

特定非営利活動法人

ニッポン・アクティブライフ・クラブ
NALC

大阪市中央区常磐町2-1-8
TEL 06-6941-5448 (代表)
http://nalc.jp

発行責任者 ナルク徳島代表



阿波すだち

特定非営利活動法人

ニッポン・アクティブライフ・クラブ
ナルク徳島

徳島市矢三町2丁目1-59
TEL/FAX 088-615-1066
http://nalctokushima.com/

編集 ナルク徳島会報・HP部

2017年度 スケジュール

(2017年)

- 4月 花見&ランチ 日和佐
薬王寺・日和佐城・白い灯台
- 5月 車いす基本操作講習
- 6月 第11回定時総会及び
中四国拠点交流会 同日開催
- 7月 エンディングノート講習会
& サロン「ほっこり」(ミニう
な丼・冷やしソーメン)
- 8月 夏休み(お盆)
- 9月 屋外ナルク交流会・BBQ
- 10月 竹笛作り& サロン「ほっこ
り」(いなり寿司)
- 11月 日帰り観劇又はバスツアー
- 12月 年忘れクリスマス会

(2018年)

- 1月 七草かゆ
- 2月 サロン「ほっこり」検討中
- 3月 スライドで一年を振り返る



2016年度：決算速報

- ☆ 総収入 2,246,965 前年比 4.8%増
 - ☆ 総支出 2,055,178 前年比 22.4%増
 - ☆ 収支差 +191,787 (単位：円)
- ※詳しくは、5月会報と同時送付の「定時総
会議案書」をご参照ください。

送迎サービス補償とは

- 4月3日付けで加入しました「送迎サービス補償」は次のような場合に、加入者の損害賠償責任の有無に関係なく保険金は支払われます。
- ◎お年寄りを車で病院に連れて行く途中、交通事故にあい、お年寄りがケガをし入院した。
 - ◎車いす利用者を車から降ろそうとして、誤って利用者が転倒し、ケガをし入院した。
 - ◎利用者を車いすに乗せて押していて、車いすが転倒し、利用者がケガをし通院した。
 - ◎利用者の自宅から送迎車まで付き添って歩いている途中、誤って利用者が転倒し、ケガをし通院した。

主な補償金額(保険金額)

- ★死亡補償 345.2万円
 - ★後遺障害 345.2万円(最高)
 - ★入院補償 日額 3400円
 - ★通院補償 日額 2200円
- ※事故の発生の日からその日を含めて、180日以内であること。



5月交流会の日 車いす操作講習

5月11日(木)のナルク交流会の日は、車いすの取り扱い方の勉強をします、経験者も未経験者ももう一度基本から勉強しましょう。

基本講習

- 1、押し方とブレーキのかけ方
- 2、キャスター(前輪)上げと移動
- 3、段差への上がり方、下り方
- 4、坂道の上がり方、下り方
- 5、砂利道やでこぼこ道の通過
- 6、溝の越え方
- 7、エレベーターの乗り方、下り方



車いすに「乗ってみよう」
車いすを「押してみよう」
車いすで「押されてみよう」

お知らせ

2017年4月度 行事予定

ナルク徳島「阿波すだち」

| 月日 | 曜日 | 内容 | 時間 | 場所 | 講師 |
|-------|-----|----------|-------------|-------|--------|
| 4月5日 | (水) | PC教室(初級) | 13:00-15:00 | OA研修室 | 岩本・他数名 |
| // | // | 健康体操教室 | 13:30-15:00 | 研修室・2 | 大西海斗 |
| 4月6日 | (木) | 花見&ランチ | 09:30 出発 | 美波町 | バス2台 |
| 4月7日 | (金) | 健康麻雀教室 | 13:00-16:00 | 生田邸 | |
| 4月12日 | (水) | ゴミ麻雀教室 ※ | 13:30-16:00 | Vルーム | |
| 4月13日 | (木) | 手話勉強会 | 13:30-15:00 | 団体会議室 | 内田陽子 |
| 4月16日 | (日) | クリーンウォーク | 08:00-09:00 | 山城町 | |
| 4月19日 | (水) | PC教室(初級) | 13:00-15:00 | OA研修室 | 岩本・他数名 |
| // | // | 健康体操教室 | 13:30-15:00 | 研修室・2 | 大西海斗 |
| 4月20日 | (木) | 活動説明会 | 10:30-12:00 | Vルーム | 浅野公博 |
| // | // | 絵手紙教室 | 13:00-15:00 | Vルーム | 山花道子 |
| 4月21日 | (金) | 健康麻雀教室 | 13:00-16:00 | 生田邸 | |
| 4月26日 | (水) | ゴミ麻雀教室 ※ | 13:30-16:00 | Vルーム | |
| 4月27日 | (木) | 運営委員会 | 10:00-12:00 | Vルーム | |
| // | // | 手話勉強会 | 13:30-15:00 | 団体会議室 | 内田陽子 |

2017年5月度 行事予定

ナルク徳島「阿波すだち」

| 月日 | 曜日 | 内容 | 時間 | 場所 | 講師 |
|-------|-----|----------|-------------|-------|--------|
| 5月10日 | (水) | 健康体操教室 | 13:30-15:00 | 研修室・2 | 大西海斗 |
| // | // | ゴミ麻雀教室 ※ | 13:30-16:00 | Vルーム | |
| 5月11日 | (木) | ナルク交流会の日 | 10:00-12:00 | 団体会議室 | 車椅子講習 |
| // | // | 手話勉強会 | 13:30-15:00 | 団体会議室 | 内田陽子 |
| 5月17日 | (水) | PC教室(初級) | 13:00-15:00 | OA研修室 | 岩本・他数名 |
| // | // | 健康体操教室 | 13:30-15:00 | 研修室・2 | 大西海斗 |
| 5月18日 | (木) | 活動説明会 | 10:30-12:00 | Vルーム | 浅野公博 |
| // | // | 絵手紙教室 | 13:00-15:00 | Vルーム | 山花道子 |
| 5月19日 | (金) | 健康麻雀教室 | 13:00-16:00 | 生田邸 | |
| 5月21日 | (日) | クリーンウォーク | 08:00-09:00 | 山城町 | |
| 5月24日 | (水) | ゴミ麻雀教室 ※ | 13:30-16:00 | Vルーム | |
| 5月25日 | (木) | 運営委員会 | 10:00-12:00 | Vルーム | |
| // | // | 手話勉強会 | 13:30-15:00 | 団体会議室 | 内田陽子 |

※ コミュニケーション麻雀

ピワ療法(38)

「ピワの葉を貼ってひょうそが完治した」

京都市牛田敏子さん(主婦)

2年ほど前に、指先がひょうそになって化膿し、ズキンズキンと痛みだしました。そこで、前にも打ち身にあってよく効いたピワの葉をそこに巻いておいたところ、3日もすると患部の口が開き、ウミの混ざった汚い血が出てきて、10日間でほとんど完治してしまいました。ピワの葉をとったあとは、しばらくのあいだピワの葉の煎じ汁に指先をつけておきました。ひょうそは、「化膿がひどくなると危険なので、抗生物質を使ったほうがよい」と聞いたことがあります。私の場合は、比較的軽くて初期だったことも幸いでしたが、それにしても「ピワの葉の効果はすごいものですね」と感心しておられました。

(次号に続く)

ナルク徳島 は次のような取り組みをしています

(阿波すだち)

- ① 住宅の小修理（網戸の張替え等）
- ② 庭の手入れ（草取り・水やり）
- ③ 墓掃除・墓参り
- ④ 不用品の整理（軽トラックOK）
- ⑤ 住宅の掃除（部屋・風呂・トイレ）
- ⑥ 洗濯・洋服のサイズ直し・リホーム
- ⑦ 留守番・見守り・話し相手
- ⑧ お困りごと相談（専門的な件も含む）
- ⑨ PC・華道等の個人指導
- ⑩ 外出介助（通院・買物）
- ⑪ 車椅子介助・身辺介助
- ⑫ 理容（散髪・白髪染め）
- ⑬ 自動車送迎（通院・買物）
- ⑭ 介護者介助・マッサージ
- ⑮ 育児支援・児童の送迎
- ⑯ その他

**このようなボランティアをご利用されたい方は
どんなことでも、お気軽にご相談ください**

お問い合わせは 088-615-1066 （ナルク徳島）へ

活動報告 2016年度

02月の時間預託点数 前月総計 (45,365) + 今月総計 (578) = 累計 (45,943)

| | 提供活動 | 生活アド | 講師 | コーディネート | サポート活動 | 事務所当番 | 合計 | 利用 | 総計 |
|--------|------|------|----|---------|--------|-------|-----|----|-----|
| 時間数(点) | 511 | 0 | 18 | 8 | 71 | 68 | 676 | 98 | 578 |
| 人数(人) | 36 | 0 | 9 | 4 | 9 | 17 | | 12 | |

02月の奉仕活動点数 前月総計 (19,900) + 今月総計 (282) = 累計 (20,182)

| | 福祉 | 子育て | 環境 | その他 | ナルク活動 | 合計 | 利用 | 総計 |
|--------|----|-----|----|-----|-------|-----|----|-----|
| 時間数(点) | 0 | 0 | 18 | 0 | 264 | 282 | 0 | 282 |
| 人数(人) | 0 | 0 | 9 | 0 | 34 | | 0 | |

会員動向 2016年度

| | 01月末現在 | 入会 | 退会 | 02月末現在 | 平均年齢 | 02月末在籍者明細 | | |
|-----|--------|----|----|--------|-------|-----------|-----|--------|
| 世帯数 | 311 | 1 | 4 | 308 | | 男性 | 170 | 37.60% |
| 会員数 | 457 | 1 | 6 | 452 | 74.7歳 | 女性 | 282 | 62.40% |

2016年度 活動 (写真) 報告 ナルク徳島



2016/3/31
「花見&ランチ」
花見山・鳴門スカイライン



2016/5/11
「健康体操・防災体操」
プラザ・研修室



2016/10/13
「サロン・おはぎ」
プラザ・プレイルーム



2016/10/20
「絵手紙教室開講」
プラザ・V ルーム



2016/5/19
「バスツアー・淡路島」
ウエルネスパーク五色



2016/5/25
「本部・定時総会」
大阪産業創造館



2016/11/10
「交流会の日・巾着袋制作」
プラザ・プレイルーム



2016/12/8
「年忘れ・クリスマス会」
プラザ・研修室



2016/6/16
「第10回定時総会」
プラザ・団体会議室



2016/7/14
エンディングノート説明会
プラザ・団体会議室



2016/12/8
「年忘れ・クリスマス会」
プラザ・研修室



2016/12/22
※「c-麻雀講習会」
プラザ・V ルーム



2016/7/14
「サロン・うな丼」
プラザ・団体会議室



2016/7/17
「歩道清掃作業」
徳島市山城町・市道



2017/1/7
「七草かゆ」
プラザ・調理実習室



2017/1/7
※「c-麻雀実践講習」
プラザ・V ルーム



2016/8/18
「活動内容説明会」
プラザ・V ルーム



2016/9/8
「屋外交渉会・BBQ」
鳴門・ウチノ海総合公園



2017/2/9
「サロン・ひな祭りバラ寿司」
プラザ・プレイルーム



2017/2/18
「ボランティア交流会」
阿波銀ホール

※ c-麻雀とは、コミュニケーション麻雀のことです

2017年度の定時総会：6月8日(木)に決定、中四国拠点交流会も同日開催