



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**

2019年を振り返る 令和時代にナルクはどう生きる?

間もなく令和元年も終わろうとしている。今年もナルクにとっても、その歴史に残る一年であった。何と云っても注目は年号の変更のさ中、5月に行われた「設立25周年記念イベント」であろう。全国から650人を超えるナルクの会員が大阪のドーンセンターに集まり、大記念式典を行った。そのほか9月にはさわやか福祉財団の主催する「いきがい・助け合いサミットin大阪」の分科会運営に積極参加するなど、大きなイベントが相次いだ。また本部においては、昨年度設置したビジョン委員会の答申を受けて、向こう3年間のナルクの進むべき道を示したほか、拠点においては設立周年記念イベントが相次ぎ、各地で「ナルクここにあり」を示すことができた。この多彩な1年を西村事務局長に振り返ってもらった。

この1年を振り返って

事務局長 西村順子

早くも1年を振り返る時期になりました。歳を重ねる毎に時の過ぎるスピードが増して、つい最近の出来事ははるか遠くに感じられます。そこでこの1年に、どんなことがあったかを思い返してみます。

毎年の事ながら、ここ数年、我が国を襲う天災が増えたとはいえませんか? 年明け早々には北海道や熊本で震度6の地震がありました。台風シーズンには連続

して大きな台風と大雨が関東地方を襲い、甚大な被害を及ぼしました。ナルクの会員宅も床上浸水や屋根瓦の損傷などで被害を受けた方がおられます。いずれも拠点の仲間が力を合わせて支援に動いたこと事です。被災された方々へのお見舞いの気持ちと拠点の皆さまの素早い行動に頭の下がる思いです。

火災による大きな事件・事故もありました。京都アニメーションが訳の分からない男に放火され、無縁ではなく、「移送」を中心とした活動している拠点に、いろいろな影を落としています。公共交通機関が十分でない地域ではナルクの移送が大きな移動手段であり、その地の高齢者からは随分感謝されています。しかし、この種の事故がある度に提供者は、免許証の返納や、ボランティアでの移送活動を止めるように、家族から責められます。そのために移送活動に制限を設ける年齢に制限を設ける拠点も出てきました。

「事故が起きてからでは遅い」と、「足を奪われて困っている人を助けなければ」との、どちらも正しい意見の狭間で拠点は苦渋の選択をしています。

夢が膨らむ出来事もありました。小さな宇宙探査機「はやぶさ2」の偉業です。はるか遠い惑星まで旅をし、その岩石を採取してそれを持ち帰るとの計画で、既にいくつものミッションをこなし、無事の帰還を祈るばかりになっていきます。科学の世界は凡人には想像もつかない速度で進歩しています。元号が替わり、「令



寒ブナ漁 西の湖にて 写真 隈井九州男

和」の呼び名も馴染んできました。即位礼で目にした古式ゆかしい儀式に、我が国の歴史と伝統的な文化に、改めてこの国の国民であることに誇りを持った祝賀行事でした。

ナルクにも新時代が到来

時を同じくして、ナルクも新しい時代に向けてビジョンを示しました。

設立以来25年、「時間預託」という斬新なシステムを作り、時代背景にも後押しされて急速に伸びた時期がありました。しかし、10年前をピークに会員数・拠点数が右肩下がりに転じています。これには様々な理由がありますが、急激に伸びたときと同じく時代背景が大きく影響していると思えます。

しかし、「仕方がない」で済ませるわけにはいきません。知恵を絞って新たな時代に適応したナルクにしていくべく、いくつかの対策を示します。

「自立・奉仕・助け合い」を軸とした活動の成果と各地の名産品が並び、人気の商品があります。私達が掲げている理念と全く同じです。今、「生きがい・助け合い」はそんなパワーの真髄を見た「リ」です。

ナルクの行事ではありませんが、ナルクと縁の深いさわやか福祉財団(堀田力会長)が主催する「いきがい・助け合いサミットin大阪」なる大イベントが開催され、ナルクからも大勢が参加しました。参加人数3,000人。全国から福祉関係は言うに及ばず各界の著名人が登壇する分科会が54も用意されました。今回は大阪での開催でしたが、

ナルク25年、新たな時代へ!

自立 生きがい 助け合い 理念

変化をとらえ 組織の充実!!

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ

その介護保険が頼りにならなくなってきた現在、ナルクはどうすべきか? 時代の先端を行くナルクだから今後も期待している」とお褒めの言葉とプレッシャーをいただきました。

講演後のお楽しみですが、行き着くテーマは「生きがい・助け合い」です。

来年は名古屋、再来年は横浜での開催予定ですが、行き着くテーマは「生きがい・助け合い」です。

仲間同士の助け合いを地域にまで広げる

ナルクの理念は「自立・奉仕・助け合い・生きがい」です。私達が掲げている理念と全く同じです。今、「生きがい・助け合い」はそんなパワーの真髄を見た「リ」です。

介護保険が施行されて20年になります。もうはやや縮びこりました。保険料は上がったも給付は押さえられます。おまけに要支援は介護保険から外されて地方自治体の地域支援事業に移され、地域によって給付の差があります。国の税収が減れば公助は当にありません。

残された道は互助です。即ち助け合いしかありません。



25周年記念では作品展と物産展も開かれた

しかし、我々は、戦後の高度経済成長を遂げる間に、助け合いのテクニックを忘れてしまいました。個人主義が是とされ、気遣いはお節介とされてきました。これはいきなり「地域で助け合いましょう」と言われてもできることではありません。ナルクの「仲間同士の助け合い」を徐々に広げて、地域での助け合いの核になれるものではないでしょうか。そして誰かを支えることによって、自分も生きがいをもたえて心豊かになれる。制度ではコントロールできないソフト中のソフト面をどうにかして我々が訴えてきたものです。

高齢者が高齢者の全てを支えることはできません。しかし、部分的に支えられるところがあります。一緒に買い物に行ったり、世間話をしたり、お茶を飲んだり、そんな些細なことが地域で普通に行われるようになれば、高齢者は孤立せずに暮らせますし、支える側も生きがいを得て元気になると思います。

令和元年の終わりに、この1年を振り返りつつ、新しい年へのナルクのイメージを作っていきます。

枚方拠点

設立25周年記念行事を盛大に開催

枚方拠点(天の川クラブ)は10月25日、

ひらかた仙亭で「設立25周年記念パーティー」を開催した。

福祉施設関連の来賓、本部の神野会長、西村事務局長、交野

拠点などの皆様が出席のもと、197名による記憶に残る大パーティーとなった。

本年は恒例のイベントの実施を見合わせて、25周年行事に絞り込み、「楽しいナルク」を美観のテーマで、楽しいプログラムづくりを心がけた。

午前は巧みな話術に盛り上がった。最後はビンゴゲームで会場は活気と笑顔に満ちて「天の川クラブ」会員として、ワ



プロ顔負けの演技など大い

呈、10年の歩みを映像で紹介し式典終了。祝賀会は、神野会長の祝辞、社会福祉協議会長の乾杯、道東3拠点代表のメッセージをいただき、マジックショー、ナルクのOXクイズ、ビンゴゲームに会場が沸き上がった。

今年8月19日に5回に分けて行い、全会合には拠点3役員が必ず出席して会の運営状況を報告し、会員からの意見を真摯に引き出すようにしています。参加者総数は103人と昨年よりさらに多くなり、全会員の3分の1が参加しました。

今回は3月の20周年記念時に策定した「ナルク亀岡ビジョン21」をどのように実現していくかをメンバーに参加者で話し合いました。

特に安心のナルクを実現するための「ナルク19体制(相談窓口)の確立」や楽しいナルクを実現するための「地域のつどい」の実施方法について、具体的な提言が多く出されました。また、亀岡拠点の事務所を持っていくのですが、これが手狭で、手洗い等も使いにくい...といった会員の切実な声もありました。これらを集約した47項目について、9月と10月の運営委員会でも2回に分けて慎重に討議し、今後の拠点運営に生かしていく計画であり、すでに一部は具体的に動き出しています。

「私のおすすりめんど」は今月休載します。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が難しくなっていますが、何とか地蔵盆という伝統行事は残したいものです。

亀岡拠点 第13回 地域交流会開催

ナルク亀岡では、13年前から毎年「地域交流会」を開催し、近隣の会員同士が集まって膝を交えてナルクへの想いや意見、提言を出し合っています。運営委員会としては年一回の改まった定時総会の中では出しにくいような気軽な意見や本音が聞ける重要な機会と捉え、重要視しています。



町長の祝辞、元代表2名に感謝状を贈



西本淳子 交野拠点

交野の「ごきげんさん会」は毎月第2木曜日、15~20人の

独り暮らしのメンバーが集まり、事務所

で例会を開いています。テーマは特に決

めないで、フリートーク形式で情報交換

をしています。普段は独り暮らし

で気楽な反面、共通の悩み、困り事が

多々あり、結論は出ないものの、それぞ

れの考え方を聞かせ

てもらい、皆さん、

参考にさせていただ

いておられます。

生活の中の事例として、独り暮らし

を狙った〇〇詐欺の対処法、身辺の整理

大型台風15号で損壊を受けた会員宅への支援

かずさ拠点事務局

過去、経験したことのない超大型台風15

号は、9月9日深夜から未明にかけて、木更

津・君津地区を急襲し、長期停電と家屋

置は無事終了し、A

会員の言葉に感謝

の言葉をいただいた。

9月15日、N会員より、倉庫が倒壊したの

で撤去・整理をして欲しいという要請が

あった。たまたま当日は草取りポランテ

ィアの予定日だった

ので、作業終了後、5

人訪問した。まず、

区に住むA会員から

屋根補修の支援要請を受けた声刈代表は

現場を下見、中島地区在住の男性会員3

人に、出動を要請した。人とも快諾して

くれたので、ブルーシート調達組と屋根

昇降組みに分かれて作業に入る。緊急処

置は無事終了し、A

会員の言葉に感謝

の言葉をいただいた。

9月15日、N会員より、倉庫が倒壊したの

で撤去・整理をして欲しいという要請が

あった。たまたま当日は草取りポランテ

ィアの予定日だった

ので、作業終了後、5

人訪問した。まず、

区に住むA会員から

の整理を行った。処を安置し、グループ

分する物とまだ使え

る物に仕分けし、あと

は業者待ちというこ

とになったが、業者も

手一杯で、Nさんも

「気長に待たなければ

は仕方がない」と半

ばあきりめ顔だった。

地域行事にナルクの力を

びわこ高島拠点

8月23、24日は、

子供たちが待ちに待

った地蔵盆です。

私の地区ではお地蔵様毎にグループが

あり、順番に当たった家では、飾りを作

ったり行燈に絵を描

きたいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が

難しくなっていますが、何とか地蔵盆

という伝統行事は残

したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が

難しくなっていますが、何とか地蔵盆

という伝統行事は残

したいものです。

高齡化が進み、地域の行事も続ける事が

難しくなっていますが、何とか地蔵盆

という伝統行事は残

したいものです。

おらが拠点の 熱いひと

豊中・池田拠点 清水正弘さんの巻



豊中・池田拠点の「熱いひと」、清水正弘さんをご紹介します。

清水さんは現在副代表を務めてお

られます。岡山県瀬戸内市のご出身で、昭和40年、松下幸之助氏が創立した、松下電器株式会社(現パナソニック)へ入社

立候補され、7期連続、28年間の議員生活を勤め上げられました。

議長を辞めてから、本格的にナルクの活動に尽力される

携は清水さんの独壇場です。過日行われた拠点事務所

をとりついでくださるものと思っ

(記・大井文夫)



当拠点は昨年、設立15周年を迎え、現在会員数は60数名です。グラウンド・ゴルフ同好会は拠点設立と同時に発足し、現在も当拠点自立活動の中心として活動しています。

グラウンド・ゴルフ大会は当初年2回開催していましたが、現在は4回の開催です。参加者は平均20名程度です。競技は6ゲーム48ホールの個人戦で、楽しみは仲間との会話、昼食時の談笑、そしてゲーム終了後の成績発表です。

グラウンド・ゴルフはいつでも「どこでも」「だれでも」できる生涯スポーツとして昭和57年(1982年)に誕生し、今や全国各地で約350万人の愛好者がいます。平成27年(2015年)国民体育大会公認競技種目となり、国民的スポーツ

拠点だより

【上田・千曲】住民参加型の「支え合いづくり」に協力

上田市の公民課から、ナルクが実施している助け合いの活動内容について説明して欲しいとの依頼があり、代表・副代表・事務局長の3人が出席した。

「各務原」八十路会発足に向け

【茨木・摂津】障害者のプール活動を支援

として認知されるまでになりました。グラウンド・ゴルフは、年齢、性別、体力、運動能力などがプレーの結果に大きく影響することがないよう、各ホールの距離、用具などを工夫し開発されたスポーツです。また審判員を必要とさせません。自分の責任でプレーし、自分自身が自分自身を審判します。グラウンド・ゴルフはプレーヤー同士がお互いに教えあい、学びあうというスポーツの原点を大事にするスポーツなのです。



第1回京滋エリアグラウンドゴルフ大会

平成30年(2018年)の福井国体には、当拠点の女性会員が京都府代表の一員として出場し、京都府の

つげられたものと安堵しています。これからも、グラウンド・ゴルフの奥深さを追い求めていきます。(記・藍 慎二)

上位入賞(5位)に大きく貢献しました。グラウンド・ゴルフが取り持つ縁で、本年1月に京滋エリア会議が当拠点で開催された際に、エリア内で合同の交流催事にグラウンド・ゴルフ開催が決定しました。

読者の随想

クロヨンを見に行きました

そのクロヨンに「寝屋川拠点」の25人ほどが出かけた。寝屋川から大町まで400キロ走破して、翌朝、大町からクロヨンへスタートの予定。一般的には立山駅→美女平→弥陀ヶ原→室堂→大観峰→黒部ダム→大町



温泉は硫黄の香りのする天然温泉、料理は地元でとれた野菜と魚と地酒。それが最高の楽しみだ。今回のホテルでも料理は豪華で、期待のとおり楽しめた。それに加えて日本の誇るアルペンルート、この想像を絶する大自然の環境と人々が作り上げた創造の世界。そこに立つだけで心が躍動する。やはりクロヨンは観光地としても我が国随一の世界だ。

高槻・島本

同好会で体力測定

今年8月に市の職員も出席し、健康の講義を受けた後、「体力測定」が行われた。

栃木

市民公開講座で実践事例を発表

「地域で支え合う社会を目指す」と題する市民公開講座で、ナルクを含む4団体に実践例発表の機会が与えられた。

銚子

千葉科学大学看護学部学生との交流会

千葉科学大学との交流会は今年で4回目を迎えている。

Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of activity bases). Includes data for various regions like 北海道, 東北, 関東, etc., and a QR code.

団体賛助会員 (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