

わかば

NALC豊中・池田拠点「わかばの会」会報

改定 第60号 (通巻 第217号)

発行 平成27年9月

事務局 豊中市上野西 3-13-55 ラピスマンション605

Tel&Fax 06-6852-4802

e-mail nalctim2007@yahoo.co.jpURL <http://sky.geocities.jp/nalctim2007/>

運営委員の体制が変更されました

先月の会報でお知らせしました運営体制が若干修正されました。変更点は太字の部分です。敬称略、[]内は運営委員以外の方をお願いしています。

三役の担当		部会名	運営委員及び会員名
代 表 大 井 文 夫	副代表 吉田光代 清水正弘	行事・イベント・研修	木村、鈴木、山本、大前、木下、西田、内田、 [岡田]、[堀]、[永田]、[久保木]
		ブロック	清水、石井、木村 [ブロックからの推薦者]
		同好会	麻雀(鈴木、木下)、カラオケ(宮地、大前)、ふれあいサロン(大前・西田)、歌声サロン(木下)、映画(高橋)、繁盛亭(高橋)、太極拳([堀])、絵画([見藤])、囲碁(鈴木)、遊友会(鈴木、内田)
	事務局長 石井隆之 事務局長 宮地輝雄	事務局	①預託 高橋、木下、[堀]、[永田] ②奉仕 木村、大前、[服部]、[松尾] ③議事録 木村、石井、高橋 ④その他 石井、大前、吉田、鈴木、高山、内田、 [岡田]
		広報	宮地、石井、吉田、[奥野]、[見藤]
	会計	三村、西田	
	監査	豊島、久保木	

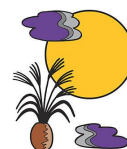
- (注) ・副代表 : 清水さん 行事・イベント・研修、ブロックを担当
吉田さん 行事・イベント・研修、同好会を担当
・ブロック部会はブロック内のコーディネーターも担当する

事務所当番のお願い

昨年11月より事務所当番は平日10時から12時までとしましたが、それでも事務所に当番の居ない日がよく見受けられます。

会員同士の助け合いをモットーとしている「わかばの会」の健全な運営のため、月に1回でも事務所当番をしていただけますようよろしくお願いいたします。(事務局)

事務局からのお知らせ



- ◎ **運営委員会スケジュール**（どなたでも参加できます）
 27年度第6回 9月12日(土) 10:00～12:00（事務所）
 27年度第7回 10月10日(土) 10:00～12:00（事務所）
 27年度第8回 11月14日(土) 10:00～12:00（事務所）
- ◎ **運営委員会議事録承認事項**（平成27年8月8日 出席者15名）
- (1) 会計報告（三村）
7月単月の収支は33,764円の黒字。
ただし、古江台ホームの賛助会費30,000円の収入あり。
 - (2) 事務所用冷蔵庫提供の件（石井）
会員の堀田さんより小型冷蔵庫提供の話あり、原則受け入れにする。
 - (3) 運営委員会のメンバーの業務分担について（宮地、石井）
来年度以降の運営委員会の体制の検討も始める。
コーディネーターとそのリーダーのなり手がいない。継続審議。
 - (4) 電話機購入の件（石井）
電話機に不具合が有るため、新しい機種への買い替えを承認。
 - (5) 歌声サロンの件（吉田）
会員外の人にも呼びかけ、会員増のきっかけとする。

◎会員活動

活動内訳		8月の活動(時間)	27年度累計(時間)	累計前年比
預託活動	総活動時間	111	629	-162
	点数利用	0	9	- 2
	純 増	111	620	-160
奉仕活動		142	755	+ 27

◎会員数（2015/9/1 カッコ内は前年同期比）

	豊 中	池 田	その他	計
世 帯 数	108(-3)	27(+3)	16(+2)	151(+2)
会 員 数	161(-8)	42(+5)	24(+3)	227(+0)



新入会員のご紹介（8月）

*川吉 明さん 睦美さん 兵庫県西脇市

10月のふれあいサロンは「切り絵」です

- ・日時：10月16日(金)10:00～13:00
 - ・場所：わかばの会事務所
 - ・会費：300円
 - ・材料費：200円
 - ・持ち物：下敷き・カッター
 - ・講師：山本知子さん
- 「山小屋」を作ります。多数のご参加をお待ちしています。(大前裕子 090-5164-2432)

♡♡♡ 事務所に冷蔵庫が届きました ♡♡♡



ナルク会員の堀田さんから冷蔵庫を頂きました。新しいのを買われたのでいかがですかという申し出にありがたく頂く事にしました。どこに置くか考えて、レンジ台をどけて置いてみたら丁度収まりました。

8月の一番暑い時期に頂いたので、お茶を冷やしたりお弁当を入れたりといろいろ使わせて頂いています。また堀田さんからは寄付金も頂きました。いろいろ気を使って頂きましてありがとうございました。

(ナルク会員一同)

9月&10月の池田ブロック開催について

池田ブロック会議の9月と10月は下記内容で開催します。
皆様のご出席をお待ちしております。

①9月例会

- ・日時 9月28日(月) 10時30分～12時30分
- ・内容 運営委員会報告と食事をしての皆さんと座談会
- ・場所 池田市文化会館内コロネット(1階レストラン内会議室)
- ・会費 1,100円(昼食、コーヒ代を含む)
- ・申込 9月18日までに木村まで(090-5365-8914)

②10月例会

- ・日時 10月19日(月) 9時30分～12時
- ・場所 池田市Nビル地下1階 ボランティア室
- ・内容 池田市の介護保険制度について
- ・講師 池田市役所保険福祉部介護保険課 浅埜 肇 氏

9月&10月の予定 (各場所については事務所にお尋ねください)

同好会その他のイベント	9月	10月
麻雀	13(日), 26(土) 10:00-16:00	11(日), 24(土) 10:00-16:00
カラオケ	2(水), 16(水) 13:30-16:00	7(水), 21(水) 13:30-16:00
ふれあいサロン	4(金) 10:00-13:00	16(金) 10:00-13:00
歌声サロン	30(水) 13:30-15:30	29(木) 13:30-15:30
映画	—	30(金)
天満天神繁昌亭	9(水)	—
太極拳	4(金), 18(金) 14:00-	2(金), 16(金) 14:00-
絵画	9(水) 13:30~	14(水) 13:30~
囲碁	7(月), 21(月) 13:00-16:00	5(月), 19(月) 13:00-16:00
会報発送	11(金) 11:00~	9(金) 11:00~
池田ブロック会	28(月) 10:30-12:30	19(月) 9:30-12:00
新入会員の集い	—	—

新入会員で～す

西脇市 川吉 明

はじめまして。今回、入会をご快諾いただきありがとうございます。
一人暮らしの母のお話し相手になっていただけの人を捜していました。この時、ナルクさんの事を姉が新聞で知り、一度あたってみようとなりました。豊中・池田に「わかばの会」が有ることを知りました。早速連絡を取り、事務局や会員さんの方々とお会いできる機会を得ました。大変親切にご対応していただき、本当に感激しました。

日本がグローバル化の中で世界に向き合うには日本人のDNAを大切にしないといけないと考えており、その中でナルクさんの理念に感心しました。私は預託活動ポイントの獲得活動は難しいのですが、今後得られる機会を持ちたいと考えています。今後ともよろしくお願い申し上げます。

豊中ブロック会 認知症勉強会の報告

8月31日(月)、午後1時30分から豊中ブロック会議を千里文化センター「コラボ」で開催しました。今回は「認知症の理解と予防について」、豊中市中央地域包括支援センターの國定須美子認知症地域支援推進員に講師をお願いし、会員27名が出席して行いました。

今、認知症有病者数は約439万人と推計され、豊中市の認知症認定者数は9,600人と急増しています。勉強会の主な内容は、①認知症の定義と原因となる病気、②認知症の主な症状、③認知症の診断と治療、④認知症の予防、などに講演を頂きました。その後、脳を活性化するための指運動やゲームなど行動学習も行い、楽しく勉強会を行いました。

今回の勉強会で学んだことは、主な原因として脳変性疾患、脳血管障害、脳腫瘍などの脳の機能の低下と血管障害が大きなウェイトを占めています。また、認知症になりやすい人は、家に閉じこもりがち、会話が無い、体を動かさない、高血圧症や脂質異常症などの生活習慣病になっている人です。また、予防対策として、友達や仲間との交流、コミュニケーション、趣味、娯楽を通じて知的、身体活動、青魚や豆製品などの不飽和脂肪酸の多い食品、短時間の昼寝などがあります。

今、ナルク豊中池田拠点で、横田直江さんのご指導とご協力で開催している「音楽療法」は、音楽を聞いたり歌ったり演奏することで心身の活性化を図り、



認知症の治療方法の一つとして大きな効果があります。今後も会員の皆様に認知症の理解に関する研修を実施して、会員の予防対策や、認知症の人に対して支援ができるように取り組んでまいります。

(清水正弘)