



282号



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>

阪神・淡路大震災記念 「人と防災未来センター」体験見学会



研修担当 八木 榮

☆10月17日(火) 10:00～ 参加者10名

阪神・淡路大震災は日本のボランティア活動、NPO法人設立の原点。私たちナルクもその団体の一つと思っています。

阪神・淡路大震災以降(1995年1月)、東日本大震災(2011年3月)、熊本地震(2016年4月)、大阪北部地震(2018年6月)と日本は災害大国です。常に災害発生の危機があります。

自然災害はますます増えています。被害を少なくするには身を守る情報収集(避難)、普段の備えそして早く行動することを展示や映像を見て改めて気付かされました。

4階震災追体験フロア：災害直後の街並みをジオラマ・シアターの大型マルチスクリーンでビルの倒壊、電車脱線(阪神電車)、阪急伊丹駅倒壊、西宮病院病棟倒壊、長田木造住宅火災、阪神高速道路倒壊でバスが宙ぶらりん状態などを大音響で体感し、恐怖の一瞬を垣間見ました。

3階震災記憶フロア：震災当時の関係資料展示、震災から復興へ。

2階防災、減災、体験フロア：建造物の防災、減災、地盤沈下、木造家屋倒壊、液状化現象の実験など見ながらボランティアさんとのトークで理解が深まりました。

ジオラマ&スカイホールといくら見ても時間が足りないほど広い施設でした。修学旅行の見学コースにもなっており、学生にも防災意識を高めてもらおうとしています。

大阪にも天王寺に同様の施設がありますので、ぜひ一度立ち寄ってみてください。

研修では、また今後もこのような企画を予定しています。是非ご参加ください。

☆神戸「人と防災未来センター」に行ってきました。

建物は新しくきれいでステキでした。3階ジオスカイホールで自然現象のメカニズムと自然災害が結びつく地震の映像をみました。

地震によって、分単位で映しだされる津波がこんなに早く家を壊したり、高速道路が壊れ、車が落ちたり線路が曲がったりなど、現実にも起こったことなんだと思うと怖くてたまりませんでした。

自然災害はいつ来るかわかりません。私は普段から速報がでたら、いつでも安全な所に避難しようと思っています。食品、水など確保することが大事なんだと思います。

(三島町 廣瀬美佐子)



人と防災未来センター

《災害は今この瞬間に起こるかもしれません!!》

日頃の備えをしておきましょう



- ・水(3日分)
- ・食料品(乾パン)
- ・懐中電灯
- ・充電器
- ・タオル 等々



ハザードマップを確認しよう

下記の議題について活発な意見が出されたので報告します。

- ① 預託点数制度の現状と課題について
 - ・高齢化のため利用できない現状がある
 - ・バザーの時に使う。子供、孫などにも利用できるような柔軟に対応してほしい
 - ・会員が講師になって講座を開催し参加費を点数で賄う
 - ② ブロック交流会開催について
 - ・各ブロックで開催に温度差がある
 - ・定期的で開催されているブロックではコミュニケーションがとれている
- ※点数利用については、北摂地区連絡協議会から本部へ要望・提案する予定

支援日誌



ある秋の夕方、Sさんから緊急の電話が入り、長男のT君(小学2年)が発作を起こし、呼吸困難となり、弟のKちゃんを連れて救急車で高槻の病院へ向かっているとのこと。緊急の電話はT君が入院になりそうで、幼児連れの付き添いは認められないため、弟のKちゃんを自宅で見してほしいとの依頼でした。仲間のFさんとSさん宅へ走りました。

SさんはタクシーでKちゃんを連れ帰り、私たちに預け、すぐさま病院へ戻っていかれました。その時Kちゃんは眠っていたのですが、目覚めるとお母さんを探し、泣き止みません。Fさんと私はKちゃんの背中をさすったりトントンしたりと必死になだめました。夜十一時すぎになってSさんのお母様が東京から新幹線で駆けつけて来られました。おばあちゃんの声聞きつけ、満面の笑みで駆け寄り腕に抱かれたKちゃんの姿を見て私達も安心して帰宅しました。

T君は幸い、一晩の入院で翌日退院、そのあとは今までの支援に戻りました。

T君には障害があり、毎朝支援学校のバス停まで車椅子でお父さんが送っていました。ところが、お父さんが転勤で他県へ単身赴任となり、お母さんがバス停までT君を送っていくあいだ、弟のKちゃんを自宅で見守って欲しいと、私たち7名のメンバーが月曜日から金曜日の朝八時に訪問していました。時間厳守は当然のこと、前夜は緊張し眠れないこともありました。他のメンバーも同じ思いだったと思います。SさんはT君のちょっとした行動や振る舞いにも喜び、それを伝えてくれます。その時、関わっていて本当によかったと思います。

私たちの子育て中は、近所の方々に助けられたものですが、最近の助け合いは薄れているようです。ナルク活動が近所の助け合いの一助になればと思います。

その後コロナ禍の中、お父さんが赴任先から在宅勤務となり、今ではT君はお父さんに見守られながら、歩いてバス停まで向かっています。支援は休止しておりますが、Sさんは今でもナルク会員です。そしてT君は高等部2年生に、K君は小学校3年生になりました。(中穂積 宮地文子)

☆歯科研修 10月22日(日) 10:00~11:40 参加者8名

いえだ歯科医院長による口腔ケアの講習会がローズ WAM で開催され「意外と知らない呼吸の大切さ」として口呼吸のデメリット・鼻呼吸のメリットについて説明があった。

また「病気も健康も夜作られる」「酸素と栄養の関係」「口呼吸より鼻呼吸が良い理由」などについても詳しく話された。定期的に受診していても、なぜ虫歯になるのか?口呼吸が良くないのか?舌の位置が呼吸と関係があるなど知らないことや今更聞けないことなどを丁寧に説明され理解できた。また多くの情報から何を参考にするかは、「自分が腑に落ちるかどうかで判断する」と言われたことはなるほどと思った。

歯科衛生士からはポイックウォーター(電解機能水)を使って口の中の汚れを確かめる実験をした。磨いているようで磨かれてない現実に驚いた。短時間ではあったが有意義な講習だった。

(沢良宜東 石田あけみ)

☆イオンスタイル「からくり広場」でハンドマッサージを実施

大池・中津地域包括センターによる福祉相談の一環としてナルクが参加しハンドマッサージをしました。

10月29日(ナルク8名)参加者37名、

30日(ナルク5名)参加者28名

(PR 部門)



行事予定

月	日 時	行 事 等	会 場 等
11月	4日(土) 13:00	健康マージャン	事務所
	9日(木) 10:00 13:30	シニアカレッジ講座 三役会	シニアプラザ 事務所
	9・10日 10:00	リーダー研修	ナルク本部
	9・22日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター 喜楽
	11・25日 10:00	パッチワーク	事務所
	11日(土) 10:00 13:00	市民講座 絵手紙の集い	済生会病院 事務所
	13日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	15日(水) 13:00	IT・スマホで遊ぼう	事務所
	18日(土) 10:00 13:30	なごみ アンチエイジングの会	事務所
	21・22日 10:30	春日丘高校授業協力	春日丘高校
	23日(木) 10:00	蹴鞠見学	阿為神社
	25日(土) 14:00	脳トレイングリッシュ	事務所
	26日(日) 9:00 12:00	グリーン作戦 ミニバザー	市街 事務所
12月	7日(木) 10:00	三役会	事務所
	7・21日 13:30	IT・スマホで遊ぼう	事務所
	9・23日 10:00	パッチワーク	事務所
	9日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	13日(水) 13:30	歌おう会	中条公民館
	16日(土) 10:00 13:30	なごみ 健康マージャン	事務所
	18日(月) 13:30	運営委員会	おにクル 7F
	23日(土) 13:30	お誕生会	おにクル 7F

おしどりコーナー

俳句
盛大に蔵出す太鼓 秋祭
秋の蚊に まどへる宵の 石切場
徳積台 田中浩美

短歌
われは実を 揚羽は子孫を 得るために
庭のミカンの 一樹分け合う
安元 田中光夫

よりそいて 二輪咲きいる 彼岸花
野の片すみの 花明かりする
耳原 牛木紀子



11/26 おにクル オープン

☆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。

アンチエイジングの会

日時：11月18日(土) 13:30～

場所：事務所

内容：腰痛・膝痛などの対処
ポインセチアリース作り
川柳

会費：100円

担当：東條・牧野・杉本



阿為神社へ蹴鞠見学

日時：11月23日(木) 10:00～

集合場所：ジャパン耳原店前

*希望者は蹴鞠見学の後、山手台から大門寺
まで紅葉狩りへ

問合せ：北ブロック(佐藤明・立野)

歌おう会

みんなで一緒に歌いましょう

日時：12月13日(水) 13:30～15:00

場所：中条公民館

会費：100円

申込：不要

担当：小松

☆グリーン作戦 チラシ配布済

11月26日(日) 9:00～11:00

場所：茨木市街 持参品：ごみ袋・はさみ・手袋
服装：ナルクへ着用
申込み：11月13日まで
担当：小松・鹿野

☆ミニバザー チラシ配布済

11月26日(日) 12:00～15:00

場所：事務所廊下

提供品：日用品、陶器、衣料品(未使用)

持込：11/10～11/17日まで

ご協力お願いします

・椎茸・のりの販売もあります

・ドーナツの採れたて野菜も販売

担当：佐藤明子

お誕生会 9月～12月生まれの方

日時：12月23日(土) 13:30～15:30

場所：おにクル 7階 第2会議室

申込：12月1日(金)まで

担当：摂津・東・中央ブロック

参加お待ちしております!!



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:3件、成立2件(サービスB)、保留1件
- ② 9月14日北摂地区連絡協議会(会計・入力)が開催され、データ管理・インボイス制度についての質疑があった
- ③ 9月16日4月～8月生まれの方対象のお誕生会があり24名が参加し、楽しいひと時を過ごした
- ④ 10月4日北摂地区連絡協議会が開催され、発展プロジェクト・預託点数制度・拠点運営等意見交換をした
- ⑤ 10月29日・30日イオン(中津町)からくり広場にてハンドマッサージを行った
- ⑥ 11月9日(木)シニアカレッジ講座が開催予定、DVD等でナルクの紹介をする
- ⑦ 11月9日・10日本部リーダー研修が開催予定、拠点から瀬川氏が出席
- ⑧ 11月11日済生会茨木病院で市民講座開催予定(14名参加予定)
- ⑨ 11月21日・22日春日丘高校授業協力が行われる(講話と車椅子研修)
- ⑩ 拠点小委員会の委員が推薦、承認された(現三役・山田・池原・東條・上田展・奥村・杉本各氏)

☆9月度の活動実績 (提供活動、奉仕活動共に先月より増加した)

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	467	2603	103.3%	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	404	3281	125.7%	福祉活動、子育て支援、拠点活動、環境など
無点活動	186	900	—	交流会、同好会、本部活動など
受託事業	高齢者ごいっしょサービス:2件 8時間 ひとり暮らし等日常生活:5件10回 訪問型サービスB:16件 64回			
預託点利用	6件 50点	買物18点、相談助言10点、外出介助8点、話し相手4点、住宅清掃4点、 庭の手入れ3点、パソコン指導3点		

年賀状を募集しています

利用者さんや最近お会いしない方々へ年賀状を届けます。

11月30日(木)までに、事務所に届けてください。

11月11日(土)に絵手紙の集いでも描いていますのでご参加ください。
ご協力よろしく申し上げます。

担当：事務局



☆10月度の会員異動(敬称略)(今月は転居が2世帯あり)

入会会員	—	退会会員	—
今月末会員数	341名(女性会員 224名、男性会員117名) 前月末 341名 前年同月 350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〉 6件	・アシスタント(榎樋口忠明) ・いえだ歯科医院(家田靖丈)・じんないケアセンター喜楽(浅野健一) ・済生会茨木病院 ・(社)遠隔援護協会 ・デイサービスセンター(ドゥライフ茨木)
〈個人〉 9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) ・辰見 登 ・佐々木拓哉(気楽料理だい) ・玉成佳子(焼き立てパン凜) ・友次通憲 ・長谷川麻水 ・若林三雄(魚庵すし若)

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、街デイなみき、水尾図書館、南茨木多世代交流センター

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〉

今年の紅葉は夏の猛暑の影響で例年に比べて見ごろも遅れたり、色づきなども変わるかも知れません。それでも紅葉の名所は外国人観光客も増え賑わうことでしょう。

ゆとりを持って紅葉狩りを楽しみたいものです。(H・I)

◎12月号は12月5日(火) 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。