

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 広報委員会発行

〒579-8027 東大阪市東山町 14-16-105



めざめ



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 6月号 No. 264

○ 令和元年度・めざめ定時総会・中止について

【総会の中止決定の経緯】

新型コロナウイルスの拡大、緊急事態宣言の発出と今まで経験したことがない出来事で、この1か月半の間に計画していたいろいろな行事を中止せざるを得ませんでした。めざめの年次総会は、6月27日に予定していて、緊急事態宣言が解除されたので多くの会員様は、当然実施されるものと思われていたものと思います。順調に終息に向かってくれるのなら良いのですが、第2波の山が再びやってきたら、令和2年度の半年ほどが、未承認のまま動かさねばならず、最悪の事態を回避するため、総会を中止し、書面表決によるご承認を頂くことといたしました。

今回この決定に際して当組織の定款を読み返したところ、54条に基づき定められた細則第4条(2)項「活動会員」に

“原則として50歳以上の個人とする。又、配偶者のある会員は、原則として夫婦で入会するものとする。ただし、年会費及び **議決権** は1人とみなして取り扱うものとする。”という条文があります。

従って、1世帯1票の議決権となりますのでご了承下さい。

【封筒の中身の確認】 郵送もしくは、配布された封筒の中には：

- ① ナルク新聞、②めざめ会報、③第25回総会議案書、④表決用返信ハガキの、⑤(期日が来た会員様のみ)会費引き落とし連絡書、⑥活動報告書(5月に活動された方のみ)を加えた4~6点が入っています。

上記書類を確認した後、6月末日までに

- ④表決用返信ハガキに賛否等を記入してご返送ください。

新入会員説明会 &
コーディネーター研修

ナルクのボランティアってどんなもの？

ナルク「めざめ」の活動ってよく判らない、いろんなことをしているけど、参加しても良いのだろうか？ 詳しく知りたいな。何かできることはないだろうか？

毎年開催していますが、参加者が少なく残念です。お茶を飲む感覚でおいでください。いろいろわからないことお尋ねください。アットホームな感じで行います。

いつ：7月17日(金) 10時～11時半

どこで：めざめ事務所 (東山町 14-16-105)

石切神社南鳥居の南側

だれが：めざめ代表 北村憲正



ケア委員会だより

2020年6月

提供者募集

*わんちゃんの散歩 (三島町 60歳代後半女性)

*病院への送迎、付き添い
(ご自分の車を利用してくださる75歳までの方)

※サービスを依頼したいと思っておられる方は、めざめ事務所にご連絡ください。サービス提供できる方をコーディネートさせていただきます (担当 平井・木下)

提供活動例(2020.6.4)

7ヵ月ぶりに女性ひとり暮らしKさん宅の木の伐採と草刈りをしました。5人で2時間、運動不足の体から久しぶりに汗がたらたら噴き出しました。途中でいただいたお茶のおいしかったこと。

庭がスッキリしました。草の種をいっぱいつけて帰りましたが、体重を量るとコロナ太りの身体が1キロ減という嬉しいご褒美を貰いました。(h)

*自粛中も家事援助などはいつも通りの活動をしています。



布マスクは届きましたか？ もし使わないと思われる方は、未開封のものを「めざめ」に

ご寄付ください。マスクを希望される団体に寄付させていただきます。

めざめ事務所の当番は平日の10時から16時まで毎日詰めております。

申込受付もしております。活動依頼、ご相談なども、事務所までご連絡ください。



残念ながら、5月10日のウォーキングは雨のため中止となりました。担当者が下見に出かけたときの生駒山「つつじ園」の写真です。満開のつつじに迎えられました。グレートビュー！

6月14日(日)ウォーキング

日時: 6月14日(日) 9時出発

集合場所: 四条図書館駐車場

(四条リージョンセンター東側)

コース: 東高野街道を水越へ→山本高校→玉串川沿い→第2寝屋川に沿って東へ→恩智川に沿って東花園へ

約8.5キロ、3時間コース

参加費 100円 別途 休憩の喫茶店のお茶代(モーニングが美味しいらしい)

申込: めざめ事務所 (担当 中山)

次回の計画は、10月になります。

夏の暑いシーズンを避ける予定です。

2020
街かどデイハウス
だより



街ダイブログ



街かどデイハウス予定表 (6/16~7/15)

開所日	当日の内容		講師名		
	午前の部	午後の部			
6月	16	火	介護予防	介護予防	—
	17	水	介護予防	介護予防	—
	19	金	介護予防	介護予防	—
	22	月	介護予防	介護予防	—
	23	火	介護予防	介護予防	—
	24	水	介護予防	介護予防	—
	26	金	介護予防	介護予防	—
	29	月	介護予防	介護予防	—
	30	火	介護予防	介護予防	—
7月	1	水	介護予防	カラオケ	まねきねこ
	3	金	介護予防	習字/麻雀	三角 喜久雄
	6	月	介護予防	マーじゃん	リーダー-青山文夫
	7	火	介護予防	はがき絵	藤本 陽子
	8	水	介護予防	手芸	藤森 三千代
	10	金	介護予防	自由の日/麻雀	—
	13	月	介護予防	マーじゃん	リーダー-青山文夫
	14	火	介護予防	抹茶作法	増田 啓子
	15	水	介護予防	アレンジフラワー	増田 啓子

☆「街かど」6月1日より再開☆

3月3日より休業中だった「街かど」が6月1日より再開します。

但し、感染リスクを考慮して下記条件での再開となります。

1. 当面の間、食事提供しない
2. 利用者の参加数を午前と午後の2回に分けて介護予防プログラムを実施する
3. 趣味のプログラムは当面お休みです

～「街かど」当面の開催時間～

午前の部 10:00~12:00

午後の部 13:00~15:00

午前の部・午後の部ともに介護予防プログラムを行います。

※新年度より介護予防プログラムは

- ①運動機能向上プログラム
- ②認知症予防プログラム
- ③口腔機能向上プログラム

以上3種類のプログラムを同時に実施いたします。尚、7月からの街かど運営方法は確定ではありませんのでご了承ください。

電話とFAX 072-980-7040

事務局だより

1. 時間預託活動実績 (4月分) 提供純人数 24人 サービス利用人数 7人

	提供活動	コーディネーター	講師など	事務所作業	事務所当番	合計
延べ人数	13人	0人	0人	3人	12人	28人
点数合計	43点	0点	0点	11点	56点	110点

2. 奉仕活動実績 (4月分)

175点 (内訳= 福祉・街かど 0点、 めざまし活動 46点、 本部業務 84点、

ふれあい交流会出席と会報手配り 45点) 奉仕活動延べ人数 63人 奉仕純人数 52人

3. 会員の動向 (5月29日現在)

男 86名 女 185名 合計 271名 200世帯

4. 地域別会員数 (5月29日現在)

やまなみ地区 165名 きらり地区 (旧若江岩田地区) 55名 ゆめ地区 45名

大東地区 5名 その他 1名

2020年6月～7月行事予定表

2020年6月16日～7月15日

月	日	曜日	可否	行 事	時 間	場 所
6	16	火	○	ケア委員会	10:30～12:00	めざめ事務所
	18	木	○	街かど委員会	10:00～12:00	街かど事務所
	18	木	○	6月度運営委員会(三役のみ)	14:00～16:00	めざめ事務所
	18	木	○	さくら体操教室	9:45～11:45	菱屋西公民分館
	19	金	○	豊浦体操教室(通所型つどいサービス)	9:45～11:45	豊浦自治会館(枚岡)
	19	金	中止	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(半日開催)	10:00～12:00	めざめ事務所
	20	土	中止	西のおしゃべりサロン	13:30～15:30	西村龍太郎氏宅
	20	土	中止	男の会	17:30～20:30	めざめ事務所
	22	月	○	パソコン勉強会サロン	10:00～12:00	めざめ事務所
	22	月	○	卓球同好会	13:00～16:00	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	9:45～11:45	菱屋西公民分館
	25	木	○	手芸同好会	12:30～15:00	希来里イコーラム
	27	土	中止	めざめ総会	—	—
29	月	○	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館	
7	2	木	○	さくら体操教室(通所型つどいサービス)	9:45～11:45	菱屋西公民分館
	3	金	○	豊浦体操教室(通所型つどいサービス)	9:45～11:45	豊浦自治会館(枚岡)
	4	土	△	おしゃべりサロン	10:00～15:00	めざめ事務所
	6	月	○	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	7	火	○	習字同好会	12:30～15:00	希来里イコーラム
	8	水	○	広報委員会・企画会議・校正・印刷	10:00～15:00	めざめ事務所
	8	水	○	お抹茶茶話会	13:00～15:00	市民多目的センター
	9	木	○	さくら体操教室(通所型つどいサービス)	9:45～11:45	菱屋西公民分館
	9	木	○	手芸同好会	12:30～15:00	希来里イコーラム
	11	土	○	やまなみ&大東地区ふれあい交流会	10:00～12:00	東体育館
	11	土	○	きらり地区ふれあい交流会	10:00～12:00	希来里イコーラム
	11	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
	13	月	○	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館

おしらせ

* 春光園・夏のお祭りは中止になりました。毎年、ご奉仕をお願いしていましたが、今年はありません。

* 今回お渡ししています総会議案書の封筒の中の**ハガキ**は、必ずご返送ください。

* 10月9日のくすのきカレッジ(きらり5階)での「うらしま太郎」実施は中止になりました。

* 会員様から、めざめ事務所に1万円のご寄付をいただきました。

編集後記

先月号の体操のページ(3, 4ページ)を見て、頑張ってくださいている方がいるとお聞きして、うれしく思っています。こんなことが知りたい、やってみたいと思われることをお知らせください。

外に出られない時期は、情報収集にスマホやタブレット、パソコンが役立ちました。

私達の活動は次の賛助会員様によってご支援頂いています(敬称略・順不同)

社会福祉法人 **由寿会**、 社会福祉法人 **春光園**、 有限会社 **ノーマルライフ**
豊友 株式会社、 社会福祉法人 **川福会**