



ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

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>



みんなでフェスタ！みんなのフェスタ！！

石田あけみ

当拠点の 30 周年を記念するイベントが 10 月 18 日おにクルきたしんホールで約 160 名の参加で開催されました。

開会挨拶の後、福岡茨木市長から長年にわたるナルク活動への感謝と 30 周年に対するお祝いの言葉を頂きました。

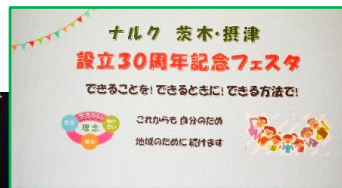
市民活動センター入交センター長による講演の中、茨木高校でナルクの授業協力が始まった経緯が話され、氏の教育への熱い思いが伝わる内容でした。また茨木市の総合計画の中から、おにクルから発信する『共創のまちづくり』についても詳しく語って頂きました。

そのあと軽く体操し、ナルク活動を DVD で紹介、「みんなで一緒に！」のコーナーでは生バンドによる歌、フラダンス…と、楽しい時間を会場の皆さんと共有しフィナーレとなりました。

多くの会員が時間をかけて企画や準備に関わりました。一人一人は微力ですが結集すれば大きな力を発揮できることが証明された一日でした。

ボランティア活動は地域の中で行います。地域の皆さんとともに歩んできた 30 年は私たち会員の軌跡でもあり地域の軌跡でもあると思います。

参加していただいた全員に感謝です！！



56人の方が感想を寄せてくださいました

あまり気張らずに人と繋がりながら活動をしていきたいと思いました

ナルクの紹介 DVD、グー！とても良く分かりました。素晴らしい活動をたくさんされているのに感謝です

ナルクバンドで楽しく歌って良かった、フラダンスも華やかでした

「町じゅうみんなで子供を育てる」とても共感しました

「人は一人では生きられない」共感しました

「市民の困りごとを活動につなぐ、共に学んでいこう！！」素晴らしいです

入交先生のお話が心にしみました
ナルクとの長いつながり
高齢社会、子育て支援、市民が主役になること…
「ナルクの活動が、市の目ざす街づくり」という言葉にしみじみ感じ入りました

☆ふるさと紹介 （大阪市）

私の生まれは鹿児島県の喜界島ですが、生まれて間もなく大阪の方に引っ越してきました。幼稚園の頃からは大阪市西区の境川にあった父親の社宅に住んでいました。父親は市電(チンチン電車)の運転手をしていて、社宅のすぐ前を市電が走っており、子供の頃はよくこの電車とかけっこをしたものでした。また、イベント開催時には、この市電に花飾りをあしらった花電車が走っており、とても華やかで綺麗でした。



社宅の近くにあった九条南公園でよく遊んでいましたが、毎年夏にはこの公園で盆踊り大会が開催され、近くの商店街では御神輿が練り歩き、屋台なども多く出て、とても賑わっていました。

芥川賞作家の宮本輝の小説『流転の海』の舞台となった街並みは、自分の住んでいた町を彷彿とさせるもので、子供の頃の思い出が懐かしくよみがえります。

今は市電も無くなり、子供の頃の街並みとはすっかり変わっていますが、とても懐かしい所です。
(南春日丘 永田瑠璃子)

☆済生会茨木病院ボランティア活動

済生会病院エントランスで9月11日(木)「内田友咲さんのピアノコンサート」がありました。私達はボランティアとして、会場の設営や各階の入院患者さんの車椅子移動、歩いてこられる方の案内など行いました。

演奏はクラシック、童謡、唱歌などと盛り沢山で、皆さん楽しいひと時を過ごされ「とても楽しかったよ!」との言葉を頂きました。コロナの影響で現在は年に一度の開催となり、少し寂しく思っています。



私達ボランティアのメンバー本来のお手伝いは、入口での受付誘導や、自動支払機でお困りの方のお手伝いをさせて頂いています。コロナ前は各階ロビーで入院患者さんのお話相手などもしていましたが、今はそれも出来なくなり、寂しいものがあります。

今回コンサートのお手伝いをして、「今日はお役に立てたのかな?」と思う。この幸せな気持ちはボランティア活動に関わっているお陰と感謝しかありません。
(三島丘 中川幸子)

☆お誕生会 9月27日 13:30～ 参加者42名

お誕生日当人として、そして、準備係として参加しました。

会場の中央にはたくさんの常備菜。何人もの会員の方が一品ずつ作って持ち寄るといのはとてもいいアイデアだと思いました。どれもおいしく、中には初めての味もあり「こんな料理の仕方もあるんだ」と感心しました。秋のフルーツ、ぶどうや梨そして柿等もとても美味しかったです。

サニーサイドによるハッピーバースデーの歌に始まり、誕生月会員の紹介、サニーサイドの演奏でみんなで歌いました。そしてビンゴゲーム。私は、ゲーム機を回して転がり出た球に書いてある番号を読みあげる係でした。ゲーム前半はなかなかリーチも出ず、「もしかしたら、玉に書いてある番号は皆さんが持っているビンゴカードの数字と一致してないのかも…」と心配になりましたが、後半に入りやっと、「リーチ」の声がちらほら聞こえてきました。すると、「ビンゴ!」という声。

ゲームは盛り上がり、参加者の皆さんも担当の私達もとても楽しみました。

ナルクの活動に参加すると、エネルギーで活動を楽しむ雰囲気に入れられ、私もこの一員でよかったと思いました。
(大池 森川美帆子)





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:3件、成立 0、不成立 1 件、返事待ち 1 件、確認中 1 件
- ② 9 月 27 日お誕生会が開催され、手作り料理のおもてなしがあり好評であった
- ③ 10 月 18 日おにクルきたしんホールで 30 周年記念フェスタが開催された(1 面記事参照)
- ④ 本部理事会が東京で開催される。主な議題はナルク発展 5 ヶ年計画
- ⑤ 11 月 1 日市活応援フェスタが開催され、パネル展示とハンドマッサージが行われた
- ⑥ 11 月 6 日シニアプラザでシニアカレッジ講座が開催される
- ⑦ 11 月 16 日(日)市活マッチング DAY がおにクル 7F 市民交流スペースで開催される。10 時～15 時
- ⑧ 11 月 20 日～21 日リーダー研修が開催される⇒当拠点から該当者なし
- ⑨ 11 月 23 日(日)クリーン作戦・ナルクミニバザーが開催される(10 月配布チラシ参照)
- ⑩ 立命館大学院生 2 名ナルクで支援活動に同行参加
- ⑪ 30 周年記念行事について状況の報告

☆9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イベントの準備などで増)

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	384	2389	109.6%	住宅清掃、話し相手、PC指導、食事作り 外出介助、買物など
奉仕活動	575	3379	108.9%	済生会病院、登下校見守り、福祉施設活動 遠隔援護など
無点活動	198	1128	—	お誕生会、健康マージャン、なごみ、歌おう会
受託事業	高齢者ごいっしょサービス：0 件 時間 ひとり暮らし等日常生活：4 件 8 回 訪問型サービスB：10 件 42 回			
預託点利用	6 件 13 点	庭の手入れ 10 点、外出介助 4 点、話し相手 2 点		

☆9月度の会員異動(敬称略)

入会会員	—
退会会員	(一般退会)土谷日出彦(新郡山)、細川登美子(三島丘)
今月末会員数	308 名(女性会員 208 名、男性会員 100 名) 前月末 310 名 前年同月 327 名

伝言板

年賀状で声掛けしましょう

利用者の方々にお届けしたいと思います
宛名書きのお手伝いをお願いします

11月17日(月) 13:00～ 事務所にて
会報

フェスタクイズにご参加ありがとうございました 応募の中から

11月18 日運営委員会にて抽選し、当選者は
12 月会報で発表致します。

お楽しみに!!! 30 周年記念委員会

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
11月	1日(土) 11:00	市活大展示会	おにクル 1F
	5日(水) 12:30	三役会	事務所
	8日(土) 13:00	絵手紙の集い	事務所
	13・26日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター 喜楽
	13・27日 13:00	パソコン相談	事務所
	15日(土) 10:00 13:00	なごみ 健康マージャン	事務所
	16日(日) 10:00	マッチング DAY	おにクル 1F
	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
	23日(日) 9:00 11:30	グリーン作戦 ミニバザー	チラシ参照
12月	11・24日 15:00	ハンドマッサージ	ケアセンター 喜楽
	12日(金) 13:00	三役会	事務所
	13日(土) 10:00 13:30	絵手紙の集い 誕生会	事務所 中条公民館
	15日(月) 13:30	歌おう会	おにクル3F
	17日(水) 13:30	運営委員会	中条公民館
	20日(土) 10:00 13:00	なごみ 健康マージャン	事務所
	年末年始の休み 12月27日～1月4日まで		

☆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

日	時	場 所	内 容	担 当
12月6日(土)	13:30～15:30	中条公民館	施設の選び方など	研 修
12月14日(日)	13:00～17:00	おにクル1F	絵手紙・ハンドマッサージ等	PR部門

30周年記念セミナー③

日 時：12月6日(土) 13:30～15:30

場 所：中条公民館

テーマ：賢い入居施設の選び方・費用・手続きについて

講 師：大池・中津地域包括支援センター 西谷センター長

締 切：11月28日(金)

※家族の為、自分の為にも今から知識を！！ 友人・知人お誘いの上、ぜひご参加下さい



お誕生会 9～12月生まれの方

日 時：12月13日(土) 13:30～

場 所：中条公民館

担 当：東ブロック・西ブロック

*該当の方には案内状を送ります
誕生月以外の方も参加をお願いします

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15日(月) 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

・朝はどこから・いい湯だな・かあさんの歌
・きよしこの夜・街の灯り・雪の降る街等を等々

*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〉 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〉 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

30周年記念イベントのファスタが、リーダーの指揮のもと打合せを重ね、会員が協力し合って開催、参加していただいた方々には楽しんでもらえたと思います。皆様お疲れ様でした。(Y・T)

◎12月号は12月2日(火) 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。

おしどりコーナー

空心菜炒め

赤唐辛子 1本 小口切り
空心菜 200g
ニンニク 1片みじん切り
油大2
ナンプラー小1
オイスターソース 小1

鍋をよく熱し、赤唐辛子、ニンニクを入れ、さっと炒め、空心菜をシャキシャキ感がある程度で、ナンプラーと、オイスターソースで調味する
(シェフ 藤田)

