



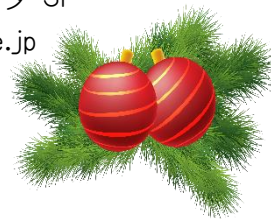
ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

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/>

247 号



コロナに負けずナルクの仲間はチャレンジしました！：

高校生が新しいコミュニティを創る

“グランチャカフェ”に参加

大阪YMCA主催による「第4回世代間交流プロジェクト」で日頃接する機会の少ない高校生とシニアがカフェ形式で交流し、お互いに学び合おうという企画です。

「グラン」とは、グランドファーザー・マザー、「チャ」はチャイルドの意味です。

茨木西高等学校からシニア団体であるナルクにと参加協力をもとめてられました。

***10月30日(金) 13:30~14:00**

ライン電話、スマホを使い生徒と一対一で15分ほど対話するという企画に6名の仲間が参加しました。

事前に西高校“和(なごやか)CAFE”より以下のメニューがきました。

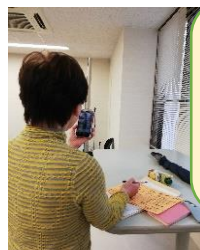
- 1.前 菜 ... 自己紹介：名前 好きな食べ物 その他
- 2.メイン ... 笑顔 思い出 プチ自慢 防災 コロナ対策

ナルク6名はスマホを駆使して高校生とメニューに沿って15分間おしゃべりしました。

◎参加者の感想

得意な事は、ロードバイクや水泳などだそうです。

おばあさんが認知症で近々見舞いに行くが自分のことを覚えていてくれているから心配



孫のような子達と、ドキドキしながらもリモートワークにチャレンジして会話できた事、質問にも素直に答えてくれてとても良い時間だった。

文武両道のMさんは、ボランティア活動をしていることを話すと「素敵です。自分もそんな風になれたらいいな」と笑顔になりました。

進路を聞くと、すでに目標を定めているとしっかりした回答が帰って来た。

リモートの企画に参加しました。不安ながらも新しいことにチャレンジでき、若い人達とも新鮮で有意義な時間がもてたことが良かったです。

◎防災に関して高校生が調査した情報は

- ①空き巣の侵入は「ベランダ」が約7割ですって！！
- ②非常用持ち出し袋に入れておきたいもの



衣住 レインコート、スリッパ、ポリ袋、ローソク、シート、多機能リョック、ラップ
食 長期保存水、食器、スプーン、コップ、パンの缶詰、保存米
情報 メモ帳、緊急笛、マジック、ラジオ
衛生 タオル、ドライシャンプー、ティッシュペーパー、簡易トイレ
保険 救急セット、カイロ、マウスウォッシュ、ウェットタオル
行動 布テープ、懐中電気、ナイフ、軍手、ロープ



前進 ナルク茨木・摂津 25周年

☆市内清掃 11月8日(日) 9:00~10:00 参加者 34名



毎年行われている春と秋のグリーン作戦がコロナ禍で中止となり、PR部門担当でナルク単独で市内清掃を行うことになりました。ナルク前を9時スタートで、JR茨木駅方面と阪急茨木駅方面の二手に分かれ、最後はナルク前で合流し終了しました。お揃いの水色ベストにつけたゼッケンの「ありがとう25周年」の文字が引き立ちました。



道行く人に「おはようございます！」と声かけをしながらティッシュペーパーを渡しナルクのPRもしました。一見、街はきれいに見えていましたが、ゴミ袋を見るとこんなにあったかとおもうほどでした。今後も清掃活動を継続し、茨木を美しく住みよい街にしていきたいと思いました。(25周年記念行事 PR部門 山近和子)

☆ミニバザー 11月8日(日) 10:00~14:00 参加者 50名



25周年記念事業社会貢献として、ミニバザーが開催されました。皆さんの協力でたくさんの提供品が集まり有難うございました。

陶芸作品、ドー楽園(野菜)、しいたけ・のり、皆さんの提供品のコーナーを設けました。清掃活動に参加して下さった方々や会員のみなさんなどたくさんきていただき、皆さんの笑顔で始まり和気あいあいと楽しいバザーが盛況のうちに無事終了しました。

今後も、手洗い、マスク、ソーシャルディスタンスを守り、一日も早く元の生活に戻れますようにと願っております。(25周年記念行事社会貢献部門 下防麗子)

☆高校授業協力「講師体験談」を聞く 11月19日(木) 13:30~15:30 参加者 13名

山田穂さんの「高校授業講師」協力のきっかけに次いで、年を感じさせない明るさと大きい声のAさん、戦争体験、度重なる病気に見舞われたりさん、何度も自分の思いとは異なる道を歩んで来られたSさん達の経験豊かな人間性の大きさを感じさせるお話しでした。

私達の老後は今の高校生にも関わって行くことを申し訳なく思いつつも、大人の色々な経験をしてきた大切な事を伝えることも、ナルクの大事な仕事の一つだと思いました。

(北春日丘 山際倭文子)

☆アンチエイジングの会 11月21日(土) 13:00~15:30 参加者 10名

この会は年を重ねても楽しく元気で暮したいとの思いから、日常生活に刺激を与える事を目指し、2ヶ月に1度開催しています。体を動かす、生活に必要な知識を学ぶ、物作り等、私達の健康維持に役立つ楽しい計画が盛り込まれています。今回のテーマは来年の干支(丑)の色紙作りです。



牧野さんが丁寧に材料を準備してくださり、作り方は簡単そうでしたがそう簡単にはいきませんでした。皆さんの作品はそれぞれ表情が違い、可愛い牛が完成しました。その後、川柳20首が紹介されました。どれも笑いが止まらない句ばかりで、わが身に置き換えて盛り上がりました。最後に全員マスク姿で、作品を手に記念写真を撮りました。久々の参加で笑ったり、真剣に取り組んだりの楽しい2時間でした。

最後には椅子や机を消毒して感染症対策もして終わりました。

(山手台 奥村妙永子)

☆認知症サロン 11月26日(木) 13:30~15:30 参加者 17名

ナルクの認知症サロンが11月26日、小春日和に恵まれ開催されました。

新型コロナ感染者急増中で心配されましたが17名(入会予定者2名含む)は、昔懐かしい道具(飯盒、コッヘル、洗濯板、すり鉢、そろばん)や絵葉書、俳優・歌手のポスターを題材にグループごとでそれぞれの体験や懐かしい思い出を話しだすと記憶がよみがえり、つい話が弾み楽しく脳活が出来ました。これから寒くなると出不精になります。コロナ対策はまず自己防衛としてマスク、手洗い、うがいの実行は欠かせませんがお互い話し相手も必要です。そのために機会を作ることも大事だと思いました。



(平田台 八木 榮)

行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
12 月	11 日(金)	10:30 三役会	研修室
	13 日(日)		お誕生会 中 止
	14 日(月)	13:15 運営委員会	研修室
	15 日(火)	13:30 絵手紙の集い	研修室
1 月	12・13 日	10:30 春日丘高校授業協力	春日丘高校
	13・30 日	10:00 パッチワーク	研修室
	15 日(金)	10:30 三役会	研修室
	18 日(月)	13:15 運営委員会	研修室
	19 日(火)	13:30 絵手紙の集い	研修室

年末年始のお休みは 12 月 28 日から 1 月 3 日までです

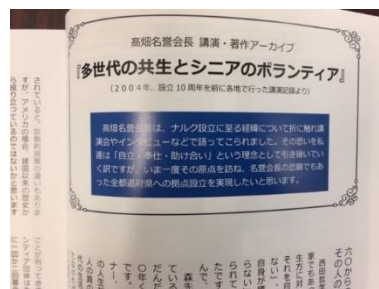
☆新型コロナウイルスの影響による行事の中止、変更などがあります。
確認してください。

☆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

底抜けの 空の青さや 銀杏散る
梵鐘を つけばちりゆく 山紅葉
主原 新井鏡子
囀らんの中 孤独や 冬すみれ
終息を 願うコナヤ 年をこす
真砂 岩崎朝美
ひたすらに 俳句に励み 文化の日
売地札 まちて久しく 草紅葉
穂積台 田中浩美



高畑名誉会長の追悼文集が
発行されました。
事務所に置いてあります。
来所の折、お読みください。

皆様のご協力で
130 枚を超える絵手紙年賀状が届きました。
利用者の方などに送りたいと思っています。
ありがとうございました。



体温計購入しました

事務所に入る時には、まず手指の消毒をし
その後検温しましょう。
寒い時期に向かい、お互い体調管理に気を
つけて過ごしましょう！！



今月からスマホで簡単に！！

ナルク茨木・摂津のホームページをみられます
QRコードを読み取って、試してみましょう

各報告書提出期限について

支援活動予定表は、事務処理の都合上毎月 25 日まで
月次活動報告書は、第二活動日まで
提供活動・受託事業活動実績表及び入金は、月末までをお願いします

事務局



☆議事・連絡事項など

- ① 新規支援状況:問合せ5件、成立3件(サービスB2件、子育て1件)、保留2件。
- ② 10月30日茨木西高校とオンライン交流会が実施されナルク6名、西高10名参加した。
- ③ 11月8日25周年記念行事としてナルク単独市内清掃が行われ34名が参加、ミニバザーも同時開催されコロナ感染防止対策を施した会場で約50名の参加があった。
- ④ 11月26日認知症サロンが開催され、懐かしい道具を使って回想法などを行い、17名が参加した。
- ⑤ 11月28日市民活動フェスティバルが市民会館跡地に於いて開催され、ドーナツの野菜、提供品、椎茸などの販売とナルクの資料配布などPR活動を行った。
- ⑥ 新年会はコロナ禍の状況を考慮し開催はしないこととした。
- ⑦ 年末年始休暇:本部 20.12.29~21.1.4、茨木・摂津拠点 20.12.28~21.1.3
- ⑧ 来年度三役員の立候補(自薦・他薦)、来年度の予定・運営委員・サークル活動等の案を提出する。

☆10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	402	2129	82.9%	提供活動・事務所当番・所定事務など
奉仕活動	454	2500	52.3%	福祉・環境・拠点活動など
活動全体	856	4629	63.0%	—
無点活動	66	182	—	交流会、同好会活動など
当月累計	922	4811	60.2%	—

・受託事業 : ◎ご一緒 : 2件6時間、◎日常 : 3件6回、◎サービスB : 10件41回。

・預託点利用 : 5件17点 (累計96点) 住宅掃除11点、庭の手入れ3点、送迎・買い物3点

遠慮なく預託点を使ってみよう！ 手続きは簡単 事務所に電話してください

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

☆11月度の会員異動(太字は活動会員です)

・入会者 : 阿部美香子(上穂積)、入江靖子(三島丘)

・退会者 : 森田 久(山手台)、筒井 敏・富子(白川)、高山善之・花子(竹橋町)、田村久江(大池)
五来武郎・祐里(竹橋町)

ご冥福をお祈りいたします 駒場寿美子様(山手台)

11月末会員=398人(男性145、女性253)〈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！」へ来てくださいね。

12月予定は次の通りです。10日(木)PM小松、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・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)

1月号は1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。