



～たんぽぽ通信～

寒いながらも、徐々に日が延びているのが実感できるようになってきました。しかし、コロナとインフルエンザの感染拡大の注意情報もあり、十分に注意してお過ごしください。今月は笑いヨガの講習会があります。心と身体の健康にたいへん良く、認知症予防にも効果があるそうです。ご参加をお待ちします。

代表 谷村保昌

2月定例会のお知らせ

- 日時：令和6年2月16日(金) 10:00～12:00
場所：ナルク小山(羽川)事務所
内容：定例会(ナルクの基本勉強会)
・参加希望者は2月13日までに事務局に連絡下さい。

事務局からのお知らせ

◎ 活動状況

- 12月の活動は125時間(ナルク時間預託69時間、小山市委託56時間)でした。利用ポイントは11Pでした。奉仕活動は103時間(拠点活動は99時間)、アルミ缶回収は14kgでした。
- 昨年クリスマスに寄附したシリウス(子供の居場所)より礼状、写真が届きました。
- 能登半島地震の義援金募集**
ナルクは全国の拠点からの義援金を一括して被災地に送ることになりました。小山拠点からは運営委員会で、5万円を拠出することになりました。個人で協力して頂ける方は2月8日までに事務局に電話にてご連絡ください。

◎ 調べてみました。(電話・メールの常識)

- 電話が長くなりそうなら『いま、話しても大丈夫ですか』と聞く
電話はこちらの都合に関わりなくかかってくる。しかし、今時、電話は急ぎの用である可能性が高い。一方で、無駄話の可能性も結構たかい。とはいえ「用はなんですか」とストレートにも聞きにくい。受けるほうにとっては、電話は厄介だ。
だからこそ、かける方には配慮がいる。しかし、常識的な時間帯や暇がありそうなとき、と考えても、相手の生活時間帯まではなかなかわからないもので、変に気を遣うと、かけるタイミングが見つからないことになる。電話をかけるときは、かけたいとき(常識的な時間)に、かければよい。そして長くなりそうなら、まず、話しても大丈夫か確認すればいいのです。
受けた方も、料理中なのに「少しならいいわよ」と答えたりしないで、「今は5分位しか時間がないから、こちらからかけなおします。いつならいい？」などとはっきりと答えればよいのです。
- メールの件名は用件がわかるように
メールを開いたとき、真っ先に目に入るのが件名です。私たちは、瞬間的に件名を読んで「このメールは重要か」「このメールは迷惑メールか」などと判断している。つまり件名とは、メールの性格を示している。だから、読んだ人にすぐ用件がわかるような件名を付けるのが、メールのルールです。
例えば、『〇月〇日なパーティーの件です』、『××社の会議資料』等。具体的な件名にしておくことで、後から「あの件のメールはどれだっけ」と検索するときにも、手掛かりとして探しやすくなります。(moto)

12月支援活動(◎預託+●市委託)の報告

◎送迎	25 時間	●委託事業	56.5 時間	◎介助・待機	18.5 時間
◎買物	1 時間	◎住宅掃除	1.5 時間	◎見守り,傾聴	10 時間
◎繕い	時間	◎庭の手入れ	10 時間	◎コーディネート	1 時間
◎講師	2 時間	◎住宅修繕	時間	累計	16,900.0 時間
提供者	7 名	計	125 時間		

12月奉仕時間活動の報告

◎福祉	0 時間	◎環境	4 時間	◎ナルク活動	99 時間
提供者	13 名	計	103 時間	累計	22,959.0 時間

新年会・1月定例会・活動報告

・元旦の能登半島地震は小山市内でも緊急地震速報直後の揺れ具合から、どこかで大きな地震が発生したようだと察知出来ましたが、その後次々と入る被害状況のニュースで大変な災害になっていることが分かりました。津波、地盤隆起・陥没・液状化、土砂崩れ、火災などで多くの建物が倒壊・損傷し生活や交通インフラもズタズタになってしまいました。孤立集落が点在し、救助・支援活動もまだ行き届かない状況でしたが、ナルク小山として支援出来ることは義捐金以外には難しいと判断し、予定通り新年会を実施しました。

・新年会に先立ち、能登半島地震の被災地に対する義援金を小山拠点として5万円を拠出する報告があり、その他に個人の義援金の拠出もお願いした結果、参加者全員から多額の義援金を拠出して頂きました。たいへん有難うございました。これら義援金は一括して2月中旬にナルク本部に送金する予定です。ナルク本部では全国の各拠点の義援金を取りまとめて被災地に送り、復興に役立ててもらうことになりました。(全国の拠点でも会員の高齢化で直接現地支援することが難しいため、義援金という形で支援することが決定されました)

・2024年(令和6年)の新年会・定例会を1月19日(金)の11:30~13:30に犬塚の「みつよし」にて開催しました。例年の新年会と同様に若干の飲酒も伴い、にぎやかな会食になりました。今年はナルク設立から30年目、そして小山拠点設立から22年目に当たります。会員の平均年齢はジワジワと上がり平均年齢はほぼ75歳の高齢者の団体になりましたが、今年もお互い出来る範囲で、助けたり助けられたり、元気を分かち合い、楽しく頑張ろうと誓い会いました。参加者がそれぞれ新年の抱負・目標などを発表し、その頑張りや目標に感心し、応援の拍手を浴びて他の人の刺激になっていたようです。その他、うれしいお年玉抽選会、談笑など交流を深められた新年会でした。参加者 14名 (事務局)

新年会・定例会

代表挨拶



ナルク農園、畑の草焼き



参加者14名



抱負・目標の発表



会食



令和6年2月のクラブ活動とナルク小山予定表

項目	日にち	時間	集合場所
運営委員会及	2月9日(金)	10:00~11:00	ナルク新小山事務所
笑いヨガ	2月14日(水)	10:00~11:30	大谷公民館(会費:500円)
定例会	2月16日(金)	10:00~12:00	ナルク新小山事務所

令和6年3月の定例会(来期活動計画検討)は3月15日を予定しています。