



## 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

218号



### 新会員研修 感想文

6月25日 新会員研修が開催されました。受講された方の感想文です。

◎新人の為に“もっと知って、もっと楽しく”活動する為のナルクの基礎知識を東條講師から説明がありました。質問や疑問点を丁寧に応答され、あっという間の2時間でした。月次活動実績表の見方を教えてもらいました。ナルクはニッポンアクティブライフクラブでボランティアだけでなく、イベント、同好会等多彩な働きをするNPO団体だと知りました。結果困った時に助けたり地域の為に尽くしたり新しい自分の居場所ができるのだと思いました。その後テーブルを囲んで1時間余り、お茶をしながら、自己紹介に伴ってナルクへの熱い想いを語り合いました。(南春日丘 鹿野真弓)

◎妻が3年前からナルクの会員になり、自分が貯めたポイントを利用して、支援が受けられるからと勧められた事もあり、週1回程度はボランティアを行うため、6月から会員になりました。

ハローワークに行く時も、自転車に頼っていましたが、6月からは桜通りの緑の小径を往復約1時間歩くことにしています。(週一では少なすぎますが)現在は事務所当番だけで、支援活動はこれからですが、元気な内はパートも担ってみようと、隣のハローワークにて仕事を探し始めました。



研修で色々な支援内容などの説明がありましたが、ナルクの理念“出来る事を出来る時に出来る方法で”に沿って、最初は無理無く自分の出来る範囲でやってみようと思っています。

宜しくご指導をお願いします。

(東奈良 佐藤 博)

◎退職してから、日々何となく無駄に過ぎて行くのが、もったいなく私にも何か出来る事があるのかしらと思い、3月にナルクに入会しました。入会時にパンフレットをいただき、一応目を通したつもりでしたが、新会員研修に参加してナルクの正式名称や理念の「自立」「奉仕」「助け合い」「生きがい」の基礎知識が、やっと頭に入ってきました。ボランティア活動経験の無い私には大変な仕事で無理とって思っていたが、研修で教わったボランティア活動の基本は決して無理強いすること無く「できる事を」「できる時に」「出来る方法」で参加する。この言葉で気持ちが楽になりました。今後は、出来るだけ研修会に参加して、お手伝いさせて頂ける事を、増やして行けたらと思います。

(平田 山本朝子)

#### お見舞い

震災のお見舞いを申し上げます。

茨木、高槻などを中心に多くの被害が出ています。

電気、ガス、水道のライフラインはようやく復旧しましたが、体調不良や精神的不調は日を追って出てきますので、変化には気を付けて下さい。

「困った時は、お互い様」のナルク精神が試される時です。会員同士また近隣の方達にもお声かけをして助け合いましょう。

## 支援日誌

88歳のMさんは12年前にご主人を見送られ、お一人暮らしです。5年程前、体調が悪く「地域のゴミ当番が出来ない」と介護事業所に相談されましたが、早朝の人手が難しいとナルクに相談がありました。「体調不良の方には免除を考える所が多いので話してみても如何ですか？」と伝えましたが、自分には言えない〜と哀れそうな返事でした。

私は前日に用品を預かり、5時半にゴミ置き場にネットとシートをセット、回収後の後片付けが支援内容です。支援は「週2回で1ヶ月間」。当番は半年に1回廻って来ます。1年後に高齢の方の免除が決り早朝の支援は終了しました。

その後、Mさんは体調不良の日が多く、最後まで自宅で暮らす事を強く望んでおられ、ナルクでの生活支援が続いています。人との交流も少なく、いつも訪問日を待っておられ、沢山心配事を話されます。今年の2月から「茨木市の訪問型サービスB」がスタートした事を説明しました。現在はナルク支援と茨木市の委託事業の「訪問型サービスB」の併用で、自分らしい生活が続けられそうだと話されています。  
(山手台 奥村妙永子)

### ☆摂津福祉まつり 6月3日(日) 10:00~15:00 参加13名

当日は朝からの晴天で、良く言えば最高のお日柄、悪く言えば暑くて脱水と背中合わせ。私にとって、この日一番のニュースは、一枚10円のタイル600枚が完売した事です。最近はやりのDIYのお陰でしょうか。いつもの干し椎茸と味付けのりは売れ残り、例年に比べ一般のお客さんが少なかったように思います。茨木からたくさんの応援に来てもらい、売り子はばっちりきれいどころが揃っていたのですが、この日は淀川べりではワイワイがやがや祭り、コミュニティプラザでは、摂津市民文化連盟祭が同時にあり、お客さんが拡散したのではないかと思います。それでも内輪で結構売れて盛り上がっていました。超格安お値打ち品間違いなし！私もいい買い物ことができました。めでたしめでたしという事におきましよう。皆様本当に有難うございました。来年もどうぞ宜しくお願いします。  
(摂津 矢普留京子)

### ☆イオンいきいき広場でフラダンス 6月1日(金) 16:00~18:00 参加7名

イオン新茨木店 2Fのいきいき広場で月2回行われている「シニア5団体相談会」でナルクは相談会やハンドマッサージを行い入会の勧誘やアピールを行っています。しかし旗やパネル、声かけだけでは、なかなか人が集まりません。そこで、音楽を鳴らして舞台上で何かやっていたら人も来るだろうと「フラダンス」をしました。主に「20周年記念」の時に出演した7人のメンバーで結成された「ナルクフラダンスチーム」は楽しく元気よく「月の夜は」という曲を踊りました。簡単に振付の解説をして2回目は会場のお客さんに「一緒に踊りましょう」と声をかけると男の人や子供さんも参加して下さいました。「ボランティア団体みたいなのに、こんな楽しいこともするんだ！！」と喜んでいただけただならラッキーです。そこからナルクの活動やボランティアへの関心につながれば、なお嬉しいです。  
(新堂 山近和子)



## 会員あれこれ

### 伊田英雄さん

伊田さんは当拠点において事務局のスタッフとして業務の他、イベント担当や通学支援等多くの活動をし、その傍ら来日中の外国人の方へ日本語を教えるボランティア活動もされています。

日本語学習支援参加のきっかけは知人からの紹介で「茨木市実用日本語学習会」の活動状況を見学し、国際交流にも貢献できると、入会後活動を始められました。

入会して2年余り、支援学習者は4名で、出身国はコロンビア、ベトナム、韓国、中国で中には立命館大学の留学生もいます。週1回1対1で学習者のレベルや目標に合わせて学習支援をし、日本語文章理解力や漢字能力などが向上するとやりがいも感じるそうです。授業の合間には出身国の風習や社会情勢などの実際の話も聞けて、とても興味深いとのこと。また学習会のイベントとして、お正月にはお茶会や日本の双六やかかるた、羽根つきなどの日本の遊びも紹介したり、出身国の料理教室などで異文化交流もされています。

伊田さんの夢は2020東京オリンピックでボランティア活動に参加することで、その為に日頃から多くのボランティア活動に努めておられます。  
(会報 担当)



## 行事予定

月	日 時	行事等	会場等
7月	7・25日 10:00	パッチワーク	研修室
	11日(水) 10:30 13:00	認知症勉強会 コーディネーター研修	研修室
	11~19日 午前中	茨木高校授業協力	茨木高校
	12日(木) 13:00	三役会	研修室
	14日(土) 10:00 13:00	運営委員会 お誕生会	研修室
	17日(火) 10:00 13:00	コーラス 絵手紙の集い	研修室
	19日(木) 9:00	シニア介護サポーター講座	研修室
8月	9日(木) 13:00	三役会	研修室
	10~15日	夏休み	—
	18日(水) 9:00	障害者プール支援	五十鈴市民プール
	22・23日 13:20	ドゥライフ夏まつり	ドゥライフ

## お誕生会

(4月~8月生まれの方)

日 時：7月14日(土)  
13:00~15:00

場 所：研修室  
担 当：東・西・摂津ブロック



◎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。

### 認知症勉強会(6/18の変更分)

日 時：7月11日(水) 10:30~12:00  
場 所：研修室  
内 容：オレンジカフェの成り立ちと  
現状  
オレンジカフェ見学の報告  
講 師：認知症地域支援推進委員  
寺川真由子氏  
担 当：南ブロック

### コーディネーター研修

日 時：7月11日(水) 13:00~15:00  
場 所：研修室  
\*コーディネーターの業務内容  
\*運営寄付金改定について利用者さんへ  
の説明等  
担 当：事務局

### 第9回シニア介護サポーター 養成講座 (チラシ参照)

日 時：7月19日(木) 9:00~16:00  
場 所：研修室  
費 用：1,000円(会員は拠点で負担)  
持ち物：筆記用具・名札  
定 員：25名(申込/7月14日迄)  
担 当：研修

### 預託制度運用について

- 下記の場合も利用できます
- 1) 子女の産前、産後
  - 2) 両親に代わり孫(義務教育以下)を  
扶養する場合
  - 3) 両親に代わり祖父母を介護介助する  
場合

## ひとくちメモ

### シングルペアレント

読売テレビのニュースキャスターだった清水健さんの「笑顔のママと僕と息子の973日間のシングルファーザーは今日も奮闘中」という本を借り読んで思ったのはシングルペアレントの問題は私が子育てをしていた40年前とあまり変わっていないという思いでした。シングルペアレントの中でも父子家庭は特に悲惨です。同僚にも一人で三人の男の子を抱えたパパがいて、よく話を聞きました。自分の母親は年を取りすぎて世話は無理だし結局維持できず小学校に入るまで施設入所させざるを得ませんでした。小学校に入学後順次引き取って休みの日は子供に会いに施設に訪問し、なぐさめ、励まし家事をこなしてよく頑張っていました。今ならナルクがあるのに。彼がよく口にしていたのは「母子家庭は成り立っても父子家庭は男が働いていれば収入が安定していると思いきや残業、当直が出来ないので収入が激減して成り立たない。支援システムが無い。」という言葉でした。清水健さんも同じことを書いておられました。私達がサポートできるよう頑張りましょう (北春日丘 伊藤芙美子)



★議事・連絡事項など

- ① 本部は経費節減の一環として家賃の見直しや機関紙「ナルクNALC」の隔月発行などを検討。
- ② 来年本部設立25周年となる。「ナルクビジョン委員会」立ち上げを検討。
- ③ 6月3日摂津福祉祭りが行われ12名が参加した。売上約3万円、純利益約1.3万円であった。
- ④ 茨木高校授業協力が7月11日(水)～19日(木)の日程で行われる。
- ⑤ 地震のため延期となった認知症勉強会とコーディネーター研修会が7月11日(水)に行われる。
- ⑥ パソコンのメール管理は当番の三役が管理する。事務所当番も閲覧してください。
- ⑦ 提供活動運営寄付金改訂:新規会員は6月より、現会員は10月より時間当たり600円、庭の草取り手入れ、引っ越し、家具移動は800円となります。

★5月度の活動実績点数

活動区分	当月点数	対応人数	累計点数	内容
高齢者・障がい者	199	68名	166	住宅掃除、話し相手、庭の手入れ、外出介助
子育て	56	20名	56	子育て家事支援, 子供の送迎
所定事務など	191	49名	201	所定事務, 事務所当番
<b>時間預託小計</b>	<b>446</b>	<b>—</b>	<b>423</b>	
福祉	400	51名	329	白川サロン, 済生会病院, ドゥライフ
子育て	84	8名	66	登下校見守り, 学童保育支援
拠点活動など	373	74名	462	会議・イベントの準備, 事務作業, 会報手配り
<b>奉仕活動小計</b>	<b>857</b>	<b>—</b>	<b>857</b>	
<b>活動全体合計</b>	<b>1303</b>	<b>—</b>	<b>1280</b>	
無点活動	282	48名	188	交流会、同好会活動
<b>当月累計</b>	<b>1585</b>	<b>—</b>	<b>1468</b>	

- ・受託事業：◎ご一緒：3件14回、◎日常：6人11回、◎サービスB：4人18回。
- ・預託点利用：6件21点（累計46点）外出介助11点、庭の手入れ4点、医療機関との連絡3点、パソコン指導2点、住宅修繕1点

遠慮せず身近なことから気軽に利用しましょう！

預託点を使ってみよう！ **手続きは簡単 ボランティア利用申し込み書に記入するだけ**  
 日常生活…網戸洗い 窓ガラス拭き 扇風機・換気扇・エアコン掃除 庭の手入れ・水やり植木の  
 手入れ 電灯の掃除・電球取り替え 台所・ふろ掃除・リフォーム  
 終活用…家の中の片づけ アルバム・本・衣類の整理や処分 大型ごみ出し 棚の整理など

- ・入会者：小野木俊郎(西中条町)、和田加代子・明光(新郡山)、植野貞子(下穂積)  
村田京子(並木町)、佐藤 博(東奈良)
- ・退会者：岩本嘉明・章子(南春日丘)
- ・6月末会員=435人(男性157、女性278)〈参考:30年3月末会員=428人〉

パソコン・デジカメ・タブレットなど「iTで遊ぼう!」へ来て下さいね。  
 7月予定は次の通りです。9日・23日PM東條  
 尚、ご自宅訪問もOKです。ご希望を担当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  
 ・済生会茨木病院 ・宮原正年

8月号は8月3日(金) 9時30分から配布します。配布担当は事務所へ取りに来てください。