



# 花みずき

ナルク高槻・島本 1月号

会報 第363号  
令和7年 1月10日発行  
編集発行：ナルク高槻・島本事務局  
電話・Fax：072-662-0769  
<http://nalc-ts.g.dgdg.jp/>



## 31年目新しい道筋を見つめて

新年あけましておめでとうございます。

まずは昨年10月の拠点創設30周年記念事業に多くの会員の方の参加を得て、大きな節目を共有出来たこと、本当に良かったと感謝しています。12月会報の初面に宮村事務局長の記事掲載と同時に記念写真プリントをお届けしました。会員の方1人1人の支えがあり各会員の貴重な時間とボランティア精神による努力があったからこそ、このような時間を共有でき30年の長きに亘ってナルク高槻・島本のミッションが築き上げて来られたものと思います。会員相互の日々の互助精神がコミュニティをより温かく豊かなものにし、特別な場所として続いて来ました。ナルクの基本である預託・奉仕・自立の各活動をとおして会員同士が互いの支援を受け合い困難を乗り越え交流し助け合って強く結束してきたからだと思います。

ただ会員の高齢化は顕著で「これからは、自分の好きなことだけに日々を過ごしたい」と言う方や「昨日までいつも通りだったのに、ちょっと無理したのかな？」と身体の不調から「カレンダーの予定が白紙になった」「予定が病院診察の日だけになった」との声も聞きます。高齢化は免疫機能の低下が大きく並列で追っかけてきます。昨年長く在籍されていた方が退会され「事務所まで行くことも辛いし、事務所の階段を上がるのも・・・」との話を耳にしました。「今は、ナルクで何も活動してないし利用もしていない。これからもこのような感じなので・・・」も退会された方の声です。

ナルクはどのような時も互いを思いやり支え合って、その絆が大きな励ましにもなって共に新たな道筋を求め達成する鍵にもなっていると思います。この一年も会員相互の持続的なサポートと貢献によりゆっくり牛歩でも前へと歩み健康で幸せに満ちた素晴らしい1年となり拠点31年目の船出がスムーズになることを願っています。

『コミュニティに愛と感謝を込めて』



代表 石田長男



### 会報「花みずき」よりお知らせ

編集委員長 森 正

一年余りに渡り「知っている？わが街」シリーズご拝読頂きましたが12月号をもって最終となりました。また自立活動も各世話人の方からご紹介させて頂いた「ウエルカム！同好会」シリーズも令和7年1月号をもって終了となります。改めてご協力いただいた会員皆様に御礼申し上げます。2月号より新しく新シリーズ「今でしょ!!」がスタート致しますのでご期待ください。



# 運営委員会たより

# ウエルカム！ナルクの輪

書記：石田長男

8地区 佐藤節子

日時：12/21(土)13:30～15:00

場所：事務所サロン

## ○事項

### 1. 報告事項

- ①10/28拠点設立30周年記念式典等と12/11企画委員・運営委員の慰労・反省会



12月会報の写真特集を別途作成

- ② 大阪医科薬科大学看護学部大学院生への研究論文協力
- ③ 年末・年始の事務所閉室(12/28(金)～翌1/3(金))

### 2. 1月の拠点奉仕活動

- ① こども食堂&こどもサロン
- ② 会員誕生月ランチ会
- ③ 大阪医科薬科大学看護学部2回生の実習協力

### 3. 検討課題

- ① 拠点新年懇話会今回は見送る。
- ② 運営委員の補充について
- ③ 拠点事務担当の確認と補充(検討項目)・会計担当・活動点入力・クリーンアップ活動(現担当の継続)・・・会員管理・事務所当番・会報編集発行担当・サロン会計管理・ボランティア保険・拠点活動受入担当窓口・出納・子ども食堂・ランチ会・PC委員・HP担当

## ○フリートーク

- ・会報の「毎月の活動状況」欄について1月号会報から奉仕活動状況を掲載する
- ・拠点予算の来年度以降の「引当金」の計上について

## ○12月の会員入退会状況

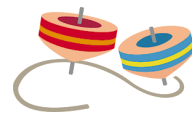
○次回運営委員会;1月18日(土)13:30～事務所サロン(進行:森=書記:宮村)

※今月号の会報に掲載されている事項は、議題のみです。議事内容は事務所にある「運営委員会議事録」でご確認ください。

一般寄付

千円以上の寄付者を記載しております  
匿名希望様 2件

ナルクの輪は私が入会した平成14年に、故萩原朱美さんが繋がりを持って仲良くして行こうと立ち上げられた会です。最初は神峯山寺にウォーキングに行きました。それから何度か近場に行きましたが、歩く会ができたのでその後ははがき絵を習ったり、廣さんの指導でいろいろな飾り物等教えて頂いたり、底にフェルトとかを使い、何重にも縫って仕上げたスリッパは暖かく、今でも重宝しています。又、公民館を借りてフラダンス、ヨガ、コーラス、お料理、布草履作り、苔玉作りなどもしました。今は私の力不足で残念ですが押し絵が主で手芸の会になっています。



季節の花とか行事等の、飾り物も作り、実用的な小物もいくつかつくり、次は何をしようかということが多い状態です。

何かしたいことがあれば会員さんで、特技、趣味を持っておられる方がおられ教えて頂ける可能性があるかと思っておりますので是非希望、ヒントをお寄せください。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

第2月曜日は13時～15時、第4月曜日は10時～12時と変則ですが気軽にお茶のみがてら寄っておしゃべりしたりしてくつろげる場所、それぞれが違うことをしてもいい居場所にしていきたいと思います。



## 会員の動向

令和 6. 12. 31現在  
172世帯 245名

	氏名	地区	世帯	人数
入会	藤田卓・圭子	1	1	2
退会	有森美保	12	1	1
	伊地知秀政・美紀子	14	1	2
	平池道代・重季	12	1	2

# 2024年12月の活動状況



預託活動(寄付金)	活動内容	提供者名	点数	活動内容	提供者名	点数
	家事支援	ゴミ出し	入江 	1	留守宅支援	入江 
	買い物	宮村	9	風通し/買い物	入江	6
通院・介助	生活支援	○入江, 柿本眞, 柿本邦, 横関	5	院内介助	入江	2
	車いす介助	宮村	8	院内介助/溝掃除	○石田, 甲田	2
	雑用支援	入江	2	見守り/庭掃除	○入江, 柿本眞	5
	療養支援	池田	1	話し相手	加藤 	5
	話し相手	(○小林)下妻, 瀧本, 三上	3	通院介助	石田	3
	他	水やり	入江	1	子守	柿本邦
(点利用)	剪定	○品川, 入江寛, 古田	6	※1月17日(奇数月第3金曜日)は包丁研ぎがあります 希望の方は当日午前中までに 事務所へ持参してください		
	剪定	○品川, 入江寛	8			

奉仕活動	市福祉	空き家見守り	石田, 池田	2	子育て	子ども食堂	○田中千, 金山, 木村, 佐藤	96	
		研究協力	(○石田)平井	2		古田, 前田, 山上, 山中			
	ナルク活動	※各地区の会報配りは変更あれば事務局; 宮村さんまで(年2回掲載とします)							
		会報配り	平田, 山之内, 甲田, 水谷, 横関, 半田, 池田, 田中し, 高見, 樋口, 小林 三上, 矢部, 下妻, 佐藤, 古田, 戸嶋, 石田, 子安, 森, 杉本, 宮村, 永井					25	
ランチ会		(○田中)佐藤, 木村, 瀧本, 持田, 山上					30		

☆統計	預託活動						奉仕活動						
	提供	一般	ライフサポート	点利用	コーディネート等	当番等	合計	福祉	子育て	環境	ナルク活動	合計	
2024年12月													
人数(人)	15			2		24	39	4	8		24	36	
点数(点)	56			14		40	110	5	96		109	210	
今期点数累計	651		1	83		3	416	1154	179	738	28	1234	2179

団体賛助会員  
敬称略

リ・アライブサービス(株)ポンポン山 ノーマライゼーション高槻  
アクトアモーレ・店舗部会管理組合法人

## 12月の拠点の行事实績

21日	運営委員会	7名	1日 15日	子供食堂 & 子供サロン	16名
-----	-------	----	-----------	-----------------	-----



## 拠点の行事予定

12/28日(土)~1/3(金)	年末・年始休暇	
1/18日(土) 13:30~	運営委員会	事務所サロン
1/24日(金) 13:00~	医大看護学部 授業・学習協力	大学校舎 実習室
1/13(月) 10:00~ 1/19(日) 10:00~	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン
2/15日(土) 13:30~	運営委員会	事務所サロン
2/2(日) 10:00~ 2/16(日) 10:00~	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン

## 同好会の予定

名称	R7/1月	R7/2月	場所	世話役
ナルクの輪	6日休み 27日(月)	10日(月) 24日祭日	事務所 サロン	佐藤 (第8地区)
謡の会 10時~	25日(土)	8日(土) 22日(土)	事務所 サロン	小林令 (第7地区)
PC・写真 同好会	10日(金) 24日(金)	14日(金) 28日(金)	事務所 サロン	福原 (拠点在席)
健康麻雀 13:00~	12日(日) 26日(日)	9日(日) 23日(日)	事務所 サロン	田中 (第5地区)
囲碁・将棋 同好会	休会	休会	事務所 サロン	樋口 (第6地区)
健康 カラオケ	23日(木)	27日(木)	JOYJOY	森 (第12地区)
歌声ひろば 13:00~	27日(月)	17日(月)	JOYJOY	森 (第12地区)
楽々 ウォークの会	-	-		石田 (第10地区)
ソフトボール 同好会	22日(水)	-	庄所運 動広場	堀 (第12地区)
ますます 元気体操	毎週金曜10:30~		事務所 サロン	松井 (第4地区)

## 12月の同好会の実績



ナルクの輪	4名、押絵で来年の干支の巳を作るのと、年初めの作品の用意(ぶどうと木の実) 後半年末休み	健康 カラオケ	今月休み
謡の会	4名、「社若」おさらい、ワキ役・シテ役を単独で謡い発表会に備え、上級者の教えを乞う、後半休み	歌声 ひろば	9名、今回は年末で趣向を変え「とも吉高槻」にて忘年会といたしました。
PC・写真 同好会	4名、Microsoft11になかなか慣れなく、トラブル解消のしかたを学ぶ、写真で構図の勉強	楽々 ウォークの会	今月休暇
健康麻雀	7名、8名、厳しい寒さとなり、皆さんの出足は？心配無用、思わぬ熱気、やる気満々	ソフトボール 同好会	12/12日 4名(4名)、本年最後、天候晴れ、軽く運動で締めくくり
囲碁・将棋 同好会	休会中	ますます 元気体操	3回、19名、新年は1/10から開始します、今年も「健康第一！」で頑張りましょう