



**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親和ビル4階 〒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](mailto:kaiho@nalc.jp)

# ナルクの助けで生きられる

## 助ける人も生き甲斐を

最近「年をとって活動ができなくなった」という理由で、退会する人の話を耳にするようになった。だがちょっと待って欲しい。年をとったこれからはナルクの良さを実感できる時ではなからうか。介護保険では力にできない支援を、どんなナルクに申し出るべきだ。「近所のスーパーまでの買い物」「郵便局までのお使い」「部屋に物をちょっと付けて欲しい」など、決して遠慮する必要はない。そもそもナルクの原因は信頼関係から生まれる「会員同士の助け合い」である。最近では各拠点とも奉仕活動にも力を入れ、自立のための同好会活動も活発になっている。しかしこの「会員同士の助け合い」という原点を忘れてはナルクは成り立たない。いま本部には全国から「ナルク」によって救われた「ナルクあっての我が人生」といった感謝の事例が数多く寄せられている。今月はその幾つかをご紹介します。

### 夫の介護のときも一人になっても

佐藤律子さんのご主人、佐藤進一さんはナルク浜松支部の支部長(当時の呼称)として、設立に努力されると共に、創設期の苦勞を先頭に立って背負ってこられた人だった。その間に軽い脳梗塞を患ったが大事には至らず、ナルクや自治会の仕事に没頭されていた。

6年前の5月のある朝、いつもよりご主人の目覚めが遅いのを気にして寢室を覗いた律子さんは、覗いた律子さんは、シマッタと思わずその場に立ちすくんだ。あんなに気にしていたのに、そこには2回目の発作を起こし倒れ込んでいた。ご主人の姿があった。直ぐにドクターヘリで全国的にも有名な聖隷病院に搬送した。

早い適確な処置で主人の命をとりとめ、3週間の処置を終え、リハビリ施設のあつちの病院に転院することになった。そこから律子さんとナルクのメンバーの献身的な介護が始まった。最初は3日もつかどうかといわれた進一さんだったが、律子さんをはじめナルクのメンバーの励ましもあって日に快方に向かっていた。



ナルクの仲間と談笑する佐藤律子さん(左)

リハビリを共に付き合う人、車椅子での院内の散歩、時には森林公園への遠出、お花見やカラオケ大会の見学など色々な方法で励ましますが、

「ナルクの方が来てくださったと穏やかな顔になり、心がなごむ様子が手にとるようになった」と律子さんは語っている。

ちなみに当時の時間預託表を見ると、佐藤さんの預託時間は延べ86時間と記録されている。これは月にすると平均7人のメンバーが手助けに訪れたことになり、そして亡くなる2007年11月までの合計は161時間という数字が残っている。

まさに皆の手厚い看護と励ましの中で旅立たれたと言ったであろう。通夜、葬儀もナルクのメンバーがお手伝いをさせてもらったのは言うまでもない。

そして一人になった律子さんを誰も放っておかなかった。部屋の掃除、庭木の手入れなどで、今でも月に10時間を超える時間預託点数がカウントされている。

律子さんは昨年まではご主人の思い出を引きずって生きていた。最近ではお孫さんの結婚式や、友達との旅行にも参加されるようになった。

「主人がいろいろお世話になったのに、私まで、こんな

なにも助けていただいで感謝あるのみです」と、律子さんは元気に答えてくれた。

父から孫までナルクのお世話に茨木・摂津拠点の伊藤美美子さんは拠点設立と同時に入会した古い会員である。当時は日赤の薬剤部に勤務されていた。関係で、拠点も何かとお世話になっていた。

ところが父親が喉頭癌のため入院する羽目になった。しかし病院を嫌がり「家に帰りたい帰りたい」の一点張りだった。見かねた美美子さんは思い切ってナルクに相談することにした。

拠点としても当時はまだ介護保険のできる前で、身体介護の実績もあまりなく、かなり勇気のあつた決断だったが思い切ってお世話に当たることとした。この介護を通じて「介護マニュアル」を作り誰かが同じ介護ができる「介護の品質管理」体制作りのテストケースになっていただいた。

近くの特養から派遣される本職のホームヘルパーとナルクが交代で支援をする態勢を組んだが「父は本職のヘルパーさんよりナルクの皆さんが来てくださった方を喜んでいました」と伊藤さんは語っている。ナルクは2人1組でチームを組み訪問したので、決めの細かな介助ができたようだった。

退院後2ヵ月半で父上は眠るようになった。往生を遂げたが、ナルクの支援はそれでは終わらなかつた。10年の時を経た

「お世話になってありがとうございます」と、律子さんは元気に答えてくれた。

父から孫までナルクのお世話に茨木・摂津拠点の伊藤美美子さんは拠点設立と同時に入会した古い会員である。当時は日赤の薬剤部に勤務されていた。関係で、拠点も何かとお世話になっていた。

ところが父親が喉頭癌のため入院する羽目になった。しかし病院を嫌がり「家に帰りたい帰りたい」の一点張りだった。見かねた美美子さんは思い切ってナルクに相談することにした。

拠点としても当時はまだ介護保険のできる前で、身体介護の実績もあまりなく、かなり勇気のあつた決断だったが思い切ってお世話に当たることとした。この介護を通じて「介護マニュアル」を作り誰かが同じ介護ができる「介護の品質管理」体制作りのテストケースになっていただいた。

近くの特養から派遣される本職のホームヘルパーとナルクが交代で支援をする態勢を組んだが「父は本職のヘルパーさんよりナルクの皆さんが来てくださった方を喜んでいました」と伊藤さんは語っている。ナルクは2人1組でチームを組み訪問したので、決めの細かな介助ができたようだった。

退院後2ヵ月半で父上は眠るようになった。往生を遂げたが、ナルクの支援はそれでは終わらなかつた。10年の時を経た



伊藤さんのお孫さんを介助するナルクの仲間たち



(近藤秀子副代表)





「まき割」の皆さん

直径40cmもある丸太の倒木から切断しておいた木材を新割り器を使って男性会

「あさまっ子」が活動する御代田町は、人口1万5千人、面積59平方km、浅間山をはじめとした山々に囲まれ広々とした

拠点リレー訪問 57

東信州・みよた「あさまっ子」訪問記

御代田町には太田代表と西事務局長が迎えてくださり、早速新割り活動の現場に直行。御代田では寒さが厳しいこと、

今年3月から自治会からログハウスの提供を受けて週一回水曜日育てサロンを同一の子どもと一緒に遊ぶ場所を開いています。

格安で提供された別荘地の中にある新事務所のログハウスは羨ましい限りですが、より負担の少ない事務所を探して4

「あさまっ子」の皆さんが活動の多いところを伝えている。全国的にもページ数の多いところが伝えている内容も豊富にな



ログハウスの事務所

2、時間預託活動 庭手入れ、薪づくり、倒木処理、運搬などや病院

子育て通信II こんなことから子育て支援 子育て推進委員会 親子集いの広場など、全国の拠点でも

益田で助成金活用 事業始まる 益田拠点は助成金を活用した「やまびこ広場」が始まりまし



【家庭で眠っている】子育て支援活動拠点へ「おもちゃ」を送ります。 施設活動より 在宅支援に目を向けよう

全国優秀会報コンクール 審査基準などについて③

【教宣力 指導性】 豊中、湖西、中標津、枚方、茨木、江別、東横濱などが

【同好会活動の予定結果】 湖西、豊中、枚方などの評価が高かった。 全国的に言えることは、今月の予定とかが「今月の行事」というタイトルを使

Important items整理 大切な品 そろそろ整理 しませんか 着物類 大島・結城紬・帯、反物、正絹着物 和装小物類 (ウール・化繊はだめ) 骨董品 掛け軸、茶道具、壺 仏像、古陶器、人形 宝石・貴金属・時計 大口・単品、遠近問わず 高価お引き取りします。 お気軽に電話番号ください。 579-8057 東大阪市御幸町 2-1 ききょうや 桔梗屋 大田清美 090-5652-1129

