



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:大阪府中央区常盤町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>
 Eメール編集室...kaiho@nalc.jp

毎月1回
10日発行

会員増強を取り巻く環境は厳しい でも頑張っている拠点もあります

本年度の定時総会が終わった(詳細2面)。神野会長は今年の目標として、課題の実践を訴えている。課題の第一は、やはり会員増強である。我々を取り巻く環境は厳しく、なかなか目標に到達できないのが現実だが、そんな環境下でも着実に成果を挙げている拠点もある。3つの拠点からの報告と、西村事務局長の訪問ルポから、本年の重要課題「会員増強」の現状に目を向けてみよう。

シルバー大学との提携
栃木拠点
事務局 高倉浩三

会員の高齢化に伴い、栃木拠点も退会者の増加、平均年齢の上昇が顕著になっている。昨年度は入会者が49人、退会者は65人で、残念ながら会員数は16人の減となった。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。



夏の輝き

八が岳の渓流

写真・岩井博

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

活動をされていない方が年会費納入時期に退会される事例が見受けられるので、昨年「年会費支払のお願い」を送付する前に、該当の方に電話をかけ、最近のナルク情報をお話し理解を深めていただき、継続のお願いをしていた。

第23回定時総会5月30日大阪で開催 今年度の事業計画・役員人事等を承認

九州四国地方が梅雨入りし、関西地方も梅雨入りが秒読みに入った5月30日、第23回定時総会が大阪市のエル・おおさかで開催された。小雨が降りしきる中、全国から120人を超す正会員や代表者などが集結した。定刻の13時30分、西村事務局長の司会で幕が開いた。

神野会長あいさつ
会長に就任して1年が経ちました。ナルク創設者の高畑名誉会長からバトンタッチされた「会長」



第23回定時総会は大坂エルで開催

田亮吉氏(枚方拠点)が開会宣言。第1号議案から第4号議案の審議・採決が行われた。

第1号議案「2017年度事業計画」は、西村事務局長から「報告および決算報告」では、西村事務局長から「退会者」をいかに減らすかという課題ではあるが、ナルクと共に取り組んでいくことと認められた。

第2号議案「2018年度活動予算」は、西村事務局長から「採決が済んだ後」の時間帯。「交付金」の問題など事前に話し合われていた。執行部が丁寧に対応し、第23回総会を終了した。

第3号議案「2018年度活動予算」は、西村事務局長から「採決が済んだ後」の時間帯。「交付金」の問題など事前に話し合われていた。執行部が丁寧に対応し、第23回総会を終了した。

第4号議案「役員人事」は、西村事務局長から「採決が済んだ後」の時間帯。「役員人事」の問題など事前に話し合われていた。執行部が丁寧に対応し、第23回総会を終了した。

おらが拠点の 熱いひと

山口長伸さんの巻
津拠点にも、さまざまに分野で活躍している人。中標津も、さまざまに分野で活躍している人。中標津も、さまざまに分野で活躍している人。



山口長伸さん、中標津拠点にも、さまざまに分野で活躍している人。中標津も、さまざまに分野で活躍している人。中標津も、さまざまに分野で活躍している人。

私どもは毎月、「会報・しれとこ」を発行しております。その中に「みんなのひろば」という会員の意見や作品などが投稿できるコーナーがあります。そのコーナーに「山口さんのじゃれうた」という短歌と漫画風の絵が毎月連載されています。会員から大好評を得ております。

私はこれで元気です

二わたしの健康法お教えします二

孫たちわ優しい

私は普段から健康のために栄養のバランスを考えて食材に気を使っています。それは「マ・ゴ・タ・チ・ワ・ヤ・サ・シ・イ」です。マは豆、大豆食品(みそ・納豆・豆腐)、ゴはごま、タは卵、チはチーズ・牛乳などの乳製品、ワはワカメ、ヤは野菜、サは魚、シは椎茸などのキノコ類、イはイモ類です。

これら9品目の食材を組み合わせて摂取すると良いと聞きました。

年をとるにつれ、「油ものは禁物」「肉から魚」「一汁一菜」といわれますが、肉には魚にない認知機能を高めるという動物性タンパク質が含まれているので、認知症には効果が大きいとのこと。とにかく、バランスよく食事を取ることが大事です。私自身も今後、今まで以上に学んだことに気をつけて食事を取りたいと思っています。

(宝塚・川西拠点 安井理恵子)

皆さまお勤めの健康方法をどしどし投稿してください。宛先はナルク本部「編集委員会」です。

日本の伝統芸能 その2 歌舞伎

歌舞伎とは江戸時代から続く絢爛豪華な総合芸術です。芝居・踊り・音楽で人々を楽しませます。奇抜な服装で世間の常識から外れた行動をする「かぶき者」の扮装を「出雲の阿国」という女性がまねた「かぶき踊り」がルーツと言われています。武家や公家の事件、庶民の世相などの話を、華やかな衣装と巧妙な舞台演出で娯楽性豊かに観客を楽しませます。

*芝居に深みを持たせる音にも注目

多彩な音楽が用いられる歌舞伎の舞台。小鼓や三味線、笛などで舞踏の伴奏をするのはもちろん、楽器や専用の道具で雪や雨音、人の足音といった芝居の効果音や役者の感情まで表現し、観客は舞台にいつそう引き込まれます。

【時代物】
武士や貴族を主人公とした戦記や伝承を演じた演目(義経千本桜 仮名手本忠臣蔵 菅原伝授手習鑑など)。

【世話物】
江戸時代の民衆の風俗を描いた演目。鳶(トビ)や侠客、長屋住まいの庶民が主役

【京都】 南座
【福岡】 博多座
【愛媛】 内子座
【高松】 高松座
【高松】 高松座
【高松】 高松座

つれづれの記

リレーエッセイ

（女殺油地獄 曾根崎心中 め組の喧嘩 極付幡随長兵衛など）

【舞踏】
日本舞踏と呼ばれるものの多くは歌舞伎舞踏を発端としている。歌舞伎役者は流派をもっており、流派の祖が歌舞伎役者であったりする(京鹿子娘道成寺 鶯娘 藤娘 勸進帳 連獅子など)。

【新歌舞伎】
明治から昭和にかけて、劇作家や小説家などにより書き下ろされた作品。演劇の近代化により荒唐無稽を排して写実的なものが多い。せりふ重視で動きが少ない(桐一葉 頼朝の死 番町血屋敷など)。

【新作歌舞伎】
戦後書かれたもの。一般公募である(お江戸みやげ ヤマトタケル 野田版 研辰の討たれなど)。

*各地の劇場
【東京】 歌舞伎座 国立劇場 明治座 日生劇場 浅草公会堂 新橋演舞場
【名古屋】 御園座
【大阪】 松竹座
【京都】 南座
【福岡】 博多座
【愛媛】 内子座
【高松】 高松座

