

<p>NALC</p> <p>拠点</p> <p>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://ktn-nalc.com/</p>		<p>交野 会報</p>	 <p>交野・磐船神社</p>
---	---	------------------	---

あなたの遺したいものは何ですか？

運営委員 渡辺 陽子

最近、ぼんやりしているところにピンポーン！インターホンですが、少し会話を交わしました。世間話から始まり、終盤は「奥さんは子どもさんに何を遺したいですか。」と聞かれた時は、“お金”かなと答えました。年金問題など、日頃案じていたのでつい口に出ました。

“借金”と答えるバカな親はいないと思いますが、“お金”と答えた子どもに甘い未熟な親もどうかと思います。

気付かせて下さった奥さん「どうもありがとう。」ですが、結局、私にはいくら考えても遺したいものも、残せるものも何もありませんでした。



筆者作成の自画像

人間は決して自分の思い通りには生きられないようです。その中で、笑顔で生きるか、暗い顔をして生きるか、感謝して生きるか、愚痴の多い生活をするか、

幸せに生きる自由も、不幸せに生きる自由も、私たち人間には与えられています。人は褒められて初めて自分の良さに気付き、愛されて人を愛することができる人になります。認められて、心にゆとりを持つことができます。

小さな日々の喜びを大切に生きることが、子どもに遺せる唯一の無形の財産かもしれません。

2012年度「いわふねクラブ」定時総会開催のご案内

2012年第4回定時総会を下記の通り開催いたします。過去一年間の活動状況を振り返り、新しい年度の活動計画等を会員が決定する最も重要な会議です。また、総会後の懇親会は、飲んで、食べて、語り合っていたく楽しいバーベキュー大会です。万障お繰り合わせいただき是非ご出席のほどよろしくお願いいたします。

日 時	6月2日(土) 午前10時から午後2時	(受付開始時間午前9時30分より)
場 所	星の里いわふね「グリーンビレッジ交野」2階 大会議室 (京阪電車「私市駅」下車 徒歩約7分)	
内 容	定時総会(10:00~11:30) ・音楽演奏会(11:30~12:00) 懇親会(バーベキュー)(12:30~14:00)	

【お願い】

- ◎ 本会報に同封した「定時総会出欠票・委任状」のハガキに必要事項をご記入のうえ、
5月10日(木)までに事務所宛ご返送下さい。
- ◎ 懇親会参加費は、500円です。当日受付でお支払い下さい。
- ◎ 出席者はナルクの名札をご持参下さい。
- ◎ 飲酒される方は、車での参加はご遠慮下さい。

養成講座

コーディネーター養成講座に参加して

森本 久子 (森南地区)

ナルクに入会して1年が経過し、家事援助にも馴れたところで、去る2月17日コーディネーター養成講座に参加しました。

午前中は本部理事の方からパネルを使って理念と心得、方法と手順など判りやすく説明していただきました。

午後からは2つの事例に基づき、コーディネートするロールプレイがあり、演じる方がとっても上手で楽しく愉快に演じておられました。その中で問題提起があり、活発な意見交換が行われました。

私自身の心得として活動する上で同じ理念、同じ心得を共有しなければならないことや、出来ること、出来ないことを自覚し、ボランティアと云う言葉に酔い過剰な援助や行動は厳に慎まなければならないと、肝に銘じました。

何も考えずただ家事援助をしていましたが、役割分担とはいえ活動する私たちの選出や日時の調整などコーディネーターの方々の影のご苦労が有ったことと認識を深めました。

難しい事ではあります利用される方に喜んでもらえるような活動をしなければならないと思いました。とはいえ堅苦しく考えると活動が出来ないので、養成講座で学んだことを頭に入れて、私の出来ることを出来る範囲で、これからも頑張っていくと思います。また、この講座に参加してナルクの素晴らしさを改めて感じました。人と人との出会いを大切にするナルクを紹介して下さった方に感謝しています。



修了証を手にした「いわふねクラブ」受講者の皆さん

スキルアップ研修

認知症サポーター講座を受講して

下原 一美 (南星台地区)

3月15日ゆうゆうセンターで交野市社会福祉協議会主催、キャラバンメイトの講師による「認知症と接し方」の研修に参加しました。受講者は43名(内ナルク会員23名)でした。

交野市の人口78,860人中65歳以上の高齢者は21.4%になったと報告されました。認知症サポーターは1,164名になり、これからも多数養成したいとのこと。「サポーター」とは認知症の人やその家族をも守る応援者です。

クイズ、寸劇で分かったことは、認知症は誰でもかかる可能性のある脳の病気のため、早期受診、早期診断が重要になる。脳外科的な処置で良くなる場合もありうる。また、薬で進行を遅らせる事もできる。

一番大事なのは予防です。それには運動や食事に気を付けること、趣味を持ち思いっきり楽しむことなどで、発症や進行を遅らせることができるようです。

《認知症の方への声かけ》

1. はっきり
2. やさしく
3. ゆっくり
4. みじかく

《対応の心得》

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

講師の方は自分の経験を交えながら、とても解りやすく話して下さいました。「認知症の方が出来ない部分を補う杖になる」という意思表示の「オレンジリング」を貰い、いろいろ考えながら帰途に着きました。



寸劇を交えた「認知症サポーター講習会」の様子

みんなのひろば



**シリーズ
入ってよかった!**

来て頂くのが楽しみです! 吉本 美津子 (ケアハウスきんもくせい)

今から5年前梅が枝の団地に住んでいる時、自分で自分のことができなくなったので、きんもくせいのケアマネジャーの杉本さんに「ナルク天の川クラブ」を紹介され、洗濯、買い物などをお願いすることにしました。

現在は「ケアハウスきんもくせい」に在住していますが、ナルクの方に来て頂き、車いすで散歩に出かけたり、車に乗って銀行や買い物に連れて行ってもらったり、話し相手や手芸を一緒にしています。来て頂いたら楽しく、毎日でも来てほしいくらいです。

特に今年は新年会に参加させていただき、とても楽しかったです。施設にいるとなかなか外部の方と話す機会が少ないので、ナルクの皆さんに出会えて感謝しています。これからもよろしくお願い致します。(聞き手 渡辺恵美子)



新年会を楽しめる吉本さん

合唱クラブ ♪

3月6日 発会式を行う (堂野会員宅にて)

合唱クラブ発足に伴い会員募集を行ったところ、予想をはるかに超える30名もの応募がありました。27名の参加で発会式を兼ねた1回目の練習を行い、腹式呼吸で声を出す事から始めました。

喉ではなくお腹の中から声を出すことは、とても難しくなかなか声が出ませんが、6月2日(土)に行われる「いわふねクラブ」の総会で初披露できることを目標に頑張りたいと思っています。

4月からの練習日は堂野会員のご尽力で星田会館を借りられる事になり、堂野会員宅と2度に分けて行う事になりましたので、歌いたいと思われる方、参加をお待ちしています。(練習日は下記に記載。)



第1回練習会に参加された皆さん

4月・5月の予定



☀ウォーキング	5月25日(金)	星田周辺をめぐる JR星田駅 9:30集合	吉田 之雄	892-1038
☆サロソ	4月20日(金) 5月	PM1時(事務所) 休み	渡辺 恵美子	893-2284
🌸折り紙	4月17日(火) 5月22日(火)	PM1時(事務所)	下原 公子	892-4757
□健康麻雀	4月11日(水) 23日(月) 5月 9日(水) 28日(月)	PM1時(事務所)	浜口 忠吉	0743-79-5084
✂布遊び	4月26日(木) 5月31日(木)	ミ二着物 PM1時(事務所)	原 智佳子	891-8773
🌿川柳の会	4月27日(金) 5月25日(金)	PM1時(事務所)	籠島 恵子	824-6944
🏰囲碁	4月18日(水) 5月 2日、16日(水)	PM1時(事務所)	増田 博生	891-2186
♪合唱	5月 1日(火) 5月 7日(月)	火 PM 2時(堂野会員宅) 月 AM10時(星田会館)	下村 由紀子	893-1621
🏌️ゴルフ	5月30日(水)	いわふねクラブコンパ(牧野PG)	酒井 義行 市村 敏夫	895-5150 891-0216

2012年2月度：時間預託活動・奉仕活動の報告

時間預託活動実績 (合計 245 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	107/ 37	雨田あつ子 飯田則幸 市村節子 市村敏夫 伊藤繁子 植田由紀子 大西聰明 籠島恵子 北尾早代子 北村順子 北村啓子 小磯清子 斉藤康子 下原公子 下村由紀子 田上 薫 瀧 祥子 田中暁子 戸田和子 中村八重子 西牧美智子 根間静代 原 智佳子 福島邦子 増田文子 松坂貴美子 村上昭子 本山良子 森本久子 梁池久美代 山下満寿美 山本保子 吉田之雄 米谷ユリ子 若松桂子 渡邊恵美子 [16]
きんもくせいDS (デイサービス支援) (買い物支援)	58/20	池田美代子 井上博美 岡 美津子 小川七津子 北尾早代子 北村順子 坂根美智子 佐々木新子 新庄悦子 世古由美子 田上 薫 津村芳男 戸田和子 中島佳子 西牧美智子 浜口忠吉 村田ひさ子 山門桂子 渡邊恵美子 渡辺陽子
天の川明星DS (デイサービス支援)	34/14	川原田慶子 北村啓子 坂元良子 笹谷眞智子 田中暁子 中泉佐祁子 根間静代 原 智佳子 増田文子 松坂貴美子 村上せつ 山下満寿美 米谷ユリ子 若松桂子
庭・植木手入れ	2/ 1	井田敏雄 [1]
送 迎	2/ 2	山本保子 吉田之雄 [1]
事務所当番ほか	42/20	飯田則幸 大西聰明 籠島恵子 北尾早代子 北村啓子 木ノ内 洋 斉藤康子 下原公子 津村芳男 戸田十九一 飛山貞行 浜口忠吉 早川嘉彦 原 智佳子 増田博生 村田ひさ子 森本久子 山本保子 渡辺伊久夫 渡邊恵美子
奉仕活動実績 (合計 130 点)		
活動の内容	点数/人数	活動会員の氏名 (50音順、敬称略)
福 祉	42/14	伊藤繁子 植田由紀子 大西美智子 北村啓子 木ノ内敬子 笹谷眞智子 瀧下勝子 中泉佐祁子 中島佳子 永田貞子 早川久代 原 智佳子 本山良子 山下満寿美
子 育 て	22/ 4	市村敏夫 高木 徹 戸田十九一 豊島 隆
NALC 活動	66/25	井田敏雄 市村敏夫 大西聰明 北村恵子 木ノ内 洋 小磯清子 斉藤康子 佐々木新子 下原公子 下村由紀子 瀧 祥子 竹村恵美子 田中暁子 玉田道子 津村芳男 戸田十九一 豊島 隆 中野雅子 村上寿雄 村田ひさ子 本山良子 森本久子 山崎富男 渡邊恵美子 渡辺陽子

★ 事務局だより ★

会員動静： 会員数 239名 (男子103名・女子136名) 世帯数 153世帯			
新入会員： 古野いね子 義明 (交野市妙見坂) (敬称略)			
行事予定 (会報配布開始日の4月11日以降のみ掲載)			
5月 8日 (火)	運営委員会	13時30分～16時30分	事 務 所
5月15日 (火)	世話人会	13時30分～15時30分	事 務 所
「時間預託手帳」に活動点数を記帳します			
時間預託活動をされた方は、お手元の「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 4月末日までにご提出ください。3月末時点の預託点数残高を記帳してお返しします。			