

# 花みずき

ナルク高槻・島本 1月号

会報 第315号  
令和3年1月10日発行  
編集発行：ナルク高槻・島本事務局  
電話・Fax：072-662-0769  
<http://nalc-ts.g.dgdg.jp/>

## 新しい年 生活様式も様々に!!

代表 石田 長男

四季の移ろいを感じつつ、いつものように日が沈み月は昇り鳥や草木も変わらず息づいています。新しい年を迎えました。会員みなさま「新年明けましておめでとうございます」事務所のカレンダーも新しく掛け代わっています。

一昨年12月8日に中国武漢で、最初の発症が確認された新型コロナウイルスは、翌月(昨年1月)に日本国内で1人目の感染が確認され、瞬く間に世界中を覆い、1年経った今もなお終息の見通しさえ付かない状況です。

この1年を振り返りそれ以前の生活と比べてみるとコロナ禍の中、すっかり我々の日々の暮らしや心構えが変わってしまいました。拠点においても同様です。行事・イベントの見直し・中止・延期を余儀なくされました。(会報12月号1面森副代表「令和2年を振り返って」)



このような時だからこそ「新しい生活様式・生活スタイル」での柔軟な発想・従来の慣例にとらわれない活動が求められるのでしょうか。決して立ち止まり、足踏みをして休止をせず、地道ながらも継続し前に進む「継続は力」が重要だと思います。

状況に応じた、その時その場でのフレキシブルな活動スタイルが必要となります。その過程で生じる様々の課題は、会員の個々の繋がり助け合いの中でこそ、解決される芽があるはずで、急ぎ足で来る高齢化は「介護の期間が約5年、月額費用は約8万円必要」(生命保険文化センターの調査)と言われます。長年の会員さんも新しく入会された方も、また以前は活発に活動したが年齢や生活条件から今は活動もままならないと言う人、活動までは出来なくて利用だけの会員さん、せっかくナルクという集まりの和(輪)の中で知り合い・助け合ってきたのです。

会員同志のつながりの大切さの認識を新たにして、その時その場でみんなで話し合いながら「新しい活動スタイル、ナルクの助け合い」を進めて行ければと思います。

この1年みなさま方の引き続きのご理解とご協力をお願いし「ウイズコロナ」から「アフターコロナ」へ・・・重要な大きなこの1年であることを鑑み、新しい年へと舵を切って行きたいと思いません。よろしくお願いいたします。

## 事務所入口鍵の収納保管 Box の取替

プッシュボタン式からダイヤル式に交換

取替日・・・2021年1月9日(土)

ダイヤル番号は、事務室内に掲示しています

問合せは、運営委員まで



高槻市社会福祉協議会  
生活支援コーディネーター 中村 健

第5地区 高見 照子

生活支援コーディネーターは、高齢者が住み慣れた町で、いつまでも元気にその人らしく、生き生きと暮らせるように多様な生活支援や介護予防サービスが利用できるような体制を整備することと共に、高齢者の社会参加を通じた介護予防や生きがい作りの推進を目的に活動しております。

第5地区は高槻市役所や生涯学習センターと社会福祉協議会等行政関係の施設が集まっている高槻市の中心地です。国道171号線・阪急高架沿いのナルク事務所を拠点に、範囲は結構広いので会報の配布は3人で手分けして行っています。

主な業務としては、①地域の高齢者にまつわる様々な情報の把握と不足しているサービスの創出、②日常生活でのちょっとした「困りごと」を抱える方と「困りごと」に対応できる団体や事業所とのマッチング③地域の様々な人や団体、事業所などのつながり作りなどを行っております。

地区内の独居会員に植木の剪定を定期的に行ったり、又預託点数利用で通院介護を実施しています。最近地区内でマンションが多く建設され、子育て中の世帯の子どもの見守りも実施しています。5地区は桃園小学校の校区で児童の増加に伴い、「放課後子ども教室」での支援活動や、令和に入って「ナルク子ども食堂」の運営が始まり現在実施中です。

その中でも日常生活でのちょっとした「困りごと」を抱えていて、生活していく上で少しでも誰かの手を借りたいという方に、ナルクの活動を紹介することが多いです。家族が遠方にお住まいであったり、近隣に頼る人がいない方に、家族や親類、近隣以外の「会員同士の助け合い」という「新たなつながり」を持ってもらうことで、困りごとの解決だけではなく、その先にある孤立化の防止やその方の生きがいづくりなどを含めた支援にご協力を頂いています。

奉仕活動や預託活動等会員同士の助け合いを実行していますが、活動者の方もお互い高齢の波を感じます。出来るだけ皆さんに声掛けをして少しでも退会者を減らし、新入会員の情報を共有したいと思っています。

地区の一部は芥川の土手と並行している処で地区の自慢の一つに、春になれば、(新川さくら公園)には桜を筆頭に色んな花々が満開になります。花の下をそぞろ歩きや、土手側から眺めるのも又楽しいです。今年の春にはコロナ終息を願い、ゆっくり花見を楽しみたいものです。



これからも少しでも多くの方に、その人らしく、生き生きとした生活をしてもらうために様々な「つながり」作りを行っていきますので、お力添えを宜しくお願い致します。 問い合わせ先:072-668-6680



**ボランティアコーディネート研修**

(社協ボランティアセンターと  
公益活動サポートセンターの共催)

日時：令和3年2月22日(月)13:30~16:00  
場所：市民会館 207号室  
内容：ボランティアコーディネート論についての座学と演習  
講師：筒井のりこ 龍谷大学教授  
定員：30名 ナルクから地区コーディネーターを主に2~3名参加を予定  
(問い合わせは、代表 石田まで)

**会員の動向** 令和2年12月末日現在  
216世帯 314名

	氏名	地区	住所	世帯	人数
入会	小野美津江	9	安満北の町	1	1
	竹中 敏江	拠点 在籍	茨木市	1	1
退会	小坂 千賀	8	芥川町	1	1
	松村 艶子	5	大手町	1	1
	岡 弘子	2	塚原	1	1
	野口 弘明	14	島本町	1	1

## 運営委員会たより

書記担当 山口 礼子

開催日：令和2年12月19日(土)  
PM 1:30～3:30

場所：事務所サロン

### ○事項

1. 年末年始の事務所休業期間の対応
2. 新入会員研修会  
1月25日【月】 am10.00～開催
3. 拠点の1人暮らし高齢者見守り報告  
会報配りの時に極力声掛けをする。  
決定事項として各地区の状況を定期的に半年に1回位運営委員会で報告する。
4. 今年度必要物品についての調達の可否



### ○フリートーク(意見交換)

会報「花みずき」に対する要望等

### ○追加事項・報告

- \* ボランティアコーディネーター研修  
拠点から地区コーディネーターを主に  
2～3名参加を予定
- \* えきちかギャラリー(松坂屋地下通路)  
写真同好会展示 令和3年4月13日～



### ○定例事項

1. 会員入退会状況 入会者2人、退会者2人
2. 1月運営委員会 1月23日(土)13.30～  
※今月号の会報に掲載されている事項は、  
議題のみです。議事内容は、事務所にある  
「運営委員会議事録」でご確認ください。

## 偲ぶ 野口さん

1地区 平田 久和

12月22日早朝「野口氏逝去」の報を受けました。9月に入院された事が分かり、有志が集まり「話し相手」のボランティアがはじまり、9月・10月は制限があったものの順調に経過しておりましたが、11月に入ると同時にコロナ禍がますます拡大し面会禁止となり、有志としても再開の時期を待ち望んでいた中での訃報でした。

野口弘明氏(14地区)のナルク入会は2002年8月(平成14年)で、私の入会は5年後になりますので14年間のお付き合いになります。ゴルフ・絵画・パソコンと趣味も多く、ご指導頂きました。どのご趣味も本格的でパソコンについては本部とのデータのやり取り、「会員管理」・「統計」の基本は氏によるものが大半で毎月の会報の「活動状況」「拠点の行事実績」なども氏のご指導によるものです。ゴルフ・絵画にも随分と御見識の広い方でした。

野口さん安らかに 心よりご冥福をお祈りいたします

## 私のふるさと

## 長野県松本市

7地区 小林 令子

京都から新幹線で名古屋へ、そこからはJR中央線の特急「しなの」に乗り換えます。名古屋を過ぎて1時間もすると眼下には、白い花崗岩の間を勢いよく流れるエメラルドグリーンの木曾川。窓から手を出せばつかめそうなくらいに迫ってくる四季折々の木々。木曾路は遠くに御嶽山や木曾駒ヶ岳もそびえていて、故郷に向かう時の大好きな車窓です。さらに1時間近く、塩尻峠を抜けて左手に北アルプスの山々が連なり始めるとあと十数分で松本駅。幼い頃から仰ぎ見てきた北アルプス連峰が目に入って来ると、「ああ、故郷に帰って来た!」とほっとする瞬間です。

松本はぐるっと山に囲まれた盆地で、冬でも雪は少なく冷たいからっ風、夏は乾いて澄んだ空気を突き抜けて強い陽射しが容赦なくじりじりと照り付けます。北アルプス連峰の常念岳、穂高岳、槍ヶ岳などへの登山口としての観光都市で有名ですが、ここ30年ほどは8月から9月にかけて、クラシック音楽祭が開催されていて、全国の音楽ファンでも賑わいます。

また市民の自慢は市の中心に白黒くっきり、堂々と建つ国宝松本城、石垣を囲むお濠には優雅に白鳥もいてくれます。りんごやぶどうなどの果物、海が無いので山菜、漬物、それに蕎麦などが有名ですが、「信濃の国」という県の歌があることも珍しいのではないのでしょうか。県内の山や川、輩出された歴史上の人物などが織り込まれていて、小中学校時代にはいろいろな式など、ことあるごとにあたりまえのように歌って刷り込まれてきましたから、みな故郷を離れて何十年経っていても、きっと想いをはせながら歌うことができると思います。

年を重ねて、心はふるさとにさらに寄り添いつつあるこの頃です。



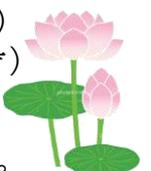
### 一般寄付

千円以上の寄付者を記載しております。  
匿名希望様 (1件)

### 訃報

2地区 岡 弘子様(85才)  
14地区 野口 弘明様(85才)  
が、逝去されました。

謹んでお悔やみ申し上げます。





# 2020年12月の活動状況



	施設	活動内容	提供者名	点数	活動内容	提供者名	点数
		預託活動 (寄付金)	住宅掃除等	配膳・片付け	○佐藤、高尾、竹内、三輪	16	
住宅掃除	山口			2	買物・掃除	宮村	6
掃除	戸嶋節			2	掃除	池田	2
掃除	小林			2	掃除	入江末	1
住宅掃除	池田			2	掃除	○石田長、矢野	5
掃除	宮村			4	住宅掃除	○入江末、池田	4
家事支援	小林			2	住宅掃除	入江末	2
掃除	小林			4	掃除(ゴミ出し)	赤穂	2
買物・掃除	三輪			2	住宅掃除	○田中千、木村	4
通院介助等	ほか			見守り	○入江末、横関	15	外出介助他
		通院介助	吉竹	2	薬とり・水やり	○入江末、横関	10
		通院介助	高見	4	外出介助	(○山之内幹)山之内幸	5
		車いす介助	(○森)有森、持田	2			
		通園見守り	○石田、山本	4	庭手入れ	○入江末、田中蕃、樋口	3



## ライフサポート

非会員	庭手入れ	○品川、小林、三上	6	墓参り	入江末	1
-----	------	-----------	---	-----	-----	---

## 預託活動

点数利用	通院車いす介助	山崎	4	パソコン指導	稲垣	2
	庭手入れ	○品川、青山、石田、入江寛	12	庭手入れ	○品川、青山、入江寛	10
	通院介助	(○池田)田中蕃	1	庭手入れ	○樋口、石田	2

☆ 統計	預託活動							奉仕活動				
	施設	提供一般	ライフサポート	点利用	コーディネート	当番等	合計	福祉	子育て	環境	ナルク活動	合計
2020年12月	4	27	4	6	2	36	52	6	6		38	46
人数(人)	4	27	4	6	2	36	52	6	6		38	46
点数(点)	16	99	7	31	2	56	211	16	18		88	122
今期点数累計	140	957	18	186	22	508	1831	16	533	18	823	1390

団体賛助会員  
敬称略

リ・アライブサービス(株)ポンポン山 ノーマライゼーション高槻  
アクトアモーレ・店舗部会管理組合法人

## 12月の拠点の行事実績

19日	運営委員会	10名		11/24～12/7 会員作品展	
-----	-------	-----	--	---------------------	--

## 拠点の行事予定



令和3年 1月23日(土)13:30～	運営委員会	事務所サロン
1/25(月)10:00～	新入会員 研修会	事務所サロン
1/17(日)10:00～5H 1/31(日)10:00～5H	子供食堂& 子供サロン	田中邸
2/22(月)13:30～	コーディネート 研修	市民会館 207号室
2月27日(土)13:30～	運営委員会	事務所サロン
2/14(日)10:00～5H 2/28(日)10:00～5H	子供食堂& 子供サロン	田中邸

## 12月の同好会の実績



ナルクの輪	12月コロナ禍のため休会(次回予定あり)
謡の会	12月コロナ禍のため休会(次回予定あり)
かるた 同好会	8名、78番、源兼昌「淡路島 かよふ千鳥のなく 声に いく夜寝覚めぬ 須磨の関守」鑑賞
囲碁 同好会	12月コロナ禍のため休会(しばらく休会)
パソコン 同好会	12月コロナ禍のため休会(次回予定あり)
写真 同好会	12月コロナ禍のため休会(次回予定あり)
ソフトボ ール	5名(4名)、4名(3名) さすがに12月を迎え、寒 さも厳しい、いい運動!(来年は3月より再開)

## 同好会の予定

名称	R3/1月	R3/2月	場所	世話役
ナルクの輪	11(月)休 25日(月)	8日(月) 22日(月)	事務所 サロン	佐藤 682-8334
パソコン 同好会	22日(金)	12日(金) 26日(金)	事務所 サロン	能井 695-2939
謡の会 10時～	9日(土) 23日(土)	13日(土) 27日(土)	事務所 サロン	小林令 683-6358
かるた 同好会	休会	休会	事務所 サロン	能井 695-2939
雀クラブ 9:45～	休会	未定	事務所 サロン	大久保 673-4739
健康麻雀	—	—		青山 687-4352
写真 同好会	16日(土) 27日(水)	20日(土) 24日(水)	事務所 サロン	福原 080-5446 -6454
囲碁 同好会	休会	休会	事務所 サロン	樋口 090-7369 -0889
カラオケ 同好会	令3 1月 休会		JOYJOY	森 670-3660
	2月 未定			
歌声ひろば 13時～	休会	未定	JOYJOY	森 670-3660
ソフトボール	3月まで休会		庄所運 動広場	堀 671-8981
ウォーキング	未定			石田 687-4080
ますます 元気体操	毎週金曜10:30～		事務所 サロン	葛谷 681-2253

※「コロナ禍の拡大で各同好会も休会あり、状況を見て判断する会ありと様々な状況です。  
各、同好会の「世話役」と連絡の上ご判断ください。



ますます 計2回 13名、ますます広がる「コロナ禍」の中、  
状況判断しつつ実施(以後状況で検討)