



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

2013年度事業計画案

設立20周年を迎え原点を学び行動に

早いもので、来年はナルクを設立してから20周年になります。理念に共鳴し、世のため人のために尽くす活動に情熱を燃やし、ナルクの基礎を創った人たちの中には既に鬼籍に入っている方も少なくなく、また八十路にさしかかるといささか体力の衰えを感じている、との声もしばしば聞こえて参ります。ナルクは一過性・イベント型ではなくて、我が国では珍しい継続性・事業型のボランティア団体・NPOを目指して、事務所を設けコーディネーターを置いて活動してきました。そして会員双方の助け合い時間預託制度を全国ネットにして、どこへ移動しても点数が使える、遠く離れて暮らす親の介護ができるようにして、無償ボランティアの「生涯継続」を奨励してきました。しかし、これらの意義が風化しはじめ心配です。日本は今、大変革期に直面していますが、その最大の課題は「少子高齢化をどう克服していくか」です。答えは「ナルクがもっと大きくなって活動時間が増え、同じような団体が全国各地域に、たくさん生まれ育つこと」です。来年の総会は20周年記念行事を兼ねて仙台で行います。皆で現地でボランティアをしながら、継続して宮城・福島・福島の被災者を支援する道を探ります。全国から多くの会員が参加されますよう、今年の総会から1年間かけて、費用の積み立てなどの準備をしましょう。その前に、みんなでナルク設立の原点を学び、学んだことを行動に移しましょう。そして日本を変えましょう。

「学はこれを行うに至って止まる(荀子)」。学んで実行することの大切さを教えた中国の古典からとった言葉であるが、ナルク設立の原点をしっかりと学んだ後、会員それぞれが自主的に実行に移っていききたいものである。学びの場は拠点の総会や定例会、いくつかの拠点が集まるつかの拠点が集まる交流会などで企画し、講師は本部のメンバーに依頼する。ナルクの会員は学びが好きで、生き甲斐にしている人もいる。これに実行力が付けば鬼に金棒である。「原点を学ぶ」ほか、お坊さんを招いて「ボランティアの心」や「絆の精神」



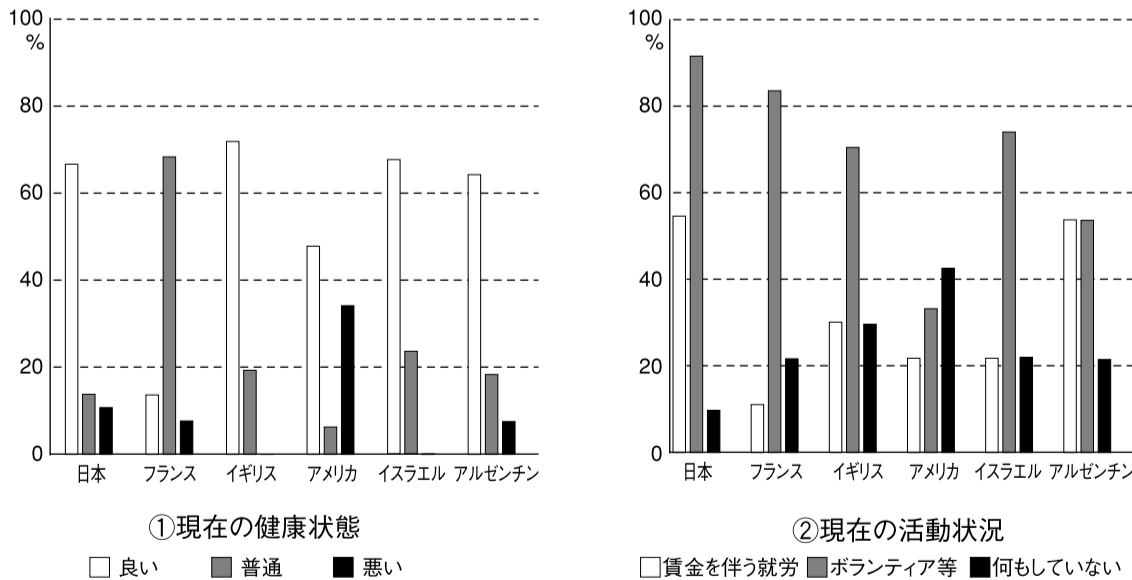
- ① 新しいテレビ・タウン誌でナルクをPRした。
 記者クラブや新聞社に本部及び拠点の情報を手渡し、定期的に訪問しナルクの活動状況や時間預託制度の話しをした。時機をみてナルクの説明会を企画し、予告記事を書いてもらった。
 ② 楽しいナルク・感動のナルク・安心のナルクづくりに参加して、ナルクに心から魅力を感じた会員一人ひとりが入会活動に動き出し大きな

- 成果が上がった。
 ③ 団塊の世代が2013年度から65歳になり年金が満額もらえるようになった。彼らが会社を辞め、地域に戻ってくるに聞いてアタックしたら、1年前なのに手応えがあった。来年会は本格的にたくさん入会してもらえそうだ。但し本気で勧誘しないと...
 ④ 子育てで悩んでいる若いお母さんたちに会員になってもらって時間預託で支えあげた。そう、その人たちが時間預託点数を貯めたいと言った。高齢者のボランティアをやるようになった。
 乳幼児を預かる時、市の施設へ一緒に行ってお母さんの代わりに付いていけばいいので安心。
 ⑤ 孤立し、困っているお年寄りを時間預託で暮らしを支えてあげたり、話し相手・安否確認の「見廻りたい」活動を続けていたら、口コミで入会してくる人が増えてきた。
 ⑥ 拠点で、小型の分りやすいナルクのPR紙を作って社協・市役所・病院・地域包括支援センターなど、人の集まる場所に置かせてもらった。
 ⑦ 他のボランティア

団体・NPOと仲良くなると、会員にナルクの理念・時間預託・同好会クラブ活動等を話す機会をつくってもらった。直接彼らにナルクの話をするは大変興味を持ってくれた。ナルクと両方の掛け持ち会員になるが、次第にナルクに傾斜してくる。
 ⑧ 母校の後輩(同窓会)・出身の会社・労組等の研修会にナルクの話をしてもらって、何人かが入会してくれた。以上のうち、一つでも二つでも実行すること。運営委員会で論議して決めること。その上で
 (2) ボランティア提供者の発掘方法は、頼みやすい人への調査したところ「イース」と答えた団体は一つだけ。他はイベント型の活動だけしかやっていないので不要なのだ。勿論コーディネーターも置いていないナルクが地域拠点に事務所を必ず設けることにしているのは会員の時間預託制度を主にやらねばならないからである。会員がボランティア活動を記録し、預託手帳に転記する事務作業も生まれてくる。会員外からの問い合わせ・入会申し込み・預託利用の支援申し込みにも、ときばきと応えなければならぬ率直に言わせてもらえば時間預託ボランティアをやっていない拠点到事務所は要らない。時間預託は提供者にもなる利用者にもなる事前前提にしている。で、双方ボランティアと呼んでいる。利用者が仮に寝たきりでも、やれるボランティアを探るのがコーディネーターの任務。

リタイヤ後の暮らしの6カ国調査

調査対象者
 現在60歳以上で、かつて継続的な勤務経験があり、55歳過ぎに勤務を一旦辞めたことのある人。(国際長寿センター調べ)



ある市の社会福祉協議会が、登録されている90余りのボランティア団体に「事務所を持っているかどうか」を調査したところ「イース」と答えた団体は一つだけ。他はイベント型の活動だけしかやっていないので不要なのだ。勿論コーディネーターも置いていないナルクが地域拠点に事務所を必ず設けることにしているのは会員の時間預託制度を主にやらねばならないからである。会員がボランティア活動を記録し、預託手帳に転記する事務作業も生まれてくる。会員外からの問い合わせ・入会申し込み・預託利用の支援申し込みにも、ときばきと応えなければならぬ率直に言わせてもらえば時間預託ボランティアをやっていない拠点到事務所は要らない。時間預託は提供者にもなる利用者にもなる事前前提にしている。で、双方ボランティアと呼んでいる。利用者が仮に寝たきりでも、やれるボランティアを探るのがコーディネーターの任務。(高畑敬一)





同好会のリーダーを活動の推進役に

面倒なようだが、担い手をプールすることとなり、かえって以前より短時間でコーディネートが出来る。

②クラブ活動のリーダーが率先して担い手を引き受けたり、コーディネートと協力して担い手の発掘を手伝うと大変な効果が出る。クラブ活動で既に人間関係が密になっているので、そこを活用するのである。

③グループ(地区)活動も、親睦・交流・旅行・研修等でお互いが仲良くなっているの、コーディネートネーターを置いて時間預託助け合い活動を展開すると担い手に困ることなく、しかも新入会員が増えるプラスも出てくる。

④近年になって社協・地域包括支援センター・ケアマネ等の紹介で「利用するだけの会員」が増えているが、この人達でも提供できるボランティア活動を考え、あげると元気な担い手になってくれる。

(3)退会会員を減らすには

①何と言っても顔の見える小単位の組織にすることである。

②プロック制を採用する拠点が広がっているのは好都合である。

入会して1~2年で辞める人は活動に参加する機会を逃し、結果友達もできずに寂しくなって退会に繋がるケースが多い。ボランティア提供のコーディネートをしなないと、そのま

ま会費だけの会員になり、会報が送られてくるだけの最悪のケースになる。

先ずは定例会・総会・ハイキング・カラオケなどの行事やクラブ活動にきめ細かく「声かけ」「誘い合わせ」をして孤立しないように仕向けることが最大の効果に繋がる。

具体的な取り組み

(1)拠点改革の体制と体質づくりを

- ・運営委員を増やして分担制へ
- ・コーディネートネーターを20人に一人育成
- ・三役で意思統一して運営委員会で議論する習慣を

設立の原点を学べば現状を改革すべき課題が明確になってくる。それをいつから、どのように改善改革を進めていくか。具体的な作業の分担保で決めないと改革は成功しないものである。

三役で改革点を意思統一してプランをつくり、運営委員会に提案、アイデアを出し合って大いに議論して修正や補強をし、より立派で現実的なプランに仕上げ、必要に応じては全会員に呼びかけ協力を求める。そうい

う体質(習慣)をつくっていくのではな

コーディネーターの善し悪しによってボランティア団体の活動の成否が決まると言われるくらいコーディネーターはナルクの拠点にとって最も重要な役割である。ケーススタディを行ったりして、常にレベルアップを図ると共に、人数を増やし、会員20人に一人のコーディネーターを持つことを目標にしよう。

アメリカの経済学者だったドラッガーはNPOの運営について「企業と異なるのは利益を上げても内部分配できない点だけで、理念を掲げて会員の団結心と参加力を高め、綿密な事業計画を立てて着実に実行していくこと」が重要だと指摘している。

「見廻りたい活動」を私達の拠点でも実行しよう、先ず独り暮らしで身寄りがない会員を調べて、なんと2割もおられた。面談して「対象者に登録するかどうか」を尋ねたら全員が登録を承知されたので、そ

自由な身体でスパーへの買い物にも難儀されていることが見人もやる。

③任意後見は、被後見人がまだ判断能力のある間に、法人ナルクとして本部が被後見人の希望を聞いて契約書を交わす。

拠点は既に養成講座を受けてナルクに登録している市民後見人と協議しながら、責任を持って後見を実行していく。

④本部内に市民後見人委員会を設けて契約から実行に至るまで全ての拠点の相談にのりられるような体制を作る。

⑤費用については、交通費・契約書等の実費以外に1時間当たり1000円程度

多くの拠点は、「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」



子育て支援活動の充実は会員増に直結

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」



見廻りたいの先鞭をつけた中標津拠点の活動

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

「見廻りたい活動」

名乗りを上げてほしい。
(6)長期計画で拠点幹部の育成とリ...

「65歳以上の高齢者が支える必要な高齢者を支える時代
堺東北拠点 古谷智恵
ナルクに入会したのは、地域の老人会のこと...

ボランティアの記

人生80年から100年時代の到来が告
(7)NPO法人会計システムの導入
2010年7月20日



地域イベントでナルクの紹介をする筆者

子育ての中で、多くの方に助けていただいたお礼に、何かお返しできたらと考...

「元気な高齢者が支える必要な高齢者を支える時代」がやってきたと思...

統一を図るため、未導入拠点はぜひ導入を検討していただき
(8)子育て支援活動の積極展開を
未来財団との協働...



仙台での20周年記念イベントを成功させよう
写真は15周年の中山道ウォーク出発式

調査・評価対象施設のうち、児童養護施設、乳児院等6施設を...

震災関連の報告

- 1 救援・支援カンパ 17,116,786円
2 見舞金 10,191,240円
3 日赤への義援金 1,000,000円
4 パラソル喫茶経費 939,446円
5 残金 4,986,100円

団体賛助会員

- 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・関西電力労働組合・近畿労働金庫・公益社・サンヨー電機労働組合・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・ダイハツ労働組合・東北電力・東北電力労働組合・東北発電工業・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・パナソニック電工労働組合・丸十服装・妙見閣寺・ユアテックユニオン・U-Iゼンセン同盟・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)

子育て支援事業各地の報告 ⑤

鳥取

小規模研修
11月12日(79名)
「絵本の読み聞かせ」
ねえよんでの会
奥村暁美代表

「イクメン体験談」
竹中功一氏

「食の原点は米とみそ汁」川瀬滋子氏

「イクジイ体験談」
出井貞一氏

大規模研修

「京阪地区」
9月10日(54名)
「みらいに輝きを」
なぜ起こる虐待やいじめ
臨床心理士
榛木美恵子氏

「昔の子供と、現在の子供の相違点」
もくれん保育所
和田みどり所長

「ナルク寢屋川の取り組み」岩花益子氏

「和太鼓で日本の伝統を伝え楽しむ」
和太鼓「雅」
内田邦子会長

「東関東地区」
8月6日(46名)
「今こそ必要な子育てママ支援」
岡部和子園長

「子どもと遊ぶ実践指導」
水谷孝子教授
武庫川女子大学

「子どもと遊ぶ実践指導」
大久保幼稚園
岡部和子園長

「子どもと遊ぶ歌・読み聞かせ」
小倉ヤスミ氏

「里親としての子育て体験」
大沼昌宏氏

「折り紙」
能城博代氏

「登下校時の防犯・安全パトロール」
芦刈馨氏

「オモチャドクター」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

未政次男氏
11月14日(47名)
「わんぱく幼稚園の子育て方針」
高塚浩一園長

「子どもと遊ぶ歌・読み聞かせ」
小倉ヤスミ氏

「里親としての子育て体験」
大沼昌宏氏

「折り紙」
能城博代氏

「登下校時の防犯・安全パトロール」
芦刈馨氏

「オモチャドクター」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

「折り紙」
西谷秀樹氏

ある十二代目市川團十郎さんも、66歳で逝去されるという訃報に接しました。歌舞伎界のみならず日本文化全体にとつて損失は計り知れません。心から冥福をお祈りいたします。

中村勘三郎さんは、今から34年前、高畑会長が関西で歌舞伎を育てる会を結成され、朝日座で第1回公演を開催した時から、数多く出演した。関西での歌舞伎ブームを起していた大恩人です。当時、勘三郎さんは、『東海道四谷怪談』でお若さんなど三役に挑戦され、若い女性を中心に歌舞伎ファンが急拡大しました。『怪談乳母』で、滝壺でびしょぬれになりながらの大立ち廻りは、関西をとりこにし、関西で歌舞伎ブームが起った記念すべき公演となりました。人情家であり、茶目つ氣たつぷり、誰にも愛される勘三郎さん。大阪が大好き、皆さんに育てていただいたと、よくおっしゃっていました。

市川團十郎さんも、大阪には團菊祭をはじめ南座顔見世などで多くの名舞台を勤められ、観客を

は、今から34年前、高畑会長が関西で歌舞伎を育てる会を結成され、朝日座で第1回公演を開催した時から、数多く出演した。関西での歌舞伎ブームを起していた大恩人です。当時、勘三郎さんは、『東海道四谷怪談』でお若さんなど三役に挑戦され、若い女性を中心に歌舞伎ファンが急拡大しました。『怪談乳母』で、滝壺でびしょぬれになりながらの大立ち廻りは、関西をとりこにし、関西で歌舞伎ブームが起った記念すべき公演となりました。人情家であり、茶目つ氣たつぷり、誰にも愛される勘三郎さん。大阪が大好き、皆さんに育てていただいたと、よくおっしゃっていました。

市川團十郎さんも、大阪には團菊祭をはじめ南座顔見世などで多くの名舞台を勤められ、観客を

は、今から34年前、高畑会長が関西で歌舞伎を育てる会を結成され、朝日座で第1回公演を開催した時から、数多く出演した。関西での歌舞伎ブームを起していた大恩人です。当時、勘三郎さんは、『東海道四谷怪談』でお若さんなど三役に挑戦され、若い女性を中心に歌舞伎ファンが急拡大しました。『怪談乳母』で、滝壺でびしょぬれになりながらの大立ち廻りは、関西をとりこにし、関西で歌舞伎ブームが起った記念すべき公演となりました。人情家であり、茶目つ氣たつぷり、誰にも愛される勘三郎さん。大阪が大好き、皆さんに育てていただいたと、よくおっしゃっていました。

市川團十郎さんも、大阪には團菊祭をはじめ南座顔見世などで多くの名舞台を勤められ、観客を

は、今から34年前、高畑会長が関西で歌舞伎を育てる会を結成され、朝日座で第1回公演を開催した時から、数多く出演した。関西での歌舞伎ブームを起していた大恩人です。当時、勘三郎さんは、『東海道四谷怪談』でお若さんなど三役に挑戦され、若い女性を中心に歌舞伎ファンが急拡大しました。『怪談乳母』で、滝壺でびしょぬれになりながらの大立ち廻りは、関西をとりこにし、関西で歌舞伎ブームが起った記念すべき公演となりました。人情家であり、茶目つ氣たつぷり、誰にも愛される勘三郎さん。大阪が大好き、皆さんに育てていただいたと、よくおっしゃっていました。

市川團十郎さんも、大阪には團菊祭をはじめ南座顔見世などで多くの名舞台を勤められ、観客を

は、今から34年前、高畑会長が関西で歌舞伎を育てる会を結成され、朝日座で第1回公演を開催した時から、数多く出演した。関西での歌舞伎ブームを起していた大恩人です。当時、勘三郎さんは、『東海道四谷怪談』でお若さんなど三役に挑戦され、若い女性を中心に歌舞伎ファンが急拡大しました。『怪談乳母』で、滝壺でびしょぬれになりながらの大立ち廻りは、関西をとりこにし、関西で歌舞伎ブームが起った記念すべき公演となりました。人情家であり、茶目つ氣たつぷり、誰にも愛される勘三郎さん。大阪が大好き、皆さんに育てていただいたと、よくおっしゃっていました。

市川團十郎さんも、大阪には團菊祭をはじめ南座顔見世などで多くの名舞台を勤められ、観客を

は、今から34年前、高畑会長が関西で歌舞伎を育てる会を結成され、朝日座で第1回公演を開催した時から、数多く出演した。関西での歌舞伎ブームを起していた大恩人です。当時、勘三郎さんは、『東海道四谷怪談』でお若さんなど三役に挑戦され、若い女性を中心に歌舞伎ファンが急拡大しました。『怪談乳母』で、滝壺でびしょぬれになりながらの大立ち廻りは、関西をとりこにし、関西で歌舞伎ブームが起った記念すべき公演となりました。人情家であり、茶目つ氣たつぷり、誰にも愛される勘三郎さん。大阪が大好き、皆さんに育てていただいたと、よくおっしゃっていました。

市川團十郎さんも、大阪には團菊祭をはじめ南座顔見世などで多くの名舞台を勤められ、観客を



在りし日の市川團十郎

つれづれの記

ボランティアに人生を賭けた母

私の母は現在86歳です。55歳の時10歳年上の父を大腸癌で見送りました。

母の一人暮らしが始まりましたが、ボランティア活動に生きがいを見つけた、全ての時間を活動に注ぎ込んでいました。

阪神大震災の時も率先して神戸の街に入り、傾いた自宅を生活の拠り所としていた。元物資を届けていた。駅前にも立ちました。募金を呼び掛けたりもしていました。父の生前はそんなことができたとは考えられませんでした。

その後、医療生協でボランティア活動を始めましたが、毎日職員の方と同じように出勤し、一生懸命頑張っている母の姿を頼もしく思っていました。しかし周りに人は定年を迎えたり、どんどん若い人に代わっていくのが寂しかったようです。

その頃、母は70歳を超えていました。その後ボランティアを続けていたことが、そのころ私は、母の言動に違和感を覚えるようになりました。認知症を疑って何度も診察を受けようと説得しました

魅了されました。誠実でおおらかな、ユーモアたっぷりの人間の大きき漂う名優として親しまれました。暫や鳴神の荒事、助六や弁慶など豪快で線が太い芸が魅力でした。歌舞伎十八番、江戸歌舞伎を代表する舞台が観られないのが残念です。

(関西・歌舞伎を愛する会 事務局、川島靖男)



母から娘へ

が、母は頑として拒み続けました。私自身もそれ以上の説得ができず経過を見ながらの生活になりました。認知症のサポーター研修を受け、専門書も読みました。勉強した通り進行していく母は、毎日ボランティアに通っているつもりですが周りの方のサポートには気が付きません。何度も勇退を勧め、同居をしようとしたが、自立して過ごしてきた30年の生活は母にとっては勲章だと思いません。

今は担当のケアマネージャーさんは昔一緒に活動していた後輩と違い、食事のサポートをしてくれているヘルパーさんを友達とっています。また土日に利用している認知症対応のデイサービスは親戚の家と違って、母は自分が何も分からなくなったらどんな施設に入れてくれるかという不安があります。

私は家を離れたいと言っています。覚悟をきめて母に寄り添っていかうと思っています。人は私が母にそっくりだと言います。今、私は主人と共にナルクのボランティア活動をしています。夫婦で元気にボランティア活動を始めたいという意義を感じながら！

(田中千鶴子)

ちょっと聞いて

コーディネーターのつぶやき



ボランティアの依頼を受けたとき、先ず考えるのは、その人の近くに誰がいるかなあ、ということですね。頭の中で近辺の地図を思い浮かべながら4、5名をリストアップ。

出来るだけ近くて、新しく入会した人、余り活動していない人、など色々

考えますが「あの人は、お掃除なんてしてくれるだろうか」「この人はいつもお願しているのか、もっと違う人はいないか」など、あれこれ考える時間が長いですね。

でも、電話口に出た会員が快く引き受けてくれたときは、ああこの方、話して良かったとホッと胸をなでる

ある十二代目市川團十郎さんも、66歳で逝去されるという訃報に接しました。歌舞伎界のみならず日本文化全体にとつて損失は計り知れません。心から冥福をお祈りいたします。

中村勘三郎さんは、今から34年前、高畑会長が関西で歌舞伎を育てる会を結成され、朝日座で第1回公演を開催した時から、数多く出演した。関西での歌舞伎ブームを起していた大恩人です。当時、勘三郎さんは、『東海道四谷怪談』でお若さんなど三役に挑戦され、若い女性を中心に歌舞伎ファンが急拡大しました。『怪談乳母』で、滝壺でびしょぬれになりながらの大立ち廻りは、関西をとりこにし、関西で歌舞伎ブームが起った記念すべき公演となりました。人情家であり、茶目つ氣たつぷり、誰にも愛される勘三郎さん。大阪が大好き、皆さんに育てていただいたと、よくおっしゃっていました。

ナルク用語辞典

=時間預託=

これはナルクの大看板です。一言で言えば「元気なときにボランティアをして、その時間を蓄えておき困ったときにそれを使って助けてもらう」という制度です。

一方、ナルクの理念は「自立・奉仕・助け合い」です。「ボランティアをして生き甲斐と健康と新しい出会いをいただきますよ」ということですが、きっかけを掴むのはそう簡単ではありません。そこで「預託点数」というツール(道具)を使って道を付けます。

「将来使えなくなったら誰が保証してくれるのか!」という声を聞きます。誰も保証しません。何故ならツールだからです。しかし、我々がこの制度を次の世代に引き継いでいくことによって、いつまでも使える制度として存続できるのです。

預託点数は不思議なもので、最初は一生懸命に貯めて、預託手帳を眺めてニンマリします。しかしある程度貯まると、点数はどうでも良くなり、ボランティアが生き甲斐になります。この時点が預託制度と理念が合致するところでしょう。