



花みずき

ナルク高槻・島本 6月号

会報 第344号
 令和5年 6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/>

クリーンアップ活動報告

日時：令和5年5月20日(土) 8:30~10:30
 場所：JR高槻駅北側の西口付近の植え込み

3年以上続いたコロナウィルス感染症の心配がほぼなくなり、通常通りのクリーンアップ活動を久しぶりに行うことが出来ました。また今回のクリーンアップ活動は高槻市が実施した令和5年度春季美化推進デー(市内5か所で市民や事業者等の協働で一斉清掃を実施)に特別参加し前島の清掃業務課で手袋・ゴミ袋を支給してもらいました。晴天のもと前



日の雨で土が柔らかくなって草引きには絶好のコンディションでした。毎年大変苦勞する京都市行新快速改札口近くの桜とツツジの植え込みも参加者の頑張りもあり完ぺきに草引きがで



きました(前回は3割ほど残り、後日有志3名で草引きを実施)。しかしながら、今回の目標とした参加人員の大幅アップは出来ず、前回の16人に対して2人増員だけの18名になりました。さらに18名の内訳は常連のナルク役員や運営委員とその家族が大半で残念ながら初参加は1人だけでした。今回草引きは出来ましたが数年前まで行っていま

した植栽の剪定作業を行うにはさらに10名程度の増員が必要です。

駅前クリーンアップ活動はナルクの活動中、自分の意志だけで参加出来、自分のペースで作業が出来る唯一の屋外奉仕活動です。高槻市の美化のため、自身の健康のため、またナルク高槻・島本の活性化のため次回は久しぶりの方や初めての方を含めて、多数の参加をお願いします。

クリーンアップ担当
 青山忠史・入江寛・堀義明



子ども食堂
 5月7日 メニュー
 ・オムライス
 ・サラダ
 ・コーンポタージュ
 ・デザート
 いちご
 ゼリー

—P.2に関連記事—

ロールプレイング

9地区 持田ちえ子

昨年に続き今年も同大学看護学部からの依頼で4月と5月の各3木曜日の4日間

「急性期成人看護学援助方法」の授業・実習に会員8人で参加しました。「心臓疾患」「直腸がん」「脳動脈瘤」など8疾患に罹患している患者役で「入院時」と「手術前」の心構え・不安・心身状況について

「脈拍・血圧測定・聴診器受音」「カウンセリング」などを含めて学生が看護師役として行う臨床実習です。



1グループ10名の学生が4組に分かれ、ベッ

ト脇で臨場感に満ちて患者役の我々とやり取りをする1日2時間4日間の実習です。緊張しつつも、また優しく分りやすく問いかけるリーダー学生と必死にメモとるアシスト学生・・・少しでもお役に立てればと思いましたが、とっても若い力をもらって気持ちよく、また楽しく有意義な時間でした。これから卒業して病院の臨床の場で更なる経験を積み立派な看護師となれるであろうこと、その一助に少しでもなれたのかなって思える時を過ごせました。



事務局からのお知らせ

(拠点以外の取り組み)

- ・5/27(土)高槻市市民公益活動サポートセンター総会・・・総合センターC1401号室
- ・6/1(木)ナルク本部総会・・・大阪産業創造館イベントホール
(ナルク新聞7月号に議事内容掲載予定)
- ・7/16(日)2023社協まつり・・・高槻城公園芸術文化劇場エントランス広場
- ・9/10(日)19回NPO協働フェスタ&サポートセンター設立20周年記念事業
・・・生涯学習センター(1F展示ホール、3F会議各室)

5月7日の子ども食堂はあいにくの大雨で、新規の参加者の2世帯は幼児含めて3兄弟でサロンまで来るのは無理なため(持ち帰り)に変更した。サロンでの食事に参加したサムエル君のパパはスペイン人。今はママと2人で生活しているので『ナルク子ども食堂』に参加することになりました。

ママの心配事は言葉と食事に慣れること、友達が出来ることです。常連の『翼君』を紹介した時翼と聞いて大興奮です。海外では日本のアニメで『キャプテン翼』が大人気とのこと。一緒に写真を撮りお友達ができました。翼君もいい友達ができうれしそうです。この日のメイン料理はオムライスです。



◇ 炊飯器でオムライスご飯

1. 家の炊飯器5合炊きで2合お米を洗い30分以上つけてざるにあげる。
2. 玉ねぎ100g細かく刻む
ポールウイナー100g(短いもの6本)
3mmぐらいに刻む
3. 調味料 コンソメ顆粒小さじ2杯、
ケチャップ90g, バター20g、コーン80g(1缶)
4. 材料等全部入れ炊飯器で炊く
5. フライパンで玉子2個分を焼き、4のご飯を包みケチャップで飾る

◇ サラダ レタス、きゅうり、プチトマト
マヨネーズ

◇ コーンポタージュ

◇ デザート いちご・ゼリー

※マヨネーズには卵黄が使われていますがドレッシングに卵白が使われていることがあります。



運営委員会たより

私のふるさと

書記：堀義明

日時：5月20日(土) 13:30~15:00
場所：事務所サロン

○事項

1. 実施活動報告

・JR 駅前クリーンアップ活動 18名参加
草など29袋 他1袋 計30袋回収
(詳細はP.1)

・大阪医科薬科大学看護学部3回生ロール
プレイング(奉仕活動)(詳細はP.2)

5月18日 5月25日に開催

会員8名参加

2. 当面の拠点での取り組み

・第28回定時総会を開催
6月10日(土) 総合市民交
流センター702号室



3. 拠点以外の予定

・5月27日(土) 高槻市市民公益活動
サポートセンター総会

・6月1日(木) ナルク本部総会 石田
代表出席

4. その他

- ・今月の会員入退会状況
- ・総会後の今後の拠点での行事などの取
組みを6月運営委員会で検討する。
(他地区の活動などを参考にする。)
- ・7月30日(日)に子ども食堂は安満遺跡
公園で開催
- ・事務所で使用している掃除機を新しく
購入予定

○6月運営委員会;6月17日(土)pml:30~
事務所サロン(進行:森=書記:佐藤)

※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。

会員の動向

令和 5.5.31現在
197世帯 281名

訃報

14地区 東田義文 様
15地区 奥戸 清 様
謹んでご冥福をお祈り申し上げます

愛知県蒲郡市

15地区 大竹哲夫

私の生まれ育った町は愛知県蒲郡市です。
ここは海に竹島、大島、小島を中心として古
くから海辺の美しさで有名でありました。
遠浅の砂浜と波静かな海は、海水浴場と潮
干狩りで絶好の人気でした。旧鉄道省の
指定海水浴場になってからは、海水浴観光
地となりました。さらに市内の東から三谷・
蒲郡・西浦・形原の温泉開発により滞在型に
なり、ラグネシア、ヨットハー
バー等ができ観光の町へと発
展しました。



私は今では三河弁をほとん
ど語らないのですが、ずっと社会人になっ
てからも標準語で喋っていると思っていま
した。それが30年前に東京勤務の折、懐か
しい高校の同窓会が文京区の椿山荘にて行
われ、この時郷里で活躍中の漫才師がゲスト
として出演。すると、いきなり「じゃん、
だら、りん」の三河弁で話し出し、「〇〇を
したじゃん」「×××昨日は天気だったなら」
他人が久々に話しているのを聞くと全く恥
ずかしかった。高校までは周辺も含めて丸



出で喋ってました。しかし大
学に行くと名古屋弁に接し、方
言が気になりました。社会人
になって姫路、東京、大阪、静岡、
福岡、四国、松山と転勤を繰り返し、これが
今しゃべるチャンポンの私の言葉になりま
した。しかし、弟が継いだ実家に帰ると途端
に「じゃん、だら、りん」で喋り、友達も元
気です。そして自分のルーツは三河である
と、改めて認識しました。

	氏名	地区	世帯	人数
入 会	平池道代・重季	4	1	2
	新宅蓉子	9	1	1
	大熊進・ひろ子	14	1	2
退 会	東田義文	14	1	1
	奥戸 清	15	0	1
	阿川良一	12	1	1
	松下美貴恵	7	1	1

2023年5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
	施設	配膳・片付け	(○佐藤)谷、三輪、山本	12		
家事支援など	ゴミ出し	入江	2	掃除	(○石田)矢野	6
	買い物/院内介助	三輪	3	留守宅支援	入江	2
	買物	○宮村、入江	3	家風通し/買い物	入江	6
	掃除	入江	4	包丁研ぎ	小西	1
活動(寄付金)	見守り	○入江,柿本眞,柿本邦,横関	14	車いす介助	(○森)宮村	7
	院内介助	石田	4	院内介助	(○森)入江寛	4
	通院介助	○佐藤、樋口、高見	4	院内介助	○甲田、石田	3
	通院介助	(○小林)石田	2	見守り/庭	入江	6
	車いす介助	入江	1	外出介助	加藤	2
剪定など	庭手入れ	○品川、入江寛、石田、谷博	12	庭手入れ	○森、田中蕃、樋口	3
	庭手入れ	○品川、山本、谷博、谷亜	10	庭手入れ	○森、田中蕃、樋口、入江	4
	庭手入れ	○森、田中蕃、樋口	3	庭手入れ	○品川、入江寛、石田、谷博	10
子	子守	○入江、田中蕃	2			

点利用	修繕・水やり	小西、山本	3	庭の手入れ	谷博	2
	包丁研ぎ	小西	4	庭の手入れ	○品川、入江寛、石田	10

☆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	コーディネート等	当番等	合計	福祉	子育て	環境	ナルク活動	合計
2023年5月	3	18		5	1	37	59	18	7	18	14	49
人数(人)	3	18		5	1	37	59	18	7	18	14	49
点数(点)	12	118		19	1	55	205	54	73	45	104	276
今期点数累計	24	197		61	2	114	398	77	156	45	233	511

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

5月の拠点の行事实績

20日	JR駅前 クリーンアップ活動	18名	7日 21日	子供食堂 & 子供サロン	15名
20日	運営委員会	9名			

同好会の予定

名称	R5/6月	R5/7月	場所	世話役
ナルクの輪 13:30～	12日(月) 26日(月)	10日(月) 24日(月)	事務所 サロン	佐藤 (第8地区)
謡の会 10時～	24日(土)	8日(土) 22日(土)	事務所 サロン	小林令 (第7地区)
PC・写真 同好会	9日(金) 23日(金)	14日(金) 28日(金)	事務所 サロン	福原 (拠点在席)
雀クラブ 12:30～	11日(日) 25日(日)	9日(日) 23日(日)	事務所 サロン	田中 (第5地区)
囲碁・将棋 同好会	3日(土)	1日(土) 8日(土)	事務所 サロン	樋口 (第6地区)
健康 カラオケ	22日(木)	27日(木)	JOYJOY	森 (第12地区)
歌声ひろば 13時～	26日(月)	24日(月)	JOYJOY	森 (第12地区)
ソフトボール	14(水) 29(木)	12(水) 27(木)	庄所運 動広場	堀 (第12地区)
健康 ウォーキング	企画中			石田 (第10地区)
ますます 元気体操	毎週金曜10:30～		事務所 サロン	松井 (第4地区)

拠点の行事予定

6/10(土)10:00～	第28回定時総会	クロスパル高槻
6/17(土)13:30～	運営委員会	事務所サロン
6/ 4(日)11:00～ 6/18(日)11:00～	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン
7/22(土)13:30～	運営委員会	事務所サロン
7/30(日)～	子供食堂 & 子供サロン	安満遺跡公園
7/ 2(日)11:00～ 7/16(日)11:00～	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン



※ 同好会「雀クラブ」と「健康麻雀」が1つになりました

5月の同好会の実績

謡の会	6名、6名、「野宮」を時間をかけておさらい、かなり難しく皆さん苦戦！！
ナルクの輪	5名、5名、和布で小物入れ(布をつなぎ接着芯をアイロンではる)、畳のヘリでカード入れなど、
PC・写真 同好会	6名、6名、グーグルの使い方、Gメールの使用方法、後半スマホ写真をパソコンに移動方法など
雀クラブ	10名、1名、久しぶりです、いよいよ「雀クラブ」再開です 牌の音も軽やかに・賑やかに！



囲碁・将棋 同好会	4名、3名、通常のパターンで開始、それぞれに終局後に検討会、どなたでも参加できます、
カラオケ 同好会	5名、しばらくの禁声？から解放された反動で、皆さん大声で持ち歌を7曲熱唱！
歌声 ひろば	9名、新しい会員も3名、定番の曲から、リクエストで「糸」「時代」「乾杯」など13曲を
ソフト ボール	3名、(3名)、4名、(3名)、前半真夏を思わせる暑さ、後半共、通常の練習に汗を流す。
ますます 元気体操	今月3回16名、気候に負けず、皆さん頑張っています。いつでも参加自由です、どうぞご参加を