NPO 法人ナルク茨木・摂津拠点 ナルク(NALC) 2026 年 11 月号付録

ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

318 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 072-620-8707Mail: oshidori-nalc@ktb.biglobe.ne.jp
ホームページ http://oshidori-ibaraki.com

PR 活動 「ナルクで楽しみを学ぶ」

担当 吹 槇子

やっと小さな秋を感じられる頃となりました。

9 月26日、お天気は今ひとつでしたが、おにクル1階エントランス広場で PR 活動を行いました。折り紙コーナー、ゲームコーナー、ハンドマッサージコーナーを設け、当日に向けてそれぞれ準備したものをセットし、来場の方を迎えました。

折り紙コーナーの近くに、茨木観光大使の方がおられチラシを渡すと「ネットにアップします」と言ってくださり、いいPRになるかも…。折り紙は小さな子供さんにとっては、動きのあるカエルが人気でした。

ゲームコーナーでは色々と工夫をし、新しい試みのゲームが用意され、親子連れで賑わっていました。繰り返し楽しむお子さんにスタッフはお孫さんを見るような優しい笑みを浮かべながら見守っていました。

この日はパパと子供さんという組み合わせが見られ、「今日はママのリフレッシュの日」かな？と思ったり、今時の若い方の子育てを感じ、我々の頃には考えつかないなぁとちょっと羨ましく思ったり。

ハンドマッサージコーナーでは、対面でハンドマッサージをさせていただく間は、ナルク活動の説明を聞いてくださいます。ナルクを全くご存じない方、聞いたことはあるけど…等。

この日は大半が子育て中の若い方々で賑わい、ゲームコーナーでは小さな子供たちに楽しく遊んでもらうのに精いっぱい。この日のためにと作っていたチラシがあったことすら忘れていました。役割の一つとして、資料を渡しながらナルクの説明や声掛けをする係をきちんと決めておけば良かったと、終わってから気づいたことでした。 来場者 ： 市民 60名 ナルク会員 20名



事務所開所時間 及び 当番変更のお知らせ

12月より、事務所の開所時間について 午前10時から 午後4時までとします
当番は午前中のみとし、午後は三役が担当します
＊必要作業がある場合は 午前・午後とも可能です
当番のポイントは 10時～13時＝1点 13時～16時＝1点とする 事務局

10時～16時

☆研修　相続　9月 30 日(土)13:30～　　参加者31名



自分の死、配偶者の死後、何が起こるか、何をしなければならないか、今から考えておかねばと思いました

法定後見人制度・任意後見人制度が将来に向けて必要と思いました。　どのような状況が起きるか想像できないことが多いので

相続させるほど財産ないけど～と思って参加しましたが、それなりにしなければならないことがあると思いました

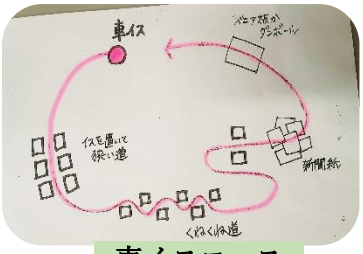
相続の基礎知識が非常に分かりやすかった。自分のこととして、いつ発生するのか分からない、その準備に早すぎることはないということが分かった。負担を和らげるため、日頃から意識して考えていくことをしていこうと思う

大変勉強になりました。
家族と話し合いが必要と…

☆研修　車いす体験研修を終えて　10 月21日(水)　13:30～　参加者 10 名

当日の研修は、先輩と新人の二人が主担で進めてくれました。会場にいろんな障害物を置いて楽しく体験出来るアイデアを考えてくれ、土嚢を置いて乗り越える、坂道を上がり回転して降りるなどです。

社会福祉協議会から3人の職員さんが来てくださり、講師の指導で大事なところは操作もですが、車イスから手を離さないで、声掛けを常にするということでした。私にはナルクの新人(福祉関係の資格を豊富に有している)が付いてくれて、腕の伸ばし方やハンドルの握り方など具体的に教えてくれました。車イス初体験と言っていい私も、出来る気持ちになりました。



車イスコース





座談会では、社協の3人と車座になって質問し答えてもらいました。社協とナルクが自分たちの活動について気軽に話し合えたことも良かったです。

エレベーターが点検中の為、公民館の方が車イスを2階まで運んでくださいました。土嚢を車で取りに行ってくださったのは研修担当の先輩でした。皆様、本当にありがとうございました。

(研修担当　川口律子)

ちょっと一息

「今さら！？」。そうです、約半世紀前、昭和47年6月出版。書棚整理中に目についた赤い表紙。身の回りにあふれる「認知症」の文字と、9月は政府の定めた「認知症月間」とあって再読することに。



急に舅の介護をしなければならなくなった兼業主婦昭子さん。夜中に舅を庭で放尿させる昭子さん。次々と起こるトラブル。脳卒中で寝たきりになり、自分の排泄物を口に入れた祖父の口を黙々と拭き取っていた実家の母を思い出した。私なら逃げ出していただろう。

だが、深刻なテーマでありながらユーモアとテンポの良さを失わない語り口は今なお色あせない。さすが有吉佐和子さん！

介護保険がスタートして25年。介護の社会化で楽になったと言われるが、本当にそうだろうか？家族の犠牲の上に成り立っているところはないだろうか？介護を必要とする高齢者の増加、介護職員の人手不足、介護施設不足など考えるべきことはまだまだ山積していると思わせる１冊。

(吹田市　土井安美)

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 2 件、成立 1 件(ちょこっとS住宅掃除)、返事待ち 1 件
② 課題検討委員会:各分科会からの報告
•第 1 分科会(活動•組織):市広報誌の活用、資料設置場所•会員の拡大、PR チラシの作成、SNS 発信の検討、ブロックの見直し、活動会員の掘り起し、会員研修プランの作成、など
•第 2 分科会(活動•管理):時間預託•奉仕活動•拠点活動の一本化の検討、活動種類•ポイント制度の見直し、表彰制の新設検討、地域 PR 活動の積極化、事務局事務内容の見直し、など
•第 3 分科会(財政):受託金の UP、拠点交付金の見直し、公的資金導入の検討、会報の隔月発行•モノクロ化、交通費補助など経費削減、50 歳代入会者の年会費無償(60 歳まで)など
③ 本部理事会報告:発展5か年計画の進捗報告
④ 寄付金の使い道:ワイヤレスアンプ•マイク 20.8 万円、新年会費用の補助、ナルク電柱広告の検討、PC 購入の検討。バス旅行は事前調査•運行管理全てをナルクでするため実施困難となった
⑤ 事務所当番について:12 月より当番は午前中(10 時-13 時)のみとし、午後は基本的に三役が担当する。午後は(13 時-16 時)とする。当番ポイントは午前午後とも1点とすることが承認された
⑥ 9月12日少林寺拳法連盟茨木大会が行われ石田代表が参加した
⑦ 9月21日社会福祉協議会講師による車椅子研修が行われた
⑧ 9月26日おにクル1F エントランス広場で PR 活動を行った。会員 20 名一般約 60 名が参加した
⑨ 11月14日～15日本部リーダー研修会が行われる。当拠点から大植氏が参加する
⑩ 11月15日(日)クリーン作戦が行われる。多数の参加をお願いする。(事務所に申込書あり)
⑪ 11月18日(水)柔道整復師による研修会が行われる。おにクル7F 会議室2(チラシ参照)
⑫ 11月26日(木)地域交流バザー&展示会が開催される。おにクル1F エントランス広場(チラシ参照)

☆9月度の活動実績(提供活動は住宅掃除•話し相手が微増、奉仕活動は拠点活動が活発であった)

	当月点数	累計点数	累計達成率	活動内容
時間預託 (提供活動)	370	2349	100.8%	住宅掃除、話し相手、食事作り、買物 外出介助、洗濯、PC 指導など
奉仕活動	626	3461	102.3%	済生会病院、登下校見守り、自治体との活動 ドー楽園、遠隔援護サービス、など
無点活動	250	1043	―	
受託事業	高齢者ごいっしょサービス: 3 件 9 時間　　訪問型サービスB ： 11 件 46 回 ひとり暮らし高齢者等ちょこっとサービス ： 4 件 7 回			
預託点利用	5 件 8 点	話し相手 4 点、庭の手入れ 2 点、外出介助 1 点、住宅掃除 1 点		

☆9月度の会員異動(敬称略)

入会会員	(利用入会)田中タキ子(高槻市)
退会会員	(支援終了退会)渡辺正子(見付山)
今月末会員数	287 名(女性会員 197 名、男性会員 90 名)　前月末 287 名　前年同月 308 名

伝言板　　「支援体験キャンペーン」実施中

あなたの地域又は近くで困っている利用者さんがいます
あなたの持てる力を発揮してください！「ありがとう」「助かったわ!」の声を聞いて元気をもらいましょう！　　(詳細は別紙添付)　　事務局

☆会報設置場所

茨木市 ： いえだ歯科医院、医療法人朝田歯科、茨木市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、市民活動センターきゃぱす
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
11月	8日(日)	9:30	歯科研修	おにクル 7F
	9日(月)	13:30	折り紙教室	事務所
	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
	15日(日)	8:45	クリーン作戦	茨木市街
	16日(月)	13:30	運営委員会	おにクル 7F
	18日(水)	13:30	研修:整骨院	おにクル 7F
	19•26日	13:00	パソコン相談	事務所
	21日(土)	10:00 13:00	なごみ 健康マージャン	事務所
	26日(木)	9:30	地域交流•バザー	おにクル 1F
12月	5日(木)	13:00	絵手紙の集い」	事務所
	9日(水)	13:30	歌おう会	おにクル 3F
	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)	13:30	お誕生会	中条公民館
	14•21日	13:30	折り紙教室	事務所
	16日(水)	13:30	運営委員会	おにクル 7F
	19日(土)	10:00 13:00	なごみ 健康マージャン	事務所
	年末年始のお休み　12月29日～1月3日まで			

おしどりコーナー

川柳

やり甲斐は　やって初めて　味わえる
（その通りよ）

飲み会も　喋り合うのも　繋がりで
（何でも良し）

声かけや　笑顔や挨拶　タダでうせ
（金いらん、やろッ！）

駅前　黙魚

☆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

クリーン作戦
日 時 ： 11月 15日(日) 8:45～
場 所 ： 茨木市街
持 物 ： 家庭用ごみ袋•軍手•ごみハサミ
担 当 ： 小松

研 修　整骨院の先生から学ぼう
～いつまでも自力で歩き
すこやかな心で暮らすために～
日 時 ： 11月 18日(水) 13:30～15:30
場 所 ： おにクル 7F 会議室 2
講 師 ： 伊藤卓先生
担 当 ： 研修
チラシ参照

ナルク　地域交流　バザーと展示会
爽やかな秋の一日をおにクルで
地域交流をしながら楽しみましょう！
日 時 ： 11月 26日(木)　9:30～12:30
場 所 ： おにクル 1階　エントランス広場
提供品のご協力をお願いします。また展示会は会員の方の力作が揃っています。会場まで足を運んでください
事務局
チラシ参照

お誕生会 9月～12月生まれの方
日 時 ： 12月 12日(土)　13:30～
場 所 ： 中条公民館
担 当 ： 西ブロック•東ブロック
案内状同封！！
誕生月でない方も参加をお願いします

＊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〉 5件	•アシスタント㈱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
〈個人〉 8件	•安孫子浩子　•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　•仁木和芳

編集後記
設立から31年、時代の変化とともにナルクにも生じ出した種々の課題を解決するために、今、具体的に動き始めています。とにかく、思いつくアイデアを何でもやってみよう！と。茨木•摂津拠点の歴史と底力を信じて、さあ、みんなで小さな一歩を重ねていきましょう。　(M•O)

◎12月号は 12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。