



286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>



2023年度の活動方針を振り返って

代表 石田あけみ

2019年からコロナ感染症で停滞していたナルク活動は2022年からやっと正常に戻ってきました。しかし会員数減は止まらず、また会員の高齢化も1年に平均年齢が1歳増える状態は変わらず続いています。この傾向はボランティア団体全体に見られます。そして短期的な災害ボランティア以外では無償ボランティアから有償ボランティアへと意識が変化しているのが現実です。

1. 継続する組織を目指して

コミュニケーションをとっていく方法として、ブロック交流会への三役参加を挙げたが、開催していないブロックが多く開催のための声掛けを怠っていたと反省している。同好会は事務所での開催となり、土曜日を利用して活動している。同好会は会員同士のコミュニケーションの場ともなっているので、同好会活動が活発にされていることは組織の活性化につながっていると思う。一方で、直近5年で約100名の会員減は拠点活動に様々な影響がある。会員の施設入所や死亡なども増加し、組織の継続と財政への影響は大きい。

2. 運営基盤の充実

委託事業への積極的取り組みでは、サービスBを中心に拠点の財政に大きく貢献している。今後もこの傾向は続くと思われるが、活動会員の偏りが心配される。これも活動会員増が課題となる。

時間預託活動では、コロナ禍を経て提供活動は徐々に戻りつつある。1月末時点では達成率98.5%で期末には年間目標値を達成できると思われる。

奉仕活動では、コロナ禍で市や他団体主催のイベントが中止されていたが、今期に入り

徐々に再開され、拠点独自で開催したイベントもあり1月末時点ですでに100%を超えている。会員が多く集まる「場」としてイベントへの参加及び主催は欠かせない活動と捉えているので今後も積極的に取り組みたい。

3. 地域社会への貢献

4年振りに開催された「みんな集まれボランティア」、「摂津福祉祭り」に参加した。また賛助会員の「ケアセンター喜楽」でのハンドマッサージ実施は利用者さんに喜ばれている。

地域交流の一環として拠点独自で実施した「地域交流・文化展」は延べ170人の参加があり、ナルクの実力が発揮されたイベントであった。

昨年11月に開館した「おにくる」での誕生会、新年懇親会は、多くの会員が集まって楽しい時間の共有となった。

市民活動センター主催「ボランティアへの初めの一步」、イオンからくり広場でのハンドマッサージ実施、済生会病院「市民講座」参加と地域への貢献は確実に復活している。

世代間交流を通じてボランティア精神の継承として、高校授業協力(茨木高校、春日丘高校)、西高校との交流、立命館大学生へのアンケート協力などを実施した。

能登半島地震 義援金について報告

ご協力ありがとうございました。

拠点では38,567円の義援金が集まりました。ナルク全体では約280万円となりました。

支援日誌

私はナルク活動をはじめて10年くらい経ちます。

昨年4月よりご一緒サービスの提供活動で、高齢男性の月2回の病院付き添いを支援することになり、私は月1回ほうせんか病院の担当です。（友誼会病院は下川さんが担当）

9時過ぎに病院で待ち合わせて、診察室と一緒に入り先生のお話を聞いてご本人の連絡ノートに検査結果の経過などを書いて頂いてケアマネさんに伝えます。診察を待っている間お話をしたりしますが、年代も同じくらいで昔の話や音楽の話などして、帰りに「今日は話ができて楽しかった」と言ってくださるとこちらでも嬉しくなります。

主人も阪大病院に通院しており、いつも付き添って行きますが、病院によってちょっとずつシステムが違うので色々勉強になります。

私をナルクに誘ってくれた方は体調を崩してお引越されましたが、頑張ってリハビリに励んでおられます。私も無理なく出来る時に出来る事を協力できればと思っています。

（新郡山 野口恵子）

☆研修・講習会 2月14日(水) 13:30～15:00 参加者 23名

自転車のマナーと、防犯・詐欺についての研修会に参加しました。講師は茨木警察署の交通課と生活安全課防犯係の女性お二人…大きく元気な声でとても分かり易く楽しい講義でした。

1.「シニアの交通事故防止」について

- ①信号は必ず守り、青信号でも左右の安全確認をしましょう！
- ②斜め横断は危険！ 道路を横断する時は横断歩道を渡りましょう！
- ③自転車に乗る際はヘルメットを着用し頭を守りましょう！
- ④ドライバーの方は交差点では青信号でも横断歩行者がいないかよく確認してから通行しましょう。速度を控え危険を予測した運転をしましょう。



2.「特殊詐欺被害防止」について

- ①キャッシュカードは渡さない！ 暗証番号は教えない！
 - ②電話でお金・通帳・キャッシュカードなどの話は全て詐欺！
 - ③ATMで還付金はもらえません！ ATMでの通話はしない！させない！
- 茨木市でも被害が急増しているとのお話でした。気を付けたいと思います。

（西太田町 立野祥子）

☆アンチエイジングの会 2月17日(土) 13:30～15:30 参加者 9名

春はうきうき 脳活を!! 「押さえておこう、脳の元気のツボ」をテーマに、食事、睡眠、運動、会話、笑い、香り、音楽などについて杉本さんから解説があり、同感!!の連続だった。

次は牧野さん手作りの健康双六。ユニークな双六(サイコロが止まった場所で、昨日食べたものは何? や初恋はいつですか? など答える)をテーブル一杯に拡げ、大きなサイコロを勢い良く転がし、ゴールを目指して上ったり下ったり休憩したり一喜一憂、童心に返って楽しんだ。最後は創作川柳の時間。各自思い思いに書いた5・7・5文字の言葉を別封筒に入れておき、順番に3枚取り出し並び替えて1つの川柳を創った。

不思議にも秀作揃いであったが、深尾さんの作品「梅かおる においとどけて 千里まで」に喝采! 束の間の甘～いコーヒータイムを過ごし会場を後にした。

（西田中町 東條良和）



お知らせ

この会は「学びと遊びで楽しく交流」を目指して8年前にスタート。世話役も頑張ってきましたが高齢化に伴う心配事も増えて参りました。この間、新しい同好会も増え活発になってきましたので、当会は今回を最後に解散することになりました。ご参加いただいた皆さん有難うございました。（開催32回・参加者400人）

（担当:東條・杉本・牧野）

☆歩楽人クラブ 観梅・万博公園 2月23日(金) 13:00～ 参加者 6名

時々小雨がばらつく公園内を歩きながら梅を楽しみました。

梅酒の試飲や「梅鶏唐揚げ」や「梅饅頭」等々。目と口が満足する一日でした。



行事予定

月	日 時	行 事 等	会 場 等
3 月	7日(木) 11:00	三役会	事務所
	7・28日 13:00	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) 12:30	地域交流会(絵手紙)	おにクル 7F
	11日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	16日(土) 10:00	なごみ	事務所
	16日(土) 13:00	健康マーじゃん	事務所
	19日(火) 13:30	歌おう会	おにクル 3F
	23日(土) 14:00	脳トレーニング	事務所
	25日(月) 13:30	認知症サロン	中条公民館
30日(土) 13:30	お誕生会	中条公民館	
4 月	11日(木) 10:00	三役会	事務所
	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
	15日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	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
27日(土) 10:30	みんな集まれボランティア	中央公園北 グラウンド	

おしどりコーナー

短歌
日々予定 かつては埋めし カレンダー
真白きままで ベッドにかかる
安元 田中光夫

俳句
鳥帰る 沼はさぎ波 たつばかり
追い駆ける サッカーボール 春泥に
落椿 浮かべて池の 水赤し
下穂積 田中浩美

☆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。

新入会のお仲間です 宜しくお願いします

岩崎節子さん (春日)
健康マーじゃんから入会しました
趣味： テニス、ヨガ



地域交流会開催

ハンドマッサージや絵手紙など体験して
みませんか?皆さんの参加をお待ちしています
日 時： 3月9日(土) 12:30~14:30
場 所： おにクル7階市民交流スペース
内 容： 絵手紙・ハンドマッサージ
担 当： PR 部門

認知症サロン

日 時： 3月25日(月) 13:30~
場 所： 中条公民館大ホール
内 容： 楽しく認知症を学ぶ
参加費： 100 円
担 当： 石田・奥村・牧野

お誕生会 1月~3月生まれの方

日 時： 3月30日(土) 13:30~15:00
場 所： 中条公民館 大ホール
申 込： 3月22日(金)まで
担 当： 南・西ブロック
*お誕生月以外の方も参加してください

みんな集まれボランティア

日 時： 4月27日(土) 10:30~15:00
場 所： 中央公園北グラウンド
提供品のご協力をお願いします
詳細は会報 4月号でお知らせします。
担 当： 佐藤・八木

ヘルメットを着用しましょう!!

自転車事故が増えています。自分を守り相手も守るために
ヘルメットをかぶりましょう



運営委員会報告・関連ニュース



☆議事・連絡事項など

- ① 2月7日北摂連絡協議会が開催され、寄付金については拠点単位で決めることになった
- ② 3月9日(土)おにクル7階フリースペースでPR活動を行う(3ページ参照)
- ③ 小委員会報告: 高齢化で体力の必要な草引き・家具の移動の新規は受けない
- ④ 本部発展プロジェクトは内容により拠点間で温度差があるので出来る拠点から実施する
- ⑤ 能登半島地震義援金は拠点で約3.8万円、全国集計で約280万円となった
- ⑥ ナルク事務所前の旧研修室は新規テナントが決まった
- ⑦ 会計事務時には当番が入る。運営委員には1回/月当番に入ることを希望する

☆1月度の活動実績 (先月より預託活動は稼働日数現ため減少、奉仕活動は拠点イベントがあり増加した)

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	326	4162	99.1%	住宅清掃、話し相手・傾聴、外出介助、事務所当番、洗濯、買物、所定事務など
奉仕活動	418	5095	117.1%	拠点活動、登下校見守り、自治体活動、遠隔援護など
無点活動	299	1740	—	歩楽人、健康7-ジヤ、なごみ、パッチワーク、歌おう会 絵手紙
受託事業	高齢者こいっしょサービス:1件3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:11件 52回			
預託点利用	1件2点	PC指導2点		

伝言板

アンケートのお願い

交通費補助について、皆様の意見をお聞きしたく活動会員にアンケートを実施しますのでご協力をお願いします。(会報3月号に同封)

☆2月度の会員異動 (敬称略)

入会会員	—
退会会員	(一般退会) 喜多えみ子(五十鈴町) (支援終了退会) 宮尾幸子(見付山) (転出) 駒井幸子(若草町⇒芦屋市)
今月末会員数	330名(女性会員217名、男性会員113名) 前月末 333名 前年同月 343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〉

ナルクに入会してほどなく、何故か会報担当に任命され、何も分からないまま先人達の教えを乞いながら十数年が経ちました。毎月プレッシャーを感じながらも、担当者と一緒に楽しく編集に携わらせていただいています。

紙面作成にあたっては、従来の形を参考にしながら、会員の方々に興味深い記事はないか? 試行錯誤の毎月です。(Y・T)

◎4月号は4月3日(水) 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。