

## とちの実会だより

8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



検索

## 情熱と行動力の人・神野毅会長を悼む



ナルク理事 走出政視

7月14日夜、メールを開くと本部西村事務局長（新会長）から神野会長がご家族との旅行中、旅先において7月4日急性心筋梗塞で亡くなられた。急遽理事会を開催するとの主旨、猛暑と旅先の事でもあり葬儀は7月7日現地にて家族葬で執り行ったとの事、高齢化が進むナルクは若く行動力のあるこれからの指導者を失うことは誠に残念で悲しいことでもあります。ここにご報告申し上げ「ナルク栃木・とちの実会」の皆様とともに、謹んで故

神野毅会長のご冥福をお祈り申し上げます。

神野様はナルク創設者、故高畑名誉会長の絶大な信頼を得た名誉会長の後継者でした。特に高齢化が進むナルクを「楽しいナルク」「安心のナルク」「感動のナルク」のスローガンの下、活気造りに奔走しておられました。

①先ず一つが率先垂範の姿です：私も立場上年に3回は大阪へ出張する機会があり翌朝、本部事務所に立ち寄り帰宅することにしておりましたが、朝9時過ぎには一人出勤し、前日の整理と当日の準備をする姿に接し、お手伝いの出来ることがあれば雑談しながら情報交換をしておりました。

②基本に忠実で勇氣ある言動：佐賀県に初の拠点設立が予定されていましたが、現地設立総会の当日会費3,000円の取り扱いがナルク理念に反するとして、登録を中止した。その判断力と勇氣が素晴らしいと感じております。

③ナルクの将来を見据えた発想と決断力：2022年総会において「発展プロジェクト構想」を提案し、若い会員の発想と行動に期待した取り組みが総会において中間発表があった。このメンバーが神野会長の遺志を継いで更に強力で推進してくれるものと期待されます。

④現場主義を貫く行動力が素晴らしい：6月は本部総会終了後、各地拠点総会に、会長は特に多く参加なされた。特に栃木拠点には高畑名誉会長より引き続き毎年参加して頂いております。本年は強行スケジュールをこなしておりました。このスケジュールが一因では？と危惧しており、ご本人様はもとよりご家族の皆様にも大変申し訳なくお詫びしたい気持ちで一杯です。

⑤お約束：この事態に急遽会長職をお引き受けいただいた西村順子新会長の体制に余分な負担をお掛けしないように、栃木拠点運営委員の皆様と相協力して自己責任で活力ある拠点活動を遂行したいと思います。合掌・

\*本紙9月号は9月11日(月)発行です、どうぞよろしくお願ひ致します。

**事務局だより** (活動実績は6月分を記載)

○**会員動向(2023年6月末現在)**

世帯数	会員数	男性	女性	平均年齢
340	478	185	293	76.9
入会 1	1	0	1	
退会 1	2	1	1	

**新入会員**  
6月:石原 京子様  
(宇都宮市松原 中部B)

ご寄付を戴き  
ありがとうございました。  
6月:匿名希望 3名様

○**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
6月合計	64名	422点	83名 330点	15名 16P 4名 12.0時間
4~6月合計	74名	1206点	118名 1054点	53名 92P 5名 39.0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	67	福川 正勝、芝尾 英三、松本 孜、田中 克宏、赤井 勤 神原 守信、安場 博、大村 盛治、高橋 良子、上野 真由美 三浦 則夫、高橋 守雄、高倉 浩三、横塚 芳子、福田 恵子 板橋 千恵、島村 正幸
同行外出(院内介助、買物、金融機関など)	8	芝尾 英三、神原 守信、高倉 浩三
住宅掃除	6	菊地 正一、横島 勲、加藤 不二子
庭の手入れ	14	福川 正勝、植月 雅彦、井上 むら代、高倉 浩三、阿部 勝子 菊地 正一、走出 政視
身辺介助(見守り、傾聴、話し相手など)	10	小谷 静代、加藤 不二子
その他	3	菊地 正一、安場 博

○**訪問型サービスB(敬称略)**

宇都宮市 訪問型サービスB	12.0h	加藤 不二子、阿部 勝子、井上 むら代、高松 清美
------------------	-------	---------------------------

**行事予定 (8月15日から)**

お問合せ:ナルク事務所 TEL684-0050 (P)=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
8月15日(火)、16日(水) ナルク事務所 お盆休み			
8月22日 火	運営委員会(共用会議室) 中部・東部・南部ブロック会議	アグリプラザ 他	10:00
28日 月	アルミ缶整理	大谷集積場	9:00
29日 火	西部ブロック会議 宇都宮大学に集まるう会 東部B企画 詳細は会報の案内参照	事務所 宇大峰キャンパス	10:30 10:00
30日 水	協働(株)マルハ	会員宅	午後
9月2日 土	どんぐり畑の手入れ(P)	飛山の畑	9:00
11日 月	会報発行	事務所	10:00
13日 水	シルバー大学校マッチング授業	シルバー大学校	13:00

## 多気山参道、“よみがえれ大谷”活動

### アジサイ手入れ奉仕作業・7月30日（日）

猛暑を避けるため朝7時に集合。「ナルク栃木」22名、造園業者を含む各種ボランティア団体、地元及び周辺町内会有志、など総勢25団体・124名が参集。まず主催者「よみがえれ大谷プロジェクトエコ」柴田賢司・実行委員長（市議会議員）は「前回より多勢参加で嬉しい、暑いので参道に絞って短時間で終わりたい」と挨拶。続いて山崎昌子、成島隆裕（両市議会議員）が簡単に挨拶。「まちづくり活動支援事業」として、この奉仕活動の幅が広いさを感じた。植樹以来親しみを感じるアジサイの剪定だが、コロナ禍で中断され、久しぶりに懐かしさを感じた。支給された弁当とお茶を土産に退散した。宇都宮市の「高齢者等地域活動支援ポイント」1点を頂く。（佐塚）



### 東部ブロック企画「宇都宮大学に集まろう会!!」



- ・日時：8月29日（火） 10：00 集合～12：30 解散予定
- ・集合場所：宇都宮大学峰キャンパス UU プラザ 2 階（正門を入れて右側の建物）  
宇都宮市峰町 350



- ・内容：UU プラザ 2 階で懇談会⇒散策箇所等は企画中  
⇒学食でランチ(各自でお支払い)⇒解散

② バスの方：バス停は「宇大前」、直接 UU プラザへ。  
車の方：正門左の案内所で「UU カレッジの説明を聴きに来た」と伝えると通行券がもらえます。通行券を挿入しゲートを開け(カードは戻りません)、通りを進み、グラウンド右側にある駐車場へ駐車し、UU プラザへ。

- ・問合せは、植月(090-1597-7085) 金敷(090-7242-6066)
- ・申込書は、事務所へ持参、FAX028-645-8380、上記の電話に連絡のいずれか
- ・申し込み締め切りは、8月21日（月） 厳守

✂.....

### 「宇都宮大学に集まろう会!!」参加申込書

参加者氏名	住所	電話番号(当日用)	○付ける
			車・バス
			車・バス

## 月例・運営委員会、7月25日（火）開催（21名参加）。

**黒川新代表挨拶：**ナルク会長・神野毅氏は7月7日心筋梗塞にて逝去されました。会長は6月6日当拠点の定時総会にはご臨席なされ、励ましてくれました。我々はご冥福をお祈りするとともに、会長のお心を継承し、ナルクの益々の発展に努めましょう。



### 高倉事務局長：議事進行

- 議題 1.**本部臨時理事会（7月18日）報告---走出：神野会長の後任選び。  
**議題 2.**秋のナルクデー開催---芋煮会と合わせて、地元自治会と合同で公園の清掃やバザーを盛り込み、賑やかに開催を企画中。  
**議題 3.**福祉の祭典（11月23日）---バザー参加し、ナルクのPR活動。  
**議題 4.**会報「ナルクを支える仲間達」原稿依頼---各ブロックが輪番で担当し、近い将来に活動会員の仲間になれる会員を優先したい。  
**議題 5.**エンジン付刈払機購入の件---所有4台のうち1台を更新する。  
 管理責任者を1台毎に明確にし、安全第一で操作して欲しい。  
**議題 6.**関東地区連絡協議会---2回/年開催、次回は当地で10月19日予定。  
**議題 7.**運営委員会・世話役研修会---3年前に企画したがコロナ禍で延期中、11月に弁当付きで1日コースでミッチリした研修会としたい。  
 その他、会計報告、8月~9月活動予定がありました。（記録：佐塚）

## ☆☆宇都宮市ポイント事業・商品交換の奨め☆☆

昨年度（令和4年度）ナルク活動で宇都宮市高齢者等地域活動支援ポイント事業に参加され、取得されたポイントシール（橙色台帳に貼付け）の商品への交換申請の受付が4月より開始されています。

会員63名の方にポイントシールをお渡し致しましたが未だ商品交換申請済の方は50%に達して居りません。交換期限は9月末です。お持ちの方、早い申請をお願い致します。申請書を失くされた方は、台帳を事務所にお持ち下されれば申請致します。（ポイント管理者 高倉）



**お知らせ：**本誌今月号1面表題に、QRコードを追加しました。これを利用され、ナルク栃木HPをご覧ください。

## ナルクを支える仲間たち (30)

### ボランティア活動は長生きの薬である

福井芳蔵

わたしがナルクと出会ったのは、22年前の60歳ぐらいのころでした。今の仕事を続けられるのはあと数年と考えていた時、栃木県の広報の中に「定年後の過ごし方」という講演案内が載っていたので参加をしました。そこでナルクのパンフレットを見つけ何気なく見ていると、定年後の暮らし方としてはボランティア活動が良く、長続きするためには「やれる事をやれる時に行う」ナルクはこれをモットーに活動しているグループであると書いてあり、これならできると思い早速申込書を書き送付し入会しました。



しかし、しばらくは何の連絡もありませんでしたがある時、当時の代表だった結城さんから突然の電話で近くに送迎を希望する会員がいるのでやって頂けないかという内容で、初めてのボランティア活動を行ないました。

それ以来、色々な活動に参加するようになりました。具体的には、介護老人施設ホーム、保育園、小学校の低学年等に対しての民話語りなど。更に社会貢献活動として夢大地応援団、大谷地区の清掃、足尾の山に100万本の植樹活動と小学校での育苗教育&苗木の育成など。(これらの活動は多くのナルク会員とお会いでき、多くの友人ができた。) 娯楽面では、ナルク加入の要因でもある麻雀(これは頭の体操にはかなり有効)次に当時月一度の日帰り旅行(現在は休止)に参加。今後は、「麻雀」と「とにかく集まろう会」に参加して楽しく過ごそうと思っています。

今、私は後期高齢者になっていますが、後期高齢者専門の精神科医「和田秀樹先生」のことばによれば、80歳を健康で人の手を借りずに生活できる人は高齢者ではなく「幸齢者」と呼ぶのがよいそうですので、私も90歳までは幸齢者(でありたい)としてナルクの皆さんと一緒に過ごしたいと思っています。

**植月雅彦・東部ブロック長コメント:** いろんな面で助けて頂いております。時代の変化にうまく合わせて、出来ることを無理なくこなされていますが、小学校の育苗教育も紙芝居を使用したわかり易い活動で児童の心を掴んでいます。麻雀、とにかく集まろう会を活用し「幸齢者」を目指して下さい。

## 《とにかく集まろう会》 7月19日

今回は何時もの準備体操、家でも出来る簡単体操の中から4つの運動を行いました。走出監事が都合で参加出来ませんでした。参加会員さんから、脳トレで“ひらがな並び替え”のプリントを全員に配り、皆でやりました。すぐに出来た人や、なかなかできない人、様々でした。初参加もあり、全員に自己紹介と近況報告をしてもらいました。習い事は年齢には関係なく覚えたいと思う意欲があれば「80の手習い」の言葉があるように、始める気持が大切ですとお話がありました。要支援だと、週2回デイサービスに行け、お風呂に介助付きで入れ、バランスの良い食事を食べられ有り難い、電話での販売や買い取りの話には、騙されるので注意して楽しく過ごしましょう。（記）高橋



※次回は8月16日（水）13時30分からです。ご参加ください(^◇^)

### とちの実サロン 変更のお知らせ

従来第1火曜日の午後開催していましたが、9月より下記の通り変更します。  
 第3土曜日 10時～12時 参加費 200円（お茶代と光熱費）  
 場所 ナルク事務所 担当 竹田あや子  
 参加者の皆様に喜んで頂だけるサロンを目指したいと思ひます。  
 どなたでも予約なしで参加できますので、お気軽にいらして下さい。

### 第2回市民後見人会主催研修会のお知らせ

日 時：9月19日（火） 午前10時 受付 9時30分より

場 所 アグリプラザ3階 多目的ホール

※関東バス、JRバスとも作新学院下車

講 師： 三條 安子氏（ナルク会員） テーマ： 認知症

人生100年時代、最後まで自分の力で、元気に楽しく生きられたら幸せことです。認知症にならない為の注意点、認知症の方との触れ合い方、等現在オレンジカフェを営業しながら認知症の方々と触れ合っている三條さんから実際のお話を聞くことより、認知症について理解を深められたらと思ひ、企画しました。

参 加 申 込 書 申込は9月14日までお願いします。

氏名	会員番号	連絡先

☆なお、グループラインの**栃木情報**に参加している方は、「研修会参加」と記入してお送り下さい。資料等の準備もありますので。

### 「8月5日(土)どんぐり畑の作業」

7月1日(土)にきれいに雑草を取り除いたのですが、7月中旬からの異常高温、多湿で草の占領状態になりましたが、何とかそれなりの状態に持っていました。異常気候が通常気候になっていく事を考慮した対応を考えないといけません。



☆次回は9月2日(土)です。多くの方の参加をお待ちしています。  
「気楽に楽しく♥」自然に触れましょう。(植月雅彦)

7月分アルミ缶活動便り・・・ご協力に感謝します・・・

収集・整理を終えたアルミ缶は、殆どを7月18日に昭和アルミリサイクルセンターへ出荷しました(4,401個、4月からの累積個数18,700個)。  
暑い時期でもあり、次回は8月28日(月)9:00から実施します。  
多くの方の参加をお願いします。よろしくをお願いします。(安場)

### ☆五・七・五 を楽しむ会

#### 令和五年七月自選句

梅雨晴れて日差し眩しい八十寿かな	服部珍念
お隣りの見知らぬ墓の草の花	服部みほこ
夏草の沼やすたすた追越され	鈴木 桜子
青年にゆずられし席夏盛 <small>なつきさかり</small>	須藤堅香子
落し文終活の日々また楽し	齋藤 羊
コロナ去り三年振りの夏祭り	芝尾鹿之介
ぎぼうしの紫うすく咲き埃り	小林 朗
散り蓮華 <small>れんげゆ</small> 揺れる姿も鮮 <small>あざ</small> やかに	石原 咲
登り坂自転車おして老いの夏	小西檸檬
暑さます墓の草刈り早々に	大野かな女
旅立ちのつばめ並ぶや借家前	芝田障子
炎天下色あざやかに凌霄花 <small>りょうぜんか</small>	武田波子

☆次回の締め切りは八月三十一です

**同好会活動予定** (8月15日～)**♪ 参加者募集中 ♪**

問い合わせはそれぞれの連絡先・世話人へ

ハーモニカ部会 (新同好会)	連絡先：松平篤昌 携帯：090-1259-5577 8月23日(水)、9月27日(水) ナルク事務所 10:00～ ※第4水曜日に開催予定です。参加者募集中～♪
レザークラフト (新同好会)	連絡先：杉山豊子 携帯：090-4540-8849 8月17日(木)、9月18日(月) ナルク事務所 10:00～ ※8月は開催日を変更しています。通常は第3月曜に開催予定です。
書道教室	連絡先：黒川良子 携帯：090-2761-8561 8月18日(金)、9月15日(金) ナルク事務所 13:30～
パソコン同好会	連絡先：三浦則夫 携帯：080-5407-1272 8月20日(日)、9月17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 8月27日(日)、9月10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 9月13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 \*ナルクハーモニカ部会\***、7月26日、8人参加でスタート。

世話人：松平 篤昌さん(栃木県ハーモニカ協会副会長)

初回に参加者は男性、女性各々4名、合計8名。皆さま各自演奏し、演奏技術を教えあう、同じ道で楽しむ仲間は直ぐに話が合う。互いに打ち解け、脇から拝見しても心が和む。



ハーモニカに関心をお持ちの皆様、どう

090-1259-5577 松平 篤昌さんに

お電話して下さい。初心者大歓迎 見学OK、ハーモニカの腹式呼吸で毎日  
イキイキ・エンジョイライフ!! ハーモニカはc調 複音をご用意ください

**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ィ・エム・エフ、つるた family クリニック