

NPO法人

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. 217

7月号

## 第21回 定時総会が終了

(設立20周年記念総会)

6月25日(土)、ホテルセイリュウで、92名の会員が参加(他に委任状156名)され、第21回定時総会が開催されました。

三角運営委員の司会で開催し、最初に堂前代表のあいさつの後、佐野事務局長が議長を務め、平成27年度の事業、決算、平成28年度の事業計画案、予算案が承認されました。

運営委員の選出は12名の新運営委員(計19名)、1名の新監査(計2名)、2名の新顧問が承認され総会は無事終了致しました。

昼食の後、平井運営委員の司会で、第2部を開催いたしました。

高畑ナルク会長のあいさつの後、東大阪市職員による防災対策の講演会を聴きました。

イベントとして、「音楽宅急便サラ」さんの楽器演奏、全員での合唱などで、楽しいひと時を過ごしました。

ビンゴゲームで、ささやかな賞品を手にして、充実した一日を過ごしました。



### 春光園から「夏祭り」ボランティア参加のお願い

例年どおり、春光園から「夏祭り」ボランティアの依頼が来ています。ぜひ参加して下さい。

とき 平成28年8月6日(土)

内容 盆踊り 踊り手 (約10名) 午後6時～午後7時10分頃

屋台 (約2名) 午後5時30分頃～午後8時頃

集合 打合せ 午後5時20分 ケアハウス受付で。

\* 参加ご希望の方は事務所まで電話してください。



# ケア委員会だより



7月

## 【 提 供 者 募 集 】

地 区 名	利用者	提 供 内 容	提供日、時間など
① ゆめ地区 (金岡)	80才代女性 車椅子で生活	掃除・洗濯 ・見守り等	毎週水曜日 月1回からでもOK 午後2時30分～4時30分まで
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 月1回からでOK 午後1時30分～3時30分の2時間
③ 車による病院等への送迎の登録(提供できる曜日、時間等)			

急募 月1回からで結構です、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 】

### 〔 提供活動に参加して 〕

友人の紹介で“街かど”に入会しました。その時、提供活動の仕組みを知り、早速“ナルク”の会員にもなりました。

活動としては、2人ペアになって80代女性の家の掃除に、月2回訪問しています。近くに住む娘さんが、時々様子を見に来られていますが、私達が行くのを待っていてくれており、顔を見ると嬉しそうです。

こちらに限られた時間ですが、掃除をしながら「お昼は何食べるの?」「食べる物はある?」とか、さりげなく聞くようにしています。

ある日の事、訪問した時タマタマその直前に外でこけて額を切り出血していた為、救急車を呼ぶ事になりました。

家族と連絡が取れず、私達が一緒に救急車に乗り込みました。幸い骨折も無く傷の治療だけで済み、家族の方が来られるまでの間、病院で付き添いました。

家族にも喜んでもらう事が出来て、少しは提供活動が役立っているのかなと感じて、本当に良かったなと思いました。

稲垣 絹子

## 【 投稿・寄稿・情報 】

今月はありませんでした。

## 催し物のご案内(7/16~8/15)

開所日	当日の主な催し物		開所場所
	午前	午後	
7月18日(月)	海の日		
7月19日(火)	認知症予防	抹茶	街かど
7月20日(水)	運動機能向上	フラワーアレンジメント	街かど
7月22日(金)	運動機能向上	はがき絵	街かど
7月25日(月)	認知症予防	マーじゃん	街かど
7月26日(火)	認知症予防	ちぎり絵	街かど
7月27日(水)	運動機能向上	手芸	街かど
7月29日(金)	運動機能向上	自由の日	街かど
8月1日(月)	認知症予防	マーじゃん	街かど
8月2日(火)	認知症予防	はがき絵	街かど
8月3日(水)	運動機能向上	カラオケ	コンシェルジュ
8月5日(金)	運動機能向上	習字	街かど
8月8日(月)	認知症予防	マーじゃん	街かど
8月9日(火)	認知症予防	習字	街かど
8月10日(水)	運動機能向上	手芸	街かど
8月12日(金)	お盆休み		
8月15日(月)	お盆休み		
8月16日(火)	お盆休み		

「街かどデイハウス」 《みんなであたのしみ会》

TEL 072-980-7040

“熱中症は予防が大切”  
こまめに水分補給を

## ①暑さを避ける

屋外では➡ 帽子をかぶる。日傘をさす。  
屋内では➡ すだれやカーテンで直射日光を避け、扇風機やエアコンで温度を適切に保つ。

## ②服装を工夫する

汗の吸収性の良いものを着用する。  
黒色の衣服は避けて、襟もとを緩めて通気性の良いものを。

## ③こまめに水分補給する

水分とともに塩分も補給しましょう。

## ④急に暑くなる日は注意を！

突然気温が上がる日は熱中症が起こりやすいので、暑さには徐々に慣れるように工夫しましょう。

## “熱中症の対処法”

## 緊急時は救急車を！

意識がない、反応がおかしいなど、熱中症が疑われる時は救急車を呼び、衣服をゆるめて、体を冷やし、水分塩分を補給。

## 事務局だより

## 1、時間預託活動実績(5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
33人	3人	12人	2人	50人
132点	10点	53点	3点	198点

サービス利用人員 15人

## 2、奉仕活動実績(5月分)

306点(内訳 福祉 8点 ナルク活動 298点) 59人

## 3、めざめの主な動き

(1) 会員の動向 男 113名 女 229名 合計 342名 244所帯 (5月末)

# 7月～8月行事予定表

7月16日(土)～8月15日(月)

月 日	行 事	時 間	場 所
7月16日(土)	卓球同好会	10:00～15:00	めざまめ事務所
7月19日(火)	ケア委員会	10:00～	めざまめ事務所
7月20日(水)	事務所パソコン同好会	10:00～12:00	めざまめ事務所
7月21日(木)	運営委員会	13:30～	めざまめ事務所
7月24日(日)	日曜健康麻雀・囲碁・将棋同好会	13:00～17:00	めざまめ事務所
7月26日(火)	卓球同好会	10:00～15:00	めざまめ事務所
7月28日(木)	手芸同好会	13:00～16:00	めざまめ事務所
7月30日(土)	卓球同好会	10:00～15:00	めざまめ事務所
8月 1日(月)	習字同好会	13:30～15:30	めざまめ事務所
8月 3日(水)	事務所パソコン同好会	10:00～12:00	めざまめ事務所
8月 4日(木)	木曜健康麻雀同好会	10:00～16:00	めざまめ事務所
8月 6日(土)	卓球同好会	10:00～15:00	めざまめ事務所
8月 6日(土)	春光園夏祭り	18:00～20:00	春 光 園
8月 9日(火)	卓球同好会	10:00～15:00	めざまめ事務所
8月10日(水)	大東地区ふれあい交流会	10:00～12:00	大東市立市民会館
8月10日(水)	大東地区ナルク説明会	10:00～12:00	大東市立市民会館
8月13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
8月13日(土)	若江岩田地区ふれあい交流会	10:00～12:00	めざまめ事務所
8月13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

8月14日(日)～8月16日(火)は「めざまめ」のお盆休み

- \* 地域ブロック制の推進について——本部より通知があり、北河内地区の7拠点に加え、八尾拠点が加って、北河内ブロックとして活動することになりました。 担当は和田理事です。
- \* ナルク本部のお盆休みが8月11日(木)～8月16日(火)となりました。
- \* 関西地区の事務局長会議が7月26日(火)に本部で開催されます。(事務局長参加予定)

新入会員紹介 (敬称略)  
(平成27年6月度)

志形 美実子      源氏ヶ丘  
(高槻・島本拠点より移動)

## 編集後記

めざまめの総会には、92名もの参加を頂き有難うございました。  
19名の運営委員で、頑張っていきます。  
皆様のご協力をお願いいたします。  
7月に入り、急に暑い日が続いています。  
熱中症に注意ください。

(事務局)