



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

224号

Tel 072-620-6088 FAX 072-620-8707 Mail: oshidori-nalc@ktb.biglobe.ne.jp



新年のご挨拶

代表 石田あけみ

皆さま明けましておめでとうございます。
新しい年をお迎えの事とお慶び申し上げます。

昨年は予想もしない地震・台風・豪雨と災害が身近で起こり、様々な影響が今でも続いています。会員の皆様には、提供活動はじめ奉仕活動及び同好会活動などにご参加ご協力いただき感謝申し上げます。

1年を振り返ってみますと

*平成29年12月に茨木市と契約しました「茨木市訪問型サービスB事業」が30年2月からスタートしました。地域包括ケアの一環として始まり、今後も他の委託事業と同様に当拠点の重要な支援活動の一つと考えています。

*6月に発生した大阪北部地震は、拠点内では幸い人的被害はなかったものの屋根の損傷、壁の亀裂、物損など多くの被害がありました。いまなお修理待ちの状況が続いています。

「災害は忘れたころにやってくる」のとおり、火山国日本では地震が多く発生するにもかかわらず公的対応には時間がかかり過ぎます。拠点の対応として災害直後の連絡網による情報収集は難しく、諸問題を事務所経由で公的機関につなげることにしました。

*提供活動状況は上半期において支援件数の減少に伴い計画に満たない月が多くありましたが下半期には徐々に戻ってきました。

奉仕活動状況は、イオン活動や土楽会活動を含め会員の皆様の参加で計画は維持できました。

*提供活動件数の減少は会計的にも大きく影響し上半期がマイナスという結果になりました。懸案だった提供活動運営寄付金の改訂は、

5月の総会にて承認されていたため下半期からは改善の方向になると考えていました。さらに財政基盤安定のため、交通費支給及び同好会補助も同時に中止しました。社会情勢を考えると寄付金改訂はやむを得ないですが、交通費支給及び同好会補助の中止は今後の活動意欲が削がれないように願うばかりです。

*近年の会員減少が止まらない中で前年度末428名から440名(11月末)と増加しました。これは上音羽会員の紹介で現役世代が多く加入した結果によるものです。高齢化が進む過疎地へ若い世代が入り地域活性化のきっかけとなれば将来の活動会員予備軍として期待できます。

*本部が3年先を見越して設置した「ビジョン委員会」の「人、物、金、制度」は当拠点においても組織継続のためにタイムリーなテーマと考えています。

役員及び運営委員のなり手が無い問題は他拠点同様に待ったなしの状況となっています。自分以外の誰かがしてくれるでは組織運営はいずれ行き詰まりとなるでしょう。他の拠点が、なり手不足を拠点解散の一因と挙げていることを他山の石と置いてはいけません。制度を作り総意で解決していかなければなりません。ナルクのボランティア活動が会員自身の生きがいとなり、かつ地域に必要とされている限り終わらすわけにはいかないと考えます。

新年早々厳しい現実と直面しています。

会員皆様の知恵と工夫を大いに期待し、ご協力をお願いいたします。 以上

☆市民講座 12月4日(火) 13:00~16:00 参加者 22名

ナルク会員になり4年目です。今回、認知症に関する講座を受講しました。

認知症の方や車いす利用の障がい者、視覚障がい者などそれぞれの方から見える世界には共通することが多いと知りました。私たちはその方たち一人一人の違った価値観や能力、また生活背景や夫々の思いを、支援する側として理解する事が大切だと思いました。とくに、認知症の方は視野が狭いので、目線を合わせ、前からゆっくり相手を見て近づくことや、表情は明るく、優しく接するなど不安を持たせないなどを学びました。私は認知症の方の車いすでの散歩支援は一度だけですが、今後も、出来る限りの支援を心がけたいと思います。(平田 八木 栄)

☆お茶を楽しむ会 12月4日(火) 13:00~15:00 参加者 10名

私は学生時代4年間茶道(裏千家)を習いました。先生は若くして亡くなられ、私は落胆がつよ過ぎて、他の教室にも行けず辞めてしまいました。

あれから何十年、茶道に接する機会もなく、昔習ったことは、ほとんど忘れてしまった状態です。今こうして流派は違いますが、教えて頂けることを嬉しく思います。

今回は「盆略点前」を習いました。茶碗、茶杓、棗(なつめ)、茶筌を置く位置、帛紗(ふくさ)の持ち方、そして一人ずつお茶をたて、お茶を頂くマナーを教えて頂きました。教えて下さる先生も大変だったと思います。お茶をたて、茶菓子頂き、他愛のない会話でも大切な時間です。これからも楽しい茶会になればいいなと思います。次回を楽しみにしています。(穂積台 田中治美)



☆お誕生会 12月8日(土) 13:00~15:00 参加者 36名

始めに全員でハッピーバースデーの歌でお祝いし、その後6つのチームに分かれて ①ビンゴゲーム…ツリーチになってもなかなかビンゴにならずあつという間にビンゴになったチームもいて悔しい思いをしたり ②椅子に腰かけて隣の人に足で輪を送るゲーム…早く送ろうとすればするほど隣の人の足に輪を渡せなくて焦ります ③バドミントンラケットにピンポン玉2ヶを乗せてリレーをするゲーム…早く走ればピンポン玉が落ちるし落ちないように必死で、そばから見たら可笑しい恰好で形相も滑稽だったかな? 団体戦なので皆さん一喜一憂して大いに盛り上がりました。

お誕生日の人たちから一言スピーチもあり、支援活動・サークル活動・自分の生活とそれぞれに輝いていて素敵な皆さんです。最後に定番の「青い山脈」の替え歌「生涯現役の歌」を合唱してしめくり、楽しい時間の終了となりました。歌詞の様に好奇心旺盛・元気で生き抜いてピンピンコロリで行きたいものです。(穂積台 小松励子)



☆居酒屋の会・忘年会 12月8日(土) 17:00~ 参加者 26名

毎年恒例の忘年会に参加しました。お刺身の盛り合わせ、鶏のから揚げ、サザエのつぼ焼き、ローストビーフやカツサンドなど、実にいろいろなジャンルの料理が次々と出てきて、しかもその一つがボリュームがあって美味しくとても驚きました。

飲み物は飲み放題だそうで、お酒を飲める方はもちろん、飲めない私も十分に満足でき、とても楽しい時間を過ごせました。(東奈良 布川啓子)



☆英語を楽しく学びましょう 12月12日(水) 13:30~14:30 参加者5名

「1人かも」と思っていたが5名でスタートした「英語を楽しく学びましょう」の同好会は、会員の布川さんを講師に自己紹介の仕方から始まった。12月にふさわしく「ホワイトクリスマス」「きよしこの夜」を英語で歌い、歌詞の意味も説明してもらって、今まで何気なく聞いていた歌がまた違った感じで聞けた。そして「聴く」と「聞く」の違いも歌詞に盛り込まれていることも知った。

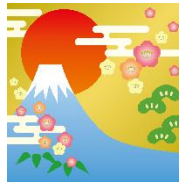
久しぶりの英語学習?は学生気分に戻り、発音や単語に戸惑いながらも、講師の綺麗な発音に刺激を受けとても新鮮でした。「英会話は勇気と度胸で乗り越えられる!」「外国人を見たら気後れしないで話しかけてみましょう!」に励まされ続けてみようかと思った。

気軽に英語を楽しめそうです!ぜひ多くの仲間を待っています!(沢良宜東町 石田あけみ)

行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
1月	9・26 日 10:00	パッチワーク	研修室
	11日(金) 10:00	三役会	研修室
	12日(土) 12:30	新年懇親会	研修室
	15日(火) 10:00 13:30	コーラス 運営委員会	研修室
	16日(水) 13:30	イングリッシュ・クラブ	研修室
	22日(火) 13:30	カラオケ	研修室
2月	8日(金) 13:00	三役会	研修室
	13・23日 10:00	パッチワーク	研修室
	12日(火) 10:00	運営委員会	研修室
	13日(水) 13:30	イングリッシュ・クラブ	研修室
	16日(土) 13:00	アンチエイジング	研修室
	19日(火) 10:00 13:00	コーラス 絵手紙の集い	研修室
	21日(木) 13:00	研修会(下記参照)	研修室
	22日(金) 10:00	本部会計監査	事務所
	23日(土) 13:00	歌おう会	研修室

◎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。



おしどりコーナー 《新設》

今回より会員相互のコーナーを設けました。皆さんが日頃趣味にされている事や、良いお子工などあれば、どんどん掲載して行きたいと思っています。ご協力お願いいたします。 会報担当

【俳句】

われもまた善女となりて 初詣
匂いたつ 二十歳の乙女 梅開く
主原 新井
曾孫ある 母幸せ お年玉
集金の人の忙しき 冬至かな
穂積台 田中(浩)



イングリッシュ・ファンクラブ

英会話は脳の活性化になります。興味のある方は *Welcome* です
楽しい時間を過ごしましょう

日 時：1月16日(水) 13:30~14:30

場 所：研修室

担 当：布川啓子

事務局(会計)からのお知らせ

担当者は2019年度予算申請書の提出をお願いします。

提出期限：2019年1月31日

用紙は1月15日運営委員会までに配布します。

テーマ①

幸福な町づくりについて

日 時：2月21日(木) 13:00~14:15

場 所：研修室

講 師：藪孝雄会員 引き続き

担 当：青木・花立

友人、知人の方もお誘い下さい。

テーマ②

市営葬儀について

日 時：2月21日(木) 14:15~15:30

場 所：研修室

講 師：市民課管理係

担 当：青木・花立

友人、知人の方もお誘い下さい。

認知症講演会 (認知症とともに歩む)

日 時：2019年2月24日(日) 14:00~

会 場：千里ライフサイエンスセンター5F(モノレール千里中央駅・北5分)

座 長：井上幸紀 氏(大阪市立大学神経精神医学講座教授)

講 演 1 認知症専門医が介護家族となって思う「支援」とは

講 演 2 認知症と生きる~医師の観点から~

担 当：西北ブロック・西ブロック

参加無料(申し込み2月15日まで) 事務所に申し込み表があります



★議事・連絡事項など

- ① 12月4日済生会茨木病院にて「認知症者から見える世界」をテーマに市民講座が開催された。参加者は39名でナルクからは22名であった。皆の関心が大変高かった。
- ② 12月10日大阪・北摂エリア17が開催され、本部・北摂7拠点から16名の参加があり、各拠点状況報告、本部ビジョン委員会への提言、ナルク知名度向上の方策等について意見交換をした。
- ③ 1月15日(火)・17日(木)春日丘高校で講和・車椅子実習がある。ナルクからは7名が参加。
- ④ 本部による当拠点の監査が2月22日実施される。
- ⑤ 当拠点数会員による「北欧3か国の現状について」研修会にて報告される。
- ⑥ 前回の運営委員会で提案のあった三役員の選出について検討を行った結果承認されました。
 - ・三役員は代表1,副代表2,事務局長1,会計主任1とし、会計主任以外は運営委員から互選をする。
 - ・選出時期は3月末とし、任期は従来通り総会承認後2年(会計主任は除く)とする。
 - ・4月～5月は次期三役員が参加し、6月～7月は旧役員2名がサポートをする。
 - ・来期に限り現三役2名が前期(9月末)の間サポートする。
 - ・事務局員を増員して業務を分担し、負担の軽減を図る。

★11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	217	65名	1471	住宅清掃,庭の手入れ,話し相手
子育て	49	15名	358	子育て家事支援,子供の送迎
所定事務など	172	45名	1495	事務所当番,所定事務,講師
時間預託小計	438	—	3324	
福祉	360	43名	2629	白川サロンなど,済生会病院,ドゥライフ
子育て	81	7名	588	登下校見守り,学童保育支援
拠点活動など	350	80名	2284	会議・イベントの準備,事務作業,会報手配り
奉仕活動小計	791	—	5501	—
活動全体合計	1229	—	8825	—
無点活動	167	21名	1151	交流会,同好会活動
当月累計	1396	—	9976	—

- ・受託事業 : ◎ご一緒 : 2件 7.5 時間、◎日常:11件16回、◎サービスB:5人28回。
- ・預託点利用 : 10件25点 (累計172点)
住宅清掃8点、パソコン指導6点、医療機関との連絡5点、送迎4点、
役所・金融機関等との手続き代行2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:佐藤良治(末広町)
- ・退会者:村田喜一郎(末広町)、松井良樹(摂津市三島)、吉野トキ子(山手台)、田北英紀(上音羽)
- ・12月末会員=437人(男性158、女性279)〈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!」は1月お休みです。

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 ・きじ園

2月号は2月5日(火) 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。