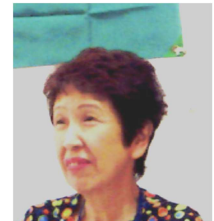


**ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」**567-0885 茨木市東中条町1-6 あいおいニッセイ同和損保 介護研修センター3F  
Tel 072-620-6088 FAX 072-620-8707 Mail: oshidori-nalc@ktb.biglobe.ne.jp

188号

**新年のご挨拶**

代表 石田あけみ

皆様 あけましておめでとうございます。

新しい年にふさわしい日々をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は当拠点の設立20周年に当たり、5月の総会・式典・懇親会、6月には立命館大学大ホールでの記念イベントと大きな行事を会員皆様の総力をあげて行うことが出来、そして「地域に密着したナルク」を広く市民の方々に知って頂くことができました。

ご支援・ご協力していただきました皆様をはじめ、ご指導いただきました関係機関の方々に改めてお礼申し上げます。

また650名を超える一般の方々に参加していただいたこの経験は、一人ひとりの力は小さくても力を合わせれば大きなことができる事を実証することにもなりました。また同時に今後ますます期待されるボランティア団体としての自覚も必要となってまいりました。

昨年の活動状況(10月末)を振り返ってみますと、会員は増強キャンペーンにより増加し8月では452名となりましたが、その後支援終了退会者などがあり441名となっています。活動時間は11,622時間と目標値を106%とクリアしましたが、月平均50件以上の支援要請に対して活動会員の偏りが見られ少数の方に負担をかける状況が続いています。

収入面では日常生活支援、ごいっしょサービスの受託事業が順調にのび良い結果となっています。今後も茨木市からの受託事業は当拠点の財政面の支えとなるでしょう。そのためにも活動会員の一層の増加と、多くの会員による偏りのない活動が必要と考えます。

活動促進のため取り入れたブロック制は、確実に定着し各交流会などで活発な意見が交わされ活動者の元気の源となっています。この活力が更に支援活動の増加につながることを期待しています。

4月の介護保険制度の改正により要支援1・2が介護保険から切り離されました。そして24時間医療・介護・看護が住み慣れた地域で受けられる「地域包括ケア」が平成29年スタートを目指しそれぞれの自治体で準備が始まりました。「施設から地域へ」「医療から介護へ」と国の方針は舵を切りました。

茨木市においても関連団体によるボランティアの養成が盛んになってきています。専門職だけでは支えきれない介護の部分をボランティアで賄おうということですが、質・量ともに短期間では養成できないのが現実と思われまます。

幸い、当拠点では早くから研修を続けており十分に応えられる技術はありますが、さらに研修を重ねレベルアップに努め、「頼れるナルク」と言われる我々の出番に備えましょう。

また昨年末より取り組んでいる会員の安否確認のための連絡網は、日中のひとり暮らし高齢者の増加や介護離職などの話題が絶えない昨今には欠かせないセーフティネットの役割を果たすことでしょう。地域でますます必要とされるナルクの一員としてより一層のご協力をお願いします。

新しい年が皆様にとって素晴らしい年でありますよう祈念いたしまして、年頭の挨拶とさせていただきます。

## ☆楽遊会 12月12日(土)13:00~15:00

今回の楽遊会は12月ということで会場はクリスマスムード一杯。29名の参加でした。まず、5名1組で6グループを作りました。ゲーム大会ということで前半はダーツとパターゴルフ、川柳の穴埋めを楽しみ、テータムをはさんで後半はボール入れ、コイン落としです。小さい球はなかなか思うような所には入りません。皆さん真剣です。川柳はグループ毎の点数です。

一人3回ずつ行った点数をグループ毎にまとめて順位が決定します。一位から順に得点が出たところで拍手の中大きな袋をかついだサンタさんが現れました。

一位とブービー賞の賞品がグループに、個人にも手渡されました。

年齢を忘れゲームに夢中になった楽しいひとときでした。(天王 小幡陽子)

## ☆在宅介護を学ぶ 12月14日(月)13:00~16:00

「地域で看守る訪問看護～在宅療養をその人らしく」をテーマで開催されました。

済生会病院の看護部とナルクとが茨木市の後援を頂き10数年前から実施している会員並びに市民対象の研修会です。

今回は比較的市民になじみの少ない訪問看護がテーマで、異常の早期発見、不安の相談、支援方法のアドバイス、終末ケア等広範囲の学習で市民の皆様と学ぶ事ができました。グループ毎に分れての討議はとても身近な問題で時間が足りないくらいでした。

今回は引き続き、ライフポート茨木を見学しました。1階は機能訓練室、デイケアルーム、浴室、2階は居間、通所リハビリなどが設けられています。各部屋は〇〇丁目〇〇番地と表示されており、自宅に居るような感じを受けました。当施設は病院と隣り合わせで安心出来るセンターでした。(奈良 西 豊子)

## ☆摂津ブロック交流会・忘年会 12月10日(木)10:00~

毎月、第2木曜日安威川公民館に集まって交流会を行っています。最近では会員の皆さんもナルク活動の他にも色々と活動されており、集まりが悪くなり少人数となってきています。

今回は、石田代表に参加して頂き、会員減少の現状や、今進めている連絡網の説明をして頂きました。普段は支援している方の現状報告や、次回の活動予定を決めたり、ナルク行事の参加を促したり・話が脱線しながらも、和気あいあいとした集まりです。

会合の後、忘年会をしました。場所を移して「串カツ屋」さんへ。途中池川さんご夫妻が合流され、総勢7名でお昼とも思えぬボリュームのあるランチを頂きながら、賑やかに楽しいひと時でした。(摂津 立浪好子)

## 茨木アクティブシニアフェスタ2016 のお知らせ

月日 2016年2月7日 11時 会場:シニアプラザいばらき(旧桑田荘)

行事内容

第1部「世代間交流」

鮎川幼稚園児による「楽器演奏と合唱」と高美幼稚園児による「太鼓演奏」

第2部「記念講演会」

講師:早瀬昇氏 社会福祉法人 大阪ボランティア協会 常任理事

「ボランティア活動の新しい風」～シニア世代の活躍への期待～

第3部「元気なシニアたちの実践活動の発表」「展示ブースでパネル等の展示」

- ・茨木市社会福祉協議会 ボランティアセンター・シルバーアドバイザー茨木
- ・茨木市老人クラブ連合会・茨木自治会連合会・茨木市シルバー人材センター
- ・茨木市街かどディハウス協議会・NPO 法人 茨木シニアカレッジ

・サロン室展示 NPO ナルク茨木・摂津

パネル展示と映像 「支え合って20年 これからも地域と共に！」

第4部屋外にて 模擬店・物産販売・障がい者施設手作り品の販売

詳しくは添付のチラシを参照

## 行事予定

月	日	時	行事等	会場等
1月	13・23日	10:00	パッチワーク	会議室
	14日(木)	10:00 10:00 13:00	高校授業支援 摂津交流会 三役会	春日丘高校 安威川公民館 会議室
	16日(土)	10:00 12:30	運営委員会 新年会	会議室
	19日(火)	10:00 13:30	おしどりコーラス 絵手紙の集い	会議室
	21日(木)	13:00	お茶を楽しむ会	会議室
	22日(金)	13:30	ハンドマッサージ	トウライ
	30日(土)	10:00	歩楽人クラブ	事務所
2月	7日(日)	11:00	アクティブシニア フェスタ	シニアプラザ いばらき
	10・27日	10:00	パッチワーク	会議室
	10日(水)	13:00 13:00	三役会 歌おう会	会議室
	13日(土)	10:00	運営委員会	会議室
	16日(火)	10:00 13:30	おしどりコーラス 絵手紙の集い	会議室
	18日(木)	13:00	出前講座介護保険	会議室
	20日(土)	13:00	アンチエイジングの会	会議室
	24日(水)	11:00	楽遊会(観梅)	万博公園

事務所に各行事の出欠名簿を備えています。

出=○ 欠=× を記入願います。

### アンチエイジングの会 予告

2月20日(土)13:00~



- \* NNK(認知症、寝たきり、孤独死)にならないために  
指を使って脳トレ 牧野
- \* シニアタブレット養成講座について 東條
- \* 折り紙 ひなまつりに向けて 杉本

### 新年会 1月16日(土)12:30

年の初めに皆さんで盛り上がりましょう

会費:800円 場所:会議室

締切:1月8日まで

担当:事務局

#### 歩楽人クラブ

映像でたどる

“三島に眠る鎌足公”

解説:岩本

日時:1月30日(土) 10:00

場所:事務所

担当:大倉

#### 出前講座

改正「介護保険制度」を学ぶ

日時:2月18日(木)13:00~15:00

場所:会議室

講師:茨木市保健福祉課

介護保健課より

この機会に内容をしっかり理解し公私共に役立てましょう!

多数のご参加を お待ちしています

担当:澤井・松下

#### 楽遊会

万博梅林で観梅

日時:2月24日(水)11:00

集合場所:万博中央入口

締切:2月17日まで

担当:西・摂津ブロック

★梅を観て茶店で昼食、甘酒など



## ひとくちメモ

### 正月

あけましておめでとうございます。皆様はどんな新年を迎えられましたでしょうか?

和気笑迎春(和気笑って春を迎うのどかな気分)に満ちて新春を迎えるの意)でしたか?

ところで正月とは1月の別名、他にも睦月、端月、献春、三朝(月日の初めの意)、陬月、正朝

(元旦に同じ)、開端、履新・履端(新年の意)、霞初月、早緑月、首歳、太郎月、年端月、子

日月、猛春、陽春、初見月、初空月、初春、などなど。雪を表現する言葉も雪明り、深雪、衾雪、

雪紐、雪垂、窓の雪、雪路、雪催、綿帽子、雪花、六花、雪暗などなど。日本語の表現の豊かさ

には驚きますね。あたたかい炬燵に入って、辞書を片手に言葉遊びをしてみてもは? 茶道では道具

に銘がついています。稽古の折に自分で素敵な茶杓の銘を考えさせると子供たちの中から

いろんな銘が飛び出します。今年の歌会の御題は「人」でした。あなたも人にちなんだいろんな

言葉を探してみてもはいかがですか? (北春日丘 伊藤芙美子)





★議事・連絡事項など

- ①11月25日から27日まで「拠点リーダー養成講座」が「ユニピアささやま」で開催され全国より26名(女性11名)の参加があり会員増などのテーマについてグループ討議を行った。  
当拠点からは山近和子さんが参加。
- ②11月22日災害ボランティア訓練が開催され災害時に備えての訓練をワークショップ形式で行われ市職員の参加も多くあり、当拠点からは奥村さんが参加。
- ③12月14日済生会茨木病院にて介護教室が行われ42名の参加があり訪問看護について学んだ。
- ④連絡網作成について各ブロックからの報告、事務局より報告形式について説明があり、これらに対しブロックの意見を1月8日までに提出。次回委員会を1月末か2月早々に行う。
- ⑤本部預託時間委員会が行われ、子育て支援について対象を義務教育以下の子供に拡大。
- ⑥2月7日 11時よりアクティブシニアフェスタが開催される。当拠点はパネル展示・DVDなどを行う。
- ⑦グリーン大作戦は年2回実施し日程については少林寺拳法等と協議する。
- ⑧バザー参加は春のみ年1回とする。
- ⑨各部署等は来年度予算を1月末日までに提出をする。
- ⑩本部会報1月号に掲載される座談会の記事に当拠点からはロールプレイングによりコーディネーターのスキルアップを図るように提案した。
- ⑪現在使用中の RICOH 複合機はコスト低減のため新たに入替え主使用機とし、EPSON 機は副使用機とする。
- ◎1月16日の運営委員会の進行担当は会計グループです。

★11月度の活動実績

時間預託活動	450点	目標比当月 96%	累計 99%	前年同期 105%
奉仕活動	820点	〃 75%	〃 105%	〃 112%
活動全体	1270点	〃 82%	〃 103%	〃 110%
無点活動	277点	累計 1547点	同好会・イベントに一般参加など	

- ・時間預託活動は目標に近かったが子育て支援は月間目標に対し147%と好調であった。奉仕活動では福祉活動は目標を達成したが、子育て拠点活動などが低調であった。受託事業はご一緒8件、日常生活7件で従来より少なかった。
- ・預託点利用:17点(累計 97点) **遠慮せず身近なことから気軽に利用しよう!**  
11月の利用件数は4件で買物1件1点、住宅修繕清掃1件10点、庭の手入れ1件4点、送迎1件2点。

★12月の会員異動

- ・入会者:大本千晶・貴善(中穂積)
- ・退会者:紙恵子(東奈良) 以下支援終了退会者 土居明美(山手台)、関井淑江・智明(春日)、新崎光子(千里丘東)
- ・移 動:竹村久子(茨木春日→摂津北)、中嶋信子(同地区内)
- ・12月末会員=428人(男性154、女性274)参考:26年3月末会員=434人



パソコン・デジカメ・タブレットなど 「iTで遊ぼう!」へ来てくださね。  
1月予定は次の通りです。・21(木)PM小松 ・28(木)PM小松  
尚、ご自宅訪問もOK。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 ・長谷川浩 ・安孫子浩子

会報2月号は2/2(水)15時完成予定。配付担当は事務所へ取りに来て下さい