



ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

308号



567-0885 茨木市東中条町 1-6 あいおいニッセイ同和損保ビル 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>



新年のご挨拶 跳躍の年に

代表 石田あけみ

明けましておめでとうございます。新たな年をどのような希望を持って迎えられましたでしょうか。2026年は午年です。軽やかな足取りで歩む1年であってほしいと年始に思います。

昨年は当拠点の30周年記念イベントが数多く実施されました。担当の皆様はじめ多くの会員の方々や地域の方々にお世話になりました。会員だけでは乗り越えられない事案にも多くのご協力があればこそ記念イベントが滞ることなく達成されたと感謝の思いです。

4部門の経過を追ってみます

1. 記念総会・式典、懇親会部門

記念イベントの開始を飾りました。おにクル会議室で本部野中会長からのビデオメッセージ、他拠点代表をはじめ多くの会員の参加で実施しました。永年在籍者の紹介及び感謝状授与も当拠点らしくみんなで楽しもうが実現できた会となりました。

2. 会報部門

会報は様々な情報を知らせる役割を担っています。過去から現在までの会報に目を通すことから始まり、デザイン・利用者さんへのインタビュー記事・内容の見直し・校正の繰り返しを経て7月記念号発行となりました。またPR用のDVDを刷新しました。

3. 研修部門

スキルアップを目的に様々な研修を計画、実施しています。コーディネート研修、高齢者を支える制度の勉強、高齢者施設の賢い選び方など、過去の知識にとらわれることなく、新しい制度や知識を取り入れ支援に取り組む姿勢を学ぶ機会となっています。

4. 社会貢献・PR部門

ナルクは地域の中で活動している組織です。時間預託活動・奉仕活動は地域の方々と密接につながっています。地域のイベントへの参加、春・秋のグリーン作戦は社会貢献はもとよりPRも兼ねています。また高校授業協力は世代間交流と将来のボランティア人材を育成する役目も担っています。

「30周年記念イベント パート1・2」は会員の総力が結集されました。健康相談、ハンドマッサージ実施は活動範囲の広さと豊富な人材を知っていただく良い機会となりました。お絵描き・折り紙では多くの子供さんに楽しんでもらいました。

30周年は会員皆様のご協力ではほぼ計画通りに進んでいますが、これからの5年・10年は現状のままに進むとは思えません。支援者不足、役員なり手不足が解消されないなど厳しい状態が目前です。今年はナルク全体で取り組む『ナルク発展5ヶ年計画』が始まります。今年の干支にあやかり困難を乗り越え「頼れるナルク」になりますようにみんなで持てる力を出し合いましょう！

新年懇親会 新しい年を仲間と共に！！

日時：1月24日(土) 13:30～

場所：おにクル 7F 会議室

催事：喜怒哀楽さんの落語三昧など

申込：1月19日(月)まで

会費：2500円(昼食あり)

担当：事務局

*多くの参加をお待ちしています



☆グリーン作戦を終えて 11月23日(日) 9団体 参加者226名

良い天気の中、少林寺拳法の拳士さん、各団体、高校生やナルク等のシニアの方々と、たくさんの方が集まって、我が町茨木をみんなで美しくしました。私は今回で3回目の参加です。あまり長い時間ではありませんでしたが、たくさんのゴミが集まりました。でも、いろいろな方からのお話では、年々、ゴミが少なくなっているとのことなので、嬉しい限りです。ゴミが少ないと捨てにくくなるのかな。やはり、一人一人の力は小さいけれど、みんなの力が合わさると大きくなりますね。こういう取り組みは、みんなで続けていくことが大切ですね。これからも、体の続く限り、美しい茨木をみんなで守っていきたいです。



(春日 岩崎節子)

☆ミニバザー 11月23日(日)

グリーン作戦のあと、ミニバザーに参加。事務所前の廊下には提供いただいた品々がおしゃれな雑貨店のようにレイアウトされ、事務所内にはきれいな陶磁器が並んでいました。

ドーナツの大根と春菊はすぐ完売。バザー好きの購買意欲をかき立ててくれます。利用者さんから寄付いただいた物もあります。もちろん今回も10点近く購入しました。ああだ、こうだとおしゃべりしながらの楽しいひと時でした。

追記:グリーン作戦に参加した一般の方々にも来ていただければよかったですかなと思いました。

(新堂 竹村文子)

☆30周年記念セミナー「賢い介護施設の選び方」 12月6日(土) 13:30~ 参加者41名

講師は大池・中津地域包括支援センターの西谷健太さん。私も施設選びについてのセミナーを何度も受講、関連書籍を何冊も購入していますが、まだまだ他人事とお気楽にとらえているのが現状でしたが、最近親友の施設入所が相次ぎ、真剣に考えなければと思っていたところでした。

やはり日々身近にかかわっておられる西谷さんのお話は単なる情報とは違い、見るべきポイントを丁寧に示していただき、今後の施設選びについてとても参考になりました。

続いて東條さんからは自身が取り組まれていた活動事例の紹介があり、「自分のこととして『寄り添う』こと」が大切であること、池原さんからは現在居住されているシニアマンションについての紹介がありました。

2月にも関連したセミナーを計画されているとのこと。より多くの方が参加され、皆で知識を深めていきたいと思います。

(吹田市江坂 土井安美)

☆30周年記念フェスタ パート2 12月14日(日) 13:30~17:00

ハンドマッサージでは30人ほどの方々にナルク活動を紹介しました。折り紙・お絵描きでは一般の親子の参加があり、用意したサンタクロースの折り紙や、子供たちの希望するコマや飛行機などの折り紙を教えるのに担当は大わらわでした。若いお母さん方にナルクのPRもできました。

ミニバザーではPR部隊の活躍で提供品は完売しました。大成功！！



☆お誕生会 12月13日(土) 13:00~ 参加者22名



誕生会、いつ参加しても楽しい

来年の誕生日まで元気に過ごせますように





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:1件、成立0、不成立0件、保留1件(掃除)
- ② 11月23日グリーン作戦:滞りなく終了した。次回からゴミの分別方法を検討する
- ③ 11月27日ナルク発展5か年計画発足式がオンラインで開催され、当拠点も参加した
みんなで考えみんなで実行するため6つの分科会を設けて実行する
- ④ 12月6日記念セミナーが開催され介護施設の選び方について外部講師によって説明があり、池原氏、東條氏からの体験談もあって選定の困難さが分かった。41名が参加した(3頁参照)
- ⑤ 12月14日おにクルオープンスペースで記念フェスタ2が開催され、お絵描き・折り紙、健康相談、バザー(完売)、ハンドマッサージなどで会員30名が参加した。一般の親子さんたちの参加も多数あり、盛況であった(3頁参照)
- ⑥ 1月18日(日)9時30分から歯科研修開催予定(おにクル7F フリースペースにて)
- ⑦ 1月24日(土)13時30分から新年会開催予定(おにクル7F会議室にて)
- ⑧ 大和証券財団から助成金の決定通知があった

☆11月度の活動実績(提供活動は庭の手入れが減、奉仕活動もフェスタが終わったことで減)

	当月点数	累計点数	累計達成率	支援内容
時間預託	325	3057	105.2%	住宅清掃、話し相手、食事作り、外出介助など
奉仕活動	560	4706	113.7%	済生会病院、イベント準備、登下校見守り、グリーン作戦、自治体との活動
無点活動	70	1451	—	健康マージャン、絵手紙
受託事業	高齢者ごいっしょサービス：1件2時間 ひとり暮らし等日常生活：2件4回 訪問型サービスB：13件57回			
預託点利用	1件1点	話し相手1点		

☆11月度の会員異動(敬称略)

入会会員	(一般入会)毎田智子(舟木町)、(利用入会)窪添嘉子(上穂積)、近藤梅子(大池)
退会会員	(一般退会)暮田瑛次郎(大池)、(支援終了退会)越智秋良(玉瀬) (死亡退会)暮田君子(大池) 謹んでお悔やみ申し上げます。
今月末会員数	307名(女性会員212名、男性会員95名) 前月末307名 前年同月322名

伝言板

12月6日に行われたセミナー「賢い介護施設の選び方」の資料を希望される方は
事務所迄申し込んでください

担当：研修

☆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	
1月	8・21日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター喜楽	
	10日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所	
	15日(木) 10:00	三役会	事務所	
	17日(土)	10:00	なごみ	事務所
		13:30	健康マージャン	事務所
	18日(日) 9:30	歯科研修	おにクル 7F	
	19日(月) 13:30	運営委員会	おにクル 7F	
	24日(土) 13:30	新年懇親会	おにクル 7F	
31日(土) 14:00	脳トレイングリッシュ	事務所		
2月	12日(木) 10:00	三役会	事務所	
	12・25日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター喜楽	
	14日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所	
	17日(火) 13:30	運営委員会	中条公民館	
	21日(土)	10:00	なごみ	事務所
		13:00	健康マージャン	事務所
	24日(火) 13:30	記念セミナー	中条公民館	
28日(土)	10:00	脳トレイングリッシュ	事務所	
	13:00	認知症サロン	おにクル 7F	

☆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。

歯 科 研 修

日 時：1月18日(日) 9:30~11:00
場 所：おにクル 7F フリースペース
内 容：口腔内予防
講 師：いえだ歯科医院長
担 当：事務局

30周年記念セミナー④

日 時：2月24日(火) 13:30~16:00
場 所：中条公民館
内 容：介護保険の制度と利用を学ぶ
担 当：研修

認知症サロン

高齢者の食事を考える

日 時：2月28日(土) 13:00~15:00
場 所：おにクル 7F フリースペース
内 容：食事と認知症他
担 当：石田

* 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〉 6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)遠隔援護協会
〈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

明けましておめでとうございます。
30周年記念行事で明け暮れた昨年でした。思えばあっという間の1年。会報も記事に困らずに発行できました。この編集後記はカナダの小さな町ケローナで書いてます。
世界は近くて遠いを実感の日々です。(A・I)

◎2月号は2月4日(水) 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。

おしどりコーナー

〈午年とは〉

午は太陽が最も高く昇る時刻を表す文字であり、活力・情熱・行動力の象徴とされています



〈午年生まれの性格〉

明るく前向きでエネルギッシュな気質を持つと言われます
明るく社交的で、どんな場所でも自然と人を惹きつける魅力を持っています

〈左馬とは〉



馬の字を左右反転させたもので、商売繁盛や招福、家内安全などを意味する縁起の良い置物・飾り駒です

