

NALC

交野

拠点

いわふね

会報

ボランティア活動のご相談・ご用命は

TEL : 072-800-8141

FAX : 072-800-8145

メール : nalc-katano@alto.ocn.ne.jp

ボランティア活動の内容は

HP : <http://www.ktn-nalc.com/>

題字 : 坂野小夜美会員作 写真 : 星田妙見宮の星祭



## 「無縁社会とナルク活動」 運営委員 山本 保子

私が子供だった頃、高齢者だけで暮らす世帯はごくわずかでした。今年には戦後六十五年、高齢者だけで暮らす世帯が急速に増えています。昔は、家族や親族が高齢者の親族を支え、隣近所の住民も連帯して、生活困窮者には行政が係わるなど、**血縁+地縁+行政支援**の重なりを中心に高齢者が居て、三方から見守られ、『安心』を得て生活をしていました。ですから孤独死などもまれでした。所が、昨今では『無縁社会』と言われるように、これら高齢者を支える機能は弱まってきています。集合住宅が増え、戸建て住宅も堅牢化し、プライバシーを守ろうとお互いに干渉を避けています。

こうした地縁の衰えと共に、高齢者が詐欺商法の被害を受けたり、救急車が停まっても窓からのぞく程度で済ます無関心さ。最近、私の住む住宅地域で、自治会が発行する死亡通知の「至急回覧」さえ葬儀の後で知らせてくれる状態です。地域社会における人間関係の退化といえるのではないのでしょうか。いずれ私達も高齢化し、どんな事で、他人に支えられる日が来るかもしれません。

現代社会の私達の子供世帯は、自分達の生活で精一杯の状況です。したがって、子供のいない人や、兄弟姉妹がいる人でも、それぞれが高齢化していきますから、血縁支援を得がたい家族になり得る可能性は否定できません。このような社会背景の中で、衰えた地縁を補う、地域に根ざした、「ボランティア・グループ」が求められています。



### 山本家の「ナルク憲章」の前で

ナルクが、『遠い親戚より、近くの他人』として、行政と協力し、かつて交野の地に存在していた『安心』を、とり戻そうではありせんか！

さて、『ナルクに入会したが、何をどうしてよいか解らない・・・』と、時々、耳にします。

『実は、交野地域にはニーズが一杯なのです。』活動意欲の有る人には、それが見えるはずですが。活動意欲を持って入会された会員の皆さん、是非、事務所へ度々、集まって下さい。何かを見つめることが出来ると思います。お金では買えない人と人の繋がりが広がっていきます。一人一人の会員さんの心構え次第で『ニーズ』が見えてくる筈です。それを形にし、知恵を出し、力を合わせ、現役時代に培った力をお互いに出し惜しみすること無く、交野拠点のカラーを作り出す原動力になって頂ける事を切に希望します。

## 2010年度 ナルク 『いわふねクラブ』 定時総会・開催のお知らせ

☆6月5日(土) : 星の里いわふねで開催の予定です。

☆午前の部 : 「定時総会」、午後の部 : 「バーベキュー大会」を計画しています。

☆詳細は追ってお知らせします。皆様の予定表に組み入れておいて下さるようお願い致します。

## 「活動意向調査票」集計結果について 副代表 戸田十九一 (調査担当)

会員の皆さまに記入していただいた「調査票」を回収・集計したものを2月の運営委員会・世話人会で分析し、今後の活用方法について話し合った内容を報告致します。

会員数213名中146名分が回収されました。ご協力有難うございました。

1. 時間預託活動について 介護施設・家事手伝いについて活動希望が多く、ぜひ今後担当コーディネーターからの活動依頼に対して積極的に応じていただきたいと思えます。また事務所当番についても多くの方が希望されています。日程が合わない場合もあるかと思いますが、前月の上旬ごろまでに事務所へ日程を申し出てください。他の活動についてもそれぞれの担当コーディネーターから活動依頼があると思えますのでよろしく願います。

2. 奉仕活動について 現在実施している活動以外に、音楽・楽器・手品などを中心とした施設への慰問団のようなものをしてみたい。独居老人の見守り隊を立ち上げればどうかといった意見がありました。今後の課題したいと思います。

3. 文化・スポーツ活動について 新たにやってみようものとして織物(さおり織・裂織)料理(男の料理教室・手打ちそば)手品・音楽(バンド・コーラス)卓球・ヨガ・町歩き・近場のウォーキング等がありました。数人の賛同者とリーダーが名乗りを上げていただければ部活動として成立するので事務所へ申し出てくださいと思えます。

4. 会報について 回答のあった中で「よく読む」は

73%でした。会員の活動状況や「いわふねクラブ」の活動内容がよくわかる。というご意見が多くあり、記名で顔が見える。詳しい報告が良いといった評価の反面。レイアウト・活字の大きさ・写真を多くして見やすい工夫してほしいという要望がありました。また、「みんなの広場」を作り俳句・短歌等の投稿を募集してはどうかというご意見もありました。今後の参考にさせていただきます。

5. その他 新しく会員になられた方に対してきめ細かなケアの要望。地域会を中心とする会員同士の交流の場の設定。等の要望がありました。「いわふねクラブ」の活動に対して施設や利用者さんからの感謝のコメントもいただいています。

また、会員として活動できない事情を述べられている方もおられました。現役の方で退職後参加したい決意を述べられ、土・日なら参加できる方もおられます。家庭内介護でご苦労されている方。病気療養中の方など。会員相互の助け合いが必要だと思われまます。会員の方々の高齢化に伴って活動の内容を考える必要があるのではないかと考えています。「助け合い」が必要な場合は、ぜひ事務所にご連絡をいただきたいと思えます。

今後この調査票を基にしてそれぞれのコーディネーターが意向に沿った活動をお願いする際のデータとして利用してまいります。その他、年に一回のこの調査だけでなく、ご相談・ご依頼については、その都度お気軽に事務所へ電話・FAXしていただきたいと思えます。

**【著者原文のまま掲載】**

## 「天野川を美しくする会」活動にご協力を 事務局 木ノ内 洋

1月30日(土)にグリーンビレッジ交野で、「天野川を美しくする会」の新年懇親会がありました。来賓として、ナルク「いわふねクラブ」豊島代表に参加要請があり、代理で出席しました。

当日は、会長の谷井昭雄様はじめ関係の市議会議員や日ごろ天野川を美しくする会で活動されておられる約60名の方が参加されました。昨年は、美しい天野川

を蘇らすために、七回にわたり清掃をはじめ、展開されたいろいろな活動の内容について、報告がありました。この活動に関して、2月に開催された運営委員会で議論され、当クラブとしても積極的に活動に参加することが確認されています。具体的な活動内容や日程等は、会報等でお知らせしますので、その節はふるってご参加・ご協力の程、お願い致します。

## 「知っとこ」医学ニュース(1) 薬剤師 小井田雅夫

2型糖尿病は、「食事療法+運動療法で改善されず、すい臓の自家製インスリンだけでは、血糖値の調節が出来なくなった病態」です。商品名アクトス(一般名:ピオグリタゾン塩酸塩)は、このような「インスリン抵抗性糖尿病」に、経口投与で有効な糖尿病治療薬として洋の東西で広く愛用されてきました。今年2月発行の米国

の医学誌に、「2000年から8年間に、少なくとも1年間、アクトスを処方された4511名の女性患者で、骨折の発症率が50%増加し、65歳以上では70%に達した」と報告がありました。この薬を処方されている会員が居られましたら、男女いずれでも、是非、骨粗しょう症の定期検診を受けて下さい。



## サークル活動のご案内

サロン・お茶会に参加して 笹谷真智子

2月12日のサロンのお茶会に参加して、至福の時間を過ごさせていただきました。  
事務所の部屋は見事なお道具(風炉・お棚・水指・棗)と猫柳・紅わび介のお花が飾られ、茶室に早変わり。席に着くと、皆さん、「昔習ったけど忘れていたわ・・。」などと、少々緊張気味。

先生のお手前で美味しい主菓子、干菓子でお薄を頂きながら次々出される趣の違ったお茶碗を拝見させていただきました。色々お聞きしたいと思っはいたのですが、言い出せずにいると、先生の方から、「お話しますが・・。」と優しく切り出され、窯元・絵柄・棗についてお教え下さり、楽しく拝聴しました。薄茶のまろやかなお味も「お濃茶と薄茶をブレンドしました。」とお聞きし、細かい心遣いに感動致しました。先生始め、お茶事のお手伝い下さった方々にもお礼申し上げます。本当に、ありがとうございました。



### 弥生(3月) & 卯月(4月) のお知らせ

☀	ウォーキング	3月16日(火) 4月 8日(木)	くろんど園地(水芭蕉) 宝塚・中山寺	斉藤 康子 増田 文子	894-2379 891-2186
★	折り紙	3月16日(火):13時～ 4月20日(水):13時～	独楽・サイコロ作り かぶと作り	下原 公子	892-4757
🎨	絵手紙	3月26日(金):13時～ 4月23日(金):13時～	自由課題	坂野小夜美	893-5625
🎵	カラオケ	3月25日(木):13時30分～	談話室(私部)	村上 寿雄	891-8482
✂	布遊び	3月25日(木):13時～ 4月22日(木):13時～	ブラウス作り	原 智佳子	891-8773
☆	サロン	3月19日(金):13時～	今期反省会・新年度計画	田中 暁子	891-8916
👑	囲碁	3月17日(水):13時～ 4月 7日(水):	3月31日(水): 4月21日(水):	増田 博生	891-2186
🏌	ゴルフ	4月 7日(水): 8時・集合	牧野パークゴルフ	高木 徹	892-7355

\* 新会場に、一人でも多くの方の参加をお願いします！

### ＜ おねがい ＞

\*\*\*\* “みんなの声・お便りコーナー”で～す。\*\*\*\*

☆ いわふねクラブへの Q & A

☆ 俳句、川柳

☆ 思った事、感じた事 な～んでも、けっこうで～す。

皆さまの投稿をお待ちしていま～す！！

連絡先・事務所 (TEL:072-800-8141; FAX:072-800-8145)

2010年度1月期：時間預託活動・奉仕活動内容の報告

時間預託活動実績 (合計 215点)		[利用者数]					
提供活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)					
家事・介助・その他	61/17	青木茂代 栗田ハルミ 村上昭子	雨田あつ子 斉藤康子 山本保子	市村節子 坂元良子 米谷ユリ子	市村敏夫 手島かつ子 渡邊恵美子	籠島恵子 福島邦子 渡辺陽子	北尾早代子 増田文子 [11]
きんもくせい(DS・ 買い物支援)	48/17	池田美代子 坂根美智子 戸田和子	伊藤道子 佐々木新子 早川洋治	岡美津子 下原公子 山門桂子	小川七津子 新庄悦子 吉田之雄	北尾早代子 谷口頼子 渡邊恵美子	北村順子 津村芳男
天の川明星 DS (DS 支援)	30/11	小林富佐子 増田文子	坂元良子 溝端弘子	笹谷眞智子 村上せつ	中泉佐祁子 山崎喜久江	根間静代 米谷ユリ子	原智佳子
エイジフリー・ライフ星が丘	16/ 1	早川久代					
ハウスヘルパー	3/ 1	山崎富男 [1]					
送迎	5/ 3	青木茂代 小井田雅夫 山本直 [1]					
事務所当番ほか	52/24	青木茂代 木ノ内 洋 田中暁子 増田文子	飯田則幸 斉藤康子 戸田十九一 村上寿雄	魚住富美子 酒井義行 豊島 隆 山本保子	大西聰明 坂元良子 早川嘉彦 吉田之雄	大西満喜子 下原公子 原智佳子 渡辺伊久夫	北尾早代子 下村由紀子 増田博生 渡邊恵美子
奉仕活動実績 (合計 167点)		活動会員の氏名 (50音順、敬称略)					
活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)					
福祉	5/ 3	北尾早代子 瀧 祥子 飛山洋子					
子育て	12/ 4	市村敏夫 高木 徹 豊島 隆 戸田十九一					
NALC 活動	150 /50	青木茂代 岡美津子 木ノ内 洋 酒井義行 下村由紀子 橘 早苗 戸田十九一 増田文子 渡邊恵美子	井田敏雄 小川七津子 北尾早代子 坂元良子 白岩陽太郎 田中暁子 豊島 隆 村上寿雄 渡辺陽子	市村節子 大西聰明 佐々木新子 新庄悦子 谷口頼子 中泉佐祁子 村田ひさ子	伊藤道子 大西美智子 小磯清子 笹谷眞智子 高木千恵子 高木 徹 中野雅子 山崎富男	池田美代子 北村恵子 小井田雅夫 塩山康栄 高木 徹 津村芳男 早川久代 山本保子	魚住富美子 木ノ内敬子 斉藤康子 下原公子 瀧 祥子 戸田和子 福島邦子 和田千鳥

事務局 だ よ り

<p><b>新入会者の紹介：</b> 会報2月号以降に入会された方をご紹介します。ご活躍をお待ちしております。</p>			
氏名 (敬称略)： 的野 輝男 市内 倉治		氏名 (敬称略)： 南 ヨシ子 市内 南星台	
<p><b>行事予定</b> (会報配布開始日の3月9日以降のみ掲載)</p>			
4月 9日 (金)	運営委員会	13時30分～16時30分	事務所
13日 (火)	世話人会	13時45分～15時30分	事務所
<p>☆ 「時間預託手帳」に預託点数などを記帳します。</p> <p>○時間預託活動された方は、お手許の「時間預託手帳」を、世話人または「いわふねクラブ」事務所までご提出下さい。</p>			
<p><b>編集後記：</b> 会員の皆様から頂いた原稿の加筆・訂正などの変更について。</p> <p>① 投稿者が、誤字・脱字以外の変更を望まれない時は、原稿に「変更不可」と御明記下さい。</p> <p>② 明記が無く、加筆・訂正などの変更につきましては、投稿者に裁可をお願いします。</p>			

発行所： 576-0033 交野市私市 1-1-6-205 ナルク「いわふねクラブ」 編集者 小井田雅夫 発行責任者 豊島 隆