



## ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

305 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>

# いよいよ 18 日開催！！

## 30周年記念フェスタ

一人ひとりが知人、ご近所、友人に声掛けして

「来てよかった！」と思ってもらえる

フェスタにしましょう！



## 30周年記念フェスタクイズ！

Q1. 茨木・摂津拠点の設立はいつ（年・月）

Q2. 初代代表の名前は（フルネーム）

Q3. 「みんなで歌おう」に出演するバンドグループの名前は

\*全問正解者多数の場合は抽選とします（10名に賞品贈呈）

- 会報 12 月号にて発表
- 応募資格は、会員のみ。1 人 1 回限り
- 10/15(水)迄に、回答には地区と氏名を記入し事務所へ連絡
- 連絡方法は、記録が残るメール、FAX、事務所に回答 BOX 設置
- 電話の受付はできません

担当：30周年記念委員会

# 声かけ・誘いあって 記念フェスタへ！

# 茨木高校授業協力感想文 「高齢社会を生きる」

## 1年2組 講師 伊藤芙美子

常に忙しく大変なのにもかかわらず目の前のことに手いっぱいにならず、いつも新しいことに挑戦し続ける、常に未来に目を向け続ける姿勢が本当にカッコいいなと思いました。

たった 50 分程のお話しか聞いていませんが私も伊藤さんのように、人を助け、助けられる人間でありたいなと思いました。どんな状況でも、年齢でも常に前に進み続ける姿に強く打たれました。

また声を上げることの大切さも学びました。困った時は助けを求めることも生きていくうえで大切な力だとわかりました。

また、ナルクのボランティア活動に参加したいと思いました。気持ちを変えれば世界が変わるという言葉を大切にしていきたいです。You change the world when you change your mind.

## 1年5組 講師 伊藤芙美子

今回伊藤さんのお話を聞いて、「行動すること」の大切さを改めて感じました。最も印象に残ったのは「福祉は歩いてこない」という言葉です。

ニュース番組などではよく介護していた家族内でのトラブルをよく見かけます。それを見て私は何をすればその状況を変えることができるのかがわからずにいました。しかし今日のお話を聞いて自分から助けを求めること、一人で抱え込まないことがどれだけ大切であるかを知ることができました。そしてそのことをもっと伝えていく必要があるのだとも感じました。

## 1年6組 講師 武本睦代

健康寿命と人生 100 年時代はまた違う話なのだとということを知れた。110 歳まで生きることができたとしても、健康でない時間が 20 年、30 年もあったら確かにやりたいこともできないし、寝ている時間も多いので、しんどいのだろうと感じた。

自分の健康寿命を延ばすために、できるだけ運動したい。また今という時間も大切にしたいと思った。

## 1年9組 講師 牧野文恵

「ナルク」の時間預託制度はポイントを使って助け合うことができるから、良い取り組みだと思った。また夢を持ち続けて「失敗してもやってみること」が大切だと思った。レクリエーションは失敗しても笑顔になれたりするから、これから先続けていけばよいと思った。

## ☆夢叶い海外留学へ

8月21日、馬場嘉一君がお母さんと揃って事務所に来られました。

夢叶いカナダの名門、トロント大学に留学が決定したとの嬉しい報告でした。

馬場君は15年前3歳の時から3年あまり、当拠点でナルクの子育て支援をしました。

それから15年を経て、高校生になって、海外留学を希望し、留学の条件の一つであるボランティア活動をやりたいと昨夏来所され、ナルクを通じて階下のデイサービスで食事の手伝いなど経験されました。

大変な努力で様々な難関を突破、この度晴れて留学の夢が叶ったのでした。留学するためのビザの取得や大学の学生寮の手続きなども完了、ただビザの取得には相当時間がかかり、今年の入学に間に合うかとてもヤキモキしたようです。

大学では経済学を学び、将来は金融関係の仕事に就きたいとのこと。これからの4年間は海外で多くを学び、新たな希望を持ち頑張られることでしょう。

私達ナルクがお手伝いした少年が立派な青年に成長され、活躍されることは本当に嬉しい限りです。

(会報担当)





## 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
- ② 7月9日～9月3日茨木高校授業協力が「高齢社会を生きる」をテーマに1年生9クラスを対象に行われた。ナルクからの講師は5名。新しい講師の方を募集しています
- ③ 9月16日大同生命助成金授与式が大阪市内で行われた。助成内容はハンドマッサージ活動など
- ④ 11月1日(土)おにクルで市民活動応援フェスタ大展示会が開催される。ナルクはパネル展示、ハンドマッサージで参加する
- ⑤ 11月20日～21日本部主催「リーダー研修」が開催される。三役会で候補者人選中
- ⑥ 11月23日(日)グリーン作戦の後、事務所にてミニバザーを開催
- ⑦ 立命館大学大学院生がナルク活動に関心を持ち、体験実習をする
- ⑧ 30周年記念行事:10月18日開催「記念フェスタ」の実施に向け、集客についてチラシ・会報の利用などを検討する。10月14日(火)15時頃より行事関係者による最終打合せ・確認などを行う

### ☆8月度の活動実績(提供活動は先月とほぼ同じであったが奉仕活動は全体的に減少した)

| 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  | 411   | 2005                   | 110.4% | 住宅清掃、庭の手入れ、話し相手、PC指導<br>食事作り、外出介助など             |
| 奉仕活動  | 346   | 2804                   | 108.4% | 済生会病院、遠隔援護サービス、自治体活動<br>ドーナツ作り、登下校見守り、福祉施設活動、など |
| 無点活動  | 42  | 930                    | —      | 居酒屋の会   |
| 受託事業  | 高齢者ごいっしょサービス：1件3時間      ひとり暮らし等日常生活：3件6回<br>訪問型サービスB：10件38回 |                        |        |   |
| 預託点利用 | 3件16点   | 庭の手入れ10点、外出介助4点、話し相手2点 |        |   |

### ☆8月度の会員異動(敬称略)

|        |  |
|--------|--|
| 入会会員   | (利用会員)八木りえこ(北春日丘)  |
| 退会会員   | (一般退会)深井浩子(西駅前町)、森田秀夫(大同町)<br>(支援終了退会)隅川裕子・敬(中穂積)<br>(死亡退会)鎌田和子(上穂積)、森田啓子(大同町) 謹んでお悔やみ申し上げます |
| 今月末会員数 | 310名(女性会員209名、男性会員101名) 前月末315名 前年同月324名   |

### 大同生命厚生財団から助成金を受領

9月16日大同生命厚生財団から助成金の贈呈があり、今回ナルク茨木・摂津拠点も助成金10万円を受領しました。

大同生命厚生財団は「シニアボランティア活動」に対して助成金を贈呈しており、今回、当拠点はハンドマッサージや歌おう会活動に必要な経費を申請して助成金対象決定となりました。

今後はこれらの活動を通じて、ナルクのPRに努め、多くの方に支援活動に参加してもらいたいと願っています。(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    |
|-----|-----------------------|--------------------|----------|
| 10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 |
|     | 9・23日 13:00           | パソコン相談             | 事務所      |
|     | 11日(土) 13:00          | 絵手紙の集い             | 事務所      |
|     | 14日(火) 13:30          | 合同委員会              | 中条公民館    |
|     | 18日(土) 13:50          | 記念フェスタ             | おにクル 1F  |
|     | 25日(土) 10:00<br>13:00 | 脳トレーニング<br>健康マージャン | 事務所      |
| 11月 | 8日(土) 10:00           | 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<br>13:00 | なごみ<br>健康マージャン     | 事務所      |
|     | 18日(火) 13:30          | 運営委員会              | 中条公民館    |
|     | 18日(火) 13:00          | 市民講座               | 済生会病院    |
|     | 22日(土) 14:00          | 脳トレーニング            | 事務所      |
|     | 23日(日) 9:00<br>11:30  | グリーン作戦<br>ミニバザー    | チラシ参照    |

おしどりコーナー

ブロッコリーを極める！！

- \* 頼れる黄緑色野菜
- \* 葉酸たっぷり、認知機能低下抑制に
- \* 野菜の中ではタンパク質が多い！
- \* 不足しがちな食物繊維もとれる
- \* 栄養満点ビタミンB1.B2.K.E.C.含有  
リン.鉄 CA など
- \* レモンより豊富なビタミンC
- \* 一年中手に入る



☆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。

☆30周年記念催し予定

| 日         | 時                         | 場 所         | 内 容             | 担 当            |
|-----------|---------------------------|-------------|-----------------|----------------|
| 11月1日(土)  | 11:00~16:00               | おにクル 1F・7F  | 大展示会            | 事務局            |
| 11月16日(日) | 10:00~15:00               | おにクル 7F     | マッチング DAY       | 事務局            |
| 11月23日(日) | 9:00~11:00<br>11:30~15:00 | 茨木市街<br>事務所 | グリーン作戦<br>ミニバザー | チラシ参照<br>チラシ参照 |
| 12月6日(土)  | 13:30~15:30               | 中条公民館       | 施設の選び方など        | 研修             |

運営委員・コーディネーター・地区リーダー・会員の皆様  
合同委員会のお知らせ

日 時：10月14日(火) 13:30~ 15:00~フェスタ打合せ

場 所：中条公民館大ホール

議 題：30周年記念行事全般について

☆万障繰り合わせの上 ご参加をお願いします！！

事務局

\* 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〉<br>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<br>・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〉<br>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)<br>・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<br>・若林三雄(魚庵すし若) |

編集後記

急に朝晩が涼しくなりました。日常の「暑いね」の挨拶が「おはよう」、「こんにちは」、「こんばんは」の挨拶に戻りました。長かった！乗り切った！

◎11月号は11月6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。