



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

会員拡大のツールを探る

エンディングノートも大きな武器

会員拡大はナルクにとって永遠のテーマである。各拠点とも真剣にこの問題に取り組んでいるが、なかなかこれといった妙策はない。とくに最近では入会者も多いが、退会者の変動も激しく、拠点の幹部にとつて頭の痛い現象が現れている。そんな中であつて、漠然と会員拡大に取り組むのではなく、テーマを持つてこの問題に取り組んでいる拠点も多い。マスコミの活用、エンディングノートの利用、市町村の広報誌とのタイアップなどが目立つ。そんな意欲的な拠点を紹介しよう。

エンディングノートで20名

茨木・摂津のケース

「茨木・摂津拠点」の会員拡大は、まさにエンディングノートによるといつても過言ではない。過去茨木市で2回、摂津市で4回、エンディングノートの講習会を実施した。

しかし最初は本部の早野理事が講演を行い、終末の準備の大切さを説くと、一会場でも相当数のエンディングノートの販売には結びつくが、なかなか会員拡大に直結する訳にはいかなかった。



9月箕面で行われたエンディングノートの説明会

行政の主催する事業の中にエンディングノートの講演会を組み込んでもらうことを思いついた。幸い両市とも高齢者の生きがい支援には熱心で「人生の締めくくりを考える」といった講演会を頻りに行つていた。この講演会の資料の中にナルクの案内書、拠点のパンフレットを入れてもらうことにも成功した。

この狙いは的中した。講演会が終了した後に「これを作ったボランティア団体はどんな活動をしているのか」「茨木市にも事務所はあるのか」といった質問が相次いだ。待つていきましたとばかりに、我々の出番が来る、

設立当時は、もちろん利用者も活動者もおりません。そこで市内の大きな団地をまわり、利用者の掘り起こしのための説明会を開催しました。公民館などを借りて実施し、そこそこの成果が上がりました。ナルクの単独の催しには限界があり立ち同時に事務所を持ち、毎日の当番を置き、コーディネーターも直ぐに配置しました。活動は当初から時間預託に力を入れ、5対3対2の配分に考慮しました。

在宅活動に重点を置いた結果、個人対個人の顔の見える関係が出来上がり「生きがいをお願いしたい」という喜びを各人が直接肌で味わうことができたと思

ナルクの基本を忠実に

水戸のケース

水戸のケース

私たちはお陰様で昨年、時間預託で9398時間という全国1位の成績を上げることができました。しかもその大半が在宅家事支援活動です。会員数も平成12年の設立時には約40名



壁面全体にナルクがデザインされた水戸拠点事務所

設置した結果、個人対個人の顔の見える関係が出来上がり「生きがいをお願いしたい」という喜びを各人が直接肌で味わうことができたと思

「エンディングノート」、「行政」と来ると次のツールは「マスコミ」である。徳島拠点がマスコミを活用し100人体制で設立総会を迎えたのは伝説になつていますが宮城からは次のようなコメントが寄せられている。

会員拡大とマスコミの力

ナルク宮城は、設立から今年8月で満12年目を迎えた。設立時は50人不足だった会員数も、今や280名を擁するまでに

この講演会のPRには地元タウン誌が大きなスペースを割いて記事を書いてくれた。そのおかげで当日は130人も人が集まった。

この10月に堺拠点から分離独立した「堺泉北」拠点は、独立に先立ち会員を増やすために、泉北ニュータウンの住民を対象に高畑会長を招き講演会を行つた。

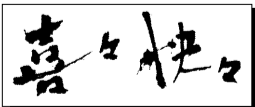
「ナルク」が世間に知れ渡るのには限界があつた。そうした折、当時の事務局長は、先進事例(水戸拠点)をヒントに、マスコミを活用を提案、即、マスコミ各社(市町村)に、会員募集説明会の囲み記事掲載を投げ掛けた。

「ナルク」が世間に知れ渡るのには限界があつた。そうした折、当時の事務局長は、先進事例(水戸拠点)をヒントに、マスコミを活用を提案、即、マスコミ各社(市町村)に、会員募集説明会の囲み記事掲載を投げ掛けた。

「ナルク」が世間に知れ渡るのには限界があつた。そうした折、当時の事務局長は、先進事例(水戸拠点)をヒントに、マスコミを活用を提案、即、マスコミ各社(市町村)に、会員募集説明会の囲み記事掲載を投げ掛けた。

この10月に堺拠点から分離独立した「堺泉北」拠点は、独立に先立ち会員を増やすために、泉北ニュータウンの住民を対象に高畑会長を招き講演会を行つた。

この10月に堺拠点から分離独立した「堺泉北」拠点は、独立に先立ち会員を増やすために、泉北ニュータウンの住民を対象に高畑会長を招き講演会を行つた。



巨人・大鵬・卵焼きと流し語にもなり、大鵬が圧倒的な強さと人気を保っていた時、不世出の名横綱、双葉山とどちらが強いかという論争が始まった。大鵬は幕内優勝回数32、45連勝を達成したのに対し双葉山は優勝12回、69連勝。しかし双葉山の時代、本場所春秋2回しか開かれていなかったからそれを考慮すべきだ。いやそれよりも69連勝がなんと云つても偉大だと軍配を双葉山に挙げる人が多かった。その前人未踏の69連勝記録を11月の九州場所まで白鵬が破るのではないかと注目を集めている。双葉山が安芸ノ海に敗れて69連勝でストップしたのは昭和14年。その頃はラジオの実況のみだったがこの大ニユースは家庭でも学校でも銭湯でも持ちきりであった。記録の達成者は日本人横綱であつてほしい。でも白鵬は大鵬・双葉山を尊敬し目標を立てて研究しているうちに日本人の心を持つに至っている。日本人が日本人の心を失つていないのか。(高畑 敬一)

ナルク成年(市民)後見人養成講座

11月9日から関西で講座スタート

ナルクは成年(市民)後見人養成講座(講座と応用講座)を11月から開催することになった。

本講座はナルク自身「法人後見」として本格的に後見活動に取り組み、全国都道府県に展開していく上での第1歩と位置づけている。

成年後見制度は法定後見と任意後見に分かれ(本紙7月号参照)、後見人の種類には

- ①親族後見人
②専門職後見人(弁護士・司法書士、社会福祉士など)
③市民後見人がある。

ボランティアの記

不安症の方を支援して

ナルク東横浜拠点支援チーム

私は、「心の病」を通じてのことでした。ある日、ナルク東横浜に不安症の方から「外出支援」の相談が入り、サポートが始まったそうです。



藤井文子

私とナルク東横浜との出会いは、「心の杖」を通じてのことでした。ある日、ナルク東横浜に不安症の方から「外出支援」の相談が入り、サポートが始まったそうです。

不安症の方の支援チームの一員に加わり、活動を共にすることになりました。約1年前のことです。

「心を病む方への支援」、「何をしたらいいかわからない」との質問をよく受けますが、私はその方の「心の杖」として寄り添いたいと思っています。

第1に「グループ支援の大切さ」です。今回の不安症の療的視点からの診断・症状な

カリキュラム

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

Table with 4 columns: Date, Time, Topic, Speaker. It lists the schedule for the course from November 9th to January 18th.

備考 内海健一氏(社会福祉士) 岡島貞雄氏(市民後見ひょうご理事長) 久保義和氏(司法書士・ナルク富田林拠点代表) 陶山清子氏(司法書士) 会場 ナルク本部3F会議室

肩ほぐし

毎日のボランティア活動も苦勞様です。活動や勉強で肩のこりに悩むあなたへ、ちょっとした軽い話題をお届けします。お気軽にお読みください。余り知られていない豆知識、地元の面白い話題など投稿歓迎です。(編集委員会)

卑弥呼はいずこ 大和は三輪山の近くにある菅墓(はしはか)古墳は、全長270mもある前方後円墳で、後円の直径は160mあり、大和盆地の古墳の中では3、4番目にランクされる大古墳で大和、河内にある大古墳と同様に天皇家の先祖の墓である「陵墓」の一つに数えられています。この古墳に埋葬されているのは、倭迹迹日百襲姫命(やまととひももそひめのみこと)と宮内庁は言っております。ところで菅墓古墳と倭迹迹日百襲姫命について「日本書紀」には次のように書かれています。



百襲姫命は神武天皇から数えて7代目の孝靈天皇の皇女で、10代目の崇神天皇の伯母に当たり、巫女(みこ)であり、崇神天皇のために予言をしたり、占いをしたりしていました。また百襲姫命は大物主大神の妻でありましたが、夫の大神は夜だけ姫命の屋敷に参りますので、日頃から不審に思っていた姫命は「あなたの本当の姿を見せてください」と思いついて頼みました。大神は「分かっただけ、ただ私の姿を見て驚かないようにしなさい」と言って帰りました。

翌朝、大神は姫命のもとに愛らしい小さな蛇になって現れました。思いがけない夫の姿に動転した姫命は、思わず悲鳴を上げてしまいました。大神は人間の姿に戻り、驚かない約束を与えよう」といって、三輪山に帰ってしまいました。姫命はその姿を見て、「約束を破った自分が悪い」と後悔がつのり、三輪山を仰ぎ見て尻餅を

びわこ近江9月25日設立総会

分館独立 箕面は10月5日、堺泉北は10月9日
全国147番目と 詩吟の会、劇団ナルク、J&Bコーラスがお祝いのアトラクションを披露し、設立総会を終えた。八幡市の文化会館で開催された。

来賓の祝辞の後、高畑会長から会旗の授与が行われた。



びわこ近江の創立総会

代表・打越正長
電話・072-725-2280
(堺泉北拠点)
代表・清水八重美
電話・072-292-3640

ナルクUSA 5周年記念大会

ナルクUSAでは去る9月18日、5周年の記念大会を日系人が多く住むロスのサウスベイ地区にあるミヤコ・ハイブリッドホテルで、60人余(内会員37名)が出席し盛大に開催しました。

会は午後1時に始まり、映像で5年間の活動報告をして、サウスベイ、ウエスタ保険でカバーされたLAなど各地の活動中...

ボランティア保険のあらまし

- ① 傷害補償
② 賠償責任補償
③ 感染症見舞い補償
④ 活動中に感染症(腸チフスなどの特定感染症)に罹患して入院した場合
⑤ これらは地震、噴火、洪水、津波、食中毒の特約付きです。
- またナルク主体の野球大会、お祭りなどリクリエーション活動も補償の対象になっています。

生涯学習センター ニューズ

- ① J&Bコーラス 第2、4金13時30分
産業創造館15F 出前公演します
広部090-3862-2279
- ② 千翠(詩吟) 歌とコラボします
第1、3火曜17時
本部会議室 青木090-4292-7171
- ③ 劇団ナルク



ナルクの歌

拠点リレー訪問

68

「大阪狭山(愛称 愛のいずみ)」

ナルク「大阪狭山」は大阪府の南部、堺市と富田林市の間にある人口約5万8千人、面積約12平方km、我が国最古の人工池(狭山湖)で知られている大阪狭山市にあります。1999年11月に設立、会員134人、83所帯の拠点です。

事務所にはビスタ搭載の3台を含み10台のパソコンがずらりと並び圧巻でした。森崎事務局長(初代代表)はじめ運営委員の皆さんから説明を伺いました。

1、行政との協働
ナルク「大阪狭山」の大きな特徴は「行政との協働」です。



子育て広場

パソコン講座は殆ど設立と同時に大阪狭山市との協働が始まり、公民館受託パソコン講座を一手に引き受けて昨年度迄、拠点の最大の活動で

あり且つ収益の源でした。しかし今年度からは新たな指定管理者の元での活動となるため、活動並びに収入面で苦しくなってきたとのことです。

対策として、受託パソコン講座修了者の希望でナルク独自で行っている「パソコンフォロー講座」にさらに力を入れ、会員向けのワードレベルアップ講座等にも力を入れています。

2、子育て活動
布で作った野菜、タペストリー、玩具などで子供達を遊ばせる「子育て広場」を市の助成を受けて6年前から続けています。趣味の「お針の会」を中心に、月2回コミュニケーションセンターで午前中に最多30組の親子と「テーマを変えて楽しく」開催してきました。

悩みは、参加者が減ってきていることです。最近、狭山市と周辺都市では私立の幼稚園が3歳児を募集しており、小都市では参加者募集に大きく響いているのです。皆さんはこの苦しい中で元気に頑張っていました。



折り紙でカレンダー作り

年齢を慰問
特別養護老人ホーム「陽だまりの丘」支援ボランティアに同行しました。

デイサービスや入居者の皆さんと一緒に折り紙などをしながら楽しみます。幾つもの折り紙の組み合わせで、作る楽しみと飾る楽しみがあり皆さんは本当に嬉しそうです。

冒頭、八木施設長様からナルク「大阪狭山」には本当に感謝しています」とのお話をいただき、拠点の皆さんへの信頼がよくわかりました。

最後に岸本代表から「現在の最大の課題は会員数が減り気味なこと、元気の趣味の会をさらに活性化させる等、新しい会員を増やす努力を徹底して」と決意を述べられました。

設立当初から先的に「行政との協働」を推し進め成功してこられた「ナルク大阪狭山」の皆さんなら苦しいことがあっても必ず克服されることと思います。(記・野村文夫)

生活法律相談

相続と遺言

Q 父が他界し、兄弟3人で遺産相続の話し合いをする事になっていました。

兄が父の遺言状を持っている様です。遺言の有無は関係しますか。

A 被相続人(父)が死亡したときに相続が開始し、遺産または相続財産(被相続人の財産)は、その時点で相続人に承継されます。

遺産は相続人が複数の時は、相続の開始によって共同所有となり、次いで分割され、各相続人の所有に帰属することになります。

まず遺言があれば、その内容が他の相続人の遺留分を侵害しない限り、遺言の通り遺産が承継されます。遺言のない場合は、相続人間で協議し分割を決めます。(協議分割)。

協議が整わないときは、家庭裁判所で調停、調停が整わないときは、家裁の審判で分割されることとなります。(審判分割)。

Q 法定相続分というのは...
A 民法900条に、各相続人の法定相続分が定められています。

例えば相続人が子3名のときは、各自3分の1、配偶者と子2名のときは、配偶者2分の1、子は各4分の1です。

協議分割の場合は、法定相続分に従う必要はなく、自由に分割できます。

Q 調停分割や審判分割では...
A 調停では法定相続分が基準になりますが、相続人全員が合意すれば、自由に分割できます。

Q 審判分割では...
A 法定相続分を基準として「一切の事情を考慮して」裁判所が決めます。

(弁護士 今永博彬)

文楽

錦秋公演

10月30日(土)・11月21日(日)

11月11日(木)より1部と2部を交替

第1部(午前11時開演)

嬢景清八嶋日記(花菱屋の段 日向嶋の段)

近頃河原の達引(四條河原の段 堀川猿廻し)

第2部(午後4時開演)

一谷嫩軍記(陣門の段 須磨浦の段 組討の段)

伊達娘恋緋鹿子(八百屋内の段 火の見櫓の段)

観覧料は1等5800円のところ、預託点数2点で4800円に。拠点備え付けの用紙に必要事項記入のうえ、劇場窓口へ。団体の方、本部奥田までご相談ください。

読者の広場

俳句

「東葛」 西澤昭
処暑なれど雨いずこ
かに去りにけり
銀の河雨をおとして
と草木いっ

随想

ナルクの皆さま
んとわたし
水戸 長堀 栄

私がナルクの皆さまに食事作りに来ていただくようになったのは4年になる。施設を退いてアパートでひとり暮らしを始めたのが平成18年の春。それが6人の皆さんが交代で食事作りを携わってくださった。この家庭の生活も毎日3度3度のことだけにいつもお金のかかることはできない。長年主婦を経験されてきた皆さんにとって、安い経費で如何に美味しい料理を作らなければならぬ問題を強いてしまったが、鍛錬の成果は見事に私の舌の鼓を打たせた。料理はお金をかければ美味しいとは限らない。まさに腕次第だ。私は和風で質素な食べ物が好きだ。もう1つ食事を美味しくいただく条件はその場の雰囲気である。1人で食べるのは味気ないし気心の合わない人と食べるのは最悪だ。でもナルクの皆さんと談笑しながらの食事は最高だ。みんながみんな、美味しさの中に「優しさ」という香

記者レポート

「釧路」ナルク道東四拠点連絡会議

北海道東部地区のナルク4拠点(中標津、帯広、美幌、釧路)連絡会議が9月12日釧路市で開催された。今年度は釧路拠点が当番であり、総勢41名の参加があった。特に、今回注目されるのは昨年11月新規加入した美幌拠点より9名の参加があったことである。



中標津拠点から「見廻りたい」の10人を限度にプロック化し、組織化する活動の原点が報告番拠点、中標津から

大部分を中標津の組織活動を参考に歩き始めたばかりとの謙虚な報告がなされた。最後に釧路拠点から、新事務所移設の経過が報告された後、2名体制での事務所当番が日常活動の一つとして定着したこと。6つの各プロックが独自

セリ菜摘みの思い出
USA 八木きよこ

辛料が込められていた。本当に有り難うございました。
その際、今は亡き父の大好物だった「セリ菜摘みをしよー」と思い立ち、ナルクUSAの武井会長に「東京近辺で、セリ菜摘みが可能な場所を、ご存知の方から情報を頂けないものか」と、お伺いしたところ、国際部の仲様が都内近郊の支部に連絡をして、2週間弱のうちに東京拠点の尾花澄江様をご紹介頂きました。そして4月4日、尾花様ご姉妹に、土手ののびる取り、田んぼの畦道でのセリ菜摘みに、お連れ頂くことになりました。私は、セリを見た

「ながの」信州プロック6拠点連絡会議

今年で3回目となる「東信州・みよた」「上田・千曲」「信州さかき」「信州まつもと」の6拠点からなる連絡会議は10月3日、4日の両日、飯綱・戸隠高原の「富士通労組総合センター」で行われた。各拠点から活動状況の報告があり、1、2回目に劣らぬ有意義な会となった。翌日はゴルフ組と

「伊賀名張」介護予防「寝ころんで筋トレ」を実施

8月5日から3日間、日生理拠点の奥本代表を講師に迎え、「寝ころんで筋トレ」を実施しました。最終日には高畑会館も出席し、43名の受講者に認定書が手渡されました。体験者も30名おり、盛會でした。今後は毎週1回足の悪い方を集めてトレーニングを実施します。(岡田賢一)

「奈良」分室がオープン

9月21日に西大寺に奈良拠点の分室がオープンしました。かねてから、会員同士の憩いの場として、また各種活動の打ち合わせなどに使用するスペースを求め、声が多くありましたが、このほど近鉄西大寺駅、近鉄百貨店近くにそのスペースを確保することができました。9月21日にオープンセレモニーを行いました。(江島利典)

ナルクの現勢 2010年11月1日現在
Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of Activity Bases). Rows include 北海道地区 (10), 東北地区 (5), 関東地区 (31), 信州地区 (6), 北陸地区 (3), 中部地区 (8), 近畿地区 (50), 中国地区 (10), 四国地区 (5), 九州地区 (9), 合計 (137).

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・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・象印マホービン・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・U1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