



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/>

252号



二年間を振り返って

副代表 青木啓子・山近和子

ナルクに入会して12年が過ぎていました。

活動内容、事務作業などの知識はまだまだ勉強不足の日々でしたが、一昨年の春、副代表をすることになりました。

前任者の後を引き継いで、クリーン作戦と事務所当番管理も同時に担当することになりました。クリーン作戦について2019年迄は実施されていたものの、昨年はコロナ感染拡大により他団体との一斉清掃ができませんでした。25周年記念行事の一環として、ナルクのみでの市内清掃とし、JR方面、阪急方面の二手に分かれての清掃活動には多くの参加者がありました。

事務所当番は、ナルクにとって支援の受付などの大切な窓口となります。

会員の皆さんに依頼の電話をおかけすることがあるかと思いますが、ぜひ月に一度の当番をお願いします。

今回、女性だけの三役でしたので気兼ねなく話すことができ、またお互いに助け合いながらの二年間だったと思います。

(青木 啓子)



2019年の総会后、私は三役の中の副代表として実務経験も浅く不安のスタートでした。同時にクリーン作戦、25周年記念事業のPR部門、HP、途中からサービスBなどを担当しました。

私の目標としては、とにかく何も分からないので、ひとつひとつ相談しながら致命的なミスをしたくないことが自分への課題でした。色々助けてもらったり教えてもらったりしながら、一年目は助成金のプロジェクトやイオン広場のハンドマッサージ、またクリーン作戦などをしてきました。幸いにも副代表は2人なのでお互いに励まし合いながらなので「楽しいナルク」とまではいかないまでも、ストレスは感じませんでした。

25周年記念事業ではPR担当でしたが、去年の初めからコロナ禍でも、様々な行事が行われ、それぞれの行事はそれなりに成功はしたものの、PRで考えるとまだまだナルクは市民の中で認知されていないことを実感しました。

次年度は新たにPR部門が組織に加わり活動が期待されます。

コロナだけではありませんが、難しい対応を迫られることもしばしばありました。その都度三役で集まり話し合い、いいチームワークだったと今になって感じます。またいろんな行事を通じて沢山の人のことを知ることが一番収穫だったと思います。

今後は太極拳などのスポーツを楽しみつつ、体力を維持しながらもう少し活動会員として色々な経験をしたいと思っています。

(山近 和子)

2021年度定時総会 中止

新型コロナウイルスの国内感染拡大に鑑み**中止**とさせていただきます
ご案内の返信ハガキは 5月25日(火)までに事務所に提出してください
事務局

☆座談会後半の報告 “次なる私たちは？”

「会員相互の支援、コミュニケーションについて」

◎預託点の活用

* 拠点独自の活用方法を考える…バザーやその他の活動で利用できないか？

◎コミュニケーションについて

* ブロック・近隣会員などで日常的に話す機会を持つ必要あり。三役も参加して会員の声を聴く。

* 研修会などを活発化し、一般市民や、友人などにも参加してもらい活動会員拡大へ繋げるように心がける。

* 個人情報に留意しながら、会報配布担当・地区リーダーなどに情報を知らせる必要がある。(配布している人の顔も知らない等の状況がある)

* 一人暮らし会員などに電話、メール、往復はがき、絵手紙などで声掛けや情報提供(支援活動状況、コロナ対応、拠点のイベントなどのお知らせ)を継続して行う。孤立化させない工夫をする。

* 地区によって、毎週日曜日に散歩する、季節に合わせて数人で散歩し軽い話をするなどコミュニケーションをとっている。

* 新入会員への活動フォローができていない。

* 現ブロック制では活動会員と利用会員の数にばらつきがあるので、見直しが必要。

「運営委員会の在り方」

* 支援状況を報告し、会員の活動状況を共有する。ケース検討会を行う必要あり。

「その他」

* 「会員の活動予定」「活動内容別参加者」「最新の会員情報」「イベントの予定」など、情報の見える化をする。

* ボランティア登録票の見直しをする。10年前に更新したままである。

これからの拠点について2月から様々話し合ってきました。課題、問題点を運営の参考にして、これからも皆さんと更にやりがいや生きがいに繋がる活動を行っていきたいと思います。

(担当:会報)

☆ドー楽園の作業に参加して 4月23日(金)

朝から良い天気恵まれ久しぶりの参加で遠足気分です。コロナ対策として、花立さんの車に4人、小野木さんの車に4人が乗り上音羽を目指し出発、スイスイと登って行きます。木々の新緑が美しく、藤の花、ボタン桜と久しぶりのドライブでコロナのことを忘れてしまいそうでした。

ドー楽園の畑は菜の花が咲き、小松菜、ニンニク、玉ねぎ、ジャガイモ等々沢山の野菜が植えられ



元気に育っていました。すぐに草取りを始めると小さなカエルがピョンピョン飛び出して、ミミズが土の中からニョロニョロ出てきました。

花立さんを中心によく手入れされた肥えた土が野菜を大きく、美味しくすると思います。

作業の後はお茶タイム、持ち寄ったお菓子、

果物、手作りのみたらし団子をおしゃべりしながらお腹いっぱい頂きました。

今日はいつもお世話になっている田北さんと写真を撮りました。帰りは花立さんが2往復して下さり、帰途につきました。とても楽しい1日で元気ができました。有難うございました。

(大池 池谷征枝)



ちょっと聞いて



1月に主人が亡くなりました。臓器提供意思がありましたのでドクターに申し出たところ、すぐに連絡してくださり、家族は年寄りだし使える組織なんてあるかなと話していたところ、コーディネーターの方が話に来られました。角膜が使えるとのこと。

角膜移植を待っている方は3000人位おられるとのこと。また角膜は200年位使えるのだそうで、提供者の最高齢者は100歳を超した方だそうです。ビックリするとともに家族全員が角膜がそんなにも長い年月使えるものとは誰も知りませんでした。角膜を採取するには眼球ごと取り出すのですが後はちゃんと義眼を入れてくださるので、臓器提供献体後は普通の遺体と変わることなく速やかに戻ってきました。

もし皆さんの中で提供意思があるなら是非とも保険証の裏に書く欄があるので書いてください。自分の死んだ後にどこかの誰かの目が見えるようになるなんて考えただけでも楽しくなるではありませんか。

(北春日丘 伊藤芙美子)

行事予定

月	日時	行事等	会場等
5月	12日(水)	脳トレイングリッシュ	中止
	12・29日	10:00 パッチワーク	研修室
	14日(金)	10:30 三役会	研修室
	15日(土)	市内清掃・バザー	中止
	17日(月)	合同委員会	中止
	18日(火)	13:30 絵手紙の集い	研修室
	29日(土)	定時総会	中止
6月	9・26日	10:00 パッチワーク	研修室
	9日(水)	13:30 脳トレイングリッシュ	研修室
	10日(木)	13:30 三役会	研修室
	14日(月)	13:30 合同委員会	研修室
	15日(火)	13:30 絵手紙の集い	研修室
	19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

春雷に 怯えて仔犬 床下に
 穂積台 田中浩美
 ジャスミンの 匂う闇夜の 猫会議
 主原 新井鏡子
 新聞紙の 兜をかぶせ 肩車
 真砂 岩崎朝美
 街路樹の 新芽めぶきて 無機質の
 ビルのガラスに 彩りうつす
 耳原 牛木紀子

☆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。

採りたて野菜販売

5月14日(金) 13:30~

品名：小松菜・玉ねぎなど
 場所：1F 駐車場
 担当：ドー楽園



予約注文販売のお知らせ

・干し椎茸(国産 70g) 900円 ・キズ海苔(10枚入り) 300円
 ・味付け海苔(10袋入り) 500円

注文方法：メール・FAX・電話

注文締切：5月21日(金)

商品渡し：5月31日(月)から事務所にて

担当：佐藤明・会計



☆春日丘高校授業支援 感想文「高齢社会を生きる」(その3)おわり

3時限目の講話では高齢社会やナルクの活動に沿ってボランティア活動での経験談など、普段聞く事の出来ないような様々な事をきかせていただきました。その中で私が特に印象に残ったのが「いのちの電話」での経験談です。ナルクの石田さんは「悩みを抱えている人に解決策ではなくその人の気持ちに寄り添って話を聞く事が大切」だとおっしゃっていました。解決策を出してあげてしまえばそこで完結してしまい、いわば自分の自己満足で終わってしまいます。「相手に寄り添い話を聞く」ということは社会に出てからもとても大切になってくると思いました。私自身もそのように相手の立場になって考えられるような人になりたいと感じました。

4時限目の車いす実習で、私は初めて日常生活で使う場所で車椅子に乗りました。車いすを押してみたり、乗ったりして私が感じたことは、誰かの支えがないと移動できなかつたり、自分の行きたいところに行けないという事の不便さです。実際に学校内をまわってみて、とても多くの段や障害物があり気になりました。学校外ではもっとそれがあるのだろうと思い、バリアフリーの困難さやその機能を実感させられました。私が車椅子に乗っていて一番印象に残った場所は自動販売機です。手を思い切り伸ばしても一番上のボタンには手が届きませんでした。もし押してくれる人が無ければ自分がほしいものも買えません。その時に私は車いすに高さ調節できる機能があれば高いところに届くと思いました。

このように短い間でも様々な事を感じ、学ぶことができ、とても良い機会になりました。自分にとってとても大事な経験ができました。

今回講座で学んだことをこれからの生活でも忘れずに活かし、少しでも人の役にたてるような人になりたいと思いました。



高齢者へ新型コロナウイルス ワクチン接種が始まる

- * 日時・場所を決めて予約する(5/6~)
- * 1回目ワクチン接種(5/12~)
- * 2回目ワクチン接種(3週間後~)



引き続き~

- うがい・手洗い・マスク着用
- 不要・不急の外出を控える

・ワクチン接種に関しての詐欺に注意を!!

・終息に向けていま暫くの我慢を!!



☆議事・連絡事項など

- ① 新規支援照会:4件、成立1件(高齢者支援)。保留1件。非成立2件。
- ② 4月5日「エリア17」中止に伴い本部田中理事の当拠点訪問があり、代表との意見交換があった。
- ③ 5月15日(土)ナルク単独で市内清掃を行う。(後日中止決定)
- ④ 5月15日(土)IBALAB@広場において「市民活動応援バザー」が開催予定。(後日中止決定)
- ⑤ 5月28日(金)予定の本部定時総会はコロナ感染症拡大のため中止となり書面にて行う。
- ⑥ 5月29日(土)予定の当拠点定時総会はコロナ感染症拡大のため中止とし、書面による議決権行使とする。
- ⑦ 会計より特別会計と事務所設置の募金箱について説明があった。
募金額 21,448 円。寄付先は運営委員会で協議のうえ会計に一任する事となった。
- ⑧ 25周年記念行事についての最終会計報告があった。
- ⑨ 会報4月号1面掲載の「歴代代表による座談会」③・④項目についての議論があった。(2面参照)
・当拠点での預託点の使い方 ・地域交流の活発化 ・ひとり暮らし会員に対するサポート
・ブロック交流会の活発化について ・支援状況および体験談の情報の共有を図るなど

☆3月度期末の活動実績点数

活動区分	当月点数	期末点数	期末達成率	内容
時間預託	393	3868	87.9%	提供活動・事務所当番・所定事務など
奉仕活動	450	4380	53.4%	福祉・環境・拠点活動など
活動全体	843	8248	65.5%	—
無点活動	44	340	—	交流会、同好会活動など
当月累計	887	8588	62.7%	—

・受託事業 : ◎ご一緒 : 1件7.5時間、◎日常 : 6件12回、◎サービスB : 5件23回。

・預託点利用 : 7件27点 (累計183点) パソコン指導20点、相談・助言4点、庭の手入れ3点

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

☆4月度の会員異動(太字は活動会員です)

・入会者 : なし

・退会者 : 松浦和子(新郡山)、上辻涼子(新堂)

ご冥福をお祈りいたします 松浦 万 様(新郡山)

4月末会員=385人(男性139、女性246)〈参考:2021年3月末会員=388人〉別途M会員27名

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。

5月予定は次の通りです。13日(木)PM小松、26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) ・小野川 通江
・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)

6月号は6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。