NALC横浜
20年のあゆみ

特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
NIPPON ACTIVE LIFE CLUB

NALC

目　次

挨　拶

ナルク横浜設立 20 周年を迎えて　ナルク横浜　代表　吉川　武…… 1

祝　辞

ナルクの虚像と実像　横浜拠点 20 周年記念に寄せて　NPO 法人ナルク　会長　高畑　敬一 …… 2
ナルク横浜 20 周年誌に寄せて　ナルク川崎　代表　花崎　良政…… 3
ナルク東横浜、独立して 14 年　ナルク東横浜　顧問　柿田　健一郎…… 3
横浜拠点と共に歩んだ 20 年　ナルク南横浜　代表　小野里　康興…… 4

20 年の歩み

ナルク横浜、設立の経緯と組織の変遷　副代表　荒井　準幸…… 5
会報「赤いくつ」第 1 号発行　広報部会長　宮田　良一 …… 6
第 2 代の代表に就任　谷口　幸造　（西ブロック）…… 7
NHK「難問解決、ご近所の底力」を観て　森谷　利子　（湘南ブロック）…… 8
湘南地区が独立、4 グループ制へ　吉川　武（初代グループリーダー）…… 9
ナルク神奈川福祉サービス第三者評価事業部「NKF」の設立の経緯と活動状況
NKF　宮田　良一　（中央ブロック）…… 9
ナルク神奈川 4 拠点 10 周年を祝う　会報「赤いくつ」特集号より …… 10
金スマ放映と私のナルク入会　本間　信夫（西ブロック）…… 11
ナルク横浜「ホームページ」刷新の経緯　沼沢　新太郎（北ブロック）…… 11
ナルク美容講習会の開催　清水　昌子（中央ブロック）…… 12
奈良地域包括支援センター紹介の提供活動開始　福江　孝夫（北ブロック）…… 12
82 名が参加した谷中七福神めぐり　仲摩　邦夫（湘南ブロック）…… 13
ナルク 15 周年記念、中山道ウオークを顧みて　北原　健一（西ブロック）…… 13
平塚七夕作り奮戦記　後澤　忠夫（湘南ブロック）…… 15
那須塩原温泉一泊旅行の思い出　西野　斉（北ブロック）…… 15
ほっとサロン、オープン　市毛　弘子（西ブロック）…… 16
泉区カレッジバイキングに初参加　西崎　史郎（西ブロック）…… 17
ナルク設立 20 周年記念行事に参加して　穂山　孝（湘南ブロック）…… 17
ナルク横浜設立 20 周年を祝う　会報「赤いくつ」67 号より …… 19

ブロック活動

1. 北ブロック活動状況…… 20
2. 湘南ブロック活動状況…… 21
3. 西ブロック活動状況…… 22
4. 中央ブロック活動状況…… 23

部会活動…… 24

同好会活動 …… 25

NALC 横浜 20 年の歩み（年表）…… 27

年度末会員数・世帯数の推移…… 32

時間預託点数・利用点数の推移 …… 33

NPO 法人　NALC 横浜　歴代運営委員一覧 …… 34

神奈川 4 拠点活動エリア …… 36

挨　拶

ナルク横浜設立 20 周年を迎えて

ナルク横浜　代表　吉川　武

ナルク横浜は設立 20 周年を迎えることができました。現在までの歴史の過程で忘れてはならないことは、先輩の皆さんの困難を極めた時期の中での、規約、組織作りなどに示された行動であり、その情熱に対して、改めて敬意と感動を覚えます。

この 20 年間に川崎拠点の設立、東横浜拠点、南横浜拠点の分離独立がありました。それらを経ても、会員の皆さんの活動によりナルク横浜は、会員数、預託時間、共に飛躍しました。平成 26 年度は、新入会促進、退会抑制活動により、全国各拠点とも会員数減少の厳しい状況の中､年度末会員 480 人（32 人増）は大きな成果であります。また預託時間は、平成 26 年度月平均 574 時間を維持して、拠点の財政基盤強化に貢献しています。

これまでのナルク横浜の活動で率先して取り組んできたものに活動管理システムがあります。拠点設立後、先輩が苦労して導入されたＡＣＥに続き、平成 23 年５月に新システム（Ｎ－Ｏｎｅ）を運用開始しました。必要なデータは即時に閲覧できるため、事務の効率化に貢献し、また、毎月のレポートの印刷量を大幅に削減しています。

設立以来長年の夢であった安定した拠点事務所の確保は、過去８回の移転を経て、平成 18 年５月、横浜市旭区、相鉄線鶴ヶ峰駅近くに、ある会員のご協力により、お宅の離れ、一戸建を確保できました。24 年４月から「ほっとサロン」を立ち上げ、これにより会員交流が大幅に深まりました。ナルク横浜の会員数、活動時間は長期的にはなお伸び悩みが続いており､さらなる努力が必要です｡設立20周年を迎えて一層、身の引き締まる思いです。

最後に記念誌発行にあたり「記念誌チーム」の皆さんのご尽力に感謝申しあげます。

祝　　辞

ナルクの虚像と実像
横浜拠点 20 周年記念に寄せて

NPO 法人ナルク　会長　高畑　敬一

ナルクの時間預託は魅力に欠けるという話しが、ある地域の拠点連絡会で飛び出した。よく聞いてみると本人の所属する拠点では時間預託の助け合いボランティアはほとんどしていない。

ナルクを設立した頃は、活動拠点もどんどん増えて、「早く点数を欲しい」との声に包まれていた。点数をもっていないのは寂しいし、恥ずかしい。会員は若くて元気なので、在宅家事支援の需要がない。そこで地域の特養やグループホームへ手伝いのボランティアに入ったが、これに何とか点数を付けてほしい。この陳情が続出し、本部はやむなくマニュアルに特例を設けた。

では、どうして預託点数に魅力がなくなったのであろうか。一つは貯まった点数を使って助けて貰いたくても担い手がいない。

二つは点数を使うには厄介な手続きがいると思っている。

三つは預託点数での助け合いで喜んでいる例を見たり聞いたりしていない。時間預託制度は絵に描いた餅にすぎない等が原因になっているとみられる。

比較的若く元気だった頃、助け合いボランティアに精を出して点数をためてきたのに、使おうと思った頃には役に立たないようでは夢も消えてしまう。担い手が少ないと言っても、ボランティア提供に参加している全国の会員は僅か数パーセントにすぎない。同好会への出席率の高い人に担い手になって貰えるように工夫したらどうだろうか。

また、65 歳以上でも元気であるから、地域のこの年代の人達に入会を勧めることも必要であろう。要するにもっと汗をかくことである。汗をかかずして人は集まらないし、組織は活性化しない。評論家に止まってはいけないのではなかろうか。

横浜拠点はかつて総会で活動事例を報告する慣わしを良しとしていた。設立 20 周年にあたり、欠点の目立ってきた他拠点が反省し、見習ってくれる星になってほしいものである。

ナルク横浜 20 周年誌に寄せて

ナルク川崎　代表　花崎　良政

貴拠点の 20 周年を心より、お祝いを申し上げます。一口に 20 周年と言っても、歴代の三役、運営委員、コーディネーターはじめ、会員の皆様のご尽力と永年の活動の賜物であり、敬意を表します。

ナルクは平成 6 年 4 月 20 日に、大阪で、WACのアクティブライフ・クラブとして設立されました。高齢者社会に相応しい地域社会づくりの推進を通じて、中高年者の社会的地位の向上を図るため、全国の同志に呼びかけ、大きく広げようとの決意で発足したと伺っています。

関東では、いち早く横浜支部が、高木・荒井・谷口諸氏が中心になり、発足をしたと伺っています。先駆的活動に､改めて敬意を表する次第です。

川崎支部は日本鋼管労組の元委員長の後藤辰夫さん（当時、本部の副会長）が中心に、新海さん、石川さん、山岸さんらが横浜拠点に合流することなく、独自に設立準備を進めていました。そして平成 8 年 11 月、WAC アクティブクラブの 28 番目の支部としてＪＲ武蔵中原駅前の中原会館で、当時の労組ＯＢが大勢集まり発足総会を開催しました。発足当時から、議論が多く「とにかくやってみよう」から始まったとのことです。

その後、同じ神奈川県の仲間として、横浜拠点とは連絡会などで交流を深め、その活動ぶりをよく承知しており、また毎年の定時総会にもご招待を受けて参加しております。4 ブロックでの地域活動、事務所でのサロン活動、会員の作品展等、正にナルク活動の見本があると私も感じております。今後の益々のご発展をお祈りしております。共に頑張りましょう。

ナルク東横浜、独立して 14 年

ナルク東横浜　顧問　柿田　健一郎

ナルク横浜設立 20 周年おめでとうございます。

ナルク東横浜は、平成 8 年 9 月に横浜拠点のＢグループとして会員 15 人で発足しました。当初の活動実績は、平成 9 年度は 169 時間（その他Ａグループ 22 時間、Ｃグループ 102 時間、Ｄグループ 11 時間、Ｅグループ 0 時間）だったそうです。さらに 10 年度は 373 時間、11 年度は 546 時間、12 年度は 808 時間の活動実績が示すように、発足以来、順調に活動が続き、独立した拠点として運営できるまでに発展しました。グループの役員会の話し合いの中でも、より地域に密着した活動を目指して分離独立の機運が高まり､平成 12 年 11 月に太田Ｂグループ長がグループで決定した分離独立案を横浜拠点高木代表に提出しました。13 年 2 月の横浜拠点運営委員会でようやく結論が出て、同年 6 月の定時総会で承認を得、10 月に東横浜拠点として独立しました。

発足時の太田・中島・小島体制から平成 16 年

6月に、中島代表・川村副代表・英事務局長となり、活動時間は年間5000時間を突破しました。これからの東横浜拠点の躍進への期待のなか、平成18年4月に小島副代表が急死され、4年後の22年5月に任期半ば中島代表が病死されるという不運に見舞われました。ひとまず私が代表代行で皆様の協力を得ながら維持してきましたが、大事なリーダーを相次いで失い、且つ、会員の高齢化と入会者不足等で働き手が減り、年々実績は減少しています。平成26年6月に新しい代表、事務局長に引き継ぎました。前途は多難ですが、ナルク発足時の理念を思い起こし、これからのナルク東横浜の活動を陰ながら応援していこうと思っています。

横浜拠点のご支援をお願い致しますとともに、益々のご活躍とご発展を祈念いたします。

横浜拠点と共に歩んだ20年

ナルク南横浜　代表　小野里　康興

横浜拠点20周年おめでとうございます。20年前、関東で最初の拠点としてナルク横浜（当時は横浜支部）が誕生しました。私は初代支部長になった高木さんに誘われて準備段階から参加しました。

全てが未経験の状態なので先ずはやって見るようという姿勢で、いろいろ新しいことに挑戦しました。例えば平成9年、事務合理化のために奈良支部で使用していた会員管理、時間預託管理用ソフト「ＡＣＥ32」を、大藪さんの指導で導入したことなどです。その頃はみんな若かったなあと懐かしく思い起こしています。

高齢者福祉施設「ミモザグループ」「ウェルケア新吉田」などの協力もあり時間預託によるボランティア活動が順調に増えました。

Ｅグループリーダーの田中さんがグループのメンバーが100人を越したら独立しようと目標を掲げ、各種研修会への参加、グループ行事としての懇親会、見学会等、積極的に活動しました。平成15年、会員が140人を越えたので田中さんを代表に分離独立し、樹に例えれば横浜拠点を幹とした神奈川4拠点体制となり現在に至っています。

4拠点は相互に協力し合いながら独自の活動を行い発展してきましたが、これからは、更に進む高齢社会に対する福祉制度も変わってきます。ナルクのメンバーも同様に高齢になりました。国の制度に呼応して新しい運営の在り方を検討する転換期となっています。神奈川4拠点の樹の幹として、ナルク横浜の更なる活躍、発展を祈念しています。

20 年の歩み

ナルク横浜、設立の経緯と組織の変遷

【平成 7 年（1995）9 月】

副代表　荒井　準幸

1. 設立に至るきっかけ

当初はワック・アクティブクラブ（WAC・AC）横浜支部として、平成 7 年（1995）9 月 10 日に関東で最初の拠点（支部）として発足しました。その経緯には、平成 7 年 1 月 17 日に我が国の都市を直撃し 6,400 余名の命が奪われた阪神淡路大地震がありました。この災害で、神戸には全国から大勢の個人ボランティアが駆け付けましたが､コーディネートする団体も組織もなく、集まった人達は右往左往した経験があります。その折大活躍したのが、前年の平成 6 年 4 月にスタートした WAC･AC の大阪支部（ナルク大阪）でした。

2. 設立準備委員会の発足

この大地震の経験から、関東にもボランティア活動団体を作る必要性を痛感し、東京の品川を拠点とする長寿社会文化協会（WAC）の事務所に東京・横浜・川崎から主だった方が集まり会合を重ね、“ボランティアの在り方”、“組織の形態”などを話し合いました。しかし、具体策がまとまらず、高木敏之氏（ナルク横浜の初代代表）は、当初予定した「東京支部」を諦め、横浜単独でのスタートを決断しました。

その後、高木代表が M 社の OB 会や T 大学の同窓会に働きかけ、平成 7 年 6 月に「ワック・アクティブクラブ（WAC・AC）横浜支部」の設立準備委員会を設立して検討した結果、平成 7 年 9 月 10 日設立総会の開催にこぎつけました。

3. 横浜支部設立総会の開催

最初に直面した課題は支部の事務所でしたが、幸い M 社組合幹部の全面的な協力で、組合の事務所内に机とロッカーを置かしてもらい、総会の準備に取り掛かりました。会場には新横浜の障害者スポーツ文化センター「横浜ラポール」の 100 名収容できる会議室を借りました。出席者には、当初登録正会員 52 名の約 2 倍を予定していましたが、実際には 160 名を超える方の参加を得ました。このため、大勢の方に席がなく、資料も不足するハプニングもありましたが、なんとか総会を乗り切り、予定の議事を終了しました。

4. 横浜支部の活動開始

組合事務所を借用してスタートした翌日からは、多くの問い合わせや資料請求の処理に追われました。それ以上に大変だったのは、中心となって指揮を執っていた高木代表が、総会終了後に狭心症の手術のため大学病院に入院され、3 か月間代表が不在になったことでした。この間、先年亡くなられた來間洽一、高瀬勝美の両副代表と事務局の荒井準幸で対応することとなり、対応に苦慮する日々でした。

5. 独立した事務所の確保

最初の約１か月間は組合事務所を借用していましたが、大きな会社のためその都度の入出手続きが煩わしく、自前の事務所をと各方面に働きかけました。幸い、鴨居駅に近い身体障害者の授産施設「かたるべ社」の一室を借りることができ、当初の WAC 横浜支部の活動が本格的にスタートしました。【平成７年（1995）11 月１日～平成８年９月】

6. WAC から NALC として独立

本部は設立後４年１か月（平成 10 年５月）で社団法人長寿社会文化協会（WAC）から完全独立し、NALC（ニッポン・アクティブライフ・クラブ）と名乗り、NPO 法に基づき法人格を取得しました。横浜拠点も「NALC 横浜支部」と改名しました。

高木初代代表の挨拶

田中 WAC 常務理事の講演

高畑会長による乾杯

懇親会風景

会報「赤いくつ」第１号発行　【平成８年（1996）８月】

広報部会長　宮田　良一

ナルク横浜の会報「赤いくつ」１号が発行されたのは、ナルクが「長寿社会文化協会（WAC)」から独立する前、横浜支部発足後１年を経過した平成８（1996）年の８月である。会報の写真が示すとおり発行団体は「WAC アクティブ・クラブ横浜」で、また会報は、WAC の機関紙「ふれあいねっと」の付録でもあった。

1.「赤いくつ」の発行

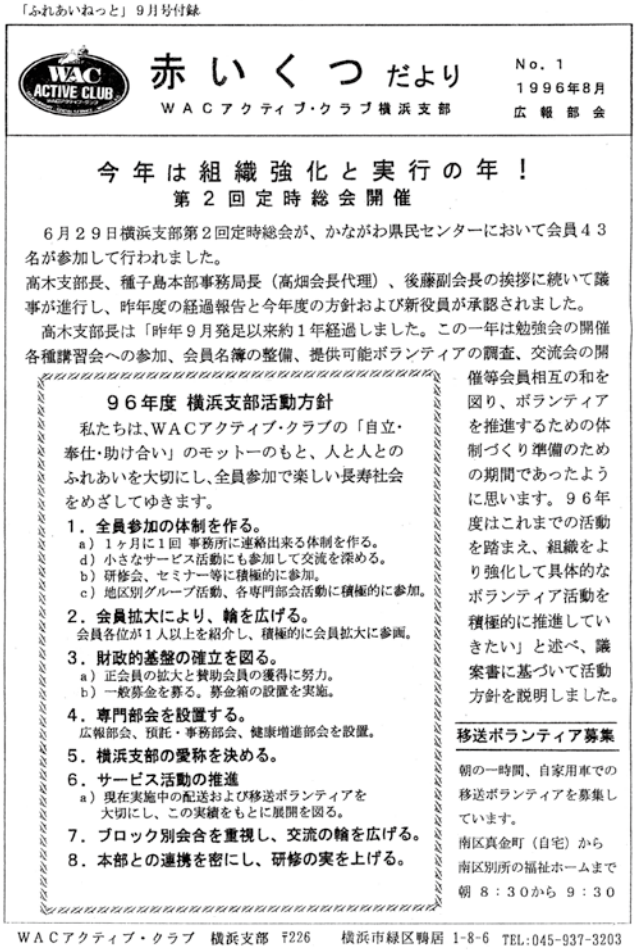
会報は、当時の幹事で新たに発足した広報部会の部会長 小野里康興氏（現ナルク南横浜代表）が担当され、年に３回程度発行されていた。会

報の体裁は、現在のA4より小さいB5版の２ページであるが、記事によっては４ページで発行された場合もある。

2. その後の経緯

「赤いくつ」の発行を目的とした編集委員会が発足したのは、１号の発行から６年が経過した平成14（2002）年９月であり、小野里委員長以下計７名の編集委員が各ブロックから選任された。

第１回の委員会で検討の結果、紙面がA4の４ページとなり、発行頻度は年４回の季刊に改定されて現在に至っている。



「ふれあいねっと」９月号付録

赤いくつ だより

No. 1
1996年8月
広報部会

WACアクティブ・クラブ横浜支部

今年は組織強化と実行の年！
第２回定時総会開催

６月２９日横浜支部第２回定時総会が、かながわ県民センターにおいて会員４３名が参加して行われました。
高木支部長、種子島本部事務局長（高畑会長代理）、後藤副会長の挨拶に続いて議事が進行し、昨年度の経過報告と今年度の方針および新役員が承認されました。
高木支部長は「昨年９月発足以来約１年経過しました。この一年は勉強会の開催各種講習会への参加、会員名簿の整備、提供可能ボランティアの調査、交流会の開催等会員相互の和を図り、ボランティアを推進するための体制づくり準備のための期間であったように思います。９６年度はこれまでの活動を踏まえ、組織をより強化して具体的なボランティア活動を積極的に推進していきたい」と述べ、議案書に基づいて活動方針を説明しました。

９６年度 横浜支部活動方針

私たちは、WACアクティブ・クラブの「自立・奉仕・助け合い」のモットーのもと、人と人とのふれあいを大切にし、全員参加で楽しい長寿社会をめざしてゆきます。

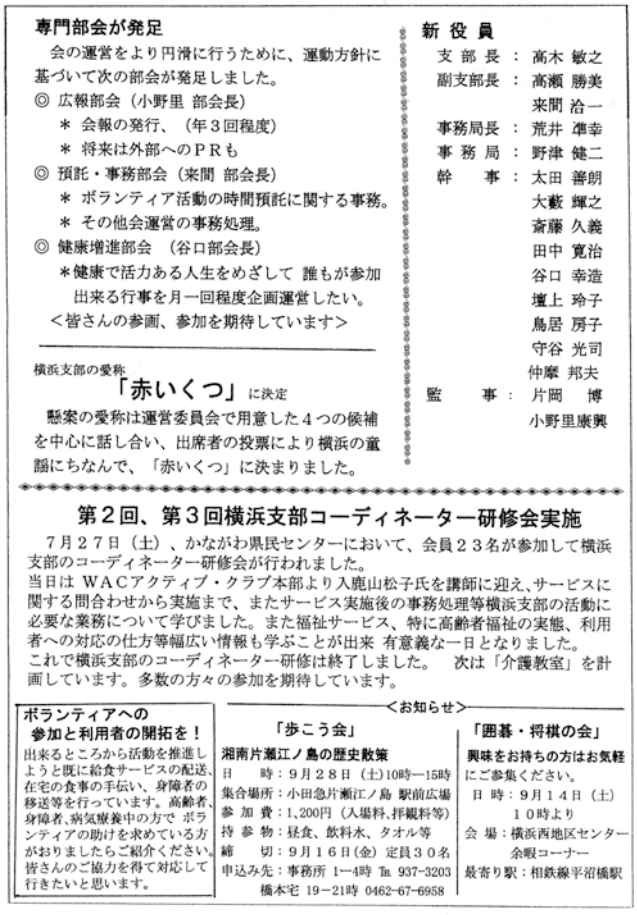
1．全員参加の体制を作る。
a）１ヶ月に１回 事務所に連絡出来る体制を作る。
d）小さなサービス活動にも参加して交流を深める。
b）研修会、セミナー等に積極的に参加。
c）地区別グループ活動、各専門部会活動に積極的に参加。
2．会員拡大により、輪を広げる。
会員各位が１人以上を紹介し、積極的に会員拡大に参画。
3．財政的基盤の確立を図る。
a）正会員の拡大と賛助会員の獲得に努力。
b）一般募金を募る。募金箱の設置を実施。
4．専門部会を設置する。
広報部会、預託・事務部会、健康増進部会を設置。
5．横浜支部の愛称を決める。
6．サービス活動の推進
a）現在実施中の配送および移送ボランティアを大切にし、この実績をもとに展開を図る。
7．ブロック別会合を重視し、交流の輪を広げる。
8．本部との連携を密にし、研修の実を上げる。

移送ボランティア募集

朝の一時間、自家用車での移送ボランティアを募集しています。
南区真金町（自宅）から南区別所の福祉ホームまで
朝８：３０から９：３０

WACアクティブ・クラブ 横浜支部 〒226 横浜市緑区鴨居 1-8-6 TEL:045-937-3203

「赤いくつ」第１号（表）



専門部会が発足

会の運営をより円滑に行うために、運動方針に基づいて次の部会が発足しました。
◎ 広報部会（小野里 部会長）
＊ 会報の発行、（年３回程度）
＊ 将来は外部へのPRも
◎ 預託・事務部会（来間 部会長）
＊ ボランティア活動の時間預託に関する事務。
＊ その他会運営の事務処理。
◎ 健康増進部会（谷口部会長）
＊健康で活力ある人生をめざして 誰もが参加出来る行事を月一回程度企画運営したい。
＜皆さんの参画、参加を期待しています＞

横浜支部の愛称
「赤いくつ」に決定

懸案の愛称は運営委員会で用意した４つの候補を中心に話し合い、出席者の投票により横浜の童謡にちなんで、「赤いくつ」に決まりました。

新役員

支部長：高木 敏之
副支部長：高瀬 勝美
来間 冶一
事務局長：荒井 準幸
事務局：野津 健二
幹事：太田 善朗
大藪 輝之
斎藤 久義
田中 寛治
谷口 幸造
壇上 玲子
鳥居 房子
守谷 光司
仲摩 邦夫
監事：片岡 博
小野里康興

第２回、第３回横浜支部コーディネーター研修会実施

７月２７日（土）、かながわ県民センターにおいて、会員２３名が参加して横浜支部のコーディネーター研修会が行われました。
当日はWACアクティブ・クラブ本部より入鹿山松子氏を講師に迎え、サービスに関する問合わせから実施まで、またサービス実施後の事務処理等横浜支部の活動に必要な業務について学びました。また福祉サービス、特に高齢者福祉の実態、利用者への対応の仕方等幅広い情報も学ぶことが出来 有意義な一日となりました。
これで横浜支部のコーディネーター研修は終了しました。 次は「介護教室」を計画しています。多数の方々の参加を期待しています。

ボランティアへの参加と利用者の開拓を！

出来るところから活動を推進しようと既に給食サービスの配送、在宅の食事の手伝い、身障者の移送等を行っています。高齢者、身障者、病気療養中の方で ボランティアの助けを求めている方がおりましたらご紹介ください。皆さんのご協力を得て対応していきたいと思います。

＜お知らせ＞

「歩こう会」
湘南片瀬江ノ島の歴史散策
日 時：９月２８日（土）10時―15時
集合場所：小田急片瀬江ノ島 駅前広場
参加費：1,200円（入場料、拝観料等）
持参物：昼食、飲料水、タオル等
締 切：９月１６日（金）定員３０名
申込み先：事務所 1―4時 TEL 937-3203
橋本宅 19―21時 0462-67-6958

「囲碁・将棋の会」
興味をお持ちの方はお気軽にご参集ください。
日 時：９月１４日（土）１０時より
会 場：横浜西地区センター 余暇コーナー
最寄り駅：相鉄線平沼橋駅

「赤いくつ」第１号（裏）

第２代の代表に就任 【平成15（2003）年６月】

谷口　幸造　（西ブロック）

ナルクは平成６年４月、大阪で活動を開始しナルク横浜はその翌年９月、関東地区で最初の拠点として発足しました（当初はＷＡＣ横浜支部）。当拠点では、運営にあたり「広げる」「固める」「続ける」を掲げ「熟年パワーを老人介護に！」を目標に活動を開始しました。当初は会員数52人でスターとしましたが、４年後には、400人にまで拡大しました。しかしその頃、代表の高木敏之さんが体調を崩されたため、発足してから８年、それまで「汗をかく」をモットーに、困っている人の役に立ちたいとボランティア活動に専心していた私が、代表を受け継ぐことになりました。

「楽しく役に立つナルク横

浜」を目指し、年老いても若々しく元気で過ごせる会にしたいとの思いで運営にあたりました。そのためにも、心の通いあう仲間を増やし、会員の皆様が心豊かに活動できる拠点作りを心がけました。

思い返せば、事務所の移転など大変なこともありましたが、「おおるり」の一泊旅行を始め、事務所を有効活用する「ほっとサロン」での同好会活動などを通じて、会員の輪が広がったことが一番の喜びでした。個人的にも同好会、歩こう会には積極的に参加し、反省会でも楽しい時間を過ごしました。

代表としての後半には２度の病もあり、皆様の協力を得ながら、代表就任から９年経過したのを契機に、平成 24 年６月、湘南ブロックの吉川武さんにバトンタッチしました。私は汗をかくボランティアが好きで体と頭が動く限り、皆様と共に元気に活動して行くことが今の願いです。今後ともよろしくお願いいたします。

定時総会を終え、高畑会長、高木初代代表と

NHK「難問解決、ご近所の底力」を観て

【平成 16 年（2004）１月】

森谷　利子　（湘南ブロック）

母を見送り、ふと我に返ると自分の老後と向き合う年齢になっていました。

その頃、ＮＨＫテレビで「難問解決、ご近所の底力」が放映され、そこで紹介されたナルクの精神に共感し、入会しました。

コーディネーターさんの後押しもあり、すぐに時間預託活動の場を得て９年になります。若いときには思いもよらぬことが起きて心細く臆病になってしまうことが出てきました。体力的な衰えは仕方ないにしても、自分を甘やかさないように心がけることが大切と知り、所詮一人では生きていかれない世の中、ご近所の底力も必要だが、それなりに自分自身の老後を考えると、時間預託は理にかない、毎月の活動場所を見つけたことは、私には大きな成果でした。

多くの会員さんも思案しているより一歩踏み出し、ご自身の預託時間を増やすことで、気持ちに余裕が出てきますよ。

横浜拠点全体では提供者が多く、利用者が少ないとのことですが、テレビ、新聞等を見聞きすると、利用者は多いはずです。ナルクの存在があまり浸透していないような気がします。今後、地域包括ケア､日常生活支援総合事業をするためにも、ナルク横浜として、またブロックとして地域に活発に発信して、会員の活動意欲が生かされるナルクとなることを期待しています。

湘南地区が独立、４グループ制へ　【平成17年（2005）４月】

吉川　武（初代グループリーダー）

平成16年１月のＮＨＫ「難問解決ご近所の底力」でナルクが紹介されて以来、多くの入会があり、湘南地区も会員数が増えました。そこで従来のようにＣグループに所属し、交流会を横浜地区と湘南地区で隔月ごとに開催するなどの不便を解消する目的で、平成16年度の活動方針に湘南地区がＢグループとして独立することが取り上げられました。平成17年１月から移行期間として活動を開始し、平成17年５月定時総会での承認を経て正式に発足しました。移行開始時点（平成17年１月）のＢグループは61人、残留するＣグループは83人でした。

担当地域は藤沢市から小田原市、箱根町までを含み広過ぎるため、まず活動拠点を藤沢市、茅ヶ崎市、平塚市の３地区に絞りました。最初の課題として、グループ交流会の会場を見つけることでした。担当地域が広いため、藤沢市（明治公民館）と、平塚市で毎月交互に開催しましたが、平塚市では会場が固定できず会員の皆さんに心配をかけることになりました。

また湘南地区での提供活動場所が少なく、施設への見学・訪問を何回となく行い会員と施設の職員さんとの絆を高めていきながら、活動施設を開拓していきました。

その後、平成19年にはナルク本部「組織拡大５か年計画」の中で、Ｃグループが「平成21年度中にナルク湘南として、横浜拠点から分離・独立すること」が求められました。横浜拠点内で検討を重ねた結果、湘南地区を分離・独立させるのではなく、大きな拠点の中で支え合いながら、各地域に密着した活動をさらに活発化させることにし、平成19年６月、現行の４ブロック制に改めました。

平塚市民活動センターまつりに参加（H18年９月）

ナルク神奈川福祉サービス第三者評価事業部「NKF」の設立の経緯と活動状況　【平成17年（2005）６月】

NKF　宮田　良一　（中央ブロック）

平成16年７月、厚生労働省が「福祉事業者のサービスの質の向上を目的に、福祉サービス第三者評価機関を設置する」との方針を打出した。神奈川県では、「かながわ福祉サービス第三者評価推進機構」を設置して、同年９月調査員養成のため、「第１回評価調査員募集試験」を実施し、ナルクからは、当時東横浜拠点の太田代表が４拠点に声をかけて３名が合格した。

1. 評価機関NKFの設立

翌17年３月、ナルク本部の支援を得て県知事に「設立申請書」を提出し、６月22日に評価機関設立の認可を得、その後、横浜市と川崎市の認証を得て、現在、県内全域で高齢、障害、保育、保護の分野、及び社会的養護施設の評価活動を展開している。更に、同年11月には、グループホームなど「地域密着型サービス」に関する外部評価、

第三者評価保育の研修

及び、地区センターなど横浜市「指定管理施設」の評価資格も取得して活動の幅を拡大している。

2. 評価機関 NKF の事務所と構成人員

評価機関 NKF の事務所は、当初太田代表宅に設置したが、平成 20 年 5 月に西区南浅間町に事務所を移設し、26 年 8 月には、会議専用室を追加借用した。構成人員の概要は次のとおりである。

1) 運営委員：太田代表、佐藤副代表以下 10 名
2) 第三者評価調査員：78 名、外部評価調査員：43 名
3) ナルク横浜の参加会員：NKF にも所属している「ナルク横浜」の会員は、27 年 3 月末現在運営委員 5 名、事務員 1 名を含む 7 名である。

3. 平成 26 年度現在の評価実績

平成 26 年度の評価実績は、主なもので保育園 68 園、社会的養護 3 施設、グループホーム等 103 事業所などであり、保育分野の第三者評価では、県内評価機関のトップを占めるに至っている。

ナルク神奈川 4 拠点 10 周年を祝う 【平成 17 年（2005）9 月】

会報「赤いくつ」特集号より

9 月 17 日の午後、横浜の健康福祉センターに、来賓をはじめナルク神奈川 4 拠点の会員 200 人が集まり、設立 10 周年の集いが盛大に開催されました。

谷口代表の挨拶、高畑会長の基調講演に続き、第二部では各拠点から趣向を凝らした催し物が披露されました。

高畑会長の基調講演

4 拠点からの 200 人を受付

森中志水さんのおめでたい琵琶演奏

懇親会での谷口代表挨拶

金スマ放映と私のナルク入会　【平成19年（2007）4月】

本間　信夫（西ブロック）

急速に超高齢化社会を迎える現在で、平成19年4月13日に放映されたある番組に釘着けになりました。ＴＢＳテレビ「中居正広の金曜日のスマたちへ（金スマ）」です。現役のうちに何か社会貢献をと考えていたタイミングでした。字幕に「ボランティアした時間で、将来両親や自分、配偶者の介護サービスが受けられる」ことやナルク会員の生きいきした活動状況を見て感銘を受け、夫婦で入会を決めました。

ヘアーサロンを営んでいるので、時間的に少し不安は有りましたが「出来るときに、出来ることを、出来る方法で」との説明に安心し、優しいコーディネーターさんにお世話様になり、定休日を利用しての活動が始まりました。最初に担当させていただいたＴさんは電車を利用した車イスでの送迎です。ボーイフレンドの入居している施設まで安全に、そして数時間の楽しいデートのお手伝いです。車イスでの道路の傾き、坂道、スピード、電車の乗り降りなど体験から学ぶ事が多くありました。Mさんとは仕事を生かした調髪とお話し相手です。調髪をしながら東北の田舎の想い出話をしたり、第二の故郷小田原への散策では、有名な駅前の想い出のアンパンに嬉しそうなMさんの笑顔が忘れられません。

このような触れ合いを通して「させて頂く」有難さを感じています。また会員同士の親睦も大切な部分です。休みが合えば参加させて頂き、輪を広めて行きたいと思います。これからは会員同士の助け合いも重要なことです。出来る限り協力し何事も関心、感動、感謝で過ごしたいです。

ナルク横浜「ホームページ」刷新の経緯　【平成19年（2007）10月】

沼沢　新太郎（北ブロック）

私は現在、ナルク横浜のホームページ「赤いくつ」を担当しています。私がホームページに関わったのは　平成19（2007）年で、まだナルクに入会する前でした。会社時代からの友人の野津健二さんから「ナルク横浜のホームページを担当しているのだが、どうもうまくいかない」と相談されたことに始まります。

私は当時、2、3の団体のホームページを担当していましたので、野津さんの作りかけのファイルをまとめたCDを預かりこれを修正して最初のホームページを作りました。その時の写真の幾つかは現在も「活動事例」のページに残っています。以来7年間、作ったファイル、ホルダー数は3200を超えています、また、閲覧者数も今年で5万件を超えました。

このページの役割は、会員に対し常に新しい情報をタイムリーに伝えることと、広く一般にナルクの存在を理解してもらうことにあり、記事の更新頻度は全ナルク拠点の中でもトップクラスではないかと考えます。ホームページを見たことが入会の契機になるよう今後とも努力していきます。

ナルク美容講習会の開催　【平成 20 年（2008）2 月】

清水　昌子（中央ブロック）

ナルク横浜では生涯学習セミナーの一環として、平成 20 年 2 月、パピリオ化粧品の方を講師に招いて桜木町駅近くの婦人会館で美容講習会を開催しました。寒さの中、54 人という大勢の女性参加者を得て講義と実習を受けました。

1 日目のプログラムは女性の願望である「いかに自分を若く美しく見せるか !」のメイクのポイントを、皆さん真剣に傾聴しました。実習ではめいめい自分の顔を念入りに化粧し、講習の成果に感心しました。2 日目は二人一組で、お互いの顔に化粧をするのですが、「いかに若々しく元気にみせるか」難しいものでした。最後に受講したハンドマッサージは、今後のボランティアにも生かせると確信しました。5 月にはインストラクター終了テストがあり、ナルク横浜から 20 人が参加し、全員めでたく修了証をいただきました。

ハンドマッサージはその後、女性会員から男性会員へも方法を指導しました。平成 25 年 9 月、東日本大震災の被災地仙台の仮設住宅でナルク宮城が開いている「パラソル喫茶」に男性会員 3 人が応援参加したときには、マッサージをして多くの方に喜ばれました。また現在でも北ブロックの老人福祉施設で、この技術を生かしたボランティア活動を続けています。

パピリオ化粧品の講師と多くの女性会員

奈良地域包括支援センター紹介の提供活動開始

【平成 20 年（2008）3 月】

福江　孝夫（北ブロック）

平成 18 年施行の改正介護保険法により、地域包括支援センター（以下、地域包括）が地域福祉の総合窓口として各区市町村に設置され、ナルク本部からは「積極的に接触するように」との指示が出ていました。

平成 19 年 11 月、私は妻と自宅近くの横浜市青葉区奈良地域包括を訪問しました。彼女はそこを受託運営している社会福祉法人の障害者福祉施設で 5 年ほどボランティアを続けていて、法人と馴染みだったことが幸いしました。

面会した席上では“この地域には、送迎、家事、庭の手入れなどで支援をお願いしたいひとが、すぐに数人思い浮かぶ。ぜひナルクにそれらの受皿になってほしい”とのことでした。

直後から問合せが入りました。利用者の事情、ナルクの態勢などが折合わなく、結局、最初の活動は平成 20 年 3 月、麻酔治療を受ける 80 歳代

入所前の鯨岡さんと施設見学（平成 26 年 12 月）

半ばの女性、鯨岡容さんの、通院付添いでした。鯨岡さんへは外出付添いや、家事支援を継続し、特別養護老人ホームへ入所されている現在でも支援を続けています。

私は先ず、地域包括から利用希望の方へ、ナルクの考え方、仕組み（年会費、時間預託、運営寄付金など）を話していただいています。

それらを了解された方へは、地域包括と同行訪問し、詳しく事情をお聞きし、入会手続き、利用申込書をいただきます。

地域包括メンバーは当初からすっかり交代されていますが、ナルクとの連携は続いていて、これまで地域包括関連で 17 世帯、21 人の方々が入会されています。

82 名が参加した谷中七福神めぐり　【平成 21 年（2009）1 月】

仲摩　邦夫（湘南ブロック）

境内を埋める 82 人。左端が仲摩さん。

42 年間働いた私は退職後、今日までいろいろなナルク活動に参加させていただきました。その一つとして「歩こう会」を結成、健康増進と脳の活性化のため歴史講座と歴史探訪を担当。平成 17 年 1 月、隅田川めぐりを皮切りに東京都内に古くから残る七福神めぐりを企画、27 年までに麻布、品川、谷中、山手、浅草、日本橋、新宿、柴又、亀戸を案内しました。

その中でも平成 21 年 1 月 6 日に実施した「谷中七福神めぐり」は 82 名の方が参加。この人数はその後も破られていない記録です。集合場所、上野公園西郷隆盛銅像前はナルク横浜の旗を中心に多くの方々であふれかえり大にぎわいでした。

谷中とは江戸時代の谷中村、上野と駒込との間の谷間だったことが地名の由来と言われます。その特徴は明暦の大火（通称振袖火事）により神田、日本橋などで焼失した多くの寺が江戸時代中期にかけて当地に移転東京で最大の寺町が出来たことです。

谷中七福神めぐりは、不忍池弁天堂を出発点とし、JR 上野駅から鶯谷駅にかけての 118 万 8000 ㎡もの広大な旧寛永寺境内とその周辺に点在する寺社巡りです。途中の谷中霊園には徳川慶喜、森繁久弥、長谷川一夫、川上音二郎、鳩山一郎などの著名人が多く葬られその一部も案内しました。

下町風情が色濃く残る狭い路地を大勢のナルク会員がゾロゾロと歩きましたが、参加された方々には江戸から東京への移り変わりを実感していただけたと思います。

ナルク 15 周年記念、中山道ウオークを顧みて

【平成 21 年（2009）4 月】

北原　健一（西ブロック）

中山道「エコ・ふれあいウオーク」について何かを書いてとの依頼があり、何を書こうかと思案した時、まず、自分は退職して 15 年間に何をしたかを考えました。退職後 1 年程は休養し、その間に高齢になっても趣味以外で長く出来るものを見つけようと思っていました。

以前朝日新聞に、ナルクのことが載っていたのを思い出し、夫婦で平成 14 年 1 月に入会、今年で在籍期間 13 年余りになりました。その間の思い出の行事は次の三つがあげられます。

(1) 平成 16 年のナルク 10 周年記念行事の「ゴミを拾って東海道五十七次・ナルクウオーク」への参加

(2) 平成 19 年のＴＢＳテレビ「中居正広と金スマたち」での老々介護紹介で、ナルク横浜の遠距離介護の事例が放映されたこと

(3) 平成 21 年のナルク 15 周年行事の「中山道六十九次・エコ・ふれあいウオーク」への参加

10 周年記念の東海道五十七次ナルクウオークは大阪のお初天神から東京の日本橋駅まで 600km 余りを 30 日間で歩く自信はありませんでした。それでもナルクに入会して間もなくで、沿線各拠点の活動状況、各拠点の皆様、本部の方々にもお会いでき、ナルクを知る一石三鳥の機会と思い、参加しました。結果は期待にたがわず多くの皆様と知り合いになりました。

15 周年の中山道六十九次は東海道五十七次以上に現在もなお当時の面影を多く残した宿場、遺跡があると聞いていましたので夫婦で参加をさせて頂きました。出発式典時の天候は 10 周年とまったく同じで激しい雨でした。にもかかわらず、旧三越日本橋本店屋上には大勢の会員が参加され賑やかな式典になりました。

昼食後、大雨の中、扇千景元参議院議長、高畑敬一会長を先頭に 20 人の完歩隊を含め大勢の会員が完歩成功祈願のため、「神田明神」まで歩きました。翌日からは前回同様好天（両ウオークとも 30 日で雨天は 5 日のみ）に恵まれた楽しい旅となりました。

東海道と異なる一番目は沿線に多くの拠点が生まれ、各拠点が活発な活動をされているため、ウオーク隊は会員と地域の方から盛大な歓迎を受け、大変有効な交流が持たれたこと、二番目は沿道に前回の様にゴミを拾うにも山間の小道、山中の石畳といえどもチリひとつ捨てられていないこと、三番目は高齢化が話題にされ始めたこともあって沿道の一般の方々も介護に関心を持つようになっていたことでした。昨年の 20 周年行事にも記念ウオークが行われるものと期待していましたが、これはかないませんでした。

ナルクがこれから発展するためには拠点内の会員のみでなく、各拠点間での連携を一層盛んにする必要があると考えます。これには日常的に各拠点の会員間交流を密にすることです。これを助ける行事で最も良い方法は多くの拠点、会員が参加でき、且つ一般の方々とも交流ができる、過去 2 回行ったようなウオークだと考えます。次回の 25 周年記念行事にはウオークが復活されることを期待いたします。

東海道ウオーク、箱根の関所で

中山道ウオーク、荒天の出発式で

平塚七夕作り奮戦記　【平成22年（2010）7月】

後澤　忠夫（湘南ブロック）

平成22年、第60回「湘南ひらつか七夕まつり市民飾りコンクール」に、ナルク横浜として参加出展することを決め、湘南ブロックが中心になって5月頃から準備に入った。

6月に、行灯と纏の台紙、吹き流しの素材、短冊数十枚が支給され、会員からポイントとなるデザインを提出してもらいペイントを購入し、18枚の図柄と文字、及び500個の花を制作した。

制作に当たっては、各ブロックの会員も平塚の製作会場にまで足を運んでくれた。和紙にデザインの絵を下書きし、配色を考えながらペイント塗りを繰り返す。全てが初めての試みで戸惑いの連続、遅々として完成しない。猛暑の中で気が遠くなるような準備作業が続いた。Tシャツと半ズボンが色とりどりのペイントに染まる。

暑いなかでの準備作業

そして遂に6月29日夜、組立てを終えて吊り上げて通電テストで、手作りの行燈と纏が誇らしげに浮き上がった！「ナ」「ル」「ク」の文字が晴れ晴れしい。完成までに、15人延べ140時間の奉仕時間が注ぎ込まれた。

7月1日朝、10ｍの竹竿に横浜会員の願いをこめた短冊とともに飾りを揚げた。昼夜、我がナルクの飾りが輝き、見物客の視線が気になる。飾りが壊れていないか毎日様子を見に出かけた。そして、最終日の7月4日特別賞受賞の吉報！会員の皆さんのひた向きな努力と執念が報われた。苦労した手作りの味が評価されたのか、埼玉県蕨市が、我々の七夕飾りを引き取ってくれることになった。嬉しい限りである。

ナルクの飾り完成

那須塩原温泉一泊旅行の思い出　【平成23年（2011）5月】

西野　斉（北ブロック）

東日本大震災後、自粛ムードが蔓延しているなかでナルク横浜は現地を奮い立たせる思いで、会員23名で平成23年5月10日、11日に那須塩原温泉への一泊旅行を挙行。

「ホテルおおるり」の迎えのバスで横浜から那須塩原へ直行。

ホテルに到着した後、さわやかな新緑のなか散策を楽しみ参加者は、ホテルで温泉につかり、夕食では全員による歓談。そしてカラオケ、おおいなる飲み会など楽しいひと時を過ごしました。2日目はあいにくの雨でしたが、ホテル近くの演芸

ハナミズキが満開の大震災直後の塩原温泉

場「湯けむり会館」で人情時代劇の観劇を楽しみました。

楽しい時間があっという間に過ぎ、参加者は土産を手に横浜へ、バスの中では楽しさの余韻の中うつらうつらする人が見受けられました。

いまから思えば、その時の温泉街は、やはり大震災の影響で人影もまばらでした。しかしホテルの従業員の歓待・良質の温泉そして何より栃木県から各人 1,000 円もの助成金（歓迎金）があり、参加者一同は、低価格で旅行ができて大満足でした。私たちも横浜で大震災を体験し、その恐ろしさを目の当たりにし、4 年半以上も経過した現在、現地の人々の歓待と親切に感謝しつつ、改めて被災者の今後のご幸運とご健勝をお祈りしたい。

ほっとサロン、オープン　【平成 24 年（2012）4 月】

市毛　弘子（西ブロック）

～きっかけ～

「ナルクの一番の魅力は会員相互の助け合いね。でもいざお願いするときには困るのよね。誰にお願いするか、どうしたら良いか？こんなとき日頃の交流があればあの人に相談して頼もうと思わない？」。

こんな声を耳にしたのがきっかけになり、平成 23 年 7 月の運営委員会で、ナルク横浜事務所を活用した「サロンづくり」を提案、「ほっとサロン」と名前も決まりサロン委員会（7人のなかま達）が発足いたしました。平成 24 年 4 月 5 日のオープンには 40 人もの会員が参加し、記念日にふさわしい賑わいでした。

～経過～

サロン委員会の運営と役割について。

「会員相互の助け合いにまでつなげよう！」をテーマに掲げ①会員の親睦、学びあう企画を提案し運営する。②全会員に最新の情報を届ける月 1 回のサロンニュース発行、ホームページの活用。③同好会（15 グループ）活発化へのフォローなど。

「ほっとサロン」は 1 年で大きく発展し、交流の“場”には年間延べ 150 人の会員が訪れました。サロン企画として、「傾聴講座」「フェイスブックを学ぼう!」「サロンでパッチワーク」「写真鑑賞展」など。また、ほっとサロンを飛び出して各ブロック交流会会場などでの出前企画として、「成年後見制度とナルクの取組み」「遺言と相続について」の講座、「薔薇鑑賞と写真撮影会」「春の集い“音楽で歓びを!”」など。また第 19 回定時総会では、東北復興支援“パラソル喫茶”を開き、その収入全額をナルク宮城・パラソル喫茶運営資金に寄付いたしました。とくにサロン委員会発足 3 年目を迎えた平成 26 年 3 月の「春の集い“音楽で歓びを!”」では、会員外の参加もあり（合計 76 人）新入会員獲得にも寄与しました。

“種”を撒き、“花”を咲かせたくさんの“実”をつける。この繰り返しが“会員同士の絆”を深めることになるのではないでしょうか？ **“継続は力なり!”**

オープニングセレモニー

第 1 回「春のつどい」出演の皆さん

泉区カレッジバイキングに初参加　【平成24年（2012）6月】

西崎　史郎（西ブロック）

ナルク横浜は平成24年から泉区役所を会場とするカレッジバイキングに参加しています。このカレッジバイキングは泉区の人材バンクに登録している約20のボランティア団体が区民にアピールする場として、発表部門、体験部門、展示部門の3部門があり、ナルク横浜は展示部門のみ参加してきました。

「何か始めたい」「サークル・ボランティア活動に興味がある」「どんな活動をしているのか知りたい」などを思っている泉区民が好きなものを好きなだけ見学・体験できるもので、毎年6月の平日、5日間開催されます。

市役所1階ホールで行われる展示部門では、いろいろな目的で区役所に訪れた人が誰でも立ち寄れるようになっています。長机とボードが1個ずつだけの狭いところですが、出来るだけ人目を引くように会員が丹誠込めて作った作品で飾り付けています。落着いた雰囲気の中で、泉区のナルク会員が丁寧に対応するので、話しが弾み、入会まで辿り着くことができます。

過去3回のカレッジバイキング参加の効果として会員増があります。西ブロック内で泉区以外の区は、最近3年間で会員数の増加が0～3名に対して泉区は22名と突出しています。

今後はさらに工夫して、展示部門と発表部門に同時参加し、さらに大きな効果を得たいと考えています。

ナルク横浜の飾り付け

来場者への説明

ナルク設立20周年記念行事に参加して　【平成26年（2014）5月】

穂山　孝（湘南ブロック）

平成26年5月26日、仙台市内の電力ホールでの記念行事に、全国より1300人、横浜拠点より54人が出席した。

午前9時30分より定時総会、続いて全国代表者会議が開催された。11時45分よりのシンポジュームでは、基調講演（堀田力氏）、パネルディスカッション（コーディネーター：高畑会長、コメンテーター：堀田力氏、パネリスト：それぞれの分野を代表する4人の方々）と進んだ。午後3時15分よりの交流会（仮設住民とナルクとの交流）では民謡、コーラス、踊り、朗読等があった。とくに朗読の部では大震災で被災した小学生、

中学生の作文は涙なしでは聞くことができなかった。

プログラムのスケジュールが予定通り進行し、午後 6 時よりの 20 周年記念パーティ（希望者参加）により、記念行事は無事終了した。

ナルク横浜ではこの記念行事に参加するための準備を平成 25 年 6 月、第 19 回定時総会で「来年は仙台へ行こう !」の呼びかけから始めた。

同年 7 月には吉川代表、福江事務局長を中心として 7 人のメンバーで、仙台プロジェクトを立ち上げた。日程は記念大会の日を中心に前後を東日本大震災の被災地訪問と決めて、5 月 25 日横浜出発、27 日帰着としたスケジュールを組んだ。

第 1 日目、5 月 25 日午前 7 時 30 分横浜駅西口を出発し、午後、被災地宮城県南部の山元町着、地元ボランティアの案内で、被災地域を視察して、当時の説明に耳を傾け、あの 3 月 11 日に思いをめぐらせた。続いて山元町臨時災害 FM 放送局「りんごラジオ」を訪問して、会員が持寄った CD450 枚を渡し、また、会員手作りのキルトベッドカバーを寄贈した。その後、宿泊地、岩沼市内のモンタナリゾート岩沼で一泊、翌日の記念行事に向けての心の準備をした。

記念行事の翌日、27 日の午前中は石巻市の被災地を、これも現地ボランティアの案内で視察した。復興半ばとはいえ、街は確実に新しくなっているように感じられた。この日最後の予定地である松島の瑞巌寺に立ち寄り、津波の押し寄せた境界を肌で感じ、復興祈願をして、帰路に就いた。

このプロジェクト遂行にあたっては、現地を事前に下見に行ったり、電話で様子を確認したりして、何度も計画の見直しをして、地道に努力した仙台プロジェクトメンバー、側面より支えていた会員、多くの関係者が助け合いながら楽しく終えることができた。ナルクの本質はここにあり！と心から感じた 1 年であった。感謝。

会場全景（仙台市電力ホール）

記念パーティの締めは高畑会長の相撲甚句

りんごラジオで高橋局長と

慰霊のお地蔵さん（石巻市）

ナルク横浜設立 20 周年を祝う　【平成 27 年 6 月】

会報「赤いくつ」67 号より

設立 20 周年記念行事は第 21 回定時総会との併催で、6 月 13 日（土）午前 10 時から旭区民文化センター「サンハート」に、本部川口副会長、西村事務局長、高槻・島本拠点田中代表、栃木拠点走出代表をはじめ 18 人の来賓を迎え、総数 128 人が参加して実施された。

定時総会終了後、記念行事に移った。第一部は「個人向け支援の拡充に向けて～利用者の発掘、提供者の確保～」をテーマとした記念シンポジュウムであった。

第二部は、横浜拠点、南横浜拠点、川崎拠点からの演芸を楽しみ、その後一階下の中華レストランでの第三部の懇親会に移動した。料理とお酒で歓談し、宴も中ごろ、設立当初からの先輩諸氏（仲摩邦夫氏、荒井準幸氏、高木恒子氏、小野里康興氏）にスピーチを頂いた。

吉川代表の挨拶

シンポジウム

琵琶演奏（森中志水さん）

シャンソン（川崎拠点・田中和夫さん夫妻）

マジック（南横浜拠点）

コーラス（ららの会）

ブロック活動

1. 北ブロック活動状況

【会員の構成】

◆会員数

平成 27 年 3 月末時点で 175 人（男性 74 人、女性 101 人）、世帯数 115

◆地域

青葉区、緑区、都筑区、港北区、相模原市、座間市、町田市他

◆活動会員数

月平均 35 ～ 40 人、男女比 1：3

【交流会】

◆毎月第 2 木曜日の午後、JR 横浜線 / 東急田園都市線・長津田駅から徒歩 5 分の「長津田ケアプラザ」開催を原則としている。毎月 15 ～ 18 人参加。

◆毎月、日々の生活や健康に役立つことの学習、地域の民話を語りや紙芝居で楽しむ。あるいは、高齢者福祉施設見学など、バラエティに富むものを企画している。

◆ 1 月と 8 月は会場を変えて新年会と暑気払いを実施し、毎回 30 余名が参加している。

【時間預託活動】

◆時間預託点数

月平均 150 ～ 160 点（時間）

◆活動内容

福祉施設支援 4、個人支援 10 人程度。他に事務所当番、同好会指導

◆個人支援

内容は、通院送迎・付き添い、家事、庭の手入れなど。

【奉仕活動】

◆横浜市各区が主催する区民祭りに参加して、ナルク PR とこどもを対象としたクラフト（折り紙、木工）教室を開く。毎年大人気です。手作り品販売も実施。

◆緑区霧が丘の「多世代交流サロン・あかしあ」の運営に、地元社協の皆さんと協力して参加し、サロンの当番、花壇の手入れなどを行っている。

【同好会】

パッチワーク「ちくちく会」は、平成 26 年 3 月 10 周年記念作品展を開催した。

カラオケ同好会、健康麻雀同好会も長期に継続している。

交流会絵手紙づくり（H25.10）

青葉区民祭り折り紙教室（H26.11）

2. 湘南ブロック活動状況

【会員の構成】

平成 27 年 3 月末時点で 37 世帯 59 人の会員で構成され、男性 31 人（平均年齢 72.5 歳)・女性 28 人(平均年齢 63.7 歳)となっています。平塚市在住者 23 人・藤沢市 20 人・茅ヶ崎市 13 人・その他 3 人と広域の方々の参加で諸活動が展開されています。

【活動内容】

◆月例交流会を大切にしています

ナルクの活動は「生涯現役」を合言葉に「ボランティアを通じ人生に生き甲斐と健康」を具現化することにあります。特に会員同士の助け合いは活動の原点です。

いざというとき気軽に協力要請できるように、日頃会員同士が絆を深め、信頼関係を醸成しておくことが大切です

毎月第二日曜日を交流会の日とし、平塚市民活動センターを主たる拠点として活動しています。本部や横浜拠点の情報を伝達すると共に会員相互の情報交換を行うほか、講師を招いて学ぶ場ももたれています。

◆遊びを楽しんでいます

春秋には平塚パークゴルフ場で「ナルク湘南パークゴルフ大会」を、そしてカラオケも開催し、会員をはじめ会員の友人もお誘いして､ナルクの雰囲気を味わって頂いています。

◆地域活動に積極的に関わっています

行政が開催する 2 月開催の「市民活動見本市」や 9 月開催の「市民活動センターまつり」に参加出展するほか、「ひらつか七夕まつり」にも多くの会員が多くの時間を要して製作した七夕飾りを出展して多くの観光客に応えています

◆会員の独自活動をサポートしています

会員の中には多種多様な趣味特技をお持ちの方が多く居られ、発表会や展示会を主催されています。ナルク湘南では、会員が開催する書道展や邦楽演奏会に参加し会員をサポートしています。

緑の中で楽しんでいます

ナルク竹飾りをつくっています

平塚ボランティア博覧会でナルクを紹介

お花見で飛行機投げ

3. 西ブロック活動状況

西ブロックの会員数は、平成 27 年 3 月末時点で 174 人、世帯数 116 世帯で、男女の比率では 4：6 の割合で女性が多数を占めています。預託時間活動、奉仕活動、同好会活動も女性会員の参加が多いのが特徴です。また、預託時間活動へは約 30% の会員が参加しています。

会員を増やす取り組みと会員同士の助け合い活動を増やすことが、これからの課題になっており、今その取組を始めつつあります。

以下、西ブロックの活動状況です。

【時間預託活動】

毎月、施設支援（9 か所）、個人支援（5 ～ 6 件）に約 50 名の会員が参加し、1 か月の預託時間は 300 時間を超える活動になっています。

施設支援では、老健「やよい台　仁」へのボランティアが特筆した活動になっています。

1 か月の活動時間は約 160 時間で、30 名～30 数名の会員が活動に参加しています。

【奉仕活動】

毎月の活動では泉区図書館の書架整理、泉中央地域プラザの書道教室、ブロック交流会などが主な活動です。

各自治体が毎年主催する「泉区民カレッジバイキング」「きらっとあさひ福祉大会」「大和市カッコフェスタ」に参加し、手作り品の販売、ナルクの PR および新規会員の獲得などの活動を行っています。中でも「泉区民カレッジバイキング」では平成 24 年度から参加し、この間、多数の入会者がありました。

交流会は、生活に役立つテーマの研修や、屋外での交流会、料理教室などを実施し、会員同士の交流を図っています。

「やよい台　仁」でのお茶出し

介護施設についての研修会

世界遺産見物・日帰りバス旅行

4. 中央ブロック活動状況

【会員の構成】

◆会員数
平成 27 年 3 月末時点で 72 人（男性 32 人、女性 40 人）
世帯数：46

◆居住地域
旭区、磯子区、港南区、栄区、都筑区、戸塚区、中区、西区　保土ヶ谷区　南区　川崎市幸区

◆活動会員数
月平均 14 ～ 17 名　男女比　1：3

【月例交流会の運営状況】

◆毎月第 2 日曜日午前 10 時～ 12 時の間で実施、参加者数 10 名～ 15 名
会場：奇数月　旭区市民活動支援センター「みなくる」
偶数月　西区かながわ県民センター

◆運営委員会の結果を報告し討議の後、勉強会として施設へ出前紙芝居準備に日本語の滑舌練習を行い、また有識会員による生活に役立つ「保険」などの説明会を実施している他、出席会員間での情報交換・交流が積極的に図られている。

◆春は保土ヶ谷地区センターの調理室で、恒例となった料理教室を開催し、参加者の手作りの料理で食事付き交流会を、また盛夏には料理店に出向いて暑気払いを兼ねた交流会を行っている。他には、福祉介護施設などの見学会を随時行うようにしている。

【時間預託活動】

◆預託時間：月平均 80 ～ 90 時間

◆活動内容：福祉施設の支援 7 名、会員間の支援 5 名（庭木の手入れ除草、家事支援など）事務所当番 3 ～ 4 名、その他、同好会世話・指導

【奉仕活動】

数年来、横浜駅西口で他ブロックの会員と「赤い羽根募金活動」に参加している。

【同好会活動】

中央ブロック主催の「俳句愛好会」を立ち上げ、毎月 1 回ほっとサロンで他ブロック会員を交えて活動しており、発足してから 4 年目を迎えている。

地区センターでの料理教室

ボランティア保険の講習会

部会活動

研修部会

ナルクの理念・現状・事務処理等について新入会員に対する研修を毎月末に実施しています

サロン委員会

サロン委員会はほっとサロンの有効活用のための日程調整や同好会、交流会などの情報発信をしています

健康増進部会

歩こう会を結成し、メンバーの健康と親睦を深めるため、毎月、野山での自然観察や話題の名所を訪ね絆を深めています

広報部会

広報部会は、３か月ごとの「赤いくつ」と、随時更新するホームページで、会の方針と活動状況を発信しています

PC 入力部会

毎月初め会員個人ごとのボランティア活動に係わるデータを入力し、各会員に周知する資料を作成します

同好会活動

「ひなの会」鶴ヶ峰教室

毎回1個か2個の小物を作り、約60個を3年かけて吊るし雛を完成させます

「スマイル」英会話同好会

毎月一回、継続は力なりを信じて「楽しく」をモットーに学んでいます

囲碁同好会

初心者も経験者も関係なく楽しめるのが同好会。頭を使って老化防止！

「西」健康麻雀同好会

女性優先楽しい麻雀。手を動かし、頭を使ってボケ防止に最高！

ナルほど絵（かい）

知恵を出し合いながら、眠っている布や物を再度活かす作品づくりに挑戦しています

「中」俳句愛好会

毎月、「ほっとサロン」で句会を開催し、作品はホームページと「赤いくつ」に掲載しています

わくわくキルト

ワクワクしながら作っています
仕上がりは各自それぞれ個性的です

「北」健康麻雀同好会

「飲まない」「吸わない」「賭けない」を守っている仲間　発足７年目

パッチワーク「ちくちく会」

平成 16 年２月に発足、メンバー７、８人
好きなものを作っています

「北」カラオケ同好会

歌って肺機能強化と認知症予防、そして健康で長生きを！

「西」カラオケ同好会

毎月１回、参加者が心を込めて歌い和気あいあい心身の健康維持！

ららの会

月１回コーラスを楽しんでいます
皆さん！入会して歌う事を楽しみませんか

NALC 横浜 20 年の歩み（年表）

年次（西暦）	行事・記事
平成 6 年度 (1994)	4 月　ワック・アクティブクラブ（WAC・AC）設立
平成 7 年度 (1995)	7 月　WAC・AC 横浜支部設立準備委員会開催 9 月　WAC・AC 横浜支部設立総会開催 11 月　横浜支部の事務所を開所（JR 横浜線鴨居駅前） 12 月　第 1 回定例交流会開催 1 月　配食配送ボランティアを開始
平成 8 年度 (1996)	4 月　第 1 回コーディネータ研修会、および介護教室実施 5 月　市民懇話会設立総会に参加 8 月　「赤いくつ」第 1 号を発行 9 月　横浜支部事務所移転（株式会社ティー・エス・ジー内） 11 月　川崎支部、設立総会開催 11 月　NHK「首都圏 630 くらし探検」でＷＡＣアクティブ・クラブ活動放映 12 月　第 4 回地域責任者会議にて活動記録などの新様式決まる 2 月　NHK クローズアップ現代「介護保険・老後の安心は確保できるか」で WAC・AC ボランティア活動の紹介あり 3 月　市民活動フェアに初参加
平成 9 年度 (1997)	4 月　障害者移送ボランティア活動を開始 4 月　日本財団より助成金交付される 6 月　全労災より助成金交付される 6 月　会員管理・時間預託管理用システム「ACE32」を導入 8 月　家事援助のボランティア活動を開始 10 月　川崎支部との合同による介護教室開催　（講師：森田晶子先生） 11 月　庭木手入れのボランティア活動を開始
平成 10 年度 (1998)	4 月　年会費の郵便自動振り込み開始 5 月　本部総会が開催され横浜支部から支部長はじめ 4 人が代議員として参加。WAC より分離･独立し、NALC 新発足総会となる。拠点も「NALC 横浜支部」に改称。 7 月　横浜支部総会開催 8 月　日本経済新聞に「時間預託ボランティア」の紹介記事掲載 2 月　「県のたより」に NALC 横浜の活動が紹介される

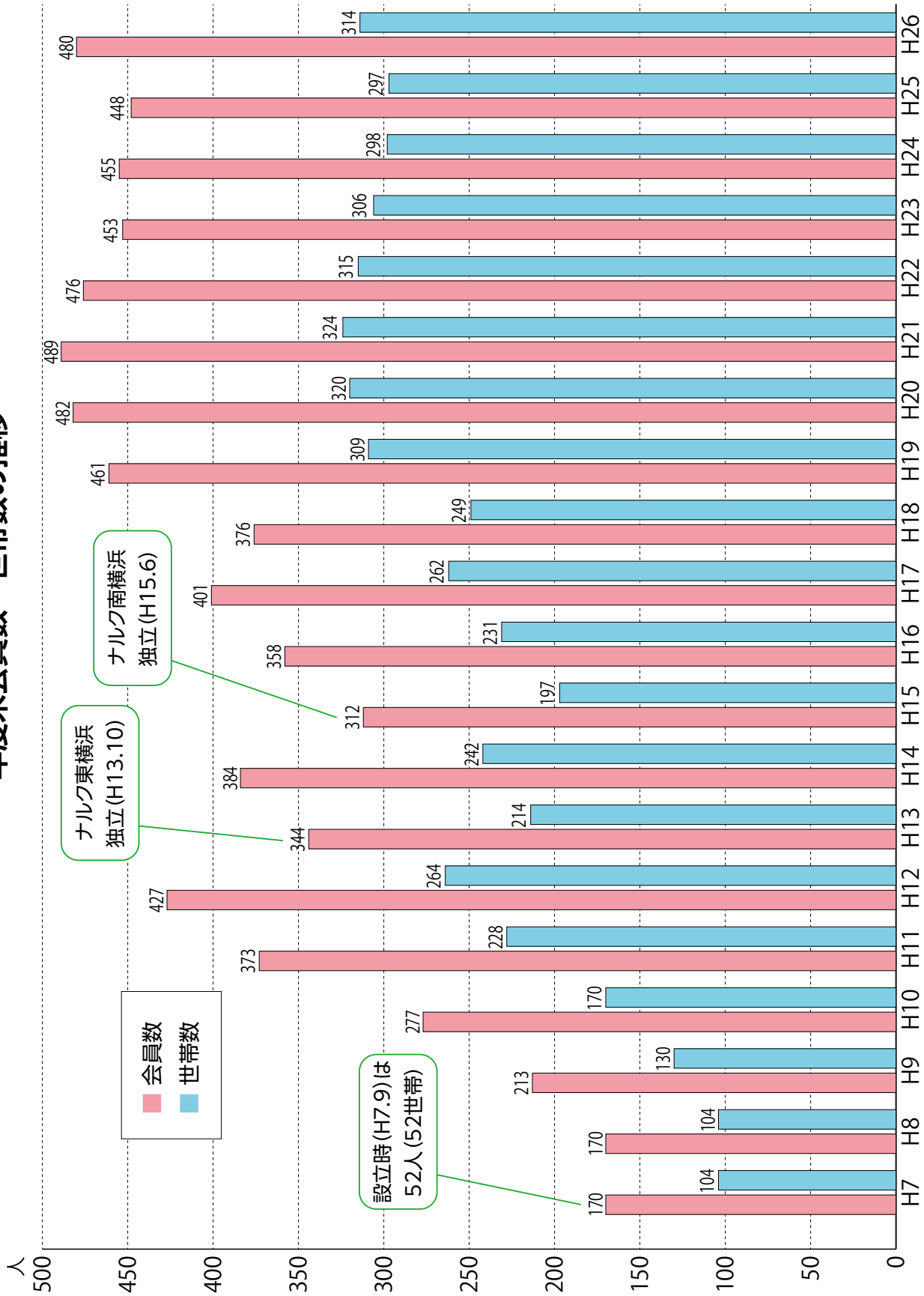
年次（西暦）	行事・記事
平成 11 年度 （1999）	5 月　組織内研究会として「バリヤフリー研究会」を発足 6 月　特定非営利活動法人（NPO 法人）の認証取得 11 月　事務所を介護老人保健施設「ウエルケア新吉田」内に移転 12 月　介護老人保健施設「ウエルケア新吉田」内でボランティア活動を開始 3 月　神奈川県老人連合会の「高齢者疑似体験コーナー」を支援
平成 12 年度 （2000）	4 月　コンピュータによる拠点情報管理システム「ＡＣＥ 32」が有効稼働状態に入り正確な預託時間データが活用されるようになる 4 月　鶴見川クリーンキャンペーンを実施 9 月　5 年後の NALC 横浜を見据えて 3 つの委員会「中期ビジョン委員会、財務委員会、研修委員会」が発足。 9 月　新入会員・コーディネータ、および介護の各研修会を開催 9 月　「ミモザケアセンター湘南台」のボランティア活動を開始
平成 13 年度 （2001）	4 月　ナルク専用ボランティア保険がスタート 6 月　「NHK クローズアップ現代」で NALC 活動が放映される 6 月　共同募金より配分金交付される 10 月　「もえぎケアセンター戸塚」ボランティア活動を開始 10 月　NALC 東横浜が分離独立、設立総会開催 12 月　NALC 横浜事務所を「もえぎケアセンター戸塚」内に移転 介護老人保健施設「弥生台仁」のボランティア活動を開始
平成 14 年度 （2002）	5 月　事務所を相模原市東林間に移転 7 月　県の委託訓練事業「福祉系 NPO 起業・ヘルパー養成科」を支援 8 月　NALC 横浜のホームページを開設 9 月　特別養護老人ホーム「桜樹の森」のボランティア活動を開始
平成 15 年度 （2003）	6 月　NALC 横浜第 9 回定時総会で代表交代（高木敏之→谷口幸造） 6 月　NALC 南横浜独立、設立総会開催 7 月　「ミモザ茅ヶ崎（特定施設）」、「グランダ鎌倉山（有料老人ホーム）」のボランティア活動を開始 9 月　拠点の活動案内「NALC 横浜で豊かなシニアライフを」を発行 9 月　県社会福祉協議会主催「福祉サービス第三者評価調査員養成講座」参加 1 月　NALC 横浜交通費等の郵便局自動振り込みを開始

年次（西暦）	行事・記事
平成 16 年度 （2004）	4 月　障害者施設「希望の家」でのボランティア活動を開始 5 月　日比谷公会堂にて開催の「NALC10 周年記念の集い」に参加 7 月　有料老人ホーム「ベストライフ湘南台」、障害者支援施設「どりーむ横浜二番館」でボランティア活動開始 2 月　事務所を横浜市保土ヶ谷区神戸町に移転
平成 17 年度 （2005）	ベストライフ大和（10 月）、ミモザ藤沢いしかわ（2 月）活動開始 4 月　湘南地区が B グループとして NALC 横浜の C グループから独立 4 月　NALC 横浜専任の事務員を採用 6 月　評価機関「ナルク神奈川福祉サービス第三者評価事業部（NKF）」設立の認可を取得 9 月　NALC 神奈川 4 拠点による「10 周年の集い」を開催 12 月　記念誌「NALC 横浜 10 年のあゆみ」刊行 12 月　金子満雄先生講演会「ボケは防げる、治せる」開催、305 人参加 1 月　本部主催第 1 回拠点リーダー養成講座開催（北原事務局長出席）
平成 18 年度 （2006）	ミモザ平塚高浜台（4 月）、ナーシングプラザ港北（6 月）、けいあいの郷今宿（8 月）、ミモザ永田北・ミモザ横浜菅田（9 月）、リエゾン笠間（2 月）活動開始 4 月　NALC ネット会計システムによる業務開始 5 月　横浜市旭区、相鉄線鶴ヶ峰駅近くに拠点事務所を移転 5 月　道路交通法改正への統一国会請願、移送ボランティア継続に影響あり 8 月　関東地区事務局長会議、（谷口代表、北原事務局長出席） 1 月　「あさひ市民活動フォーラム 2007」に参加
平成 19 年度 （2007）	ミモザ茅ヶ崎萩園（4 月）、ミモザ寒川（11 月）活動開始 4 月　TBS テレビ「金スマ」で NALC の活動が紹介される 6 月　NALC 横浜第 13 回定時総会開催、4 グループ制より 4 ブロック制に移行 10 月　NALC 横浜「ホームページ」刷新 10 月　保土ヶ谷区制 80 周年記念大名行列参加 2 月　第 3 回拠点リーダー養成講座開催（後澤忠夫事務局次長出席） 3 月　青葉区・奈良地域包括支援センター（平成 18 年施行の改正介護保険法により設置）紹介で、支援活動開始

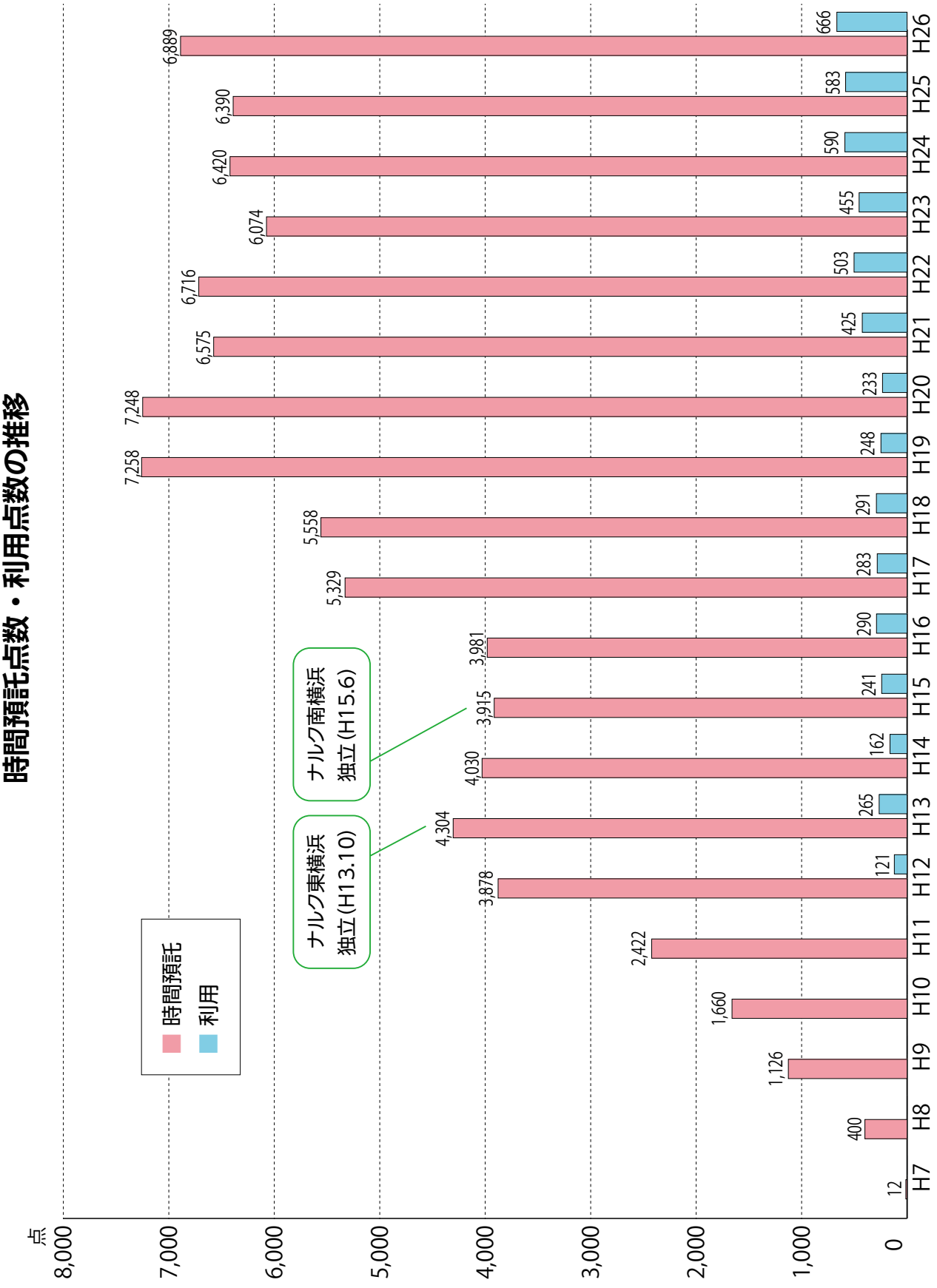
年次（西暦）	行事・記事
平成 20 年度（2008）	アガペセンター（5 月）、ヒルデモアこどもの国（11 月）、もえぎケアセンター平戸（2 月）活動開始 8 月　関東地区事務局長会議に出席（谷口代表、福江事務局次長） 11 月　次世代育成セミナー「子育ては未来創り」を神奈川・東京 5 拠点共催 2 月　第 4 回拠点リーダー養成講座開催（福江孝夫事務局次長出席）
平成 21 年度（2009）	4 月　NALC 設立 15 周年記念「中山道エコふれあいウォーク」開催 8 月　けいあいの郷緑園活動開始 8 月　意向調査委員会発足、調査・まとめ（11 月～ 2 月） 8 月　NALC15 周年記念行事（京都会館）、パネルコンクール 1 位獲得 9 月　NALC 横浜奉仕時間計上基準改訂、平成 21 年 4 月に遡及し入力開始（時間預託繰り入れ適用は 23 年 11 月廃止） 1 月　関東地区拠点代表者会議に参加（谷口代表出席） 2 月　第 5 回拠点リーダー養成講座開催（吉武道子北ブロックリーダー出席）
平成 22 年度（2010）	ミモザ白寿庵真鶴（7 月）、ミモザ平塚徳延（10 月）、ミモザ湘南台新館（10 月）活動開始 7 月　「湘南ひらつか七夕まつり市民飾りコンクール」に初参加、特別賞受賞 7 月　関東地区子育て推進研修会開催（北原事務局長出席） 10 月　2010 年度関東地区コーディネータ研修会開催（3 人参加） 11 月　第 6 回拠点リーダー養成講座開催（宮田事務局次長出席） 2 月　関東地区ナルク市民後見人養成講座開催（7 人参加） 3 月　東日本大震災発生。拠点 50 万円＋会員義援金 27.2 万円を本部へ送金
平成 23 年度（2011）	ミモザ藤沢（5 月）、ミモザ白寿庵横浜みなみの丘（9 月）活動開始 5 月　新会員管理・活動管理システム（N-One）を運用開始、事務効率化に貢献 5 月　被災地支援、健康増進部会による那須温泉一泊旅行実施 7 月　NALC 横浜事務所を活用したサロンづくりを決定。「ほっとサロン」と称し、サロン準備委員会が発足 10 月　歩こう会による金時山登山（17 人参加） 11 月　神奈川 4 拠点合同シニア介護サポーター養成講座（ナルク横浜 16 人参加） 11 月　第 7 回拠点リーダー養成講座開催（吉川副代表出席） 2 月　緑区霧が丘・多世代交流サロン「あかしあ」開所、ナルクフェア開催

年次（西暦）	行事・記事
平成 24 年度（2012）	ミモザ横浜霧が丘（7 月）、ライフリー荏田（12 月）活動開始 4 月 「ほっとサロン」がオープン、会員交流が大幅に深まる 4 月 関東地区ナルク市民後見人拡大委員会・代表者会議（他 8 月、12 月） 6 月 NALC 横浜第 18 回定時総会、代表交代（谷口幸造→吉川武） 6 月 泉区カレッジバイキングの展示部門に参加、会員増に寄与 9 月 仙台市パラソル喫茶初参加（4 人） 9 月 ＮＰＯまつり（東京都代々木公園）に初参加 10 月 ミモザ（株）、NALC 横浜団体賛助会員へ。 11 月 第 8 回拠点リーダー養成講座開催（上薗正昭西ブロックリーダー出席） 1 月 フェイスブック「ナルク横浜」グループ開設
平成 25 年度（2013）	11 月 第 9 回拠点リーダー養成講座開催（西崎史郎副代表出席） 1 月 関東地区成年後見人研修会（吉武、市毛、中尾、福江） 2 月 旭区社会福祉協議会「きらっとあさひ福祉大会」参加、会員拡大に貢献 3 月 第 1 回 NALC 横浜「春の集い」を平塚市（旧横浜ゴム記念館）で開催、76 人参加
平成 26 年度（2014）	デイサービスセンター「ゆめごこち」活動開始（10 月） 5 月 NALC 設立 20 周年記念大会（仙台市電力ホール）に NALC 横浜より 54 人が参加 8 月 NALC 横浜設立 20 周年記念活動 6 チーム発足（記念行事、記念誌、生活支援・助け合い、会員拡大、成年後見、八十路会） 11 月 関東地区ナルク成年後見人研修会（横浜より 8 人参加） 1 月 NALC 横浜・成年後見講座開催（3 月まで 5 回、40 人参加） 2 月 平成 26 年度よこはま法人後見連絡会（吉川、福江参加） 2 月 第 1 回 NALC 横浜・八十路会（7 人参加） 3 月 コーディネータ研修会（28 人参加） 3 月 第 2 回 NALC 横浜「春の集い」（横浜市港北区大倉山記念館、75 人参加）
平成 27 年度（2015）	6 月 第 21 回定時総会、設立 20 周年記念行事開催（128 人参加）（旭区民文化センター・サンハート）

年度末会員数・世帯数の推移



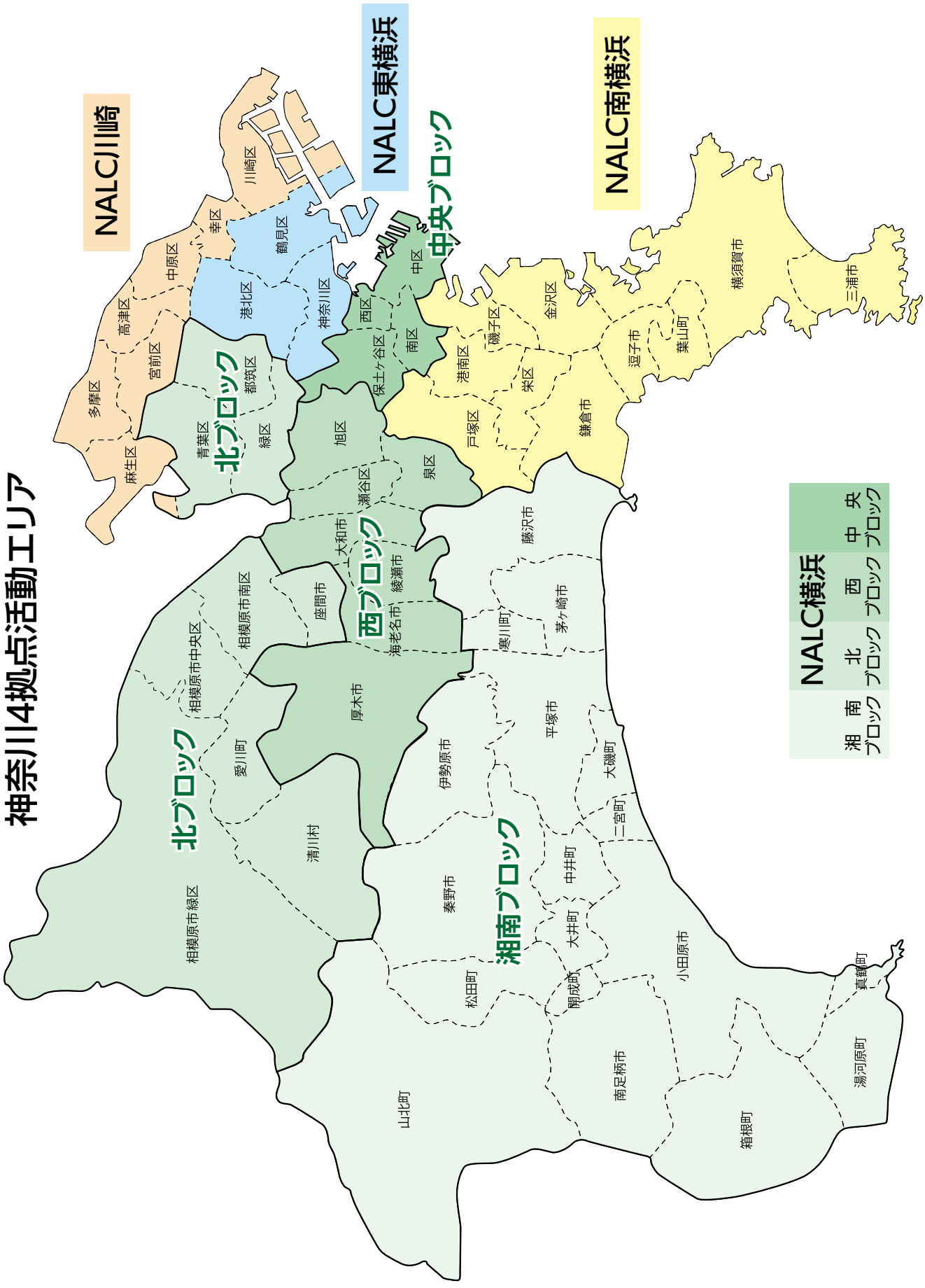
時間預託点数・利用点数の推移



NPO 法人　NALC 横浜　歴代運営委員一覧

団体	WAC 横浜支部		NPO 法人　NALC 横浜							
年度 / 役職名	H7	H8～H9	H10	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17
支部長 代表	高木敏之	高木敏之	高木敏之	高木敏之	高木敏之	高木敏之	高木敏之	谷口幸造	谷口幸造	谷口幸造
副支部長 副代表	高瀬勝美	高瀬勝美	來間洽一 太田善朗	來間洽一 太田善朗	來間洽一 太田善朗 守谷光司	守谷光司 谷口幸造	谷口幸造	荒井準幸 杉山晴峯	荒井準幸 杉山晴峯 近藤道子	荒井準幸 近藤道子
事務局長	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	北原健一
事務局次長	野津健二	野津健二	野津健二	野津健二				野津健二 原田俊和 高木恒子	野津健二 原田俊和 高木恒子	野津健二 宮田良一
会計	荒井準幸	荒井準幸	小野里康興	小野里康興	小野里康興	小野里康興	小野里康興	田中康子	斎藤昭一	斎藤昭一
幹事 運営委員	大藪輝之 谷口幸造 來間洽一 斎藤久義 仲摩邦夫 片岡　博	大藪輝之 谷口幸造 來間洽一 斎藤久義 仲摩邦夫 片岡　博	大藪輝之 谷口幸造 田中寛治 斎藤久義 仲摩邦夫 田中春子 鳥居邦次 檀上玲子 伴野芳信	大藪輝之 谷口幸造 田中寛治 斎藤久義 仲摩邦夫 田中春子 鳥居邦次 檀上玲子 伴野芳信 大橋金作 金子郁子 中島豊次 庄司禮介 吉田正二 摂待喜市	大藪輝之 谷口幸造 田中寛治 斎藤久義 仲摩邦夫 向平律子 鳥居邦次 檀上玲子 矢島辰亮 大橋金作 若山君代 中島豊次 庄司禮介	平井郁夫 吉川　武 倉田雅彦 吉武道子 伴野芳信 宮田良一 橋田良一 杉山晴峯 斎藤久義 田中寛治 内野忠治 中島豊次 太田善朗 庄司禮介 小島　宏 柿田安子	岸川雅子 中山治男 田中寛治 平井郁夫 杉山晴峯 高木恒子 笹木秀治 日野美昭 宮田良一 吉武道子 吉川　武 佐藤文俊 橋本新治 高倉與子	北原健一 近藤道子 清水昌子 坂東昭次 宮田晧旦 笹木秀治 堀田明子 宮田良一 吉武道子 吉川　武 吉田　徹 田中寛治 橋本新治 佐藤文俊 小野里康興 岸川雅子 高倉與子 守谷光司	北原健一 宮田良一 吉武道子 吉川　武 清水昌子 坂東昭次 後澤忠夫 笹木秀治 堀田明子	高木恒子 田中康子 吉武道子 吉川　武 清水昌子 坂東昭次 西野　斉 渡辺四郎
監事	八木昌雄 小野里康興	片岡　博 小野里康興	守谷光司 小田原肇	守谷光司 小田原肇	摂待喜一 小田原肇	若山俊一 和田守政	守谷光司 和田守政	山村重雄 和田守政	山村重雄 和田守政	笹木秀治 後澤忠夫
顧問										高木敏之 來間洽一

団体	NPO法人　NALC横浜									
年度 役職名	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27
代　表	谷口幸造	谷口幸造	谷口幸造	谷口幸造	谷口幸造	谷口幸造	吉川　武	吉川　武	吉川　武	吉川　武
副代表	荒井準幸 近藤道子	荒井準幸 近藤道子	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸	荒井準幸 吉武道子 吉川　武	荒井準幸 吉武道子	荒井準幸 吉武道子 西崎史郎	荒井準幸 吉武道子 西崎史郎	荒井準幸 吉武道子 西崎史郎
事務局長	北原健一	北原健一	北原健一	北原健一	北原健一	福江孝夫	福江孝夫	福江孝夫	福江孝夫	福江孝夫
事務局次長	宮田良一	宮田良一 後澤忠夫 福江孝夫	宮田良一 後澤忠夫 福江孝夫	宮田良一 後澤忠夫 福江孝夫	宮田良一 福江孝夫 後澤忠夫	宮田良一 後澤忠夫 市毛弘子	宮田良一 市毛弘子 棟保禎彦	宮田良一 市毛弘子 棟保禎彦	宮田良一 市毛弘子 棟保禎彦	宮田良一 市毛弘子 棟保禎彦
会　計	斎藤昭一	斎藤昭一	斎藤昭一	斎藤昭一	上薗正昭	上薗正昭	上薗正昭	上薗正昭	上薗正昭	上薗正昭
運営委員	清水昌子 高木恒子 西野　斉 浜谷　惇 坂東昭次 福江孝夫 宮田晧旦 吉川　武 吉武道子 渡辺四郎	清水昌子 高木恒子 浜谷　惇 坂東昭次 宮田晧旦 吉川　武 吉武道子 沼沢新太郎 栗田満江 金井　明 橋本房子 沼田紀子 小林ちかね 小宮山利恵子 山口久子 坂本徳代	清水昌子 高木恒子 浜谷　惇 坂東昭次 宮田晧旦 吉川　武 吉武道子 沼沢新太郎 栗田満江 小林ちかね 小宮山利恵子 山口久子 坂本徳代 近藤道子 沼田紀子 原囿信夫	栗田満江 沼沢新太郎 浜谷　惇 吉武道子 坂本徳代 清水昌子 宮田晧旦 市毛弘子 小林ちかね 小宮山利恵子 山口久子 原囿信夫 坂東昭次 吉川　武	栗田満江 沼沢新太郎 浜谷　惇 吉武道子 坂本徳代 清水昌子 宮田晧旦 市毛弘子 小林ちかね 小宮山利恵子 山口久子 金井　明 吉川　武	栗田満江 小宮山光賢 沼沢新太郎 浜谷　惇 宮田晧旦 坂本徳代 清水昌子 北原健一 小林ちかね 西崎史郎 山口久子 金井　明 棟保禎彦	小澤好幸 栗田満江 中尾保子 吉田正二 宮田晧旦 坂本徳代 清水昌子 小林ちかね 小宮山光賢 西崎史郎 山口久子 金井　明 田原菜穂美	小澤好幸 栗田満江 中尾保子 吉田正二 宮田晧旦 坂本徳代 清水昌子 小林ちかね 須藤直枝 谷村勝彦 金井　明 田原菜穂美	片倉壽子 栗田満江 佐藤公紀 中尾保子 吉田正二 宮田晧旦 坂本徳代 清水昌子 真砂野孝 小林ちかね 谷村勝彦 小原　卓 金井　明 田原菜穂美	片倉壽子 栗田満江 佐藤公紀 中尾保子 吉田正二 宮田晧旦 坂本徳代 清水昌子 小林ちかね 谷村勝彦 吉田由美子 綿谷栄美 小原　卓 金井　明 穂山　孝
監　事	笹木秀治 後澤忠夫	笹木秀治 西野　斉	笹木秀治 西野　斉	笹木秀治 西野　斉	笹木秀治 西野　斉	笹木秀治 西野　斉	西野　斉 沼沢新太郎	西野　斉 沼沢新太郎	西野　斉 沼沢新太郎	沼沢新太郎 真砂野孝
顧　問	高木敏之 來間洽一	來間洽一	來間洽一	來間洽一	來間洽一	來間洽一	谷口幸造	谷口幸造	谷口幸造	谷口幸造


神奈川4拠点活動エリア
NALC川崎
NALC東横浜
NALC南横浜
北ブロック
西ブロック
中央ブロック
湘南ブロック
川崎区
幸区
中原区
高津区
宮前区
多摩区
麻生区
港北区
鶴見区
神奈川区
中区
西区
南区
保土ケ谷区
旭区
瀬谷区
泉区
青葉区
都筑区
緑区
戸塚区
港南区
磯子区
金沢区
栄区
鎌倉市
逗子市
葉山町
横須賀市
三浦市
藤沢市
茅ヶ崎市
寒川町
大和市
綾瀬市
海老名市
座間市
相模原市南区
相模原市中央区
相模原市緑区
厚木市
愛川町
清川村
伊勢原市
平塚市
大磯町
二宮町
秦野市
中井町
大井町
松田町
開成町
小田原市
南足柄市
山北町
箱根町
湯河原町
真鶴町
NALC横浜
湘南ブロック
北ブロック
西ブロック
中央ブロック

あ と が き

チームリーダー　福江孝夫

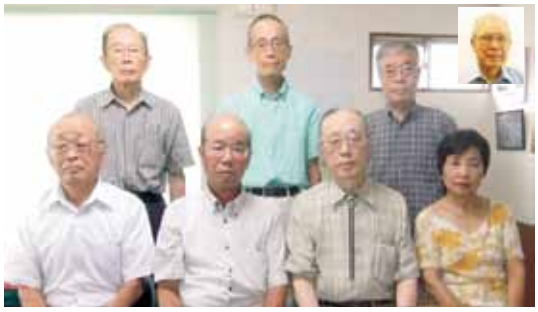
記念誌チームが活動を開始するにあたり、何よりもまず、会員の皆さんが手に取り、読みたくなるものにすることを目標にしました。

メンバーの７人が、寄稿者や写真提供者など多くの会員の協力を得て記事を募り、また過去の資料を読み込みました。編集段階では、メンバーでない経験豊かな北ブロックの浜谷惇さんから、基本的なアイデアを頂戴しました。また、土田貞夫さんには多くの時間を割いて、資料や原稿をページごとに割り付け、見直していただきました。お蔭様で印刷を依頼した山王印刷（株）への引き渡しが円滑に進み、皆さんに読んでいただける仕上がりになったものと思っています。

ナルク本部の 20 周年記念行事参加から始まり、ナルク横浜の 20 周年記念行事と、準備を含め足かけ３年に及ぶ節目の諸活動が記念誌の完成により一段落しました。

過去 20 年の活動を記録したこの小冊子が、ナルク横浜の今後の更なる発展に役立つことを願っています。

【記念誌チームのメンバー】



発行日　平成 27 年 9 月 10 日
発行者　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 横浜
〒 241-0022　横浜市旭区鶴ヶ峰 2 丁目 52-2
TEL　045-719-5001　FAX　045-719-5002
印刷者　山王印刷株式会社
〒 232-0071　横浜市南区永田北 2-17-8
TEL　045-714-2021 ㈹

NALC
ACTIVE LIFE
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
SELF SUPPORT・SOCIAL SERVICE・MUTUAL AID