



ナルク岐阜 かがり火

11月号

特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
ナルク岐阜 (NALC岐阜)
☎502-0839
岐阜市栄新町1丁目16 国井ビル203号
☎058-295-6505 FAX058-275-4738
Mail: gifunalc@ccom.or.jp
HP <http://www.nalcgifu.jp>
機関紙編集委員会

初秋のウォーキング 二題

美濃市 うだつの街並み

9月30日(土)岐阜バスのフリー切符で、美濃市をウォーキングしました。うだつの街並みもよかったです。世界農業遺産の「曾代用水」、縄文人の焚火の煤のついた岩のほら穴「岩陰遺跡」、川湊の灯台など、見どころはいっぱいありました。



川湊の灯台にて



岩陰遺跡

山県市 レストラン「おんせえよ」

10月21日(土)、小雨のなか、岐阜バスフリー切符で、JR岐阜駅前から、約1時間10分、岐阜市を北へ北へと上り、神崎につきました。あまごが棲む溪流。そこで廃校になった小学校跡を利用し、北山のおばちゃんたちの、手作りの山菜定食がありました。

予約しないと、食べられません。美味しかったです。



籠入り定食



板取川上流

10月の研修会

介護保険法とは？

講師 地域包括支援センター三里本荘
主任ケアマネージャー 堀まゆみさん



10月8日(日)、定例会の前の「介護保険法」の勉強会を開きました。講師は日頃高齢者支援でお世話になっている、包括支援センター三里・本荘のケアマネージャー堀さんでした。

- * 包括支援センターのしくみと加入者
(住み慣れた地域でいつまでも元気で...)
 - * 保険料の決め方・納めかた
(社会全体で介護保険を支えています)
 - * サービス利用の手順
(要支援・要介護認定の手順)
 - * 介護サービスと介護予防サービス
(自宅を中心に利用するサービス)
(施設で受けるサービス)
 - * 地域密着型サービス
(住み慣れた地域で受けるサービス)
- 質問も多く出て時間オーバーの勉強会でした。

当面のスケジュール

11月12日(日)	定例会	本荘公民館
11月12日(日)	恵光祭	第二恵光
11月13日(火)	健康麻雀	事務所
11月14日(水)	4拠点会議	ハートフル
11月16日(木)	グループホーム囲碁・将棋	アルト
11月17日(金)	第三者評価 会議	事務所
11月18日(土)	ウォーキング	谷汲

11月21日(火)	健康麻雀	事務所
11月24日(金)	第三者評価 会議	事務所
11月28日(火)	第二恵光訪問	第二恵光
12月4日(月)	第三者評価訪問調査 保育所	三輪北
12月5日(火)	第三者評価訪問調査 保育所	三輪北
12月10日(日)	定例会	本荘公民館
12月11日(月)	第三者評価訪問調査 保育所	岩野田

