

時間預託制度の全国ボランティア
生きがい・自立・奉仕・助け合い

ナルク のお



2023年7月号(第154号)

NPO(特定非営利活動法人)
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
ナルク箕面拠点(愛称ナルクみのお)

〒562-0013 箕面市坊島 4-5-20
みのお市民活動センター内
tel:080-6115-2280
fax:072-725-2280
E-mail:nalc_minoh@infoseek.jp
https://nalcminoh.jimdofree.com/

「つながるナルク」 新代表の挨拶

岩崎 昭司



人生神劇 主役はあなた。出来ることからみんなで楽しくやりましょう！
この度、稲井代表の任期満了に伴い、代表を引き継がせていただくことになりました。私は最近ナルクに入れていただいたばかりの新参者の若輩でございますが、皆様からご指導ご支援をいただき務めさせていただき所存でございますので、なにとぞよろしくお願い申し上げます。

さて、コロナ禍における活動は大変なものがあり皆様の努力で乗り越えることが出来ました。これからは「ポストコロナ」と言われるコロナウイルスが社会に存在することが当たり前の状態のなか、どのように活動していくかが問われています。引き続き感染対策に配慮して活動してまいりたいと思います。

そのようななか、ふれあい広場に参加させていただいた折、バザー・絵手紙・おしゃべりカフェでの飲み物とお菓子・お誕生会の余興のマジック・紙芝居・大正琴の演奏と唱歌など、そこにはみなさまのO・K・O(思いやり・気遣い・お節介)が行き届いており、みなさまの生涯現役感を感じ、元気をいただいた次第です。

「つながるナルク。出来ることからみんなで楽しく！」を表題にやってまいりたいと思います。イベント、同好会への皆様のより一層のご参加をお待ちしています。



6月16日「ナルク箕面定時総会」が行われました!!

6月16日(金)13時30分より「ナルク箕面令和5年度定時総会」がみのお市民活動センターで行われました。出席者45名、委任状68名、議決権行使30名、無効委任状(委任者なし)8名の合計151名にて会員総数197名であり総会は成立し、議長古城氏の進行で粛々と1号議案から5号議案まで審議されました。1号議案活動報告で意見と質問がありましたが決算報告の数字の修正後に、全て承認され無事終了しました。

3号議案で承認された新運営委員にて別室で運営委員会が開催され、新運営委員の中から岩崎新代表・赤井副代表・谷口事務局長が選任されました。

総会終了後別室にて「ナルク茶論」が開催され新旧運営委員の挨拶をはじめ参加者全員の自己紹介など楽しいひと時を過ごし15時40分に解散しました。事務局



【令和5年度 運営委員】

役 職	氏 名	担 当 業 務
代 表	岩 崎 昭 司	総合コーディネーター
副 代 表	赤 井 美 保 子	代表補佐 広報
事務局長	谷 口 邦 彦	ニチイ
運営委員	稲 井 信 也	紅葉の郷 豊泉家
"	原 敏 子	会 計
"	福 山 裕 恵	ふれあい広場
"	大 鹿 登 美 子	高齢者疑似体験
"	藤 田 恵 子	中央ブロック長
"	山 里 達 雄	西ブロック長
"	内 秀 美	東ブロック長
"	中 西 真 千 子	ナルク茶論
監 査	庫 本 侯 典	
"	垣 内 き よ 子	(新 任)

令和5年度事業活動計画

【ナルクみのお基本方針】

＜A＞「自立・奉仕・助け合いで生きがい」の理念を再認識し、その理念の基に「楽しいナルク」「安心のナルク」「感動・生きがいのナルク」の施策を立案・実行する。

- * 従来型の施策に加えて、会員全てが参加可能な施策を立案・実行する。
- * 独居会員に対する「安心のナルク」施策を具体化する。
- * 同好会活動への支援を検討する。

＜B＞「持続的な組織運営」を目指す。

- * 全員参加型組織を目指す。
- * 後継者の発掘と育成を重点施策とする。
- * 30～40歳代の若い人達との交流施策を立案・実行する。
- * 会員家族との交流を図る。
- * 従来通り市民参加型のイベントを立案・実施すると共に、参加者を繋ぎ止める施策を立案する。

	西地区	中央地区	東地区
ブロック長	山里 達雄	藤田 恵子	内 秀 美
副ブロック長	福山 裕恵	黒田 勝子	山中 學士
コーディネーター	岩崎 昭司	原 敏 子	赤井美保子
ナルク茶論	中西 真千子	増元 真弓	太田 幹子



「ナルク本部総会」が行なわれました

六月一日(木)十三時三十分
大阪産業会館にて
「ナルク第二十八回 定時総会」が行なわれました。

全国から五十九名が出席(委任状他四十七名)計一〇六名で会議は成立
第一号議案の事業報告
全国で活発な催しが紹介されました。
箕面拠点の「ハロウィン」・「ホテルの夕べ」・「三千円の親孝行」・「楽々ボランティア」が写真付きで紹介されました。

第二号議案の事業計画では、
神野会長より「自立・奉仕・助け合い」の理念に基づいて「社会に貢献していく」・「ミッションを再認識していく」必要性を繰り返し述べられたのが印象的でした。

議案承認後に「発展プロジェクトの中間報告と公認会計士より「資金管理」についての講演があり、三時間の総会が終了しました

稲井信也



私の故郷【広島県安芸高田市高宮町】

中央ブロック 山岸 信子

安芸高田市は広島県のほぼ中央に位置し、平成十六年に六町が合併して誕生しました。現在の人口は二万七千人ほどです。戦国大名・毛利元就が生涯過ごした地として知られていますが、伝統文化の神楽が非常に盛んで、現在でも催事や祝い事には欠かせません。高校時代の体育の授業では郡山城の跡地迄マラソンをし、帰りには松茸をとって帰ったものです。そのくらい、のどかな田舎でした。

その中の高宮町が私の故郷で、市の最も北に位置する静かな山村です。今は八十歳以上の方が一人暮らしをする家が多く、空き家が点在しています。

先日、空き家の我が家にコロナ禍のため三年ぶりに帰郷しました。大阪から田舎の我が家までは約五時間の道のりです。芸備線の甲立(こうたち)駅に十三時頃降り、タクシーを待っていると駅の窓口の方(JRのOB、七十五歳)が、家まで送ってくださり田舎町の優しさに感謝しました。ちなみに午後からは無人駅になります。そして、十五年前に九十八歳で他界した母や私が通った、百年以上の歴史を持つ小学校が廃校になった事を知り、寂しい限りでした。

滞在中、庭の木の剪定をお願いしていたシルバー人材

センターの方がいらっしゃり、話をするうち「私は生まれた時、お宅のお母さんにとり上げてもらいました」と深々とお礼を言われました。というのは、私が0歳、姉が十歳、母が三十三歳の時分に広島市で被爆し、私は母の実家である故郷で育ちました。戦後のベビーブームの中、助産師をして自転車で昼夜を問わず自宅分娩に走り回っていた母の姿を思い出し胸が熱くなりました。

村のほとんどの家々の方は親鸞聖人の教え(浄土真宗)を守る安芸門徒で、先祖代々信仰が厚く、心優しく慈愛に満ちた近隣であったと記憶しています。母も随分助けられたことと思います。

そして、今でも故郷で過ごした幼少期の夢をよく見ます。ササユリが一面に咲く谷間を従姉達と花を奪い合いながら走る光景です。両手いっぱい抱えた宝物の香りを楽しみながら、帰路についたものでした。

三年ぶりの故郷は、山や、田畑は形を変えず、「よう、帰りんさったのー」と今も温かく迎えてくれました。

帰郷から数日たち、今度は新大阪に戻ってきました。「やっと箕面に帰れる！」と嬉しくなりました。今はササユリの咲く箕面が、私の第二の故郷となっています。

「カタツムリを飼っています!!」

友達から生まれたてのカタツムリを貰って、飼い始めて約8年。大きな虫かごケースに湿り気の多いようにして、野菜等を与えています。糞の色はスイカだと赤色、サツマイモだと白色です。産卵期は、5月から8月で、卵は一度に30から50個ほど産み、まるで白いキャビアです。赤ちゃんは生まれた時から親と同じ形の殻がちゃんと付いています。

カタツムリの寿命は、長くて10年生きるそうです。生まれたカタツムリは、お山に放したり、近くの小学校に渡したりしています。

中央ブロック

藤田 恵子



6月生まれの方「お誕生会」開催(6月5日)

この日、13時30分より「ふれあい広場」を実施しました。第1週目なので恒例のお誕生会を行い、6月生まれの方7名と、お祝いする人たち15名の22名が参加して盛況でした。誕生月の会員にはケーキと飲み物、応援団?には、飲み物とお菓子が付き歓談をしながら、中田会員のリードで「どんな時が幸せか」トークや、福山会員のリードで「しりとりゲーム」など大いに盛り上がりました。

また、歓談の中で6月生まれの7名の内、NさんとTさんが、小・中・高校が同窓生だと初めてわかりました。

こんな奇遇なことってあるのでしょうか。お話が盛り上がったそうです。



8月のお誕生会は、8月7日です。13時半から、ふれあい広場でお待ちしています。

* 次回も皆様の投稿をお待ちしています

【川柳】
母思いつけた手摺で上がり降り
登山にと求めたストック妻の友

葦人 葦人

【短歌】
さくらんぼほほ染めあかくうれしころ
かの人はまだおさなきままに
雨にぬれたいげんと咲くあじさいの
はなねたましきわれは小さき
早苗

早苗

事務局だより

「お盆休み」のお知らせ
 8月12日(土)～8月15日(月)まで、ナルク事務所はお休みです。



バザー等へのご協力
 有難うございました

4・5・6月のバザー売上・同好会寄付等の合計が、
 1,427円となりました。
 ありがとうございます。
 収益金は、ナルクみのおの運営資金に充当させて頂きます。
 ふれあい広場担当
 福山 裕恵

6月度運営委員会
 決議事項の抜粋報告

- ①令和5年度総会について
- ②令和5年度体制の確認
- ③本部理事会・総会(6月1日)
 ・自立・奉仕・助け合いの基本理念の再確認
 ・活発な拠点の紹介(3拠点)
 ・箕面の紹介 ①3千円の親孝行 ②ホテルの会 ③楽々交流ボランティア ④ハロウィン
- ④理事会交通費・会計担当経費等前年度と同じとする
- ⑤紅葉の郷おやつ出しと3F・4Fの居住区清掃開始・ニチイ・豊泉家等で、これまでの赤字の一部を埋められるのでは

月 日	内 容	場 所	集合時間
8月 6日(日)	子ども野遊び体験 《箕面川での水生昆虫》子ども100円大人200円		9:30 箕面駅前
8月 7日(月)	ふれあい広場:バザー・8月生まれ「お誕生会」		13:30～15:30
8月21日(月)	ふれあい広場:バザー・お抹茶席は開催!(¥200)		13:30～15:30
8月 8日(火)	シニアズ・パーク(屋外)太極拳 場所:木戸ヶ池緑地 雨天中止		13:30～14:30
8月10日(木)	運営委員会	市民活動センター	13:30～
8月 9日(水)	健幸体操 健康講座・血流体操・スクエアステップ体操		13:30～15:30
8月23日(水)	健幸体操 100歳体操・血流体操・スクエアステップ体操		市民活動センター
8月17日(木)	歌声ひろば「響き」らいとぴあ21 要申込み 毎週8/10		10:00～11:30
8月24日(木)	ナルク・シニアズゆっくりハイキング 《マミズクラゲとハンミョウ》 コース: 聖天展望台～風の杜～オケ原池～地獄谷～滝道 要弁当 雨天中止		10:00 箕面駅前
火曜日(第2火曜は除く)	ラジオ体操&ウォーキング&歌声ひろば		15:00(担当 垣内)
夏休みの お知らせ	杖をついてもできる「楽々交流ボランティア」7/28と8/25	担当 稲井 080-6115-2280	
	ご近所クリーンウォーク(西チーム) 7月14日～8月25日	担当 福山 090-3992-0514	
	ご近所クリーンウォーク(船場チーム) 7月10日～8月28日	担当 宮城 080-3135-0669	
	ご近所クリーンウォーク(萱野チーム) 7月 5日～8月16日	担当 大藪 070-5654-9969	
	ご近所クリーンウォーク(東チーム) 7月 7日～8月25日	担当 中村 090-3704-4838	
*予定は諸般の状況により中止・変更になる場合があります。 HP (https://nalcminoh.jimdofree.com/) を参照ください。			

名 称	月 日	時 間	連 絡 先
ハイキング	8月は休み 9月は30日(土)《吹田 垂水の滝を訪ねて》詳細は8月号にて		稲井 信也 080-6115-2280
ゴルフ	8月はお休み		中田 秀明 090-3490-2180
囲 碁	当分の間休会します		山下 隆也 090-3270-2387
健康麻雀	8/7・14・21・28 12:00～ 9/4 13:00～ 9/11・18 12:00～ 9/25 休み		岡部 克己 090-5152-1454
東風会(麻雀)	8月3・17日	13:00～	内 秀 美 080-3796-0885
ダ ー ツ	8月3・17日	13:00～	嶋 隆 夫 090-7200-6948
絵 手 紙	8月7・21日	13:30～	垣内 きよ子 090-9046-1147
女子ゴルフ	8月はお休み		藤田 恵子 090-3714-6004
*時間・場所等の変更がある場合があります。ご心配な時は上記連絡先へお問い合わせください。			

2023年度 活動報告	会員相互の 助け合い	特養老健 への協力	拠点業務	その他	合 計	福祉	子育て	環境	ナルク 活動	合 計
6月	59	69	76	0	204	0	0	38	35	73
累計	132	169	215	0	516	0	0	225	108	333

6月末現在の 会員数	世帯数		会 員 数		男性	女性
		137	194(西54・中央80・東60)	69	125	

【6月の会員相互の助け合い】
 *Tさん外出サポート…松山さん・赤井さん *Yさん外出介助…内さん *Hさん除草・清掃作業…川端さん・岩崎さん
 *Oさん外出サポート…尾崎さん・黒田さん・山下さん *Fさん外出サポート…大鹿さん・中田さん