



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2-1-8MIRO谷町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

新春座談会 **まずは会員増強を**
リーダー研受講者が熱くナルクを語る

高畑 新年おめでとうございます。今年も、ナルクの活動のために、一層のご尽力をお願いいたします。

皆さんは昨年の11月、篠山で拠点リーダー養成講座を受けられたばかりのホットな方々ばかりです。研修の感想を中心に、お正月にふさわしく、ナルクの明日について語っていただきます。よろしくお願いいたします。

出席者
 (50音順・敬称略)
 朝井総子(函館) ブロックリーダー
 石田長男(高槻・島本) 運営委員
 須藤秀夫(宮城) 運営委員
 升岡美紀(松山) 副代表
 高畑敬一(会長) 司会



お正月の南禅寺 写真・隈井九州男

まず宮城拠点の須藤さんから自己紹介を兼ねて、お話を聞かせてください。今回のリーダー研修はいかがでしたか。

須藤 宮城の須藤です。拠点では運営委員をしており、今年70歳になります。営業の経験はないのですが、もっぱら損害調査と喫茶では、私どもも頑張りでしたが、全国のナルクの皆様から暖かいご支援をいただき、本当に有難うございました。

私にとりましては何十年ぶりの研修でしたので、全てが新鮮で、時間があっという間に経ってしまいました。とにかく勉強になりました。3日間というハードスケジュールで、退職後、半年ほど

どぶらぶらしてありましたが、あるセミナーで、今の拠点代表と一緒に、そのお話に共鳴して、ナルクに入れていただき、入会して2年ほどですが、現在、運営委員をしております。

ナルクのことば部分的にしか理解できていなかったと思いましたが、今回の研修でナルクの理念や仕組みが総合的に理解できるようになりました。つまり複数の点が今回の研修で、1本の線につながった思いです。その意味で、大変有益な研修でした。

くから来た石田長男と申します。拠点は高槻・島本です。現役時代は京都大学で事務の仕事をしており、2年前に定年になりまして、退職後、半年ほど

朝井 函館拠点の「鹿部」から参りました。朝井です。住まいは函館から北へ50キロほど離れた「鹿部」という町です。ここは全国から終の棲家を求めてやってくる人が多いことで知られています。私自身も、宝塚からの移住者です。住民の有志が集まって自然発生的に「助け合いの組織」が生まれ、まとまってナルクに入れたという経緯があります。将来的には函館拠点からの分離独立ということも視野に入れておりますが、現在、

プロックの会員数は32名で、「依頼が少なくない」というのが悩みの種です。今は送迎、雪かき、樹木の伐採などの活動をしていいますが、平均年齢が70歳ぐらいです。10年後を考えると、提供者不足が目に見えておりますので、とても心配です。とにかく若い会員を獲得しないと立ちどころではないと思っております。

升岡 はい、代表はじめ皆さん気配りをしてくださいますので、何の問題もありません。私の職場とナルクの活動は密接な関係がありますので、大変スムーズに活動しております。つまりナルクの皆さんが送迎で私の施設にお見



熱心にナルクの明日を語り合うご出席の皆さん

高畑 最後になりましたが、一番お若い升岡さん、お願いします。

升岡 松山拠点の升岡です。現在は、現役で働いており、仕事の都合で、障害児施設のサービスマン提供責任者です。

升岡さんは拠点で副代表という立場で活躍されておりますが、現在、

いることですが、このリーダー研修には三つの大きな目的があります。一つは「ナルクの基本を身につけること」。これは皆さん熱心に受講されておりましたから、問題はないと思えます。次は「ナルクに対する情熱」の問題です。代表や事務局長が情熱をもって活動している拠点は、必ず伸びております。幹部が人の嫌がる仕事も「率先して行う」という情熱が何より大切です。三つ目は「友達を作ること」です。3日間も寝食を共にしたのですから、友達もできたと思えますが、いかがですか。

朝井 できました。お友達になれただけでなく、その方々から多くのヒントをいただきました。拠点に帰りましたら、早速それを明日からのナルクの活動に活かしていこうと思っております。

須藤 私は「ソバ打ち」が趣味なのですが、ナルクに入りたいきご縁からでした。今回も「ソバ談義」で大いに盛り上がり、友達の輪が全国規模にまで広がったのが嬉しかったです。

私、チャラシを色々な所に置かせていただくなど活用しています。効果は大きいと思っております。特に女性には、利用者さんなどから「ナルクって、こんなにいいよ」とあるが、さて読者諸氏は「・・・」にどんな言葉を入れますか。(高畑敬一)

元旦は家族全員で成田山不動尊への初詣を済ませ、たあと、年賀状を一枚一枚丹念に見ることから始まる。力の版画で一年の無沙汰を謝しているもの、得意の絵筆を執って旧年登山した感動の風景を描いたもの、孫を含めて全員集合の家族写真、みなほほえましい。印刷しただけのものは嬉しくないが、それでもペンで一言添えたと、情が湧き相手の顔が浮かんでくる。定年退職後、年賀状の数量がぐっと減った。しかしナルクを創ってから、今も普通通り1300枚を数えている。印刷を避けて全て手書きを心がけているから、12月に入ってから、元日到着しないと、元日到着という訳にはいかない。人はそんなに書くのは大変でしょうと言いますが、書きながら相手のことを考えて、結構楽しんでいて、ある先輩から頂いた書の中に「古い友は信ずるに足る(一) 古い酒は賞するに足る(二) 古い友は信ずるに足る(三) 古い友は信ずるに足る」とあるが、さて読者諸氏は「・・・」にどんな言葉を入れますか。(高畑敬一)

持っていただけ痛感しました。

高畑

宮城の場合も、震災で被害を受けた人を支援しようとパラソル喫茶を始めたわ

私にはナルクの理念を説明することが大切だと思っております。こんな素晴らしい理念をもって活動している団体は他にないと思っております。研修を受けた直後です。私自身燃えています。世間々々勉強して、世間にナルクを広めていきたいと思っております。

朝井

同感です。私も今の講習で、「自立・奉仕・助け合い」の比率を「助け合い」が5、「奉仕」が3、「自立」が2という比率が理想であり、助け合い活動が最も大切だと言っている学び、広くPRしていくことが重要だと

目になろうと思いません。閉鎖する仮設も出てきますが、ここで築いた人間関係を活用して会員拡大につなげていくべきだ

私は人口1万4千人ほどの団地に住んでいるのですが、こ



リーダー研修会受講風景

石田 現役時代の職場のOB会などで、積極的にナルクのことをPRできると話をするのが効果的だと思います。団塊の世代へのアプローチは絶対必要です。彼らは、「個性が強い」ので難しい世代だと言われていますが、皆さん何かやりたいと思ってい

障子の張り替えなど、ナルク活動で溜まった点数が、預託2305点、奉仕活動154点、拠点の中でも断トツです。(2013年10月現在) 特筆ものは、昨夏の猛烈な暑さの最中でも庭仕事に精を出してくれたこと

おらが拠点の 熱いひと

巻の 大野晏稔さん

その 昔、東映の大スタ ー「片岡千恵蔵」の多羅尾伴内の七変化、ある時は片目の運転手! あ



大野晏稔さん 笑顔

多忙な中で、好きなゴルフや同好会コース・朗読)にも参加されて楽しんでおられます。とにかく何をやるにしても嫌な顔をしない、やることは

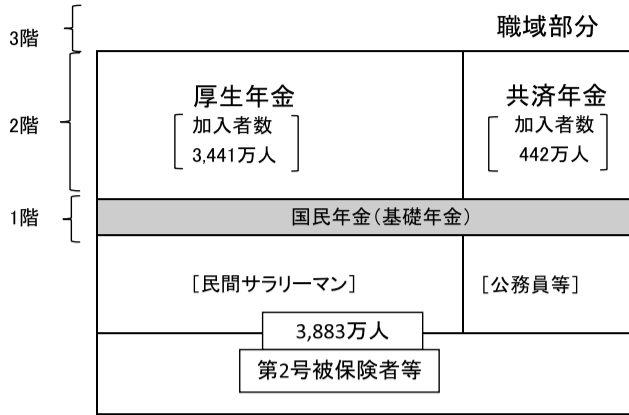
むし男や手品師!これらに負けず劣らず、ある時は拠点の会計・運営委員、ある時は庭木の剪定・草むしり・送迎・網戸修理・ペンキ塗り替え・

ナルク用語辞典 =NPO= Non Profit Organizationの略で、官・行政から独立し、公益に資するサービスや、さまざまな社会貢献活動を自立して行っている非営利組織のことです。団体の構成員(正会員とか社員)に対しては報酬を支払わず、事業で得た収益金は内部留保され、活動のために使われます。このうち、特定非営利活動促進法に基づき法人格を取得した団体を「特定非営利活動法人」、略して「NPO法人」と呼びますが、ナルクはこれに当たります。法人格を取得するには、都道府県、または政令指定都市に申請し、認可を受ける必要があります。法人格を取得すれば、社会的信用は高まりますが、運営には社会的責任が義務づけられるのは当然です。NPO法人のうち、一定の基準を満たし、所轄庁の認定を受けると、「認定NPO法人」となり、税制上の優遇を受けることも可能です。しかし、手続き上の問題、法律上の問題などハードルは高いのです。現在ナルクは、その方向を目指していますが、ネット会計システムの全拠点での導入など、課題が残されています。

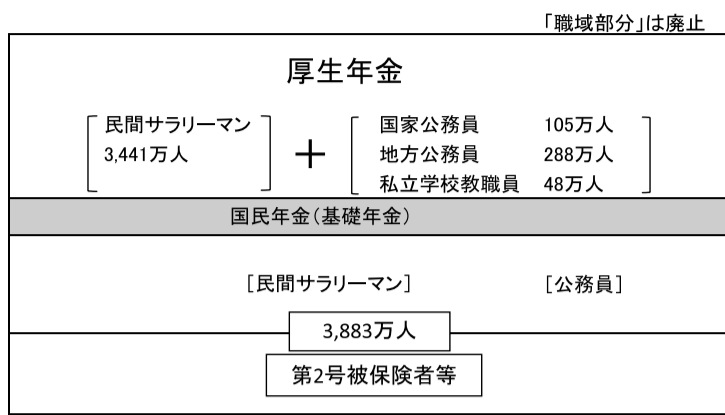
「不勉強」の勧め リレーエッセイ つれづれの記 昨秋、大阪の小学校のクラス会を「卒業60周年記念」と銘打って開いた。98歳の恩師もお元氣な姿を見せてくださり、出席者がめいめい、恩師に近況を報告した。その場で、ある女性が「私は勉強が嫌いだったからなあ」と言ったので、「勉強は誰だって嫌いだよ」と小生は「勉強」と「学習」の違いを説明した。小生の娘たちが中学・高校生の頃、「勉強なんか、せんでもええよ」と言ったことがある。すると、娘たちは「ワイッ」と両手をあげて喜んだ。そこで小生は「勉強は必要ないが、学習は必要、興味のあることなら楽しく学べて、成果が身につく」と、「勉強」と「学習」の違いを説明におよんだ。 「勉強」と「学習」の意なし 「勉強」という言葉はもろもろ中国から伝わった。現代中国語にも「勉強」(jiānqiang)という言葉は残っており、その意味は「無理にやる」「しむしむ何かをする」ということで、「学習」という意味はまったく異なる。漢語の影響を強く受けたベトナム語でも、漢字「勉強」を音読した mien cu'ong という言葉が残っているが、これも「やむをえず」「心ならずも」という意味で、「学習」の意味はない。同じく漢文化の影響を強く受けた韓国語には漢字の「学習」を音読したハクスブ(hakswp) (英語の learning) と「工夫」を音読したコンブ(kongpu) (英語の study) があり、このコンブが日本語の「勉強」に近いが、「無理矢理」とか「しむしむ」の意味はないようだ。 本来の意味は大阪に残る 「勉強」と「学習」が混同され、「学ぶ」という本来の日本語が古語同然となり、「受験勉強」という言葉さえ生まれた。いつの間にか「勉強」と「学習」が混同されるようになったのだろうか。思うに、それは漢字が仏教と共に伝わった時、仏教を学習するのに「勉強学習経典」(経典をしゃべりに学習する)の「学習」の部分が省略されたのではないだろうか。当時の学僧の姿がしのばれる。 しかし、大阪には、最近あまり聞かなくなってきたが、本来の「勉強」の意味が残っていた。昔は、大阪の店頭で商品を値切ると、店主が「勉強させてもらいますわ」と言って値引きしてくれたものだ。仕方なく定価より安く売ったことに「勉強」本来の意味が残っていたのだ。(池本盛雄)

「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。

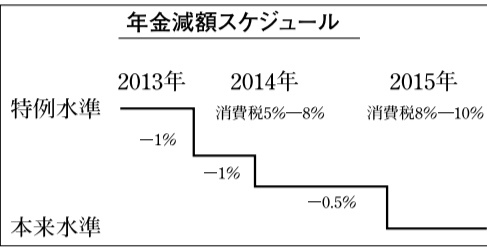
現在の公的年金の体系(数値は平成23年3月末)



被用者年金一元化後の公的年金制度の体系



来年10月から新厚生年金制度スタート
 公務員なども厚生年金に加入し一元化を図る
 公務員や私学教職 これらを織り込んだ
 員も厚生年金に加入 新しい厚生年金がス
 し、年金を一元化し タートすることにな
 ようとする検討が進 りました。
 んでいきましたが、来 従来、公的年金は
 年の10月1日から、 1階部分が基礎年金
 されていきました。



これを職域部分を 廃止して2階建てと して、厚生年金部分 に共済年金も含める ことになりました。 また、年金は現在 特例水準で支給され

ていますが、来年に は消費税増とは関係 なく、本来水準に戻 ることとなります。 この改正により、 将来に向けての年金 の公平性に一歩近づ いたことになりま す。

20周年行事まであと4か月 福島被災地支援固まる

12月号既 報の通り、 仙台に於け る20周年の 記念行事 は、120 0人の会員 が集う大イ ベントとな ることが判 明した。多 様な行事が 行われるこ ととなり、 着々と、その準備が 進んでいる。 被災地支援の大き な柱である福島での 支援内容も、以下の ように固まったの で、積極的にご参加 いただきたい。

継続的な福島支援 として、野菜類の定 期購入に向けて、農 園代表からの聞き取 りと現地視察を実施 し、色々検討した。 その結果、購入先も きまり、昨年12月に 全拠点に案内、協力 をお願いしたが、概 要は次の通り。

購入先	送料	価格
「二本松農園」	1箱2980円	何箱でも可
二本松市新生町	送料	
(農家25軒)	東北関東 無料	
毎月末に野菜を詰	北陸関西 500円	
めた段ボールが送ら	中国四国 700円	
れてくる。	九州 800円	
毎月一回の購入	申込み	
(いつでも中止可)	ネット、電話、	
以外の物もOK	FAX	
	支払い	
	クレジット	
	郵便振り込み	
	その他	
	米、果物など野菜	



セット野菜(10品)
 (三)桜苗
 木の植樹
 福島市民の 飲料水をま かなう「摺 上ダム」に 浪江町商工 会の協力を 得て桜苗木 の植樹。
 (四)浪江 町視察
 往復3時 間以上のバ 又移動となるため、 25日に福島で泊まる 方が対象である。 11月末から、がれ き処理や港の復旧復 興工事などが始まっ たため、現在は町へ の立ち入りが制限さ れていて、視察が許 可されないことも考 えられる。その場合 は被災地支援の変更 も止むをえないた め、視察を予定され ている会員にはでき るだけ早く情報を流 していく。

第2回関西八 十路会開催
 11月11日、2回目 となる関西八十路会 が本部会議室で開催 された。 この日集まったの は28名(内女性2名) で、第1回会合を8 名上回った。 冒頭、高畑会長が 挨拶にたち、「80を 過ぎたからといって 引退を考えるようでは 困る。生涯現役の つもりで残りの人生 を頑張っていただき たい」と叱咤激励。 それを受け、各人 がそれぞれ現況報告 を行い、「八十路の つわもの、ここにあり をアピールした。 5時から、場所 を事務所近くの広東 料理の店に移し、夜 の更けるのも忘れ、 談論風発、八十路パ ワーを遺憾なく発揮 した。



ちょっと聞いて

コーディネーターのつばき

ナルク岐阜の地道な広報活動も、ようやく 芽が出始め、地域包括支援センターからの相 談が増えてきました。地域包括支援センター

の担当者呼びかけで、「サービス担当者会 議」に参加することがあります。その席には 本人、地域包括支援センター、ケアサポ ート事業所、居宅介護支援センター、給食事業所、 その他ナルクのコーディネーターが出席しま す。そこでは、本人に対してどのような支援 が必要か話し合われます。ナルクは、病院へ の送迎、院内での車椅子介助等を担当するこ とになります。

コーディネーターは曜日、時間、ポランテ ィアの内容等を助案して、提供会員に電話を 掛けます。一発でOKが取れたときはホッと します。断られた時は次の会員に電話します。 断られたらまた、次の会員に電話します。ど うか?

(岐阜拠点・山口弘)

うしても見つからない時は、コーディネータ ー自身が担当しようと思えるので、 実際は、一発でOKのケースが多いからそん なには心配していません。 それにしても、ナルクの支援が必要な1人 住まいの高齢者の会員は増えていますが、提 供会員の人数が少ないのが悩みの種です。団 塊の世代の入会を期待しましたが、思うよう にはいきませんね。東日本大震災、近くは大 島の被災者支援に、若い人たちは積極的にポ ランティア活動をしています。60代の皆 さん働きすぎて、くたびれちゃったのでしょ うか?

傾城恋飛脚(けいせいこいびきやく)
 近松門左衛門作「真土の飛脚」の改作。
 飛脚屋の養子亀屋忠兵衛が公金を横領 夜の部(午後4時開演)
 面売り(めんうり)
 おしゃべり案山子と呼ばれる大道芸人 と孝行娘の面売りが力を合わせ商売を 近頃河原の遠引(ちかごろかわらのたてびき) おしゅん伝兵衛の心中事件と孝行な猿 廻しが表彰された話を脚色
 壇浦兜軍記(だんのうらかぶとぐんき) 京都五条の傾城阿古屋は平家の侍悪七 兵衛景清の思い人として知られていた ナルクの会員は一等5,800円が4, 800円に。拠点備え付けの用紙に必要 事項を記入して、劇場窓口でお買い求め ください。その他楽屋見学、会長との夕 食会など本部奥田までお尋ねください。

文楽初春公演
 1月3日(金)〜26日(日) 15日は休演
 昼の部(11時開演)
 二人禿(ににんかむろ)
 京都鴨原の遊郭で、花魁に仕える二人 の少女が、仕事の合間に戯れる様子を 源平布引滝(げんぺいぬのびきのたき) 北陸篠原合戦で、老武者斎藤実盛が若 作りをして出陣する逸話の前日譚
 傾城恋飛脚(けいせいこいびきやく)

関西歌舞伎を愛する会
坂東玉三郎初春特別舞踊公演
 大阪松竹座
 1月2日(木)〜27日(月) 午後2時開演
 (17日と24日は午後6時開演)
 (4日は貸切 16日は休演)
 村松風二人汐汲
 坂東玉三郎 中村七之助
 操り三番叟
 猿弥 月之助 薪車 笑三郎
 二人藤娘
 坂東玉三郎 中村七之助
 於染久松色読取
 玉三郎 七之助 月之助 笑三郎
 チケットは、直接劇場窓口でお買い求め ください。詳しいことは、ナルク本部 奥田までお尋ねください。
 電話06・6941・5448

読者の広場

俳句

「石川」ねむの花句会

咲き残る
いのち美し未枯れて
河越敏子

秋しぐれ

傘傾けて立話

秋時雨

足早に去る鞍馬寺

茶の花に

心安らぐ白服かな

末枯の

工場跡の大落暉

聖人の

配流の浜や秋時雨

永藁久子

抱かれ安らぎある古墳

西川 忠

秋時雨

漆黒の雲海に垂れ

日ざしても

当てにならぬ日秋時雨

矢木桂子

末枯に

抱かれ安らぎある古墳

西川 忠

随想

自分らしく
より良く生きること

「市川」 島沢治代

聖路加看護大学名誉教授「日野原重明先生」は、102歳になられます。今も世界各国を回って活躍されています。

日野原先生は「生き方上手は死に方上手であること」と言われます。誰も、いつかは死が訪れます。各自が死を受け入れること、そして一日24時間をどう過ごすか、そのために、①目標を持つこと②生きがいを持つことが大事、と先生はおっしゃいます。「生きがい」はフランス語でレゾンデ

「鋸路」
資源物ステーションと清掃工場の見学会
10月23日、ゴミ施設パ

「名張東」
小学4年生がナルクのボランティアに参加
団地内の「すずらん台小学校」では毎年、授業の一環として福祉体験活

「幸せ国」番付
国民が日々の暮らしに満足し、幸せを感じているか、どうかの調査が、コロンビア大学で行われました。

「断捨離を
始めませんか」
「枚方」東 好秋
枚方拠点では庭の手入れ、家事介助、パソコン指導送迎のどれにも当てはまらないものを「ハウスヘルパー」と呼んでいます。

「断捨離を
始めませんか」
「枚方」東 好秋
枚方拠点では庭の手入れ、家事介助、パソコン指導送迎のどれにも当てはまらないものを「ハウスヘルパー」と呼んでいます。

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア



「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

「かすさ」
終日賑わった「健康と福祉のふれあいまつり」
平成25年度「健康と福祉のふれあいまつり」が、10月12日に開催されました。この催しには多くの障害者団体やボランティア

Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of Activity Points). Rows include 北海道地区 (4), 東北地区 (28), 関東地区 (6), 信州地区 (3), 北陸地区 (8), 中部地区 (47), 近畿地区 (8), 中国地区 (6), 九州地区 (6), 合計 (126).

Table with 2 columns: 海外 (Overseas) and 活動拠点数 (Number of Activity Points). Rows include ナルクUSA (1), ナルクスイス (1), ナルクUK (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・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・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・新和企業(株)大阪支店