



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/

新年度課題取り組みがスタートしています

会員拡大プロジェクトチーム

リーダー 増原 恵輔

リーダー増原、メンバーは中西、生田、甲斐、井上の皆さんです。今後のチームの具体的な活動計画は近々予定しているチームミーティングで決めますが、新規会員目標数は運営委員数(22名)を基に1人当たり1~2名を各ブロック長に提示、その結果、北ブロック10名、西ブロック10名、湘南ブロック6名、中央ブロック4名、合計30名(運営委員1名あたり新規会員1名強)が本年度の目標に決定しました。

今後は「PR大作戦チーム」とも常に連携、目標達成を目指します。

「PR 大作戦」プロジェクトチーム

リーダー 棟保 禎彦

リーダーに棟保禎彦・メンバーは吉田由美子・吉武道子・片倉壽子・宮田皓旦・松澤憲子の各氏です。7月17日に第一回会合を開催しました。

西ブロックは3か所・北ブロックは3か所・中央ブロックは1か所・湘南ブロックは3か所の市民活動支援センターに積極的に働きかけて、ナルクを広く社会にPRしてゆきたいと考えています。各市民活動支援センターで展開しておられるボランティア団体のPR手段について教をを請いながら、一步一步力強い取り組みを展開いたします。

インターネット・スマホ活用チーム

リーダー 内田 成孝

スマホの普及により小さい画面のスマホでも見やすいHPに対応することが必須となってきました。未対応だとパソコンに比べ小さくて見づらく負担をかけます。そこで機器(スマホ・タブレット・PC)により表示サイズが自動的に切り替わるシステムにする必要があります。HPは「ナルク横浜」のPRツールとして重要な役割を担っており、閲覧者を増やす必要があります。また今後の「HP 管理」を考慮して専門知識が無くても容易に管理できるようなシステムにリニューアルすることを検討しています。

収支改善プロジェクトチーム

リーダー 上蘭 正昭

昨年度に続きチームを作り「収支改善」の課題に取り組むことになりました。メンバーも昨年と同じ方々で一緒に収支改善の方策を検討していきます。

支出額の50%弱は固定したものでこの改善は難しく、収入を如何にして増やすかを中心に検討を進めることになるかと思います。①社協などが行っている助成金の申請②市民活動センターなどが実施している、市民対象のイベントへ参加し、バザー品の販売活動を行う。など、少しでも改善に繋がるよう努力します。

6月末会員数：425名、(男性：176、女性：249)



やさしさも楽しさもある
ナルク横浜

ブロック	会員数	預託時間点数		奉仕時間	
		5月	6月	5月	6月
北	146	102	85	47	116
湘南	81	38	32	50	209
西	142	48	49	136	191
中央	56	21	28	64	64
合計	425	209	194	295	580

交流会あれこれ

北ブロック

人は、美味しい物を食べる・美しい物を見ると、気持ちが高揚し心にも余裕が生まれ豊かになるのではないかと日頃思っております。

5 月の交流会は横浜市緑区の吉田正二・ふ志子ご夫婦のご提案で、“手作り食事会”。

あさりご飯・ブリの照り焼き・ナメコ汁を作り、蕪の甘酢漬け・土筆の煮物も加わり、楽しく味わいました。

また 6 月は、小田急線柿生駅近くの浄慶寺にて季節の紫陽花を観賞しました。そこでは紫陽花に囲まれた庭のあちこちに、カラオケで歌ったり・将棋を指したり・お酒を飲んだり・PC をしたりと、何とも楽し気な雰囲気を感じさせる数々の羅漢さんが姿を見せてくれました。新しくはコロナ収束に向けた羅漢さんがアマビエと共に加わっていました。



西ブロック

旭区方面の 7 月の交流会は 10 (日) 事務所で、暑い中すっきりと着物を着こなした西村さんを先生に「お茶会」が開かれました。

水引、唐糸草、撫子、桔梗等が花籠に活けられ、「日々是好日」、「夏雲多奇峰」の掛け軸と西村さんご自作の絵手紙風掛物が飾られ、事務所が茶室のムードに変身しました！

季節感あふれる茶器が用意され各自好みの茶碗を選び、お変わりも OK で美味しいお抹茶と季節の甘いお菓子もいただきました。

全面をよく泡立てるのが裏千家、池を残すのが表千家などと教えてもらいながら和気あいの交流会となりました。



湘南ブロック

3 年ぶりに平塚七夕祭りが開催されるとの事で、ナルク横浜も「市民飾りの部」に参加。延べ 51 名・180 時間を掛けて製作したナルク横浜七夕飾りを高々と掲げる事が出来ました。

「電飾の鮮やかさとカラクリ仕掛け」が見所です。7 月 9 日 (土) 七夕飾りの下に参加者 25 名が集いました。川崎拠点・西ブロック・北ブロック・中央ブロックからのご参加もあり、まさに広域交流に相応しい会となりました。

集合記念撮影の後、会食会場に移動してにぎやかに意見交換をするとともに、ゲームを楽しみました。

尚、丹精込めて作り上げたナルク七夕飾りは、見初められて埼玉県蕨市へお嫁入りすることになりました。



中央ブロック。

7 月交流会は、「市立防災センター」での災害体験を行いました。当日は猛暑にもかかわらず男女 11 名の会員が参加しました。

体験の主な内容は以下の通りです。

1. 地震シミュレーターでは最大震度 7 までの揺れを体験、さすがに怖い思いをしました。
2. 火災シミュレーターでは、実際に家庭用の小型消火器で使用法を体験

参加した会員からは異口同音に「参加して良かった」との感想がもたらされました。まだ体験されていない会員は、体験されることをお勧めします。

なお「市民防災センター」の予約電話番号は「045-411-0119」です。



新入会員のひとこと

北ブロック

山田 光子

2 年前の 4 月に、夫婦で一度退会をしました。同じ地域の鈴木さんに、主人の通院時の車での送迎をお願いしていましたが、主人の老健入所がきっかけでした。

その後の一人の暮らしに不自由はなく、家の事はヘルパーさんが手伝ってくれますし、生協の宅配で買い物も済みます。足りない物は、週一で仕事帰りに訪ねてくれる息子に頼んでいます。今回、私の通院の安心の為に手伝って頂きたいと思いまして、再入会をお願いしました。気心の知れた鈴木さん 又よろしくお願ひします。

西ブロック

安武 萬里

6 月に千葉県東金市から親元のナルク横浜に再加入いたしました。

以前にもナルク横浜の方に両親が週 2 回の食事作りとお掃除をして頂き大変助かりました。現在は両親の介護と私自身が公私ともに多忙なうえ娘の出産も控えています。

今後は両親のディサービスの送迎の不便がありますのでそのお手伝いと両親の部屋の掃除、話し相手をナルクの皆様にお力添えお願いすることになりました。

私の地域貢献活動

西ブロック

西崎 史郎

私が小学生の登校時に、辻に立って『旗振り』を始めて 15 年になります。途中、家内の介護のため 1 年間休みましたが、今年の新学期からまた始めました。

私が担当している小学校は『いずみ野小学校』です。

ボランティア団体を『学援隊』と呼び、ボランティアの制服は帽子、ベスト、名札、旗が支給され、旗の振り方や辻の立つ位置などの指導があります。私の娘はこの小学校の 1 期生であり、双子の息子もお世話になったので、恩返しのつもりでこのボランティアを始めました。

高学年は大きな声で挨拶できますが、1 年生は声が出ません。こんな時は「大きな声で挨拶しましょうね！」と声をかけます。また、卒業した中学生から声をかけられると嬉しいものです。また明日も頑張れます。



湘南ブロック

永井 ひろみ

おはよう、行ってらっしゃい、の声かけが私の 1 日のスタート。孫が小学校入学時に、見守りに立ち 10 年になります。

汗が垂れてると、熱中症に気を付けてと逆に心配されたり、寒い日には風邪引かないでと気遣ってくれたり、2 年になって大きな声で挨拶出来るようになった子、お母さんと喧嘩したと俯きながら話す子。遅刻する！と手を振りながら走り去る子、あの子は休みかな？と心配したり、雨で濡れてると通勤の方に毎朝ご苦労様と慰められたり、幼稚園児のバイバイの可愛い声を聞けて、地域の皆さんから見守れる幸せと元気を貰っています。

また卒業した子から、学校に行きたくない日におばさんのおはようの声で元気になれたとの手紙や、私も大きくなったらボランティアをしますとメモ入り手作りの小物入れ等、宝物が年々増えています。これからも健康第一で見守りを続けて行けたらと願っています。



6月歩こう会「町田・薬師池公園で花菖蒲鑑賞と周辺散策」

西ブロック 内田 成孝

毎年6月の「歩こう会」は梅雨入り後の天気にも悩まされる。6月15日(水)今回はまさに典型的な展開となった。天気予報は小雨、午後は曇り、参加者はゼロかとも思っていたところに電話である、「参加したいのですが、中止でしょうか?」「一人でも案内しますよ、待っています」その後電話で2名の参加表明があり、張り切って集合場所の小田急町田駅東口へ、…。改札口から出てくる客の中に、次々と顔見知りの人がいた。

14名が小雨に映える花を求めてやってきた。自然と顔がほころび、バス停へとスタートした。

昨年オープンした「四季彩の杜」へ、直売所で町田産野菜をチェック、日祝日は様々なイベントが実施され、地場食材レストランもあり子供連れで賑わうであろう魅力ある施設であった。「えびね苑」は15日より部分開放され紫陽花園のまわりの花を見学することが出来た。

いざ、「薬師池公園」の花菖蒲畑へと、目の前に迫る色とりどりの花菖蒲に圧倒される。早乙女姿の花摘み娘(?)も絵になる。花菖蒲の根元に何か動くものが、カモの掃除屋さんだ!

まわりを見渡すと、生き生きとしたアジサイが満開でこのバランスの良さに圧倒された。

昼食は東屋を独占してゆっくりと堪能した後「大賀ハス池」へと。蓮の開花と人込みを想像しながら公園を後に「自由民権資料館」へ… 直近に放映された「ブラタモリ 町田～なぜ東京～…自由民権運動」を観ていたメンバーが多く、興味もひとしおの観覧となった。



— 歩こう会 —

- 9月 日向薬師と彼岸花の里散策
日 時: 9月12日(月)
集合場所: 小田急線 伊勢原駅
時 間: 午前10:30

- 10月 一泊旅行
後日決定



問合せ先はいずれも

北 沼沢 新太郎 070-6520-2256
西 内田 成孝 080-2332-3721

＊ ＊ ＊ ＊ ＊
梅雨寒やちぐはぐに着て間に合わせ
ほんのりと紅はく筆や令歡の花
日豊線窓一面に麦の秋
令歡咲くやバギー寄せ合ひ立ち話
梅雨本番足裏湿るご本尊

＊ ＊ ＊
天道虫殺虫剤は掛けまいぞ
四万六千日居酒屋に雨宿り
花令歡の紅涙に似て雨しづく

会 員

ち え 道 佳 昌
か つ 子 子 子
ね 子 子 子

茂 茂 茂

ハマっ子広場
俳句同好会
講師



編集後記

参院選の期日前投票の立会人をした。立会人2人を含む市のスタッフは総勢10人。投票用紙投入口の蓋の開錠・施錠、鍵の封入、投票用紙交付、そして来場者が公平に投票を行える、等の立会が主な仕事。佇み食い入るように候補者の名前を見つめ、何分もかけ記入する人。比例代表の細かな掲載名簿に呆れ意見する人。脳性麻痺の息子の投票に、大きな車椅子を押して来場の母親。代理投票で手助けをする職員。歩き辛い家族や、杖を頼りの家族を支えて来場の方等々。

ここでは、当日投票では見られない様々な場面があり、改めて一票の意義を思い、又裏方の所作を見られた貴重な体験の日だった。

片倉 壽子