



284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>



## 新年明けまして おめでとうございます



### 《ナルク発展プロジェクト答申書についての報告》 4 提案の内容について

#### 1 仲間を増やす「ナルク」

新しい仲間づくりへの挑戦→QRコード入りカード及びマスコットキャラクター作成活用

内容・イベント、会報誌、ホームページなどのPR活動に使用

#### 2 会員の繋がりを深めあう「ナルク」

同好会活動の全国大会「ナルリンピック」の開催→会員の繋がり、一体感から活動増進の原動力とする

内容・継続的な開催を目指し「憩いの場」「発表の場」「つながりの場」とする

・2024年11月開催予定(会場は大阪、全国をZoomでつなぐ)

#### 3 信頼できる仲間だからこそ「ナルク」

ナルクあんしん生活支援事業→高齢者単独世帯への支援

内容・日常生活支援サービス、死亡時あんしんサービス、書類等預かりサービス

#### 4 地域から頼られる「ナルク」

地域とナルクの連携の深化→地域になくてはならない存在になる

内容・永続的発展のための新しいナルクの姿「主体的に地域をサポートするナルク」を目指す

\* ナルク発展プロジェクト実行委員会体制は下記の5部門

・「新しい仲間づくり」「ナルリンピック」「安心サポート」「地域との連携」「財政委員会」

### 新年懇親会～新しい年を仲間と共に～

日時：1月29日(月) 12:30～14:30 場所：おにクル 7F 会議室 2

参加費：2500円(昼食あり)

申込：1月22日(月)迄

担当：事務局

\* 多くの参加をお待ちしています!!



## ☆ふるさと紹介 (和歌山県)

グーグルアースで和歌山県を見ると殆ど木で覆われ海岸まで山が迫り平地が少ないのが目立ちます。森林面積率 76.4%日本 6 位だそうです。農業にも工業にも適した土地が少ない中で和歌山県民はどのような生き方をしているのか硬軟取り混ぜ府県別ランキング日本一のものを並べると柿・みかんの生産量、バイク普及率、軽自動車普及率、カラオケボックス数、自営業者数、おもちゃ屋さんの数、学習塾の数、プロ野球投手、監督、コーチの出身地、空き家率等がある。

例えばバイクや軽自動車の普及率が高いと言うことは、狭い道路が多く公共交通機関が少ないから、自営業者が多いのは大企業が少ないから、プロ野球の投手が多いのは人の意見をあまり聞かないでわが道を行く性質の人間が多いから、おもちゃ屋さんや学習塾が多いのは、子供に期待している人が多いから、空き家率が高いのは住民の高齢化が急速に進んでいるから、これらの事から和歌山の事を少し分って頂けたでしょうか？

(南春日丘 大谷武蔵)



## ☆歌おう会 12月13日(水) 13:30~15:00 参加者9名

ぽかぽか陽気の暖かな午後「幸せなら手をたたこう」で始まりたっぷり12曲を歌いました。冬の歌、若い頃を思い出す歌、星がきれいに見える今にぴったりな歌、クリスマスの歌、SSメンバーもサンタクロースの帽子やトナカイのカチューシャをつけて盛り上げてくれました。

次回 3 月は「おにクル」で歌えるかもしれません(抽選で会場が取れますように)。皆さん是非参加しましょう。大きな声で歌うのは楽しいですよ。

(穂積台 小松励子)

## ☆茨木西高校家庭科 「食の交流会に参加して」 12月19日(火) 13:30~ 参加者5名

地域別のテーブルに案内され、クイズとカルタを楽しみましょうとの説明。部活なので男子生徒も数人。食品の成分や栄養素は半世紀前とほぼ変わらず簡単ですが、カルタの取り札が小さい!! 絵も文字も小さく苦戦。ゲームを楽しんだ後は、動画を見ながら苦労して焼いたというカステラとお茶で夢や希望の談笑。楽しい時間はあっという間に。

翌日、事務所当番をしていると、西高校の校長先生から「昨日は有難うございました。これからもよろしく」とお電話をいただき、大変楽しかった旨、特に「カステラを温めて食したらメチャ美味しかった」と伝えると「生徒も喜ぶと思います。有難うございます」

若い人との交流でボランティアへの風穴が開けられたら素敵だと思います。

(松ヶ本町 吉田敦子)

## ☆お誕生会 12月23日(土) 13:00~15:30 参加者36名

【次なる茨木】の象徴とも言うべき『おにクル』で誕生会を晴天のなかで行いました。

総勢36人(誕生月14人・新会員3人含む)の参加者で会議室は外の寒さを感じさせない熱気でした。山田さんの挨拶で始まり「ハッピーバースデーの歌」、誕生月・新入会員の方達の紹介と続きました。

その間、各テーブルでは久しぶりにお会いする方々との会話に花が咲き皆さんの熱気が段々と大きくなってきていました。

この丁度いいタイミングで各テーブル対抗の新ゲームを行い(この新ゲームお手玉ビンゴとモルックは体と頭を使って行うので

脳の活性化を促します)みんなワイワイ・ガヤガヤと時間のたつのも忘れ熱中しました。

楽しい時間はあっという間に過ぎ「幸せなら手をたたこう」の歌で閉め、その後ゲーム勝利者グループの表彰式、池原さんの閉会の挨拶と続き「新年会でお会いしましょう」の言葉をかけ合って『おにクル』を後にしました。

(鮎川 松下ゆり)





行事予定

月	日 時	行 事 等	会 場 等
1月	11・25日 13:00	IT・スマホで遊ぼう	事務所
	13・27日 10:00	パッチワーク	事務所
	13日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	18日(木) 10:00	三役会	事務所
	20日(土) 10:00	なごみ	事務所
	20日(土) 13:00	健康マーじゃん	事務所
	23日(火) 13:30	運営委員会	中条公民館
29日(月) 12:30	新年懇親会	おにクルTF	
2月	3日(土) 13:00	健康マーじゃん	事務所
	8日(木) 10:00	三役会	事務所
	8・22日 13:00	IT・スマホで遊ぼう	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
	14日(水) 13:30	講習会(防犯他)	中条公民館
	17日(土) 10:00	なごみ	事務所
	17日(土) 13:00	アンチエイジング	事務所
	19日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	24日(土) 14:00	脳トレーニングリッシュ	事務所
26日(月) 13:00	歩楽人クラブ観梅	万博公園	

おしどりコーナー

俳句  
着付け終え帯を叩いて 初鏡  
参道の 出店氏子や 初詣  
徳積台 田中浩美

短歌  
元旦の 空ひとしきり 行く雲の  
かけらのように 雪のこぼれる  
新郡山 杉本政代

川柳  
ボランテア するもされるも 高齢者  
厚化粧 笑う亭主は 薄毛症  
シルバー川柳より

☆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。

講習会

日時：2月14日(水) 13:30~15:00  
場所：中条公民館 大ホール  
内容：防犯、詐欺について  
自転車のマナーなど  
講師：茨木警察署  
生活安全課:防犯係・交通課  
持物：名札  
担当：研修  
\*身近な問題です。たくさんの方々の参加をお待ちしています。

脳トレーニングリッシュ

2月24日(土) 14:00  
場所：事務所  
内容：簡単で楽しい日常会話  
担当：布川



歩楽人クラブ 観梅のお誘い

2月26日(月) 13:00~  
集合場所：万博公園東口  
雨天中止!  
担当：吹・瀬川



クイズ

☆ピンク、ブルーの各マスに文字を入れて!! (答えは4面に)

	得		貸	
見		出		試
	有		任	



令和6年能登半島地震で被災された地域の方々にお見舞い申し上げます。  
当拠点においても多数関連ある会員の方々がおられます。  
一日も早い復興をお祈ります。

# 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:7件、成立1件(日常生活掃除)、保留1件、不成立5件(遠方、長時間育児)
- ② 11月26日グリーン作戦が行われ8団体267名参加、閉会式場でのごみの分別に課題が残った
- ③ 11月26日ミニバザーが開催されたが参加者が25名と少なかった。売り上げは財政に寄与した
- ④ 拠点小委員会を1月運営委員会後に行う予定
- ⑤ 本部より「ナルク発展プロジェクト」の答申書が届きました(1面参照)
- ⑥ 立命館大学生より時間預託点数利用についてアンケート依頼があり現在実施
- ⑦ 当拠点設立30周年に向けてポスターなどの準備を計画する

## ☆11月度の活動実績 (提供活動、奉仕活動共に先月とほぼ横ばいであった)

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	399	3427	102.0%	住宅清掃、話し相手・傾聴、庭の手入れ、外出介助 PC 指導、事務所当番、講師など
奉仕活動	587	4308	123.8%	拠点活動、登下校見守り、自治体活動、道路の清掃など
無点活動	204	1261	—	歩楽人、健康マージャン、なごみ、パッチワーク、歌おう会 絵手紙
受託事業	高齢者ごいっしょサービス:1件 4時間 ひとり暮らし等日常生活:4件 8回 訪問型サービスB:13件 57回			
預託点利用	6件 10点	庭の手入れ 6点、住宅清掃 4点		

## 伝言板 ドゥライフ お手伝いのお願い!! (エプロン持参)

10:00~12:00 入浴後のお茶出しとヘアードライ

12:15~13:15 配膳のお手伝い

14:30~15:30 おやつ時のお手伝い・話し相手

支援者は 直接ドゥライフへ行くか、または事務所の予定表に記入してください

実績表は 奉仕活動 福祉(12ドゥライフ)に記入

## ☆12月度の会員異動(敬称略)

入会会員	—
退会会員	(一般退会) 田久(大池)、今井良一(南春日丘)、浦久保尚義(白川) (支援終了退会) 堀川夏江(宿久庄)、野村妙子(水尾) (死亡退会) 清水ひとみ様(新郡山) 謹んでお悔やみ申し上げます
今月末会員数	336名(女性会員 222名、男性会員114名) 前月末 342名 前年同月 345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〉

拠点が発足して29年、多くの会員の努力の結果地域の方に感謝されて今日まで来られました。

今後いっそう会員同士語り合い、きずなを深め、地域の立場にたって活動し、夫々がやりがい、生きがい  
を持てる一年になればと思います。今年もご協力よろしくお願ひいたします。(M・S)

◎2月号は2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。

クイズの答え

る
す