



**特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ**
事務局:大阪市中央区常盤町2-1-8 FGビル大阪 〒540-0028
電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130

ホームページ <http://nalc.jp> **毎月1回
10日発行**
Eメール編集室 kaiho@nalc.jp

会員増強を取り巻く環境は厳しい でも頑張っている拠点もあります

本年度の定時総会が終わった(詳細2面)。神野会長は今年の目標として、課題の実践を訴えている。課題の第一は、やはり会員増強である。我々を取り巻く環境は厳しく、なかなか目標に到達できないのが現実だが、そんな環境下でも着実に成果を挙げている拠点もある。3つの拠点からの報告と、西村事務局長の訪問ルポから、本年の重要課題「会員増強」の現状に目を向けてみよう。

シルバー大学との提携 栃木拠点 事務局長 高倉浩三

会員の高齢化に伴い、栃木拠点も退会者の増加、平均年齢の上昇が顕著になっている。昨年度は入会者が49人、退会者は65人で、残念ながら会員数は16人の減となった。

活動をされている方が年々減少している。退会者が増える事柄が見受けられるので、昨年からは「年会費を支払うの負担を軽減する」に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続をお願いしている。

このままではいけない。これを今後継続していく。次にシルバー大学との提携である。栃木県シルバー大学校は地域のボランティア活動を担い手を養成する2年間の教育機関であり、栃木拠点会員の12%に当たる方が卒業生である。貴重な会員紹介元となっている。

来年度から同校のキャリアプログラムにナルクの活動状況を説明する機会を得た。これはナルクの知名度アップにつながる。入会者を増やす方策になるかと期待は大きい。今年9月の卒業生のガイダンス

活動をされている方が年々減少している。退会者が増える事柄が見受けられるので、昨年からは「年会費を支払うの負担を軽減する」に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続をお願いしている。

このままではいけない。これを今後継続していく。次にシルバー大学との提携である。栃木県シルバー大学校は地域のボランティア活動を担い手を養成する2年間の教育機関であり、栃木拠点会員の12%に当たる方が卒業生である。貴重な会員紹介元となっている。

来年度から同校のキャリアプログラムにナルクの活動状況を説明する機会を得た。これはナルクの知名度アップにつながる。入会者を増やす方策になるかと期待は大きい。今年9月の卒業生のガイダンス



八ヶ岳の溪流

写真・岩井偉

季節の輝き

八ヶ岳の溪流

写真・岩井偉

新入会員50人増へのこだわり

上田・千曲拠点
代表 内田雅久

数年前の会員増強全国キャンペーンの流れを受け、この2年間、拠点の増強目標数を50人と決め、運営委員会でも進捗よく状況を報告、目標達成に注力してきた。しかし、昨年度は47人、一昨年度は45人と、わずかに及ばなかった。

なぜ50人という数にこだわったかというところ、ここ数年、平均25人前後の会員が退会しており、拠点の維持、発展のためには、思い切った増強策を打ち出さねばならないと思ひ、50人という目標値を定めたのである。

会員増と地域活性化の道

茨木・摂津拠点
代表 石田あけみ

当拠点は今年7月で、設立24年目を迎えます。この数年間は活動会員の高齢化と会員減少傾向に直面し、地道な声掛けを心掛けてきましたが、その成果はなかなか上がりませんでした。そういう中で、ナルクの理念に賛同し

ア連絡協議会に加入したら」という提案があり、もっと地域と深くかかわろうと決意した。

そのボラ協の活動の中で市の高齢者福祉課、社協、地域包括支援センターとのつながりができ、困っている市民にナルクを紹介していただけた。紹介していただけた結果的に新入会員の増加に結びついた。

しかし、提供活動の95%以上が送迎に片寄ってしまい、提供会員の不足などでコーディネーターの苦勞も増え、シレンマに陥っていることも事実である。

高齢者の集いなどで感じるのは、歩くのもおぼつかない高齢者が多いことである。「どうやって来ているの? ナルクがあるよ」と思わず声をかけたくなる今日このごろである。

益田拠点の様子

本部事務局長 西村順子

益田拠点の昨年度時間預託活動は7000時間、会員数500人以上の大拠点でさえ、ここまで達していない。どうしてこのようなことができるのか、訪ねてみた。

設立して10年だが、発足当時から周囲には「我々は介護保険の隙間を埋める役目をします」と言い続けてきた。その結果、ここに来て、地域包括支援センターからの照会や依頼が引きも切らず、病院のソーシャルワーカーからも依頼が舞い込んでいる。

今までに1件だけ断ったことがあるが、基本的には断らない。支援内容は見守りや外出支援、草引きが主である。移送は1割程度で意外に少ない。現在15人ほどの提供者で支援に当たっているが、代表事務局長は率先して提供活動に走り回っている。

それでも「7000時間の活動は相当厳しいのでは」と尋ねると、昨年度はソーシャルワーカーからの依頼が数字を上げていくとのこと。



毎週木曜日はサロンの日。100歳体操が人気。

4月には会員が何人も山に行き、畑の草を抜き、ほうれん草と小松菜を収穫してバザーで販売しました。

今春の天候不順で野菜は育ち過ぎましたが、新鮮で無農薬の野菜は見事に完売! 慣れない農作業でしたが、達成感と連帯感に包まれたバザー当日でした。

過疎化が進む山間部と「助け合いの精神」がコロボすれば、地域の活性化と会員増につながるが、ナルクにとっても新たな可能性があるように思われました。

独居で認知症の老人が入院した際の付き添いである。夕方6時〜翌朝9時まで、病院の職員が手薄になるので、その間、誰かが見守る必要がある。しかし、誰もいないケースの場合にナルクに依頼がくる。

当然、徘徊などの問題行動を伴う場合と、病気のことで、「○○さんの草引きがあるけど、誰が行ける?」と、コーディネーターが声を掛けると、瞬間に11人が手を挙げた。食後の百歳体操はDVDを見ながら行う。これは益田市からの指導で、半年に1度、体力測定があり、効果を分析するためか個人々のデータがファイルされている。

こんないろいろなことができるのは、事務所が広いこともある。代表が経営する会社の一部を格安で借りているのである。環境もさることながら、全員が熱い。そして元気である。先頭に立つ者の気持ちは伝染するものである。

第23回定時総会5月30日大阪で開催

今年度の事業計画・役員人事等を承認

九州四国地方が梅雨入りし、関西地方も梅雨入りが秒読みに入った5月30日、第23回定時総会が大阪市のエル・おおさかで開催された。小雨が降りしきる中、全国から120人を超す正会員や代表者などが集結した。定刻の13時30分、西村事務局長の司会で幕が開いた。

神野会長あいさつ
会長に就任して1年が経ちました。ナルク創設者の高畑名誉会長からバトンタッチされた「会長」



第23回定時総会は大坂で開催

田亮吉氏(枚方拠点)が開会宣言。第1号議案から第4号議案の審議・採決が行われた。

第1号議案「2017年度事業報告および決算報告」では、西村事務局長から「退会者をいかに減らすか」ということが課題であるが、ナルクにおいても何事でも「理事・監事の選任」の議案に入らなければならない」とメッセージを送った。

第2号議案「2018年度活動予算」は月森事務局長が提案、1,2号議案は、文書で寄せられた質問に対する応答の時間帯。「交付金の問題」など事前の準備が整った質問に、執行部が丁寧に応答、第23回総会は終了した。

おらが拠点の 熱いひと

山口長伸さんの巻

どこの拠点にも、「いい」といって頼りになる人」っていませんか？



私どもは毎月、「会報・しれと」を発行しております。その中に「みんなのひろば」という会員の意見や作品などが投稿できるコーナーがあります。そのコーナーに「山口さんのじゃれうた」という短い

歌と漫画風の絵が毎月連載されています。これを見た会員は、戦中・戦後の苦しい時代を生き抜いてきた当時の生活体験を懐かしく、そして感慨深く思い起こしております。



山口さんの作品

戦後間もなくから今日に至るまでの世相を良くとらえてる。今でも多くの公職を持っています。専門は美術彫刻で、若いころは柔道もやっていたらしく、大きな体でのっし、のっしと歩く姿は、何物にも動じないという強さ

と安心感を与えます。普段は口数も少なく、他人の話にじっと耳を傾けるタイプです。堅苦しい会議が終わると懇親会に入ると、会場の雰囲気や和らぐと、「ハイ」

リレーエッセイ つれづれの記

日本の伝統芸能 その2 歌舞伎

歌舞伎とは江戸時代から続く絢爛豪華な総合芸術です。芝居・踊り・音楽で人々を楽しませます。奇抜な服装で世間の常識から外れた行動をする「かぶき者」の扮装を「出雲の阿国」という女性がまねた「かぶき踊り」がルーツと言われています。武家や公家の事件、庶民の世相などの話を、華やかな衣装と巧妙な舞台演出で娯楽性豊かに観客を楽しませます。



（女殺油地獄 曾根崎心中 め組の喧嘩 極付幡随長兵衛など）

【舞踏】日本舞踏と呼ばれるものの多くは歌舞伎舞踏を発端としている。歌舞伎役者は流派をもっており、流派の祖が歌舞伎役者であったりする（京鹿子娘道成寺 鶯娘 藤娘 勸進帳 連獅子など）

【新歌舞伎】明治から昭和にかけて、劇作家や小説家などにより書き下ろされた作品。演劇の近代化により荒唐無稽を排して写実的なものが多い。せりふ重視で動きが少ない（桐一葉 頼朝の死 番町 皿屋敷など）

【新作歌舞伎】戦後書かれたもの。一般公募である（お江戸みやげ ヤマトタケル 野田版 研辰の討たれなど）

【各地の劇場】
【東京】歌舞伎座 国立劇場 明治座 日生劇場 浅草公会堂 新橋演舞場
【名古屋】御園座
【京都】南座
【福岡】博多座
【愛媛】内子座
【熊本】八千代座

【高畑名誉会長は、戦後の関西の歌舞伎の低調期を救うため、関西歌舞伎を愛する会を立ち上げ、組合（連合）、企業、各界に呼び掛けて先頭に立って観客動員を勧めた結果、今日の関西歌舞伎があります。（記・藤岡武）

私はこれで元気で

＝わたしの健康法お教えします＝

孫たちわ優しい

私は普段から健康のために栄養のバランスを考えて食材に気を使っています。それは「マ・ゴ・タ・チ・ワ・ヤ・サ・シ・イ」です。マは豆、大豆食品(みそ・納豆・豆腐)。ゴはごま、タは卵、チはチーズ・牛乳などの乳製品、ワはワカメ、ヤは野菜、サは魚、シは椎茸などのキノコ類、イはイモ類です。

これら9品目の食材を組み合わせて摂取すると良いと聞きました。

年をとるにつれ、「油ものは禁物」「肉から魚」「一汁一菜」といわれますが、肉には魚にない認知機能を高めるという動物性タンパク質が含まれているので、認知症には効果が大いとのこと。とにかく、バランスよく食事を取ることが大事です。私自身も今後、今まで以上に学んだことに気をつけて食事を取りたいと思っています。

(宝塚・川西拠点 安井理恵子) 皆さまお勧めの健康方法をどしどし投稿してください。宛先はナルク本部「編集委員会」です。

読者の広場

短歌

【堺泉北】

白つめ草摘んで編みたる冠に孫の笑顔と青く澄みし空

伊東雅子

俳句

【豊中・池田】

笹鳴きの意外に近き道帰る 長谷川由紀子
文字の彫り深き戦記碑春時雨 吉田みつよ
花冷えや熱き湯呑を持って遊ぶ 荒尾かつら
僻村は二人に広き卒業式 月野恵子
抜け殻のように坐りて花疲れ 辻月女

【堺・泉北】

春泥の闇夜住しきケアハウス 林光夫
梅かたし屋台の床机立てしまま 在間美都子
遠出せずとも眼の前のさくらかな 古野和香
嘯や大樹のしたのかくれんぼ 木下巨子

【栃木】

春霞富士を隠して駿河湾 小林龍水
朝焼けや夕方雪の寒さかな 芝尾鹿之助

川柳

【岐阜】

絵手紙にいい味出てる震える字 読み人知らず

畦道に土筆さがせど今年まだ 服部珍念
日をつけて窓に紅梅咲き満 服部みほこ
喪ごころも少しほころび梅一輪 鈴木桜子
山の湯の春は名ばかり風すさぶ 駒場まさゆき

随想

むかしあそび

【奈良】 横山好正

大和郡山市立筒井小学校一年生の生活科の学習にむかしあそびがありました。その授業に計4回我が

の授業に計4回我が 小学校一年生の生活科の学習にむかしあそびがありました。その授業に計4回我が

の授業に計4回我が 小学校一年生の生活科の学習にむかしあそびがありました。その授業に計4回我が

の授業に計4回我が 小学校一年生の生活科の学習にむかしあそびがありました。その授業に計4回我が

拠点だより

【かずさ】 施設でのボランティアをスタートさせました

【堺】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【かずさ】 施設でのボランティアをスタートさせました

【堺】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

ナルクの現勢 2018年6月現在 地域別活動拠点数表

本部 住所電話は1面 題字下に記載

編集長雑感 現在の編集委員を50音順に紹介します

楽しいひと時です。ご夫妻はデイサービスに行かれていますが、息子さんが時々来られる以外は訪問者は余りなく、私たちが心待ちにしているらしいです。

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

【奈良】 誕生カード

団体賛助会員 (5口以上・敬称略)

あいおいニッセイ同和損害保険・大阪ガス労働組合・亀岡病院・関西電力労働組合・近畿労働金庫・公益社・CGCグループ・全電通近畿社会福祉事業団・全東レ労働組合連合会・東北電力労働組合・東北発電工業労働組合・日新製鋼労働組合・パナソニック・パナソニックグループ労働組合連合会・パナソニックエコソリューションズ労働組合・丸十服装・妙見閣寺・UAゼンセン・ユアテックユニオン・信和ゴルフメンテナンス・労働者福祉中央協議会・四国電力生活協同組合・日通旅行・亀岡松花苑(みずの木)・ライフ薬局・(株)明倫社・ダイハツ労働組合・ダイキン工業労働組合・デーサービスセンター(DSC) さくら