



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 FGL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 10日発行**
 Eメール編集室...kaiho@nalc.jp

各地の代表が決意表明 事業計画実践の具体策

本誌3月号に、例年通り本年度の事業計画案を掲載した。「エリア17の積極推進」「総合事業への積極的参加」などが柱となるが、各拠点では、どのように受けとめたのであるか。今後、各拠点は総会などで具体案を示し、一般会員に浸透を図っていくことになるが、各地の拠点代表の決意、実践の方法などを聞いてみた。

拠点設立11年目を迎えて

中津津拠点

山崎 弘



平成18年、71歳の賛同者と共に設立

設立以来、運営委員、活動会員として協力していただいている会員も、今は80歳を超え、他の拠点でも言われる通り、高齢化、若い入会者が少ないなど、運営に支障が出てきています。今一度、内部組織、事業内容など見直しをしなければならぬ時期に来ていると思われま

す。当拠点は、サラリーマン退職者会員は少なく、1次産業に携わっておられる方が多いのが特徴です。運営委員の中に現役で仕事をされている方が数人おり、自分の体調に合せ、活動されておりま

す。北海道の拠点に共通する課題ですが、6か月間の冬期をどのように運営するか、問題が数多くあります。

内部においては、ネット会計システムの導入に向け準備を整え、個々の負担軽減に取り組むたいと考えております。

以上、地域環境差を考えながら、地元ボランティア組織として運営に取り組

みます。例会で、内容説明や町の考え方などの勉強会を開いてナルクのかかわり方について検討中です。

また今年度から障害者自立センターとの接触を始めております。社会福祉協議会長も入会をいただき、共に協力体制を構築すべく取り組み

を始めたところで、内部においては、ネット会計システム

の導入に向け準備を整え、個々の負担軽減に取り組むたいと考えております。

以上、地域環境差を考えながら、地元ボランティア組織として運営に取り組



季の輝き

滋賀県長浜市のヤッコ踊り

写真・岩井 博

みたく思っており

ます。

努力目標は

地域密着

小山拠点

内田邦子

さあ、

肥料はど

うする?

何を植え

付けるの?

何をどの

くらいい

い?と

ワイワイ

ガヤガヤ

騒いで

いるのは

、昨年

末に急浮



菜ができた

ら一人暮

らしの会

員宅に配

ろつかの

案もあり

ま

す。

ご多分

にもれ

ず私

たち

の拠

点も高

齢化

と提

供者

不足

は深

刻な問題

です。

提供

者を

増

やす

に

は、

まず

準

高

齢

者

の

方

々

が

気

軽

に

ナルク

す

ず

ら

ん

台

の

5

月

に

設

立

総

会

を

開

き

ま

す。

親

親

拠

点

か

ら

分

離

独

立

し

、

す

ず

ら

ん

台

地

を

中

心

に

す

ず

ら

ん

台

の

1

3

2

人

を

擁

す

ま

す。

す

ず

ら

ん

台

の

6

5

歳

以

上

の

8

人

で

す

。

従

っ

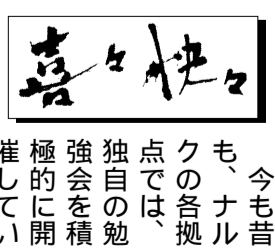
て

す

。

そ

の



今も昔も、ナルクの各拠点は、独自の勉強会を積極的に開催しています。

皆様のご協力をよろしくお願いたします。

男性会員の活躍に期待

今治拠点

山本雪子



私たちがナルクを開き、今治を開設したのは、「いずれ到来する超高齢化社会で、自分らしく、どのように生きていくか、少しでも陽が差し込む環境を、お互いに知り合える仲間を作つて支え合いたい」という思いでした。

会員拡大を念頭に置きながら、「全力を」では息切れします。百人余りの会員のネットワークが、うまくつながるように努力していきま



留学生との交流会も拠点活動の一つ

を目標しております。

体験談を発表する場、趣味の紹介、カラオケ教室、男性の

個性があつてもいいのではないでしょう。理念から逸脱するのではなく、できる時にできることを積み重ねる、この積み重ねとあきらめない

各代表の決意表明を聞いて

本部事務局長

西村順子

新しい事業計画案のもと、拠点ではそれをいかに実践するか

代表は頼もしい決意を表されています。心強い限りです。

なかでも共通した思いは、外部との接

触を推進しようという姿勢です。

ナルクは、従来から仲間同士の助け合

いを中心に活動して見られた、多くの

と見られた、多くの遠く離れた仲間との

この大きな大きな

仕掛けは、本部が呼

ばればなりません。今

年、本部は積極的

にそのお役目を担っ

ていくつもりです。

「高齡化」

「後継者不足」が叫

ばれています。本

部では若干、光明が

見えてきました。60

代の若い方の入会が

相次いだのです。あ

なたの地域にもきつ

きなお役に立つは

さらに、東海道57



おらが拠点の 熱いひと

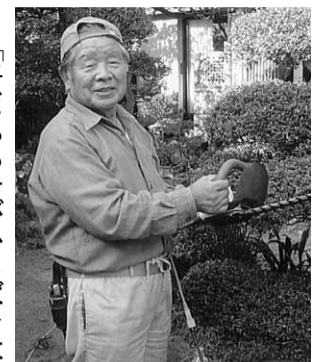
巻の光さん 渡邊 光さん

普段、事務所で合

などがある

時は、いつ

も率先して



「子どもあそびひろば」は20数か所のブースがあり、テ

準備が大変です。手配の多く

は渡邊さんが中心になってや

「子どもあそびひろば」は

つり」があります。その準備

に渡邊光さんの存在は欠かせ

ません。それぞれ、3日間

も続くので準備に時間もかか

り、その手配や作業は大変な

苦労です。

苦勞です。

苦勞です。

つれづれの記

そろばんの割り算の九九

ブロ棋士が対局中に中座してスマホでカ

ンニングしたのではないかと疑われたり、

自動運転のバスが公道を走る実験があつた

とか、AI(人工知能)が人間を超える日

が近いと言われる現代

に、そろばんの話で恐縮で

すが、思い出話につき合っ

ていただきたい。

私が小学校4年生のこ

ろ、そろばんを習い始めた

ときの話である。八路路会

の人なら「二天作の五」と

いう言葉を知っている人

が多いのではないだろう

か。そう、そろばんの割り

算の九九で最初に出てくる



だんだん似てきやがった...

時々忘れてしまふことがある。特に6桁・

7桁・8桁の後半部分の九九が混同してし

まうのである。

通常はメモなどで確かめることもできる

のだが、困つたのは検定試験の時である。

これで小学生の時に、そろばん検定2級止

まりで1級に届かなかつたと思うと残念で

ある。

現在でも重要しているのは、暗算で掛け

算・割り算等の計算が出来ることである。

頭を使うので、認知症の予防にもなってい

る。

冒頭のAIについて触れて

みたい。AIとは人間が行っ

ている知的な作業をコンピ

ュータで模倣したソフトウェア

私はこれで元気です

＝わたしの健康法お教えします＝

ジョンとのウォーキング

ナルクに入会して間もなく、「犬の散歩

ボランティア」がありました。かわいが

っていた主人が亡くなり、病弱の奥さん

では毎日、散歩させることができな

ったのです。その犬の名はジョンと言

います。

岐阜拠点 山口弘

各地のエリア推進会議活発

組織改革の切り札として登場した「地域エリア制」が発足して1年が経過した。各エリアとも、推進会議を活発に開催するなど順調に推移している。最近行われたエリア推進会議の様をお伝えする。

三重・奈良エリア 高齢化対策と会員増がテーマ

2月13日、三重・奈良地区の「エリア推進会議」が名張東拠点会議室で開催された。

担当の名張東拠点は、地域活動「サロン・きずな」の中で、喫茶部門を運営している関係で、拠点の事務局、会議室は無料だが、今日も、その関連で立派な会議室でエリア会議が行われた。

三重・奈良エリアは伊賀名張、名張東、伊賀青山と奈良の4拠点が構成し、今回が最初の開催。各拠点の代表、副代表、事務局長と、本部から神野組織担当副会長が出席した。会議はエリア担当理事の大橋名張東代表の進行で始められた。自己紹介の後、神野副会長からエリア17推進の意義と進め方について説明があり、各拠点の総会資料に基づいての活動紹介と、特徴的な活動と課題について紹介した。伊賀名張拠点は介

北河内エリア 総合事業などを熱心に討議

今回で2回目となる北河内エリア推進会議は2月27日、交野市ボランテアセンターで開かれた。

このエリアは枚方、交野、寝屋川、東大阪・大東、守口、四條畷、八尾、門真の8拠点が構成され、総会員数2026人を束ねる大所帯。本部から高畑会長と寺井副会長を招き、各拠点から代表をはじめ副代表、事務局長、運営委員ら23人が出席。「各拠点の活動状況報告と情報交換」「枚方拠点における日常生活支援総合事業の取り組み」の事例発表と、それに対する質疑応答や意見交換が、「北河内エリアにお

ける具体的な取り組みについて」を議題に、3時間半にわたって熱く意見を交わし合った。活動状況報告では、どの拠点も現在一番に取り組んでいるのが「介護予防・日常生活総合事業」(以下、総合事業)。まず、訪問型サービスA「生活援助訪問事業」を4月から開始する枚方の取り組みが発表された。

また、「北河内エリアにおける具体的な取り組み」については、「活発に活動できていない拠点をどのようにしたら



活発な論議が繰り広げられた北河内エリア会議

が議題に上がった。拠点の規模や環境などが異なるため、なかなか難しい問題だが、「エリア会議は拠点の活性化が一番の目的」と話す寺井副会長の言葉も重なり、真剣に議論を重ねた。

最後に、高齢者の運動による交通事故が多発していることから、「送迎ボランテア」は74歳までに線引きをした」と話す拠点の報告があった。中には既に年齢制限を先行している拠点もあったが、「街中でできて山間部では難しいのでは」との意見もあり、エリア会議の内容は多岐にわたった。

総合事業に対し、「市の事業内容がまだ、きちんとできていない状態なので、我が拠点は出遅れている。エリア会議での情報は良い刺激になった」と意欲を見せる拠点もあった。

大阪・北摂エリア 2グループに分かれ熱く意見交換

2月27日午後2時、本部会議室で、大阪・北摂エリアの推進会議が開かれた。出席は「高槻・島本」「豊中・池田」「茨木・摂津」「吹田」「大塚北」「大塚南」の6拠点(箕面は欠席)。



2グループに分かれ論議が交わされた大阪・北摂エリア会議

担当の田中千鶴理事は、意見が出やすいようにと、出席者を2グループに分けて討論を促した結果、白熱した議論が飛び交い、活発な会議となった。

「会員拡大には、やはり行事やイベントを行うのが効果的である。それも行政とタイアップすることが重要。市の広報にナルクの名前が出るのが効果的である」といった発言や、「拠点の財政が切迫している現状を打破するには、同好会の参加者から参加費を徴収することも検討したい」といった意見も出された。最後に、大阪・北摂エリアの総会を大阪北の担当で7月に開催する、参加者は各拠点10人ぐらいとすることなどを決め、4時過ぎに散会

私の簡単料理・自慢の一品
おすすめレシピ

相撲部屋直伝のチャンコ鍋

材料 豚(中肉薄切り)
豆腐、白菜、春菊、しいたけ、えのき、その他お好みの野菜

薬味 ポン酢、刻みネギ、大根おろし

作り方 豚肉は1枚ずつ広げて重ね、半分の大きさに切る。
鍋に水をやや多めに入れ沸騰させる。
味噌をしゃもじ半量入れる。(肉の臭みを取り、肉が締まる。味噌の代わりに牛乳でもよい)
酒をたっぷり入れる。

食べ方 煮立ったらまず肉を入れ、あくを取り除く。豆腐は包丁で切らず、しゃもじで一口ぐらいにすくって入れる。
煮えの遅いものから入れ、青物野菜は、さっと火が通ったところで、すくい上げる。煮上がった薬味を添えてどうぞ。
相撲部屋直伝のチャンコです。別に難しく考えることはありません。あり合わせの材料を使って、カロリーや栄養のバランスを考えて作ってください。

ナルク千曲川50号から 三井製袋喜(坂城町)

投稿をお待ちしています(男性歓迎)
メールyamay@peach.plala.or.jp 〒540-0028 大阪市中央区常盤町2-1-8 FGビル大阪4F ナルク編集部

絵手紙協会の画展を支援

ひたち拠点 画評議員・日本絵手紙協会 亜細亜太平洋水墨

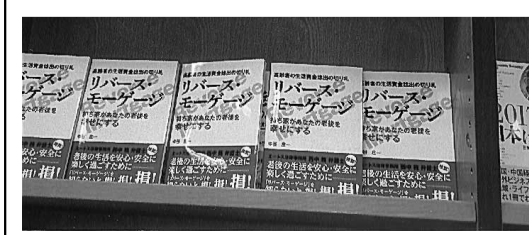


拠点が支援した書画展

ナルクのPRを兼ねる単行本を出版

東神戸拠点の中谷庄一さんは、元大和銀行の行員。銀行時代の経験から資産運用に関する知識も豊富だが、かつて「リバース・モーゲージって何だ」という本を出版したが、この度その改訂版とも言える「リバースモーゲージ」という単行本が神戸新聞総合出版センターから刊行された。定価1000円(税込み)で各地の本屋さんにも山積みされている。

紙協会公認講師の茂木美津子さん(ひたち拠点会員)が県立天心記念美術館で、今までコツコツ書き溜めた作品160点の個展を開催した。個展は、2月15日から19日にかけて開かれ、ナルクひたちでは展示品の掲示・撤収、連日の受付などの作業を延べ18人が神戸新聞総合出版センターから刊行された。定価1000円(税込み)で各地の本屋さんにも山積みされている。



リバース・モーゲージを改訂出版

で全面的に支援した。大きいものでは1300号(約2畳敷き)の力作もあり、延べ1300人の来場者に多くの感動を与えた大盛況の個展であった。注目されているが、「ナルクのPRにもなる」と思い、改訂版を出版しました」と中谷さんは語っている。

読者の広場

短歌

【奈良】 ひっそりと小高き山に抱かれてたたずむ正 曆寺祈り向き合いて

【和歌山】 夕時雨急に込みだす喫茶店 吉田みつよ

【徳島】 火の国へ旅の夕餉の牡丹鍋 月野恵子

【香川】 生まれつき受け口なりし葛湯吹く 辻月女

【高松】 風音は子守唄なり山眠る 井上マズエ

【愛媛】 カニのため黒酢あんかけひかえめに まだ食べたいお腹は拒否する焼きガニや

【高松】 カニよりもはやる気持ちの牌の音 和子

【高松】 黙々とたらく食って横歩き 庄助

【高松】 お嬢さん呼ばれ続けて30年 永代お嬢

【高松】 カニ食べて横歩きする私かな 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

初景色間近に見ゆる日野の峰 初風呂や介護のつかれいやされて

吐く息も並び乗り込む始発バス 仲野弘子

【豊中・池田】 値踏みして込み合う錦年の市 酒井久美子

【高松】 夕時雨急に込みだす喫茶店 吉田みつよ

【高松】 火の国へ旅の夕餉の牡丹鍋 月野恵子

【高松】 生まれつき受け口なりし葛湯吹く 辻月女

【高松】 風音は子守唄なり山眠る 井上マズエ

【高松】 カニのため黒酢あんかけひかえめに まだ食べたいお腹は拒否する焼きガニや

【高松】 カニよりもはやる気持ちの牌の音 和子

【高松】 黙々とたらく食って横歩き 庄助

【高松】 お嬢さん呼ばれ続けて30年 永代お嬢

【高松】 カニ食べて横歩きする私かな 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

【高松】 一年の鶏はカニで始まる 詠み人知らず

随想

今を心豊かに過ごせたら 清水喜久子

【高松】 八十路のふもとに 差し掛かり、この先 幾年の人生を歩むこ

【高松】 とができるのでしょ うか。どのように生 きていくのが幸せと思

【高松】 高級な衣服をまと った街中を闊歩(か っぽ)すること？

【高松】 おいしい食事を食べ 歩くこと？ 読書す ること？

【高松】 いろいろ考えてみ たけど、私の思いは それではないような 気がします。

【高松】 ある時、友人らと 話し合いました。 「歩行困難になっ

【高松】 たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

ができました。 一人が都合で欠席 になり残念でした が、「彼女がいたら もっと楽しい旅にな っていたかもね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

歩く」こと。それを 実践し、健康年齢豊 かな老いの延長に 努めるのだ。

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

【高松】 には一泊二日の旅行 にも出かけるほど。 さすが枕投げはしな

【高松】 かつたけど遅い青春 を存分に楽しむこと ができました。

【高松】 「歩行困難になっ たとき、一人ぼっち で部屋にこもるの が寂しいよね」「病 気になったとき、心 を支えてくれる友人

【高松】 も欲しいよね」と。 そんな思いが通じ 合う、「今を健康で 幸せに過ごしたい」

【高松】 との気持ちが一致 する。3年前の9月に 6人で仲良しグルー プ「水仙の会」を誕

【高松】 生させました。 以来、毎月1回、 おしゃべりや手作り 食卓会、カラオケな

【高松】 どを楽しみ、回を重ねるたびに親しさが 増えました。昨春秋

「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。

拠点だより

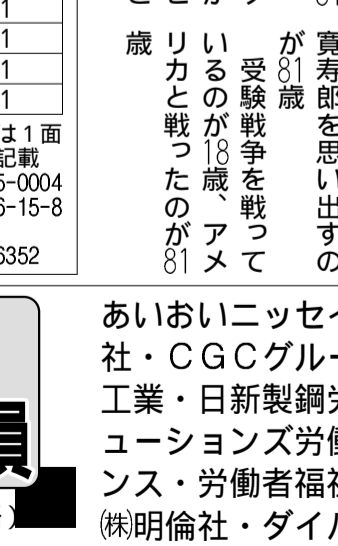
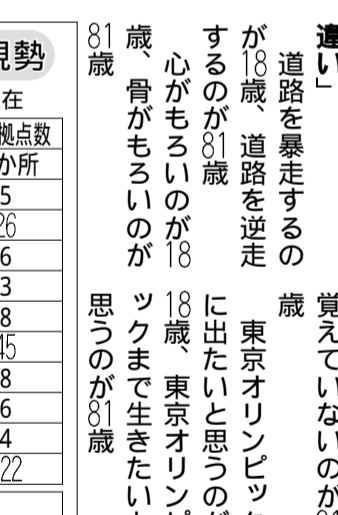
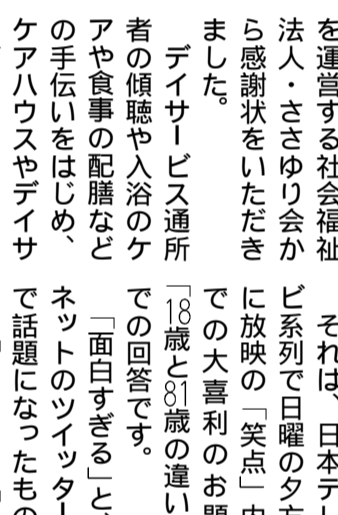
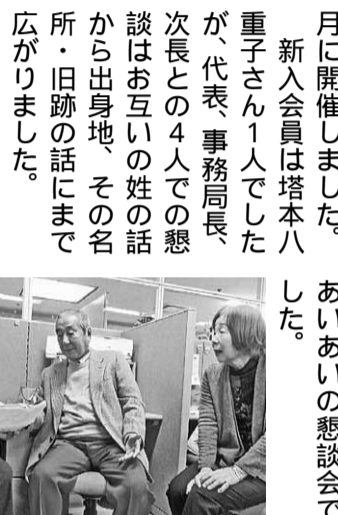
【上田・千曲】 消費生活展で ナルクを宣伝

【堺】 新入会員と代表との懇談会

【東神戸】 感謝状をいただきま

【かずさ】 松田昭則

【高松】 歩行困難になっ



ナルクの現勢

Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of Activity Bases). Rows include 北海道地区 (11), 東北地区 (5), 関東地区 (26), 信州地区 (6), 北陸地区 (3), 中部地区 (8), 近畿地区 (45), 中国地区 (8), 四国地区 (6), 九州地区 (4), 合計 (122), and 海外 (Nalco USA: 1, Nalco Switzerland: 1, Nalco UK: 1, Nalco Orange: 1).

本部 住所電話は1面 題字下に記載 東京事務所〒105-0004 東京都港区新橋6-15-8 空調ビル3F 電話03-6435-6352

団体 賛助会員 (5口以上・敬称略)

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・全東レ労働組合連合会・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・パナソニックエコソリューションズ労働組合・丸十服装・妙見閣寺・UAゼンセン・ユアテックユニオン・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)・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