



# ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

270号



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>



## 地域交流会を振り返って

PR 部門

25周年記念行事の一環として実施された「地域の方にナルク活動を知っていただくためのPR」をその後も継続していく必要があるとの考えから発足したPR部門。年間3回実施の予定で進めてきました。

開催場所決定後は地域の会員の方にチラシ配布をお願いし、会報と一緒に会員にお届けし、かつ近隣住民の方にはチラシ配布をしています。

これまで実施してきた中での参加者は

2021年3月	畑田コミセン	45名	(内会員外来訪者15名)
2021年9月	大池コミセン	40名	( // 8名)
2021年10月	穂積コミセン	30名	( // 9名)
2022年4月	三島コミセン	47名	( // 17名)
2022年10月	中条公民館	24名	( // 5名)



チラシを見て来られた方は多い時で5~6名。それなら配る意味がないのではとの意見もある中、当日来てはいただけなかったとしても、茨木にナルクというボランティア団体があることを知っていただければ、そして何かの機会にたとえ利用希望のみであれ、思い出していただければと続けていくつもりです。

当日参加していただくのに一番効果的なのは、会員一人一人の声掛けです。これまでに入会し活動会員になってくださった方は数名ですが、たとえ数名でも確かに増えているのです。

開催当日は会場に毎回パッチワークや絵手紙同好会の作品を展示し、パネルやDVDではナルク活動の紹介をします。来訪者紹介、脳トレ、スクエアステップ、ビンゴゲームまたナルクバンドの生演奏では懐かしい歌や替え歌を楽しんでいます。

現在、PR部門は7名ですがそれぞれに都合があり、全員が揃うのは厳しい状況です。しかし、どのイベント・講習会などもすべて会員全員が関わるとの意識をもつていただくことが何より大切と思います。そうすれば、少しずつ来訪者も増え会員増に繋がるはずで。

少人数で考えることは限られています。当日どのような催しをすれば印象に残り、また参加してみようと思えるのか、さらにボランティア活動に興味をもつていただけるのか、皆様のご意見を是非PR部門にお寄せください。

茨木・摂津拠点を活性化し継続していくためにも、会員皆さんの協力が必要です！

### ☆地域交流会に参加して 10月22日(土) 13:30~

一般参加の方は穂積公民館長はじめ5名が参加されました。

PR担当による映像・パネル・作品展示の紹介、来訪者紹介、ナルクバンド“サニーサイド2”の伴奏で歌い、また布川さん主催の脳トレイングリッシュ等の多彩な催しがありました。

感染症予防のためマスク着用、間隔空けての対応でした。

ギター、ウクレレ、コントラバスの3名で前回同様さすがに迫力溢れる演奏でした。「生涯現役の歌」など9曲をみんなで楽しく歌いました。(下穂積 上田展生)

### ☆地域交流会で脳トレ

ナルクの紹介DVD、小松さんたちのバンド演奏のあと、「脳トレイングリッシュ」のコーナーを担当しました。英語で簡単な自己紹介をしていただきました。ほとんどの方が何十年ぶりかにかに(!?)英語を話されたと思いますが、どなたも言葉に詰まることなくスムーズに全員が話されたことに感心しました。

久しぶりにバンドの生演奏をきかせていただき、みなさんにもお会いできて楽しく嬉しかったです。

(東奈良 布川啓子)

## ☆ふるさと紹介(京都府)

京都で生まれ小学生迄を過ごし、その後父の転勤で広島での生活となりました。

京都といえば神社・仏閣・庭園等有名処は多く点在します。学校の遠足・写生大会は仁和寺や妙心寺に頻繁に出かけ、祖父や妹達とは一緒に日頃から“天神さん”と呼んでいる北野天満宮(菅原道真公をお祀り)へ2Kmの距離を徒歩で毎月25日の縁日に出かけていました。

古くて同じようだと思っていた寺・神社へ頻繁に訪れていたのは今振り返れば、素晴らしい環境の中にいたのだと思います。

路面電車の線路上からの大文字の五山の送り火の見物や汗をかきながらの祇園祭

の鉾見物、地蔵盆ではみんなで輪になり5mほどの大数珠を“なんまいだあ”と念仏を唱えながら廻し送りするなどが、懐かしく思い出されます。友人宅での帰り際に“おやかまっさんでした”と言う、自身のこましゃくれた声が聞こえてきそうです。

(鮎川 秋貞暢子)



北野天満宮

## ☆認知症サロン 10月27日(木)13:00~ 参加者17名

今回は4つの事例をもとに4人ずつのグループに分かれ、介護者と認知症の役になり、ロールプレイングをしました。私のグループの事例は「財布がない、誰かが取ったに違いない」でした。

96才で亡くなった母が私が仕事から帰ると「財布がない、あんたが取ったでしょ」と言われ続けていました。一番信頼している私になぜそう言われるのか、毎日傷つき辛かったです。その折、対応として外出好きの母を車に乗せて出かけてみたり、時には一緒に家中を探し絨毯までめくったりしました。

他の事例は「部屋に猫が入ってきたので助けてほしい」「徘徊していると思われる人に声をかける」「ご飯を食べていない」等がありましたが、これらの例は認知症の方との間柄によって対応が変わってくるのではないかと思います。いずれにしても介護する側が症状を受け入れ、優しく対応することが寛容だと思いました。

(南春日丘 鹿野真弓)

## ☆「憩いの場」紹介

「カフェふらっと」は地域の元気な高齢者の方、認知症の方やそのご家族、誰もが気軽に集える場です。ナルク会員が関わり、今では地域の方の憩いの場となり早5年目を迎えます。



年齢80歳以上の5人組はすごく元気で、月1回カフェで逢えるのが楽しみと言ってくれます。

折り紙で「宙返り馬」を作り競争して楽しかったと、ご主人(90歳)に話したら「オレも作ってみる」と、今でははまってしまい家のあちこちに飾っていると。

カフェの中だけでなく、外でも賑やかになごんでいる話をきくと嬉しいです。

カフェに参加するのが楽しみ。クイズを発表する場があるからと、常に新聞・テレビを見て書き留めたり、考えたりすることが脳トレになると喜んでくれる利用者さんもいて、嬉しい話があちこちから飛び込んできます。結果スタッフは色々な事に取り組めます。人から喜んでもらう、その嬉しさをエネルギーに変えてこれからも地域の人、認知症の人、その家族の憩いの場になるように、参加者同士の交流や情報交換を行いながら、このカフェの良さをナルク活動にも取り入れ前に進んでいきたいと思ひます。

(西河原 佐藤明子)

## ちょっといい話

### ◎(公財)太陽生命厚生財団から助成金をいただきました。

太陽生命厚生財団では、高齢者、障がい者等のために福祉活動を行っている団体に対して、活動に必要な機材、備品を購入するための費用を助成しています。

現在、ナルク茨木・摂津拠点では地域交流会を開催し、地域住民へナルク活動の普及に努めています。この地域交流会でナルク活動を分かりやすく説明するためのパソコン1台19万円相当を購入し、DVDを使用したいと申請した結果、財団から助成金が支給されることになりました。当拠点では、早速パソコンを購入し、10月22日に開催された中条公民館での地域交流会に活用し参加者から好評を得ました。

今後もこのようなナルク活動普及の機会があればどしどし活用していきたいと考えています。

### 年賀状(絵手紙)作成のお願い

利用者さんや会員の皆様に年賀状を届けたいと思ひます。ご協力よろしくお願ひします。

\*11月30日(水)までに事務所に届けください。

11月12日(土)13:00から事務所で絵手紙の集いをしていますので、ご一緒に描きましょう。

担当：事務局



# 行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
11月	6日(日) 10:00	誤嚥予防・口腔ケア講習会	福祉文化会館
	9日(水) 10:00	三役会	事務所
	10・24日 13:00	ITで遊ぼう	事務所
	12・26日 10:00	パッチワーク	事務所
	12日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	13日(日) 9:00	クリーン作戦	茨木市街
	14日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	15日(火) 13:20	シニア介護サポーター養成講座	事務所・中条公民館
	26日(土) 14:00	脳トレイングリッシュ	事務所
12月	3日(土) 13:30	アンチエイジングの会	事務所
	8日(木) 10:00	三役会	事務所
	8・22日 13:00	ITで遊ぼう	事務所
	10・24日 10:00	パッチワーク	事務所
	10日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	12日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	13日(火) 13:15	シニア介護サポーター養成講座	中条公民館
	15日(木) 10:00	シニアカレッジ講座	シニアプラザ
	16日(金) 14:00	西高交流会	西高
	17日(土) 13:30	お誕生会	中条公民館
	23日(金) 13:30	歌おう会	中条公民館
	24日(土) 14:00	脳トレイングリッシュ	事務所

## おしどりコーナー



コスモスに 立たせて写す 昼下がり  
秋の雲 流れて旅も 日本海  
穂積台 田中浩美

俳句  
無造作に 柿をならべて 道の駅  
秋の虹 くぐりぬけ 鳥いずこへか  
主原 新井鏡子



☆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のでご確認ください。

☆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。

### クリーン作戦

日時：11月13日(日) 9:00~11:00  
場所：茨木市街  
持参品：ゴミ袋・軍手・ゴミはさみ  
服装：マスク・水色ベスト着用  
担当：鹿野

### ドー楽園 野菜販売

日時：11月13日(日) 11:00~  
場所：事務所ビル1F  
(クリーン作戦閉会式後)  
販売品：芋各種(菊芋・さつま芋つる他)

### 脳トレイングリッシュ

日時：11月26日(土) 14:00~  
場所：事務所  
担当：布川

### シニア介護サポーター養成講座

日時：12月13日(火) 13:15~14:15  
場所：中条公民館 (前半)  
内容：日常生活支援  
ごいっしょサービスでの対処方法  
講師：奥村  
時間：14:30~16:00 (後半)  
内容：緊急時の対応と応急手当  
(緊急事態発生時の連絡手順ほか)  
講師：茨木消防署消防士  
担当：研修

### シニア介護サポーター養成講座

日時：11月15日(火) 13:20~  
場所：ナルク事務所 (前半)  
内容：在宅での介護の基本と心得  
寝たきりにならない為の実技  
講師：竹村・梅木・牛木  
(終了後中条公民館に移動)  
時間：14:30~ (後半)  
内容：認知症の理解と対応・実技  
講師：牧野  
担当：研修

### アンチエイジングの会

ウサギ(干支)の色紙を作ります  
日時：12月3日(土) 13:30~  
場所：事務所  
材料費：200円  
担当：東條・牧野・杉本  
お友達に差し上げても喜ばれますよ♪♪



### お誕生会 (9月~12月生まれの方)

日時：12月17日(土) 13:30~  
場所：中条公民館  
\*体操・手品等々楽しい催しを予定しています  
誕生月でない方もお友達を誘ってぜひ  
ご参加ください♡♡♡  
申込：11月30日(水)までに  
担当：東・西・摂津ブロック

## 運営委員会報告・関連ニュース



### ☆議事・連絡事項など

- ① 新規支援照会:問合せ2件不成立。今後は支援体制を広く考慮して対応する
- ② 9月24日脳トレイングリッシュに高齢利用会員の方が娘さんと参加、素晴らしい語学力に関心しました
- ③ 11月13日(日)グリーン作戦開催予定。過去20年の実績もあって街がきれいになってきた
- ④ 11月15日(火) シニア介護塾<sup>®</sup> 2ヶ月要請講座開催予定:在宅介護の基本・寝たきりにならないための実技など
- ⑤ 12月17日(土)お誕生会開催予定。ほかに文化展などの企画提案もあり今後検討する
- ⑥ ブロック見直し案について:現在の母体は変えず中央・中央東を他ブロックに統合するなどをさらに検討する
- ⑦ 預託点の利用について:利用法についての提案を申し出てください
- ⑧ 12月16日(金)茨木西高校に於いて家庭科授業にナルクが参加して生徒との交流を図る
- ⑨ 合同委員会へブロック長・地区リーダー・コーディネーターに参加してもらうように声掛けをする
- ⑩ 定期預金解約後の有効活用について案があれば申し出てください

### ☆9月度の活動実績

活動区分	当月点数	累計点数	累計達成率	支援内容
時間預託	426	2540	118.1%	話し相手、PC指導、家庭内外援助、家事援助、見守り 外出介助、買物、食事作り、子育て支援など
奉仕活動	421	2361	77.4%	福祉活動、子育て支援、拠点活動、環境など
無点活動	37	193	—	交流会、同好会、本部活動など
受託事業	ご一緒:0件 日常生活:5件 10回、 サービスB:10件 43回			
預託点利用	8件15点	外出介助6点 買い物4点 庭の手入れ3点 病院との連絡1点 話し相手1点		

年末にむけて家の片付けなどありませんか？預託点を有効利用してください。

### 伝言板

- \* 11月13日開催のグリーン作戦に高槻・島本拠点より1名、箕面拠点から4名が参加されます。他拠点の活動内容を知る良い機会です。箕面拠点では、10月31日ハロウィンで仮装しながらPRを実施されました。楽しい企画を参考にしたいと思います。
- \* 5回目のワクチンをすでに済まれた方もあるようですね。皆さんのところにも接種券届きましたか？インフルエンザワクチンも始まり、次々と忙しいこのごろ、お互いに免疫力アップに努めましょう。



### ☆10月度の会員異動(敬称略)

入会会員	活動会員	—	利用会員	福田和佳子(山手台)、山口毅・明子(寺田町) 安藤義子(寺田町)
退会会員	(転出)高橋美幸・裕也(西中条町)			
今月末会員数	350名(女性会員226名、男性会員124名) 前月末348名 前年同月372名			

当拠点の賛助会員の皆様、いつもご支援・ご協力をありがとうございます(敬称略・五十音順)

〈法人〉 8件	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アシスタント(株)樋口忠明</li> <li>・いえだ歯科医院(家田靖丈)</li> <li>・(社)遠隔援護協会</li> <li>・きじ園(田北英紀)</li> <li>・済生会茨木病院</li> <li>・じんないケアセンター喜楽(浅野健一)</li> <li>・デイサービスセンター(ドゥライフ茨木)</li> <li>・土楽会</li> </ul>
〈個人〉 11件	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安孫子浩子</li> <li>・稲葉通宣</li> <li>・今井政治(いまい内科ハートクリニック)</li> <li>・小野川通江</li> <li>・元古隆一(北摂建材)</li> <li>・辰見 登</li> <li>・玉成佳子(焼き立てパン凜)</li> <li>・友次通憲</li> <li>・長谷川麻水</li> <li>・宮原正年(郷土料理九州)</li> <li>・若林三雄(魚庵すし若)</li> </ul>

### 会報設置場所

茨木市: いえだ歯科医院、茨木シルバー人材センター、オアシス平田、済生会茨木病院、シニアプラザいばらき、市民活動センター、社会福祉協議会、庄栄図書館、中央図書館、中条図書館、ハートフル、穂積図書館、ローズ WAM、街デйнаみき、水尾図書館

摂津市: コミュニティプラザ、社会福祉協議会、高齢福祉課

〈編集後記〉秋の気配が訪れ、旅にも出やすくなりました。全国旅行支援なども始まり、クーポンを手にいれてもなかなか使いこなすのが困難で少々せわしない旅になりそうです。

◎12月号は12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。