



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
NALC 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/

ホームページ見直し改善

インターネット・スマホ活用班

班長 内田 成孝

現在進められている「会員拡大キャンペーン」の大切なツールが「ホームページ」である。この広報媒体として使えるホームページやスマホ対応のために「インターネット・スマホ活用班」が結成された。委員は4名で構成され、鋭意作業進行中である。

1. 元 HP の見直し・更新 …………… HP は最新情報の更新継続で信頼が得られる
2. 会員へのスマホ活用の啓蒙 …… LINE や+メッセージで、グループ化連絡・会議可
3. HP のスマホ対応 …………… HP の「スマホ対応」で素早い情報伝達・PR 作戦
4. HP に募集コーナー新設 …………… 会員募集コーナー・連絡コーナーを「スマホから」
5. 関係先とのリンク申請 …………… 関係社協からの HP リンクで一般への PR 作戦
6. 報道機関への PR …………… 報道機関を通じて社会全般への PR 作戦

※ホームページは皆さんで作りに上げるもの、新しい情報・更新にご協力を！
輝け「ナルク横浜」！

いちばん遠い会員交流

福江 孝夫

1月8日、2回目の緊急事態宣言が発出され、ナルク活動とくに会員交流が影響を受けることを懸念している。その中で、ある遠距離交流例を紹介したい。

私たち夫婦がナルクに入会した当時、横浜市最北端である青葉区奈良地区には他に誰も会員はいなかった。その後、平成19年11月、奈良地域包括支援センターの紹介で松村幸子さんが入会された。私は長期不在時の見回りや庭の手入れのお手伝いを始めた。

平成23年3月の東日本大震災後、松村さんは大親友のいる山口市への転居を決意され、短期間でそれを実行された。私は山口県内の2拠点（萩、美祢）と連絡を取り状況を確認したが、どちらも新居とは遠く、継続的な交流の見込みはなかった。松村さんも「もう少し横浜との繋がりを楽しみたい」と、横浜在籍を希望された。以降10年間、携帯メール、電話、そして稀にハガキでの交流が続いている。

ところで全くの偶然だが、私の故郷は山口県であり毎年秋には帰省している。新幹線新山口市でレンタカーに乗換えて、松村さんのお宅を訪ね、そこで約1時間お互いの近況などを喋り続け、その後私の実家に向かうことが新しい習慣になった。

昨秋はコロナのため帰省できなかったが、今秋はぜひ会いたいと新年の電話でも話している。

12月末会員数：458名、(男性194名、女性264名)

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	
		11月	12月	11月	12月
北	149	104	89	58	46
湘南	84	19	22	46	16
西	165	37	20	105	76
中央	60	28	48	21	60
合計	458	188	179	230	198

交流会あれこれ

北ブロック

令和2年の反省、山ほどありますがコロナのせいになりそうです。今までの努力実績が音を立ててくずれました。虚しかったです。

今年の抱負!! 第1は交流会の充実です。出席者が増える方策を考えたい。皆さんからの要望・意見を聞き魅力あるものにしたいのです。マンネリ打破を目指します。

北ブロックの皆さん、是非交流会にご出席下さい。

第2は、会員増強です。減少していく会員数をくい止め、会員”一人が一人を”誘うのを目標にします。ナルクの素晴らしいシステムを次世代に繋ぐには人材が必要です。ご協力下さい。厳しいコロナ禍の真最中にとっても困難なことですが、よろしくお願い致します。皆様、健やかな日々をお過ごし下さい。

湘南ブロック

湘南ブロック交流会は例年は立てた計画の全てを実施してきましたが、昨年だけはコロナに翻弄されて計画の25%しか実施できませんでした。又、施設ボランティアも施設内感染を避けるため6施設すべての活動を中止せざるを得ませんでした。

一方で個人会員へのボランティアはかつてなく活発で、会員同士の助け合い活動が大きく進みました。本年①交流会はコロナ下でも開催できる工夫をした計画を立て、力強く進めたいと考えています。②施設支援はコロナ終息が見通せない中、施設側の判断を待つて対応します。③会員間の助け合いボランティアは、ニーズの高まりに誠心誠意全てに応える取り組みを進めます。

又、気軽に助けて・手伝ってといえる風土醸成も引き続き取り組みます。

西ブロック

日々の生活が新型コロナに大きく左右され続けた2020年でした。

ナルクのボランティア活動は、屋外での活動に限定されたものになり、ほぼ休眠状態が今も続いています。その中で西ブロックが手掛けた「いずみ野駅前の草取り」は4月から12月まで5月を除いて毎月実施し、住民から感謝の声を頂くようになり、地域に奉仕する活動として定着しつつあります。

新たな年を迎えましたが、新型コロナ感染の終息は見通せず、ナルク活動も前年度のようにコロナ対策を取りながら進めていくことになると想定されますが、個人支援の活動を中心に行えることを模索していきます。また、会員拡大のキャンペーンは昨年からの継続の課題です。目標達成に向け努力します。

中央ブロック

令和2年は新型コロナ問題で振り回された1年でした。交流会は3か月間開催できず、「施設支援活動」は園芸活動を除きほぼ皆無となりました。

このため「支援活動」はナルク本来の活動の柱である「個人支援活動」に注力、昨年は数件の個人支援活動が実施できました。また交流会についてはコロナが契機ですがLINEのビデオ通話機能を活用して「在宅での交流会参加」を試行しました。

新型コロナ問題の早期収束が見通せない令和3年は、

①会員拡大

②個人支援活動の活発化

③交流会の工夫（出席者が能動的に参加可能なテーマの設定・LINEやZOOMを活用した在宅参加）を中心に全員参加型の活動を目指します。

新入会員のひとこと

北ブロック

角 麻佐

ここしばらく気にしながらも手を出せないでいた窓掃除など。「どなたか手伝って下さらないかしら」とサークル仲間で、お顔の広い〇さんに世間話の中でお話をしました。

「それならこんな方がおられるわよ」と、ナルク会員のYさんをご紹介いただきました。

依頼後、早速お掃除して頂いて、懸念がなくなりさっぱりとしました。

趣味の会などのお話も伺いましたし、又今後、季節によりお願いする事もあるやもしれません。会の事も理解せぬままの入会でしたので、少しずつ歩みたいと思っています。

湘南ブロック

澤田純二・多美子

日頃はボランティア等に関心もなく「ナルク」の存在もほとんど知りませんでした。

先般、図らずも日頃お世話になっている棟保さんから「特に強制はないから」と勧められ2020年10月に入会しました。先日新入会員研修会を受けてナルクの様々な活動を知ることが出来ました。その中で特に興味を持ったのは「信頼できる会員相互の助け合い活動」です。

コロナ後には私ども夫婦でできる事があるかもと考えております。

私どもの様に先ずは入会、そして活動を知るのも有りかと思っています。

2020年新入会員紹介（敬称略）

昨年1年間に、これだけ多くの会員をお迎えし私たちの仲間が増えました。

2月	臼倉 富男 (北)	9月	渡辺 勝佑 (北)	11月	藤本 隆司 (西)
	柏木 容子 (北)		横溝 眞行 (湘)		西村 文夫 (西)
3月	山口 素夫 (北)		澤田 純二 (湘)		栗野 久子 (中)
	麻津子 (北)		多美子 (湘)	12月	出田 とみ江 (湘)
	増渕 和弘 (北)		北村 純子 (湘)		
	佐和子 (北)		手島 登一郎 (中)		
	森川 一江 (湘)	10月	角 洋 (北)		
4月	沼尾 雄一 (湘)		麻佐 (北)		
	米山 芳夫 (西)		杉 理世子 (湘)		
7月	平井 満智子 (西)		圓城寺 正時 (湘)		
	塚本 美智子 (西)		谷村 美枝子 (西)		
8月	木下 正行 (北)		増原 信平 (中)		
	ヒデミ (北)		佐知子 (中)		
	森谷 宣郎 (湘)				



会員勧誘活動事例報告

湘南ブロック 棟保 禎彦

趣味を通じて知り合った友人に「会員勧誘キャンペーン」を展開中であるが、運営委員として率先垂範する立場にある事をありのままお伝えしたところ「わかった入会しよう」と即座に応じていただきました。（趣味の友人3名）又、会員宅を訪問してキャンペーン推進のご説明をして居りましたところ、奥でその話を聞いておられた奥様が玄関先まで出てこられて「わたし入会してもいいわよ」とご返事いただきました。（配偶者のご入会4名）

又、包括支援センターのお世話になっている会員から「包括支援センターの方に会報やパンフレットを渡してナルクをPRしているよ。もう一度念押ししておくからね」とありがたいお話を頂きました。

ご近所・自治会・趣味の会・OB会などで知り合った知人にざっくばらんに、先ず話しかける・先ず行動を起こすと、人は意外なほど応えてくれることを学びました。

臆せず行動する勇気と、即効を求めず地道に種を蒔き続ける事が大切と痛感しています。

「時間預託点数譲渡活用班」の取り組み

班長 増原 恵輔

1. 時間預託点数の生前譲渡制度の新設：会員の兄弟・姉妹・子供が入会する際、会員の保有する時間預託点数を、1回限り50点を限度に譲渡できることとなりました。
 - (1) 今回の制度新設により、兄弟・姉妹及び子供世代への支援拡大とナルクの若返りが期待できます。また会員が保有している預託点数の活用ができます。
 - (2) なお、兄弟・姉妹・子供に譲渡された預託点数は、それぞれの配偶者・両親・子供（義務教育以下）も利用できます。
 - (3) この機会に、兄弟・姉妹・子供に対して入会して頂くよう働きかけをお願いします。なお、子供については現役世代で当面は「会費会員」が多いと思われそうですが、兄弟・姉妹については「活動会員」「利用会員」いずれも期待できます。
2. 未入会配偶者への働きかけ：会員の配偶者で未入会の方に入会をお勧めしましょう。
 - (1) ナルク横浜では、約20会員の配偶者が未入会となっています。従来、この分野にはほとんど目が向けられていませんが、今回の会員拡大キャンペーンを機に対象会員の皆様への働きかけを行っています。この結果、既に約10会員の配偶者に加入いただきました。
 - (2) 新たに会員になっていただいた配偶者は、今回の「会員拡大キャンペーン」の新規会員となるほか、会員が万一の場合は会員の保有するすべての時間預託点数が譲渡されます。（配偶者が会員でない場合は、亡き会員の保有する点数は消滅します）。

会員の親族に対する働きかけは今回初めての試みですが、まず皆さんの身近なところへの2つのアプローチをよろしくお願いします。

一歩こう会

- 3月 中止
- 4月 相模川・上大島キャンプ場
周辺散策とお花見
日 時：4月1日（木）
集合場所：JR 横浜線 橋本駅
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

* * * * *
 朝日射す枯野一瞬筆やぎて
 臥す夫に聞く事多し年用意
 子の来訪いちぢに願ふ年用意
 暦替え佳きこと祈る年用意
 巫女たちの黒髪そろへ年用意

ち京洋昌未知
か子子子子子
ね

* *
 山棲みの居ながらにして枯野人
 断捨離の半端ながらも年用意

閑 閑
人 人

ハマッ子広場
ハマッ子同好会
講師



編集後記

もう80歳近くまで生きたからいつくたばってもいいと言う人がいますが、私は100歳まで「体も頭も健康」でいたいと願っています。そのために、セサミンやエゴマ油が良いと聞けば試してみる。衰えは足からというので、卓球やスクワットに挑戦している。勿論指先の鍛錬も忘れず続けている。ナルクボランティア活動も体力維持とボケ防止の有効な手段となっている。認知症や体力の衰えで寝込めば自分もつらい。家族はもっとつらい。心身ともに健康に生きる努力を続けてゆきたい。

編集委員 棟保 禎彦