

わかば

NALC豊中・池田拠点「わかばの会」会報

改定 第63号 (通巻 第220号)

発行 平成27年12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.jp

URL <http://sky.geocities.jp/nalctim2007/>

国際社会高齢福祉・介護事業発展協力フォーラムに参加

去る11月3日から4日まで中国江蘇省で開催された「2015 国際社会高齢福祉・介護事業発展協力フォーラム」に大阪府代表として、府日中友好協会、府社会福祉事業団の幹部と参加しました。日本から岡山県、石川県、長崎県、北海道、海外からアメリカ、カナダ、ロシアなど7カ国と中国の各界の代表が参加しました。研究課題は①高齢事業サービスの標準化システム作り、②高齢者地域介護と在宅介護の実行と探索、③福祉介護サービスに関する人材のグローバル化育成と最新商品・器具と技術応用を掲げて、各代表から取り組みの内容の発表がありました。

大阪府代表として、府社会福祉事業団の三谷事務局長から「認知症ケアの取り組み」について発表をして頂きました。主な内容は認知症とは脳の細胞が障害を受けて認知機能が持続的に低下する病気で、日本人の認知症の6割を占めるアルツハイマー型をはじめ、血管性、レビー小体型、前頭側頭型の4種類が主なタイプの説明と、予防、治療、在宅ケア、施設ケアについて、研究と実例発表がされて大変反響がありました。全世界各国共に長寿社会に入り、認知症の患者が増大しており、元気で長生きするために認知症予防対策を行政、各地域、各種福祉団体、家庭、個人が連携して取り組みをする重要性を再認識しました。



認知症予防のポイントを紹介します。①人とのつながりを大切に、②家族や仲間に愛情行動を示す、③ゆっくり生きストレスをためない、④生活の中での自然で日常的な運動、⑤なんらかのコミュニティに属し定期的に参加する、⑥転倒、不摂生に注意、⑦外出する頻度を高くする、⑧就寝前と朝に1杯の水を飲むなど、自分の健康は自分で守って下さい。
(清水正弘)

古江台ホール年末お餅つきボランティアのお願い

例年通り古江台ホールのお餅つきボランティアの依頼が有りました。

- ・日時：平成27年12月26日(土) 午後1時より3時頃まで
- ・場所：古江台ホール ・持って来るもの：エプロン、三角巾
- ・連絡先：ご参加又は詳細については木村まで

(090-5365-8914 または 072-761-1867)





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9回 12月12日(土) 10:00~12:00 (事務所)
 - 27年度第10回 1月9日(土) 10:00~12:00 (事務所)
 - 27年度第11回 2月13日(土) 10:00~12:00 (事務所)
 - 27年度第12回 3月12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11月14日 出席者11名）
- (1) 会計報告（三村）
10月単月の収支は15,736円の黒字。
施設からの未収入金につき事務局にて調査を行う。
 - (2) 北摂拠点連絡会（宮地）
10月15日に開催された北摂拠点連絡会の議事内容について説明。
概要は会報11月号に記載。
 - (3) 新年会開催日（吉田）
1月22日(金)または29日(金)を候補日としてホテル・アイボリーの予約を行う。

◎会員活動

活動内訳		11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	119	993	-280
	点数利用	3	15	- 8
	純 増	116	978	-272
奉仕活動		214	1,390	+163

◎会員数（2015/12/1 カッコ内は前年同期比）

	豊 中	池 田	その他	計
世 帯 数	107(-4)	28(+3)	15(+1)	150(+0)
会 員 数	159(-9)	43(+4)	22(+1)	224(-4)

★★2016年新年会のご案内★★

今年も残すところ後半月です。来年も良い年でありますように。新年会を次のとおり開きますので、是非ご参加ください。



- ・日時：1月29日(金) 11時30分~13時45分
- ・場所：ホテル・アイボリー
- ・参加費：4,000円(予定)
- ・申し込み：事務所（1月20日まで）

★★年末年始(12/28~1/5)事務所はお休みです★★

♥♠♥クリスマスパーティーとミニコンサートへのお誘い♥♠♥

12月の「歌声サロン」は楽しいクリスマスパーティーとミニコンサートです。

サンドイッチやコーヒー、そしてケーキやワインなども用意したいと思います。

今年のクリスマスはナルクの仲間と過ごしましょう。

皆さんの参加をお待ちしています。

- ・日時：12月25日(金)12:00～
- ・場所：わかばの会事務所 ・会費：1,000円
- ・申込：事務所へ12月18日までに (木下妙子 090-1139-1086)



1月のふれあいサロンは「切り絵」です

今回は「合掌造りの山小屋」を作ります。

- ・日時：1月21日(木)13:00～16:00
 - ・場所：わかばの会事務所
 - ・会費：300円
 - ・材料費：200円
 - ・講師：山本知子さん
 - ・持ち物：下敷き、カッター、ものさし
- 多数のご参加をお待ちしています。 (大前裕子 090-5164-2432)

ナルク・リーダー研修に参加して

高畑会長より1つの案として、ナルク本部を東京(首都圏)へ移転することも考慮している云々…と言う話をしていました。本案件についての私の意見としましては大いに賛同いたします。同じエネルギーと費用の投資効果を考えれば、経済的・人口比率等を考えれば、その差は歴然としているのではないかと思います。在留外国人へのナルクPRについて考えれば特にその効果は明確と思われれます。 (内田完一)

12月&1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	12月		1月	
麻雀	13(日)	10:00-16:00	10(日), 23(土)	10:00-16:00
カラオケ	2(水), 16(水)	13:30-16:00	6(水), 20(水)	13:30-16:00
ふれあいサロン	18(金)	10:00-13:00	21(木)	13:00-16:00
歌声サロン	25(金) X'mas	12:00-15:30	—	—
映画	15(火)	—	—	—
遊友会	—	—	—	—
太極拳	4(金), 18(金)	14:00～	15(金), 29(金)	14:00～
絵画	9(水)	13:30～	13(水)	13:30～
囲碁	7(月), 21(月)	13:00-16:00	11(月)10:00～, 25(月)13:00～	—
会報発送	11(金)	11:00～	15(金)	11:00～
池田ブロック会	21(月)	9:30-12:00	18(月)	9:30-12:00
新入会員の集い	—	—	—	—

ナルク箕面・ナルク吹田の記念式典に参加して

ナルク箕面が旧「わかばの会」より分離独立して5年が経過しました。11月13日(金)12時よりみのお山荘「風の杜」にて「独立5周年記念の集い」が開催され、招待を受けましたので出席しました。5年前迄は豊中・池田・箕面として仲良く一緒に活動してきましたが、本部の指示もあり箕面は独立しました。独立時には分断されたという思いや、痛み、別れの辛さがあったと聞きました。箕面は分離の時の会員数は94名だったのが、今は2倍以上の190名になり、財政的にも十分に余裕を持った運営ができるようになったそ



うです。箕面市の発展と共にナルク箕面も素晴らしく発展して行かれました。これも優秀な会員が積極的に活動された結果だと思います。これから先、益々

のご発展をお祈り申し上げます。

翌日の11月14日(土)10時より、吹田市メイシアター3階レセプションホールにて、ナルク吹田の20周年記念式典が開催され、出席させていただきました。第一部はナルク吹田代表、高畑ナルク会長、吹田市長の挨拶があり、その後記念講演がありました。「高齢者の権利擁護について」というテーマで、吹田市役所高齢支援課の平井倫子さんが1時間大変分かり易い口調で話をして下さいました。自分の命は自分で守り、住み慣れた町で安心して暮らして行きましようというのが基調になっていました。第二部は食事をしながら、芸達者な会員の皆さんのマジックショー、詩吟、コーラス、民謡などのアトラクションがあって盛り上がり楽しく過ごしました。(大井文夫)

熱戦の「棒サッカー大会」にボランティア

11月27日豊泉家体育館(旧千里体育館)にて施設の方たちの棒サッカー大会が行われました。寒く風の強い一日でしたが、ナルクからも14人のお助けマンが介助の手助けに。体育館の中には多くのボランティアの方々が待機していらっしゃいました。駐車場に施設の車両が到着すると車椅子の人や介助を必要とされる人達が下り来られるので、その方々をグループの名前の貼ってある場所まで介助してお連れすることから始まりました。



1チーム10人編成でA~Fコートまで6コートで試合が始まり、車椅子からコートの椅子に座り替えて戴き、ベルトで身体を固定して10人ずつで向かい合って座り戦います。風船より少し硬めの棒を持ち、ボールをゴールへ運びこみます。必死なので椅子をガタガタと揺り動かして力を出し切って熱戦を繰り広げていました。皆さま、お疲れさまでした。(大前初代)