

## とちの実会だより

8月号2025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

## 元気で楽しく、真夏のバザー開催

7月29日（火）

最高気温 37 度の猛暑が続く中で、前日に準備を行い、当日は 8 時に関係者が集合した。暑さ対策として会場の道路側にはテントを設営した。

商品の配列・価格付け等を完了し、9 時には開店時間を迎えた。

準備した一般商品の他に、ナルクファームと南部ブロック茂原菜園のじゃがいも・玉ねぎ、会員提供のスイカ・ミニトマトが、夏らしい出展物としてバザーに色を添えました。

当日は、担当者が慣れた手つきで対応し、会場ではいつもながら顔見知りの会員同士が商品を手にしながらか交流を深めた。

さらに集う場として事務所奥の部屋に喫茶室が設けられ、コーヒーやお菓



子を涼感のあるトレーに乗せ、雰囲気あるサービスが提供された。古くからの懐かしい会員や最近入会の元気な会員が集い、対話に華を咲かせていた。このように多くの会員が互いに交流を深めたナルクの夏祭りでした。

暑い中では家に籠りがちだが、バザー開催で楽しいナルクを実施できた。会員が活力を増せば新しい人も来ると思われた。（佐塚）

\*本紙9月号は9月10日（水）発行です。どうぞ宜しくお願い致します。

**事務局だより** (活動実績は6月分を記載)



○**会員動向** (2025年6月末現在)

	世帯数	会員数	男性	女性
5月末	289	406	157	249
6月入会	0	0	0	0
6月退会	2	3	1	2
6月末	287	403	156	247

いつも、ナルクの活動へのご協力をいただきありがとうございます。

7月29日(火)開催 ナルクバザーの写真  
をナルク栃木のホームページでご覧いただけます。

○**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	52名 373点	56名 193点	15名 16P	4名 13.0時間
4~6月累計	62名 1042点	69名 656点	37名 72P	4名 37.0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	29	鈴木 裕子、安場 博、芝尾 英三、小谷 静代、福川 正勝 田中 克宏、大村 盛治、島村 正幸、高橋 守雄、赤井 勤 高橋 良子
同行外出介助	2	芝尾 英三、赤井 勤
住宅掃除	7	福川 正勝、井上 むら代、黒川 良子、加藤 不二子
庭の手入れ	22	福川 正勝、菊地 正一、井上 むら代、安場 博、横島 勲 横島 百合子、板橋 千恵、阿部 勝子、田中 さくら 植月 雅彦、福川 貞子、島村 正幸、佐藤 良雄、 黒川 良子、高橋 良子
身辺介助	10	加藤 不二子
その他	5	上野 和男、金敷 房子

○**訪問型サービスB** (敬称略)

訪問型サービ	13.0h	加藤 不二子、高木ひろみ、高松 清美、井上 むら代
--------	-------	---------------------------

**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 TEL028-684-0050 ㊟=宇都宮市ポイント対象事業活動

月日	曜日	行事予定 (開催場所が事務所・開催時間が10:00の場合は記載を省略)
8月12日	火	会報発行
ナルク栃木のお盆休み 13日~15日、ナルク本部の夏休み 12日~15日		
20日	水	とにかく集まろう会㊟ 13:30
22日	金	西部ブロック世話役会 13:30
26日	火	運営委員会 研修室AB 9:30~12:00予約 ブロック世話役会(南部、東部)
27日	水	茨城北関東地区連絡協議会(水戸拠点にて)
28日	木	中部ブロック世話役会 13:00
29日	金	暑気払い
9月6日	土	どんぐり畑の手入れ㊟ 飛山の畑 8:30
10日	水	会報発行 マッチング授業 シルバー大学校 13:00~15:00
17日	水	とにかく集まろう会㊟ 13:30

**「運営委員会」7月22日（火） アグリプラザにて開催 参加19名**

先ず、黒川代表は「暑い中、お集まりいただきありがとうございます。これから8月2日には多気山参道での紫陽花剪定など屋外での活動がありますので、熱中症などに配慮されて活動をお願い致します」と挨拶した。

**議題1：**駐車場使用制限のお知らせ---事務所の道路対面空き地が来年3月までの予定で、近隣駐在所の建て替え工事用専用の駐車場となりますので、会員は利用できません。

**議題2：**夏のバザー開催関係---前日（7月28日）9時~12時事務局及びブロック長を中心に準備をする。当日の役員は陽南第二公園に駐車し、事務所の駐車場は来客用の駐車場とする。

**議題3：**暑気払い開催案内---8月29日（金）東武百貨店8階にて開催、定員35名、会費4,500円

**議題4：**6月度会計報告（大野会計担当）---一定時総会で会場費や弁当代等の臨時出費は運営引当金を充当したので、単月での赤字は回避。会計システムの変更の説明

**議題5：**8月、9月の行事・活動予定確認（金敷事務局次長）---①8月2日（例年行事）「多気山参道での紫陽花剪定」、地域団体「よみがえれ大谷」主催に協賛参加。②8月12日会報8月号発行。③8月27日（水）茨城北関東地区連絡協議会（水戸拠点にて）---黒川代表と三浦副代表参加。④9月10日シルバー大学校マッチング授業に参加。⑤9月24日（水）運営委員会開催

**議題6：**その他事項 板橋委員より新同好会「茶遊会」設立の提案あり、承認された。毎月第4水曜日開催予定。



\*同好会新設は「楽しいナルク」を波及させるうえで歓迎されるが、新規に同好会を開設する場合、書面（規定用紙）を提出し、運営委員会の承認をえて発足させる。  
（記録・佐塚）

## ナルクの仲間たち (49)

「遊んで楽しく生きる」 澤田 清彦

会員の皆様、私は富士見が丘に住んでおります。私がナルクに入ったきっかけは、15年前仕事をやめて時間ができ、何をしようかなと考えていた時に「健康マージャンの会」があると知り仲間に入り楽しく遊んでいるうちに、他にも趣味のグループを見つけて、懇親会や「ゴルフ、カラオケ、料理教室等」皆さんと交流を深める事が出来ました。



ナルクでは今までに、送迎や会報配り位しかしたことがない 会員の中で一番非生産的人物ですが、皆さんと楽しく過ごしていると勝手に自己解釈しております。

出身は、茨城県水海道（常総市）ですが 会社生活で東京や関東、北海道、四国を転々と歩き現在に至っています。

最近は軽いボケも少し出始めたので、犬の散歩や卓球、ゴルフ、自転車等で体を動かすように努めております。

私がナルクにお世話になり一番感じたことは、自分と違ったキャリアや人生観を教えていただいたことがプラスになった事です。どうぞこれからもよろしくお願いします。

### \*コメント：西部ブロック長 三浦 則夫

写真のように澤田さんは若く見えます。見えるだけでなく実際に活動的で、ナルク以外でも活躍されています。小生が主催する健康麻雀でも最も負けの少ない雀士です。これからもナルク活動の依頼をお願いすると思いますが、よろしくお願いいたします。

## ♥♥ 切手のご寄付をありがとうございました ♥♥

感謝をこめて



会報は手配りを原則として皆様のご協力をいただいておりますが、手配りができない地域には郵送でお送りしています。昨今の郵便料金の値上げや会報郵送数の増加で、切手の購入が増えています。会報で、未使用切手のご寄付をお願いしました。ご賛同された方々から多くのご寄付をいただきました。会報発行日に、郵送の封筒には写真のように寄付いただいた切手を貼ってお送りしています。ありがとうございました。(金敷)

## とにかく集まろう会 7月16日 (水)



今回は、参加している仲間の友人で、折り紙を教えている人を講師としてお招きし、折り紙教室を開催し、初心者向けのコマと花を作りました(写真左)。

説明を聞きながら作りましたが、「なかなか難しい」と言いながら、次はどう折るのでしたか?など何度も

聞きながら、やつと作り上げました。

見本を2個頂き、先生の作ったものは良くできていて奇麗でした。先生は色々な場所に教えに行っているそうです。先生のスマホの写真に入っている作品を見せて頂き、その作品に皆感心していました。また、銀行などにも展示しているそうです。皆さん苦労しましたが出来上がり楽しかったと喜んでいました。



※次回は8月20日(水曜日)13時30分からです。家に閉じこもらないで皆さんと楽しい時間を過ごしましょう。お待ちしております。(高橋)

## とちの実サロン

今月は、サロンでお茶とお菓子をいただきながら、三浦副代表より現状のデータなど認知症についていろいろ参考になるお話をしていただきました。近い将来、誰もが掛かりうることで他人事ではないと思いながら、どうすればならないで済むだろうかなどと皆さん真剣に聞いていま



ました。質問等も飛び出し、和やかななかにもとても有意義な時間でした。

☆8月はサロンお休みになります。9月は20日開催です。皆さんのご参加お待ちしております。

(津村)



### 「どんぐり畑の作業」 7月5日(土)



今回から高温対策で作業開始を8時30分に変更しました。

当日は幸いなことに雨を呼ぶ曇り空で湿度は高かったですが、日差しはなく、作業終了間際に雨の洗礼を受けましたが無事に完了しました。(この集合写真にいつもの阿部さんがおられませんが、早朝から来られ作業を終わらせ帰宅。)

☆次回は8月9日(土)8時30分より行ないます。「気楽に楽しく♥」  
みなさんの参加をお待ちしています。(植月)

### 俳句の会からのお知らせ

この会の集まりは、毎月(第3木曜日10時~12時)に自由参加です。取りまとめ、世話役は芝尾が担当します、お気軽にご連絡下さい。

#### 俳句の会

令和七年七月自選句

打水に朝の出勤ひとつ飛び

服部みほこ

「恋(こ)ころ」歌う媪の梅雨晴れ間

鈴木桜子

夕顔の静かに開く閑居かな

齋藤 羊

盆提灯色あざやかな妻の墓地

芝尾鹿之介

朝六時独り散歩の涼しさよ

小林 朗

カラフルで傘の花咲く下校時

石原 咲

重箱の隅まで鰻追いつめる

芝田障子

肩寄せる爺と仔犬と初夏の土手

小西樽椽

牌を持つ指の湿りや梅雨に入る

黒川寿々女

桃香る赤児のようにそつと触れ

鈴木美宙

漣さざなみや青いグラスに夏の酒 呑ん兵衛じいさん

(特別投句)

☆次回の締め切りは八月三十一日です



## 暑気払いのご案内

代表 黒川良子  
幹事 三浦則夫

連日の猛暑の中、会員の皆様、いかがお過ごしでしょうか。

今年は、コロナ過で中止となっていた暑気払いを復活することにいたしました。東武百貨店8階のスパイスホールで銀座ライオンのビールなど2時間飲み放題プランを企画しております。仲間同士、会話を楽しみながらみんなで暑気を払いましょう。

会場スペースの関係で参加者を35名とさせていただきます。

◇ 日 時： 8月29日(金)

◇ 時 間： 17時～19時

◇ 受 付： 16時45分～

◇ 場 所： 東武宇都宮百貨店8階「スパイスホール」  
銀座ライオン東武宇都宮店の奥

◇ 会 費： 4,500円

◇ 参加申込： 下記の申込書で、8月25日(月)までにお願ひします。  
先着35名で、締め切りとさせていただきます。

◇ 8月28日(木)以降のキャンセルは会費を戴きます。

◇ プレミアム飲み放題プラン

サッポロ生ビール、ワイン(赤・白)、サワー各種、カクテル各種、ウイスキー、焼酎、日本酒、ノンアルコールビール、ソフトドリンク、エビスビール、エビスプレミアムブラック、ハーフ&ハーフ

◇ 問合せ先： 幹事 三浦則夫 携帯 080-5407-1272



### 参加申込書

氏名	携帯電話番号

**同好会活動予定** (8月10日～) ♪ 参加者募集中・見学者大歓迎 ♪  
 予定の変更がある場合もあります。問い合わせはそれぞれの連絡先・世話役へ



☆新同好会☆ **茶遊会**

連絡先 : 板橋千恵 携帯 : 090-4544-3855  
 お茶をたしなみながら「よく学びよく遊べ」の会です。  
 8月27日(第4水曜日) ナルク事務所 13:00～  
 参加費 1000円 (お抹茶代、お菓子代、その他の費用)

お菓子準備のため、毎回、次回の参加者数を確認しています。現在、満席のため、しばらく新会員の募集はしておりませんので、ご了承ください。



**ナルクファーム**

連絡先 : 板橋千恵 携帯 : 090-4544-3855  
 鈴木裕子 携帯 : 080-6657-1579

8月23日(土) ナルクファーム 8:00～

**俳句の会**

世話役 芝尾英三 Tel・Fax : 028-643-8523

8月21日(木) ナルク事務所 10:00～

**カラオケ同好会**

連絡先 : 湯沢典子 携帯 : 090-4724-2176

8月はお休み

9月18日(木) まねきねこ江曾島店 1000円 10:00～12:30～



**ハーモニカ同好会**

連絡先 : 井上むら代 携帯 : 090-1698-4539

8月27日(水) ナルク事務所 10:00～

**レザークラフト**

連絡先 : 杉山豊子 携帯 : 090-4540-8849

8月18日(月)、9月8日(第2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12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17日(日) ナルク事務所 10:00～

7月から会費 (年会費 500円、単回参加は 100円) を徴収することにしました。コーヒーを飲みに行く感覚で、来てください。



**健康麻雀同好会**

連絡先 : 三浦則夫 携帯 : 080-5407-1272

8月24日(日)、9月14日(日) ナルク事務所 9:30～

**手芸の集い**

連絡先 : 田中さくら 携帯 : 080-1025-2773

8月20日(第3水) ナルク事務所 10:00～

**団体賛助会員** (敬称略)

パナソニックホームズ北関東株式会社、 真木クリニック  
 有限会社セイゴウ、 恵産業株式会社、 株式会社小牧工業  
 株式会社マルハ、 株式会社ティ・エム・エフ  
 緑が丘マッサージ治療院、 サークル不動産