



**ナルク**  
NALC

特定非営利活動法人  
ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
事務所: 大阪市中央区常盤町2-1-8 FGビル大阪 〒54C-0028  
電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130  
ホームページ <http://nalc.jp>  
Eメール編集室 [kaiho@nalc.jp](mailto:kaiho@nalc.jp)

隔月 10日発行

# 2021年度活動計画 (案)

## 新たな時代への挑戦

「はじめに」昨年は、新型コロナウイルスの影響で活動が厳しい状況であった。本年度も現状を常のものとし、かつ目標は先を見据えながら、事業活動を進めることが重要である。しばらく新型コロナウイルスの影響が続くと思われるが、収束後の対応のためにも、今何をすべきかナルク組織を挙げて考え、実行に移したい。要は決めたことを確実に実行することが重要である。可能な対策については即実行し、基本的にはナルクビジョンを2021年度までに成果あるものにした。

### 最重要活動

- 1 新たな時代への挑戦
- 2 組織の総点検
- 3 代表・役員が全会員との対話と意思疎通の推進
- 4 後継者の発掘と人材の育成
- 5 次期リーダーの育成 (本部・エリア主催)
- 6 役員研修会の実施
- 7 ネットワークの構築
- 8 本部と拠点、拠点代表と役員、役員と会員とのネットワークを構築しFace to Face (当面はリモート)での対応
- 9 これまでの理念を踏まえたくえで、将来の発展に向けて新

たなナルクの魅力を創造 (時間預託制度を守りながら)

5 地域社会への貢献

6 財政の健全化

健全な拠点運営と地域貢献に根差した事業活動の展開

具体的活動項目

ナルクビジョンの最終年度として

1 ナルクの永続的発展と組織の拡充

組織の再点検で活動会員の発掘、会員によるナルクの活動の紹介・PRで会員の増強を図る (会員一人が一人の会員紹介運動の展開)。

ナルクビジョンで提起された全世代対応の会員組織への展開と将来につながる組織運営の確立にナルクで取り組む。

6 財政の健全化

健全な拠点運営と地域貢献に根差した事業活動の展開

活動会員の増強に

触し活動の要請と、拠点のイベントに参加を促し「楽しいナルク」を実践し活動の強化と会員増に結びつける。せつかくナルクに入会したのだから、ナルクに何らかのかかわりを持ってもらうよう全役員が努力する。全会員

が「一人が一人を」の運動を継続して実践し、拠点で会員増強目標を立て取組む。

2 次代を担う人材の発掘と人材の育成

組織の永続的発展には、次代を担う人材の育成が急務である。現状として、代表・事務局長の後継者が見つからず、拠点の解散に追い込まれた拠点も現出した。常日頃の人材育成が重要である。

本年度、本部主催はもとより、エリア単位で「次期リーダー養成講座」を実施したい。今まで本部主催の次期リーダー養成講座は15回開催されているが、多くを派遣している拠点は成果を上げている。

(参照: 右下表)

例えば、水戸拠点は継続して養成講座に受講生を派遣し、研修後、受講生たちは自ら拠点運営の要となり積極的に拠点をリードしている。

また、エリア単位、拠点単位での役員研修会の場でも「総合事業の推進」「拠点の課題の解決」等の内容で実施されたい。



奈良県・高取町ジャンボ雛 写真 古布啓治

季の輝き

日常での育成も重要であるが役員幹部は、次期リーダーの発掘に努力していただきたい。

リーダー養成講座受講風景

あり、頭の中で分かっているようで良く分かっていなかったことが整理されました。特に事業活動については、地域活動は、益々重要性を増してきます。

※本部から今回の研修の内容を拠点の運営委員会等で話し、情報を共有していただきという話がありました。そこで上

がった疑問点などをまた本部に戻し、やりとりを深めなければいけないと思えます。これを機に、もつ

の会員としての一体感を持つことを大事にしていきたい。本部においても理事会は書面、リモートで実施した。しかし「Face to Face」が基本であり、新たな時代への対応として、エリア会議の実施、本部と拠点との連携、拠点役員と会員との関係をより密にすることが重要であるが、特にこの時期「Zoom」等を使つての「対面」をお願ひしたい。そのため拠点において、極力パソコン研修を実施し、「本部」拠点「会員」とのネットワークを作り上げる必要がある。

4 ナルクの基本理念 (自立・奉仕・助け合い) を遵守しつつ、新たな魅力を会員の総意で創ろう

設立以来、理念 (自立・奉仕・助け合い) 特に、助け合い (時間預託制度) 活動を主として実践してきた。このことを遵守しつつも、時代に合い全世代、特に若い会員の確保を目標とし、新たな「ナルクの魅力」を本部、拠点挙げて創造することが求められている。

現在取組んでいる収益事業は、外部評価や第三者評価を行う福祉調査センター活動、エンディングノートや介護サポート養成テキスト等書籍の制作販売活動、高齢者介護施設への事業としての支援活動、市町村が進める

拠点	参加者数	拠点	参加者数
水戸	16	亀岡	10
茨木・摂津	14	徳島	10
奈良	13	豊中・池田	9
栃木	12	東京	8
函館	11	ふくい	8
横浜	11	枚方	8
宝塚・川西	11	箕面	8

5 地域社会への貢献

活動としての「ナルクデー」を全拠点挙げて実行しよう

ナルク創設の原点

友人に「追悼文集」を贈呈した。お礼のメールがあり、好きな言葉が記されていた。「人生の本舞台は常に将来にあり」この言葉は憲政の神様と言われた尾崎行雄の言葉である。人は何歳になってもそれまでの人生は序幕にすぎず、これから本舞台であるという意味だそうだ。人間にとって知識と経験ほど尊いモノはなく、その二つは年毎に増えていく。すなわち人は年を重ねるほどその前途は輝かしい多望であるという彼の人生観である。▼尾崎行雄は号を「粵堂」と称し、東京市長時代、アメリカ合衆国にソメイヨシノを2000本贈呈し、ワシントンのポトマック河畔に植樹され「桜祭り」が開催されている。後に三重県から衆議院議員に当選しその功績を称え、国会議事堂前に「憲政記念館」が建設された▼ナルク10周年の記念パーティーが開催された場所でもある。粵堂は私の故郷である伊勢市の郊外、宮川のそばに旧居があり「尾崎粵堂記念館」が建設された。(神野毅)

3 新たな時代への対応

昨年度は新型コロナウイルス感染症の厳しい状況になったが、その中で工夫を凝らし活動している拠点も多くみられた。会員との関係をより密にし、今こそナルク

和気愛々

友人に「追悼文集」を贈呈した。お礼のメールがあり、好きな言葉が記されていた。「人生の本舞台は常に将来にあり」この言葉は憲政の神様と言われた尾崎行雄の言葉である。人は何歳になってもそれまでの人生は序幕にすぎず、これから本舞台であるという意味だそうだ。人間にとって知識と経験ほど尊いモノはなく、その二つは年毎に増えていく。すなわち人は年を重ねるほどその前途は輝かしい多望であるという彼の人生観である。▼尾崎行雄は号を「粵堂」と称し、東京市長時代、アメリカ合衆国にソメイヨシノを2000本贈呈し、ワシントンのポトマック河畔に植樹され「桜祭り」が開催されている。後に三重県から衆議院議員に当選しその功績を称え、国会議事堂前に「憲政記念館」が建設された▼ナルク10周年の記念パーティーが開催された場所でもある。粵堂は私の故郷である伊勢市の郊外、宮川のそばに旧居があり「尾崎粵堂記念館」が建設された。(神野毅)



総合事業での住民の日常生活支援活動などである。これらの活動は拠点や本部の日常活動を支え、運営を維持管理しているために欠かせない収入源となっている。今年度もこれらの事業を前向きに展開していく覚悟である。

**(1) 総合事業への対応**

「超高齢化社会への課題」「介護保険の改正への対応」に対して、ナルク設立の原点である「自立・奉仕・助け合い」の理念をしっかりと再確認し、実践・行動する必要がある。

総合事業への積極的な取組について、「介護予防・日常生活支援総合事業」は、2018年度から本格的に展開されている。2014年の介護保険法改正により設けられた高齢者の日常生活を支援する活動で総合事業と呼ばれている。従来、介護保険事業者が実施されている高齢者介護介護業務のうち、介護介護業務のうち、要支援1、2適用者（今後対応範囲は広がる見通し）の日常生活支援の部分を市町村事業として、ボランティア団体も参加可能な事業としたものである。昨年度末現在、ナルクでは8拠点がこの事業に

取組んでいる。

ナルクはこの総合事業に参加して行くにあたっての対応は2015年5月29日の通達で拠点に周知している。拠点はこの通達に示している3つのメニューの中から地元の状況、拠点は役員中心に、会員の意向等を充分斟酌して自拠点が取組む方法を決定し、地域の市町村からの要請に対応していただきたい。

総合事業を地域での社会貢献活動として、拠点活動の重要な活動として取り組んでいくことが、介護保険の現状並びに将来の財政負担の軽減のためにも重要であり、そのため拠点において従来から積極的に実施してきた「日常生活支援活動テキスト」を活用しての研修会を活動されていない会員、新入会員対象に実施し、介護・介助の実力を高め、関係諸団体と接触を密にして、情報の把握とそれへの対応を心掛けること共に、拠点全体としての情報の共有も必要である。要は地域での高齢者の支援ネットワークを作ることに重要である。

**ター活動**

福祉調査センターは産声を上げて本年度で16年目を迎える。当初は神奈川県と大阪府で活動をスタートし、現在、北海道、栃木、千葉、神奈川、岐阜、滋賀、大阪、兵庫の8か所それぞれ地域の道府県単位で活動をおこなっている。

内容は、グループホームの外部評価、保育園・特養等高齢者介護施設の第三者評価、児童養護施設・乳児院等の社会的養護関係施設第三者評価等である。

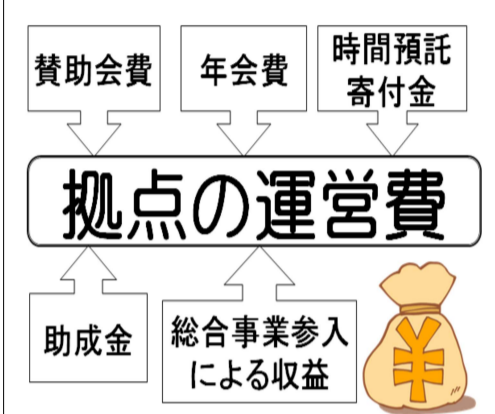
この活動に参加しているメンバーは約250名で、いずれもナルクの会員で、多くは評価調査員歴が10年以上となっており、近年高齢化し、若年層との交代を望みつつ頑張っている。

**具体的な行動**

活動としての協力をお願いして拠点の財政への寄与を考慮した活動として多くの拠点が実施している。

今一度ナルクの理念「自立・奉仕・助け合いで生きがい」の実践が重要である。2エリア17の新たな展開はナルクビジョンの推進で

「エリア17推進」は5年目を迎え、ナルクビジョンの推進を図るための重点課題としたい。ナルクビジョンの推進をベースにエリア全体、個々の拠点の活動の積極



**4 日常生活支援・介護力を強めよう**

「シニア生活・介護支援サポーターテキスト」と「日常生活支援活動テキスト」を使って、全拠点が

5 会員、特に活動会 員増強への取組 活動会員の増強については、拠点役員の方が全会員に面談・

拠点の経常収益は、コロナ自粛の影響もあつてか会員数及び活動時間の減少により、会費収入、運営寄付金ともに減少気味である。ナルクは営利を目的とする団体ではないが、収益の減少は活動の縮小につながることになる。それを回避する方策として助成金を活用している拠点もある。積極的に申請されたい。また、ナルクの活動に賛同する企業や関係団体に賛助会員になってもらうよう働きかけるのも拠点運営にとって一案である。

**7 会員と密な関係の構築を**

会員、特に高齢者には「見廻りたい」「お元気コール」と称し、多くの拠点が実施されている。

高齢会員が増える中、一人暮らしや身寄りのない同居会員が「終末もナルクにお世話になりたい」と言う方も出てきて

重要であり、拠点と会員との関係をより密にし、「安心のナルク」の実現を目指してほしい。

**終わりに**

昨年ナルクの創業者である高畑敬一名が逝去され、追悼文集を作成した際、功績を称える追悼文をいただきました。益々高齢者社会が進展し今こそナルクの活動が重要になります。高畑名誉会長、先輩諸氏が創り上げた「自立・奉仕・助け合い」の理念を継承するとともに将来に向けて新たなナルクを創ろうではありませんか。

**つれづれの記**

**リレーエッセイ**

**カヤックで琵琶湖一周の一人旅**

2000年に定年退職後、たまたま見つけたパンフレットの初心者講習を受けてみたのがきっかけで、カヤックは私の趣味の一つになりました。海や川も活動の場ですが、琵琶湖は自然が豊かで、何と言っても便利で安全なのが魅力です。巡ってみたい誘惑に勝てず、2001年9月と2011年7月に一周したことがありました。



今回は体力気力がまだぎりぎり残っている間に、と決断した旅で勿論これが最後になります。2020年6月29日朝、自宅近くの南郷港から瀬田川を遡り、琵琶湖を反時計回りに一周する旅に出ました。天候や体調の都合で、どこまで進めるかわからないので、原則は野宿になります。食べること寝ること洗濯などを独りでやりくりしなければならぬので、雨の日が多かったものでこれらの生活の方が舟を漕ぎ進めることよりも大変でした。1週間というよりも非日常の体験をし、7月5日の夕方に無事に帰着しました。この間の出来事や感想の一部を紹介しました。そのおかげで最後まで頑張れた★1日目、宿営地は何もない浜辺で夜中

には久しぶりに真の暗闇と孤独に包まれました★2日目、愛知川河口付近で驚いて跳ね上がり私の腰にぶつかる小鮎の群れに出会いました★簡易テントが夜中の大雨で水漏れし、顔は水しぶき足は水溜まりに浸かって夜を明かしました。みじめな思いでした★3日目、4日目、周囲に見えるのは水と空と山の緑、聞こえるのは鶯の囀りと櫂の水音だけと奥琵琶湖を独り占めした気分は最高でした★5日目、友人の計らいで彼の友人が別荘に招待してくれて宴会、風呂、柔らかなベッドなどを無償で提供いただき、豪華な夜を満喫しました★6日目の午後、強い向かい風に遭い、波と格闘しながら3時間程の距離を4時間以上かかり大層疲れしました★7日目、南湖に戻って来て浮御堂を拜んだ時に、ようやくこの旅の成功を確信しました。

自分勝手な旅にもかかわらず、計画を知らせた多くの友人がいろいろと支援してくれました。そのおかげで最後まで頑張れたと大変感謝しています。(記・門脇宣孝)

**私はこれで元気です**

**＝わたしの健康法お教えます＝  
再び転ばぬために**

一昨年の11月初め、ゴルフを終えて帰宅途中の出来事でした。横断歩道の手前でバスが目に入り、一目散に走り込んで、両手をつく体勢で転んでしまいました。

受診の結果、「上腕骨近位端骨折」と診断され、3.5時間に及ぶ手術を受け、約1か月の入院生活を送りました。

手術の翌日に、リハビリ担当の作業療法士さんと初対面、「リハビリは痛いと思っているのですが、痛いことはしません」と、ホットしたものです。

箸が持てない、文字が書けない、顔が洗えない、服の着脱が出来ない等々を経て、10か月後からリハビリを兼ねてゴルフにも挑戦しています。コロナ禍でリハビリ休止中は、再度の転倒予防のために1日40分の歩行を続け、今はどんな場合でも「急がず・走らず・つまずかず」に留意した生活を取り入れています。作業療法士さん、ありがとうございました。(枚方拠点 植本壽満枝)

★「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。



### 茂原拠点が設立20周年記念 三密を避けシンポジウム

令和2年12月6日、茂原拠点は設立20周年記念事業としてシンポジウムを開催。テーマは「人生百年時代 今、地域に求められるもの」福祉のある《我がまち》づくり」と題し、茂原市長の田中豊彦氏、社会福祉協議会会長の鬼島義昭氏を始め多数の来賓の方とナルク会員総勢98名が参加。新型コロナウイルス禍茂原市役所の全面的な支援で感染防止に万全の策を講じ開催された。



第1部として「高齢者の社会参加」と題し、パワーポイントを使って神野会長から基調講演があった。人生百年時代のライフコース、社会システムについて説明、高齢者の課題とその対応としての地域包括ケアシステムの推進と地域で支える等の説明をし、具体的活動事例としてナルクの事例と、高齢者の社会参加について紹介された。

第2部としてパネルディスカッション「超高齢社会と福祉のまちづくり」と題し、茂原市副市長の豊田正斗氏、茂原市社会福祉協議会会長の鬼島義昭氏、神野会長、コーディネーターとして茂原拠点の松永代表が担当した。まずコーディネーターから茂原市は2025年には高齢化率は34・6%になり3人に1人は高齢者になり、今後、助け合い・支え合いの地域づくりと地域のコミュニティを取り戻すための地域ネットワークづくりについての議論と、地域高齢者が安心して暮らすことについて

・あまり思わない  
2 社会参加したい内容  
・収入がある仕事  
・ボランティア活動  
・健康づくり・地域活動  
・趣味活動  
・高齢者支援について  
1 元気な高齢者が地域の高齢者を支援することについて

らしていきけるための具体的な問題点について積極的にパネルディスカッションをすすめた。  
シンポジウム終了後68名からアンケートの提出があった。  
高齢者の社会参加について

・充分知っていますか  
・ある程度知っている (14名)  
・余り知らない (14名)  
3 国は「在宅介護」をすすめているがどう思いますか  
・望ましい (15名)  
・望ましくない (42名)  
・介護施設を利用したい (6名)  
高齢者支援について無回答が多かった。支援したいの思いはあるが、自身の体力健康に自信がもてないという迷いがある。在宅介護については望ましいが難しいと思うとの答が多く今後の課題と言える。

・やりたい (27名)  
・できない (20名)  
・無回答 (22名)  
2 介護保険について充分知っていますか  
・充分知っています (14名)  
・ある程度知っている (38名)  
・余り知らない (14名)  
3 国は「在宅介護」をすすめているがどう思いますか  
・望ましい (15名)  
・望ましくない (42名)  
・介護施設を利用したい (6名)  
高齢者支援について無回答が多かった。支援したいの思いはあるが、自身の体力健康に自信がもてないという迷いがある。在宅介護については望ましいが難しいと思うとの答が多く今後の課題と言える。

### 監査もリモートで



令和3年1月22日に函館拠点の監査がZoom会議システムZoomoを使って行われました。これまで、拠点の監査は、竹内監事と東本会計士が年に一、二か所の拠点に向かい行われていたが、今年度はコロナウイルス感染予防の為、初めてZoom会議システムを使っての監査となりました。東本会計士の事務所では、今年度の企業の監査は、ほとんどの企業がZoom会議システムを使って監査を行っていると言われている。監査は事前に竹内監事から函館拠点に調査事項と質問事項を送り、函館拠点が調査事項については台帳など関係書類を準備しておき、質問事項については、その

の回答と関係資料を事前に竹内監事に提出し、監査当日は、それぞれ「いどばたカフェ」でナルクの活動を聞きナルクに入会しました。最初は入会したものの、「私に何かお手伝い出来ることがあるのか」と考えていました。色々感じ始め、色々やっ

### おらが拠点の 熱いひと

後藤俊さんの巻  
ナルク江別拠点の顔ともいえる会報「ふきのとう」の編集長として、ナルク江別設立(2000年)以来、年に7回(新年号と偶数月)、一度も休み無く発行を続け令和3年1月で14号になりました。後藤さんは米寿を迎えた満88歳のお元気な会員です。柔和な笑顔は誰をも包みこみ安心して会話が出来る方です。

後藤さんは、中学校の頃よりバレーボールに夢中になり、高校では全国大会に出場し、高校・大学教員時代と続けてきました。ナイフ(カナダ・ノースウエス ト準州)でのオーロラ観光は今も脳裏に焼き付いています。ナルク入会後は、介護施設の喫茶コーナーを担当して、江別市内に135部、そして「ふきのとう」は、ナルク江別の編集長として格を取得し、海外・国内の指導に奔走しました。70歳で退職後は海外旅行に興味が持ち、夫婦で7カ国旅をしました。そ

なりの、喫茶コーナーのボランティアを辞め、「ふきのとう」編集に一筋に担当しています。仲間(記・植松英子)



夫で7カ国旅をしました。そのなかで特に印象深いのは北極圏を一筋に担当しています。仲間(記・植松英子)は、運動が得意です。ナルク会員のカフェなどへの送迎をしています。また、3年ほど前より「後見人活動」でも活躍されています。明るく、前向きな上野さん、病を乗り越えてのご活躍、実に素晴らしいです。ナルクは誰でもが自分の出来ることで活

病を乗り越えてナルクと関わり私(上野真由美)は14年前(39歳の時)、突然病に倒れました。そのため、右側の手足が不自由になり、右半身不随になりました。リハビリは、今も続けています。このままではいけないと思っていた時、「いどばたカフェ」でナルクの活動を聞きナルクに入会しました。最初は入会したものの、「私に何かお手伝い出来ることがあるのか」と考えていました。色々感じ始め、色々やっ

### まだ買えるヨー 待ってるヨー!

昨年暮れにホームページでのバザーを開店しました。未だご覧下さい。パソコンだけでなく、スマートフォンでも簡単にアクセスできます。「ナルク」と検索すればすぐに見つかりますので、試してください。

- 出展品は
- ☆水戸納豆
  - ☆干し芋
  - ☆ワカメ、メカブ、アカモク
  - ☆ぬれ煎餅
  - ☆エゴマ油
  - ☆今治タオル
- どれも拠点の責任を持って推薦する良品揃いです。是非一度お試しください。問い合わせはナルク本部事務局  
電話：06-6941-5448、FAX:06-6941-5130





# 1日の指しぐまね 全国同好会めぐり ひたち拠点 里山を歩く会

拠点活動の活性化  
および会員の健康維持と親睦を図ることを目的として、平成25年4月からサークル活動「里山を歩く会」がスタートしました。昨年末での7年間に、茨城県内の里山登山を中心に37回実施し、参加会員は延べ315名、1回の平均参加者は9名です。

日帰りで楽しめる身近な茨城県の山々は、標高1000mにも満たない山ばかりですが、新緑、紅葉とそれぞれの美しさを歩く会は山歩き

に満ちており、樹木のある山こそ自然そのもの。生命の息吹が感じられます。山を歩いているときは歩くこと以外、何も考えず、すべてを忘れてしまえばいい。それがストレスの解消になっていくことだと思います。それとともに低山でも登頂できた達成感と、見晴らしの良い場所です。

でそれぞれが持ち寄った料理と弁当が最大の楽しみであり、元気の源であります。ひたち拠点の里山を歩く会は山歩き



平成29年から12月に計画する歩く会を忘年登山と呼び、近場にある日帰り温泉を探し、登山後の入浴と昼食忘年会を開催

と街中散策を計画し、年齢の方でも無理なく参加できるよう、事前に下見したりしてコースを設定するほか、実施時期を真夏、真冬は休会として事故防止に努めており、今日まで無事故で実施できております。里山を歩く会も軌道に乗ると同時に、参加者もある程度固定化してきて、会員からは山歩きだけでなく歴史や文化のある街中の散策なども計画して、家に閉じこもりがちな会員の参加を促してほしいとの要望が出されたことから、平成28年の後半に、紅葉で有名な常陸大子の永源寺

と、会員同士の絆と交流を深め好評をいただいております。今は、新型コロナウイルス以降、登山以外に歴史や文化的な建造物等が多い街中の散策を計画し実施したところ、新たな参加者が増えた他、会員以外参加者がナルクに賛同され会員の増加にも貢献出来ました。

（記、櫻井博）

し、会員同士の絆と交流を深め好評をいただいております。今は、新型コロナウイルス以降、登山以外に歴史や文化的な建造物等が多い街中の散策を計画し実施したところ、新たな参加者が増えた他、会員以外参加者がナルクに賛同され会員の増加にも貢献出来ました。

（記、櫻井博）

「和歌山」塩路英雄最近「ウエブ」が頭に着く言葉が増えていく。ウエブ会議、ウエブインタビュー、ウエブ飲み会……。そもそもウエブとは何か。

ウエブ(Web)とはクモの巣を意味する英単語で、多数の文字が互いにリンクし合っている様子をクモの巣の網目状に例えられたもの。元々は米軍の発想で地球上のどこかで紛争が起こっても軍隊がそ

「神戶」濱田郁子  
再開したものの  
コーラス教室が  
再開したものの  
コーラス教室に通  
い始めて2年ほど経  
つ。大人数で、それ  
ほどうまい下手を問  
わず、大声で歌うこ  
とが良いストレス解  
消になり、月2回の  
教室を楽しみにして  
いた。しかし、声を  
合わせると同じ空間を  
共有することは3密  
を避けるコロナ時代  
のスタイルとは相い  
れない。それが先日、  
何か月ぶりかで教室  
を開くというので、  
恐る恐る参加して  
みた。以前よりも広い  
教室が準備されてお  
り、定員100人の  
ところ、参加者はた  
った10人。まだまだ  
用心されているので  
しよ。歌う時はも  
ちろんマスク着用で、  
周りの人の歌声など  
耳に届かない。自分  
の声もくぐもって響  
かない。「歌っている  
」という実感に乏  
しく、正直つまらな  
い。それきり教室に  
は参加していない。

## 拠点だより

【高槻・島本】  
子ども食堂を  
個人宅で  
これまでN  
PO法人「シー  
ン」の会議室  
で開いていた

【かずさ】  
三市巡回ボラン  
ティアを実施  
昨年11月27日、新  
型コロナ禍の中で、  
ナルクの奉仕活動で  
ある環境美化活動を  
富津市ふれあい公園  
周辺で実施しました。

【栃木】  
奉仕作  
業  
コロナ禍の中、昨  
年11月29日「よみが  
えれ大谷プロジェクト

【交野】  
活動を再  
開  
「天の川明星デイ  
サービス」の活動は  
毎月金曜日の毎日1  
9時45分から2  
時間。内容は洗髪後  
のドライヤーでの乾  
燥がメイン。コロナ  
禍で昨年4月上旬か  
ら5月いっぱいまで  
休止していたが、解  
除後はコロナを館内  
に持ち込まないよう  
、「体温測定、マスク  
持参、うがい」で懸  
念を取り組んでいま  
す。

【寝屋川】  
ポスター展に参加  
例年10月に行われ  
ていた「ふれあいフェスタ」  
は、昨年はコロナ禍  
の影響で、バザーな  
どの催しものが中止  
となり、各市民団体

【札幌】  
輪読と実践  
「シニア生活・介  
護支援サポーターテ  
キスト」を昨年より  
月2回の運営委員会  
の席上、議事終了後  
あり、当事務所の副  
事務局長の先導によ  
り1人1ページずつ  
キストで習った幾つ  
かの事に留意し役立  
てることが出来、今

【札幌】  
輪読と実践  
「シニア生活・介  
護支援サポーターテ  
キスト」を昨年より  
月2回の運営委員会  
の席上、議事終了後  
あり、当事務所の副  
事務局長の先導によ  
り1人1ページずつ  
キストで習った幾つ  
かの事に留意し役立  
てることが出来、今

【札幌】  
輪読と実践  
「シニア生活・介  
護支援サポーターテ  
キスト」を昨年より  
月2回の運営委員会  
の席上、議事終了後  
あり、当事務所の副  
事務局長の先導によ  
り1人1ページずつ  
キストで習った幾つ  
かの事に留意し役立  
てることが出来、今

【札幌】  
輪読と実践  
「シニア生活・介  
護支援サポーターテ  
キスト」を昨年より  
月2回の運営委員会  
の席上、議事終了後  
あり、当事務所の副  
事務局長の先導によ  
り1人1ページずつ  
キストで習った幾つ  
かの事に留意し役立  
てることが出来、今

【札幌】  
輪読と実践  
「シニア生活・介  
護支援サポーターテ  
キスト」を昨年より  
月2回の運営委員会  
の席上、議事終了後  
あり、当事務所の副  
事務局長の先導によ  
り1人1ページずつ  
キストで習った幾つ  
かの事に留意し役立  
てることが出来、今

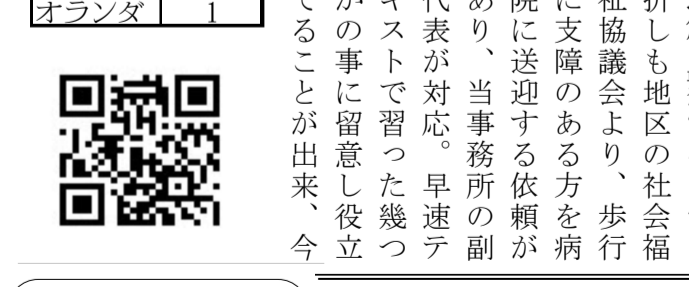
【札幌】  
輪読と実践  
「シニア生活・介  
護支援サポーターテ  
キスト」を昨年より  
月2回の運営委員会  
の席上、議事終了後  
あり、当事務所の副  
事務局長の先導によ  
り1人1ページずつ  
キストで習った幾つ  
かの事に留意し役立  
てることが出来、今

「ナルク子ども食堂」  
は新型コロナウイルス  
感染症拡大の影響で  
昨年6月に同会議室  
が閉鎖されたため、  
7月からナルク会員  
の個人宅に移して継  
続しています。  
「ナルク子ども食  
堂」の継続に期待し  
て、社協やナルク会  
員、一般市民の方々  
からお米、ジュース  
などや家庭菜園の野  
菜食材などの提供・

【高槻者等地域活動  
支援ポイント事業】  
6月に再開しました。  
「ふれあいフェスタ」  
は、昨年はコロナ禍  
の影響で、バザーな  
どの催しものが中止  
となり、各市民団体

【高槻者等地域活動  
支援ポイント事業】  
6月に再開しました。  
「ふれあいフェスタ」  
は、昨年はコロナ禍  
の影響で、バザーな  
どの催しものが中止  
となり、各市民団体

2021年3月現在	
地域	拠点数
北海道	10
東北	5
関東	23
信州	4
北陸	2
中部	6
近畿	37
中国	6
四国	6
九州	3
合計	102
海外	
USA	1
スイス	1
UK	1
オランダ	1



★「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。

あいおい損保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・東京電力労働組合・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・デイサービスセンター (さくら)