



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

ホームページ <http://oshidori-ibaraki.com/>

250号



25周年記念行事を終えて

記念行事実行委員長 石田あけみ

“25周年期間中感謝を含めて各行事を行い、さらに会員増につなげる”を掲げてスタートした昨年の4月でした。前期は思いもよらないコロナ禍のため多くのイベントが中止や延期に追い込まれました。先の見えない状態に戸惑いましたが、後期は「出来ることをできる方法で」を意識しながら会員皆様のご協力によって数々のイベントを実現することができました。各部門の取り組みを振り返ってみます。

1.会報部門：会報掲載のロゴは当拠点 25 年の歴史をさかのぼりかつ未来へとつなぐ力強い「メッセージ」でした。記念号では会長はじめ賛助会員、利用者、会員の方からの励ましや感謝の言葉であふれていました。拠点の歴史及び活動データは過去を振り返り今後の活動に参考になるものとなっています。

2.PR部門：ナルク活動を市民の方に知っていただくため、多くのイベントを計画していましたが、コロナの影響で実施は半減しました。

その中実施した「写真展」「市内清掃」「市民活動フェスティバル」はナルクの底力が発揮でき、絆を深めたイベントとなりました。しかしナルクが市民の方にまだまだ周知されていないことも実感しました。PR活動は一朝一夕では成果が出るものではなく継続が必要です。これからも PR 活動に会員一人一人の「知恵」と「共助」が必要です。

3.会員増強・賛助会員増部門：会員数の増減実態の5年間の分析では、活動目的で入会の8割が“活動実績なし”になっており、その対応が

今後の課題として明らかになりました。

マニュアル作成では勧誘時の疑問に答えるため Q&A の形式でわかりやすく表しています。永遠のテーマである会員増にはマニュアルと現状分析とを合わせて活かすことが必要と思われれます。

4.社会貢献部門：6月に海苔・椎茸注文販売、11月ミニバザー、市民活動フェスティバルに海苔、椎茸、提供品、ドーナツの野菜を販売し、売り上げ純利益は12万円超となり、茨木市(新型コロナウイルス感染症対策)と摂津市に寄付をしました。

5.総会・懇親会・記念式典部門：5月の総会・記念式典はコロナ禍のため中止となり、出鼻をくじかれましたが、懇親会を10月に万博公園内で開き、久しぶりに屋外で解放感を味わったひと時となりました。また預託点・奉仕点保有の会員に感謝を含めてクオカードとメッセージを送りました。1月には中止となった新年会の代わりに「ミニミニ茶話会」を開き、自粛生活でたまったストレス解消になったと喜ばれました。

この一年、記念行事に関わる中で多くの会員の方と接し色々学びました。経験のないコロナ禍という事態に対して個人の生活はもちろんナルク活動も様々な影響を受け現在も続いています。声を潜めて何もしないを選ぶか、知恵を出し合って行動することを選ぶか大いに試された機会でした。「場」は存在してもそこに参加するかしないかは本人の選択です。この経験は今後のナルク活動で必ず活かされることと思います。5 部門の方をはじめたくさんのご協力に感謝申し上げます。

明日におかっ

☆25周年記念行事社会貢献で茨木市・摂津市に寄付



茨木市長から感謝状をいただきました



摂津市社会福祉協議会へ

☆春日丘高校授業支援感想文「高齢社会を生きる」 1月12・13日 (その1)

* 石田さんのお話の中で特に印象的だったのは「いのちの電話」の共感に関する話です。私は人の相談にのるとき、どちらかという共感しすぎて自分も相手の感情に引っ張られてしまう方なので、傾聴し共感する一方で自分は感情移入しすぎない強さをしっかりと持っている石田さんはとても素敵だと思いました。私は祖母と一緒に暮らしていますが、祖母はあまり家の外に出たがらない性格で、もちろんボランティアなどに参加するタイプではないので、積極的に海外へ出向いて活動し、生き生きと生活する石田さんの生き方はとても印象的でした。私も自分にとっての生きがいを見つけて色々なことに興味を持ち充実した老後を送れるような大人になりたいと思いました。

* 下川さんのお話では就職失敗、配達員をしながらの大学生生活。卒業後2度目の就職活動も上手くいかないという辛い経験をされた。「人間万事塞翁が馬」という言葉が一番響きました。「悪い事も、良い事もある」という意味の言葉ですが下川さんは「若い時は本当に苦労したけれど、それは将来役立ったし良かったと思えるようになった」。高齢者の方の話をゆっくり聞く機会が今までにはなくて、今回初めて聞く仕事やボランティアの話の中で、私の知っている「見守り隊」があり、ふと小学生の時にみたことを思い出しました。暑い夏の日も寒い冬も笑顔で「おはよう」と話しかけてくれ、遅刻ギリギリの時は「少し急ぎな」と急かしてくれて、その方と少し会話をする事から私の毎日の学校生活はスタートしていました。下川さんは逆に子供達から「おはよう」の声がかえってくることで自分も頑張れるんだといわれた。私の知っている「見守り隊」の方もそう思ってくれていたら嬉しいなと思ったと同時に少し恋しくなりました。今回の講話で初めて「ナルク」の存在と、活動内容を知りました。“やれることを、やれるときに、やれるだけ”という無理をせず、自分にできることをしようという考え方が良いなと感じました。

ナルクに入ることで人と交流し、助け合うことでそれが生きがいになる人もいると思うから、もっと多くの人がこの存在を知ることができ、広まって行けばいいなと思いました。

ボランティアの心構えについて書いてあることは私の考えを変えました。それは“ボランティアは“やってあげるのではなく、やらせてもらう、感謝の気持ちで尽くす”という事を知ったからです。今まで人を助ける時「やってあげてる」という気持ちを少し持っていたなと思うからです。今までのことは反省し改めていきます。下川さんの講話は今の私にとって響く事が多々ありました。100年生きるのが普通となる将来で私も生きられるように、下川さんの健康の秘訣を私も守ってみようとおもいます。「継続は力なり」で自分のことを信じて頑張り、あわよくば第2の人生は下川さんのように充実感、満足感で一杯の毎日にしたいです。

☆大阪城「観梅」 2月23日(火) 参加者10名

青空が広がる中、梅の香りを楽しみました。当日は祝日と重なり、コロナ禍とはいえ、人出は多くお城と梅を眺めながらお弁当を食べる家族連れやグループで賑わっていました。ナルクの仲間も久々の外出で自粛生活のストレス解消となりました。
(沢良宜東 石田あけみ)



2月に入会されたお仲間です。宜しくお願いします。



安井幸子さん(水尾)
イオン広場の絵手紙の会でナルクを知りました。
*趣味：歌うこと

木田正子さん(五十鈴町)
安井さんに誘われ、絵手紙の会に参加しました。
*趣味：旅行・ウクレレ

磯崎貴久子さん(寺田町)
木田さんに誘われ、認知症研修会に参加、感銘を受けました。
*趣味：パッチワーク

* 新企画!! 今年から、入会された方の紹介を始めました。

行事予定

月	日 時	行事等	会場等	
3月	10・27日	10:00	パッチワーク	研修室
	12日(金)	10:30	三役会	研修室
	14日(日)	13:30	地域交流	下記参照
	15日(月)	13:30	運営委員会	研修室
	16日(火)	13:30	絵手紙の集い	研修室
	20日(土)	10:30	お誕生会	研修室
	27日(土)	13:30	認知症サロン	研修室
4月	6日(火)	11:00	ミニお花見茶話会	下記参照
	9日(金)	10:30	三役会	研修室
	12日(月)	13:30	運営委員会	研修室
	14・24日	10:00	パッチワーク	研修室
	17日(土)	13:30	アンチエイジング	研修室
	20日(火)	13:30	絵手紙の集い	研修室

おしどりコーナー

マスクの目 笑いながら 近づいて
 和服着て 帯を叩いて 初鏡
 穂積台 田中浩美

子育ての 遠き思い出 離かざる
 逝にたつ 子安地藏に 紙ひひな
 真砂 岩崎朝美

本堂の ガラス戸打ちし 春疾風
 ご馳走は たんぼばなるや おままごと
 主原 新井鏡子

☆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。

25周年記念行事 “地域交流” チラシ参照

日時：3月14日(日) 13:30~16:00
 場所：畑田コミュニティセンター
 内容：太極拳で体を動かし、連弾のキーボード演奏を聴きながら地域の方と交流を深めましょう
 14:00~DVD ナルク活動の紹介
 14:30~キーボード演奏、ビンゴゲームなど
 担当：25周年記念行事PR部門

お誕生会の案内

*年に一度の記念日を皆でお祝いしましょう
 日時：3月20日(土・祝) 10:30~12:00
 場所：研修室
 担当：北・南・東・摂津ブロック
 《状況により変更あり》



認知症サロン 認知症サポーター養成講座
 3月27日(土) 13:30~15:00 研修室

認知症を理解し、どう接してサポートしていくかを学びます
 講師：ケアプランセンターきらく 管理者:加藤由美子氏
 参加費：100円
 締切：3月17日(水) 先着20名まで
 担当：東・中央東ブロック



撮影・大嶋千鶴子

ミニお花見茶話会

*桜の季節を野外で静かに味わいませんか
 日時：4月6日(火) 11:00~13:00
 場所：桜通り 持ち物：お弁当 シート
 担当：歩楽人クラブ 瀬川・吹
 《状況により変更あり》



ちょっと聞いて



自家用車を手放し、ナルク事務所へはバス利用。不便では!?との声もあるが、思ったほどではなかった。少し歩く時間が増えたのも有難い。40分程の車中、意外と面白い発見もある。どお〜てことはないんだけど、まず運転手の名前を何となく確認。車中自動アナウンスがあるにも関わらず、停留所・注意事項などをずっとインカムマイクで丁寧に案内される運転手、無言のまゝビュンビュンと飛ばす運転手、どんな業種でもやはりその人の性格がでるんだなあ〜とったり。

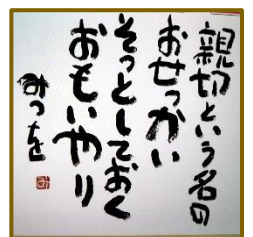
途中、買い物車を押して乗って来られる高齢の方を見かける。持ち上げてバスに乗せるのに少しモタモタ。入口に座ってる時、持ち上げてお手伝いしようと立ち上がりながらも、腰を下ろすを繰り返す。

親切なのか、お節介なのか躊躇ってしまう。なぜって自分も余り変わらない年齢だし…皆さんだったらどうされますか？

そんな時、相田みつをさんの言葉を目にした。(右図)

やはり線引きが難しいなあ〜。

(後期高齢チコ)





☆ **議事・連絡事項など**

- ① 新規支援照会:問合せ無し。
- ② 3月14日(日)13時30分～16時、畑田コミセンに於いて25周年記念行事PR部門によるナルクの紹介を兼ねて近隣地域との交流会が開催されます。催し物多々有り。皆様の参加をお願いします。(3面記事参照)
- ③ 3月20日(土)7月～12月生まれの方対象にお誕生会開催予定。
- ④ 3月27日(土)13時半～15時、外部講師を招いての認知症サロン開催予定。多数の参加をお願いいたします。(3面記事参照)
- ⑤ 来年度三役について、石田・小松・佐藤(明)・伊田各氏の推薦がありました。(会計主任は立野氏継続)
- ⑥ 25周年記念社会貢献行事で茨木市と摂津市に対し、寄付を行いました。(1面に関連記事)
- ⑥ 2月度の運営委員会は「新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言」発令中のため会議形式を取り止め議題に基づく資料配布の形をとりました。

☆ **1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	350	3184	86.8%	提供活動・事務所当番・所定事務など
奉仕活動	288	3717	54.4%	福祉・環境・拠点活動など
活動全体	638	6901	65.7%	—
無点活動	14	267	—	交流会、同好会活動など
当月累計	652	7168	62.8%	—

・受託事業 : ◎ご一緒 : 3件15時間、◎日常 : 3件6回、◎サービスB : 10件33回。

・預託点利用 : 2件21点 (累計154点) パソコン指導8点、外出介助7点、医療機関との連絡3点、買物2点
役所手続き1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

☆ **2月度の会員異動(太字は活動会員です)**

- ・入会者 : **磯崎貴久子**(寺田町)、**木田正子**(五十鈴町)、**安井幸子**(水尾)
- ・退会者 : **本村廣巳**・**春代**(橋の内)、**土肥克己**・**浩子**(真砂)M会員登録
2月末会員=390人(男性 141、女性 249)〈参考:2020年3月末会員=411人〉 別途M会員25名

パソコン・デジカメ・タブレットなど 「ITで遊ぼう！」へ来てくださいな。
3月予定は次の通りです。10日(水)PM小松、25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) ・友次通憲 ・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)

4月号は4月5日(月) 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。