



～たんぽぽ通信～

立春も過ぎ陽ざしも日ごとに力強さを増してきました。皆様お変わりありませんか。先月の新年会で、会員皆さんからの一言のご挨拶がそれぞれありました。その中で寒さで痛んだ足腰の健康維持に湯船の中で「正座やマッサージ」の習慣が有効だったとの話がありました。同じく足腰の痛みに悩んでいる会員さんが、とても参考になり、試してみたいと喜んでいました。どこでも、いつでも会員同士の助け合いになる事例ですね。さて、2月の定例会は「事務所でナルクの勉強会」です。沢山の方の出席をお待ちしています。

代表 内田 邦子

2月定例会のお知らせ

日 時 : 平成31年2月15日(金) 10:00 ~ 12:00
会 場 : ナルク小山事務所
内 容 : 勉強会「ボランティア利用・活動報告書、領収書」の
 記載要領及び「来期の活動計画案の検討」等
 尚、来期活動計画について、要望がある方で出席できない
 方は電話またはメールでご連絡ください。
連絡先 : 事務局(0285-35-4913)まで

事務局からのお知らせ

◎ 活動状況

- 12月の活動は103時間(ナルク時間預託63時間、小山市委託40時間)でした。その中で、預託ポイントの利用が15時間ありました。奉仕活動は134時間、小山駅東公園の落ち葉掃きなどで微増となりました。
- 社協主催の防災講演会に出席をお願いします。
 日時 : 2月9日(土) 13:00~15:30
 場所 : 小山市健康医療介護総合支援センター(新小山市市民病院の向側)
 テーマ: 我が家の防災対策ワークショップ
 講演とグループに分かれて各家庭に必要な備えを検討
- 杉山光男さんが昨年秋の叙勲で「瑞宝小綬章」を受賞されました。(ホームページに記載しました。)
- 小山市社会福祉会より、ナルク小山の活動紹介依頼があり、1月27日に市内の介護施設で説明する予定です。
- ナルク本部のホームページが本年1月から新しくなりました。
- 風邪・インフルエンザが流行りだしたので、ご注意ください。

12月度時間預託活動の報告

◎見守り 8時間	◎委託事業 40時間	◎買い物 6時間
◎掃除 5時間	◎送迎 24時間	◎庭手入れ 5時間
◎コーディネート 1時間	◎講師 2時間	◎繕い 10時間
提供者 11人	計 103時間	◎他 3時間
		累計 13,424時間

12月度奉仕時間活動の報告

◎福祉 6時間	◎環境 30時間	◎ナルク活動 98時間
提供者 20人	計 134時間	累計 18,654時間

1月定例会(新年会) 報告

◎平成31年のスタートの定例会は1月18日に割烹みつよしにて新年会として25名の方々が元気な明るい笑顔で集いました。例年の通り、新年会の始まる前に連絡・報告事項をお伝えしてから内田代表の新年のあいさつ、ウーロン茶で乾杯、食事、お楽しみ抽選会、コーヒーとデザート、閉会の一本締めという次第でした。食事を頂きながら一人ずつ簡単に今年の抱負・目標・近況・自己紹介などを思い思いに話してもらいました。新たな挑戦課題に取り組む方もいましたが、皆さんの高齢化に伴って痛みや健康に関する話が多かったようです。また、今年のお楽しみ抽選会の景品は「ラーメン」でした。格安～高級までの様々な種類のラーメンのくじ引きがあり、一喜一憂し大騒ぎをしました。(外れくじなし)
 昨年秋の叙勲で杉山光男(画伯)さんが瑞宝小綬章の表彰を受けたことを報告させていただいた際、皆さんから祝福の大喝采がありました。(ホームページの「お知らせ」欄に写真入りで紹介しましたのでご覧下さい)

1月1日時点のナルク小山の会員数は110名、平均年齢は72歳です。『出来る事を、出来る時に、出来る人が』の精神で無理をしないでボランティア活動を続けて「生きがい」を感じ、人と話をしたり、動いたりし

代表挨拶・各自今年の抱負&近況報告



お楽しみ抽選会

2月のクラブ活動とナルク小山予定表

内容	日にち	時間	集合場所
運営委員会	2月8日(金)	9:00~10:00	ナルク小山事務所
定例会	2月15日(金)	11:30~13:30	ナルク小山事務所
パソコンクラブ	2月8日、22日(金)	10:00~12:00	ナルク小山事務所
手芸クラブ	2月12日、26日(火)	12:30~15:30	ナルク小山事務所
ハーモニカクラブ	2月5日、19日(火)	12:30~15:30	ナルク小山事務所

来月の定例会は平成31年3月15日(金)来期活動計画(案)検討の予定です。