

# とちの実会だより

## 8月号2024年

ホームページQRコード

〒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

### 会員親睦と、在庫品整理のバザー開催・7月16日



梅雨の時期には人を集める計画は立て  
難しい。関係者が考えついたのが「バザー開  
催」です。幸いナルク事務所には、沢山あ  
る衣類関係や陶器類の在庫、更に会員が友  
人の紹介でもらった文房具、これらを商品  
として、“会員皆様を集め、久しぶりに思い  
思いに雑談を楽しみながらく過ごしませ  
しょう”との主旨で開催しました。



いざ当日には朝から会員が集まり、事務  
所が一杯になるほど70～80人（累計）ご参  
加いただきました。

会員・小松明さんからは沢山の野菜が飛  
び入り寄贈され、売上に貢献いただきました。  
衣類関係は多くは売れましたが、残りは横  
島勲さんのルートで整理できるようで  
す。これでナルク事務所内部の整理が大き  
く進み、室内が有効に使える、とバザー担  
当の板橋さんは話してくれた。

皆様のご協力により楽しい1日となりま  
した。奥の部屋は、昔馴染みの会員同  
士が菓子とお茶でゆっくり自由に語り合  
える場所として準備され、くつろぐ会  
員皆様も満足そうでした。このようにな  
り大成功でした。コロナ以降は本日のよ  
うに会員仲間が気楽に歓談する場所・機  
会がなく、疎遠になりがちでしたが、そ  
れを取り返せる絶好なチャンスとなりま  
した。その茶飲み歓談が、ナルクの足元  
を固めるうえで大変大事なことだと感じ  
られました。



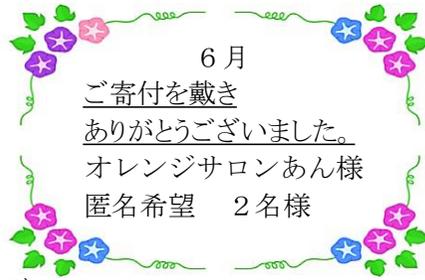
（写真上2枚：売店の様子。同下：バザーを  
支えた仲間たち）（佐塚）

\*本紙9月号は9月10日（火）発行です。どうぞ宜しくお願いいたします。

**事務局だより** (活動実績は6月分を記載)

○**会員動向(2024年6月末現在)**

世帯数	会員数	男性	女性	平均年齢
312	442	168	274	77.2
入会 0	0	0	0	
退会 3	4	2	2	



○**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	55名	352点	69名	256点	15名	16P	3名	10.0時間
4~6月累計	61名	1054点	93名	894点	43名	93P	3名	32.0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	43	福川 正勝、上野 真由美、高橋 良子、高橋 守雄、大村 盛治 安場 博、田中 克宏、植月 雅彦、島村 正幸、八重樫 彰 松本 孜、赤井 勤
同行外出介助	1	島村 正幸
住宅掃除	5	加藤 不二子
庭の手入れ	21	井上 むら代、福川 正勝、安場 博、黒川 良子、植月 雅彦 菊地 正一、板橋 千恵、大村 盛治、横島 勲、横島 百合子 島村 正幸
身辺介助	10	加藤 不二子、小谷 静代
その他	1	(お墓の清掃を千葉東葛拠点へ依頼)

○**訪問型サービスB** (敬称略)

訪問型サービスB	10.0h	加藤 不二子、阿部 勝子、高松 清美
----------	-------	--------------------

**行事予定 (8月10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		全体行事 (開催場所が事務所、開始時間が10:00の場合は記載を省略)
8月10日	土	会報発行
13~16日(火~金) お盆休みは事務所を閉めます		
17日	土	とちの実サロン
21日	水	とにかく集まろう会㊦ 13:30
26日	月	アルミ缶整理 大谷集積場 9:00
27日	火	運営委員会 アグリプラザ 共用会議室 10:00
		中部・東部・南部ブロック世話役会 各場所、時間にて開催
28日	水	協働(株)マルハ 会員宅 午後
29日	木	西部ブロック世話役会 13:00
30日	金	シルバー大学校マッチング授業
31日	土	どんぐり畑の手入れ㊦ 飛山の畑 8:30
9月10日	火	会報発行
18日	水	ナル克蘭チ会 コンセーレ (詳細は当月会報参照)
		とにかく集まろう会㊦ 13:30

## 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・8月3日（土）



猛暑を避けるため朝7時に多気山駐車場に集合。「ナルク栃木」23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22団体・115名が参集。

まず主催者側「よみがえれ大谷プロジェクトエコ」実行委員長・柴田賢司（市議会議員）、進行役は城山市民センター副所長・泉さん、続いて山崎昌子・市議会議員が挨拶なされた。実行委員の方より、急斜面

滑落・熱中症・ハチ等への注意。造園業者から剪定作業の指導。これらは例年と変わらず。

我々ナルクの仲間は、担当区域も例年と同じ、咲き終わったアジサイの花をハサミで切り落とし、参道の反対側下り斜面に放棄する作業。主催者の「今年はお子様連れの参加者が目につき有り難い」との文言を思い出し、女の子に「何処の学校？」と聞くと「城西小」と答えてくれた。このように子供の頃から母子で参加する家庭が増えれば次ぎの時代を支えてくれ、将来に続く活動として嬉しく思えた。写真（右）を撮影後、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）



## ☆☆シルバー大学校・福祉学科生徒5名

ナルク事務所訪問 7月11日（木）☆☆

シルバー大学校福祉学科2年生（男性3名、女性2名とナルク会員福山氏）の皆様が、研究テーマ「卒業後、福祉や地域とどのように拘わればよいか」との目的で「ナルク栃木の活動内容を聞きたい」と訪問なされた。

黒川代表より活動内容の説明が行われた。時間預託活動、奉仕活動の内容に興味を持って聞き取り調査をされていた。

ナルク栃木の代表が女性で有ることに、大変興味を持ち、多くの質問が出された。当ナルクより、黒川、福川、高倉、赤井が出席した。（記・赤井）



## 「7月23日、「運営委員会」参加20名、多くの案件を検討、

先ず黒川代表は、この暑い中、アルミ缶整理など諸活動ご苦労さまです。熱中症など健康に十分お気を付けての活動をお願いします、と述べた。

高倉事務局長の司会で議事に入る。

### 議題1：各ブロック活動報告。

\*南部ブロック(福川)：郷里長崎の離島に帰省、気候と海流の変化が魚業の衰退となり、自然の変化に対応する生き方の難しさを見た。当B(ブロック)は畑を資源として有効活用し、ジャガイモ、里芋などで畑を役立て利用したい。



\*西部B(三浦)：岡本でDVD利用の落語会を企画、参加希望者はナルク事務所で整理券を入手して下さい。9月頃事務所でも同様に開催予定。

\*中部B(赤井)：6月25日新入会員6名、総員16名で懇談会を開催、この会は会員定着に有効だ。本日当B会では会報手配り者の検討をする。

\*東部B(植月)：自分は高齢とは言えないが、この猛暑では、庭手入れ、通院介助などは大変。活動方法を検討し今後活かしたい。

2：茨城・北関東地域連絡協議会、参加報告(黒川)4拠点計10名参加。

3：ナルクバザー開催7月16日(板橋)：バザー品整理と会員同士の友好・親善に有効、大成功だった。(本紙1面参照)。

4：ナルリンピック作品展示参加。(黒川)11月15～16日大阪に2名参加。

5：6月度会計報告(大野)：寄付金が多く、総会記念品などに充当できた。

6：7～8月度予定確認：①8月3日多気山参道紫陽花選定活動(本紙3面参照)。

②8月30日シルバー大学校マッチング授業(本紙3頁参照)。

③9月18日ナルクランチ会(本紙7頁参照)。

④11月23日宇都宮福祉の祭典に参加する。

7：その他：背負式自動噴霧器を購入。取扱いに注意する。

## 7月分アルミ缶活動便り ..ご協力に感謝します..

7月22(月)、アルミ缶整理作業を実施。梅雨明け、猛暑時で開始時刻を早めて実施した。作業後、冷たい飲物とお菓子で、親しく懇談しました。有難うございました。(安場)

1:処理した缶数	4,040個、4月からの累積個数 15,657個
2:整理作業参加人数	8名、4月からの延べ参加人数名 37名 4月からの延べ参加実人数 12名
3:アルミ缶収集人数	23名 4月からの延べ実人数 46名

\*次回は、8月26日(月)、暑い時期には、時間を早めて実施の予定。メールで連絡します確認願います。次回は作業場の道の草刈りを予定しています。

\*ナルク事務所に搬入される皆様、入り口鍵番号を関係者にお尋ね下さい。

## ナルクを支える仲間たち (39)

### 私とボランティア

阿部 勝子

私は30年前に夫を亡くし、子供たちも家庭を持ち、今は家庭教育振興協会にて家庭・親・子供をテーマにした家庭教育のお手伝い、また体を動かすことが好きで市のボランティア「市の畑で野菜（ピーマン・大根・さといも・・・）を作り・栗（栗拾いから）等々」を福祉提供のお手伝いも現在も続いて活動しています。



2008年にはシルバー大学校に入学し奉仕活動としてバザーや街頭募金活動を行っていた頃に、ナルクのボランティアは自分の「出来るときに」「出来ることを」し誰かの役に立てれば、自分も元気がもらえるとお聞きし気楽に入会させてもらいました。入会后・アルミ缶整理・どんぐり畑の手入れが有る事を知りましたが、義母の介護も有りなかなか出られなかったのですが、私の老後の為には出来る限り参加させて頂いております。

会報配りの担当もさせて頂き、声掛けでチャイムを慣らしお顔見るなり“元気”と言う言葉を聞くとうれしくなり“私も元気ですよ”言い会話が始まり元気を貰っております。色々な気持ちを見ながら声掛け体験させて頂いています。それから今年・初めて足尾の植樹（年齢と初心者ですので階段の少ない低い場所に植樹しました）も体験でき歴史の重みも知ることが出来良かったです。さらに、カラオケでのお友達（H・I）もお誘いしナルクに入会して頂き喜んでいきます。

年齢を重ねて人の輪の大切さを感じます。ナルクを支えてくださる皆様のボランティア精神には感謝です。私も見習って元気を貰い、誰かの役に立つ自分に何が出来るのか体力の有る限り楽しみながら活動を続けたいと思います。ナルクに誘って頂いた先輩に感謝します。

#### \*コメント 副代表・中部ブロック長 赤井 勤

阿部勝子様様の経歴拝見し、ご主人を亡くした後、何か行動しなければと思いつかのボランティア活動を行い、ナルクに入会して頂き幾つかの活動のお手伝いをして頂いております。阿部様は体を動かすことが好きで、きちんとした性格で特に“どんぐり畑の手入れ”で草取りは手慣れたもので、休憩の合図が鳴っても切りの良い所まで作業をしてしまう。又会報配りにも有りました気遣い出来る人です。これからもナルク活動に協力宜しくお願い致します。

**皆様！ もう一步踏み出し、ナルク活動に参加しましょう！**



### 7月27日(土)「どんぐり畑の作業」

8月度の「どんぐり畑の作業」はナルク参加の多気神社参道の「紫陽花選定作業」と重なったので、前倒して7月27日に実施しましたが、草の成長が早く大正解でした。

開始時間を8時半からに実施したことも良かったです。今後の活動に活かします。暑いさなかでしたが、予定していた範囲の草取りを終えました。

(写真上: 当日参加者、同下: 作業風景)



☆次回は8月31日(土)8時半から作業を行いません。(植月雅彦)

「気楽に楽しく♥」みなさんの参加をお待ちしています。(植月雅彦)

＊五・七・五 を楽しむ会 令和六年七月自選句

御詠歌のひびくお寺に牡丹傘

服部珍念

母の歳生きて茅の輪くぐりけり

服部みほこ

御岩木山おいわきのでかい夕映え帰省かな

鈴木 桜子

七夕や願ひ叶へて渡る橋

須藤堅香子

七夕や終の願いの文字太し

齋藤 羊

文月の蛍賑わう川辺かな

芝尾鹿之介

朝に咲き夕には散りぬ榿むくげかな

小林 朗

一声をかけて朝顔咲き誇るほこ

石原 咲

あやし子の刻樹木ねが騒めく鎮守森さわ

小西檸檬

御 休 み

大野かな女

保線士の声炎天をハネ返す

芝田障子

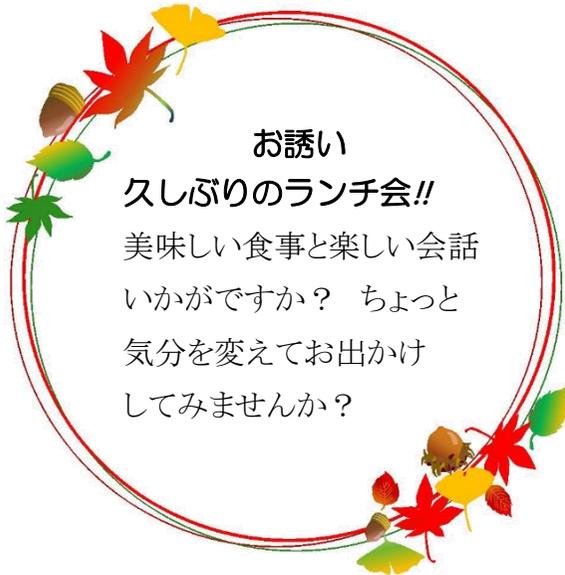
七夕や戦い去れと折鶴を

武田小波

☆ 次回の締め切りは八月三十一日です

# 「ナルクランチ会」のご案内

ナルク栃木 代表 黒川良子



1. 開催日時 : 9月18日(水)  
12時～ 2時間程度。
2. 受付時間 : 11時30分～12時。
3. 開催場所 : コンセーレ  
(テーブル毎の食事スタイル)  
宇都宮市駒生町1丁目1番6  
TEL 028-624-1417。
4. 参加費 : 3,000円  
(当日、受付でお支払いください)  
酒類は自費払いにてお願い致します。
5. 参加申込 : 申込書をナルク事務所へ  
持参。 事務所に TEL 028-684-0050  
FAX 028-645-8380。

6. 申込締め切り : 9月10日(火) 厳守。
7. コンセーレの専用バス :  
※公共バス、コンセーレのバスの便で都合の付かない方は**備考欄**に記載ください。  
\*コンセーレの専用バス : チサンホテル宇都宮・向側  
集合時間・11:15 出発時間・11:20
8. キャンセル料は9月17日午後1時から発生します。
9. 名札の着用をお願いします。 10. 楽しいイベント検討中(^^♪)

✂ ----- 開催幹事 : 赤井・植月・三浦・鈴木(裕)・板橋。

「ナルクランチ会」参加申込書 申込締め切り 9月10日(火)厳守で

氏名	住所	電話番号	備考

**同好会活動予定**(8月10日～) ♪ 参加者募集・見学者大歓迎 ♪  
問い合わせはそれぞれの連絡先・世話人へ

<b>カラオケ同好会</b>	連絡先：湯沢典子 携帯:090-4724-2176 8月は休み 9月26日(木) まねきねこ江曾島店 9:30～ 参加費 1000円
<b>ハーモニカ部会</b>	連絡先：松平篤昌 携帯:090-1259-5577 8月28日(水) ナルク事務所 10:00～
<b>レザークラフト</b>	連絡先：杉山豊子 携帯:090-4540-8849 8月19日(月) ナルク事務所 10:00～
<b>書道教室</b>	連絡先：黒川良子 携帯:090-2761-8561 9月13日(金) ナルク事務所 13:30～
<b>パソコン同好会</b>	連絡先：三浦則夫 携帯:080-5407-1272 8月18日(日) ナルク事務所 10:00～
<b>健康麻雀同好会</b>	連絡先：三浦則夫 携帯:080-5407-1272 8月11日(日)、8月25日(日) ナルク事務所 9:30～
<b>手芸の集い</b> 女子会⇒手芸の集い 名称変更。 現在会員9名で好きなものを持ち寄り、教えあって、和気あいあいと手芸を楽しんでいます。 11月のナルリンピックには刺し子の作品を出品すべく準備中です。	連絡先：久保田祥子 携帯：090-2209-7983 8月21日(水) ナルク事務所 10:00～ 
<b>5・7・5を楽しむ会</b>	世話人:芝尾英三 Tel・Fax:028-643-8523 当分の間休み(会報に自選投稿)

### 成年後見人制度講習会に参加して

横島 勲

7月17日とちぎ福祉プラザにて、家裁・社協共催の「成年後見人制度講習会」に、ナルクから後見人会役員他14名が参加しました。講師の家裁書記官と成年後見人センターの司法書士の講話を約2時間受講しました。

おりしもNHKの朝ドラで女性裁判官第1号のドラマを放映中で、それと重なり、活用事例の紹介、解説等もあり興味深く受講できました。

### とちの実サロンだより

サロン担当 竹田あや子

当サロンは、会員はじめどなたでも参加できます。ナルクに入会したばかりで何をしてもよいかわからない方も、一度いらしてみてください。最後に皆で歌っている「ボケない小唄」の7番に付け加えた歌詞をご紹介します。「7ナルク活動西東 今日仲間とボランティア 草取り、送迎、家事援助笑顔で励めば ボケません」・・・黒川代表の作詞です。

\*次回は8月17日10時から ナルク事務所でお待ちしています。

**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、株式会社ティ・エム・エフ、つるたfamilyクリニック