

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>

2022年



東大阪・大東拠点 7月号 No. 289

NALC めざまめ第27回定時総会開催する 6月18日(土) 於: 希来里イコーラムホール



新代表 奥田政子氏

6月18日第27回めざまめ定時総会が開催されました。北村代表(当時)からの挨拶に続き、来賓のNALC 神野会長の祝辞をいただきましたが、先日開催されたNALC 総会で北村代表が発表された、赤字団体を黒字化した手腕が各拠点から高く評価されている旨報告されました。新代表奥田政子氏は、高齢者に寄り添う活動以外に若い子育て世代支援も目指したいとの抱負が述べられ、新生めざまめの船出となりました。



緊急時のトイレ対応法



マギーマモル氏「空中浮揚」マジック



楽しいバルーンアート

2022年7月号の目次 1面 めざまめ27回総会特集 賛助会員のご紹介 2面 子ども食堂とは 訪問型助け合い担い手募集のご案内 事務局だより 新入会員のご紹介 3面 みんなで楽しも会たより 4面 行事予定表 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、
豊友 株式会社、 社会福祉法人 川福会

地域の担い手に なりませんか

訪問型助け合い・

通所型つどいサービス事業

東大阪市政だより 7月1日号 13ページに掲載されている「担い手募集」についてお知らせいたします。

めざまで現在行われています「声掛け」「ゴミ出し」「体操教室のお手伝い」など地域住民の助け合い活動の担い手研修が下記通り行われます。サービス従事者として必要な技術・知識が学べます。受講希望者の方には申請のお手伝いをしますのでめざま事務所までお知らせください。申込期日は7月29日(金)必着となっています。

日程：8月25日(木)・26日(金)
両日とも9:30~17:00
場所：イコーラム(若江岩田駅前)

子ども食堂って何？

最近注目されているこども食堂。「地域住民や自治体が主体となり、無料または低価格で子どもたちに食事を提供するコミュニティの場」とされています。一番のメリットは、手作りで暖かい食事が格安で食べられる、家でご飯を1人きりで食べるのではなく、地域住民の目が届く所で安全に楽しく食べることです。近年は共働きの家庭が一般的になってきたこともあり、子供たちばかりではなく家族ともども楽しめる場を提供する、新しい奥田体制下のめざまは子育て世代にも寄り添うことも意義あることではないかと考えています。まだ事業計画は何も決まっているわけではありませんが、部長会としては会員皆様のご意見を伺って着実に進めようと思っています。皆様のご支援が必要ですのでこの事業に興味あるかたは是非お声をお聞かせください。ご参加お待ちしております。

新入会員ご紹介

2022年6月

福本喜久子さん (森河内東)

どうぞよろしくお願ひします

事務局だより

1. 時間預託活動実績・提供 (5月分) 提供実人数 31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	10人	2人	19人	39人
点数合計	29点	27点	6点	57点	119点

2. 時間預託活動実績・利用 (5月分) 利用実人数 8人

	家庭内外仕事援助ほか	家事援助	介助・介護	計
延べ人数	6人	4人	1人	11人
点数合計	23点	21点	0点	44点

3. 奉仕活動実績 (5月分) 奉仕実人数 55人

	サークル 活動関連	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	1人	12人	47人	10人	5人	1人	76人
点数合計	2点	61点	69点	22点	10点	112点	276点

4. 会員の動向 (5月末日現在)

男 75名 女 157名 合計 232名 (173世帯)

5. 地域別会員数 (5月末日現在)

やまなみ地区 142名 きらり地区 46名 ゆめ地区 40名 大東地区 3名 その他 1名

6. 年齢の平均 76.22歳

2022年
街かどデイハウス
だより



街かどデイハウス予定表 (7/16~8/15)

開所日	当日の内容		講師名 (敬称略)
	午前	午後	
7月	18月	祝日	海の日
	19火	介護予防	習字 藤本 陽子
	20水	介護予防	アレンジフラワー 増田 啓子
	22金	介護予防	絵手紙/麻雀 西川 正野
	25月	介護予防	マーじゃん リーダー青山文夫
	26火	介護予防	太極拳 藤本 陽子
	27水	介護予防	手芸 藤森 三千代
	29金	介護予防	絵手紙/麻雀 西川 正野
8月	1月	介護予防	マーじゃん リーダー青山文夫
	2火	介護予防	はがき絵 藤本 陽子
	3水	介護予防	太極拳 藤本 陽子
	5金	介護予防	習字/麻雀 藤本 陽子
	8月	介護予防	マーじゃん リーダー青山文夫
	9火	介護予防	抹茶作法 増田 啓子
	10水	介護予防	手芸 藤森 三千代
	12金	盆休み	
15月	盆休み		街かど休み

♪みんなであたのしも会♪

TEL&FAX 072-980-7040
東大阪市西石切町2-6-101.102
(新石切駅から北へ徒歩3分/ローソン北隣)

♡食中毒を防ぐ3原則♡

① バイ菌をつけない

洗う⇒手にはさまざまな雑菌が付着しています。

しっかり手洗いをしましょう。

分ける⇒生の肉や魚等と野菜は分けて使用
しましょう。

清潔⇒調理器具は洗剤で洗った後、熱湯消毒
して清潔にしましょう。

② バイ菌を増やさない

低温で保存⇒食材は購入後、速やかに冷蔵庫へ
冷蔵庫に入れても細菌はゆっくりと繁殖するので
早めに食べきってください。

調理中の食品や残り物は放置しないこと。

細菌は高温多湿な環境で増殖が活発になります！

③ バイ菌をやっつける

加熱処理⇒ほとんどの細菌やウイルスは過熱に
より死滅します。

特に肉料理は中心までよく加熱することが大切。

中心部を75℃で1分以上が目安です。

～気をつけましょう！食中毒～

街かど盆休みのお知らせ

8月12日(金) 8月15日(月)

8月16日(火) 8月17日(水)

以上の4日間です。

2022年7月～8月行事予定表

7月16日～8月15日

月	日	曜日	可否	行 事	時 間	場 所
7 月	16	土		おしゃべりサロン（東）	10:00～15:00	めざめ事務所
	18	月		卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	19	火		コーディネーター連絡会	10:30～12:00	めざめ事務所
	20	水		小若江整骨院体操教室（通所型つどい）	13:30～15:30	上小阪自治会館
	21	木		さくら体操教室（通所型つどいサービス）	9:30～11:45	菱屋西公民分館
	21	木		街かどスタッフ会議	10:00～12:00	街かど事務所
	21	木		2022年7月度部長会	14:00～16:00	めざめ事務所
	23	土		西のおしゃべりサロン	9:30～11:30	市民多目的センター
	25	月		パソコン勉強会サロン	10:00～	めざめ事務所
	25	月		卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	25	月		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
	26	火		テキトーに美味しい男の料理教室	13:00～15:00	日下リージョンセンター
	27	水		囲碁・将棋同好会	10:00～16:00	めざめ事務所
	28	木		さくら体操教室（通所型つどいサービス）	9:30～11:45	菱屋西公民分館
8 月	1	月		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
	1	月		卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	2	火		習字同好会	12:30～15:00	希来里
	3	水		小若江整骨院体操教室（通所型つどいサービス）	13:30～15:30	上小阪自治会館
	4	木		さくら体操教室（通所型つどいサービス）	9:30～11:45	菱屋西公民分館
	5	金		豊浦体操教室（通所型つどい）	9:45～11:45	豊浦自治会館
	6	土		おしゃべりサロン（東）	10:00～15:00	めざめ事務所
	8	月		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
	8	月		卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	10	水		会報作成会合・企画会議・校正・印刷	10:00～15:00	めざめ事務所
	10	水		お抹茶茶話会	13:00～15:00	市民多目的センター
	11	木		会報各ブロック向け分配作業	10:00～15:00	めざめ事務所
	13	土		きらり地区ふれあい交流会	10:00～12:00	希来里
	13	土		やまなみ&大東地区ふれあい交流会	10:00～12:00	東大阪市立東体育館
13	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	
15	月		卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館	

おしらせ

今号はNALC紙の特集号、めざめ総会の資料が添付されますので、本紙は4ページ建てに致しました。

行動予定表の7月度、8月度分はホームページに掲載しております。<https://mezame123.sakura.ne.jp/>にアクセスしてみてください。

めざめの夏季休暇は8/13～16、NALC本部は8/11～16お休みです。

編集後記

思いもよらぬ6月中の梅雨開けでの猛暑。「私は暑さには強い」と変な自信があってエアコンは極力つけない・なんて他人様に迷惑をお掛けすることになる事はやめて、素直に言うことを聞いて酷暑を乗り越えようと思います。しかし節電もしなあかんしー。