

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

TEL, FAX 072-975-5039

E-mail nalc.mez@axel.ocn.ne.jp

ホームページ http://mezame123.sakura.ne.jp



東大阪・大東 10月号

No. 232

「めざめ」秋の講演会 ご案内

在宅介護について

～医療はじめ各種サービスにつながるために～

恒例となりました「めざめ 秋の講演会」を次の通り開催させていただきます。
東大阪市の「市政だより10月15日号」にお知らせを掲載の予定です。一般市民の皆様にも大いにご参加頂きたく、お仲間お誘いの上是非お越し頂きたくお待ち致しております。

記

日時 : 平成29年11月19日 (日) 午後2時～3時30分

場所 : 東大阪市立東体育館 3階 大会議室

- ・東大阪市鷹殿町1-2 ☎ 072-982-1381
- 近鉄奈良線 「瓢箪山」駅前から北へ約650m (徒歩9分)
- ・バスをご利用の場合、「瓢箪山」駅前南側から近鉄バスにて「住道」行き又は「四条畷」行きに乘車、「東体育館前」下車
- ・有料駐車場あり

テーマ : 「在宅介護について」
～医療はじめ各種サービスにつながるために～

講師 : 寺田秀興 先生
平成3年3月寺田醫院開設
(現、寺田・茨木ホームクリニック)
平成14年4月介護老人保健施設開設
両院にて診療従事
ライフワークとして、地元石切において
「まちづくり」活動に参加

定員 : 70名 (申し込み順)

参加費 : 無料

申込 : 「めざめ」事務所

電話&FAX 072-975-5039

(担当 研修委員会 伊藤健一)



イコーラムフェスタに参加のお知らせ

2018年2月24日(土)、25日(日)に若江岩田の希来里6階のイコーラムで毎年行なわれている「イコーラムフェスタ」に参加する方向で運営委員会において承認されました。先月号でお伝えしました「イコーラムでの収納ボックスの使用許可」の条件のひとつが、フェスタへの参加になっています。3種類から割り当てが決められます。①舞台上での団体の紹介、②展示、③研修室でのワークショップ。めざめの収納ボックスは、21番を使用いただけます。

ケア委員会だより

10月 提供者募集

月1回からで結構です。めざめ事務所までお電話ください。
電話とファックス 072-975-5039

地区名	利用者	提供内容	提供日、時間など
①若江岩田地区 (稲葉)	80歳代女性	家事援助(掃除、洗濯、 買い物)、話し相手	毎週金曜日 月1回からでも結構です 午後1時30分から3時30分まで

ケア香員を急募します!!

ケア香員は現在6名です

毎月第3火曜日の10時より例会を開き

提供活動や利用者への橋渡しをしています

助け合いの趣旨に沿った活動をめざし多くの香員を求めています

応募待っています!!

担当 木下洋子

車の送迎に関するケア委員会よりのお知らせ

病院などへの送迎は、法律上、預託点数を使つての依頼はできません。ただし、病院内での付き添いには点数が使えます。そのため、交通費として、目的地までの距離1キロメートルにつき50円を頂いています。内訳は、ガソリン代として提供者に30円、めざめへの寄付金20円となっています。改めて徹底のほどお願い申し上げます。(ケア委員・平井)

*ハンドマッサージは、10月1日より、時間預託活動から奉仕活動として取り扱われることになりました。提供されていた方々の快諾を得ましたことをお礼申し上げます。今後ともよろしく願いいたします。

めざめの同好会から

卓球同好会より



卓球ができる場所を探していて、総会の時に皆様にご心配を頂きましたが、この度、10月から少し形を変えて、再び活動することになりました。

西岩田自治会館のご厚情により、毎週月曜日午後1時～4時まで活動をさせていただきます。

**ピンポンを始めようと思われる方、大歓迎です。
近くの方は是非のぞいてみてください!! お待ちしています。**

連絡は **めざめ事務所**までお願いします

(世話人 平井淑子)

「サロン」を訪ねて！④

四丁目蔵ぶ

東大阪市東石切町4丁目2-25 藤村宅

今回は、東石切でNALC会員の藤村さんが自宅の蔵を開放して毎月第2火曜日に開催している「四丁目蔵ぶ」（よんちょうめくらぶ）を紹介します。蔵の1階で午後1時から4時まで、100円でお茶など頂きながらご近所の方々がコミュニケーションを楽しんでいます。



そもそもは自治会、老人会で活躍されていたご主人が亡くなり、手付かずにになっていた蔵の片付けを自治会の方々が引き受けてくださって綺麗になり、月2回自治会などの会合で使用されるようになってから、自治会、社会福祉協議会の方々の協力により、「サロン」を開くことになりました。

藤村さんは、蔵サロンのほか、自宅でも月に3回講師を招いて、ご近所の方々と健康体操教室も開催されています。ご自身も街デイに参加するなど、ご主人亡き後も家に閉じこもることはありません。

お話しを伺ったのは蔵の2階でしたが、天井には釣瓶用の滑車があり、頑丈な窓、時代ものの品々が多くあり、とても落ち着ける空間でした。お庭には可愛らしい花が咲いていて、寛ぐには最適かと思われました。どうでしょう。月に1度「四丁目蔵ぶ」に足を運ばれたら如何でしょうか。(N)



バザーの出品希望者を募集します



第2回「バザー準備委員会」が、9月27日(水)に行なわれました。お手伝いくださる方も増えています。手作り品、展示物や物品の提供者も多くなりました。さらなる皆様からの提供もお待ちいたします。募集チラシを差し込みましたので、ご希望の方は記入の上、事務所までFAXか電話をいただくとありがたいです。皆様のご参加をお待ちいたします。

いつ: 11月24日(金)10時開始

搬入は、前日11月23日(木・祝)13時以降、当日早朝9時ごろも可

どこで: ゆうホール(事務所西隣)1階フロア

方法1: 無償で提供された物品は準備会で値段をつけて売る

方法2: 会議用机1台分の場所代として、2000円をめざめに寄付して貰い、ご自分の品物を自由な値段で売ることができる(めざめ会員名での申込が必要)

方法3: 展示のみ。ご自分の作品を展示してもいいという方はご自由に展示してくださいただし、売の場合は、方法2とみなします

運搬などお手伝いが必要な場合は、時間預託点数を使うことができます。コーディネーターまでご相談ください。(坂谷節子、北村博子)

購入はご近所の方やお知り合いの方、どなたでも結構です。広くお知らせください。



めざまバスツアーのお知らせ (天の橋立方面)

天橋立は何度も行ったことがあります。バス会社によるとだいぶきれいになっているらしいです。神社やお寺の拝観もあります。秋の食べ物の買い物も楽しみのひとつ。ケーブルに乗って上にのぼりますので、秋晴れの景色が見られるといいですね。

まだ席に余裕がありますので、10月19日(木)まで締め切りを延長いたします。
すぐに連絡ください。

日時： 2017年10月26日(木)
出発時間： 八戸ノ里 午前8時出発
新石切駅 午前8時30分出発
帰りは18時頃到着予定



行先： 籠(にも)神社、ケーブルカー、傘松公園で展望、
橋立大丸サービスセンターで食事、「やまね」で買い物、知恵の文殊さま参拝など

「大東拠点」独立に情熱を！

*大東地区について、質問が寄せられましたので、堂前代表にお伺いしました

堂前代表：ナルクめざまは、東大阪市と大東市の二つの市の拠点となっています。めざま設立の時点では、東大阪市の日下町に事務所がありましたので、大東市にも近く一緒に活動をしていたそうです。平成17年に若江岩田に事務所が移転してからは、平成19年度に「大東拠点の実現」が事業計画に上るようになり、22年度からは、「大東拠点の独立」が事業計画に上っています。平成20年10月より、第2水曜日に「大東地区ふれあい交流会」を実施していますが、最近ほとんど参加者がいない状況が続いています。また、年4回「ナルクのボランティア説明会」を開催していますが、参加者は稀です。

現在、大東地区は7所帯10人の会員さんがおられますが、大東市はボランティア活動が盛んで、めざまの活動の場が少なくなっているように思えます。ぜひ、大東市の特色を生かした新しいナルクの活動を生み出して「ナルク大東拠点」の誕生に情熱を燃やして頂きたいものです。

事務局だより

新入会員ご紹介 (平成29年9月末)

敬称略

西浦 富久子
にしうら とくこ

西浦 武司
にしうら たけし

(八尾市刑部)

どうぞよろしくお願
いいたします

1. 時間預託活動実績(8月分) 人数は実人数 サービス利用人数 9人

めざま提供	講師	事務所当番	コーディネーター	合計
16人	1人	15人	0人	32人
62点	2点	71点	0点	135点

2. 奉仕活動実績(8月分)
549点(内訳 福祉 16点 ナルク活動 533点) 65人

3. 会員の動向
男 105名 女 217名 合計 322名 233所帯(8月末)

4. 地域別会員数
やまなみ地区 160名 岩田地区 85名 ゆめ地区 63名
大東地区 8名 その他 6名

2017

街かどデイハウス



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		開催場所	
	午前	午後		
10	16 月	運動機能向上	パソコン	街かど
	17 火	認知症予防	習字	街かど
	18 水	認知症予防	フラワーアレンジメント	街かど
	20 金	運動機能向上	手芸	街かど
	23 月	運動機能向上	パソコン	街かど
	24 火	認知症予防	ちぎり絵	街かど
	25 水	認知症予防	手芸	街かど
	27 金	運動機能向上	はがき絵	街かど
	30 月	運動機能向上	パソコン	街かど
	31 火	認知症予防	ちぎり絵	街かど
11	1 水	認知症予防	カラオケ	まねきねこ
	3 金	休み(文化の日)		
	6 月	運動機能向上	パソコン	街かど
	7 火	認知症予防	はがき絵	街かど
	8 水	認知症予防	手芸	街かど
	10 金	運動機能向上	朗読	街かど
	13 月	運動機能向上	パソコン	街かど
	14 火	認知症予防	抹茶	街かど
	15 水	認知症予防	フラワーアレンジメント	街かど

街かどデイ
レベルアップ研修会

9月9日、東大阪市内13カ所の街かどから20数名が参加して、6カ所の街かどデイのプログラムの発表があり、参加者全員が利用者になって体験しました。

工夫しているところ(あまりお金をかけずに)、楽しくプログラムが進められる点など大いに感心し、さっそく持ち帰って実践し、喜ばれました。新しいプログラムが増えることは目新しく興味のあることです。

「みんなでのしも会」の発表は、平成30年2月にします。何を出そうか、今まで評判のよかった利用者さんに喜んでもらえそうなプログラムをスタッフと考え中です。持ち時間は30分です。

ますます活気のある街デイにしていきたいと思います。(スタッフ)

お問い合わせ

電話 072-980-704

「ナルク・ミュージックフェスティバル」に参加して

ウエルカム演奏が、今までは「ナルちゃんバンド」だけだったのに、「オー・ジーンズ」が加わって、とても全体がほんわか明るく雰囲気よかった！そして、何よりおしゃれで、豪華な食事に参加者は大満足。

神野会長自ら各テーブルを回って話しかけてくださり、二度、三度、会話もでき、きめ細やかな配慮に心が熱くなり、充実した一日でした。

他拠点の参加者も出演に前向きで、結束のよいのにたいへん感心しました。わが「めざめ」も18名が参加協力くださり、みんなで河内音頭を踊り、他の方から羨ましがられるほどでした。

これからも活動に積極的に進みたいです。よい体験でした。
(坂谷節子)



ミュージックフェスティバルでめざめ会員が歌を歌っている様子



10～11月行事予定表

10月16日～11月15日

月	日	曜日	行 事	時 間	場 所
10	16	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	17	火	ケア委員会	10:00～11:00	めざめ事務所
	19	木	10月度運営委員会	13:00～16:00	めざめ事務所
	20	金	カラオケ同好会	14:00～16:01	まねきねこ新石切
	21	土	おしゃべりサロン(第2回)	10:00～15:00	めざめ事務所
	22	日	みのわの里ボランティア	9:00～15:00	みのわの里
	23	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	25	水	パソコン同好会	10:00～12:00	希来里
	26	木	手芸同好会	12:30～15:00	希来里
	26	木	めざめバスツアー	8:00～18:00	天の橋立方面
	27	金	バザー準備会議	10:30～12:00	めざめ事務所
	30	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
11	1	水	広報委員会・校正・印刷	10:00～15:00	めざめ事務所
	4	土	おしゃべりサロン(第3回)	10:00～15:00	めざめ事務所
	6	月	習字同好会	12:30～15:00	希来里
	6	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館
	8	水	大東地区ふれあい交流会・ナルク説明会	10:00～11:00	大東市立市民会館
	8	水	パソコン同好会	10:00～12:00	希来里
	8	水	めざめ訪問型お助け隊委員会	14:00～16:00	めざめ事務所
	9	木	街かど委員会	14:00～15:00	街かど事務所
	9	木	手芸同好会	12:30～15:00	希来里
	11	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	土	若江岩田地区ふれあい交流会	10:00～12:00	希来里
	11	土	やまなみ地区ふれあい交流会	10:00～12:00	東体育館
	13	月	卓球同好会	13:00～16:00	西岩田自治会館

お知らせ

* 10月22日(日)「みのわの里」お手伝いの方は、餠餅作りです。
三角巾とタオルをご持参ください。

* 事務合理化プロジェクト(松尾リーダー)の第1回会議は9月5日に行われ、事務作業の効率化に向けて分担が決められました。
第2回会議は、10月4日(水)開催され進捗状況が説明されました。
11月から実行されます。

* おしゃべりサロンは、10月7日に第1回が行われました。
次回は、10月21日(土)です。会員同士の楽しいサロンが出発しています。どうぞご参加ください。

* 今年は忘年会はありません。お正月に新年会の予定です。



編集後記

朝夕過ごしやすくなり、いろいろな活動が活発になっています。バザーやサロン、バスツアー、各種研修会の企画も盛りだくさんです。

参加することも貢献のひとつです。応援お願いします。

少し遠いと思われる方も、季節がよいので、神社参拝もかねて、運動がてらにどうぞ。第1,3土曜日は「おしゃべりサロン」です。