



# ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

313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>

## 野中会長「ナルク発展 5ヶ年計画」を語る



5月16日 おにクル会議室2

参加者 茨木・摂津拠点 26名

箕面拠点 2名 高槻・島本拠点 5名

本部 1名

代表 石田 あけみ

### 現状について

2025年度末 会員数 8,263名 拠点数 66 赤字拠点 6割 黒字拠点 3割  
時間預託活動・奉仕活動なしで同好会活動のみの拠点が数拠点ある

人口減少、高齢化率 23%の少子超高齢社会ではナルクだけではなく、様々な問題を社会全体が抱えている。

そのような中でナルクが継続していく為には、ナルクの魅力を発信していかななくてはならない。

### ではナルクの魅力とは？

創立時、初代高畑会長が来たる高齢社会を見据えて、シニアが元気で社会参加できるように考え「自立・助け合い・奉仕・生きがい」を理念として「出来ることを、できる時に、できる方法で」をモットーとした。

この理念・モットーを発信していくことが継続の要となる。

一人暮らしの高齢者が直面している問題の生の声を聴き、健康寿命を元気に伸ばして社会参加に繋げる手助けができることを伝える。孤立を防ぎ、孤独感を少なくするために物理的と精神的サポートが出来る等を伝える。

### 伝える方法は？

#### ① 紹介活動の推進

SNSの活用、マスコミへの呼びかけ、団体加入への要請活動、地域活動への積極的参加

#### ② 会員間の繋がりを強化する

退会要因を把握して退会防止につなげる

役員育成、役員の任期を決める、多彩な人材を集める

小さな集まりで会員間の交流を密にする

### 5年後は？

目標 拠点数 100 会員数 20,000人

### 昭和 100 年超高齢社会をどうする？

- ・誰もが支える
- ・学びなおし
- ・健康寿命を延ばして自立する
- ・効率をやめて持続性へ
- ・人を支えるテクノロジーと共存する
- ・孤立を防ぐ
- ・年齢ではなく個々が重要

～すべての世代が協力して支え合う社会～



野中会長のモットー 「温故創新」

## ☆30周年記念行事「新会員・中堅会員研修」 3月19日 ～アンケート結果～

### 1.ナルクに入会動機は何ですか

- \*ナルク会員に誘われた \*社会に役立ちたいと思った
- \*ボランティアに興味があり、時間預託制度が良いと思った
- \*女性の自立の為に「自分が他人の親を」「他人に自分の親を」介護してもらい、『介護から解放』を

### 2.ナルクに入会して良かったこと

- \*いろいろな人に出会い、付き合いの範囲が広がった \*同好会で趣味が広がった
- \*元気の源になっている \*数多くの体験ができた \*生きがいができ、居場所ができた

### 3.ナルクで困っていること

- \*活動会員、支援者不足 \*男性会員が少ないこと

### 4.ナルクで今後したいと思うこと

- \*他拠点との交流 \*交流会等になるべく参加したい \*若い世代と繋がっていききたい

### 5.今日の感想

- \*座談会ではお茶を飲みながら、和やかな雰囲気の中、全員素直な声を聴くことができました。
- \*先輩、中堅、新人がそれぞれに名前を知り、横に繋がれた研修になったと思います。

※豊富な人材に出会うことは元気の源になっているので、今後も“魅力ある出会いの場”になるような研修を実施していきたいと思いますので、どうぞ皆様もアンケートの結果を念頭にナルクの会員増や活動に活かしていただければ幸いです。  
(担当 研修)

## ☆みんな集まれボランティア in いばらき 5月2日(土)10:30～ 参加者29名

初めて参加しました。8時30分に事務所に到着したときはもう搬入準備がすすんでいました。3台のテーブルに置ききれなく、テーブルの下や段ボール箱の上にも陶器、洋服、かばん、タオルなどたくさんの品々が並べられました。皆さんが持ってこられた提供品の数に驚くばかりです。



午前中はとても多くの来場者でしたが、ナルクの先輩方の対応は見事でした。「お買い得ですよ」「こんな値段でこの品は買えません!」「このブラウスよくお似合いです」....

私の所にもお客さん「このタオル 1000円だけど、1枚 300円で3枚入っているのだから900円にしてくれない?」「えっ?」と私。横にいらした先輩がすかさず「ごめんなさい。これはボランティアなので寄付と思って1000円をお願いします」と。さすがです。昭和ブームにのって古い型の品もたくさん売れました。これは売れないかと思っていた木のオブジェ。それをじっと見つめる若い男性。「それ欲しいなら持って行っていいよ。でも100円ほど寄付して行ってね」と言われ、男性は500円を差し出し嬉しそうに持って帰られました。「売れた!」思わず心の中でガッツしました。朝からずっと立ちっぱなしで販売されていた方もいらっしゃいましたが、皆さん「楽しかった!」と言っておられました。私は? 疲れた? とんでもない! いろいろなドラマがあり学ぶことも多かった一日。皆でやり遂げたという充実感いっぱいの日でした。とても楽しかったです。

ナルクのお陰でいろいろな方と出会い、いろいろなことを経験し、私の人生も少し豊かになったような気がしています。  
(西駅前 大植昌美)

## ☆挑戦するシニア!! 紙谷時子さん

高知県生まれの89歳。ご主人を亡くされて施設に入所、デイサービス喜楽にも通われて、もうすぐ4年になられます。

「本当はね、学生の頃からピアノが習いたかったの」「音楽室から聞こえるピアノの音が好きで、いつか自分も弾きたいと思っていたの」という何気ない会話をきっかけに、令和7年、喜楽にアップライトピアノが届き、リハビリを兼ねたピアノレッスンの時間が生まれました。通所のたびに15~30分のレッスンを受け、自室では電子ピアノを購入し毎日練習。レッスンノートも3冊目になったそうです。

念願だった「エリーゼのために」を先生にアレンジしてもらい、3月8日(日)生まれて初めての「ピアノ発表会」で演奏を披露されました。

インタビューでは「恥ずかしかったけど、とっても楽しかったし生きる力になりました。友だちも応援に来てくれて、とても嬉しい経験をさせてもらいました。来年もぜひ参加したい。」と、手作りの衣装で意欲を語られていました。



## 運営委員会報告・関連ニュース



### ☆議事・連絡事項など

- ① 支援体験キャンペーンが4月-6月で実施されている。4月に1件5月に1件あり、活動に参加
- ② 5月2日みんな集まれボランティアが開催され今までで最高の売り上げがあった。感謝感謝！
- ③ 5月16日、本部野中会長を迎えて合同委員会が開催された。高槻島本拠点、箕面拠点からの参加もあった。「ナルク発展5ヶ年計画」に対して当拠点からの意見・提案の説明があった。合同委員会終了後に野中会長による「ナルク発展5ヶ年計画」について講話があり、質疑応答のなかで多くの意見がでた。参加者全体で34名であった(一面参照)
- ④ 5月24日グリーン作戦が開催され、7団体の参加があった
- ⑤ 6月6日(土)当拠点定時総会・懇親会が開催される
- ⑥ 6月7日(日)摂津福祉まつりが開催される。10時～15時 ガランド親水公園にて
- ⑦ 財政検討委員会報告があり、①新年懇親会の中止②誕生会負担を500円とすることが採決承認された。組織改革を含めた検討会を希望する意見があり継続審議をすることになった

### ☆4月度の活動実績(提供活動は活発であった)

	当月点数	累計点数	累計達成率	支援内容
時間預託	464	464	119.5%	住宅清掃、話し相手、庭の手入れ、食事作り、洗濯など
奉仕活動	500	500	88.6%	済生会病院、登下校見守り、遠隔援護サービス、自治体との活動、福祉施設活動など
無点活動	164	164	—	誕生日会、なごみ、健康マージャン、研修会
受託事業	高齢者ごいっしょサービス：2件 7.5時間    ひとり暮らし等ちょこっと：5件 10回 訪問型サービスB：10件 48回			
預託点利用	4件6点	話し相手4点、庭の手入れ2点		

### ☆4月度の会員異動(敬称略)

入会会員	—
退会会員	(支援終了退会)濱野祐美子(下穂積)
今月末会員数	298名(女性会員204名、男性会員94名) 前月末299名 前年同月316名

### 伝言板

### 折り紙教室 開催中

**折り紙でいろいろなものづくりに挑戦しましょう**

日時：6月：8日(月)13:30～ 15日(月)10:00～ 22日(月)13:30～

講師：岡 玄子氏

場所：事務所    ※折り紙は準備しています    **参加お待ちしております!**



### ☆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
6 月	6日(土) 10:00	定期総会・懇親会	おにクル 7F
	7日(日) 10:00	摂津福祉まつり	ガランド親水公園
	11日(木) 10:00	三役会	事務所
	11・24日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター喜楽
	11・25日 13:00	パソコン相談	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
	13:00	健康マーじゃん	
	27日(土) 14:00	脳トレーニングリッシュ	事務所
30日(火) 13:30	歌おう会	おにクル 3F	
7 月	9日(木) 10:00	三役会	事務所
	9・22日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター喜楽
	11日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	10～16日 8:30	高校授業協力	茨木高校
	13日(月) 13:30	運営委員会	中条公民館
	18日(土) 10:00	なごみ	事務所
	13:00	健康マーじゃん	
25日(土) 14:00	脳トレーニングリッシュ	事務所	

おしどりコーナー

～年を重ねてこそ絵本を～

おじいちゃんの死をテーマにしながらも、子供から大人まで笑って考えさせられる大人気絵本！！



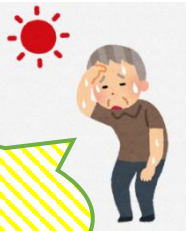
出版社：ブロンズ新社  
作 者：ヨシタケ シンスケ

☆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。

新しいお仲間です 宜しくお願いします！！  
工藤 敏美さん 沢良宜西 5月入会

熱中症に  
ご用心！

- \*塩分・水分補給
- \*十分な睡眠
- \*室内を涼しく



歌おう会 in おにクル

フラを踊ってみんなで一緒に歌いましょう

日 時：6月30日(火) 13:30～15:00

場 所：おにクル3Fリハーサル室

参加費：ひとり100円

申 込：不要です 担 当：小松

- ・朝はどこから・瀬戸の花嫁・浜辺の歌・夢の中へ
- ・切手のないおくりもの・フラダンス3曲 等々

支援 体験キャンペーン 4月～6月

あなたの出番です！！

ボランティア活動の基本は自主性です。自分のため、みんなのため、ナルクのため、声を上げてください！ キャンペーン期間にかかわらず、問い合わせてください。「ありがとう」「助かったわ」の声をもう一度聞いて元気をもらいましょう。

さあ！あなたを待っている利用者さんがいます 資料添付！！

\* 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)

〈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〉 7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

編集後記

最近の気候変動は春秋が感じられない厳しいものがあり、近5月には真夏日もありました。しつこい程の体調管理で健康年齢の更新に努めましょう！(M・K)

◎7月号は7月6日(月) 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。