽遊会 新入会員歓迎会** を開催します。

日 時： 7月11日(土) 13:00~15:00

平成26年1月以降の入会者はぜひ参加してください。その他一般会員も参加して下さい。

お茶を飲みながら、希望・抱負・体験談等を語り合しましょう。 担当： 中央・中央東ブロック



### ひとくちメモ

#### 脳ドック(2)

MRAはMRIと同じく磁気共鳴を使って血管を立体画像として出しますが、処理方法が違います。血管中の血液は常に流れているので磁力の影響を受けた物質もすぐ流れていきますが周りの組織は同じ場所にあるので磁力の影響が残り血管の中と脳の組織の間に差ができるので血管の中だけを描出できます。当然あまり細い血管や血液の流れのゆっくりのところは見えにくいですが、しかし、カテーテルを挿入して行う血管造影とは異なり、体を傷つけることなく短時間ではるかに精度の高い情報が得られます。この画像から動脈瘤や血管の奇形(動静脈奇形)が発見できます。では次回は微細な血管構造の描出です。

(北春日丘 伊藤芙美子)

## 運営委員会報告・関連ニュース



### ☆議事・連絡事項など

- ① 4月29日に行われた「みんな集まれボランティア」には会員29名参加。子供たちの参加も多く、椎茸の販売も盛況であった。
- ② 5月10日に行われたグリーン大作戦には会員26名が参加、北摂つばさ高校 150名を含め総勢約520名の参加があった。
- ③ 5月30日(土)の総会・式典・懇親会の会場での準備は、一般の方の利用があるので迷惑のかからないように配慮して出来る限り前日に行く。機器は当日持ち込む。
- ④ 6月27日(土)実施の記念イベントは地域の皆さんへの知名度を上げ、ナルクの素晴らしさをより良く知ってもらって会員増につながるように皆さんの協力をお願いする。
  - ・校内および会場の案内等に対処するためイベントに係る会員全員がキャンパス内を理解する。
  - ・会場満席対応について入場券・整理券などの案を検討する。
- ⑤ 6月27日写真展・会報記念号・歌舞伎鑑賞入門講座についての進捗状況の報告。
- ⑥ 6月のイベント全体会議は3日(水)13時からです。

### ☆4月度の活動実績

時間預託活動	503点	目標比当月	108%	—	前年同期比 :130%
奉仕活動	1154点	〃	106%	—	〃 126%
活動全体	1657点	〃	106%	—	〃 128%

- ・時間預託活動は高齢者支援 55件(内市受託事業 15件)と活発であった。奉仕活動では白川サロン支援が順調であった。拠点活動も20周年記念関連作業で増加した。
- ・利用点:12点(累計 12点) **遠慮せず気軽に利用しましょう!**

### ☆5月の会員移動

- ・入会者:篠崎 幸・大輔(井口台)、森永みちよ(大正)  
久岡 勉(戸伏町)、矢野裕美(丑寅)、吉田千鶴子(中穂積)
- ・退会者: なし
- ・5月末会員=442人(男性 158、女性 284)  
(参考:26年3月末会員=434人)



### ☆5月の新規支援要請

ご協力頂ける方は <コーディネーター> に連絡願います。

中穂積	高齢者支援	住宅清掃	月2回	奥村	日常生活
井口台	子育て支援	家事・見守り	週1回	吹	一般

パソコン・デジカメなど「**iTで遊ぼう!**」へ来て下さいね。6月予定は次の通りです。  
 ・15(月)PM東條    ・22(月)PM岩本    ・25(木)AM・PM小松  
 尚、ご**自宅訪問**もOKです。ご希望をメンバーに相談してください。(1時間1点です)

当拠点の賛助会員(敬称略・順不同)    いつも**ご支援**ご協力ありがとうございます。  
 ・デイサービスセンター「ドゥライフ茨木」    ・あいおいニッセイ同和損保株  
 ・若林三雄    ・友次通憲    ・原田 平    ・辰見 登

- ・**会報7月号は20周年記念号のため 7/16(木)完成予定です。**  
 配布担当は**15時以降**事務所に取りに来て下さい。