

NPO法人 ニッポン・アクティブ・ライフ・クラブ



ナルク (NALC) 宝塚・川西・伊丹・猪名川・豊能

ささえあい (お元気ですか) 8月号



事務所 〒666-0015 川西市小花2丁目25-1 TEL・FAX 072-759-3269
 メール nalc_sasaeai@yahoo.co.jp H P http://www3.to/sasaeai
 会員数 7月31日現在 164世帯 会員250名 ・ 賛助会員12名

事務局よりお礼とお願い

毎月の会報とともに皆様のお手元にお届けしています「事務所当番表」の中味が変わったな、と思われませんか？そうです！先月に続いて今月も午前・午後ほとんど誰かが当番についています。何かあればどうぞお気軽にお電話下さい。また、事務所の近くを通られたら顔を見せて下さい。当番表の備考欄に同好会活動も掲載されています。興味をお持ちの方は同好会にもご参加頂きお楽しみ下さい。できるだけ早く、この当番表の午前・午後がすべて埋まり、事務所に絶えず常駐して会員各位のニーズにお応えできる体制作りをしたいと思っています。皆様のなご一層のご協力をお願い致します。

初めて当番をされる時には、ベテランの会員が懇切丁寧にお手伝いいたしますので、どんどんお申し出があることを期待しています。

今回の改善には特に北岸博子さん・藤原武男さん・伊藤恵美子さんなどの、最近入会された方の積極的なご参加が大いに寄与しています。他の皆さんも引き続きご協力のほどよろしく願いいたします。

言葉



田辺春朝(伊丹)

「おはようございます」「わたしは やまだたろうです」から一日が始まる。

朝の姿を見ると、お父さんとお母さんが心配やお父さんとお母さんがけんかしていたんや、お父さんはすぐに物を投げるんや、だから僕も物を投げたくなるんや、先生の話を見かずに教室内を走り回る子は両親がいつも諍いが多かったり不安定な事が多い。

両親の信頼関係が安定してくると子どもは落ち着いてくるようです。

以前、肢体不自由学校で知的障害があって言葉で会話が出来ない子達と関わったことがあります。その子は自然に「あほっ」が口癖になって出てきます。周りの人は何で あほっやねん、ちゃんとご飯を食べさせているのにと不満の言葉が返ってきます。でもその子は「あほっ」と言うと周りのひとから言葉が返ってくるのです。私は普通の会話が出来なくても、心の中で元気だね、今日は楽しそうだね。身体はどうかなと無言ですが会話をしています。顔の表情や言葉にならない言葉で返事を返してくれていました。

【 天河草子夏祭りに参加して 】

安武雅子(猪名川町)

去る7月21日 時折雨の降る中に行われた夏祭りの介助ボランティアに初めて参加させていただきました。天河草子は、高齢者施設と保育所とが併設された猪名川町の福祉施設です。

10名余りのナルクの前輩方とスタッフの説明を受け、ショートステイ利用の方と1時間半ほどの時間を一緒に過ごしました。初対面の緊張感から、子ども達の笑顔にふれたり、イベントを楽しむ中で次第に表情が和み、お別れの時、「一緒にお部屋まできてね」と微笑んで下さり一期一会の感慨を深く感じました。同時にこのお祭りが、数多くのボランティアの支援に支えられ開催されていることの意義も実感致しました。

ナルクの会員になって、4 年余り…これからも無理のない活動で、尊敬すべき先輩方に追随すべく努力したいと思います。それと共に、新入会員の方々も様々な活動に参加され、ボランティアを通じて得ることの出来る幸せを是非感じていただきたいと心から願っています。



参加者: 泉、大野夫妻、金杉、厚東、杉木、吹留、扶瀬、藤森、諸岡夫妻、安武、渡辺三、近藤加

【 宝塚ちどり納涼祭に参加して】

7月16日(月)に開催されました。

3年振りに開催された恒例のお祭りは、盆踊り、夜店、大道芸人のマジックなどで賑わいました。

入所者や近所の子供たちの笑顔に接し大いにやりがいを感じました。私たちはゲームや生ビール、ジュース、お茶、コロッケ、焼きそばの販売など

参加者: 松本永、近藤民、岸、池田、長尾、浅川、道本、平塚、松本た

松本たず子(宝塚)

をお手伝いしました。中には盆踊りに飛び入り参加して楽しまれた人もいました。施設長やスタッフの皆さんにも喜んで頂けたことと思います。

終了後、懇親会で軽食や冷たいビールをご馳走になり、楽しいひと時を過ごすことが出来ました。



今後の行事予定

- | | | |
|---------------|----------|---------------------------|
| ☆市民後見人制度講習 | 8月8日(水) | |
| ☆宝塚サマーフェスタ | 8月20日(月) | 近隣会員の方はお手伝いをよろしくお願いいたします。 |
| ☆第2回会報手配り者懇談会 | 9月21日(金) | 事務所にて(14時~16時) |
| ☆北摂拠点連絡会 | 9月28日(金) | 吹田拠点 |
| ☆猪名川祭り | 11月3日(土) | 10時~16時 |

庭仕事隊通信 その ⑫ ダンゴムシ



諸岡茂昭(川西)

庭の落ち葉や石の下にいて、体長 1cm 程の灰色の虫で、沢山の足でせこせこ歩き、触れるとアルマジロのように体を丸めるのがダンゴムシで、別名マルムシとも言います。ダンゴムシは害虫か？益虫か？答えは「一般的には益虫」のようです。「一般的」と書いたのは、時には草花の葉を食って丸裸にしてしまうことがあります。しかし普通は落ち葉などを食べて分解し、庭の掃除をしてくれている益虫です。被害を受けたら退治すれば良いでしょう。本シリーズは今回が最終回です。長らくお付き合い頂きまして有り難うございました。

事務局よりお知らせ

「新入会員の紹介」

- 藤原武男さん 宝塚市安倉北
 若狭俊子さん 川西市萩原

☆いろいろな活動や同好会にご参加ください。お待ちしております。



【時間預託累計(活動点数)】

	仕事援助		家事援助		送迎		計		生活 アド	会員活動数	
	回数	点数	回数	点数	回数	点数	回数	点数		男	女
4-6 月度	56	114	119	276	6	9	181	399	0	30	80
7月度	41	111	32	70	3	7	76	188	0	13	26
累計	97	225	151	346	9	16	257	587	0	43	106

運営委員会議事報告

開催日時：7月8日 13：30～16：00 拠点事務所 出席人数 15 名

1) 6 月度活動報告
仕事援助 (大野) 庭仕事は6月が最盛期で一部雨天で順延しているが概ね順調
家事援助 (近藤加・民) 長田さんの代わりに北岸さんが担当する
うぐいすの森 (村林) 特記事項なし。宝塚ちどり (平塚) 最近の利用者は4～6名
2) 猪名川祭 (杉木・近藤加) 7/6 申込み 参加可否の結果は13日以降判明 宝塚サマーフェスタにも参加を決定 (猪名川祭の費用 3,000 円で済むため)
3) 北摂拠点連絡会報告 (厚東・平塚) 6/22 茨木・摂津拠点にて開催 6 拠点+本部が参加 会員数：高槻・島本 (321 人)、箕面 (148 人)、豊中・池田 (255 人)、茨木・摂津 (392 人)
4) 見守りたい活動 (もしもしコール) (厚東) 現在 11 名が対象、双方向化を検討中
5) ブロック活動 (宝塚・伊丹)：近藤民…6/29 宝塚ちどりで開催 12 名が参加、有意義であった
6) 講習会・研修会…総会が終わったので早急に段取りをする
7) 宝塚ちどり納涼祭…別掲
8) 天河草子夏祭りについて…別掲
9) 啓発活動用の小冊子発刊 (田辺) ……200 部作成
10) 登録票…記載内容及び未返却者の見直しと再送付 (11 月会報配布時に同封)
11) その他…イ) 中東さん、花屋敷の踊りの先生 送迎は取りやめとする ロ) 同好会の予定を明確にすること ハ) ホームページを阿部さん、藤原さんに手伝ってもらっては?
12) 8 月の運営委員会は例年通り休みとします

【 名所史跡のご紹介 ③ 】

川西のおおべ小戸神社のご紹介

藤森美代子(川西)

所在地：川西市小戸1丁目13-17 川西能勢
口駅東出口、北東へ徒歩約10分

川西にお住まいの方でもご存知でない方もあるか
と思います。この際、読み方の難しい神社の一つ
として知って頂ければ幸いです。小戸神社の御祭神
は、主祭神の「おおやまつみのかみ大山津見神」、合祀神の「あまこやねん天兒屋根

みこと命、「すさのおのみこと素戔嗚命」と言う三柱の神様であります。
小戸神社の創祀は約 1130 年前とのことです。

御本殿(川西市指定文化財)は、いっけんしやながれつくり一間社流造、屋根
は柿葺き。正面にちどりはふう千鳥破風、のきからはふう軒唐破風が付き、もとは極彩色が施されていましたが御本殿を覆う覆屋と
拝殿は阪神大震災により傷みも大きく、平成20年氏
子崇敬者の篤志により大修復工事を行い、現在の麗

しい社殿になりました。また、境内西隅には、昭和41年兵庫県指定文化財の認定を受けた大きな「楠」があります。根回り約 12m、樹高:約 30m、樹齡約

600 年と推定されています。時間と興味のある方は是非お出かけください。なお、小戸地区の神社として元日祭、夏祭り、例大祭、七五三等々氏子の要たるの存在です。

第 53 回 拠点ゴルフコンペ

鷺北正治(川西)

掲題ゴルフコンペが去る6月28日(金)山の原ゴルフ場恋里コースにて、24名の参加(内女性5名)があり、天候にも恵まれなごやかな雰囲気のもと開催されました。

昼食時や懇親会の席上で、雑談ではありますが、各クラブの情報交換などお互いにコミュニケーションを持つことができ、一段と友好を深めた有意義な会合でした。

今後も四半期に一回のペースで開催されますので、気軽に一人でも多くの方の参加をお待ちしております。

『成績結果』

		(グロス)	(HD)	(ネット)
優勝	檜根さん(芦屋拠点)	93	26	67
2 位	清水さん(豊中・池田)	99	31	68
3 位	鷺北さん(宝塚・川西)	87	18	69



※なお、次回は 10 月 19 日(金)でコースは未定です。追って「お元気ですか」でご案内致します。

コーポラティブ・ホーム！共同で終末の棲家を造りませんか

阿部文代(川西)

コーポラティブ・ホーム(略してコポホーム)とは、居住者自らが共同参画して建設する「終の住まい」になる住居です。高齢者は一人暮らし、配偶者の介護等、生活や安全に大きな不安があります。現状では終末期まで自宅で不自由なく暮らすのは介護保険を使っても無理があり、施設を利用しなくてはならない場合が多いようです。しかし現在ある施設は居室がとても狭くまるで病室です。精神衛生上、寝たきりの状態でも自宅とさほど変わらないゆったりした部屋で過ごしたいものです。入居金 1 億円以上の高級老人ホームでも、シャンデリア輝くロビーやプールと共有部分は豪華ですが、居室部分はそれほど広くなく、しかも、体が不自由になった場合は介護棟へ移されます。一見安心感を与えますが、介護棟を見学させてくれた施設はなかったし、入居者にも見せない施設もあるくらいで推して知るべしですね。

二つ目の不満は食事です。3 食セットは楽ですが、好物が食せないと言う不満と、選べるレストラン形式などは、食材や人員確保の無駄が出る分、食材原価は抑えられ、メニューに野菜が少ないのも気になります。

食事は、食材調達・調理・後片付けと負担が大きく介護保険でも点数が多く必要です。食事以外の家事はITの進歩で極めて省力でき、ロボット掃除機、乾燥機付き洗濯機、風呂もトイレも洗浄機

能付き、買い物はネットで殆どのものが揃います。以上のことから、共同ホームでは、IT設備が整った十分な広さの居室とバランスの取れた夕食が提供されれば良く、朝・昼食は自分で作る方が愉しみや自立の訓練にもなります。

身体不自由が進めば介護保険を使い、その場合使用点数も少なく済みます。老夫婦の一人は施設、片は住宅一人暮らしの淋しさもなく、仲間が近くに居る安心感も重要でしょう。“自分のお金が計算出来る”ぎりぎりまで住めるコポホームが理想です。快適な住居に住まうと最後まで澁刺とした人生が送れるのではないのでしょうか。又、老親介護が必要な人も仕事を辞めずに済み自身の老後にも安心感があります。通常施設の入居金償還方式とは違い個人所有住居なので、退去の節は売却なり賃貸として残せるのも魅力だと思います。スペースの都合で説明不足ですが、賛同して下さる方と協力して建設出来れば、とても幸せなことです。

