



花みずき

ナルク高槻・島本 4月号

会報 第366号
令和7年 4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/>



拠点30周年・記念行事 ランチ会実施報告

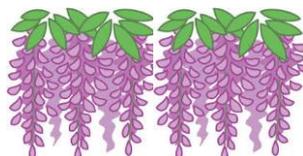
5地区 田中千鶴子

高槻・島本拠点が30周年を迎える令和6年度の4月～1年間で所属会員の全員が公平に感じる企画を考えた時、誕生日だと思いました。コロナ禍では会員同士の交流が出来なかった事を残念に思っていました。誕生月に該当する会員の皆さんに（誕生月ランチ会）の案内状を届けて何人の方が参加されるかなあ！そんな単純な思いから始めたランチ会でした。3月の最終月を終えて私の単純な思い付きにスタッフとしてご協力いただいた持田・佐藤・山上・山中・瀧本さんや、お手伝い頂いた方は本当にお疲れ様でした。個人的には毎月ご案内状を作成してお名前を印刷しながら、お元気かなと思う方には直接電話をしてお誘いしました。実施したランチ会では出席者は食材代400円で主なメニューは炊き込みご飯又はちらし寿司に具沢山の汁物・小鉢とロールケーキです。スタッフは食材費300円でケーキ無しです。



出席者同士がお互いにナルクに入会した動機を発表し又90歳台の方もまだまだ元気ですと現況を報告されていました。毎月楽しい話に元気を戴きました。令和6年10月28日のクロスパル・イベントホールで盛大に開催した『30周年記念大会』と、併せて『誕生月ランチ会』も拠点の30周年記念としての企画です。30年の歴史を持つ拠点で

- 『①時間預託でサポート活動に参加した方
- ②困った時にサポートを受けた方
- ③地域貢献活動に参加した方



④ナルク活動で拠点を支えた方』の延べ人数を思えば、今後ともボランティア団体として未長く継続するために、若い方（50歳から70歳）の入会をお誘いしたいと心から願います。

ご案内 高槻・島本拠点第30回定時総会

日時：2025年6月15日（日） am9時30分受付（10時総会開始）
場所：高槻市総合市民交流センター（クロスパル高槻）7F702会議室
多くの会員皆様のご出席お待ちしております。
〔注・総会議案書等資料は会報5月号と一緒に配布いたします〕

ご案内 駅前クリーンアップ活動

日時：5月24日（土） 9時集合・開始～11時 予備日5月25日（日）
（当日朝7時にNHK天気予報でamの降水確率50%以上の場合は順延）
場所：JR高槻駅北口バスロータリー西端喫煙所付近
ご参加よろしくお願いたします

運営委員会たより

今でしょ!! 脳梗塞を乗り越えて

書記：堀 義明

9地区 山口礼子

日時：3月22日(土)13:30~15:00

場所：事務所サロン

○事項

1、報告事項

- ・会報配布中 会員の単独事故（ナルクボランティア保険で対応）
- ・毎月の会報の本部送付は中止 他拠点会報の閲覧方法 ホームページに掲載する



2、拠点活動の予定

- ・4月1日(火)~14日(月)えきちかギャラリーで写真同好会の作品展
- ・大阪医科薬科大学看護学部3年生の実習協力 5月 3回
- ・5月24日(土) 公益活動サポートセンター総会
- ・5月30日(金) ナルク本部定時総会 エルおおさか(大阪府立労働センター7F)
- ・6月15日(日) ナルク高槻・島本定時総会クロスパル高槻7F 702号室9時30分より

3、検討課題

- ・駅前クリーンアップ活動 5月24日(土)9時より
- ・総会で運営委員・監査 補充を承認してもらう
- ・4月19日(土) 拡大運営委員会 9時30分より 社会福祉協議会2F 各地区の現状と問題点、今後の拠点の取り組みについて



○3月の会員入退会状況

○フリートーク

○4月拡大運営委員会:4月19日(土)午前9時30分より 社会福祉協議会2F (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。

会員の動向

令和7. 3. 31 現在
168世帯 242名

3年前(2022年)の6月第1土曜日 ナルク事務所からの帰り自転車に乗ろうとしたとき足が上がらず押して家に帰りました。次の日に子供食堂の手伝いがあり休む旨当日連絡を入れました。田中千鶴子さんから即119番に電話をかけるよう促され救急車を呼びました。脳梗塞でした。即高槻病院に入院することになり早めの対応出来た事に田中さんには大変感謝しております。

入院当初は車椅子での移動を余儀なくされ、3週間程高槻病院に入院し隣接するリハビリテーション病院に転院しました。体の左側の動きが悪く、特に左足の力が入りません。毎日、理学療法士、作業療法士、言語療法士の方達の指導を受けリハビリを続けました。病院とリハビリテーション病院あわせて2ヵ月半位、8月半ばに退院できました。理学療法士さんから帰ってからのリハビリ運動の指導を受け毎日続けるよう言われました。家に帰ってから早朝主人と1時間程ウォーキングの毎日でリハビリ運動も頑張り食事は減塩に心掛けました。



入院前は運営委員、会報・活動ポイント入力・事務所当番の手配、表作成などのナルク活動をしていましたがすべて中止してリハビリに努めました。お蔭様で徐々に体調回復に向かっており今は少しずつでは有りますが、体力・人とのふれあい、関わりの為に楽々ウォーキングに参加したり、会報・花みずきの作成に携わっています。自宅からは少し距離有りますが、ナルク事務所には歩きで行っています。ここまで回復した事に感謝して今は無理せずにナルク活動はじめ今出来る手伝いをしていきたいと思っている今日この頃です。



	氏名	地区	世帯	人数
入会	尾崎誠治	5	1	1
	南方せつよ・圭二	7	1	2
	山中紀子	2	1	1
	白石信子	12	1	1

2025年3月の活動状況



	活動内容	提供者名	点数	活動内容	提供者名	点数
預託活動 (寄付金)	家事支援 買い物	宮村 	3	留守宅支援	入江 	2
	掃除他	入江	4	家事支援	入江	1
	通院介助	(○小林)樋口	1	風通し	入江	5
	車いす介助	入江	5	車いす介助	石田	1
	話し相手	(○小林)瀧本、三上	3	見守り/庭手入れ	○入江、柿本眞 柿本邦	7
	子 子守	柿本邦	1	話し相手	加藤	5
(点利用)	包丁研ぎ	小西	7	※年度末の預託点残高をお知らせします (年間活動 5点以上の方)		
	草引き	○入江、横関	4			

奉仕活動	市	空き家見守り	石田、池田		2
	子	こども食堂	○田中千、木村、佐藤、古田、前田、山上、山中		73
	ナ	ランチ会	○田中千、佐藤、持田、山上		19

☆ 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
2025年3月											
人数(人)	11		8		28	39	2	7		27	36
点数(点)	38		11		43	92	2	73		83	158
今期点数累計	775	1	99	3	532	1410	220	923	28	1500	2671

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

3月の拠点の行事实績

22日	運営委員会	10名	2日 16日	子供食堂 & 子供サロン	15名
19日	誕生ランチ会	9名			

拠点の行事予定

4/1日(火)～4/14(月)	会員作品展示会	えきちかギャラリー
4/19日(土)9:30～11:30	拡大運営委員会	ボランティアセンター-2F
4/6(日)10:00～ 4/20(日)10:00～	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン
5/24(土)13:30～	運営委員会	事務所サロン
5/4(日)10:00～ 5/18(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	R7/4月	R7/5月	場所	世話役
ナルクの輪	14日(月) 28日(月)	12日(月) 26日(月)	事務所 サロン	佐藤 (第8地区)
謡の会 10時～	12日(土) 26日(土)	10日(土) 24日(土)	事務所 サロン	小林令 (第7地区)
PC・写真 同好会	11日(金) 25日(金)	9日(金) 23日(金)	事務所 サロン	福原 (拠点在席)
健康麻雀 13:00～	13日(日) 27日(日)	11日(日) 25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	24日(木)	22日(木)	JOYJOY	森 (第12地区)
歌声ひろば 13:00～	28日(月)	26日(月)	JOYJOY	森 (第12地区)
楽々 ウォークの会	滋賀マキノ メタセコイヤ	がま°-く いばきた		石田 (第10地区)
ソフトボール 同好会	—	—	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)

3月の同好会の実績



ナルクの輪	4名、5名、木の実とサンキライの押絵の続き、新しく参加者あり、にぎやかに	健康 カラオケ	5名、初夏の気候、桜の話題もちらほら、5名の参加でそれぞれのジャンルの歌、6曲づつ
謡の会	6名、5名、過去の「謡」の稽古、新鮮な気持ちで取り組む、新たな見学者あり是非ご参加を！	歌声 ひろば	7名、春の歌を中心に、「春よ来い・さくらさくら・桜・花のメルヘン・れんげ草・早春賦・・・」18曲を
PC・写真 同好会	8名、8名、4月の作品展の打ち合わせを中心に、	楽々 ウォークの会	3月の予定(東近江市の大風会館)は中止 4月に滋賀マキノ(メタセコイヤ並木)に変更
健康麻雀	5名、7名、若干参加者も少なく淋しいが、女性群の活躍が顕著、高得点続出	ソフトボール 同好会	(4月より再開予定)
囲碁・将棋 同好会	休会中	ますます 元気体操	今月4回 26名、(杉・檜)花粉・黄砂、また寒暖差もあり体調は最悪、皆さん十分御注意を！