



ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

295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>



第19回リーダー養成講座を受講して

運営委員 川口律子

本部主催、1泊2日の研修でした。北海道から徳島まで12名の参加者がありました。各地に拠点があることは知っていましたが、参加して改めて全国組織なのだと心強く思いました。カリキュラムは下記の通りですすめられました。

1.本部の各理事の講義 初めて知ることや疑問が解ける内容もありました。

2.グループ討議

「地域でナルクの会員を増やすには」のテーマで話し合いました。

各拠点それぞれ工夫を凝らしておられました。

*ある拠点では「お友達同行作戦」と名付けて、「歩こう会」に友達を一人連れてくる。

春は桜、秋には紅葉など参加者は多いとのこと。

*また面白い企画としては亀岡拠点で「遊遊クラブ」という同好会があって、85歳～88歳の男性ばかりが事務所に集まり、ほっこりとした一日を過ごすというのもありました。

他拠点では事務所を持たず活動している所もあり、当拠点でももっと事務所を活用していければいいなと思いました。

3.会長の講話

*企業の寿命は30年といわれているがナルクも30年を迎え、会員の高齢化による減少で厳しい状況にある。会長自身が全国の連合組織を訪ね、退職者予備軍にタイミングを見てPRし、0B・0Gや連合福祉会にも働きかけ、会員増の軸として進めていく。

*現会員が各自会員一人を誘えば5年後には会員増に転じる。

*口コミで「ナルクだったら安心」と思ってもらい参加を促す。

先人のことは「困難は発展の基礎(好機)」を引用されるなど、とても熱意をもって話されたのでナルクの将来に少し光のようなものを感じました。

来年は当拠点も30周年ですが、この節目は次に繋げていくための大きな意味ある年だと感じます。これから私もお近所との日常会話の中で「今日はナルクの行事に行ってきました」など、地道ですが発信していこうと思います。このような研修に行かせていただき有難うございました。

本部 30周年記念行事 ナルリンピックに参加して

11月15日 ドーンセンター 展示会

高齢者5人連れで地下鉄天満橋駅からあっちか、こっちかと道に迷いながらドーンセンターへ。展示会場には函館拠点をはじめとして遠方からの参加者の作品がたくさん飾られて圧倒されましたが、自分たちも負けていないよと思いながら私達の展示場所へ。水彩画、写真、書、パッチワークの袋物。どれも自慢できる作品で会場を引き立てていたと思います。とても満足した1日となりました。



(F.I)

11月16日 神戸湾クルーズ

11時15分発の御座船安宅丸に乗船。湾内45分のクルーズ。曇り空から小雨になる中、船内アナウンスを聞きながら、川崎重工、三菱重工を眺め湾内を一周。クルーズそのものよりも、緋色の和風船で色鮮やかな襖絵や和傘、天井画を配し古今東西の様式を組み合わせた空間が特に印象に残っています。夜のクルーズならまた違った百万ドルの夜景を楽しめたのでしょうが..。昼食のお刺身定食は大満足！7種の船盛、アラの入ったみそ汁、珍味、香の物がついてナント 1,280円！！主婦にとっては感激！！(私だけ?)

(M.F)

☆秋季フリーマーケットに参加して 10月27日(日) 参加者23名

私はバザーのお手伝いに参加しました。

ブースの場所はおにクルの建物の屋根の下で、天候を気にすることなく自分たちのブースの準備ができました。



ブースは去年に比べてかなり小さくバザーの品で溢れかえる状態。

しかし、ナルクの皆さんは慣れたもので、テーブル一杯上手に提供品を並べられました。開始時間の前からナルクのバザーファンらしきお客さん達が品定めを始めるほどの人気です。皆さんお話し上手で勢いある接客でどんどん品物が売れていきました。お昼ご飯の頃には品物が随分少なくなっていました。自分たちの物が沢山売れると気持ちいいものです。

昼食後は他のブースを見て回ったりしてお客さんとしてもフリーマーケットを楽しむことができました。販売終了の時間になる頃には皆さんもかなりお疲れのようでした。私もとても疲れましたが、それ以上に楽しみました。皆でワイワイ協力して一つの行事を終えることができ、とても爽快な気持ちの一日でした。

(大池 森川美帆子)

☆済生会病院市民講座受講 11月7日(木) 参加者25名

済生会茨木医療福祉センターにおいて「フットケアと高齢者向け施設の選び方」の講座に参加しました。

全身の土台となる足元の状態の観察や足を清潔に保つことの大切さ、毎日の簡単な足指運動を行う事で、転倒・寝たきり・認知症の予防に繋がる事を学びました。

高齢者向け施設については、個々の介護度や長期療養が必要な人、身体能力を回復する為のリハビリが必要な人、認知症と診断された人など、夫々に適した施設の選び方を受講し、失敗しない・後悔しない高齢者施設を選ぶためには、高齢者の相談窓口の地域包括支援センターや各種の福祉関連事業所から情報を得る事が重要だと認識しました。

(鮎川 秋貞暢子)

☆ハンドマッサージ 11月9日~11日 参加者80名(ナルク7名)

イオンスタイル茨木店のからくり広場で健康に関するイベントがあり、ハンドマッサージで参加しました。

新聞のチラシを見て健康相談に来た方や、また買い物中の方に声をかけたりして3日間で80名くらいが来て下さいました。

何を話したらいいのかと案じていた私ですが、相手からどんどん話してこられるので、すぐ打ち解けて聞き役をしながら、ナルクの紹介をしたりチラシを渡したりしてアピールしました。

席を立たれるとき「とても気持ち良かったわ、有難う！」と喜ばれ、マッサージをしている間もしっかりと話せるので、もっといろいろな場所で行うことができたらナルクの知名度UPにもつながるのではないかと思います。

(新堂 山近和子)



☆秋のグリーン作戦 11月10日(日) 参加者10団体260名(ナルク29名)

雨の心配もなく無事に第45回グリーン作戦が実施されました。

JR茨木駅・阪急茨木市駅には早くから少林寺拳法、シニアカレッジ楽悠クラブ、ナルク会員の方たちが集まってくれました。阪急茨木市駅には忙しい中、福岡茨木市長が来られて、長年にわたっての市内清掃に感謝しますと挨拶をしていただきました。確かに街のメイン通りは随分きれいになっていますが、一筋中に入るとたばこの吸い殻、かん、ペットボトルが落ちています。こんなところに隠すようにゴミを捨てるのは誰？と思わず声が出そうになりました。

途中「ご苦労様」「ありがとう」の声掛けに心が軽くなります。ボランティア活動に参加した時、私たちが癒されまた頑張ろうかと思うのは、利用者さんや知らない人たちから掛けられるこの「一声」です。

強制でもなく誰から言われたわけでもないのに長く続けられるボランティア活動の原点はここにあるのかと納得しながら閉会式に向かいました。

(沢良宜東 石田あけみ)



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:問い合わせ4件、成立1件、保留2件、9月照会分1件が成立し、成立合計2件
- ② 10月21日済生会茨木病院にてボランティア交流会があり、ナルク会員の表彰があった
- ③ 10月27日おにクルにおいてフリーマーケットがあり、盛況であった(P2参照)
- ④ 11月7日シニアプラザにおいてシニアカレッジ講座が開催されナルクの紹介を行った
- ⑤ 11月7日済生会茨木病院において市民講座が開催され、テーマは地域包括センター・施設の選び方
- ⑥ 11月7・8日本部主催拠点リーダー養成講座が開催され当拠点から川口律子氏が参加した(P1参照)
- ⑦ 11月9日～11日イオンスタイルにおいてハトムッサージが行われナルク7名で対応、集客約80名
- ⑧ 11月10日グリーン作戦が開催され10団体260名が参加、当拠点より29名が参加した(P2参照)
- ⑨ 11月15・16日カリカブックが大阪トーンセンターで開催、当拠点より作品展示に6名、神戸湾クルーズに4名が参加した(P1参照)
- ⑩ 12月2・3日春日丘高校授業協力:講話と車椅子研修。ナルクより下川・石田・東條・吹
- ⑪ 拠点設立30周年記念行事準備委員会の立ち上げ4部門で検討し実行をする

主担当は以下の通り

*会報:石田、小松、

*社会貢献・市民へのPR:松下、山近

*研修会:奥村、東條、川口、

*総会・懇親会・記念式典:立野、吹

各部門は予算、実施内容、行程などを12月運営委員会に提出し、委員会で検討する

☆10月度の活動実績(預託活動は前月に比べやや減少、奉仕活動はイベントなどがあり増加した)

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	343	2485	86.2%	住宅清掃、庭の手入れ、外出介助、食事作り、など
奉仕活動	711	3356	94.0%	登下校見守り、自治体活動、済生会病院、 ドゥライフ、遠隔援護など
無点活動	226	1239	—	健康マージャン、パッチワーク、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:12件52回			ひとり暮らし等日常生活:4件8回
預託点利用	4件10点	庭の手入れ10点		

☆10月度の会員異動(敬称略)

入会会員	(一般会員)岡玄子(松ヶ本町) (利用会員)岡弓枝(太田)
退会会員	(一般退会)下田朝世(鳥飼本町)、津崎淳子(耳原) (死亡退会)神田茂(東奈良)、田中正信(穂積台) 謹んでお悔やみ申し上げます
今月末会員数	325名(女性会員219名、男性会員106名) 前月末327名 前年同月342名

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йна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
12月	2・3日	10:30	春日丘高校授業協力	春日丘高校
	12日(木)	10:00	三役会	事務所
	12・26日	13:00	スマホ・ITで遊ぼう	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
	14日(土)	13:30	お誕生会	中条公民館
	16日(月)	13:30	運営委員会	おにクル
	17日(火)	13:30	歌おう会	おにクル
	21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28日から1月5日まで			
1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
	14日(火)	13:30	運営委員会	中条公民館
	18日(土)	10:00 13:00	なごみ 健康マージャン	事務所
	27日(月)	12:30	新年会	中条公民館

☆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。

おしどりコーナー

短歌

俳句

剪定をする手に木漏れ陽
いくつも落ちて 秋は暮れゆく

安元 田中光夫

秋の夜に 金婚待たず 夫逝く

穂積台 田中浩美

新しいお仲間です。宜しくお願します。

土井安美さん(吹田市江坂)



趣味: 旅行、読書
食歩き
書道(準師範)

岡玄子さん(松ヶ本町)



趣味: パッチワーク

武本睦代さん(太田)



ヘルパー・保育士の資格

歌おう会 in おにクル

みんなで一緒に歌いましょう

日時: 12月17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

・きよしこの夜・街の灯り・雪の降る街を など

新年懇親会

日時: 1月27日(月) 12:30~

場所: 中条公民館大ホール

今年も皆様お疲れ様でした。

新しい年を皆さんでお祝いしましょう!



パッチワークは11月を持って終了する事になりました

20数年の長い間、岡先生には大変お世話になりました。

また稽古場としてナルク事務所をお借りでき感謝しております。

沢山の宝物を仕上げた時の感動は何物にも変えがたいものでした。

今年になって最後の作品、皆で一針一針仕上げたタペストリー

一番の思い出です。ありがとうございました。

今井夫佐子



* 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) ・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

早12月、この一年どんな思い出がありますか? 楽しかったこと、うれしかったこと、面白かったことなどプラス思考で考えて次の一年楽しく過ごせますように。どうぞよいお年を!! (F・I)

◎1月号は1月8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。