



# ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

298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>

## 新年懇親会 1月27日



### 30周年に向けての皆さんからの一言

体調を整えて  
声をかけてもらったら  
すぐに動けるようにしたい

遠い親戚より  
近くのナルク

シルバーで残り時間も少なく、今年も健康で長寿を祈り  
一日を大切に元気に過ごしたいです

健康第一  
医者通いの回数を  
減らそう

継続は力なり  
みんな頑張りましょう

ナルクで活動することで仲間(友達)が  
ふえたことがとても嬉しい

何時でも行ける、  
行くところがある。  
それが元気で居られるのか?

ボランティアは  
難しいことではない、  
自分のしたい事をやろうと思う

一人でもナルクに  
来たら楽しくなれる  
場所に!

15年前ナルクのご支援がなければ私達親子は  
今この世に存在していません、  
いつも寄り添い続けて下さり有難うございます

楽しいナルクの活動を広めよう!

80代でも 90代でも現役  
バリバリ、元気いっぱい

## 支援日誌

96歳の上品なご婦人です。ご主人が亡くなり、3年前にマンションに引っ越しされて現在一人暮らし。週一回3人交代で支援しています。毎日歩いて10分くらいの元の家へ往復されるのが日課で、ほぼ自立して生活されています。

お元気ですが、最近歯が痛くて具合が悪いことも。マンションでの一人暮らしは少しずつ慣れてきたとはいえ、「やはり寂しい」とおっしゃいます。私がエレベーターを降りて歩いて来るのを玄関の戸を開けて待ってられます。部屋はとても綺麗にされているのでさっと掃除をします。その後、沢山の話をします。昔のこと、ご家族のこと、日常生活のこと、世間話など、、、楽しい時間です。

人生100年時代。90代をどのように過ごすか！私も少し支援を受けながら、こんな風に自立して生活していきたいと思う訪問時間です。  
(西駅前 大植昌美)

## ☆ふるさと紹介 姫路市

ふるさととは姫路の西端の網干です。ここには播州地方を代表する魚吹(うすき)八幡神社があり、毎年10月の秋祭りはとても盛大に行われます。



屋台(やたい)と呼ばれる神輿が20台ほど町内を練り歩きます。宵宮の夜は神輿の周りを多くの提灯の灯りで照らします。檀尻(だんじり)は重さ3.5トンもあり、小学生から大人までが力を合わせて曳き綱を一気に引く姿やテコを使った方向転換などその気迫に圧倒されます。

最後に神社の境内では獅子檀尻の舞台上で14種の舞が約3時間にわたり奉納され、とても盛り上がります。

また、JR網干駅北側の朝日山には西国28番札所の大日寺があり、門前には木像の仁王さまがにらみを効かせています。毎年4月18日には各家でお重を作り山に登りますが、丁度桜の季節となり、満開の桜の下で家族揃って一緒にお重を食べました。私にとってとても楽しい思い出の時間でした。  
(若園町 瀬川美子)

## ☆相続登記義務化など研修 2月20日(木) 10:00~11:30 参加者40名

大阪法務局北大阪支局の担当者により相続登記研修が実施されました。

内容は 1) 相続登記の義務化について

2) 自筆証書遺言保管制度について

1) 相続登記の義務化については、現在全国の所有者不明土地は九州本土を上回る面積となり深刻な問題となっている。これまで相続登記は任意で、相続人が不利益を被ることが少なかった事などが原因であった。

このため国は令和6年4月から相続登記の義務化を図り、不動産の取得を知った日から3年以内に相続登記を申請し、遅れると過料が科される可能性もあるとのこと。もし、不動産等で相続が発生した場合は、速やかに手続きが完了するよう法務局で相談したり、司法書士に依頼したりすることが大事である。

2) 自筆証書遺言保管制度については、自分で作成した遺言書を法務局に保管してもらおう制度で、遺言書作成者が死亡した場合は、遺言書の保管が相続人に通知される。費用は1通3900円と安価で保管料も不要である。  
(研修 担当)



## ☆絵手紙の集い

毎月第2土曜日13時から事務所で描いています。

この会が始まって10年目です。今は所先生(会員外)の指導の下、毎回季節のテーマに沿ってお喋りも盛んに楽しく、真剣に、、、描いています。先生がお手本を見せて下さるので色々な作品を描くことができます。筆の代わりにお箸を削ること、色鉛筆で描くこと、またカラーパステルを削って型抜きして描く方法など、様々な手法を指導していただき、本来の絵手紙の決まりを超えて皆さん果敢にチャレンジしています。道具がなくても誰でもいつでも参加できます。



是非一緒に1枚描いてみませんか？

(新郡山 杉本政代)

## 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 0 件
- ② 1月27日新年会が開催され41名の参加があり盛況であった
- ③ 1月31日茨木西高との異世代交流会があり、拠点から4名が参加した
- ④ 2月20日研修(相続登記・遺言について)おにクルで開催され 40 名が参加した(2面参照)
- ⑤ 2月25日芦屋拠点において地域連絡協議会が開催され、当拠点からは松下代表が出席した
- ⑥ 3月22日(土)1月～3月生まれの方対象にお誕生会が開催される。一般参加も可
- ⑦ 3月31日(月)おにクル7Fフリースペースにおいて認知症サロンが開催される
- ⑧ 30周年記念行事について
  - ・事業の予算が報告され承認された
  - ・30周年記念交流イベントについて提案があり、7月20日～25日で会場予約をするイベント実施については承認されたが、再度内容について検討をすることとした。意見・提案については2月末までに東條さんまで連絡をする
  - ・主担当は研修グループとなるが、吹・小松・石田・立野・松下・杉本が入ることとなった
  - ・地域貢献部門で9月祝日おにクルオープンギャラリーにおいてナルク紹介(写真展・絵手紙・お茶席)を行う予定

### ☆1月度の活動実績(預託活動:依頼が少ない、奉仕活動:登下校見守りで増、無点活動:新年会で増)

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	317	3479	84.5%	住宅清掃、食事作り、話し相手、洗濯など
奉仕活動	444	5031	98.6%	済生会病院、自治体活動、登下校見守り、ドゥライフ、遠隔援護など
無点活動	255	1934	—	健康マージャン、なごみ、絵手紙
受託事業	高齢者ごいっしょサービス：0件 訪問型サービスB：14件60回			ひとり暮らし等日常生活：3件6回
預託点利用	—			—

### ☆1月度の会員異動(敬称略)

入会会員	(利用会員)松本カズ子(上穂積)
退会会員	—
今月末会員数	321名(女性会員217名、男性会員104名) 前月末320名 前年同月334名

### 伝言板

研修会で配布された「相続登記義務化」についての資料があります。  
大変参考になりますので、ご希望の方は事務所まで。



### 会報設置場所

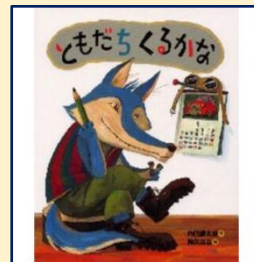
- 茨木市: いえだ歯科医院、医療法人朝田歯科、茨木シルバー人材センター、オアシス平田  
おにクルブックパーク、済生会茨木病院、市民活動センター、シニアプラザいばらき  
社会福祉協議会、庄栄図書館、中央図書館、ハートフル、穂積図書館、ローズ WAM  
街デイなみき、水尾図書館、南茨木多世代交流センター
- 摂津市: コミュニティプラザ、社会福祉協議会、高齢福祉課

行事予定

月	日 時	行事等	会場等
3月	6・27日 13:00	パソコン相談	事務所
	8日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	13日(木) 10:00	三役会	事務所
	13・26日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター-喜楽
	15日(土) 10:00 13:00	なごみ 健康マージャン	事務所
	17日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	18日(火) 13:30	歌おう会	おにクル 3F
	22日(土) 13:30	お誕生会	中条公民館
	31日(月) 13:00	認知症サロン	おにクル 7F
4月	10日(木) 10:00	三役会	事務所
	10・23日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター-喜楽
	12日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	14日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	16日(水) 13:00	資生堂工場見学	下記参照
	19日(土) 10:00 13:00	なごみ 健康マージャン	事務所
	26日(土) 10:30	みんな集まれボランティア	おにクル

おしどりコーナー

～年を重ねてこそ絵本を～  
心がつながる喜びほど力を与えてくれるものはありません。  
絵本はそれをストレートに教えてくれます。  
「ともだちくるかな」というオオカミのドキドキ…。滑稽さの中に何故か切なさが胸に沁み、癒されるのです。(M・O)



☆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。

歌おう会！ in おにクル

春だ！みんなで一緒に歌いましょう

日時：3月18日(火) 13:30～15:00

場所：おにクル3F 多目的室M2

参加費：ひとり100円

申込：不要です

担当：小松

- ・揚げば尊し・花・北国の春
- ・涙くんさよなら・オーシャンゼリゼ 他



お誕生会 1月～3月生まれの方

日時：3月22日(土) 13:30～15:00

場所：中条公民館 大ホール

内容：ゲームとお菓子で楽しいひと時を

申込：3月17日(月)まで

担当：西・南ブロック

\*誕生月でない方もぜひご参加ください

認知症サロン

日時：3月31日(月) 13:00～15:00

場所：おにクル 7F フリースペース

内容：認知症予防について

担当：奥村・牧野・石田

\*クイズで楽しく頭を使いましょう  
多数ご参加ください！！

資生堂茨木工場見学

みんなで楽しみましょう！！

日時：4月16日(水) 14:00～15:30

集合場所：阪急茨木市駅西口ロータリー前

集合時間：13:00(マイクロバス発車 13:15)

定員：30人

参加費：無料

申込：3月24日(月)まで

\*当拠点の賛助会員の皆様、いつもご支援・ご協力有難うございます。(敬称略・五十音順)

〈法人〉 7件	・アシスタント(榎樋口忠明) ・いえだ歯科医院(家田靖丈) ・医療法人朝田歯科 ・じんないケアセンター-喜楽(浅野健一) ・済生会茨木病院 ・(社)遠隔介護協会 ・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) ・佐々木拓哉(気楽料理だい) ・櫻井淳貴 ・辰見登 ・友次通憲 ・長谷川麻水 ・若林三雄(魚庵すし若)

編集後記

日本列島を最長最高の寒波が襲い各地で大雪に見舞われたり、厳しい日々が続いています。それに加え物価高騰となかなかの試練を与えられています。気力だけでも持ち堪えようと、自身を奮い立たせているのが現状です。「春よ来い！早く来い！」当拠点の30周年記念行事を団結の力で…楽しみにしています。(Y・T)

◎4月号は4月3日(木) 9時30分から配布します。配布担当者は事務所に取りに来てください。