



～たんぼぼ通信～

いよいよ盛夏全開の季節到来です。皆様お変わりありませんか。
7月のナルク小山定例会は、ナルク農場で園芸部が育てた作物による収穫祭並びに暑気払いを行います。作物の出来、不出来はさておき、皆さんとご一緒に調理しながら、一日ゆっくり歓談して楽しい一時を過ごしたいと思います。多くの方のご来場をお待ちしています。

代表 内田 邦子

7月定例会(園芸祭)のお知らせ

日 時 : 令和元年7月19日(金) 10:00 ~ 13:00
場 所 : ナルク小山事務所
内 容 : 第3回園芸祭(園芸部収穫物の調理と試食及び歓談)
会 費 : 無料、参加者は事務局までご連絡ください。
 (尚、送迎が必要な方は対処しますので、ご連絡下さい。)
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

- ・ 5月の活動は141.5時間(ナルク時間預託78.5時間、小山市委託63時間)でした。
その中で、預託ポイントの利用は4Pでした。
奉仕活動は124時間、アルミ缶回収は22kg

◎ 6/11(火)ナルク栃木の定時総会と20周年記念祝賀会に3名参加しました。

参加者数160名、神谷ナルク代表、副市長、県、市会議員等出席

◎ ナルク本部より「ナルクビジョン(中期計画)」のポスターが配布されました。

- ・ 新しくなりましたロゴマークを添付します。
- ・ NPO法人 ビリーブ(児童保護施設シリウスの運営委団体)の冊子を定例会で配布しました。

◎ 電池式噴霧器を購入し、主に除草剤散布で活用しています。

◎ 事務所の入り口道路の凹凸部に砂利を敷きましたので車が走り易くなりました。

◎ 園芸部より

- ・ じゃが芋を収穫しました。大豊作で収穫祭では食べ放題に、乞うご期待!
- ・ トウモロコシは穂が出てきたので、これも豊作かと、多分

◎ PCクラブ 生徒1名増えて3名となりました。

◎ 7/9『小山市生活支援サービス担い手養成研修』桑市民交流センターでナルクPR予定

◎ 7/30 北関東地区エリア17会議(於:宇都宮)の予定

◎ 新しく、山中明子さん(小山市南乙女)が入会しましたので、よろしくお願いします。

新ロゴマーク



6月度時間預託活動の報告

◎見守り	12時間	◎委託事業	63時間	◎買い物	2時間
◎住宅掃除	10時間	◎送迎	24時間	◎庭の手入れ	23時間
◎その他	2時間	◎講師	4時間	◎介助・待期	2時間
提供者	14人	計	142時間	累計	14,118時間

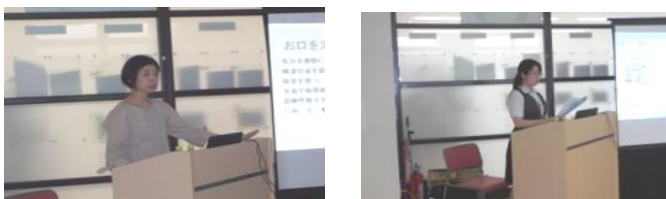
6月度奉仕時間活動の報告

◎福祉	27時間	◎環境	8時間	◎ナルク活動	89時間
提供者	15人	計	124時間	累計	19,235時間

6月定例会報告

◎6月21日(金) 6月の定例会は嚥下についての出前講座を新小山市市民病院の中田看護師(摂食嚥下障害看護認定看護師)を招いて、まちなか交流センターにて行いました。食べ物や飲み物をゴクンと飲み込んで胃に送り込むことを「嚥下(エンゲ)」と言います。私達は加齢や病気(脳卒中、神経・筋疾患・舌癌等)により、誤嚥性肺炎・のどに詰まりで窒息・低栄養や脱水などの嚥下障害を引き起こします。近年、高齢化により肺炎は死因の3番目になっています。嚥んだり飲んだりする力の衰え・唾液の減少・口内の感覚の鈍化などが加齢の特徴です。これらのことを知り誤嚥予防のため、口・のど・舌の筋肉を動かす「嚥下体操」を全員で行いました。さらに、美味しく食事をするには歯磨きと口の手入れが重要で、特に歯周病は全身の健康に悪影響があるのでよく歯磨きをし、適切に歯科医の治療が必要です、という講座の概要でした。配布資料がきれいに良くまとめられていたので、たいへん理解し易かったと思います。参加できなかった方へも見せてあげてください。また医療機関には、かかりつけ医・二次医療機関(新小山市市民病院)・三次医療機関(自治医大など)という役割分担があり、病状に応じて受診するよう説明がありました。今回、出席者が多かったことは「ナルク小山」も高齢化が進み皆さんが健康を気遣っているということの表れでしょう。参加者27名(事務

出前講座(嚥下、病院の説明)



じゃが芋が大豊作、食べ放題!



トウモロコシの穂 豊作になる。



7月のクラブ活動とナルク小山予定表

内容	日 ち	時 間	集 合 場 所
運営委員会	7月12日(金)	9:00~10:00	ナルク小山事務所
定例会(園芸祭)	7月19日(金)	10:00~13:00	ナルク小山事務所
パソコンクラブ	7月12日、26日(金)	10:00~12:00	ナルク小山事務所
手芸クラブ	只今お休み中、しばらくして再開の予定		
ハーモニカクラブ	7月2日、16日(火)	13:30~15:00	ナルク小山事務所

来月8月の会合とクラブ活動は休みです。定期支援のみ実施、依頼はお早めに