

2017/
4月1日議事録

NPO ふくてっく定例会

司会 池端 会員

場所 大阪市立社会福祉センター

事務局報告

中北 会員

・NP015周年記念事業／シンポジウム

日程：10月1日（日） 会場：住まいの情報センター3階ホール（地下鉄 天神橋筋6丁目）▶広報用チラシ作成中

・会報92号（6/3発刊予定）寄稿のご協力をお願いします。▶1:NPO15周年、2:第三者評価 同朋学園、3:東大阪と牧口邸、4:つどい e とこと鶴見共生リレーマラソン、5:岡会員別荘お掃除隊とすべらんうどん in しあわせの村、6:鶴見緑地公園お花見バーベキュー、7:コラム 第三者評価メンバー池端氏が語る 稲住会員のお財布紛失時の注意点あれこれ！

閲覧資料および書籍の紹介

A 催し・事業企画の案内 ▶ 特になし

B 他団体の機関紙等

B-1 まねき猫通信 176 ひきめ（ぷくぷく福祉会） B-2 ウォロ No.511 と CANVAS NEWS vol.24（ボラ協）

B-3 ふれぼの通信 1周年感謝祭（西宮市社会福祉協議会） B-4 サロンあべの VOL.368

B-5 ハニー・ビー通信No.102 B-6 さつきつつじ会だより No.168

B-7 パンジーだより 304号 B-8 ちゅうぶ通信 2月号

B-9 ぼぼんがぼん

C 情報誌

C-1 COMVO 4月号 C-2 茶屋町通信 vol.86

D その他

D-1 平成29年度大阪市ボランティア活動振興基金 助成要領

D-2 認知症と医療の役割（認知症ケアへの市民参加をめざす「チーム持ちつ持たれつ」）

D-3 介護保険 総合支援事業 どのようなことをしているのかアンケート

学習会

今日から実践！“カラダが変わる”足と靴の体感講座

フットケアアドバイザー 澤田 真樹氏 (株)FOOT JAPAN

足の仕組みと靴の正しい履き方を知り、カラダが楽に変わる事を体感し、その重要性を感じていただくことで、毎日意識し続けられる自発能動学習を目指します。

*当日の持ち物として、蛍光ペン1本（何色でも）、筆記用具、新聞紙1枚（素足になる為）、履きなれた靴でお越しくください（出来れば紐のついたスニーカーが良い）。ご希望の方には、インソールサンプルを持参するので試したい方、ご購入など相談お聞きします。

私は、義肢装具士などの士業ではありません！長期入院することになり、からだのことに興味を持ち、この会社を知り入社して6年目です。自分で選ぶ目をもっていただきたいので、皆さまにもからだを動かしていただきながらお話しをしていきます。最初に、足の骨の構造を説明します。親指グループと小指グループに分かれています。親指グループは構造的には2階にあり、大きな骨で、体重を支えます。小指グループは、かかどにつながついている比較的小さい骨で1階になります。足と靴の関係はとても大切です。坐ることと椅子の関係や寝ることと枕の関係以上に大切です。まず、自分の足のサイズを図ってみましょう！足形スケールを使って、2人一組で立った状態と座った状態で計測。立った時の方が少し大きくなりますが、差が大きい人は、へん平足になっているかも！変わらない人も、ハイアーチになっていたり、緊張していたり、固まっていることも考えられます。いずれにしても、サイズをきちんと知ることとはとても重要です。靴を買うのは、一番むくんでいる夕方か？トラブルの少ない朝か？と2極論あります。どちらが正しいとは言えませんが、足はこのように、日中で変化をするのでフィッティングが重要になります。また、紐靴は骨をホールドできるので良いのですが、緩んでいたたり締め付けたりしては本来の効果をだせません。靴を選ぶ時、まず自分の足長、足幅、足囲を知っておきましょう。つま先10mm程度で指が動きます、指が動くことで地面をしっかりつかむようなイメージで歩くことができます。ランニングシューズでウォーキングしてもよいのですが、その逆はダメ！ウォーキングはどちらかの足が地面についていますが、ランニングは両足が中に浮く時がありますので、靴の構造も違います。靴は、機能で選びましょう！インソールでオーダー品だから良いというものでもありません。人には癖があるので、それを利用しながらインソールで補正するという考え方です。タコができる場所は、骨格からの防御反応！いくら取り除いても、歩き方を変えない限り同じところにできます。歩き方のポイントは、大腿筋を振り子のようにして歩くこと！最後に靴ひもの結び方！椅子に浅く腰をかけ、かかどをつけてコンコン、その状態のまま、靴ひものを締めていく。最後は2重りボン結びをすれば靴ひもも緩まない。まとめとして、インソールをご自分にあうように作っても、履き方を間違えてしまうと、足の機能を壊すことにもなるので注意してください。

1. ふくてっくのつどい		小川 会員
<p>3/11 材料調達の様子を見に行きました。ところが旬の天ぷらを頂くことになりました。</p> <p>3/26 e トコ親子木工教室を行いました。2家族参加で思う存分木工を体験してもらいました。</p> <p>4/12 「あそび方研究会」セミナー講師として木工活動の紹介をします。▶「あそぼっくる」の上層？看護師や医師の方に木工教室をします。そこでボランティアをしているみらいこども財団の方から、養護施設で木工教室できないかと相談がありました。e トコの金さんから同じような相談を受けています。</p> <p>4月中 里山に材料調達に向かいます。</p> <p>5/28 鶴見子供木工体験コーナーに申し込みました。リモマツ参加と合わせて今年もお祭りに参加したいと思います ・・・COMVOにe とこさんが掲載されています。</p>		
2. 東大阪部会		清水 会員
<p>① 3月の東大阪における改造助成・介護住改の検証活動は5日間(3/2,9,16,23,30)延べ15名が活動しました。</p> <p>② 東大阪市事前相談会3回実施しました。担当：3/2小川会員、3/16清水会員、3/30鎌田会員</p> <p>③ 3月18日事例検討会10:00~12:00参加者8名。「H29年度活動準備」「H28年度報告書」等</p> <p>④ 東大阪29年度活動に関して▶高齢改造がなくなりました！</p> <p>⑤ 東大阪あれこれ：磯田会員「事例1」▶リフォームエピソードを④事例紹介！それぞれの案件で、ちょっとした心遣い気配りをすることが、対象者や家族との信頼関係を築くことができ上手いくというお話でした！</p>		
3. こむねっと部会		中北 会員
<p>3/18 部会 風の森第三者評価の準備検討ほか。</p> <p>3/22 特殊建築物定期検査 至善荘および福井寮</p> <p>3/24 同朋学園訪問 受審契約と費用請求 天王谷学園訪問 児童アンケート票の配布</p> <p>3/27 風の森 訪問調査第1回目</p> <p>4/1AM 臨時部会 風の森 訪問調査の振り返り</p> <p>4/5 こむねっと企画について 大阪NPOセンターと協議</p> <p>4/14 風の森 訪問調査第2回目</p> <p>4/15 部会</p> <p>5/17 評価機関連絡会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高取 H29新たな取り組み方法で第三者評価を行う ・新たな構想：岡さん構想、空き家管理、新たなGHのつくり方、NPO15周年ちらしつくり：協賛一口1万円で・・・。 		
ひとことタイム (会員による個人の情報発信コーナー)		
<p>ことばあそび：しがつばか</p> <p>(中北) しらがふえ・・・ すみません！記録できませんでした！</p> <p>小川：4/2(明日) 鶴見バレーキュー場で会員交流会を開催しようと思います。 参加出来る方は鶴見バレーキュー場に11時にお越しください。▶34と35番テーブルです！</p> <p>稲住：3/11-12 岡会員の別荘(能勢)に1泊で園芸作業に行きました。写真で報告します。</p> <p>清水：娘が無事に合格し、友人と学生会員で登録したいと言っています。</p> <p>吉村：13年務めたすばるを退職し、社会的入院を余儀なくされている精神障がいの方を中心として、地域移行を支援していく、ソーシャルワークのしくみづくりを始めました。経済的には落ち込みますが、妻も応援してくれています！</p> <p>山下みさ子さんが15日のチケットを売りに来られます！</p>		
初参加者の感想 (初参加者には例会参加の動機、参加した感想など一言お話しいただきますのでご協力ください)		
次回例会の司会予定 平成29年5月6日	司会：稲住会員	五十音順です。予定者の都合が悪い場合は、次の会員が担当となります。 予定：上田会員 大塚会員
次回以降の予定		
<p>・5月6日(土)13:30~17:00 会場：大阪市立社会福祉センター</p> <p>■学習会 講師・テーマ 佐久川会員</p> <p>NPO15周年記念事業／シンポジウム</p> <p>10月1日(日) 会場：住まいの情報センター3階ホール(地下鉄 天神橋筋6丁目)</p> <p>理事会の予定</p> <p>・第2回定例理事会 決算理事会 8月5日(土)午前 会場：弁天町オーク200生涯学習センター</p>		