

ナルク東大阪・大東拠点発行
〒578-0941
東大阪市岩田町3-12-39
TEL・FAX: 06-6724-3114
E: nalc.mez@axel.ocn.ne.jp
HP http://mezame123.sakura.ne.jp



東大阪・大東

No. 208

10月号

“めざめ”秋の講演会ご案内

恒例となりました「めざめ 秋の講演会」を次のとおり開催致します。

なお、東大阪市の「市政だより10月15日号」に掲載をお願いし、めざめ会員以外の一般市民の方々にも参加していただきますので、広くお誘い合わせのうえご来場下さい。

日 時	平成27年11月29日(日)	午後2時～3時30分
場 所	U・コミュニティホテル 別館 TTSセンター 6階ホールM	TEL 06-6784-3000
	東大阪市御厨栄町1-3-30	
	(近鉄奈良線 河内小阪駅 北1分)	
テ ー マ	「アクションつけて日々の生活を楽しみましょう」 * 動きやすい服装でお越しください	
講 師	大阪府レクリエーション協会 公認講師 善家 佳子氏	
定 員	70名 (申込み先着順)	
費 用	無 料	
申 込 み	めざめ事務所まで 電話・FAX 06-6724-3114 (研修委員会)	

“めざめ 地域包括ケア勉強会 (第1回)

地域包括ケアについては、大東市が平成28年から、東大阪市では平成29年から制度の開始を予定しています。この制度の正しい理解を得るために、次の通り勉強会を開催致します。めざめの今後の存続に影響を与える重要な内容ですので、是非参加していただくようご案内いたします。申し込みはめざめ事務所まで

日 時	平成27年10月29日(木)	午後1時30分より
場 所	めざめ事務所	
講 師	前田 正道氏 (生活支援コーディネーター大阪府指導者) (事務局)	

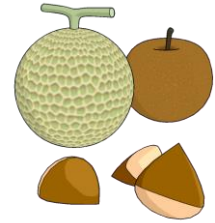
“めざめ バスツアー

今回は、改装なった姫路城を見学致します。申し込みはめざめ事務所まで

日 時	平成27年11月19日(木)		
集合場所	① 近鉄けいはんな線 新石切駅前	8時00分	(10分前までに)
	② 近鉄奈良線 八戸ノ里駅前	8時30分	(10分前までに)
参加費	4,000円 (但し昨年と同様とします)		
募集人員	49名 (バス1台)	(車椅子でも参加できます)	(事務局)



ケア委員会だより



10月

【 提 供 者 募 集 】

地 区 名	利用者	提 供 内 容	提供日、時間など
① 若江岩田地区 (岩 田)	80代女性	食事作り (下ごしらえ) 掃除・話し相手	毎週金曜日 午後2時～4時の2時間
② 若江岩田地区 (稲 葉)	80代女性	家事援助 (掃除等) 話し相手	毎週金曜日 午後1時30分～3時30分の2時間
③ 若江岩田地区 (菱 江)	80代男性	洗濯 掃除	毎週水曜日 午前10時～午後5時の間2時間

急募 お電話お待ちしております めざめ事務所 TEL 06-6724-3114

【 「めざめ」における提供活動の現状紹介 NO.4 】

ナルク活動の中心であるボランティア提供について、数回に分けてお知らせします。

若江岩田地区	随時	掃除
若江岩田地区	週1回	食事づくり・話し相手
若江岩田地区	週1回	話し相手

【 投稿・寄稿・情報 】

地域包括ケア・新しい総合事業とは NO.2

平成29年4月までに現在の要支援者1・2の方(市内で約五千人)に対して、現行のデイサービスや訪問介護サービスに代る新しい受皿となるサービスを自治体は責任を持って用意しなければなりません。

これを「生活支援・介護予防サービス」と総称します。

これらの担い手は、既存の介護事業者だけでなく、NPO、民間企業、ボランティアなど地域の多様な主体の参加をめざし、特に高齢者は受け身ではなく、サービスの担い手・支え手側に回ることを期待しています。

これは高齢者の生きがいと役割づくりを以て自立意欲の向上、健康づくり、介護予防等に寄与するというプラスの側面もあります。

具体的には、生活支援・介護予防サービスの充実に向け、ボランティア等の担い手の養成や社会資源の開発、ネットワーク化などを行う「生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)」が配置されます。(次号説明)

寄稿

ノーマルライフ在宅サポートセンター代表
(生活支援コーディネーター大阪府指導者)

前田正道

街かどデイハウス

みんなてたのしも会

だより

催し物のご案内(10/16~11/15)

開所日	当日の主な催し物		開所場所
	午前	午後	
10月16日(金)	運動機能向上	手芸	街かど
10月19日(月)	運動機能向上	パソコン	街かど
10月20日(火)	認知症予防	抹茶	街かど
10月21日(水)	認知症予防	フラワーアレンジメント	街かど
10月23日(金)	運動機能向上	はがき絵	街かど
10月26日(月)	運動機能向上	パソコン	街かど
10月27日(火)	認知症予防	ちぎり絵	街かど
10月28日(水)	認知症予防	手芸	街かど
10月30日(金)	運動機能向上	手芸	街かど
11月2日(月)	運動機能向上	パソコン	街かど
11月3日(火)	お休み(文化の日)		
11月4日(水)	認知症予防	カラオケ	コンシェルジュ
11月6日(金)	運動機能向上	習字	街かど
11月9日(月)	運動機能向上	パソコン	街かど
11月10日(火)	認知症予防	習字	街かど
11月11日(水)	認知症予防	手芸	街かど
11月13日(金)	運動機能向上	朗読	街かど

元気にかむ

かみ合わせ異常、放置で悪化体によいとされる食物は数多いが、その効果も、きちんと噛んで消化してこそ。だが、しっかり噛むことが出来ない人は以外に多いという。

かみ合わせチェック

- かみ合わせの位置が定まらなると感じる。
- 口が思うように開かない。
- 歯並びが気になる。
- 歯ぎしりや歯を強くかみしめるくせがある。
- 左右どちらか一方で噛む癖がある。

自己チェックでかみ合わせの異常を早期発見し、専門家に見てもらいましょう。

12月3日(木) クリスマス会

場所 グリーンガーデンひらおか

午前10時~午後3時30分

先着 40名 おたのしみに

「みんなてたのしも会」

TEL 072-980-7040

事務局だより

1、時間預託活動実績(8月分)(人数は実人数)

めざめ提供	講師	事務所当番	コーディネーター	合計
27人	2人	10人	1人	40人
104点	6点	40点	1点	151点

サービス利用人員 12人

2、奉仕活動実績(8月分)

416点(内訳 福祉 18点 ナルク活動 398点) 58人

3、めざめの主な動き

* 会員増強キャンペーンについて

8月31日までの予定で、各拠点で取り組んでまいりましたが、思うような成果が得られません。

そこで、本部では平成28年3月31日まで延長し、会員獲得に取り組むことになりました。

「めざめ」も皆様の頑張りで、会員獲得に取り組みましょう。

10月～11月行事予定表

10月16日(金)～11月15日(日)

月 日	行 事	時 間	場 所
10月16日(金)	カラオケ同好会	13:00～16:00	コンシェルジュ新石切
10月17日(土)	卓球同好会	10:00～15:00	めざめ事務所
10月18日(日)	めざめ八十路会	13:30～	めざめ事務所
10月20日(火)	ケア委員会	9:30～	めざめ事務所
10月21日(水)	事務所パソコン同好会	10:00～12:00	めざめ事務所
10月22日(木)	手芸同好会	13:00～16:00	めざめ事務所
10月25日(日)	日曜健康麻雀・囲碁・将棋同好会	13:00～17:00	めざめ事務所
10月25日(日)	「みのわの里」福祉祭 お手伝い 9:00～15:30		
10月27日(火)	卓球同好会	10:00～15:00	めざめ事務所
10月29日(木)	第1回地域包括ケアの勉強会	13:30～15:30	めざめ事務所
10月31日(土)	卓球同好会	10:00～15:00	めざめ事務所
11月 2日(月)	習字同好会	13:30～15:30	めざめ事務所
11月 4日(水)	事務所パソコン同好会	10:00～12:00	めざめ事務所
11月 5日(木)	木曜健康麻雀同好会	10:00～16:00	めざめ事務所
11月 7日(土)	卓球同好会	10:00～15:00	めざめ事務所
11月10日(火)	卓球同好会	10:00～15:00	めざめ事務所
11月11日(水)	大東地区ふれあい交流会	10:00～11:00	大東市立市民会館
11月11日(水)	大東地区ナルク説明会	10:00～11:00	大東市立市民会館
11月12日(木)	手芸同好会	13:00～16:00	めざめ事務所
11月12日(木)	街かど委員会	14:00～	街かど事務所
11月14日(土)	ゆめ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	青少年女性センター
11月14日(土)	若江岩田地区ふれあい交流会	10:00～12:00	めざめ事務所
11月14日(土)	やまなみ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	街かど事務所

* 今月号はお伝えする記事が多く、すべて載せる事ができませんでした。

来月号で詳しくお伝えし、募集します。 << 11月26日(木) ふれあいウオーク >>

<< 12月5日(土) 忘年会 >> となっています。 奮って参加してください。

新入会員紹介 (敬称略)
平成27年9月度

酒井 直子 日下町

編集後記

今年は、暑い夏もいつもより早く秋になったような気がします。

10月から12月にかけて色々な行事が続きます。 日時、場所を十分に確認して参加して下さい。