

NPO 法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ
 NALC 東大阪・大東拠点 広報部会発行
 〒579-8027 東大阪市東山町 14-16-105
 TEL,FAX 072-940-6955
 E-mail nalc.mez@axel.ocn.ne.jp
 ホームページ <https://mezame123.sakura.ne.jp>



東大阪・大東拠点 1月号

No.307

～新春によせて～

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましては健やかな新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

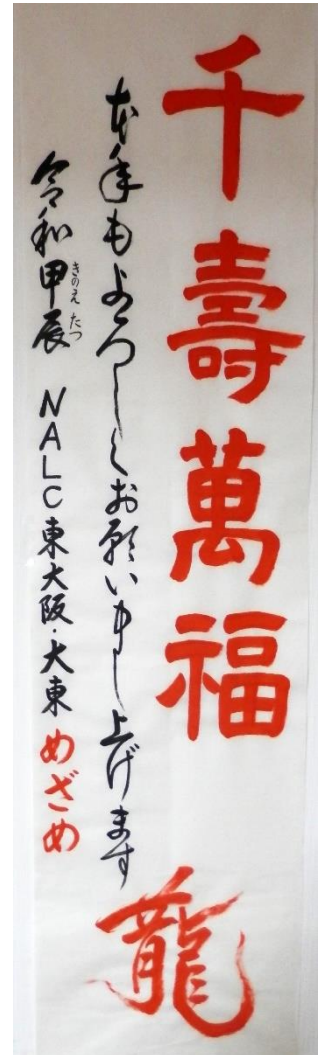
新型コロナウイルス感染症による制限で4年間いろんな所で厳しい状況が続いた中、2月に街かどデイハウスの第1回の作品展を、2年に1度の「めざまバザー」を10月に、ともに好評のうちに開催できました。これもひとえに会員様はじめ周囲の方々のご支援の賜と深く感謝申し上げます。

昨年春から新型コロナウイルス感染症は5類に移行して行動制限が緩和されました。まだまだ以前のようにはいきませんが、提供活動、同好会活動、おしゃべりサロンなど「めざま」の活動が地域に浸透しつつあるようで新入会員の方も少しずつながら増加傾向にあります。

安心、安全、楽しい「ナルクめざま」と健全な資金運営を目標に頑張りますので今年もご指導ご協力の程よろしく願いいたします。

代表 奥田 政子

中石切町 三角 豊雲氏 書

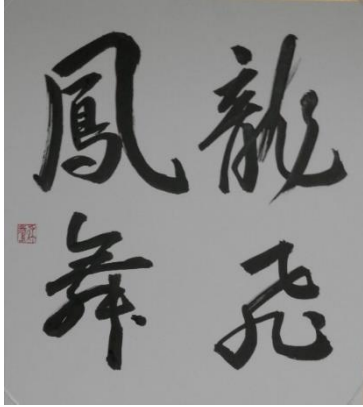


2024年1月号の目次

- 1面 奥田代表新年のご挨拶 新年の揮毫 三角豊雲氏 賛助会員名
- 2面 新年の揮毫 山本秋鷺氏 担い手養成研修案内
- 3面 ナルクマスコットキャラクター募集案内 新入会員ご紹介
- 4面 めざまめ文壇 事務局だより
- 5面 街かど「みんなでたのしも会」だより
- 6面 めざまめ行事予定おしらせ、編集後記

私たちの活動は賛助会員の皆様によってご支援頂いております（敬称略・順不同）

社会福祉法人 由寿会、 社会福祉法人 春光園、 社会福祉法人 川福会



西石切町 山本 秋鷺氏 書

龍飛鳳舞

大きく羽ばたき、運気を転換し、大望を成就するという
含意のある誠に縁起の良い、初春にふさわしい言葉です。

「訪問型助け合いサービス・通所型つどいサービス」事業従事者を募集

めざめでは、平成 30 年度から「訪問型助け合いサービス」「通所型つどいサービス」を実施しています。介護ヘルパー等の有資格者のほか、東大阪市が開催する養成研修（2日間）を修了することでサービス提供に従事することのできる「担い手」を募集しています。

2月に養成研修が開催されますのでお知らせします。担い手応募、または、研修受講を希望される方は、めざめ事務所まで連絡ください。

<2月に開催される 担い手養成研修>

受講要件：東大阪市内に在住・在勤の方

ただし、東大阪市内外在住の方であっても、東大阪市内のボランティアグループ等で活動されている方または、活動される予定の方は受講可能です。

受講費用：無料

開催日：令和6年2月16日(金)・22日(木)9:30~17:00(計2日間)

会場：男女共同参画センターイコラム 第1・第2研修室

(岩田町4丁目3番22号近鉄若江岩田駅前 希来里施設棟6階)

定員：30人

申込方法：申込書と本人確認書類(運転免許証など)の写しを、

令和6年1月25日(木) [必着] までに

〒577-8521 東大阪市役所 地域包括ケア推進課宛てに郵送。

※ 申込書は市ウェブサイトからダウンロード可(めざめ事務所でも準備できます)。
申込要件など詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。下記にお問い合わせください。

問合せ先：東大阪市役所 地域包括ケア推進課

電話：06-4309-3013 FAX：06-4309-3814

ナルク マスコットキャラクターデザイン募集のご案内

ナルクは2024年設立 30周年を迎えるにあたり、記念行事を盛り上げて広くPRしてくれる、ナルクらしく親しみやすいマスコットキャラクターのデザインを募集しています。募集要項の概要は以下の通りです。

多数のご応募をお待ちしています。

募集要項

1. 締切

2024年2月29日（木曜日）必着

2. 募集内容

*ナルクのイメージにふさわしく、親しみやすいデザインであること

*ナルクを広く紹介していくうえで、様々な用途に対応できるシンプルなデザインのもの
キャラクターデザインの例



*ナルク愛にあふれていること

*明るく・親しみやすく・活動的

*既存デザインまたはそれに類似したものではなく、応募者自身が著作権を有するものであること

（著作権で問題が生じた場合は応募者の責任になります。）

*カラーで描画してください。

3. 応募資格

会員・非会員を問いませんが、応募は1点のみ

4. 応募方法

応募用紙にキャラクターデザインを添えて、めざめ事務所宛ご提出ください。募集要項及び応募用紙はめざめ事務所にお問い合わせください。応募にあたっては募集要項を熟読いただく事を前提といたします。

5. 賞品

賞金 1万円

6. 結果発表

2024年3月中に各拠点に通知されます。（めざめ紙に掲載します。）

12 月度新入会員のご紹介

弥生町 宇都宮 千栄子さん
源氏ヶ丘 竹中 秀明さん
岩田町 柴田 道信さん

ご入会ありがとうございます。よろしく申し上げます。



めざめ文壇

(川柳)

メエメエやぎさんの投稿

公園に野良犬なのか置きみやげ

始末してもらえず野良に成り下がる

愛犬の皆さん、後始末はしっかりしましょう。でない

愛犬が下品な駄犬になり下がりますよ。

(俳句)

松野 明子さんの投稿

新年の誓いいつ迄続くやら

初場所やイケメン力士花を添え

毎年誓いは三日と持たずの繰り返し。でもないよりいいか!?

相撲取りも強けりやいい時代ではないようですね。

(短歌)

浅井 五月さんの投稿

振り向けば夜の帳が下りし頃

峠の宿に灯り瞬く

曙の山の端静かに白みゆく

希望に向かい決意新たに

いつも光景が目に見えれば素敵な歌ですね。心洗われます。

今月もありがとうございました。

事務局だより

1. 時間預託活動実績・提供 (11月分) 提供実人数 25人

	家庭内外仕事援助ほか	家事援助	介助・介護	サポート活動	計
延べ人数	8人	8人	1人	17人	34人
点数合計	37点	31点	11点	70点	149点

2. 時間預託活動実績・利用 (11月分) 利用実人数 11人

	家庭内外の仕事援助と精神的援助	家事援助	介助・介護	計
延べ人数	5人	6人	2人	13人
点数合計	32点	17点	4点	53点

3. 奉仕活動実績 (11月分) 奉仕実人数 51人

	サロンとその活動	会報手配り ふれあい交流会	基本的拠点 活動関連	広報活動 関連	本部業務 関連	計
延べ人数	4人	40人	10人	8人	1人	63人
点数合計	40点	54点	20点	16点	26点	156点

4. 会員の動向 (12月31日現在)

男 61名 女 155名 合計 216名 (168世帯)

5. 地域別会員数 (12月31日現在)

やまなみ地区 134名 きらり地区 39名 ゆめ地区 41名 大東地区 1名 その他 3名

2024年
街かどデイハウス
だより



街かどデイハウス予定表 (1/16~2/15)

開所日	当日の内容		講師名 (敬称略)		
	午前	午後			
1月	16	火	介護予防	習字	藤本 陽子
	17	水	介護予防	アレンジフラワー	増田 啓子
	19	金	介護予防	詩吟/麻雀	
	22	月	介護予防	マーじゃん	
	23	火	介護予防	太極拳	藤本 陽子
	24	水	介護予防	手芸	藤森 三千代
	26	金	介護予防	絵手紙/麻雀	西川 正野
	29	月	介護予防	マーじゃん	
	30	火	介護予防	フリー	
	31	水	介護予防	カラオケ	街かど
2月	2	金	介護予防	習字/麻雀	藤本 陽子
	5	月	介護予防	マーじゃん	
	6	火	介護予防	はがき絵	藤本 陽子
	7	水	介護予防	カラオケ	街かど
	9	金	介護予防	折紙/麻雀	藤弘 恵津子
	12	月	祝日	建国記念日振替休日	
	13	火	介護予防	抹茶作法	増田 啓子
	14	水	介護予防	手芸	藤森 三千代

街かど利用者S様より、投稿を頂きましたのでご紹介いたします。

街かど「みんなでのしも会」との出会い

長年住み慣れた地から離れて、引っ越してきたばかりの私は、毎日が辛くて寂しさから抜ける事ができずに過ごしていました。

或る日「街かどデイハウス」の存在を知りましたが見知らぬ場所へ出かける気持ちになるまで覚悟が必要でした。勇気を振り絞って「街かど」の扉を開けて一歩入った瞬間、雰囲気の間かさを感じてホッとしました。皆様の優しさに触れ、すぐに参加の申し込みをして週2回通っています。

楽しい会話から始まって介護予防の後、皆さんと一緒に頂く昼食は心温まる時間となり、午後は趣味の時間で充実の日々を過ごしています。「街かど」だけでなく「めざめ」にも入会して、様々な活動にも参加でき、カレンダーには予定が一杯詰まるようになりました。

落ち込んでいた日から、今は楽しい毎日を過ごすことができるようになり、感謝です。ありがとうございます。これからも宜しくお願いいたします。



♪みんなでのしも会♪

TEL & FAX 072-980-7040

東大阪市西石切町2-6-101.102
(新石切駅から徒歩3分/ローソン北隣)

～文化作品展のご案内～

3月10日(日) ゆうホールにおいて
文化作品展を開催の予定です。


出展作品の条件等については、後日お知らせいたします。

2024年1月～2024年2月行事予定表					2024年1月16日～2024年2月15日	
月	日	曜日	行 事	時 間	場 所	
1	16	火	コーディネーター連絡会	10:30～12:00	めざめ事務所	
	17	水	小若江整骨院体操教室	13:30～15:30	上小阪自治会館	
	18	木	街かどスタッフ会議	10:00～12:00	街かど事務所	
	18	木	1月度部長会	14:00～16:00	めざめ事務所	
	18	木	さくら体操教室	9:30～11:45	菱屋西公民分館	
	19	金	豊浦体操教室	9:45～11:15	豊浦自治会館	
	19	金	カラオケ同好会	13:00～16:00	まねきねこ新石切	
	20	土	おしゃべりサロン	10:00～15:00	めざめ事務所	
	22	月	さくら体操教室	9:45～11:15	菱屋西公民分館	
	22	月	卓球同好会	13:30～16:00	西岩田自治会館	
	24	水	囲碁・将棋同好会	10:00～16:00	めざめ事務所	
	25	木	さくら体操教室	9:30～11:45	菱屋西公民分館	
	25	木	麻雀同好会	10:00～12:00	めざめ事務所	
	27	土	西のおしゃべりサロン	9:30～11:30	市民多目的センター	
29	月	卓球同好会	13:30～16:00	西岩田自治会館		
2	1	木	さくら体操教室	9:30～11:45	菱屋西公民分館	
	1	木	麻雀同好会	10:00～12:00	めざめ事務所	
	2	金	豊浦体操教室	9:45～11:15	豊浦自治会館	
	3	土	おしゃべりサロン	10:00～15:00	めざめ事務所	
	5	月	さくら体操教室	9:45～11:15	菱屋西公民分館	
	5	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館	
	7	水	会報作成会合	10:00～16:00	めざめ事務所	
	7	水	小若江整骨院体操教室	13:30～15:30	上小阪自治会館	
	8	木	会報各ブロック向け分配	10:00～15:00	めざめ事務所	
	8	木	さくら体操教室	9:30～11:45	菱屋西公民分館	
	10	土	やまなみ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	東大阪市立東体育館	
	10	土	きらり地区ふれあい交流会	10:00～12:00	希来里	
	10	土	ゆめ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	市民多目的センター	
	12	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館	
	14	水	お抹茶茶話会	13:00～15:00	市民多目的センター	
	15	木	街かどスタッフ会議	10:00～12:00	街かど事務所	
	15	木	2月度部長会	14:00～16:00	めざめ事務所	
15	木	さくら体操教室	9:30～11:45	菱屋西公民分館		

《編集後記》

★詳しくは次号でお知らせしますが、イコーラムフェスタが2月18日に若江岩田駅前希来里で開催されます。めざめは“出前サロン”としてコーヒー等を提供する喫茶コーナーを出店予定ですので是非ご参加ください。

★同日新しく発足しましたウォーキング同好会も開催されます。行先は大阪城公園。同好会参加ご希望の方は080-9055-8530中山まで。


 お手持ちのスマートフォンで右のQRコードを読み取ってください。
 会報をカラーでご覧いただけます。