

# とちの実会だより

## 3月号 2023年

〒321-0162 宇都宮市大和 2-12-27 小牧ビル  
ナルク栃木「とちの実会」

Tel: 028-684-0050 FAX: 028-645-8380  
eメール: t-nalc@galaxy.ocn.ne.jp

ホームページ: [ナルク栃木](#) 

### 運営委員会、多くの課題を検討、3月1日、22名参加・

始めに竹田代表は「このところのブロック会の活動が活発になり、2月24日に南部ブロック交流会 36名参加、2月28日東部B主催の“氏家雛めぐり” 28名参加、特にお互いに別のブロックの集まりに参加・交流は大変望ましい。これからは季節も良くなり、コロナの重石が軽くなり益々の活動が期待できそうです」。など挨拶した。

\*高倉事務局長の司会で議事進行した。

議題1:「南部ブロック交流会」福川・ブロック長報告。

議題2: 東部B主催の“氏家雛めぐり”実施報告・植月ブロック長報告

議題3:「春のナルクデーと桜まつり」開催について・高倉事務局長説明。例年は大谷地区で開催したが今年はその地が工事中で難しい。事務所至近の公園の清掃・桜鑑賞と事務所で各同好会の作品鑑賞、昼食は持ち寄りとしたい。

議題4: 来年度の組織について・高倉事務局長説明――6月総会を期に、竹田代表に代わり、黒川代表を中心に、4名のブロック長が副代表就任としたい。

議題5: 会計報告。大野会計運営委員説明――3月決算は黒字見込み。

4月からの新年度以降は、調査センターからの収入がなく、ナルクの運営は厳しいが何とか黒字の予算を編成した。

議題6: その他。シルバー大学校の要請に応え、同校講座で説明する。

### 利根沼田拠点からのお客様！やっぱり対面は良いね！

昨年から、ナルクの活動管理が、N2(ナルクオリジナルの Access ソフト)管理となりました。導入に際していろいろ大変なこともありましたが、現在は安場さんを中心に活動入力は順調にできています。以前から、ナルク利根沼田拠点への導入について相談を受けていましたが、2月23日(木、祝日)、拠点代表竹内さん、真下さん、新行内さん



の三名が、栃木事務所へ来てくださり、検討会を行いました。最近は、「何でもリモートで済ませればそれでいいかも」と思い始めていましたが、久しぶりにお会いできて、「対面は良いな！」と改めて思いました。(金敷)

\*本紙4月号は4月10日(月)発行です、どうぞよろしくお願い致します。

**事務局だより** (活動実績は1月分を記載)**○会員動向(2023年1月末現在)**

世帯数	会員数	男性	女性	平均年齢
345	485	186	299	76.5
入会 0	0	0	0	
退会 3	5	2	3	

ご寄付をいただき  
ありがとうございました  
(1月分)  
匿名希望様 1名

**○時間預託・奉仕活動**

- ・ポイント(高齢者等地域活動支援ポイント事業)
- ・サービスB(日常生活支援総合事業訪問型サービスB)

	時間預託	奉仕活動	ポイント	サービスB
1月合計	62名 376点	71名 306点	8名 8P	3名 11.0時間
4~1月合計	91名 4098点	124名 3741点	63名 301P	3名 109.0時間

**○時間預託活動提供者 (敬称略)**

活動内容	件数	提供者氏名
送迎	79	赤井 勤、大村 盛治、井上 むら代、島村 正幸 福川 正勝、福田 恵子、北村 公子、高倉 浩三 三浦 則夫、菊地 和子、田中 克宏、神原 守信 高橋 良子、高橋 守雄、津村 恵美子、竹田 あや子 上野 真由美、佐藤 良雄、鈴木 裕子
住宅掃除	11	加藤 不二子
同行外出	13	井上 むら代、菊地 和子、神原 守信、津村 恵美子 黒川 良子、福川 正勝、佐藤 良雄
身辺介助(見守り、傾聴など)	4	小谷 静代、阿部 勝子
その他	12	加藤 不二子

**○訪問型サービスB (敬称略)**

宇都宮市訪問型サービスB	11.0h	加藤 不二子、小谷 静代、阿部 勝子
--------------	-------	--------------------

**行事予定 (3月15日から)**

お問合せ:ナルク事務所 TEL684-0050 ⑤=宇都宮市ポイント対象事業活動

月日	曜日	行事名	場所	開始時間
3月15日	水	とにかく集まろう会⑤	事務所	13:30
16日	木	ミヤラジ福祉番組『ハートプログラム』出演	11~12時放送	
22日	水	三役会 研修室AB 9:30~12:30	アグリプラザ	10:00
27日	月	アルミ缶整理	大谷集積場	9:00
29日	水	運営委員会・ブロック会(多目的研修室)	アグリプラザ	10:00
4月1日	土	どんぐり畑の手入れ⑤	飛山の畑	9:00
4日	火	[休み]とちの実サロン		
7日	金	会報印刷	事務所	10:00
8日	土	ナルクデー (清掃とお花見) ⑤ 清掃、お花見、バザー、作品展など		会報参照
10日	月	会報発行	事務所	10:00
11日	火	三役会 (研修室)	アグリプラザ	10:00
19日	水	とにかく集まろう会	事務所	13:30

## ナルクを支える仲間たち (27)

第2の人生 (職業) は登山ガイド

森林インストラクター

吉田 春彦



数年前のパナソニックのOB会でナルクの  
走出前代表(顧問)に勧められ入会しました。  
ナルク行事では、下野市での桜の見学会(南  
部ブロック)や昨年は11月に宇都宮市の中  
央公園の樹木観察の案内を行いました。

\*私の人生の転機は、新潟への転勤でした  
(54歳で単身赴任)。その頃「残りの人生の  
夢」・夢中になって追い続けるものを探し求

めていました。<私の夢>60歳までの5年間で日本アルプス縦走登山(北アル  
プス、中央ア、南ア)。約束事は2つ①北から南につないで歩く②全行程  
自分の足で歩く。\*2002年8月29日私の夢を達成しました。(登山回数20  
回、44泊64日間のロングトレイン)転勤族の私には仲間はいないので単独  
登山ですが、最難関の穂高連峰縦走の時だけプロの山岳ガイドを雇いました。  
この山岳ガイドとの出会いが私の第2の人生を(職業)決めることになりま  
した。(3000m級の山岳ガイドは無理やけど、2000m級の山ならできるか  
も・・・)と思うようになりました。\*2005年11月、日本山岳ガイド協会  
の資格認定を取得(片品山岳ガイド協会に所属し、夏場の5か月間は群馬県  
片品村に居住)。引退する2020年までの14年間、男体山2484m、白根山2578  
mを含めた日本百名山、尾瀬湿原、群馬県主催の尾瀬学校のガイドなどをし  
ました。

これからは、私もナルク会員ですので、自分の得意分野でお役に立てれば・・・

**竹田代表コメント:** 吉田さんは、下野市の中で、「木を知ろう、森を知ろう」  
という会を15年ほど前に立ち上げ、樹木の観察会を定期的に行っています。  
興味のある方はお問い合わせください。ナルクにも、要望があれば協力して  
頂けます。

**走出顧問コメント:** 会社のOB会でお会いした際にお誘いし、快く入会頂き  
ました。その後下野地区「桜の見学会」に参加した時には、大変詳しく分か  
り易い説明を受け、流石「日本山岳ガイド協会の資格認定者」噂通り素晴ら  
しいと新たに認識した次第です。南部ブロックでの散策時には説明役を願  
いしておりますが、許せる事ならブロックに限定せず「吉田春彦の自然観察  
会」としてナルク栃木の名物同好会にして欲しいですね。

## 南ブロック交流会実施報告 2月24日(金) 36名の参加

長かったコロナ禍に少しの明るみの光が射し始め、人の動きが幾分か活発になって来た先日南学習センターにおいて、3年ぶりに36名の参加を頂いて南ブロックの交流会を開催することが出来ました。

今回初めて交流会の意見交換のあと、普段、趣味を生かした習い事に取り組んでいる方々に声をかけ、披露してくださいとお願いしたところ7組の方々に気持ち良く賛同して頂き準備進めていたところ、他のブロックからも参加の声があり、9組の方々に趣味の演芸を披露して頂き、多くの方々に喜んでいただきました。また、今回の交流会に普段参加できない車いすの2名の方を送り迎えして参加していただき喜んでいただいたと聞いて、集えることの楽しさを感じていただきほんとに良かったと思えました。意見交換の中で、ブロック会を理解されていない方の意見がありましたが、会報の中で伝えているつもりでも行き届いた周知に至っていないことを実感したのも収穫でした。中部・西部のブロックからも計6名も参加され、幅広い交流ができたことに感謝いたします。(南部ブロック長・福川正勝)

### \*2月28日「氏家の雛めぐり」に行ってきました。

朝から晴れわたりポカポカ陽気の中、JR氏家駅横の「さくらテラス」に集合して参加確認を行い、雛めぐりパンフレット、行動諸注意書きを渡して集合写真(写真:右)を撮った後、2~5名のグループに分かれてまちなかを散策しました。



氏家は江戸時代、奥州街道の宿場町でにぎわっていたところ。その面影の残った家々を伺う雛めぐりも楽しいものです。また、お寺等も見逃せません。雛めぐりは1時間の予定で実施しましたが、延長された方、昼食を取られた方も多くおられ楽しく終える事ができました。主催は東部ブロックでしたが、中部、南部、西部の会員も大勢参加され、楽しく交流できました。

・参考：雛めぐり参加者28名(内、男性9名)(東部ブロック長・植月雅彦)





## 春のナルクデーと桜まつりへのお誘い



< 自由参加 >

2023年4月8日(土) 10:00~14:00

事務所周辺&公園の清掃とお花見、バザー・作品展(事務所)

ナルク栃木代表 竹田あや子

今回のナルクデーは、事務所周辺と公園の清掃活動を行います。

そのあと、みんなでお花見！をしましょう。桜がきれいですよ。

🌸 受付：9:30~事務所で受付表に記名(宇都宮市ポイント事業対象)

🌸 駐車場：陽南第2公園 入り口は北側

🌸 清掃活動：10:00~ 1時間程度 清掃の出来る服装で

🌸 昼食：陽南第2公園の桜の花の下で昼食

⑨お昼は各自でご用意ください。

お茶(ペットボトル)はナルクでご用意します。

🌸 バザー：手作り品 (今回はバザー品の募集はありません)

作品展：同好会(女子会、書道、575等)活動での作品を展示します。

🌸 会員さんからの作品を募集します。作品は本人の持ち込みと引き取りをお願いします。連絡先 ナルク事務所 028-684-0050

事務所当番の方にお伝えください。

会員の皆様の交流を目的に開催♪春の一日を楽しみましょう



### とにかく集まろう会 2月15日

走出顧問の「終活・遺言・相続の講座にご参加頂き有難うございました」。との挨拶で始まり1月・2月は寒かったので、皆さん風邪など引きませんでしたか？と各々に近況報告をしてもらいました。

妻を亡くした人が闘病生活の間どのように面倒を見ていたかお話がありました。又別の方は、体の悪いところがあり病院通しているが、治療が自分にあっていて良くなってきた。昨今はテレビで、強盗に入られるとか・振り込め詐欺など不安な報道がされているので、ベルを押すとすぐ来てくれる警備保障会社と依頼契約し安心です。デイサービスに行くと、リハビリをやってくれて良い。甥の面倒を見ている話し相手、家の掃除など色々なお話ができました。(記 高橋)

※次回は 3月15日(第3水曜日)

“楽しいナルク (2)” (同好会)「書道教室」 黒川良子

## 「奥深い書道の世界」



近頃は、パソコンやスマホで文字を打つことが多くなり、手書きの機会が減りましたが、展覧会や冠婚葬祭の受付などで署名を求められたり、熨斗袋の宛名書きで困ったりしたことはありませんか。そんな時、もう少し上手に書けたら・・・なんて思

い、私は入会しました。

子育てなどの忙しく過ぎた日々を終えた今、自分の時間をゆっくり静かに集中して書と向き合うのも楽しいものです。

動機や目的はそれぞれですが、

ナルクの書道教室では

栃木県書道連盟会長で毎日書道展審査会員、その他すばらしい経歴をお持ちの

村松太子先生から直接ご指導をいただいております。

先生も「楽しく書きましょう！」と優しくご指導くださるので、添削していただき、〇(マル)をいただくのを励みに、筆の持ち方から教えていただいております。

月1回の書道の日が楽しみです。初心者も上級者も「もう一度書いてみようかな」とか「ちょっとやってみようかな」などと少しでも心が動いたら、どうぞ見学においで下さい。

\* 書道に関心のある皆様、毎月第3(金)にナルク事務所にお越下さい。

「書道教室」を通して“楽しいナルク”を味わって下さい。

(写真上：村松太子先生の書) (写真下：ナルク事務所での書道教室風景)





## 戦争体験題材エッセイ執筆 (ナルク栃木会員)

平和の尊さを訴える 山宮 純 (88歳:) さん

昨年「本紙5月号」「ナルクを支える仲間たち (19) 戦争の記憶」で紹介させていただきました。そのときに竹田代表が「じゅんの赤いハンカチーフ」(戦争)を執筆中です、と紹介しました。それから半年、ここにいよいよ自費出版なされたことを下野新聞1月26日号が掲載し、その概要を紹介します。



山宮純さんは自身の戦争体験を後世に伝えようと、このエッセイ集で「戦争は何があっても駄目、と感じてほしい」訴えています。小学生の頃に戦争を経験された。80歳を過ぎ、体験者が減る中で「戦争を語り継ぐのが最期の使命」と思い立ち、37編を収録しています。

ウクライナで戦争が続いているこの時期、「ナルク栃木」には、代表宛に封書を寄せられ、貸出用にこの本を数冊寄贈されました。会員皆様に貸出します、ご利用を。

☆五・七・五を楽しむ会 令和五年二月自選句

名の知らぬ鳥遊ぶ屋根風光る 服部 珍念

大声も豆もひかえる福は内 服部みほこ

誰も知らぬ余命や春の雪しんしん 鈴木 桜子

友からのろう梅の香や仄仄ほのぼのと 須藤堅香子

つくばいを清め凍鳥いてとりの舞降りし 齋藤 羊

寒波来て心寂しく妻は逝く 芝尾鹿之介

一人居て夫婦の雛を家族とし 小林 朗

一針うさぎこおどに兎小躍りつるし雛 石原 咲

ひままかせ猫ヒゲひっぱり春ごたつ 小西 檸檬

九州出我が夫慣れししもつかれ 大野かな女

春眠や寝坊の町に歌う鳩 芝田障子

お休み 武田波子

☆ 次回の締め切りは三月三十一日です

**同好会活動予定** (3月15日～) 不明な点はそれぞれの連絡先・世話人へ

書道教室	連絡先：黒川良子 携帯：090-2761-8561 3月17日(金)、4月14日(金) ナルク事務所 13:30～
パソコン同好会	連絡先：三浦則夫 Tel：080-5407-1272 3月19日(日)、4月16日(日) ナルク事務所 10:00～
健康麻雀同好会	連絡先：三浦則夫 携帯：080-5407-1272 3月26日(日)、4月9日(日) ナルク事務所 レギュラー 10:00～、初心者教室 13:30～
女子会	連絡先：加藤典子 携帯：090-2468-8308 3月15日(水)、4月12日(水) ナルク事務所 10:00～
5・7・5を 楽しむ会	世話人：芝尾英三 Tel・Fax：028-643-8523 当分の間休み(会報に投稿)
カラオケ友友会	連絡先：鈴木忠男 携帯：090-1042-7197 当分の間休み

**新・同好会誕生致します**  **レザークラフト同好会**

レザークラフトを趣味にしている方。これから始めたいと思う方に、お集まり頂き、皆様とご一緒に楽しく工作を致しませんか。初めての方は小物より開始いたします。材料は有料にて手配が出来ます。

開催日：毎月第3月曜日 午前10時より12時

教室：ナルク事務所。同好会開始時期は6月より。

発足責任者：杉山豊子 電話：090-4540-8849



「4月のどんぐり畑の作業」4月1日(土)9時から作業を始めます。作業終了後、飛山城史跡公園の桜を楽しみましょう!! 植月雅彦

**2月分アルミ缶活動便り** ・ ・ ご協力に感謝します ・ ・

現有アルミ缶総てを2月15日に出荷し、今期(3月締め)の実績としました。その後に集まったアルミ缶では数が少なく、2月の作業を中止しました。

\*2月の実績は下表のとおりです(安場)。

整理作業中止	0名、4月からの延べ参加人数121名
集まったアルミ缶数	3,908個、4月からの累積個数：59,374個
アルミ缶収集人数	23名 4月からの延べ実人数：64名

\*次回は3月27日(月)9時から実施します。多くの方の参加をお願いします。

**団体賛助会員**： 恵産業株式会社、株式会社小牧工業、真木クリニック、パナソニックホームズ北関東株式会社、有限会社セイゴウ、株式会社マルハ株式会社テイ・エム・エフ、つるた family クリニック