

よくする会だより

第60号

2017年 7月発行



発行：特定非営利活動法人（NPO法人）
「高槻の高齢社会をよくする会」

〒569-1147 高槻市土室町36-5

TEL 072-696-8420

FAX 072-696-8439

*** 第15回定期総会 終了しました ***

5月27日(土)午後2時から「はむろ」で総会を開催しました。

185名（参加者 44名 委任状 141名）の参加により2016年度の活動報告、決算報告、監査報告に続き、2017年度の活動方針と予算案が審議されました。議長の吉田真理子さんのスムーズな議事進行により、すべて原案どおりに承認されました。

終了後は、高槻が生んだシンガーソングライター、小濱達郎さんによるライブが行われ、楽しいひと時を過ごしました。

総会員数246名に対して、委任状と出席者合わせて75%ということは、会員の皆さまが「よくする会」の活動に大きな期待を持って協力して下さっていると自負しています。

*** その他の議案 ***

第7号議案 定款の変更

貸借対照表の公示について

NPO 法人法の改正がなされ、情報公開のため毎年「貸借対照表」の公告をしなければならなくなり、その代わりに毎年行っていた「資産の総額の登記」の必要がなくなりました。公告という手続きは、当法人の定款第48条に「この法人の公告は官報により行う」と書いています。官報に載せると大変なお金がかかります。そこで、第48条を次のように書き換える事にしました。

「この法人の公告は官報により行う。ただし、貸借対照表の公告は法人のホームページ及び内閣府 NPO 法人ポータルサイトにより行う」

* * * 今年度の活動予定 * * *

《2017年》

- | | | | |
|----------|-----------|----------|------------|
| *映画鑑賞会 | 9月16日(土) | 午後1:30~ | つどいの家「はむろ」 |
| *よくする会祭り | 11月25日(土) | 午前11:30~ | つどいの家「はむろ」 |

《2018年》

- | | | | |
|-----------------|----------|----------|------------|
| *うどん餃子を作ってみよう | 1月20日(土) | 午前10:00~ | つどいの家「はむろ」 |
| *介護保険の勉強会(出前講座) | 2月18日(土) | 午後1:30~ | つどいの家「はむろ」 |
| *ふるさと高槻を知ろう その3 | 3月17日(土) | 午後1:30~ | つどいの家「はむろ」 |

今年度もこのように、色々な行事を行いますので、一度足を運んでみて下さい。



ありんこの会より

ありんこの会の年一回の集い(支援者の会)を開きます。

日時： 7月15日(土) 午後1:30~3:00
場所： つどいの家 はむろ

お陰様でありんこの会の活動は、少しずつ受け入れられて広がりつつあります。「元気で最後まで自宅で過ごしたい」という願いを実現する為に、会員同士で助け合っています。元気で頑張っているにも病気や身体をこわしたり、家族が病気になる事もあります。そんな大変な時、ちょっと助けがあるととても助かる事があります。

一方、この助け合いの理念からそれる話があります。料金が安いからと利用するだけの依頼、助け合いでなく長期の依頼だけなど。多い回数や長期にわたる利用も受ける側に限界があります。隣人のゴミ出しはついでにできるが、ゴミ出しだけに500m離れた所に週2回は続きません。このように色々な課題が出ています。このような支援活動に関心のある方はぜひご出席下さい。今後の助け合い活動について一緒に考えませんか。

支援して下さる方も募集しています。こんな事なら私にも出来るという方がおられましたら、ぜひお越し下さい。お待ちしております。

ボランティア交流会のお知らせ



日時：10月14日（土） 午後 0：30 ～

場所：つどいの家 はむろ



「かふえ音の森」の黒木祐子さんに来ていただき、ピアノ伴奏でリクエストした歌をみんなで歌おうと企画をしています。歌声喫茶の雰囲気を楽しんでみませんか？

恒例の三波さんのカレーをいただき、満腹になったところで、大きな声で歌いましょう。大きな声で歌うことは、認知症予防にもなります。

詳しいことは、後日お知らせしますので、多くの参加をお待ちしております。

* ボランティアさんを募集しております。よろしくお願い致します。



三波さんちの今夜のヘルシーメニュー

キャベツと豚バラのピリ辛みそ炒め

キャベツ	1 個	一口大に切ってボウルに入れ、熱湯を回しかける
豚バラ薄切り	300 g	食べやすい大きさに切る
ネギ	2 本	1 c m の斜め切りにする
ピーマン	5 個	へたと種を取って4つ割にし、斜め半分に切る
にんにく	1 片分	みじん切りにする
A（みそ大4・酒大2・砂糖・醤油各大1）		
豆板醤	小2	サラダ油 大1

- ① フライパンにサラダ油を熱して肉を強火で炒める。
- ② 肉の色が変わったら、豆板醤、にんにくを加えて炒め、香りが立ったら、ネギ、キャベツ、ピーマンを加えて炒める。
- ③ 少ししんなりしたら、混ぜ合わせたAを加えて全体にからめる。

トマトアクアパッツア

白身魚	1 人 1 切れ	（塩・胡椒で下味を付ける）
ミニトマト	300 g	へたを取って横半分に切る
玉ねぎ	3 個	薄切りにする
にんにく	1 片	薄切りにする
パセリのみじん切り適宜		
A（白ワイン1C・オリーブ油大4・黒胡椒あらびき少々）		



- ① フライパンに玉ねぎを広げて入れ、にんにくを散らす。魚を並べてAを振り、蓋をして火にかけ、煮立ったら弱火にして5分蒸し煮にする。
- ② ミニトマトを加えて中火にし、蓋をして5分蒸し煮にする。器に盛りパセリを散らす。

