



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
 Eメール編集室・kaiho@nalc.jp 10日発行

活動に幅を！運営にゆとりを！ 変貌するナルク

福祉調査センターの全容を探る

ナルクは、設立当初から時間預託による会員同士の助け合いを基本活動として活動拠点の全国展開を図ってきた。25年目を迎えた現在では、今までに貯めた預託点数の利用による助け合い活動が微増傾向にある。最近の世相は25年前と様変わりしており、人生100年時代、終身雇用制減退、年功序列崩壊の流れの一方で雇用延長、年金支給の先送りといった風潮が目立っており、高齢者がボランティアを志向できる時間が厳しくなっているようである。ナルクが団体を運営する財力は、会費と寄付金。時間預託活動一辺倒では厳しくなっていることも確かである。本部も活動拠点をそれぞれで、定款の定める範囲内で種々事業にトライし、活動面での幅を広げ、財政面での配慮に取り組んでいる。今月号ではまず事業規模が大きい福祉調査センターの活動に焦点を当ててみる。

季の輝き



信州の秋 白馬村にて

写真・岩井 偉

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

北海道は九州、中国、香川、愛媛を合わせたかなりの大きさがあり、その道内にあるグループホームをカバーしていくとなると、各拠点を超えた調査員の応援も必要であり、交通費の増加、宿泊費の発生など事業者への負担をお願いしなければなりません。(記・小山孝)

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

ナルクは、高年齢者等の福祉への寄与と組織の財政的な支援を目的として、平成17年に福祉調査センターを設置し、高齢者施設や保育園など法令で受審を義務付け、あるいは要請されている業種への第三者による評価調査事業を神奈川と大阪で開始しました。その後、各地の拠点をセンター設置の動きが始まりましたが、地元自治体、同業他社、調査員確保などの面から立消えたりもあって、現在は全国で8か所

★「ナルク(NALC)」はNPO法人ニッポン・アクティブライフ・クラブが発行する情報誌です。我々は高齢者の声の代弁者として質の高い情報を発信します。

ピスの質の向上に、第三者評価事業を通じて、いささかでも貢献し、以て社会全体の福祉の向上を図るべく、より多くの評価実施に向け、広く調査員を募集しています。ナルク会員の皆さま、評価活動を通じて社会参加をしてみませんか。

(記・野村勉)

【岐阜】ナルク岐阜は2007年2月、岐阜県から第三者評価事業の認証を受け活動開始し、今年で12年が経過しました。

初めの3年間は、知名度の低さもあり、開店休業状態が続いていました。

【滋賀】滋賀県は琵琶湖を真ん中に拠点分散しており、湖西、高島、彦根、湖南の地区独立が必須で、「分室」として独立し、業務完了する仕組みをとってまいりました。

運営の基本は4分室で構成し、湖西本部の代表、経理責任者、事務局長、分室の責任者会議(年4回)と事務局会議(毎月)で運営。その連携は密で、全ての情報連絡や意見調整はEメールで迅速に実施しています。

【大阪】大阪では保育園・障害者(児)施設・特養・デイサービス・グループホーム・児童養護施設など幅広い分野で、評価・調査を行っています。

【兵庫】設立時期は古く、本部の呼び掛けで1999年6月、当時の神戸・西宮尼崎・宝塚川西・北神三田の4拠点でセンターを設立しました。

【中央センター】現在、中央センターは前出8か所のセンターのまとめ役的な存在です。具体的には各センター間の横のつ

【兵庫】設立時期は古く、本部の呼び掛けで1999年6月、当時の神戸・西宮尼崎・宝塚川西・北神三田の4拠点でセンターを設立しました。

【中央センター】現在、中央センターは前出8か所のセンターのまとめ役的な存在です。具体的には各センター間の横のつ

【兵庫】設立時期は古く、本部の呼び掛けで1999年6月、当時の神戸・西宮尼崎・宝塚川西・北神三田の4拠点でセンターを設立しました。

おらが拠点の 熱いひと

交野拠点 堂野喜美子さんの巻

交野拠点(いわふねクラブ)の熱い人は、当クラブの「合唱の会」を指導している堂野喜美子さんです。



交野拠点をされている方で、ボランティア活動として里親制度の応援歌、更生保護女性会コーラス、みどりの風(星田コーラス)などの指導や保護司として、

私たちが練習ではまず準備体操をしてから発声練習をします。「お尻のアナを締めて息をお腹から頭の上に向けて出すイメージ!!」など、的確な指導の中にもユーモアの

私たちが練習ではまず準備体操をしてから発声練習をします。「お尻のアナを締めて息をお腹から頭の上に向けて出すイメージ!!」など、的確な指導の中にもユーモアの

私たちが練習ではまず準備体操をしてから発声練習をします。「お尻のアナを締めて息をお腹から頭の上に向けて出すイメージ!!」など、的確な指導の中にもユーモアの

私たちが練習ではまず準備体操をしてから発声練習をします。「お尻のアナを締めて息をお腹から頭の上に向けて出すイメージ!!」など、的確な指導の中にもユーモアの

私たちが練習ではまず準備体操をしてから発声練習をします。「お尻のアナを締めて息をお腹から頭の上に向けて出すイメージ!!」など、的確な指導の中にもユーモアの

堂野さんは以前から長年、地域のためにいろいろな活動



堂野さんは以前から長年、地域のためにいろいろな活動

堂野さんは以前から長年、地域のためにいろいろな活動

堂野さんは以前から長年、地域のためにいろいろな活動

堂野さんは以前から長年、地域のためにいろいろな活動

堂野さんは以前から長年、地域のためにいろいろな活動

堂野さんは以前から長年、地域のためにいろいろな活動

★「ナルク(NALC)」とはNPO法人「ニッポン・アクティブライフ・クラブ」(Nippon Active Life Club)の通称です。



サミットが行われた大阪府立国際会議場

9月9日、10日「いきがい・助け合いサミット」盛大に開催

公益財団法人「さわか福社財団」(会長・堀田力氏)が主催する「いきがい・助け合いサミットin大阪」が9月9、10日の両日、大阪国際会議場(グランキューブ大阪)で開かれた。

会場には全国から3000名を超える参加者が集い、熱心に議論を展開した。

集まったのは生活支援コーディネーター、協議体の皆さん、行政、社協、包括の担当者、民生委員、自治会役員、NPO、そして志ある助け合いの仲間たち。分科会だけでも54もあるという本格的なサミットで、ナルクも全

面的に協力した。全体シンポジウムは「共生社会をつくる地域包括ケア」をテーマとし、堀田会長の進行で識者4名がそれぞれの意見を発表し、議論が展開された。

ナルクは神野会長が「企業OBに、助け合いによる生活支援活動への参加を促すにはどうすればよいか」の分科会の進行役として企画。

ナルクが企画運営の全てを任せられた「時間預託をどう広めるか」の分科会では西村事務局長が進行役を務め、登壇者として和生水戸拠点

代表、近藤枚方拠点副代表、浅野徳島拠点代表が拠点の時間預託活動について発表し、出席者に感動を与えた。さらに函館拠点の中村事務局長が「担い手養成講座の成果を生かす方法は何か」の分科会に登壇したほか、寺井副会長が現在進めている総合事業の展開の中で「現場視察を有効に行うには、どんな工夫をすればよいか」について意見を開陳した。(詳細は11月号に掲載)

代表、近藤枚方拠点副代表、浅野徳島拠点代表が拠点の時間預託活動について発表し、出席者に感動を与えた。さらに函館拠点の中村事務局長が「担い手養成講座の成果を生かす方法は何か」の分科会に登壇したほか、寺井副会長が現在進めている総合事業の展開の中で「現場視察を有効に行うには、どんな工夫をすればよいか」の分科会に登壇した。寺井副会長が現在進めている総合事業の展開の中で「現場視察を有効に行うには、どんな工夫をすればよいか」の分科会に登壇した。



ナルクとの出会いに感謝

枚方拠点

本年5月は天皇の生前退位が行われ、元号も「令和」と改元されました。

ナルク本部、枚方拠点も設立25周年を迎え、一つの節目として新しい時代の到来が期待されています。

私自身もナルクに入会して10年、時間預託を中心としたボランティア活動と共により、「出来ること」を、出来るときに、出来る方法で」の3本柱

代表、近藤枚方拠点副代表、浅野徳島拠点代表が拠点の時間預託活動について発表し、出席者に感動を与えた。さらに函館拠点の中村事務局長が「担い手養成講座の成果を生かす方法は何か」の分科会に登壇した。寺井副会長が現在進めている総合事業の展開の中で「現場視察を有効に行うには、どんな工夫をすればよいか」の分科会に登壇した。

間との絆が何より大切なのではないでしょうか。

私自身も、これからは事務局長の任に当たっておりましたが、この10年を振り返ってみますと、特技もなく、活動も少なかった私にとって良かったのは、ナルクの活動に真剣に取り組まれていて多くの会員との出会いがあり、その活動を通じて培われた絆や感動が自分自身の大きな喜びとなり、財産になっています。

「何かに一生懸命になっている姿は何よりも美しく尊い」という言葉が大好きで、ボランティア活動は、まさにこの言葉通りであり、自分のためにも、この言葉をもつて進んでいきたいと思っています。

現在、ナルク全体として会員の高齢化や減少による活動の停滞が危惧され、新しい仕組みや取り組みが検討されています。これらが一日も早く具現化され、今後への大きな勇気と明るい希望につながっていくことを願っています。

「ナルクとはどんな団体ですか」「どんな活動をしているのですか」「会員の年齢や人数は」「年会費や人数は」「年会費や人数は」など、司会者からいろいろな質問を受けました。

設立当初から介護施設への支援活動を行っていること、会員相互の助け合い活動、サークル活動や道東拠点との交流活動などをお話ししました。

マイクを前に緊張しましたが、20分という限られた時間で多くのことをお伝えできたと思います。人生百年の時代、支え合う社会を目指して「楽しい・安心・感動のナルク」のストーリーを伝えることが出来ました。

流れ、番組は終了しました。

堀田会長の講演に「堀田会長の講演に」

堀田会長の講演に「堀田会長の講演に」

堀田会長の講演に「堀田会長の講演に」

堀田会長の講演に「堀田会長の講演に」

が増えた。これに對しては、「助け合い」気持ち、自分で出来ることは自分でする」が大切と説かれた。

その中でナルクは、「皆で助け合おうよ」と地域に呼びかけてほしい。会員だけの助け合いから「広く地域に開いたナルクサロン」を中心に活動してはどうか。厳しく暗くなりかけている社会に、「助け合う気持ち」を大切に、新たな道を切り開いてはどうか。と結ばれた。

この先生のお話に堺泉北拠点の将来を考えた。皆さんも一緒に考えていこう。ボランテア日和と

大学生と共同でクリーンアップ作戦 高槻・島本拠点 青山忠史

6月22日、令和になって初めての駅前クリーンアップ作戦の日です。

今回は初めて関西大学ボランテアセクターの皆さんの協力をいただきました。ナルクの会員25人、関大生女子4人、男子1人の30人が参加してくださりました。

梅雨の時期で、天気が心配でしたが、前日夕刻、激しい夕立に見舞われたにもかかわらず、当日は太陽も顔を覗かして、暑さもほどほどで、ボランテア日和と

なりました。草木も若葉の時期を迎え、木々も伸び放題でした。せん定組の皆さんはバリバリフル活用して活躍です。草取りは前日の夕立のおかげで、比較的作业はやりやすかったと思います。

今回は若い美女、イケメンに囲まれ話も弾み、作業もスムーズに進みました。まるで孫と一緒に過ごすような感じでした。学生の皆さんもナルクの活動に感銘を受けたようで、次回もぜひ参加したいとの要望がありました。今回参加できなかった皆さん、次回ぜひどうぞ。

「ナルクとはどんな団体ですか」「どんな活動をしているのですか」「会員の年齢や人数は」「年会費や人数は」など、司会者からいろいろな質問を受けました。

設立当初から介護施設への支援活動を行っていること、会員相互の助け合い活動、サークル活動や道東拠点との交流活動などをお話ししました。

マイクを前に緊張しましたが、20分という限られた時間で多くのことをお伝えできたと思います。人生百年の時代、支え合う社会を目指して「楽しい・安心・感動のナルク」のストーリーを伝えることが出来ました。

最後に「釧路空港」(山内恵介)の曲が

新連載スタート

全国の拠点には素晴らしい同好会があり、多くの方が日々研さんに励んでおられます。あなたの拠点の自慢の同好会の活動の様子、エピソードなどを紹介してください。

文字数約800
写真1枚添付
これに伴い、読者の広場(俳句・短歌などの欄)がなくなりますのでご了承ください。

大学生と共同でクリーンアップ作戦 高槻・島本拠点 青山忠史

6月22日、令和になって初めての駅前クリーンアップ作戦の日です。

今回は初めて関西大学ボランテアセクターの皆さんの協力をいただきました。ナルクの会員25人、関大生女子4人、男子1人の30人が参加してくださりました。

梅雨の時期で、天気が心配でしたが、前日夕刻、激しい夕立に見舞われたにもかかわらず、当日は太陽も顔を覗かして、暑さもほどほどで、ボランテア日和と

が増えた。これに對しては、「助け合い」気持ち、自分で出来ることは自分でする」が大切と説かれた。

その中でナルクは、「皆で助け合おうよ」と地域に呼びかけてほしい。会員だけの助け合いから「広く地域に開いたナルクサロン」を中心に活動してはどうか。厳しく暗くなりかけている社会に、「助け合う気持ち」を大切に、新たな道を切り開いてはどうか。と結ばれた。

この先生のお話に堺泉北拠点の将来を考えた。皆さんも一緒に考えていこう。ボランテア日和と

なりました。草木も若葉の時期を迎え、木々も伸び放題でした。せん定組の皆さんはバリバリフル活用して活躍です。草取りは前日の夕立のおかげで、比較的作业はやりやすかったと思います。

今回は若い美女、イケメンに囲まれ話も弾み、作業もスムーズに進みました。まるで孫と一緒に過ごすような感じでした。学生の皆さんもナルクの活動に感銘を受けたようで、次回もぜひ参加したいとの要望がありました。今回参加できなかった皆さん、次回ぜひどうぞ。

自慢の郷土料理もご紹介ください yamay@peach.plala.or.jp
〒540-0028 大阪市中央区常盤町2-1-8 F Gビル4F ナルク編集部

私の簡単料理・自慢の一品

おすすめレシピ

紅白なます

年末の「おせち」に欠かせない一品ですが、ひっそりと脇役の「紅白なます」は、実家の静岡県富士市では、どこの家でも一味加えた「なます」を作ります。

【材料】

大根	500g
人参	80g~100g
酢	大さじ2~3杯
砂糖	大さじ2杯
塩	小さじ1杯
落花生	150g~200g(炒ったもの)

【作り方】

千切りにした大根と人参は、塩でしんなりさせて軽くしぼり、落花生はすり鉢で細くなるまですり潰します。すりつぶした落花生に酢と砂糖を加え、軽くしぼった大根と人参を加え合わせます。各々の好みで酢と砂糖は加減してください。

~ひとこと~

落花生が多ければ「こく」のあるお味になり、栄養的にも優れています。お試しください。

水戸拠点 日高昌子

読者の広場

短歌

【ふくい】野の隅に密かに咲ける小花とてその見事さ
は神の造形 吉村邦男

【茨木・摂津】酒井久美子

【茨木・摂津】ひとときの鏡となりて水田は梅雨の晴れ間
の空を映せり めだか

【びわこ高島】体調をくずして思うありがたさ食事のおい
しさを語る喜び 恭子

【銚子】留守宅のアジサイの花寂しげに
初夏の風地蔵菩薩にそっと触れ 一戸建 恵

俳句

【横浜】日を選び梅干しひと日暮れにけり
葉にかくれ水玉きらり青蛙 未知子 佳子

【堺】喜びを感じて
食事作りのボランティアに取り組んでい
ます。作るの夕食
で、6人の会員が2
人1組のローティン
ションを組んで毎回、
3〜5人分の食事を
作ります。



私たちが調理台に置かれた献立表を見て調理をします。

【大阪南】ボウリング大会開催
健康志向の高まり
もある中、我が拠点

御神馬も長梅雨つれい空ながめ
青蛙ペランダに居て葉の如し 道子 佳美

【栃木】捨てる服あれこれ増える更衣え
連れ鳴きて草地横切る四十雀 小林朗

【ふくい】初なりの胡瓜一本仏前に
お好みの柄は黒色日傘さす 松原宗弘

【茨木・摂津】馬の目に映るあざみと日本海
日々育ち活気漲る柿若葉 仲野弘子

【横浜】やさしさに触れると溶ける胸の石
金融庁本音漏らして大目玉 新井鏡子

【岐阜】川柳 田中浩美

【水戸】人の善意はいっぱい受けた少し返そうボラ
ンティア 助川浩史

【大阪南】ボウリング大会開催
健康志向の高まり
もある中、我が拠点



昭和時代のボウリングブームが再来し、久しいが、その時

【大阪南】ボウリング大会開催
健康志向の高まり
もある中、我が拠点

随想

【ながの】大井友夫
定年後、本格的に
始めた野菜作りも20
数年の歳月を経た。
野菜作りは日照、降
雨、気温のほか諸々
の自然環境の条件が
多種多様にある。そ
れに収穫した作物の
出来は一樣ではな
く、とても難しいも
のづくりだ。



【宮城】大場恵美子
年齢からみれば、
私は真正正銘の「シ
ニア」でも従来、
明るい色が大好きな
私は身に着ける洋服
などは「年齢なんて
関係ないわ」と、大
胆な色合いのものを
選んで着ている。

【びわこ南東】いま楽しんでい
ることは、今年定期総会
の言葉もいたたま
れず、開設計に伴う大
変さも忘れさせてく
れる、うれしい訪問
となりました。

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

【各務原】大垣拠点から事務所
開設のお祝いをして
いただきました

Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of Activity Bases). Rows include 北海道地区 (11), 東北地区 (5), 関東地区 (24), 信州地区 (5), 北陸地区 (2), 中部地区 (8), 近畿地区 (39), 中国地区 (7), 四国地区 (6), 九州地区 (3), 合計 (110).

Table with 2 columns: 海外 (Overseas) and 活動拠点数 (Number of Activity Bases). Rows include ナルクUSA (1), ナルクスイス (1), ナルクUK (1), ナルクオランダ (1).

本部 住所電話は1面
題字下に記載
東京事務所 〒105-0004
東京都港区新橋6-15-8
空調ビル 2F
電話03-6435-6351

敬称略

あいおいニッセイ同和損害保険・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・東北電力労働組合・東北発電工業労働組合・日鉄日新製鋼労働組合・パナ
ソニック・パナソニックグループ労働組合連合会・丸十服装・ユアテックユニオン・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

★「ナルク(NALC)」は最寄りの活動拠点からお届けします。お問い合わせは電話06-6941-5448(代)ナルクへ。