



赤いくつ

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 横浜
発行者 吉川 武

横浜市旭区鶴ヶ峰2-24-6
TEL 045-719-5001
FAX 045-719-5002
Email: nalchama@minos.ocn.ne.jp
http://www.nalc-hama.net/

年末のご挨拶

代表 吉川 武

今年も新型コロナウイルス感染拡大による自粛要請を受け、ナルク活動もボランティア・交流会・同好会など多くの活動が制約を余儀なくされた年となりました。そんな環境下、いずみ野駅前・青葉台駅前のクリーンアップ作戦に代表される地域活動は会員各位の創意工夫で地道に続けられました。

各位のご努力に心より感謝申し上げます。

ナルク設立25周年を機に設立された「ナルクデー」について触れさせていただきますと、ナルク設立の「4月20日」をナルクデーとして、毎年全拠点一斉に地域社会に貢献する活動を展開しようとするもので、全国各地で諸取り組みが進んでいます。公園や河川・駅前広場や駐車場などの清掃をはじめ、ナルクの中にとどまらず広く社会に目を向けた活動の展開です。こうした活動を通じてナルクを広く地域社会にお伝えし、ナルクの会員拡大にも貢献しています。

今年一年、会員の皆様のご活躍に感謝申し上げますとともに、明年も楽しく明るくそして元気に過ごせますよう祈念申し上げ、年末のご挨拶とさせていただきます。



収支改善チームの活動を開始

チームリーダー 福江 孝夫

リーダー、サブリーダーに加え、新任運営委員（元石一雄さん、矢野宣興さん）と女性委員（木幡敬子さん、中尾保子さん）に参加していただき、6人のチームが活動を開始しました。

まず、たとえ少額でも年度内に効果を出すべく、サロン室使用の同好会参加者から使用料100円を頂くこと、リモート会議を開催すること、事務所当番を月水金とすること、夏場のプロパンガス契約を中断することを取りまとめました。これらを9月度運営委員会へ提案し、了承を得てすでに実施しています。

引き続き、より安定的な改善策として、賛助会員を増やすこと、生活研究アドバイザーを受託すること、事務所あるいは近隣の会場でフリーマーケットやシニアカフェを開催することを候補として、検討を開始しています。どれも簡単ではありませんが、全国の拠点では実施している事例がありますので、それらも参考にして、何とかひとつでも実現することを目指しています。

今後は、コロナ禍沈静化の中で、拠点の活動が再び活発になっていくことを支えるため、事務所諸機能を見直し、提案していく予定です。



やさしさも楽しさもある
ナルク横浜

10月末会員数：438名、（男性：182、女性：256）

ブロック	会員数	預託時間点数		奉仕時間	
		9月	10月	9月	10月
北	149	107	84	57	90
湘南	85	22	27	30	65
西	148	31	63	39	102
中央	56	21	27	11	26
合計	438	181	201	137	283

交流会あれこれ

北ブロック

10 月の北ブロック交流会はこどもの国の施設野外炊事場で「野外料理を楽しむ」をテーマに 11 名参加で実施しました。

リーダーの独断と偏見で今回の野外料理は味の素製品の麻婆茄子、豚バラ茄子、麻婆豆腐などを使った料理、油や水を使わず出来る冷凍餃子、厚揚げと小松菜の味噌汁を皆さんと作って楽しみました。参加された皆様は普段から美味しい料理を食され舌も肥えていらっしゃるのにお口にあったか分かりませんが生姜味の冷凍餃子は好評のようでした。麻婆茄子などは時短料理でお勧めかなと思っています。皆様も一度お試しいただき感想をお聞かせください。



西ブロック

通常、旭区、泉区、大和(暫くお休み中)方面に分かれて交流会を行っていますが、11 月は西ブロック全体に呼びかけて開催。14 日(日)は、お天気に恵まれ、26 名が参加しました。

色づき始めた若葉台周辺を散策した「紅葉狩り」、若葉台会員手作りの「アツアツの美味しい芋煮」付きの昼食、その後、内田夫妻所属の「アグリギタークラブの調べ」12 曲プラスアンコール曲をコーヒーサービス付きで堪能。

女子高生 2 名とのセッションに新鮮さを感じ「若いパワー」を頂く。久しぶりにお会いできた方も多く、「顔を合わせることの楽しさ」を感じ充実した一日になりました。内田夫妻を始め若葉台の方々に感謝の一日でした。



湘南ブロック

春に計画したパークゴルフ交流会があいにくの天候で中止を余儀なくされただけに、今回の開催は多くの方の期待を集めました。長い間のコロナウイルスによる自粛と閉塞感を一気に吹き飛ばし、広々とした自然の中で大きく羽を伸ばしたいと誰もが願った会でした。

当日は晴れとの天気予報に反し朝から雨。9 時には中止連絡をしたのですが 10 時半頃から天気が次第に回復。交流会を実施しますと 16 名の参加予定者に再び修正の連絡。交流会開催時には見事晴れ間も出てきました。競技結果は優勝者村井 清氏・準優勝に井上隆一氏・三位に輝いたのは佐藤光夫氏でした。当日は二回ものホールインワンを成し遂げた方も居られました。気分ハレバレのひと時を満喫しました。

11 月 14 日の交流会は、今年一年間の活動結果をふりかえり、来年の活動計画を策定する会とし、みんなで企画し、みんなで参加運営する計画を作りました。

中央ブロック。

今年のブロック交流会は、コロナ禍による緊急事態宣言発令により、2 月・3 月・8 月・9 月の 4 回は集会方式での開催を取りやめました。

幸いにも 4 回とも ZOOM 方式での開催ができて会員間の顔合わせができました。ただ意見交換には不向き、など集会方式に比べて内容的には見劣りがしますが、情報伝達など一定の成果はあったと自己評価しています。

10 月からは集会方式が可能となり早速「会員発表」など再開しました。これから来年の交流会テーマの検討に入りますが、一人でも多くの会員が参加したくなるテーマは？世話人の苦闘が再開です。

かかるタイミングで読売新聞の歌壇に「コロナ禍が収まったらと約束し収まってきて焦る私は」という入選歌が紹介されていました。世話人の一人として思わず苦笑しました。



新入会員のひとこと

湘南ブロック

松澤 憲子

これまでは仕事場と自宅の往復とで時間を費やしてまいりました。年齢的にもこれから仕事を少し減らしつつ地域にできる事をしてゆこうと考えておりました折に、ナルクの共助の主旨に共鳴し入会しました。地域の皆様と交流させて頂きながら、自分のできる活動をしていきたいと思っています。お仲間に入れていただき、豊かな日々を過ごせることを願い楽しみにいたしております。どうぞよろしくお願い申し上げます。



西ブロック

稲垣 千代美

今年7月に中央ブロックの増原様のご親戚の方が鶴ヶ峰ケアプラザのケアマネジャーをなさっている縁でナルクに入会いたしました。現在は84歳で、昨年主人を亡くしました。子供はおられません。下肢潰瘍のため歩行が困難で歩行器を使用しております。

上藺正昭様に送迎をお願いしており、行くところは横浜市大の形成外科、鶴ヶ峰眼科、二俣川のがんセンター眼鏡屋さんと各方面に送迎をして頂いており、大変助かっています。これからもナルクにはお世話をおかけしますが宜しくお願いいたします

「いきがい・助け合いサミット in 神奈川」が開催されました

参加者 棟保 禎彦

さわやか福祉財団が主催し、ナルクをはじめ多くの団体が後援した「いきがい・助け合いサミット in 神奈川」が9/1～2の二日間パシフィコ横浜で開催されました。

一昨年は大阪で盛況に開催され、昨年は名古屋での開催が計画されましたがコロナウイルスの影響で中止、本年神奈川での開催となりました。来年は東京で開催が予定されています。

本年もコロナウイルスの影響を受け、急きょオンライン主体の会合に変更となりました。3000名もの参加となりましたが、主催者がオンラインへの参加変更を積極的に呼び掛けた結果会場への参加者は120名ほどでした。

初日は全体シンポジウムと13の分科会・二日目は21の分科会で報告や論議が行われました。私が参加した分科会は

- ① 「助け合いネットワークを作るにあたり既存の助け合い活動を生かすにはどうしたら良いか」
- ② 「地域は、地域で孤立しがちな人とどうつながるか」
- ③ 「住民のやらされ感を払拭するコツと手法は何か」の三分科会です。

学者や教授・地方公共団体職員・各種団体職員・医療機関・福祉職員・ボランティア会員など広範囲にわたる人々の参加や発表で、有意義な会合でしたし、私たちの会の運営にも多くの示唆を与えてくれるサミットでした。

いきがい・助け合いサミット in 神奈川



共生社会をつくる地域包括ケア

～生活を支え合う仕組みと実践～

地域共生社会に向け最前線の課題と
対応策を共に考えるチャンス！

開催日：2021年9月1日[水]～2日[木]

会場：パシフィコ横浜 (神奈川県横浜市西区みなとみらい1-1-1)

定員：会場参加 1,500名 / オンライン視聴 3,500名

参加費：資料代としてお1人2,000円(会場参加、オンライン視聴共に変わりありません)
大交流会は別途3,000円

申し込み期間：2021年5月17日(月)～7月31日(土) (ただし定員になり次第締め切ります)



ご好評いただいた大阪に続き、
さらに充実する内容にご期待ください！

主催 さわやか福祉財団

