



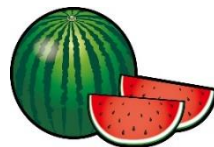
255号



NPO 法人ナルク茨木・摂津拠点 ナルク(NALC) 2021年8月号付録

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/>



新役員紹介

副代表 小松道生

今期より副代表をお受けすることになりました。

ナルクの組織も発足当時から社会情勢の変化に伴い状況が変化してきております。当拠点も例外ではなく会員数の減少、会員の高齢化、支援活動の内容も異なってきております。特に労働環境の変化により活動に携わる新入会員数が少なくなっており、結果会員の平均年齢は毎年確実に1歳ずつ上がってきております。

他方、互助の精神によりスタートした活動はだんだんと地域との繋がりも広がり周知が進んで受託事業も増えてきました。

このような状況において支援内容およびその方法についての再考は待たなしで、拠点活動は今までとは異なった視点から行っていく必要があると思っています。

コロナ禍によって何かと制約のあった活動を活発化させ、様々な課題に対して三役の一員として積極的に取り組んでいきたいと思っています。

そのためには会員皆様の協力が是非とも必要となりますので何卒ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

コロナ自粛下の過ごし方(往復ハガキアンケートからの報告) 石田あけみ

コロナ禍での夏は2年目を迎えました。昨年は対処法も分からないままに、日常を変えざるをえなかったり、不要不急とは何か悩みながらの拠点活動でした。誰かをサポートすることは、たとえ直接支援ができなくとも、共感があれば、また仲間がいれば大丈夫と思ってもらっているのか気になる場所でした。

緊急事態宣言またまん延防止期間をどのように過ごし、ナルクの仲間とつながりを持てたかなど、一人暮らしの20名の方に尋ねました。(返信12通)

問：コロナ自粛中、人との交流はいかがでしたか？

回答：交流の機会が少なく、不安な思いをした(7件)。家族、遠方の身内との会話が増えた。(7件)

問：今後どのような催しに参加したいですか

回答：健康に関する研修(4件) ナルク活動では、バザー、親睦会などに参加希望(8件)

自粛生活は会員の交流の場を狭くしましたが、家族との会話が増えた利点もあったようです。

また組織活性化のために提案された事案を予算化し具体的に活動へつなぐことも考えています。

特に得意なことはないですが、誰かに喜んでいただける様な事ができれば嬉しいです。

病気がちで、外出は病院くらいです。気分転換に朝のウォーキングをしています。コロナが収まり皆で早く集まれる様に願っています

ナルクに行き話をする機会がふえました。社会との繋がりの一つになっていると思います。

コロナ禍で外出できず不自由でしたが、思い切って家の片付けをし、すっきり広くなりました。



賛助会員さんからの声



以前勤めていた職場でナルクの活動を知り、ボランティアで社会に貢献されている事にとっても感心しておりました。

現在は、以前の職場を退職しパン屋を総持寺で開業しておりますが、その時の繋がりを大事にしたいと思い、2019年にナルクの賛助会員になりました。

何かと助けていただき皆様の優しさを感じました。皆様はとても親切で、笑顔をたやさずに活動をされている姿は心に響きます。

コロナ禍で大変な時ではありますが、今の社会に負けず癒しの活動をされているナルク皆様の益々のご活躍を心よりお祈り申し上げます。

(焼きたてパン凜) 玉成佳子

☆七夕まつり 7月7日(水) 13:30~15:30 参加者 16名

色紙を使い「七夕まつり」と大きく綺麗に飾られた壁面、4本の笹には短冊や吹き流しなどが飾られ、参加者はそれぞれの思いを短冊に書いて笹に付けました。自己紹介のあと司会者が笹に付けられた短冊を読み上げられました。

“コロナ終息明るい未来” “もう少し八十まではナルク会員” “マスクをしないで歌いたい”などの願いがありました。昔にかえって七夕の歌をうたい、手踊りなどして楽しいひと時でした。珍しい柿茶やお抹茶を頂きました。今回はマスクを外し記念写真を撮りました。早くマスクなしで会えるようになればと思います。

(真砂 大嶋千鶴子)



支援日誌

Tさん宅に月1~2回、家事や庭の手入れに伺っています。ご高齢で独居ですが、近くに娘さんもおられ、すぐ来てもらえるので不安もなく生活されています。

家の中はいつもきれいに整理整頓され、お友達も多いのですがコロナ禍で今はそれもかなわず、早く終息を願うばかりです。

私たちの屋外作業には「水分補給してね」と言われ予定時間の5分前には「もう時間ですよ〜！」との声掛けなどいろいろと気遣いをして下さいます。

終了後には話に花が咲き、「こうして皆さんとお話することが張り合いになるのよ」と言われます。先日「訪問を始めて何年かしら？」との話になり調べてみると、なんと9年でした。自分でもびっくり！道理で最近では疲れが違うな？と思い自分自身も年をとっているのだと納得しました。9年の間にはTさんも入院、体調不良などあり昨年8月には手を骨折、いまだに骨が付きにくく「大好きな料理、手芸、パソコンなど前のようにできないの」と話されます。でも持ち前の明るさと努力で前向きに暮らされる姿に私達のほうが勇気づけられ、少しでも早く回復されるように願い、お手伝いしたいと思います。

(安元 田中隆子)

行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
8 月	19 日(木)	10:00 三役会	事務所
	～27 日	8:30 茨木高校授業協力	茨木高校
	8 日から 15 日まで夏休みです		
9 月	9・25 日	10:00 パッチワーク	研修室
	9 日(木)	13:30 三役会	事務所
	13 日(月)	13:30 運営委員会	研修室
	18 日(土)	13:30 アンチエイジングの会	研修室
	20 日(月)	13:00 地域交流	下記参照
	21 日(火)	13:30 絵手紙の集い	研修室
	25 日(土)	13:30 お誕生会	研修室

クイズコーナー

ある	ない
消す	覗く
琴	琵琶
知る	分かる
越す	割る
幕	劇

*ある方に共通することは？

☆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。

7 月に入会されたお仲間です。宜しくお願いします。



谷口信子さん（南春日丘）
池原さんからの誘いで入会しました。
趣 味：大正琴・茶華道・粘土細工



作品名 妖精

アンチエイジング

9月18日(土) 13:30～15:30

- * ニュースポーツ(ボッチャ・ラダーゲッター)
- * 低栄養予防には？
- * 川柳
- * 一緒に歌いましょう

担 当：東條・牧野・杉本

地域交流

ナルク活動を紹介しながら地域の方と
交流しましょう！

日 時：9 月 20 日(月・祝) 13:00～15:00

場 所：大池コミセン

内 容：パネル展示・D.V.D・パッチワーク
絵手紙作品展示ほか

担 当：PR 吹

ドゥライフ支援のお願い

昼食配膳、お茶出し、食器洗いのお手伝いを願います。
都合のつく方は、事務局まで願います。



豚肉のおくら巻き

材料(2 人分)

- ・豚肉ロース(薄切り)6 枚
- ・おくら 6 本
- ・塩 適量
- ・こしょう 適量
- ・ポン酢 適量
- ・マヨネーズ 適量

作り方

- ① おくらは額を取り、塩もみをして
さっと湯通しする。
- ② 豚肉に湯通したおくらをのせて巻く。
- ③ フライパンに油を引き、②のおくらに巻い
た豚肉を焼く。(転がしながら、塩、こしょう
して焼き色がつけば出来上がり)
- ④ ポン酢やマヨネーズを添えると色々な味
が楽しめます。

シェフ 伊田英雄

シルバー川柳

・いたわりも 耳が遠くて 怒鳴り声
・この頃は 話も入れ歯も かみ合わせず
・この動悸 昔は恋で 今病い

・お若いと 言われて帽子 脱ぎそびれ
・デザートは 昔ケーキで 今薬
・カード増え 暗証番号 裏に書き (詠み人知らず)

(A:真ん中に“一”を入れてみて ・ケース・コート・シール……)



☆議事・連絡事項など

- ① 新規支援照会:1件成立(庭の手入れ:入会)、他1件資料請求あり。
- ② 茨木市委託事業(サ-ビスB)が介護度の変更により資格者が減少⇒日常生活支援移行に努める。
- ③ 受託事業に対して特別会計(茨木おしどり)が設置された。半期・年度末に会計処理を行う。
- ④ 7月7日「七夕サロン」が開催され16名の参加あり。お茶お菓子を頂きながら楽しい時間を満喫しました。
- ⑤ 7月13日より茨木高校授業協力が開始され、8月27日まで8クラスを対象にナルク講師6名が担当する。
テーマは「高齢社会を生きる」。生徒の感想文を会報でも紹介する。
- ⑥ 11月7日(日)第39回グリーン作戦が開催予定。
- ⑦ 組織活性化のための補助金制度が承認された。計画内容を事前申請し承認を得る。(詳細は事務局まで)
- ⑧ 次期リーダー選考のための「選考委員会」設置が提案承認された。(詳細は事務局まで)
- ⑨ 拠点活動活性化のための「モニター制」の導入が提案承認された。(詳細は事務局まで)
- ⑩ 本部および拠点の運営規則の勉強会は実施の方向で検討する。
- ⑪ 会員の状況の変化に伴い「ボランティア登録票」を更新し、利用の仕方・支援活動に反映させる。

☆6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	306	842	70.2%	提供活動・事務所当番・所定事務など
奉仕活動	222	775	37.3%	福祉・環境・拠点活動など
活動全体	528	1617	49.4%	—
無点活動	10	19	—	交流会、同好会活動など
当月累計	583	1636	46.4%	—

・受託事業 : ◎ご一緒 : 2件8時間 ◎日常生活 : 6件11回 ◎サービスB : 3件21回

・預託点利用 : 4件12点 (累計39点) 住宅清掃6点、庭の手入れ6点

気軽に預託点を使いましょう！

手続きは簡単 事務所に電話してください

* コロナ自粛でお困りのことなどはありませんか？

例・・・網戸洗い、扇風機の手入れ、衣替え、買い物など



☆7月度の会員異動(太字は活動会員です)

・入会者 : 谷口信子 (南春日丘)

・退会者 : 岡崎聖子(鮎川)、澤田ゆかり・慶夫(平田)

7月末会員=377人(男性136、女性241) 〈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 「i T で遊ぼう！」へ来てくださいね。

8月予定は次の通りです。5日(木)PM小松、19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) ・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)

9月号は9月3日(金) 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。