



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/>

229号



2019年度活動方針

代表 竹村文子

2019年度から茨木・摂津拠点の代表という大役を担うこととなりました。

身に余る大役ではありますが、旧役員の方々や会員の皆様のお力添えをいただきながら新役員一同と力を合わせてやっていく覚悟です。新役員は全員女性ばかりとなりました。今まで以上にアットホームでぬくもりのある拠点にしていきたいと思います。

活動方針は前年度を引き継ぎ、これまで築き上げられた実績をさらに発展させていきたいと思っています。時代も平成から令和に移り少子高齢化が急速に進み、街には私達年代の人々が行き交い高齢化社会を実感します。ナルク会員として少しでも誰かの役にたち、自分たちも毎日いきいきと過ごしていきたいと思います。

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て、自分のため、他人のため、地域のために

1. 会員の増員と活動会員の拡大

- ・ホームページ、イオン広場活動などを効果的に活用し、市民の方にナルクを知ってもらう。
 - ・「一人が一人を」の運動の継続。
 - ・新活動会員を会報で紹介し、イベント、研修、サークルに勧誘し活動につなげる。
- *イオン新茨木店の2階大時計下の広場を毎月第一金曜日の午後3時から5時まで利用し活動する。
これまでも毎月ハンドマッサージを中心に活動してきたが、有効利用のため、会員の皆様にアイデアを募集している。
- *各会員が、友人、知人を誘って仲間を増やせるようにする。
*入会した新活動会員を会報で紹介することにより仲間意識をもち活動につなげていく。

2. 楽しいナルク、安心のナルク、感動のナルク実現のために

- ・サークル活動、交流会に参加することでコミュニケーションをはかり、人の輪を広げる。
 - ・誰でもが気軽に立ち寄ってホッとできる事務所作りを目指す。
 - ・拠点立ち上げ初期及び長期活動会員の方々の豊富な体験を聞いて今後の活動に活かす。
- *交流会などに声掛けをし、長期にわたり活動してきた会員の体験を聞く。
*会員同士の助け合いという理念を活かし「ナルクの会員で良かった」と誰もが思えるよう預託点を積極的に利用できるようにする。

3. 地域との連携の継続と推進

- ・茨木市受託事業、地域包括支援センターなどの支援要請に出来る範囲で対応してゆく。
 - ・シニアいきいきポイント事業（ハンドマッサージなど）に積極的に参加する。
 - ・白川サロン、ドゥライフ、済生会病院との交流、バザーや、クリーン作戦、アクティブシニアフェスタなどに参加する。高校授業協力を継続する。
- *小学校区ごとに包括支援センターが設置され、支援要請の増加が予測される。できる範囲で誠実に対応していく。
*ナルク内の研修会や外部の研修、勉強会にも積極的に参加し支援要請に応える。

三役の皆さま、永らくお疲れ様でした

初の女性代表を得て4年の間、数々の困難も乗り越えていただき、平成から令和へとつないで下さいました。本当に有難うございました。感謝申し上げます。



石田あけみ(前代表)

代表を引き受けてからの4年間は、まるでフルマラソンを走っているような気分でした。

組織としての実績をふまえつつ先を考え、しかも周りで起こっている事柄や景色もしっかりと楽しみたいと思っていましたので、今は肩の荷が下りてほっとしています。当初は重い責任を感じましたが、役割は人を成長させてくれると信じ、いつしか馴染んでしまったようです。

幸い私は「知・調和・少年心・理解」の人達に随分助けられました。彼・彼女らの存在なしでは何事にも挑戦できなかったと思います。一人の力には限りがありますが、チームワークで事に当たれば叶えられることを実感学んだ期間でした。よいチャンスを与えて下さった拠点の皆様に感謝いたします。

上田展生(前副代表)

平成16年に入会し、PCが出来るという事で17年度より事務局長をやることになりました。思い起こせば、本部10周年記念で、大阪から京都まで清掃ウォーキングに参加、事務所移転、小学校登下校見守り、グリーン作戦、高校授業、など数々関わってきました。特に思い出深いのは今年終了したY君の10年に亘る支援です。ボランティアは一諾千金の気持ちで真髓と考え、多忙な13年間の全力活動でした。

東條良和(前副代表)

定年後の居場所と出番を求め12年前ナルク入会。若手!と持てはやされ何も分からないまま会員管理・研修・会報などを担当させて頂きました。一番精力的に取組んだのは事務処理のインフラ整備。誰もが分り易く使い易くするためとは言え、変化を好まない方達もあり苦労しました。この経験は今も生きています。20周年記念行事をオープン間なしの立命館大ホールで盛大に開催できた要因はナルクの底力。このプロセスは、新しいことを知り体験する楽しみでもありました。新三役の皆さん色々大変なこともあります。置かれた場所で咲きましょう!

吹 慎子(前副代表・会計主任)

かつて「ホルム麻植佳子」さんの「福祉ってなあに?」という講演会に参加した時、一人ひとりの小さな勇気があれば、家庭を、地域を変えて行ける、長寿社会を豊かに出来る、というような話を聞きナルクに入会。そして4年前に三役の一人として参加。今振り返って「本当に活動して良かった」と思っています。新役員さんもそう思われる時がきっと訪れます。みんなでガンバッテ!!

ご協力頂いた皆様には唯々感謝です。

小松道生(前事務局長)

事務局長として三役会に参加してから事務局長を2期4年と6年間事務局の業務に携わり、この度無事退任となりました。振り返ってみればあっという間で拠点の内容が分からないまま先輩諸氏に教えて頂きながら自分なりに考えてやってきました。基本的には代表の意を酌み三役会及び運営委員会などの方針を会員の皆様に分かりやすく伝達し、一人でも多く参加してもらえる様にを頭においての日々でした。

新役員の方々何事も初めてでしようが為せば成る!です。

☆みんな集まれボランティア 4月27日(土) 参加者 23名

*前日の雨でグランド状態が悪く大変でした。整備したくても道具のある場所も分かりませんでした。もっと誰でもが動きやすい体制を作ることが大切だと思います。提供品も少なくなりましたが、ドー楽園の農産物に人気が集まり収益が得られて良かったです。野菜は気候や地域的な問題などなかなか難しいと感じました。

今後はもっと気楽にサロン形式で賑やかにできればと思いました。(白川 大倉弘行)

*前夜の雨のせいで足元も悪く、風が強い中に来てもらえるか不安の中始まったバザー。先ず野菜に重点を置いて売りましょうということで、「無農薬自家栽培」であることを前面に出して宣伝したところ、午前中に完売することができました。

ドー楽園で畝づくりから種まきと一から育てたほうれん草、小松菜でしたので、嬉しさもひとしおでした。

秋のバザーに向けては今のところさつまいもを予定しています。その他の商品も皆のセールストークが上手く、売れ行き上々だったと思います (上穂積 井上まつ子)



行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
6月	1日(土) 10:00	定期総会・懇親会	研修室
	2日(日) 10:00	摂津福祉まつり	グラウンド
	6日(木) 13:00	お茶を楽しむ会	研修室
	7日(金) 13:00	三役会	研修室
	8日(土) 13:00	歌おう会	研修室
	10日(月) 13:00	運営委員会	研修室
	12・22日 10:00	パッチワーク	研修室
	12日(水) 13:30	イングリッシュ・ファンクラブ	研修室
	15日(土) 13:00	アンチエイジングの会	研修室
	18日(火) 10:00 13:30	コーラス 絵手紙の集い	研修室
	20日(木) 13:00	麻雀同好会	研修室
	21日(金) 15:00	イオン広場	イオン
	22日(土) 17:30	代表お疲れ様会	天狗
	26日(水) 12:55	茨木高校授業支援	茨木高校
27日(木) 13:00	新入会員研修・懇談会	研修室	
7月	1日~18日 13:00	茨木高校授業支援	茨木高校
	5日(金) 13:00 15:00	三役会 イオン広場	研修室 イオン
	8日(月) 13:00	運営委員会	研修室
	10・27日 10:00	パッチワーク	研修室
	10日(水) 13:30	イングリッシュ・ファンクラブ	研修室
	13日(土) 13:00	お誕生会	研修室
	16日(火) 10:00 13:30 13:30	コーラス 絵手紙の集い カラオケ	研修室 研修室 オルセー
	19日(金) 13:00	認知症サロン	研修室
25日(木) 13:00	事務所当番の手順	研修室	

歌おう会

日 時： 6月 8日(土)
13:00~14:00

場 所： 研修室
女ひとり、この木なんの木、海、
風、神田川、なごり雪、北国の春
F BY F による演奏があります
歌詞カードあり・申込不要
担 当： 小松

代表お疲れ様会

日 時： 6月 22日(土)
17:30~

場 所： 天狗(阪急茨木市駅近く)
会 費： 4,200 円
申 込： 6月 18日 まで
詳細は事務所
担 当： 竹村

イオン広場

日 時： 7月 5日(金)
15:00~17:00

* 絵手紙で暑中見舞いを描いて
みませんか!!
場 所： イオン新茨木店
担 当： 絵手紙同好会

☆認知症勉強会 5月 18日(土) 13:00~15:00 参加者 24名

久しぶりに勉強会に参加させていただきました。

今回までに研修は5回開催されたとのこと。当日は3件のケースが発表されました。例えば、「ナルク会員でそんぼの家に入所。現在2ヶ月に一回通院。金銭は後見人が管理。今の生活は2回の入退院の後体調が良くなり、快適な生活をしている。いつもトキメキをもって生きる意欲を起こしている。」という事例をあげ、各グループで意見発表、検討が行われました。活発な意見交換がなされ、皆さんにとって身近な問題でもあり、現実に家族や親せきなどで直面されている話も沢山聞かせて頂きとても充実した勉強会でした。トキメキが認知症予防には一番とのこと...出席者一同納得しました。今後は自分なりの支援をして行けたらと思います。(耳原 牛木紀子)

アンチエイジングの会

日 時： 6月 15日(土) 13:00~15:00

場 所： 研修室

- * 元気な高齢者になるために 東條
- * 脳トレカルタ 牧野
- * 歌いましょう 杉本

担 当： 東條・牧野・杉本

新入会員研修 及び懇談会

日 時： 6月 27日(木) 13:00~15:00

場 所： 研修室

テーマ： ナルクをもっと知って!もっと楽しく!

講 師： 石田あけみ

担 当： 研修

認知症サロン

日 時： 7月 19日(金) 13:00~15:00

家族の事、介護の事、福祉の事など、
何でも喋りましょう!

場 所： 研修室

担 当： 南・北・中央ブロック

事務所当番の研修

日 時： 7月 25日(木) 13:00~15:00

テーマ： 事務所当番の手順について説明

講 師： 小松道生

場 所： 研修室

担 当： 研修



★議事・連絡事項など

- ① 茨木市受託事業の4月実績は、ごいっしょS : 3件、日常生活 : 8件、サービスB : 5件であった。
- ② 新規支援事業の4月状況は、問合せ4件で3件成立し支援を始める。
- ③ 4月27日行われた「みんな集まれボランティア」についての反省があり、チラシに提供品の品目を載せることや、雨上がりのぬかるみ対応などの問題があり本部に文書にて改善申し入れを行う。
- ④ 5月18日認知症勉強会が行われ支援状況3例の発表、意見交換、今後の予定などがあつた。
- ⑤ 5月26日グリーン作戦が実施され7団体約430名参加、ナルクからは35名の参加。
- ⑥ 5月28日本部総会・25周年記念事業が行われ、当拠点から石田・竹村両氏が参加。
- ⑦ 6月2日摂津福祉祭りが行われ、朝採り野菜、海苔、椎茸、提供品の販売を行った。
- ⑧ 地域包括支援センターが小学校区単位に倍増し、新包括センターから要請が来ている。
- ⑨ 本部委員会答申が発表された。事務所にファイルがあるので閲覧してください。
- ⑩ 新三役当番表 (午後)月曜日:立野、火曜日:山近和、水曜日:竹村、木曜日:青木啓、金曜日:松下

☆4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	192	63名	192	住宅清掃庭の手入れ、話し相手
子育て	34	14名	34	子育て家事支援、子供の送迎
所定事務など	224	45名	224	所定事務、事務所当番、コーディネート
時間預託小計	450	—	450	
福祉	351	43名	351	白川サロなど、済生会病院、ドゥライフ
子育て	60	9名	60	登下校見守り、学童保育支援
拠点活動など	414	57名	414	会議・イベントの準備、事務作業、会報手配り
奉仕活動小計	825	—	825	—
活動全体合計	1275	—	1275	—
無点活動	108	18名	108	交流会、同好会活動
当月累計	1383	—	1383	—

- ・受託事業 : ◎ご一緒:3件14.5時間、◎日常8件16回、◎サービスB:5人 21回。
 - ・預託点利用 : 7件 45点 (累計 45点) パソコン指導28点、庭の手入れ14点、買い物3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 : 藪満子(北春日丘)、平野登美子(摂津市千里丘)、村田庸博・和子(新郡山)
- ・退会者 : 村田京子(並木町)、渡辺和子(若園町)、黒澤工三子(摂津三島)、池田勝・光(奈良町)
 桑島まさの(東奈良)、藤井秀規・栄子(水尾)、松蔭圭子(神戸市)、宮崎美雪(吹田市)
- ・5月末会員=440人(男性160、女性280)〈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!」へ来てくださいね。
 6月予定は次の通りです。12日(水)PM小松、18日(火)AM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

7月号は7月3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。