

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/>

245 号



2020年上期を振り返って

代表 竹村文子

当拠点設立25周年と大きく旗を掲げて漕ぎ出した船は新型コロナという暗雲に行く手をさえぎられた中で動き出しました。

25周年記念行事実行委員会の5部門の計画が一部中止を余儀なくされましたが、その中でも会員の皆様の協力で以下のようなことが実行されました。

- ① 緊急事態宣言が発令され4、5、6月の預託活動は一時影響を受けましたが、現時点ではほぼ目標水準に戻り、新規支援はコロナ禍でも依頼があり、特に茨木市の受託事業は増えています。
- ② イオン広場などの活動がない中でも25周年記念誌の発行、手作りマスク、絵手紙などの作成配布は、酷暑の中汗を流しながら多くの会員が活動しました。
- ③ 対外的なPR活動のグリーン作戦、バザーなどが出来ず、活動会員の獲得は残念ながら3人にとどまっています。
- ④ 25周年記念写真展(9月20日)は、傑出したもので感染対策を万全にしつつ、参加した人がほのぼのと、ホット出来る素晴らしいものでした。WITH コロナの中でも出来ることを実感できました。

コロナに対する感受性は人により違います。幸いにもここまでは、お互いを理解し合い無事経過しました。高齢者である我々は今後も感染防止につとめ、終息を見通せないコロナと付き合い乍ら協力し合って活動して行きたいと思います。



写真展 9月20日(日) 10:00~15:00 参加者 50 名

創立25周年記念行事としてPR部門で当初予定していた、イオン広場や地域でのイベントはコロナのために中止となりました。

こんな中でも何かできることはないかと考えられたのが「写真展」でした。

研修室すべての壁面に貼られた10枚のパネルは、皆様の大切な写真がいっぱいです。

開場と同時に見学者は途切れることなく、また3ヶ所のテーブルでは久しぶりに会った方々の話の花が咲いていました。コロナは人々の自由を奪いましたが、ナルクの人々の絆までは奪えなかったのです。

これからも今まで通りできなくても、知恵を出し合い色んな事が出来ると確信しました。

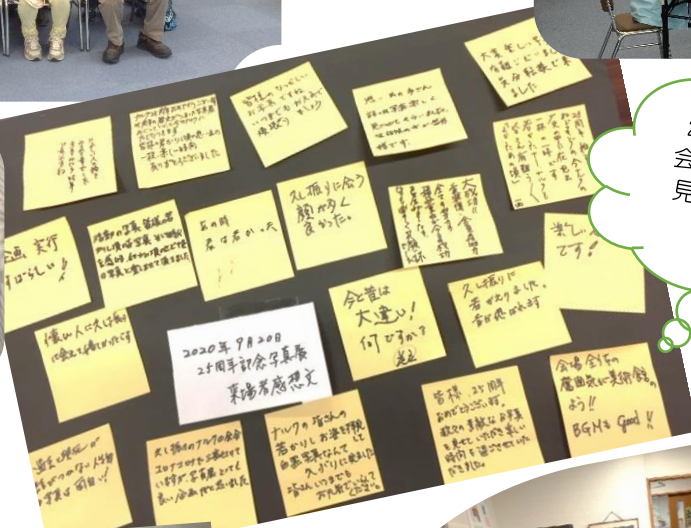
25年をひとつの節目として次なるナルク茨木・摂津拠点につながる第1歩をみんなの力で踏み出しましょう！！
(25周年記念行事PR部門)



一枚一枚の写真の
あなたが主役。
いいね！



懐かしい人の顔を見られて
幸せでした。考えてみたら
25年は長いですね！



25周年おめでとう！
会員の方達の違う顔が
見られてとても楽しか
った。ありがとう。



誤嚥性肺炎の予防・口腔ケア教室 9月19日(土) 13:30~ 参加者 28 名

* 講師 家田歯科院長

誤嚥性肺炎の原因・・・のどの筋肉が弱って飲み込んだ物が肺の方へ送られる。

人が唾をのみ込む回数・・・1日600~2000回、1日の食事100~150回、睡眠時50回。

飲み込む力を付ける為には、ゴックン体操を、30秒間で3回以上行うことが必要。

* 衛生士さんの実技指導

唾液腺マッサージ、舌のストレッチ、歯肉マッサージ

喉のトレーニング、パタカラ体操など。

私は家田歯科に約10年通院しています。本来歯茎が弱く、歯磨き指

導から手入れ方法、歯磨き粉(研磨剤なし)、うがい薬(POICウォーター)

これがとてもよくて、翌朝口の中のニチャニチャがなくなり、今は歯茎がしっかりしてきた感が
あり、良い歯医者さんに巡り合えて今は幸せです。
(西河原 佐藤明子)



行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
10 月	9 日(金)	10:30 三役会	研修室
	11 日(日)	10:00 歩楽人クラブ	清蓮寺
	12 日(月)	10:00 運営・合同委員会	研修室
	14・24 日	10:00 パッチワーク	研修室
	20 日(火)	13:30 絵手紙の集い	研修室
	22 日(木)	13:30 新入会員研修	研修室
	27 日(火)	10:00 懇親会(バーベキュー)	万博公園
11 月	8 日(日)	9:00 市内清掃 10:00 ミニバザー	下記参照 研修室
	11・28 日	10:00 パッチワーク	研修室
	13 日(金)	10:30 三役会	研修室
	16 日(月)	13:15 運営委員会	研修室
	17 日(火)	13:30 絵手紙の集い	研修室
	21 日(土)	13:30 アンチエイジングの会	研修室

おしどりコーナー

秋天へ 雅楽流るる 社かな
 旅人の 行きかふ 駅舎 秋桜
 主 原 新井鏡子
 ゆつたりと 夏至の夕べの 散歩道
 白々と 彼の寄せる 月の浜
 穂積台 田中浩美
 芭蕉墓 野菊一輪 手向けられ
 出番待つ 細きうなぎや 風の盆
 真砂 岩崎朝美

☆新型コロナウイルスの影響による行事の中止、変更などがあります。確認してください。

☆事務局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。

新入会員研修

日 時：10月22日(木) 13:30～15:00

場 所：研修室

内 容：ナルク活動について

*会報7月号(25周年記念誌)持参

講 師：石田あけみ

担 当：事務局

懇親会開催

日 時：10月27日(火) 10:00～16:00

場 所：万博公園内

内 容：バーベキュー

参 加 費：1,000 円

申し込み有難うございました。

*詳細は参加者に連絡します。

担 当：25周年記念行事懇親会部門



25周年記念行事 市内清掃 雨天中止

11月8日(日) 9:00～10:00(8:45 集合)

(ナルク会員のみのみ)

集合場所

・阪急茨木市駅東口みずほ銀行側

・JR茨木駅オアシス入り口

解 散：ナルク事務所

持ち物：軍手、ハサミ、ごみ袋

マスク、ベスト着用



*当日7:00の降水確率50%以上で中止

締 切：10月20日(火) まで

担 当：25周年記念行事PR部門

25周年記念行事 ミニバザー 雨天決行

日 時：11月8日(日) 10:00～14:00

場 所：研修室

販売品：しいたけ、のり、ドーナツ野菜

(菊芋・里芋など)、手作り品、提供品

*衣料(新品限)、不用品(食器など)の提供をお願いします。

締 切：10月30日(金) 事務所まで

担 当：25周年記念行事社会貢献部門

写真展 当選番号決定！！

おめでとうございます。

25周年記念写真展賞：15, 39, 44

PR部門賞：10, 14, 32, 43

(三役立ち合いのもと抽選を行いました)

*景品は事務所に10月12日(月)

からお渡しします。

担 当：25周年記念行事PR部門



年賀状(絵手紙)作成にご協力ください。

利用者さんや仲間の会員の方々へ新春の喜びを
絵手紙で届けたいと思います。

下記日時に年賀状を描いています

10月20日(火) 11月17日(火) 13:30～15:00

場 所：研修室

各自作成の年賀状は11月20日(金)までに
事務所に届け下さい。

多くの参加をお願いします。

担 当：25周年記念行事PR部門





☆議事・連絡事項など

- ① 新規支援状況:問合せ12件、成立7件(病院付添い、掃除など)
- ② 8月27日エリア17:豊中池田拠点担当。大阪北拠点と大阪南拠点が統合⇒大阪拠点到名称変更。
- ③ 9月19日アンチエイジング:家田歯科医院長による誤嚥性肺炎の予防・口腔ケアの講義あり好評28名参加。
- ④ 9月20日25周年記念行事写真展開催50名の来場があり懐かしい話等に花が咲き盛況でした。
- ⑤ 10月22日(木)新入会員研修会開催予定:講師石田氏。
- ⑥ 10月27日(火)25周年記念行事:万博公園にて懇親会(バーベキュー)を開催予定。
- ⑦ 10月30日(金)茨木西高校とオンラインにて世代間交流が行われます。
- ⑧ 11月8日(日)予定の他団体との合同のグリーン作戦およびフリーマーケットは中止になりました。
- ⑨ 11月9日~10日本部リーダー研修は中止になりました。

☆8月度の活動実績点数

活動区分	当月点数	累計点数	累計達成率	内 容
時間預託	309	1379	75.2%	提供活動・事務所当番・所定事務など
奉仕活動	269	1587	46.4%	福祉・環境・拠点活動など
活動全体	578	2966	56.5%	—
無点活動	19	63	—	交流会、同好会活動など
当月累計	597	3029	53.1%	—

・受託事業 : ◎ご一緒:4件11.5時間、◎日常6件10回、◎サービスB:6件32回。

・預託点利用 : 3件8点(累計64点) 庭の手入れ2点、外出介助2点、医療機関との連絡1点、
買い物2点、話し相手1点

預託点を使ってみよう! 手続きは簡単 事務所に電話するだけ

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(太字は活動会員です)

- ・入会者 : 石賀良子・昭(大手町)、鈴木琴子(三島丘)
 - ・**ご冥福をお祈りいたします。** 西川栄治様(東奈良)、吉田ハツ子様(並木町)
- 8月末会員=407人(男性151、女性256)〈参考:2020年3月末会員=411人〉
別途M会員23名

パソコン・デジカメ・タブレットなど「ITで遊ぼう!」へ来てくださーいね。

10月予定は次の通りです。 8日(木)PM小松、22日(木)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・五十音順) いつもご支援ご協力ありがとうございます。

- <法人> ・あいおいニッセイ同和損保(株) ・アシスタント(株) 樋口忠明
・いえだ歯科医院(家田靖丈)・(社)遠隔援護協会 ・きじ園(田北英紀)
・済生会茨木病院 ・じんないケアセンター喜楽(浅野健一)
・デイサービスセンター「ドゥライフ茨木」 ・土楽会
- <個人> ・安孫子浩子 ・今井政治(いまい内科ハートクリニック)・元古隆一(北摂建材)
・辰見 登 ・玉成佳子(焼き立てパン凜) ・友次恵子 ・長谷川麻水
・原田 平 ・宮原正年(郷土料理九州) ・若林三雄(魚庵すし若)

11月号は11月5日(木) 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。