

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・2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

新入会員さんのための 研修会のお知らせ

平成二十七年度に入会いただいた会員さんを対象としたナルクの研修会を行います。対象の方にはお知らせ致します。

開催日 二月十五日(月)
 時間 十時より十一時三十分
 場所 「サロンきずな」
 送迎ご希望の方は事務所に申込下さい

ナルクの基本理念や組織、運営、すずらんクラブの活動(サロン、同好会等)を理解して頂き、新入会員さんのご意見を伺うと共に役員との交流を図りたいと思います。ご参加よろしくお願ひします。

今年もサロンを

よろしくお願ひします

毎年一月のサロンは、美旗の原田さんの三味線、笛、太鼓のお雛子の民謡が始まるのが恒例になりました。第一部は原田さんが、日本各地の代表的な民謡を唄ってくださいました。うっとりする美声を聞いた後の第二部は、花笠音頭、そうらん節、黒田節など、お馴染みの民謡を軽

快なお雛子に合わせてみんなで唄ったり踊って新年初めてのサロンは大変な盛り上がりになりました。
 サロンは毎回、季節を感じて頂く行事を考えています。ひな祭りや七夕祭りで幼い頃の楽しい思い出を、そして美しい紅葉を見に出かけ自然を感じてもらったりなど、今年も楽しいサロンを考えております。たくさんの皆さんの参加をお待ちしております。



大橋代表と西さんのふん装で、花笠音頭は大変な盛り上がりになりました

『あなたならどうする?』認知症?

第三回の認知症講座は「認知症の人と家族の会」の三重県支部代表の下野和子さんのお話を聞きました。下野さんはアルツハイマー型認知症の実母を六年間介護した経験があります。家族が認知症になったらどうしたらよいか?を、熱く語って下さいました。

認知症の受診は本人の拒否や、年のせい等で遅れやすいそうです。何度も同じ会話を繰り返したり、冷蔵庫の整理が出来なくなったり、家族が「何かおかしいな?」「認知症かな?」と思ったらなるべく早く専門医に受診をしましょう。

認知症の介護には思ってもみなかった事が次々に起こります。仕事を辞めお母さんに合わせた環境を整えて、準備万端と思っただけで介護を始めた下野さんは、こんなはずではなかったとの思いが次から次へと・・・そして疲労困憊。

認知症の介護は本人も介護する人も性格が変わってしまう。だんだん人との繋がりもなくなってしまうストレスは120パーセント。1対1の介護には限界があります。親族間のコミュニケーションや近所、施設、行政等の協力を得て認知症の人を支えて、介護者の愚痴をこぼせる居場所作りに「認知症の人と家族の会」利用なども大切です。

三味線に笛、太鼓を従えて、堂々とお国自慢の民謡を唄いました



活動会員新年交流会開催

1月18日(月)ナルク活動会員による活動会議が、青蓮寺レークホテルにて開催されました。

各人から有意義な意見が活発に交わされました。また、2次会では会員の交流も行われ今年も「がんばろう」とエールを交換しました。わたしも今年は頑張りますのでよろしくお願ひします。(東5・広瀬淳子)



《今年もがんばりましょう!》

『サロンきずな』要員募集

ナルクが担当している『サロンきずな』の喫茶コーナーを手伝っていただける方を募集しています。

募集内容

- 活動日 火曜日～金曜日
- 活動時間 午前の部 9:45～13:00
午後の部 13:00～16:15

(ご希望の曜日、時間帯を選べます)

- 活動内容 開店準備、閉店片づけ及び掃除
喫茶のお茶出し等

活動については預託点数が付きます。問い合わせ、申し込みはナルク事務所(51-0572)までお願いします。

インフルエンザが流行っています!

外出して戻った時は
手洗い、うがいをしましょう

1月の預託点数・奉仕活動の報告

1月の預託点数 (平成27年度の預託時間累計 1,421時間)						1月の奉仕点数 (平成27年度の奉仕時間累計 1,672時間)				
提供活動	コーディネト	事務所当番	その他	利用点数	計	福祉	子育て	環境	NALC活動	計
12	3	101	0	-1	115	27	3	0	80	110

行事予定

月日	曜日	行事内容	時間	場所
2/15	月	新入会員研修会	10:00～11:30	サロンきずな
2/19	金	サロン	10:30～14:00	西集会所
3/2	水	カラオケ同好会	13:30～16:00	まねきねこ
3/4	金	サロン(ひな祭り)	10:30～14:00	西集会所
3/7	月	運営委員会・事務処理	9:30～12:00	ナルク事務所
3/14	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
3/15	火	蕎麦打ち同好会	9:00～12:00	西集会所
3/18	金	サロン	10:30～14:00	西集会所
3/21	月	バス停清掃	9:00～10:00	東2番町バス停集合
3/28	火	ゴルフ同好会		桔梗が丘ゴルフ場