

とちの実会だより

9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

秋のナルクデーなどで、活動を盛り上げよう

運営委員会、8月22日（火）開催（22名参加）。

黒川新代表挨拶：「コロナが第5類（感染症法上でインフルエンザと同じ）扱いとなり、真夏での人の移動が回復しつつあるようです。我々ナルクも秋のナルクデーや後見人研修会などの行事に備えて、活力を注ぎましょう、但し、熱中症はその場だけでなく、1日を通しての注意をしましょう」。



高倉事務局長：ナルク栃木の年間4大行事（新年会、春のナルクデー、暑気払い、芋煮会）がコロナ禍で中断されている。場所等の問題があるが、この秋には、芋煮会用に育成した里芋をバザーで提供、会員や一般市民との接触、ナルクPRなどできるだけオープンの機会を復活し、会員増加に務めたい、と語った。以下は委員会の議事・進行を担当。

議題1. 秋のナルクデー（10月28日・土）開催予定――里芋等をバザーで提供。同時に市営・陽南第二公園（ナルク事務所近隣）清掃。但し昨年のような会員の芸術作品展示はしない（場所と人員で無理あり）。

議題2. 物品、備品購入手続きのルール化――1万円以上程度の物を購入する場合、見積書或いはカタログ類を示し、事前に三役会にて検討後、運営委員会にて了承を得て購入する。

議題3. 事務所内部のレイアウト変更の案内――調査センターが使用したスペースに書類・事務機などを入れ、空いたナルク事務所スペースにはより多くの会員が集合し、会議や、同好会活動ができるように改善した。（参照3面）

議題4. 7月度会計報告（担当：大野会計運営委員担当）――

2023年度予算は、従来の調査センターからの収入が見込めず厳しい状況。

議題5. 9月、10月活動・行事予定の調整（金敷次長）――翌日訂正版発行。

議題6. 8月には会員9名退会（死亡3名、自己都合3名、転居3名）その中に、日光市在住3名、鹿沼市1名の会員が退会されたが、宇都宮市から遠く、近隣助け合い活動が難しくなっている。一時期には「日光ブロック」を夢見る時もあった。諸事情により退会はやむを得ない、問題は新入会員が同月はゼロ、については会員皆様に新しい会員をお誘いいただきたい。（記録：佐塚）

*本紙10月号は10月10日（火）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7月分を記載）

○**会員動向（2023年7月末現在）**

世帯数	会員数	男性	女性	平均年齢
338	477	185	292	76.8
入会 1	2	1	1	
退会 4	4	1	3	

新入会員

7月：半田啓治・コウ様
（宇都宮市西川田 南部B）

ご寄付を戴き
ありがとうございました。

7月：パソコン同好会様
匿名希望 1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
7月合計	59名 390点	85名 348点	29名 33P	4名 12.0時間
4～7月合計	76名 1596点	122名 1402点	56名 125P	5名 51.0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	55	島村 正幸、三浦 則夫、高橋 守雄、関澤 享、高木 ひろみ 高橋 良子、上野 真由美、北村 公子、高倉 浩三、赤井 勤 福田 恵子、井上 むら代、大村 盛治、福川 正勝、神原 守信 田中 克宏、
同行外出(院内介助、買物、金融機関など)	7	高橋 良子、井上 むら代、神原 守信
住宅掃除	5	加藤 不二子
住宅修繕	2	竹田 俊明、安場 博
庭の手入れ	26	安場 博、斎藤 弘子、大村 盛治、板橋 千恵、横島 勲 横島 百合子、菊地 正一、福川 正勝、山田 三千男 三浦 則夫、植月 雅彦、井上 むら代
身辺介助(見守り、傾聴、話し相手など)	19	加藤 不二子、福川 貞子、小谷 静代
その他	2	安場 博、井上 むら代

○**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（9月15日から） 変更になる場合があります

お問合せ：ナルク事務所 Tel684-0050 ㊦＝宇都宮市ポイント対象事業活動

月日 曜日	行事	開催場所	開始時間
9月16日 土	とちの実サロン(毎月第3土曜日予定)	事務所	10:00
19日 火	認知症研修会 主催:後見人会 アグリプラザ多目的研修室	10:00～12:00	
	西部ブロック交流会	豊郷地区市民C	13:30
20日 水	とにかく集まろう会㊦	事務所	13:30
25日 月	アルミ缶整理	大谷集積場	9:00
26日 火	運営委員会 多目的研修室 中部・東部・南部ブロック世話役会	アグリプラザ 他	10:00
28日 木	協働(株)マルハ	会員宅	午後
29日 金	西部ブロック世話役会	事務所	11:00
30日 土	どんぐり畑の手入れ㊦	飛山の畑	9:00
10月10日 火	会報発行	事務所	10:00
11日 水	三役会	事務所	10:00
12日 木	北関東地区連絡協議会 アグリプラザ研修室AB	10:00～15:00	

「8月8日、事務所内、備品類の配置変更実施」

3月末にて、ナルク栃木福祉調査センターの評価活動終了に伴い、調査センターが使用していた部屋（奥室）が空室になりました。有効活用の為、前室で使用中の事務用パソコン、周辺備品、ファイル棚、机、椅子を奥室に移動し、旧調査センター内の机、椅子を前室に移動致しました。又不要となった備品、大型机2台、ファイル棚3個は廃棄処理を致しました。



事務関連の作業は後室（元・調査センター、写真上）で、同好会活動などは前室（従来からのナルク事務所、写真下）を使用して頂きたいと思います。今回の配置変更では事務処理作業は従来に比し多少の狭さを感じますが、必要な資料類は手に取りやすくなりました。

一方、前室は備品が少なくなり、広い空間が確保できました。この場所を有効活用して頂きたいと思います。特に同好会活動時には適した机配置に移動可能ですし、常設バザー品展示方法の自由度も大幅に改善出来ました。同好会の活性化、バザー品の展示拡大を期待しています。



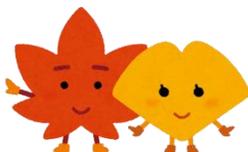
今回の変更にて、「ナルク栃木福祉調査センター」が負担していた部屋の家賃分はナルク栃木にて支払負担することになります。出費負担が増す事に、ご理解をお願い致します。「楽しいナルク」の拠点として、会員皆様の集まりやすいスペースと利用してください。

（事務局長 高倉浩三）

“予告” 秋のナルクデー&バザー

今年の秋のナルクデー&バザーを10月28日（土）開催!!

詳しくは本紙10月号でお知らせします。



当日：清掃は、事務所前の陽南第2公園

バザーは事務所内で予定。

バザー提供品のある方は早めにお知らせください。

連絡先 板橋千恵 TEL 090-4544-3855

ナルクを支える仲間たち (31)

私とボランティア

湯澤 典子

私がナルクに入会したのは、5年程前です。友人に誘われて、入会しました。私は、詩吟が好きで、ナルクにその会があると知り、やってみたかったのがきっかけです。1年くらい仲間に入れて頂き教えていただきましたが、指導者の方の都合で終了となり残念です。



私は、結婚してすぐ家庭に入ったので、外部との接触は・子供会の役員・自治会の役員・婦人部の役員等でした。そこで、様々なひとと接するなかで人に尽くして喜ばれることを学び、この気持ちが私のボランティアの原点かと思います。

そこで親しくなった方々と童謡の会「福寿草」を立ち上げ、月に一度「しゃぼん玉」「雨降りお月さん」「おぼろ月夜」などを楽しく歌い、その後手作りの料理などを持ち寄り、会食しながら色々な話をするのが楽しみでその日がとても待ち遠しいです。

また、10年ほど前から「きずな」というボランティアの会をつくり、竹踊り、フラダンス、日本舞踊など得意な方々と練習したり施設等で披露したり、反省会をしたり、と楽しんできましたが、ここ数年コロナ渦で中断しております。コロナも随分下火になってきましたので、「そろそろ、依頼がきたらやりたいね。」などと話しております。

微力でも、「楽しいナルク」に貢献していけたらとこれから「ナルクカフェ」のお手伝いをさせていただこうと思っております。また、今、出来ること・車の運転、草取りなど私で役にたつことは、是非、協力させていただきたいと思っております。これからも宜しくお願い致します。

赤井勤・中部ブロック長コメント：

いつも、童謡の会や踊りの会等のリーダーとして活躍されている湯澤様！常に前向きな発想でナルクの人材として大変期待をしております。

楽しいナルクの為に是非力をそそいでくれるように、色々な提案や提言をお待ちしています。

皆様！ もう一步踏み出し、ナルク活動に参加しましょう！

宇大に集まろう会！ 8月29日(火) 晴れ&猛暑 参加15名

宇都宮大学峰キャンパスの UU プラザに 15 名(会員外 1 名含む)が集いました。まずは、①自己紹介、②ナルクの現状について、③今後の活動への提案、④宇大の講演会の PR を。その後、ほんとに久しぶりに福井会員の民話語りを聴きました。会議の場と違い、みんなリラックスして和やかで楽しそうでした。宇大付属図書館もちよっと見学。夏休みで学生さんは少なく、とても静かでした。最後は、お待ちかね！学食でのランチ会へ。それぞれトレーを持ち、好きな物を選んで載せ、会計へ。麺類が人気で列が出来ていました。お腹もいっぱいになりました。短い時間でしたが、日常から離れ、ちょっとした刺激を楽しみ、「またね！」と言いあいながら、帰路につきました。(記 金敷)



再掲 第2回・市民後見人会主催研修会のお知らせ

8月号に掲載しましたが、ご確認・お見逃しなきよう再掲します。

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なことです。認知症にならない為の注意認知症の方とその家族との触れ合い方、等現在「オレンジカフェ」を運営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により、認知症について理解を深められたらと思い、企画しました。

参加申込： 申込は9月14日までにお願いします。

新たな参加申込みは、今すぐナルク事務所へ電話してください。

電話番号：028-684-0050 ナルク事務所

*中部ブロック便り

中部ブロック長・赤井 勤



長引く猛暑の中、ナルク活動へのご支援ご協力に有難う御座います。当ブロックの現状は会員数 157 名・平均年齢 81.2 歳・80 歳以上 79 名/50%（内独居者・38 名/48% 夫婦居住者・41 名/52%）

の状態です。このままの状態が続けば高年齢の集まりになり活動者がいなくなります。是非新入会員のお誘いをお願い致します。

*ブロックとして「安心のナルク」を目指して声掛け運動を展開しています。

80 歳以上の独居者の内近場に身内がおられる方、体調が健康な方を除いて「見守り」と表して数名の方に絞り、活動者・「目配り担当者」として数名の方をお願いしております。

*高齢化に伴いナルク加入の「傷害保険」について①活動者のみの保険・②利用者のみの保険等再確認し、特に送迎についてナルク会員でない同乗者（介添者）を乗せた場合には保険が適用されない。ことが良く分かりました。

活動報告書の書き方の説明 *交流会について *行事（外部含）参加の要請等々について確認・連絡を行っております。

（お願い）：・出来るひとが・出来るときに・出来ることを が基本で、提供頂ける方・やって見ようかなあと考えている方は、会報の“事務局便り・時間預託活動提供者”の欄を参照願ひ、下記に連絡お願い致します。

◎連絡先 : 事務所・028-684-0050 赤井勤・090-5770-4210
ご連絡お待ちしております！

8月分アルミ缶活動便り ・ ・ ご協力に感謝します ・ ・

8月28日（月）にアルミ缶整理作業を実施いたしました。台風10号が関東の東を掠めて通り、雨を心配しましたが、大変暑い日になりました。また7月18日出荷したアルミ缶は、24,500円となりました。

1:処理した缶数	5,588 個、4月からの累積個数 24,288 個
2:整理作業参加人数	11 名、4月からの延べ参加人数 46 名 4月からの延べ参加実人数 15 名
3:アルミ缶収集人数	28 名 4月からの延べ実人数 : 51 名

次回は、9月25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。作業場周辺や作業場までのアプローチの草が伸びており、当日は刈り払機を中心にして、草刈りを予定しております。刈り払機を使える方には是非都合されご参加をお願いします。よろしくをお願いします。（安場）

「9月2日(土) どんぐり畑の作業」

前回8月5日(土) (写真上) 頑張ったのでそんなに草はないだろうと思っていたのですが、雑草は強く大変大きくなっていました。この異常気温、多湿の対応策を早急に考える必要があります。

今回9月2日 (写真下)、猛暑にも拘らず8名ががんばってくれ助かりました。

次回は9月30日(土)です。10月中旬足尾からの苗木の引き取りに対応します。11月4日(土)には小学校からの苗木を移植します。小学校のどんぐり育苗教育活動は11月中旬を計画で調整中です。このように、どんぐり育ても生き物相手に、多忙ですが、それだけに「気楽に楽しく♥」自然に触れましょう。

(植月雅彦)



☆五・七・五 を楽しむ会

令和五年八月自選句

空ビルに明りが一つ 官祭

服部珍念

薄曇り祭賑わう裏通り

服部みほこ

老重ねる日々や百日紅の空

鈴木 桜子

誰も来ぬなんと静けき秋の夕暮

須藤堅香子

虹立ちて笑顔のまゝに姉逝けり

齋藤 羊

蝉が鳴き暑さ堪えて昼寝かな

芝尾鹿之介

西瓜食むしばし無口になりにつけり

小林 朗

群れ集う帰燕きえんにぎやか朝未き

石原 咲

雨あがるすぐに聞こえる蝉しぐれ

小西檸檬

如何にせん真夏魔夏に息づ居て

大野かな女

猛暑日を身を潜めてる高齢者

芝田障子

日向葵の一際高し猛暑かな

武田波子

* 次回の締め切りは九月三十日です

同好会活動予定 (9月15日～) ♪ **参加者募集中・見学者大歓迎** ♪
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 9月27日(水) ナルク事務所 10:00～
レーザーラフト (新同好会)	連絡先：杉山豊子 携帯：090-4540-8849 9月18日(木)、10月16日(月) ナルク事務所 10:00～
書道教室	連絡先：黒川良子 携帯：090-2761-8561 9月15日(金)、10月13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 9月17日(日)、10月15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 9月24日(日)、10月8日(日) ナルク事務所 10:00～ 9月から、レギュラー・初心者ともに午前の開催です
女子会	連絡先：加藤典子 携帯：090-2468-8308 10月18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

同好会訪問 「女子会」のみなさん素敵です。



ナルク事務所へお邪魔した日は、7月第2水曜日でちょうど「女子会」の皆さんが集まり活動中でした。とても和やかに楽しそうに思い思いの手仕事(手芸)を楽しんでおられました。あれれ、みんなのお洋服が???…お聞きすると、お揃いで製作して、今日みんなを着てきたとのことでした。これは、会員皆さんにお披露目せねば!と思い、携帯でパチリ!

いかがですか? 素敵でしょ。ばっちりです。(^^♪ (金敷)

毎月1回ナルク事務所に集まられて、楽しい会話の中で交流を深められておられると伺っております。素晴らしい「楽しいナルク」ですね。(佐塚)

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