

告知板

★7月運営委員研修会

日時：7月17日(金)
場所：みまつホテル(水戸市銀杏坂)
研修会：10:00~17:00
参加対象者：運営委員全員
尚、研修内容については後日事務局より参加対象者へ案内いたします。

★会員募集説明会

会員を募集する為の説明会を実施します。
日時：7月27日(月)~30日(木)
13:30~15:00
会員の皆様には友人知人でボランティアに関心をお持ちの方を是非ご紹介下さい。
水戸市発行【みんなの水戸】7月20日号に広告を掲載します

★8月定例会

8月30日(日) 13:30~
場所 ミオス 大研修室
3月以降定例会を開催できませんでしたが、やっと開催できることになりました。
ぜひ出席ください。

★7月のナルクみとサロン

お久しぶりです。皆さんお元気ですか。
今回は「脳トレニング」を行います。
ぜひご参加ください。参加希望者は事務所へご連絡ください。
日時 7月18日(土)10:00~
場所 ナルク水戸事務所
なお8月はお盆でお休みになります。

★行事については、会場、その他の事情で変更もありますので、施設、担当者へ確認の上参加ください。
特に8月行事は未確定が多いと思われるので、ご注意ください。

新入会員紹介(敬称略・ABCDEは所属ブロック)
荻沼 弘寿 (下大野町・A)
真鍋 守栄・郁子 (双葉台・B)
どうぞよろしくお願い致します。
会員数 5月末 現在 706名
(世帯数 494)

行事予定

Table with columns: 月, 日, 曜, 行事, 場所, 時間. Contains schedule for July and August.

施設訪問

Table with columns: 月, 日, 曜, 演目, 訪問先, 時間. Lists facility visits for July and August.

子育て支援活動

Table with columns: 月, 日, 曜, 内容, 場所, 時間. Lists childcare support activities.

ブロック活動

Table with columns: 月, 日, 曜, 行事, 場所, 時間. Lists block activities across months.

趣味の会

Table with columns: 名称, 月, 日, 場所, 時間. Lists various hobby activities.

次回の定例会 8月30日(日) ミオス(赤塚)

【6・7月合併号】



ごあいさつ 代表 和田 修身
7月5日(日)に予定していた「2020年度定時総会」と「20周年記念行事」につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催ができなくなりました。従いましてこの遊奉と定時総会議案書を配布します。この議案書についての質問、ご意見をいただき、8月号の「遊奉」(会報)に掲載します。
質問、ご意見を 7月17日(金)までに ナルク事務所へご連絡下さい。

住民主体の「生活支援サービス」活動

2018年11月から水戸市との打合せを重ね、12月から実際に活動を始めました。
2019年度末までの依頼件数は25件、支援サービスを提供したのは21名、延べ337件(2018年度39件、2019年度298件)でした。
対象者は介護保険制度から切り離されて各市町村が対応するようになった要支援1,2の方と事業対象者の方です。2020年4月以降も2件の依頼がありますが、実際には施設に入所されたり、亡くなったりした方も含まれていますので、今現在は対象者、提供者共に月10~12名くらいで実施回数は月25回程度です。
対象者については、ケアマネージャーや高齢者支援センターなどから依頼があり、ナルクの該当ブロックごとにコーディネートをしていただき、受けられる(提供者を見つけられる)場合には受けるようにしています。
提供者については、原則として市の主催する研修を受講済の方を対象にお願いしています。すでに4回研修が実施され、59名の方が受講済です。また、研修受講済の方を対象にしたリピーター研修も2回実施され、50名の方が受けています。

助かっています M. K
夫婦共に対象者として認定されているため、月に2回、お二人に来ていただき、色々な場所の掃除をしていただき助かっています。気持ちよくやっていただき、とても綺麗になって、満足しています。今後ともよろしくお願い致します。

NPO法人 NALC (Nippon Active Life Club) 日本時間預託協会 「ナルク水戸」
事務所 〒310-0815 水戸市本町 3-3-9
TEL&FAX 029-233-7696
eメール nalcmto@nifty.com
URL http://nalcmto.c.ooco.jp/
第234号 2020年7月5日発行

ナルク水戸のスローガン。
活動によって生きがいを。
活動によって幸せを感じよう。
そして幸せの輪を広げよう。

今回は変則的ですが、質問、ご意見がない方につきましては、2020年度の議案について、ナルク本部の今回の対応に準じて、承認いただいたことにさせていただきますのでよろしくお願いたします。
なお「20周年記念行事」につきましては、新型コロナ禍が収束に向かい、開催可能になると思われる今年10月または11月ごろに開催する予定ですので、決定しましたら改めてご案内いたしますので、どうぞよろしくお願い致します。

Aブロック 渡部 はるみ
この事業は、ナルクの活動とは違いますので、活動してもナルクのポイントにはならないで、現金での精算になります。実施すると市からの補助金もあり、ナルクの収入になりますので、ナルク活動と両輪の活動として、今後も取り組んでいく予定です。
会員の皆様には、まず研修を受けて頂き、なるべく依頼者の近くの方に打診して、了承していただければ実施となります。
活動内容としては、掃除、ゴミの分別、買い物、病院内の付添い(送迎は市の事業の対象ではないので、送迎も希望する時はナルクの会員になっていただいています)、などを主体に、草取りなども併せて支援しています。

【生活支援サポーター研修】



色々考えさせられながら実施しています K. Y
月に2回、掃除を中心にやっています。最初はちょっと大変でしたが、今では慣れてきて気持ちよくさせていただいています。自分の気持ちに余裕がないと出来ないのでは、と思い、今、出来ていることに感謝です。段々片付いてきれいになってきているので、これからも依頼者の方がご自宅で生活していけるお手伝いを頑張っていきたいです。

ふるさとの料理と食べ物シリーズ

青森の「ジャッパ汁」

Aブロック 小野 友子

冬の青森は「雪・寒い!」という厳しい気象条件の地である。そのような中で、真冬ならではの真鱈を使った郷土食ともいえるのが「ジャッパ汁」である。

さて「ジャッパ汁」とは? ジャッパとは魚のアラのことである。真鱈の頭を切り落とし、魚体は丸のまま筒切りにする。身を刺身にする時は、三枚におろして昆布締めにしてから好みの薬味で食べる。

残ったジャッパは全て適当な大きさに切って、湯通しをする。これを昆布で引いた出汁に、根菜類、豆腐、練物などを入れ、じっくり煮込んで味噌仕立てにする。

昆布のグルタミン酸、真鱈のイノシン酸の旨味成分の相乗効果で、それは美味しい一品に仕上がる。人の味覚は年と共に子供のころに戻っていく……と何かで読んだことがある。今は鮮度のいい真鱈が手に入らないので、もう久しく食べていない。

子供のころの味覚に戻りつつある私の懐かしいわが愛する郷土食の紹介でした。



【時間預託総累計時間 129,570時間】

ナルク事務所・コロナ禍の中で

Cブロック 大角 峰央

新型コロナウイルス(COVID-19)感染症拡大に伴い、国は4月6日から特定警戒都道府県に対して「緊急事態宣言」を発出しました。

茨城県は、4月16日「緊急事態宣言」を発出し、5月15日にそれを解除し、5月25日から「緊急事態措置等」として、ステージ2に入っています。

このような大変な中で、ナルク事務所は、通常どおり運営してきました。私は「緊急事態宣言」発令前後中に、何度か当番業務を経験しました。茨城県での最初の感染者が、ひたちなか市に出た時は驚くと同時に不安が増しました。各窓などの開放を行い、除菌シート、アルコール消毒液を用意し、マスクの着用、手洗いの励行、トイレの使用など出来る限りの対策に努めてきました。来所する会員の皆さんは、マスクをきちんと着用し無口?でした。宣言解除でとりあえずひと段落ですが、事務所では引き続き対策をとっております。

事務所当番者は、不要不急の外出自粛「ステイホーム」がさげられるなか、勇気があることだったのではないのでしょうか。送迎ボランティアをしていて「ナルクの活動は大丈夫ですか?」「こういう状況だからいつものようにやっていただけるのは助かる」などの声をいただきました。

随想 ナルク活動について

Bブロック 日高 昌子

今年の春あたりから、新型コロナウイルスの大流行で、すべての学校、市民センターのもろもろの行事がすべてストップしました。自粛の生活を強いられる事となりましたが、ナルク本来の仕事である、病院の送迎、食事作り、植木の手入れ、草取り、道路のゴミ拾い等々、皆さんマスクをつけて一生懸命働いてられる会員が、事務所に伝票をもって来られる姿を見て、本当にお疲れ様と頭の下がる思いでした。たくさん点数を持っている人もそうでない人も、他の会員に仕事をお願いすると云う事は、ボランティアだからと軽々しく考えないで、感謝の気持ちで対応したいものです。

子育て支援・読み聞かせ再開

Aブロック 山口 操子

子育て支援グループは、7か月児健康相談での読み聞かせをコロナウイルス感染防止のため4月から3か月間お休みしてきましたが、7月から再開することになりました。

水戸市保健所北庁舎(従来の保健センター)で行います。マスク着用で、赤ちゃん和妈妈たちからは1メートルほど距離をとり、今までは、4冊の絵本を読んでいたが、1冊のみ読み聞かせすることにしました。メンバーのみなさんと健康に気を付けながら、赤ちゃんの健やかな成長のお手伝いできたらと思っています。

Eブロッククリーン作戦

Eブロック 皆藤 ひろみ

6月11日(木)朝7時から旭公民館でクリーン作戦開始。今日から梅雨入りと言われていたが作業中は快晴。まず雑草を取り中央にコスモスの種を蒔いた。その後リーダーが種から育てあげたマリーゴールドやサルビア等何種類かの苗をどのように配置したら美しく見えるか考えながら植え付けた。たくさん苗があったので植えるだけでも時間がかかった。植え付けもやっと終わり、取った草などを片付け水まきをして作業終了。休憩を取りながら次回のクリーン作戦について打合せ、水分補給をしていると、今まで閉館していた公民館もやっと普通に近い状態になり、いろいろなクラブの人達が入って行く。水をまいて少しの時間で花壇は乾いてきた。帰る頃にはすっかり乾いていたので無事根付くようにと祈った。



随想 コロナの中で

Aブロック 金子 征繪

水戸は感染者も少なく、そのうちにインフルエンザのように下火になると思っていました。しかし世界中に広がってしまいました。三密を避け、マスクを常につける等々新しい生活様式が生まれました。

6月に入り、少しずつ社会が動き出しました。梅雨に入り、紫陽花を見に行きたい、そろそろ旅行計画も…。おっともう少し我慢しよう!自分だけでなく、周りの人を巻き込まないように、二次感染を起さないよう気をつけましょう。

7月からコーラスの練習が再開予定。楽しみです。

【保和苑の紫陽花】



Aブロッククリーン作戦

Aブロック 田町 敏夫

5月30日(土)、朝7時~8時まで桜川クリーン作戦を行いました。今回は、快晴でだんだん暑くなってきましたが、みんな元気に行いました。半年ぶりのクリーン作戦で参加者が少なかったのですが、たくさんのゴミが集まりました。

今年度からゴミ収集の種類別が変わりましたので、仕分けに少し時間がかかりました。川の土手にスプレー缶が落ちていたのには驚きました。

参加者6名で、燃えないゴミ4袋、燃えるゴミ1袋、他スプレー缶1袋、集めました。

桜川クリーン作戦の次回は、7月25日(土)に行います。



都々逸 助川 浩史
長寿日本の百歳時代
心新たに生きる日々
雨の恵みをいっぱい受けて
青い水田 育つ苗
青く酸っぱい 梅の実だけど
酒はいい味 琥珀色
競馬見つめる 明日への日本
波は静かな 桂浜
未だ背負った 青年達が
梅雨の最中も ボランティア

Table with 12 columns: 5月分実績, 2020/5 (utilization, provision, activity, time, points, ratio), 2020/4-5 (utilization, provision, activity, time, points, ratio). Rows include various activities like '迎', '食事作り', '家事掃除', etc.

Table with 12 columns: 項目, 2020/5 (utilization, provision, activity, time, ratio), 2020/4-5 (utilization, provision, activity, time, ratio). Rows include '福祉', '子育て', '環境', 'その他', 'ナルク活動'.