

ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

232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>

春日丘高校授業協力



「高齢社会を生きる」をテーマの授業協力は若い世代との世代間交流も兼ねています。高齢者の経験談から個を大切にしながら他との違いを認め合うことも目的のひとつです。

☆感想文 3 (2年生)

下川さんの話を聞いて、人生はいろいろな事が起きて面白いなと思った。

自分の好きな趣味を持つことや、運動すること、たくさんの人と関わって交流することが健康に生きる秘訣だと感じた。還暦は聞いたことがあったけれど77, 88, 99でも言葉があるのを初めて知った。ボランティア活動にもいろいろな種類があって、保護司というものが職業ではなくボランティアで驚いた。

NALCは全国に102拠点、海外に4拠点もあるNPOボランティア団体だということが分かった。

子育て支援や高齢者支援、病院ボランティア、施設ボランティアなど幅広く活動していてとても大変そうだけれどその分やりがいも大きくて退職した後の良い生きがいになりそうだなと思った。また、趣味で交流したり、イベントなどもあって楽しそうだなと感じた。ボランティアはやり始めるのに時間がかかるイメージだったけれど、意外と簡単な手順でできると知って自分もいつかはやってみようかなと思った。

しかもNALCは時間預託制度で、ボランティアした時間を点数で貯めておき自分や配偶者、両親に支援が必要になった時引き出してボランティアを利用できるのがとてもいいなと思った。これなら自分だけが人助けし続けるのではなく、いつか自分に利益が回ってくるのでボランティアの人たちのやる気UPにつながるなと感じた。

(講師/下川尚伸)

☆感想文 4 (2年生)

今までこんな本格的なボランティアの組織があるとは知らなくて興味が湧いたので、高槻のも探してみようかなと思った。

高齢社会である今、自分たちは税を納め、そこから多くの高齢者に年金が配られています。自分が高齢者になった時、果たして税を納める方(高齢社会を支える若者)は十分にいない、十分に年金を受け取る事ができないんだという話を聞いたことがありました。だから、高齢者を若者が支えるという考え方しかもっていませんでした。

ですが「高齢者を元気な高齢者が救う」という考えがとても素晴らしいと思いました。

若者がいないから「どうしよう」ではなく「なら同世代が助ける」というように不安に思うのではなく行動に移すことが大事だと思います。

ロールプレイングでは自分は鳥(キツツキ)が木にとまっている絵でしたが、普段から一緒にいて性格が合うなと思っていた子でも自分と考え方が全く違ってすごく不思議で面白かったです。

友達でもこんなにちがうのだから、初対面の方や年代の違う人はきっと育っている環境も違ってもっと逆の考えを持っているのだろうと思いました。だから、接するとき自分の良いと思うことはもちろんですが、それプラス相手の状況になって考えたり、表情などをしっかり読み取ったりお互いの言葉で伝えあって最善の関わりをできるように心掛けたいです。(講師/石田あけみ)

定期総会のご案内

日時：5月30日(月) 13:30～

場所：中条公民館

ご案内・議案書は会報5月号と一緒にお届けします。

事務局

☆ふるさと紹介 (岡山県)

「はよー、しねー」と言われるとドキッとしますね。岡山ではノロノロしていると言われますよ。「早くしなさい」という意味です。お笑いコンビ千鳥のおかげで岡山弁もかなり知られるようになりましたが、まだまだマイナーでしょう。

岡山は中国山脈と四国山脈に囲まれ、日本一晴れの日が多いと言われ温暖な気候に恵まれています。私はそんな岡山の西南部の井原市の出身です。

小田川の桜は名所として歴史も古く、4月には河原一面に花見の宴席ができ子供心にも楽しく忘れられない風景です。

繊維産業が盛んで、国産ジーンズ発祥の地でもあり地味ながらポテンシャルの高い県、それが岡山です。日本三大まんじゅうの一つと言われる「大手まんじゅう」はまさに岡山の味、地味すぎる見た目を裏切るおいしさで是非お試しください。

温暖な気候に恵まれ白桃・葡萄・メロンは日本一と思っています。

瀬戸内の鯛・鱈・平目・渡り蟹・シャコも最高です。私が美味しいものへの興味が尽きないのも瀬戸内海に面した岡山というバックグラウンドのお陰です。

郷里で暮らした年月より転勤族の暮らしがずっと長くなり、たまに帰省する郷里の変化に戸惑うことも多いですが地元の友達との交流は今でも宝物です。

(山手台 奥村妙永子)



☆お誕生会 3月16日(水) 13:30~16:00 参加者 32名

体をほぐし、「誕生日の方生まれ育った故郷について発表してください」と言われ、色々な方の発表を聞き、涙する場面や笑いもありました。

私は鹿児島県薩摩半島の^{しもこしきしま}下甕島で育ちました。

きれいな砂浜があり、海亀も産卵のために上陸します。小さな頃は網上げされたキビナゴをよく拾いにいった記憶があります。またわら草履を履き磯で海藻とりなどもし、ところてんなどよく食べました。

小さい頃のおやつは、自然のものが多く、ヤマモモ・グミ・シノミ・梨・ザクロなど…。母のさつまいもで作る芋飴は最高でした。その反応で島を離れると甘いもの好きになり今や育ちすぎました。(笑い)

かのこゴリの自生地でもあり、百合草原では初夏になると草原いっぱい咲き乱れ甘い香りを漂わせています。昔ながらの武家屋敷の名残もあります。

ウミネコの餌つけ体験、海岸から投げ釣り、磯釣り、船釣りなども楽しめメジナ・石鯛・アオリイカなどが釣れます。

今回誕生会に参加させて頂き、脳トレゲームや体操なども楽しく故郷の話は凄く懐かしく、色々な場面を思い出しました。楽しい企画をして頂き有難うございました。

(摂津 峪 良子)



☆ミニフェスタ 3月20日(日) 11:00~ ナルク参加者27名

前日の雨も上がり、まずまずのお天気のもと久しぶりにイバラボ広場での市活主催のミニフェスタに参加しました。恒例となった検温や消毒を済ませ、22団体の趣向を凝らした自己紹介がありました。その間にも子供たちは綿菓子をはおばり、大人は掘り出し物を探す光景があちこちで見られました。

当拠点は会員さんからのたくさんの提供品、ドー楽園の大根漬物など所狭しと並べ黄色の旗のもと、にわか売り子となって売り上げに大いに貢献しました。

コロナ禍でイベントが中止や延期になることが多く、外で楽しい時間を共有できる機会が少なかったこの2年を思うと地域交流の良い「時と場」になりました。

茨木市議の稲葉道宣氏が当日の参加がきっかけで賛助会員になっていただきました。(PR 部門)



城端曳山祭り



訂正

3月号掲載のふるさと紹介“城端曳山祭り”の写真が間違っておりました。

また、山田稔さんの町名は寺田町でした。

お詫びして訂正いたします。

会報

行事予定

月	日 時	行 事 等	会場等
4 月	3 日(日) 11:00	お花見	桜通り
	7 日(木) 10:00	三役会	事務所
	8・21 日 13:00	IT で遊ぼう	事務所
	9・23(土) 10:00	パッチワーク	事務所
	9 日(土) 13:30	絵手紙の集い	事務所
	11 日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	23 日(土) 13:30	地域交流	チラシ参照
5 月	8 日(日) 9:00	グリーン作戦	チラシ参照
	12 日(木) 10:00	三役会	事務所
	12・26 日 13:00	IT で遊ぼう	事務所
	14・28(土) 10:00	パッチワーク	事務所
	14 日(土) 13:30	絵手紙の集い	事務所
	16 日(月) 13:30	合同委員会	中条公民館
	17 日(火) 13:00	支援スキルアップ研修会	市活センター
	22 日(日) 10:30	みんな集まれボランティア	IBARAB 広場
	30 日(月) 13:30	定期総会	中条公民館

☆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。

おしどりコーナー

かぶマリネ



材料

カブ 2 個, ニンジン 1 本, 胡瓜 1 本, キャベツ 少々, セロリ 1 本, 大根 太め 5 cm, 山芋, お好みでキャベツ倍量

作り方

- ・カブ、キャベツ以外は 4~5 cm 長さ(ニンジン少し薄く)の拍子切り, キャベツは小さくちぎる。カブは半月切り。
- ・山芋を除き切った野菜をボールに入れ塩大匙 1 をまぜ重石をせず 1 時間おく。
- ・野菜の水気を軽く搾り山芋と共にジップロックに入れべんり酢を野菜の 6~7 分目まで注ぎ冷蔵庫へ。甘酢が回るように時々上下をかえす。
- ・5~6 時間で食べられる。
- ・漬物ではなくサラダとして 5 日間位で美味しく食べられる。
- ・生姜の薄切りや茗荷を入れると風味が出る。(シェフ:竹村)

地域交流 チラシ参照

ナルク活動を紹介しながら地域の方と交流しましょう

4 月 23 日(土) 13:30~16:00

場 所 : 三島コミセン

内 容 : パネル展示・ナルク紹介の DVD
作品展示(絵手紙・パッチワーク)

担 当 : PR 部門 吹

グリーン作戦 チラシ参照

5 月 8 日(日) 9:00~11:00

場 所 : 茨木市街

持参品 : ゴミ袋・手袋・ゴミバサミ

服 装 : 水色ベスト着用

申込み : 4 月 15 日まで

担 当 : 青木・山近和

支援スキルアップ研修会

5 月 17 日(火) 13:00~15:00

場 所 : 市民活動センター(2F 会議室)

内 容 : 支援への質問、悩みなどを一緒に考えていきましょう

講 師 : 石田あけみ氏

担 当 : 研修



みんな集まれボランティア

5 月 22 日(日) 10:30~15:00

場 所 : IBARAB@広場

販売品 : 干し椎茸、海苔、採りたて野菜

提供品(新しい衣類、食器など)

5 月 16 日までに事務所へ!!

(5 月会報にてチラシ配布)

担 当 : 八木・佐藤明

事務所ならびに近隣施設利用について!

4 月より研修室が使用できなくなります。

会議、打合せ、サークル活動など、事務所および近隣の施設(中条公民館・市民活動センター・コミュニティセンター・クリエイトセンター・福祉文化会館など)を利用する場合は、予約ミスや行き違いなどを防ぐため事前に事務局に申し出てください。

* 公民館など : 抽選 4 ヶ月前、空き部屋予約 3 ヶ月前から全て事前ネット予約となります。

* コミセン : 抽選 7 ヶ月前、空き部屋予約 6 ヶ月前 (事務所に用紙があります)

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: 問い合わせ2件 * 成立1件(家事支援他) * 子育て支援は内容を検討の結果不成立
- ② 地域交流会(三島コミセン)が4月23日(土)13時30分から開催される。パネル展示・ナルク紹介のDVD
- ③ クリーン作戦が5月8日(日)実施される(チラシ参照)
- ④ 昨年度の入会会員を対象にスキルアップ研修が5月17日(火)実施される。また今後は一般会員対象にシニア介護サポーター養成講座、コーディネーター研修の開催も予定しています
- ⑤ コーディネーターの区分けが承認されました。トータル:石田、小松・北地域:立野、吹・南地域:伊田、松下
- ⑥ 高畑名誉会長お別れ会が2月28日に行われ当拠点から4名が参加した
- ⑦ 4月より研修室の利用が出来なくなります。事務所及び近隣施設の使用計画の提出をお願いします
- ⑧ 来年度予算案が承認された
- ⑨ 会員様から寄付を頂きました。会のために活用させていただきます。有難うございました。

☆2月度の活動実績

活動区分	内容	当月点数	累計点数	活動者(敬称略・五十音順)太字は当月新規
時間預託	家庭内外援助、家事援助、見守り 外出介助、買物、食事作りなど	295	3491 79.3%	青木啓,秋貞,新井,有澤,池原洋,池原美,石田, 伊田,井上ま,伊藤美,入江靖,上田久,上村,牛木, 梅木,浦久保,大野,岡,奥村,川口,河野,川本, 神田,合野,小松道,小松励,坂部,佐藤明,下防, 下川,杉本,瀬川,扇間,竹村,立浪,立野,田中正, 田中治,谷口,椿博,東條,遠山,中川,中道,布川, 野口,橋本,花立春,比村,吹,牧野,待谷,松下, 宮地,向公,向井と,森脇,八木,山田淳,山近清, 山近和,山本義,吉田敦
奉仕活動	福祉活動、子育て支援、拠点活動 環境(グリーン作戦など)	287	3301 43.4%	
無点活動	交流会、同好会、本部活動	53	377	
受託事業	ご一緒: 4件10時間 日常生活: 5件8回 サービスB: 4件27回 合計収入: 41,650円			
預託点利用	3件6点	庭の手入れ1件 住宅掃除1件 パソコン指導1件		

・2月の活動は提供活動、奉仕活動ともに先月に比べやや増加しました。

・Sさんはいつも自宅に咲いたお花を事務所にそっと飾ってくださいます。無機質な部屋が花一輪でホッとします。

☆3月度の会員異動

入会会員	活動会員	—
	利用会員	—
退会会員	(他拠点へ転出):木田房子(橋の内)	
今月末会員数	359名(女性会員 229名、男性会員 130名) 前月末360名 前年同月388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)

*賛助会員の原田 平氏(摂津市)が逝去されました。ご冥福をお祈り申し上げます

<法人> 9件	・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> 11件	・安孫子浩子・稲葉通宣・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・玉城佳子(焼き立てパン凜)・友次通憲・長谷川麻水 ・宮原正年(郷土料理九州)・若林三雄(魚庵すし若)

茨木市議の稲葉通宣氏が賛助会員としてご協力していただくことになりました

会報設置場所 茨木市: ローブ WAM、ハートフル、中央図書館、中条図書館、水尾図書館、庄栄図書館、社協
穂積図書館市民活動センター、済生会茨木病院、いえだ歯科医院、オアシス平田
シニアプラザいばらき、街デ INA みき、茨木シルバー人材センター

摂津市: 社協、高齢福祉課、コミュニティープラザ

◎5月号は5月9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

《編集後記》

まん延防止措置が解除され、あちらこちらでは桜満開の便り～、ナルクの行事も多く計画されています。

今をうーんと♪ 楽しみましょう(勿論気を付けながら) 来月も笑顔の皆さんと共に、楽しい紙面づくりをしていきたいと思ひます。ご協力宜しくお願いします。(T)