



花みずき

ナルク高槻・島本 9月号

会報 第359号
 令和6年9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/>

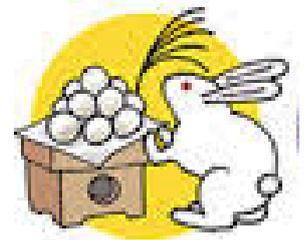


地域・在宅ケアの実習受入れ（報告）

代表 石田長男

大阪医科薬科大学看護学部とナルク高槻・島本は、地域包括ケアの一環として学生実習について協力・協働の取り組みを行なっています。今まで3学年次の「領域別看護学実習」と1学年次の「地域在宅ケア実習」を令和4年度から取り組み、2学年次の「基礎看護学実習」を令和5年度から行なって来ました。2, 3学年次の実習はナルク会員6～8名が大学の実習棟へ出向き模擬患者として参加します。我々高齢者でも参加・協力できる、いえ豊富な生活体験・病歴？を持つ者なればこそ協力出来るメリットがあると言えます。一方、1学年次の実習は学生数人が拠点事務所に来て1日目オリエンテーション2日目拠点の活動に体験参加して会員とのコミュニケーション交流を目的としています。今年も8月19日（月）23日（金）の2日間延べ8名の学生を迎えました。これまでナルク体験実習としては令和4年に同好会「ますます元気体操」令和5年には「ナルクこども食堂」に参加してもらいました。今年は再度「ますます元気体操」にとして同好会世話人の松井美千子さんをお願いし、同好会参加会員のご了解も得て実施できました。大学からは

- ① 日常生活・人生で大切にしてきたこと・暮らし方についての話
- ② 自分自身が考え心掛けている健康とは何？
- ③ 会員の方のナルクへ参加している目的・理由・参加しての感想などについて学生へ話して欲しい等の事前連絡を受けていました。



孫世代の学生たちと元気体操が終わった後、軽食を囲みながら互いの意見を交わし和やかな雰囲気の中で交流出来ました。学生にとっては、単なる体験・交流の場ではなく実習出欠の管理・実習記録の作成など教科カリキュラムの一環です。各学生自身も「ナルクとは」について事前にHPなどで調べて来ていました。この活動は、拠点では「奉仕活動」として位置付けています。会員の誰もが体力的に無理なく気楽に参加出来、若いエネルギーを貰えて楽しいとの参加会員の感想も聞いています。これからも引き続き機会ある度にこの受託活動を実施していきます。ぜひ多くの会員の方々の参加・協力をよろしくお願ひします。

高槻・島本拠点設立30周年記念事業のご案内

9月号会報と同時に出欠ハガキをお届けしています。多くの会員の皆様のご参加をお願い申し上げます。併せて拠点設立30周年記念品として記念クリアファイルをお届けしました。

拠点事務局



ナルたん

報 告

濱田高槻市長はじめ来賓者の出席・祝辞を依頼した4名様にすべて了解頂きました。

また永年拠点会員（10年以上、20年以上）の発表を決定いたしました。そして拠点創設20年から今日までの歩みをパワーポイントで紹介させて頂く事も決定しています。1部式典終了後は昼食会を含め手作りバザー販売、着物リメイクの展示等予定し、第2部では記念講演、ウエルカム同好会！活動紹介、元気体操、コーラス、プレゼント抽選会、全員でナルクの歌合唱、記念撮影と盛り沢山のイベント行事を決定いたしました。



今回9月号会報と同時にお届けしています各会員宛て案内（出欠のハガキ添付）をご覧ください。8月26日の第8回打ち合わせでは、会場の花、会場の必要付属装置類の決定、そのための会場事前チェックの日時等、必要事項の最終決定の打合せをしました。

この拠点30周年記念事業につきましては、特に拠点の会員同士の交流の場となりますので出来るだけ多くの拠点会員の皆様に出席して頂きたいと思っております。身近な仲間に積極的な声かけをよろしく願いいたします。

拠点設立30周年企画委員会
森 正

世話役 森 正

健康カラオケ同好会は以前活動していましたが、世話役もいないという事で休眠状態の中、僕が2016年（平成28年）ナルクに入会の折、当時の拠点代表より復活の依頼を受けその年の7月より再開して今日に至っております。再開当初は16名のメンバーでスタート出来て活況でしたが長引くコロナ禍で数年活動出来ない状態が続きました。新型コロナウイルスが昨年5月に5類に移行したのを待って6名で再開いたしました。



カラオケの機械は現在通信で電波を拾う為、童謡、唱歌、フォークソング、演歌、学生歌、シャンソン、ジャズ、と昔の歌から現在の歌まで自分が歌いたい曲は殆ど有ります。又あまり知らなくてもボーカルアシストと一緒に歌ってくれますので大丈夫です～ぜひ気楽に練習に来て下さい。カラオケ演奏のリズムに乗って楽しく歌を歌うことはストレス解消になります。又認知症予防、誤嚥性肺炎予防、に繋がりますので普段声を出して話す機会の少ない方には特におすすめて



健康カラオケはナルクに近いセンター街の中にあるカラオケ屋 Joyjoy で月1回第4木曜日に13時～16時の間やっていますので13時前に1階受付まで気楽に来ていただければ幸いです。エレベーターも有りますので腰、膝等悪い方、車いすの方も大丈夫です。一度是非覗いてみてください。お待ちしております。 以上

書記：堀義明

日時：8月24日(土) 13:30~15:00
場所：事務所サロン

○事項

1、報告事項

- ・拠点設立30周年運営委員会の報告
10月28日(月) 高槻市市民交流センター8階イベントホール
一部 記念式典午前10時より
二部 記念イベント午後1時より
- ・案内書(申込書)を会員の皆様に配布
- ・奉仕活動状況 大阪医科薬科大学看護学部の学生実習受入れ 詳細はP.1

2、協議事項

- ・9月15日(日) 第20回たかつきNPO協働フェスタ 生涯学習センターで開催 ナルク高槻・島本で参加
- ・事務所サロンの使用について
事務所サロンのみ(事務所は不可)空き時間に限り、ナルク会員が同席で使用を許可。ただし政治、宗教関係は認めない。使用料は午前、午後各¥2,000とする。

○報告

- ・今月の会員入退会状況

○フリートーク

- ・駅前クリーンアップ活動 現在高槻市道路課によるJR高槻駅北口が整備中なので、今後の活動は11月に検討する。
- ・運営委員会議事録の作成担当について 有森、佐藤、堀、(石田、森がフォロー)

○9月運営委員会：9月21日(土)pm1:30~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 6. 8. 31現在
177世帯 252名

計報

13地区 井村トシ子 様
15地区 鶴川邦夫 様
謹んでご冥福をお祈り申し上げます

～ 原八景 ～

10地区 石田長男

事務所で「原八景」って知ってる？誰も知らなかった。唯一同じ地区の青山忠史さんが知っておられた。「トカイナカ」と呼ばれる高槻北部の原地区に長閑な田舎風景が広がっています。「原八景」は明治時代に神峯山寺高僧「近藤大道」が漢詩として原の8つの美しい風景を詠んだものです。

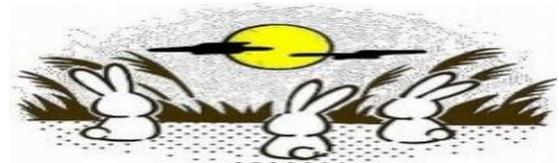
- ① 大森の晴嵐 (雨上がり晴れた日に大森橋から見る夏の風景)
- ② 宮下の落雁 (月明かりの秋の夜八阪神社の下に流れる雲溪川に舞い降りた雁の群れ)
- ③ 横山の秋月 (浄圓寺から原一帯を：春は田植えて青の絨毯、秋は稲刈りで黄金の絨毯)
- ④ 京坂帰牛 (原の寒天を「京坂越」で淀川の前島に運んで苦勞をかけた牛の供養地蔵)
- ⑤ 河原夕照 (夕日に映える芥川の河原) 本山の暮雪 (雪に霞む山々に微かに見える本山寺)
- ⑥ 神峯夜雨 (山中の神峯山寺と夜の雨音で幽玄な雰囲気)
- ⑦ 浄圓暮鐘 (春の夕暮れに響く浄圓寺の鐘の音) です。



これらは市HP「高槻まちかど遺産」にも掲載されています。菓匠「薩喜庵」に「原八景」という小豆を蜜漬けにして寒天で固めたお菓子も販売されています。原地区は江戸時代から「寒天づくり」が盛んでしたが今は唯一田能地区で「タニチ」が製造しています。大阪唯一の「どぶろく特区」畑中農園もあります。まだまだ魅力いっぱいの原地区、是非出掛けてみては。自作の愚作です「原八景みんな回れば幸せよ地元の女(ヒト)の言葉に頷く」(趣味の会で最低点でしたが)

	氏名	地区	世帯	人数
退	井村 雄・トシ子	13	1	2
会	鶴川邦夫	15	0	1

2024年8月の活動状況



預託活動 (寄付金)	活動内容	提供者名	点数	活動内容	提供者名	点数
	家事支援	ゴミ出し	入江 	1	留守宅支援	入江
買い物		宮村	9	風通し	入江	4
通院・介助	生活支援	○入江, 柿本眞, 柿本邦, 横関	11	車いす介助	(○森)宮村 	5
	車いす介助	宮村	4	通院介助	入江	7
	通院介助	(○小林)石田	2	見守り/お使い	○入江, 柿本眞	6
	入院中支援	入江	3	話し相手	加藤	5
子	子守	(○入江)柿本邦	2			

預託活動

点利用	水やり	矢部	3
	水やり	笹谷	4



※ 9月20日(奇数月第3金曜日)は
包丁研ぎがあります
希望の方は午前中までに事務所へ持参ください



☆ 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	コーデイネート等	当番等	合計	福祉	子育て	環境	ナルク活動	合計
2024年8月												
人数(人)		9		2		20	29	10	9		25	44
点数(点)		61		7		35	103	32	97		117	246
今期点数累計		386		36	1	250	673	118	425	28	604	1175

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

8月の拠点の行事実績

24日	運営委員会	9名	4日 18日	子供食堂 & 子供サロン	17名
-----	-------	----	-----------	-----------------	-----

同好会の予定

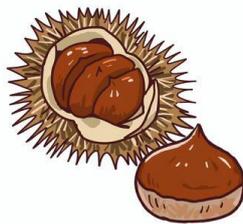
名称	R6/9月	R6/10月	場所	世話役
ナルクの輪	休み	14日祭日	事務所 サロン	佐藤 (第8地区)
謡の会 10時～	14日(土) 28日(土)	12日(土) 26日(土)	事務所 サロン	小林令 (第7地区)
PC・写真 同好会	13日(金) 27日(金)	11日(金) 25日(金)	事務所 サロン	福原 (拠点在席)
健康麻雀 13:00～	8日(日) 22日(日)	13日(日) 27日(日)	事務所 サロン	田中 (第5地区)
囲碁・将棋 同好会	7日(土) 14日(土)	5日(土) 12日(土)	事務所 サロン	樋口 (第6地区)
健康 カラオケ	26日(木)	24日(木)	JOYJOY	森 (第12地区)
歌声ひろば 13:00～	9日(月)	21日(月)	JOYJOY	森 (第12地区)
楽々 ウォークの会	休み	未定		石田 (第10地区)
ソフトボール 同好会	予定あり	未定	庄所運 動広場	堀 (第12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

9/15日(日)10:00～	NP0フェスタ	生涯学習 センター
9/21日(土)13:30～	運営委員会	事務所サロン
9/15日(日)10:00～ 9/29日(日)10:00～	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン
10/19日(土)13:30～	運営委員会	事務所サロン
10/6日(日)10:00～ 10/20日(日)10:00～	子供食堂 & 子供サロン	事務所サロン



8月の同好会の実績



ナルクの輪	今月休暇	健康 カラオケ	今月休暇
謡の会	5名、「社若」の3回目を謡う、稽古レベル1級とのこと、速さ・節回しもむつかしく四苦八苦	歌声 ひろば	今月休暇
PC・写真 同好会	今月休暇	楽々 ウォークの会	今月休暇
健康麻雀	今月休暇	ソフトボール 同好会	今月休暇
囲碁・将棋 同好会	今月休暇	ますます 元気体操	4回、24名、概ね、メンバーも常態化し、元気に活動、