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
ＮＡＬＣ 横浜
発行者　吉川 武

横浜市旭区鶴ヶ峰２－５２－２
TEL　０４５－７１９－５００１
FAX　０４５－７１９－５００２
Email: nalchama@minos.ocn.ne.jp
http://www.nalc-hama.net/

令和元年度を振り返って

代表　吉川　武

昨年の天候不順、とくに台風 15 号、19 号は関東地方で甚大な被害をもたらしました。その最中の 9 月に、ナルク横浜は時間預託活動で 775 点という過去最高点数を記録しました。会員の皆様に感謝いたします。

しかしほぼ前年並みの実績を達成できた時間預託活動に対して奉仕活動とくに社会貢献的奉仕活動の減少が続いています。NPO 法人としてこの活動を継続する責任があります。また幅広く会員が協働できる機会でもあり、来年度は新たな奉仕活動を開始しましょう。

「会員拡大」は拠点活力の源ですが、過去 3 年、入会を大幅に上回る退会が続きました。令和元年初めに発表された「ナルクビジョン」と「対策・施策」では多くの案が提示されています。

新年度は的を絞って、積極的に会員拡大活動に取り組みますので会員の皆さんのご協力をお願いします。

ところで、我々の目下最大の緊急課題は「新型コロナウイルス感染対策」です。感染が拡大している現状、政府の基本方針などを考慮し、直近の運営委員会では、

① 施設活動についてはとりあえず 3 月末まで全面的に自粛する。(すでに多くの施設側から、活動休止要請を受けています)。

② 3 月中に予定していたすべての交流会や研修会は中止或いは延期する。

などの対策を決定しました。会員皆様にはくれぐれもご自愛いただくとともに今後もご協力をお願いします。

ナルク設立 25 周年、首都圏フォーラム

2 月 15 日（土）、桜木町駅前横浜市社会福祉センターで**「あなたはどう生きる、めざせ生涯現役」**をテーマとするフォーラムを開催しました。これは南関東 7 拠点（埼玉、埼玉西、東京、横浜、川崎、東横浜、南横浜）が初めて共催したイベントでした。

神野 毅ナルク会長の開会挨拶、堀田 力氏（さわやか福祉財団会長）の来賓挨拶 袖井 孝子氏（シニア社会学会会長、お茶の水女子大学名誉教授）の基調講演に続き、健康づくりに関するふたつの講演がありました。

三つの講演に共通していることは、人とのつながりの中で、できることを、できるときに、無理なく社会貢献活動をすること、つまりナルクのような活動が、生涯現役につながるということでした。新型コロナウイルス問題が発生し難しい環境下ではありましたが、無事終了することができました。

やさしさも楽しさもある
ナルク横浜

1 月末会員数：478 名，（男性：196，女性 282：）

項目 / ブロック	会員数	預託時間点数		奉仕時間	
		12 月	1 月	12 月	1 月
北	154	170	137	90	147
中央	63	36	37	41	26
西	182	313	260	97	79
湘南	79	114	83	2	30
合 計	478	633	517	230	282

2019 年 ブロック活動の反省と抱負

北ブロック

交流会は、年間計画通りに実施、特に長津田の史跡探訪・ボッチャというスポーツの初体験は好評でした。しかし参加者の固定、微減が気になります。会員同士の親睦をはかる大事なチャンス、要望・意見を聞き再考です。

活動状況は、後半　施設・個人双方とも支援が減少、昨年の逆転を維持出来なかった事が残念です。原因は活動可能な会員の確保が大きな問題です。反省と来年度への多大な課題となります。高齢に伴い、体力や気力の減少が活動をしにくくしています。が「出来る事を出来る時に」この気持ちは大切です。

一歩ずつ会員増強、預託点数増加に努力します。北ブロックの皆さん、ご協力を宜しくお願いします。

BOCCIA（ボッチャ）

湘南ブロック

みんなで立案した活動計画は、大型台風で中止した 1 件を除きすべてをやりきることが出来ました。この間、新たな会員も 5 名増え 79 名にまでに成長し活動の幅や対応力も広がりました。

本年は次の項目に焦点を当てて取組みます。

１）「会員同士で顔の見える関係を強化する」

２）「会員の増強を進める活動」

会員同士の助け合い・気軽にヘルプと言えるために、身近に会員を増やしてゆきたいものです。会員一人一人の勧誘活動がカギを握っています。

３）「地域での社会奉仕を拡大する活動」

ナルクは会員同士の助け合いがベースですが、ナルクの力を地域社会奉仕にも向けて参ります。他のボランテイア団体ともコラボするなども検討致します。

西ブロック

2019 年度の西ブロックの時間預託、同好会、奉仕の各活動は例年と変わらず、多くの会員の皆さんの熱心な活動が展開されたと思います。

一方、会員数は 12 月末では昨年 3 月末に比較して 7 名の減少になりました。

新しい会員を増やし退会者を少なくするために、これからの活動のあり方が問われていると思います。会員増につながる期待も込めて、来年度は交流会の持ち方の工夫、社会貢献の奉仕活動（いずみ野駅前ロータリーの草取）などを通じてナルクの存在をＰＲできる活動を進めていきたいと考えています。

広域で活動している当ブロックは、「会員同士の顔の見える化」を図るために、交流会を三地区で行うミニ交流と合同交流との計画としました。身近な会員情報を共有化し、高齢化した会員の助け合いへと進展することへの期待も込めて、我々の活動を世間は見ています。

中央ブロック

中央ブロックでは昨年「会員増強」を第１の柱に設定しました。しかし残念ながら日頃の取り組みが弱く「新入会員なし」という結果に終わりました。

今年も引き続き、会員の協力を得て「会員拡大」を第１の柱として、さらに今年は新たに「地域活動への積極参加」も目指します。

昨年 12 月の「保土ヶ谷区社会福祉協議会」加入はその一歩であり、「地域活動のための情報収集」と「ナルクのＰＲ」へと進める地域社会との新たな接点となるでしょう。

また昨年は「交流会の魅力アップ」も柱に掲げましたが、こちらは会員の皆さんのご協力で 8 月の「横浜港見学と中華街での昼食会」の 25 名を筆頭に毎回テーマを工夫して 18 名前後の参加を得、一定の効果がありました。本年も引き続き「交流会の魅力アップ」にも努めます。

新入会員のひとこと

湘南ブロック　長南 睦美

私は県立平塚盲学校の生徒です。岐阜の友からナルクの話を聞き、ナルク横浜事務所に相談の電話いたしましたところ、湘南ブロックの方が２名来訪して下さりナルクの活動や制度の説明を頂くとともに、私の希望を詳しく聞いて頂きました。

早速同月から体制を整えて下さり、平塚～相模原間の送迎ボランテイアを開始して頂いています。

西ブロック　鷹箸 敏恵

友人の内田さんに誘われ、昨年 10 月交流会の横浜港見学と 12 月のバス旅行に参加しました。その際出会った方々が、ボランティアをなさっているためか皆さん親切で人生を楽しんでいらっしゃるように感じ、楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

バス旅行の帰途に入会を勧められ、最近、何か人のためになるようなことが出来ればと思っていた所なので、ためらわず決めました。少しずつですが、お役に立ちたいと思っています。

2019 年新入会員紹介（敬称略）

1 月	成田	一典	（北）
	渡邊	トシ子	（西）
3 月	高橋	信一郎	（西）
		光子	（西）
	栗林	恭子	（湘南）
4 月	阿部	裕之	（中央）
5 月	高原	淑記子	（西）
	大谷	浩美	（北）
	井上	正夫	（西）
		千江子	（西）
6 月	山川	まさよ	（北）
7 月	石原	祖子	（湘南）
9 月	元石	一雄	（湘南）
		美千代	（湘南）
	坂本	忠雄	（湘南）
11 月	長南	睦美	（湘南）
12 月	鷹箸	勝雄	（西）
		敏恵	（西）

ナルク横浜の成年後見

ナルク横浜・成年後見講座延期のお知らせ

「成年後見をより身近なものに」をテーマとして、３月 22 日（日）13 時 30 分～16 時、旭区鶴ヶ峰「ぱれっと旭」で開催を予定していた成年後見講座を、新型コロナウイルス感染症の現状を踏まえて、延期します。新しい開催日時は改めてご案内します。

成年後見制度は介護保険とともに、高齢化社会を支える車の両輪としてスタートしました。平成 28 年、成年後見利用促進法が施行され、普及を妨げている要因を解決するための動きが始まっています。

地域社会への出張（アウトリーチ）を心がけ、成年後見業務を含む高齢者問題に積極的に取り組んでいる弁護士・宮地洋平氏（たまプラーザ法律事務所）に講師をお願いしています。どうぞご期待ください。

＜どんなことでも一人で悩まず、まず相談＞

ご希望の方はナルク横浜事務所（045-719-5001）あるいは福江宛ての電話（090-7736-8092）へどうぞ。こちらからの折り返しの電話で、具体的な相談日程を確認します。

１月歩こう会「相模七福神めぐり」

北ブロック　沼沢 新太郎

１月の歩こう会「相模七福神めぐり」は１月６日に行なったが当日は種々の同好会行事と重なったため参加者は例年に比べ少ない９名となった。

好天に恵まれ午前10時、小田急線座間駅を出発して弁財天を祀る龍源寺へ、この付近一帯は相模台地から湧出した水があちこちに流れ清流の里と呼ばれている。

次の寿老人を祀る宗仲寺の開祖、源栄上人が徳川家康公の信任厚く、寺宝として賜った茶器や家康像などと、家康のお手植えとされる銀杏の巨木が境内にある。

次の恵比寿の浄土寺へはJR相模線の相武台下駅から乗車、入谷駅で下車して恵比寿を祀る浄土寺を詣でて再び入谷駅へ戻り厚木駅まで乗車、駅名は厚木だがここは海老名市河原口、福禄寿の増全寺に立ち寄り少し遅くなった昼食を近くの店でとる。5番目の大黒天の妙元寺は東名高速道路、海老名サービスエリアの北側で水の干いた広大な田圃の中の道、2Km強を黙々と辿り参拝後、サービスエリア南側の布袋尊の善教寺へ着いたら時は２時をかなり過ぎていたので７番目の毘沙門天、本覺寺参拝を諦めてバスで海老名駅へ戻り３時過ぎに解散しました。

― 歩こう会 ―

- ４月「相模川・上大島キャンプ場お花見」
  日　　時：４月２日(木)
  集合場所：JR横浜線　淵野辺駅
  時　　間：午前 10時

- ５月「三浦半島剣崎周辺散策」
  日　　時：５月11日(月)
  集合場所：京急線　三浦海岸駅
  時　　間：午前　10時

問合せ先はいずれも
北　　沼沢 新太郎　042-733-8528
湘南　吉川　武　　0463-58-6030

ハマっ子広場

〈講　師〉

＊故郷へ次に来る日は炬燵よな　（閑　人）
＊雪嶺へ泰然と甲斐駒ヶ嶽　（閑　人）

〈俳　句〉

＊双六の少年の日の声高し　（道　子）
＊寒日和陽干し野菜の白さかな　（佳　子）
＊初句会陽も華やかに和やかに　（京　子）
＊大寒や昭和遠のきエーアイに　（えつ子）
＊病む夫をおだて励ます去年今年　（昌　子）

あとがき

「もう」と「まだ」

昨年「喜寿」を迎えました。ナルク横浜会員の平均年齢が75歳ですから、まだわずか２歳上回ったにすぎません。「体力の源は気力から」・「気力の源は体力から」と言われます。人生100年の時代、まだまだ働き盛りの時ではないでしょうか。

何事も「もう」と考えるか「まだ」と考えるかで気力も変わり・行動も変わり・ひいては自らの健康も変わると信じ、シニアの時代を楽しみたいと感じるこの頃です。　＜編集委員　棟保 禎彦＞