



# 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

ホームページ <http://oshidori-ibaraki.com/>

233号

## 「いきがい・助け合いサミット in 大阪」分科会報告



### 1 「生活支援コーディネーターと協議会はどう役割をはたすか」

- ① 医療介護の連携
- ② 地域での支え合い

### 2 「市民後見人による後見活動と生活支援活動はどう連携するのがのぞましいか」

高齢社会、認知症の方々が増える中で、支える成年後見制度の利用が少ない。

平成29年「成年後見制度利用促進基本計画」が閣議決定。日本人であれば国内どこに住んでいても利用を希望すればできる体制を作ろう。(3年計画)

従来財産管理に重点が置かれたのが身上保護に重点がかわる。要支援者の意思を尊重、意思に沿った支援をしよう。当拠点は「任意後見人契約」で2人の方を支援してきた。

### 3 「助け合い活動でどこまで家事支援や身体介護ができるか」

「シニア生活介護支援サポーターテキスト」「日常生活支援活動テキスト」「ボランティア活動のマニュアル」等を研修で体得し活動に活用することが必修です。

山田 稔

### 「長生き時代 女性の生き方を考える BB→HBへ！」

樋口恵子氏は、女性の人生100年時代は「BB 貧乏ばあさん」となる。そうならないためには「HB 働くばあさん」になろうという。女性の特徴は、長生き・生涯所得の低さ・伝統的役割分担である。

単身高齢女性の貧困率は5割近い。これは現役時代の低賃金が生涯にわたり影響しているからである。これらを歯切れよく説く姿はとて87歳とは思われない。

読売新聞の猪熊氏から刑務所の高齢女性の入所原因は、万引きが最多でその背景には貧困があるという報告があった。

樋口氏は、長生き時代を乗り越える方法として、高齢者は孤食をせず歩いていける範囲に「共食」の場を持つ。高齢者もまだまだ働ける。地域にコミュニケーションの場を持つことをあげ「食・職・触」を住んでいる街で実現するのが共生社会であり、そのために「助け合い」が必要であると結んだ。

石田あけみ

### 「認知症の人が地域の人々と共に生きる地域をどうつくるか」

新オレンジプラン(政府の認知症施策)の基本的考え方【認知症の人の意志が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で、自分らしく暮らし続けることができるという社会の実現を目指す】がテーマ。認知症の人、その家族をどう支援するか?ナルクの一員としては拠点での研修会に参加して学ぶことからはじまると思います。周りに認知症の人がいる場合や、オレンジカフェにかかわっている人の支援も有効なことです。オレンジ色のゴムの腕輪をして(持って)いる人は認知症サポーターです。当拠点は「ごいっしょサービス」を茨木市と契約、11年目になります。

介護家族の思いとして挙げられた言葉

「傷ついた言葉」⇒◎頑張ってください⇒日々辛いのにこれ以上無理…。

「励まされた言葉」⇒◎お世話、大変ですね。できる事があったらいつでも言ってくださいね…。

そして今は「徘徊」とは言わず「一人歩き」といいます。



竹村文子

### 「要介護者の生活支援を助け合いで行うことができるか」

現在の地域支援事業をどのように共生にむすびつけるか、支え合うコミュニティの大切さ、何をすれば良いかを考えさせられ、「地域共生社会」の重要性・必要性について認識を新たにしました。全国各地の発表を聞き、日頃からの地域での助け合い、様々な人々との共生を目指すことの重要性を感じ、ナルクの一員として何が出来るかを見つめなおす機会となりました。

秋貞暢子

## 支援日誌

ナルクの会員になり2年が経ちました。きっかけは 2 人目の子どもの出産でした。私も夫も両親が遠方であることや、上の娘が保育園に通っていることから親の助けなく家事を行えるのか不安でした。そんな時に知人の紹介でナルクを知り、様々な心配事を聞いていただき「心配しなくても大丈夫」との言葉で心がほっとし、入会したことを覚えています。

支援としては、主に夕ごはんを用意していただくことや、子どものお迎えのフォローをしていただき、出産直後は週2~3回お世話になり、料理を作っていただきました。お話しもたくさん聞いてもらい、気持ちも明るくなり本当にありがたかったです。

今でもご縁があり、1~2ヶ月に 1 度来ていただいています。娘は「おばあちゃん来てくれたの」と嬉しそうに話します。私自身は子供もまだ小さく、助けられる側ですが、いずれは助ける側になりご恩返ししたいと思っています。  
(西中条町 高橋美幸)

### ☆「アンチエイジングの会」 9月21日(土) 13:00~15:00 参加者 14名

「相続の決まりごと、相続の手続きについて」学びました。必ずおとずれる日の為に残った家族が混乱しないよう、しっかり聞いておきたい勉強会でした。相続の手続きには法律で多くの事が決められています。

「手続き・期限・ルール等」多くの事を教えて頂きました。残された財産の多い少ないに関わらず、スムーズに事が運ぶようにしておく事が人生の締めくくりの大切な事と思います。自筆の遺言書を書いておくことも大切です。

この1月から相続のルール(控除が減り、税が増える)が大きく変わりました。「相続が争続にならないように～」と付け加えられました。

この後体力測定を行いました。今回のメニューは「握力(タオル絞り)・手先の敏捷さ(豆運び)・肺活量(ストローで紙を吸い上げる)・片脚立ち等」で測定後に表を見ながら、思った以上に数値が低い～等とワイワイ大騒ぎで、楽しく予定の時間をオーバーして終わりました。

参加された事の無い方、楽しいメニューが沢山用意してあります。是非参加して下さい。

(山手台 奥村妙永子)

### ☆コーディネーター研修 9月26日(木) 13:00~15:00 参加者 21名

コーディネーターの業務とは、言葉としては解っているつもりでしたが、今回研修を受けて自分がいかに理解不足、認識不足であったかを知りました。研修では図解を入れた説明もあって、理解を深めたとは思いますが、その業務は奥深く、知るほどに難しく感じます。これまでコーディネーター業務は私には関係ないと思っていましたが、理解することは重要で、必要な研修でした。

コーディネーターと支援者との間には信頼関係が大切であり、情報交換も必要だと思います。

暫くは支援会員としてついていきたいと思っています。

(穂積台 田中治美)

## ☆ Photo ニュース

### イオン広場 ワークショップ パッチワーク



### アンチエイジングの会

## 行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
10月	3日(木) 13:00	お茶を楽しむ会	研修室
	4日(金) 15:00	イオン広場	イオン
	9・26日 10:00	パッチワーク	研修室
	9日(水) 13:30	イングリッシュ・ファンクラブ ハンドマッサージ	研修室 ドゥライ
	11日(金) 13:00	三役会	研修室
	15日(火) 10:00	コーラス	研修室
	15日(火) 13:00	合同委員会	
	17日(木) 13:30	カラオケ	オルセー
	20日(日) 12:00	ブロック交流会(東・中央)	成田家
	25日(金) 10:00	さつまいも収穫祭	ドー楽園
29日(火) 13:00	ハンドマッサージ講習会	研修室	
11月	1日(金) 15:00	イオン広場	イオン
	7日(木) 13:00	認知症サロン	研修室
	8日(金) 13:00	三役会	研修室
	10日(日) 10:00	グリーン作戦・フリーマーケット	チラシ参照
	11日(月) 13:00	運営委員会	研修室
	13・30日 10:00	パッチワーク	研修室
	13日(水) 13:30	イングリッシュ・ファンクラブ	研修室
	16日(土) 13:00	アンチエイジングの会	研修室
	17日(日) 9:00	出前講座	消防本部
	19日(火) 10:00	コーラス	研修室
19日(火) 13:00	絵手紙の集い	研修室	
19日(火) 13:00	済生会ボランティア交流会	済生会	
20日(水) 13:00	車いす講習会	研修室	

## おしどりコーナー

夏づかれはげしき園に よみがえる  
水引草の ひとすじの紅  
久 女

校庭の号令もまた 秋暑し  
夕涼み 北斗七星 探しけり  
事故ありし 引込線にみだれ萩  
穂積台 田中治美



◎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。

### ハンドマッサージ講習会

10月29日(火) 13:00~15:00 研修室

ハンドマッサージの基本を学びます。

終了後茶話会があります。

\*タオル一枚ご持参ください。

講師：吹・瀬川さん

担当：研修

### 認知症サロン

11月7日(木) 13:00~15:00

講師：小松さん・牧野さん

内容：物忘れ外来受診体験談  
脳活性ブロック体操

担当：西・西北・摂津

### グリーン作戦(チラシ参照)

11月10日(日) 9:00~11:00

清掃場所：茨木市街

持参品：ごみ袋・軍手

服装：ナルクのベスト

申込締切：11月5日迄

担当：青木(啓)・山近

### フリーマーケット(チラシ参照)

11月10日(日) 10:00~15:30

場所：茨木市役所前中央公園南グランド

販売品：干し椎茸・のり・サツマイモ・水菜

担当：立野・松下

### 済生会ボランティア交流会

11月19日(火) 13:00~15:00

場所：済生会茨木医療福祉センター3F

内容：交流会

担当：佐藤(明)

### 出前講座 受講者募集!

11月17日(日) 9:00~17:00

場所：茨木市消防本部 4F

内容：上級救命講習(応急手当・AEDの使用)

申込締切：11月8日(金)

### 車椅子研修

11月20日(水) 13:00~15:00

場所：研修室・路上実習

講師：上田(展)・花立(隆)さん

担当：研修

当ビル外壁工事のため南側駐車場は駐車禁止(ドゥライ使用)、ナルクは正面道路側に駐車(状況に応じ変更があります)。車の使用は出来るだけ控えてください。(2019.9.30-2020.2.10)



★議事・連絡事項など

- ① 7月19日認知症サロン開催され35名の参加があり、写真を使った「回想法」を実践した。
- ② 7月26日・9月5日体験ボランティアがあり、高校生2名一般3名の参加があった。
- ③ 9月6日イオン場がありハンドマッサージ・パッチワークが好評一般含め70余名の参加があった。
- ④ 本部「いきがい・助け合いサミット」が大阪市内で開催され拠点から7名が参加した。
- ⑤ 本部リーダー研修が11月11日～12日大阪市内で開催予定。拠点からは青木啓子副代表が参加予定。
- ⑥ 来年度拠点設立25周年記念行事について10月15日の合同委員会で意見を聞く。
- ⑦ 茨木市広報誌にナルクのサークル活動を紹介して一般の方の参加を促し会員増に繋げる。
- ⑧ 当ビル外壁工事のため南側駐車場は駐車禁止(ドゥライフ使用)、ナルクは正面道路側に駐車(状況に応じ変更があります)。車の使用は出来るだけ控えてください。(2019.9.30-2020.2.10)
- ⑨ ゴミは給湯室のゴミ箱には捨てないで、当番がまとめて外の金網ゴミ置き場に出す。

★8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	158	63名	830	住宅清掃, 庭の手入れ, 外出介助
子育て	5	3名	127	子育て家事支援、放園・放課後の預
所定事務など	136	35名	937	所定事務、事務所当番、講師
<b>時間預託小計</b>	<b>299</b>	<b>—</b>	<b>1894</b>	
福祉	282	38名	1795	済生会病院, 白川サロン, イオン, ドゥライフ
子育て	19	7名	280	登下校見守り, 乳幼児の見守り
拠点活動など	299	49名	2122	各種会議, 事務作業, ドー楽園
<b>奉仕活動小計</b>	<b>600</b>	<b>—</b>	<b>4197</b>	<b>—</b>
<b>活動全体合計</b>	<b>899</b>	<b>—</b>	<b>6091</b>	<b>—</b>
無点活動	122	18名	739	交流会、同好会活動
<b>当月累計</b>	<b>1021</b>	<b>—</b>	<b>6830</b>	<b>—</b>

- ・受託事業 : ◎ご一緒:3件12時間、◎日常10件20回、◎サービスB:4件33回。
- ・預託点利用: 2件11点(累計92点) 相談・助言9点、庭の手入れ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

★9月度の会員異動

- ・入会者: 本田知治・貴美子(南安威)、嘉永島徳一・寿美江(上野町) 田北氏紹介  
 田村久江(大池)、高山花子・善之(竹橋町)
- ・退会者: 坂下洋・敦子(南春日丘)、余田弘子(園田町)
- ・9月末会員=436人(男性165、女性271)〈参考:31年3月末会員=439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。  
 10月予定は次の通りです。16日(水)PM、23日(水)PM小松  
 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(創作料理九州)・きじ園(田北英紀) ・元古隆一

**11月号は11月6日(水)** 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。