

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ 名張東

すずらんクラブだより

<http://nabarihigasikizuna.web.fc2.com/index.html>



第87号 2016・1月号
ナルク名張東拠点すずらんクラブ
(名張市すずらん台東3-220)
TEL・FAX 51-0572
発行責任者 大橋 健

謹賀新年

～ 新年のご挨拶 ～

すずらんクラブ代表 大橋 健



穏やかに平成二十八年の幕が開きました。

会員の皆様におかれましては、すがすがしいお気持ちで希望に満ちた輝かしい新年をお

迎えになられたこととお慶び申し上げます。

昨年はすずらんクラブの活動にご支援とご協力を賜りまして、誠にありがとうございました。会員拡大キャンペーンでは地域の方々にお声掛けをいただき、十一名の方が入会してくださいました。その結果、会員数は百四十二名、世帯数は、九十九世帯になりました。早速にナルクサロンやサロンきずなでの活躍、病院への送迎利用など、仲間として助け合っています。

地域包括支援センター長や国津園のスタッフさんにご協力いただき二日間に亘り開催しました「日常生活支援活動」研修会には、二十四名の参加がありました。介護保険制度の改定に伴う総合事業に対するレベルアップを図ることが出来ました。皆様のご協力に感謝しています。



新しい年が皆様にとりまして健康で幸多い年になりますよう祈念して、新年のご挨拶とします。皆で楽しく仲間の絆を深めましょう。

☆ サロン・クリスマス会報告 ☆

十二月十八日(金)、暖かい日が続いていた十二月も急に冷たい風が吹く寒い日になりました。今年最後のサロンはクリスマス会を開催しました。

参加者四十五名。毎年恒例のお楽しみ行事です。スタッフも手際よく準備にかかり会場はあつという間にクリスマスパーティー会場に出来上がりました。そして昨年も参加して下さったギターとキーボードとボーカルの三人の



「ナルクサロンの皆さんにサンタクロースからプレゼントですよ！」

ボランティアの方の演奏で盛り上がり、会場内はいつきに華やかになり、心もウキウキ、歌う声も元気で笑顔になりました。

そして午後から、美味しいケーキをいただき、サンタクロースからは、クリスマスプレゼントをいただきました。サロンのみんなが月二回のサロンに参加できる喜びを感じて「来年も必ず元気でサロンに参加しましょう!」「風邪引かないで寝込まないようにネ!」と言葉を掛け合って解散になりました。来年もよろしくお願ひします。



「貴方は、何をプレゼントしてもらった? 素敵な洋服ね!」

ギターの演奏に合わせ、笑顔いっぱい、大きな声で歌いました



奈良公園ウォーキング

今回は同好会発足 20 回目のウォーキングです

11 月 30 日(月)参加者 19 名で若草山と奈良町に分かれて、秋の奈良公園を歩きました。若草山へは、150 円のチケットを買って北ゲートから入りました。元気いっぱい意気揚々と長い階段を登って行きましたが、だんだん息が荒くなり、何度も休みながらやっと山頂に着きましたが頑張って登った山頂からの大和盆地の眺めは素晴らしい眺めでした。

下りは南ゲートから景色を眺めながら昼食集合場所の「猿沢の池」へまっしぐら。

昼食後は東大寺の大仏様のお参りを自由行動で。奈良の大仏様にお会いするのは何年ぶりかなあ〜と思いながら眺めた大仏様が以前見た時よりも大きく感じたのは私の心の・・・でしょうか。

毎回楽しく参加させて頂き次は何処へと楽しみにしています。幹事さん、ドライバーさんお世話になりました。ありがとうございました。(西 3 佐野光子・記)



興福寺の前で記念撮影

新入会員者紹介

西 1 番町 宮下芳子様
西 4 番町 山下愛子様

新しい仲間です。
よろしく願いいたします。

第 3 回「あなたならど〜する？認知症？」講座

日時 平成 28 年 1 月 25 日(月)
午前 10 時～11 時 30 分
場所 市民センター ホール

認知症講座も 3 回目になりました。
今回は三重県認知症家族の会・代表下野和子さんの講演で「家族が認知症になったら？」を学びます。「毎日のことなので介護がしんどいな!」「介護している家族の気持ちは?本当はどう思っているのかな?」「皆、どうしてやっているのかな?」ご本人やご家族の暮らしを聞いて、自分に出来ることを考えてみましょう。
ほっこりとした口調でお話してくださいます。みなさん、ぜひご参加ください。

12 月の預託点数・奉仕活動の報告

12 月の預託点数 (平成 27 年度の預託時間累計 1306 時間)						12 月の奉仕点数 (平成 27 年度の奉仕時間累計 1562 時間)				
提供活動	コーデネット	事務所当番	その他	利用点数	計	福祉	子育て	環境	NALC 活動	計
41	3	101		8	137	40	3		180	223

行事予定

月日	曜日	行事内容	時間	場所
1/15	金	サロン (原田さんの民謡)	10:30~14:00	西集会所
1/17	月	バス停清掃	9:00~10:00	東 2 番町バス停集合
1/19	火	蕎麦打ち同好会	9:00~12:00	西集会所
1/25	月	「あなたならど〜する？認知症？」講座	10:00~11:30	市民センター ホール
2/1	月	運営委員会・事務処理	9:30~12:00	ナルク事務所
2/3	水	カラオケ同好会	13:30~16:00	まねきねこ
2/5	金	サロン (節分)	10:30~14:00	西集会所
2/15	月	バス停清掃	9:00~10:00	東 2 番町バス停集合
2/19	金	サロン	10:30~14:00	西集会所