

とちの実会だより

6月号 2020年

〒321-0162 宇都宮市大和 2-12-27
 小牧ビル3階 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: <http://www.nalc-tochigi-hp.com/>

コロナ禍の下、委任状基盤の異例な・5月12日定時総会、 “会員数減少と感染予防による活動減少を憂える”・・走出代表



総会に先立ち、走出代表は今回の経緯を次のように述べた。
 ナルク栃木「とちの実会」2020年度定時総会は、6月1日(月)「とちぎアグリプラザ」にて開催すべく、本紙4月号で会員皆様にご案内しました。ところが、コロナ禍で予定した会場は使用できず、大規模集会は感染予防上で好ましくなく、急遽、最小限の議決機関である「三役会」で委任状を基盤に、ナルク栃木事務所で実施となりました(本紙5月号2面参照)。

例年ですと、総会は130名もの参加を頂き、お互いの交流を深め、美味しい弁当、バザー、展示品、余興などで1日を“楽しいナルク”としてお過ごしいただき、会員増加にも結び付くナルク栃木最大の行事です。今年の定時総会がこのようになった事を、申し訳なくお詫びいたします。

さて、最大の課題は、2019年3月661人の会員が1年で55人も減少したことです。高齢化にも起因し根の深い課題です。現在はコロナ禍の下で活動が大きく制約されていますが皆様とともに検討しましょう。

☆定時総会の概要。(詳細は同封の総会資料参照)

1. 開催日: 5月19日10時~12時、場所: ナルク事務所。
2. 参加者: 走出代表、竹田副代表、高倉事務局長、島村・金敷両事務局次長、植月・北村・赤井・福川4名のブロック長、大野・山寄各会計、服部監事。
3. 司会・議事進行: 金敷次長、書記: 島村次長。
4. 資格審査発表(金敷): 会員数607名、委任状347名、出席13名にて成立。



5. 議事: *1号議案: 2019年度活動報告(説明・高倉事務局長)、決算報告(説明・大野会計担当)、監査報告(説明・服部監事) *2号議案: 2020年度事業計画(説明・走出代表)、*3号議案: 2020年度予算案(説明・走出代表) *4号議案: 役員選出、役員名簿案(説明・走出代表)、役員任期2年で今年是非改選の年、病気退任者の補充として佐藤良雄氏を選任(4頁)。各議案毎に拍手にて賛成採択された。



6. 審議に出た特筆事項(進行順)、①会員の減少。②預託活動、奉仕活動の減少。③ナルクなすの解散による戻り金、当支部会員寄付金で収支差額増。(3頁へ)

*本紙7月号は7月10日(金)発行です。どうぞ宜しくお願いします。

事務局だより

○会員動向(2020年5月末現在)

世帯数	会員数	男性	女性	年齢
410	591	234	357	74.2
入会 2	3	1	2	
退会 3	4	2	2	

新入会員 宇都宮市:

阪本晃・尚子様(中今泉 東部 B)

斎藤光江様(板戸町 東部 B)

○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
4月合計	60名 309点	71名 391点	5名 8P	3名 9.0時間
4月累計	60名 309点	71名 391点	5名 8P	3名 9.0時間

○主なボランティア提供内容 (4月)

送迎サービス	43件	外出介助(同行で買い物、金融機関など)	20件
住宅清掃	3件	身辺介助(見守り、傾聴、話し相手など)	4件
住宅修繕	0件	家事援助(食事づくり、ゴミ出し、洗濯など)	0件
庭の手入れ	8件	同行しない支援(支援者が買い物、手続きなど)	0件

行事予定

(6月19日～7月17日) 中止の活動もありますのでご注意ください。

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	行事名	開催場所	開始時間
6月19日	金	後見人会	事務所	10:00
22日	月	アルミ缶整理作業	大谷集積場	9:00
23日	火	運営委員会 協働マルハ	アグリプラザ 多目的研修室 会員宅	10:00 午後
25日	木	協働マルハ	会員宅	午後
26日	金	協働マルハ	会員宅	午前
7月1日	水	どんぐりの手入れ	飛山城址公園	9:00
5日	日	PC入力	事務所	10:00
8日	水	会報準備	事務所	9:30
10日	金	会報発行作業	事務所	10:00
17日	金	後見人相談会	事務所	13:30

☆6月の運営委員会 以下のとおり開催いたします。

6月23日(火) 10時～12時 アグリプラザ3階 多目的研修室
新型コロナウイルスの感染防止のため、4月5月の運営委員会開催を自粛してきましたが、6月はアグリプラザでも一番大きな会議室で、換気をしながら開催します。ナルク栃木総会も終わり、2020年度初の運営委員会となりますので、新たな気持ちでお集まりいただければ幸いです。運営委員全員の参加をお待ちしています。欠席の場合は、ナルク事務所までご連絡をお願いします。

（1頁から審議に出た特筆事項の続き）

- ④2020年度予算では支出は前年度並み、但し2019年度のような臨時収入は見込めず厳しい。
 ⑤2020年度事業計画では、会員間の“声掛け・ふれあい”や小グループでの集まりを大切に、会員同士の人の繋がりを大切に、例として「野菜作り」のような新しい同好会を創り、会員増加と発展を促す。



7. 質疑応答：Q「この1年間で55名もの会員が退会した。この原因に対処のように対処するのがよいか」対策をどのように執るのか？

A：退会者の声として、下記のA1, A2, A3のような事例がある、この原因にてどのように対処するのがよいか、良かったらどうか？
 事情は一人ひとり有るだろうが、その根底には“会員同士の人の繋がり”絆に関係していると思われる。

（退会理由）A1：男性84歳で退会者の談、高齢で身辺整理の一つ、今までにやることはしてきた、もう他人を助ける余力はない。運転免許も返上した。ナルクの預託点数残はどうでもよい。

A2：ナルクでもすること（できること）が無い年会費を払うだけ。

A3：女性76歳、コロナで家に1人で居てもナルクからは電話も無い。

8. 定時総会を終えて、走出代表の感想：長いことナルク活動に携わってきたが、年齢とともに体力・記憶力も低下する。会員のお名前も昔は必ず覚えていたが、最近ではすぐに出てこない場合もある。健康上からも、そろそろ限界なので、来年の定時総会で代表を引退したい。



コロナ禍で集会すらできない現況もあるが、今のように停滞した状態では次の人に迷惑をかける。この1年、最後の踏ん張りをするので、会員皆様にも頑張ってください、現在の下降状態から上向き状態に転換させたい。本来ならば例年のような総会の場で会員皆様に、直接にこのような話を聞いていただきたかった。次の代表を円滑に選出できるように、竹田副代表の下に「代表選定委員会」を設けて次期代表を決めて欲しい。

9. 閉会：議事は正午に終了。（簡単な稲荷寿司で昼食をとり、通常の三役会に入る）。この総会資料は会報と同封で会員皆様に配布されます。その中はナルクの基本理念、活動方針、事業計画具体策など年に一度皆様に配布される貴重な書類です。どうぞ丁寧にご一読願います。

また、毎月の「とちの実だより」やいつでも見られる「ホームページ」からナルクの動きを御覧下さい。会報は会員皆様にナルクの動きをお伝えすべく、会員により毎月お手元に手配りされています。（記録：佐塚）

2020年度 ナルク栃木 役員名簿

6月号P(4)

1	顧問	小林 正治	再任
2	代表	走出 政視	再任
3	副代表	竹田 あや子	再任
4	事務局長	高倉 浩三	再任
5	事務局次長	島村 正幸	再任
6	同	金敷 房子	同
7	会計	山寄 栄子	再任
8	同	大野 俊次	同
9	監事	服部 進	再任
10	同	金田 正彦	同
11	ブロック長・東部	植月 雅彦	再任
12	同・南部	福川 正勝	再任
13	同・中部	赤井 勤	再任
14	同・西部	北村 公子	再任
15	運営委員	横島 勲	再任
16	同	鈴木 絹子	同
17	同	安場 博	同
18	同	柿沼 健	同
19	同	高橋 良子	同
20	同	三浦 則夫	同
21	同	藤田 恭壽	同
22	同	板橋 千恵	同
23	同	佐塚 英高	同
24	同	鈴木 忠男	同
25	同	福井 芳蔵	同
26	同	小林 富子	同
27	同	宮川 佐智子	同
28	同	福田 恵子	同
29	同	黒川 良子	同
30	同	佐藤 良雄	*新任
31・32	退任（運営委員）	左巻 健次 浅沼 立也	

ナルクを支える仲間達（1）

日常生活支援総合事業サービスBの担当者として思うこと



加藤不二子

私が、この「サービスB」を始める切っ掛けは、在宅訪問ヘルパーとして、永く勤務した経験から、新しい事を始めることの”楽しくワクワク感”が得られるので「やってみようかなあ」と思ったからです。

支援は、利用者さんとのふれあいだと思います。利用者さんの体調や気分に合わせて心に心掛けています。今なにが必要なのかを考え、要望に応える提供が出来るよう、私自身も常にアンテナをピピッと張っています。

いつものように、いつも通りの支援をして欲しい時、いつもの支援は省いて他のことをしてほしい時、話したい事があり話を聞いて欲しいと思っている時、話しかけてほしい時、あまり話しかけてほしくない時などなど。利用者さんは、季節の移ろいを敏感に感じ取りちょっとした事にも喜びを見い出しながら、過ごされておいでです。気づいた事などお話すると大変喜んで頂けます。私自身も楽しい気分になれますし「また頑張ろう」と気合も入ります。これからも利用者さんと永くお付き合いできますように！！

（写真 加藤不二子とご自慢の花）

加藤さんの花は、中国雲南省原産のバショウ科の地湧金蓮です。

別名「チャイニーズ・イエロー・バナナ」と言います。

真冬は、葉が完全に無くなり、一見すると枯れたように見えますが、暖かくなりますと、また元気な新しい葉が出てきます。

この黄色の花は、春から秋にかけて、長期観賞でき、約300日（約10ヶ月）の期間も観賞できるそうです。日本で1990年に大阪花博が開催され、この花博の目玉植物として地湧金蓮が展示されました。これが何よりの魅力ですね。

5月分アルミ缶活動便り

・・・ご協力に感謝します・・・

5月25日にアルミ缶整理作業を実施しました。実績は下表のとおりです。

整理作業参加人数	13名	4月からの延べ人数	21名
処理した缶数	7,714個	4月からの累積数	17,821個
収集作業参加人数	25名	4月からの実人数	33名

☆次回は、6月22日（月）で、9：00から実施します。
参加可能な方、参加をお願いします。（安場）

（健康講座）新型コロナウイルス禍（3）

小松 明（6月4日記）



5月24日に緊急事態宣言が全国的に解除されました。理由はよく分からないのですが、日本は奇跡的に感染爆発を回避して収束に向かっているようです。これからは「新しい日常」に適応した生活様式で過ごすことが求められます。一旦収束したとしても、感染者が完全にゼロになったわけではなく、宇都宮市内のスーパーで5月20日にクラスターが発生したように、いつどこで感染したとしても不思議ではありません。また、日本を第2波、第3波の感染爆発が襲うのは必至でしょう。コロナウイルスはRNAウイルスなので変異が起りやすく、より感染力の強い、より重症化しやすく致死率の高い新型に変異して第2波が襲ってくるかもしれません。特効薬やワクチンが開発され、普及するまでの数年間は、新しい生活様式に適応する必要があります。3密（密閉、密集、密接）を避けることはもちろんですが、ここでは私たちが日常生活を送る上で注意した方がよいことを考えてみましょう。

首都圏1都3県のように通勤電車で感染する危険は少ないですが、栃木県は車社会なので、車を利用する方が多いと思います。ぜひアルコール・スプレイの小瓶を車のドアポケットに載せておくことをお勧めいたします。買い物や訪問先からの帰り車に乗るときに手をアルコール消毒し、ついでにドアノブやハンドルを消毒すると良いでしょう。玄関先にも消毒用スプレイを置いて帰宅したら手を消毒し、靴底、玄関のドアノブも消毒、人手を介した品物の消毒等もしておくとう安心です。とりあえずのアルコール消毒の後、石鹸で手洗い（手首もお忘れなく）をすると安心です。家の中のドアノブ、階段の手すり、トイレ等を定期的にきれいにすることもお忘れなく。コロナウイルスは基本的には唾液の飛沫から呼吸器系が感染すると言われていますが、消化器系が侵されて下痢を生じる方もいますので便器周辺部の汚れなどからの感染にも注意しましょう。自宅外のトイレ利用（特に大便器使用）時には事後の石鹸を使った手洗いをお忘れなく。

職場や事務室等の机、テーブル等の向かいや隣との隔壁がまだでしたら、ぜひ設置してください。木製の枠やハンガーラックに薄手のビニールを下げるなど工夫してください。買い物もできればクレジットカードやスマホ決済を利用し、人手の触れた現金の扱いを避けましょう。日本ではPCR検査が制限されていたため、無症状の市中感染者がどのくらいいるかは相変わらず全くわからない状態です。報告されている陽性者数の10倍から数百倍など様々に推定されています。国による1万人規模の抗体検査が始められましたが、人口の何%が感染したか分かるのはまだ先です。感染確率を下げる工夫が一人ひとりに求められます。ちなみに私は自己免疫疾患を患っていて免疫抑制剤を服用しておりますので、一般の方よりも感染しやすい体です。理容も不安なのでバリカンを買って、自宅で整髪することにしました。特効薬やワクチンが開発され、普及されるまでの数年間を新しい生活様式で過ごし、感染を避け、かつ人に感染させること無く過ごし、感染爆発に備えましょう。

☆ゴルフ同好会からのお知らせ

第164回ナルク会ゴルフコンペは、5月21日(木)、塩谷郡高根沢町の東雲GCで、3組12名が参加して開催されました。曇り空で雨に降られることもなく、コロナの影響も少なく済みました。来場者は少なかったです。



☆結果は次の通りです。

優勝 今福 透さん (写真 106 (ネット 76))

2位 福田さん、3位 吉川さん。

☆6月例会 (第165回) は次の通り開催します)

1. 日 時: 6月18日(木) 9:03 スタート (IN)

2. コース: ディアレイク CC 鹿沼市玉田町 1200
TEL) 0289-64-7181

3. 費用: 5,700円 (セルフ、食付き) 参加費 1,000円

4. 申込み締切り: 6月9日(火) 吉川へ (TEL:FAX 028-0280-648-8635)



企業との「協働」清掃作業のお試しを

とちぎボランティア NPO センター「ぼぼら」の橋渡しにより、株式会社「マルハ」(以下マルハ)との「協働」を開始して2年が経過しました。

「マルハ」は清掃作業に優れたノウハウを持つ企業で、清掃サービスを受けた会員より大変喜ばれています。今後も月2日程度の無償清掃を計画し

ます。会員皆様、この機会をご利用下さい。

下記内容で会員様宅の清掃作業を受付けます。希望者はナルク事務所まで (Tel 028-684-0050) ご連絡ください。(担当: 島村)

①清掃作業可能日程は、会報とホームページに掲載します。(基本的に月2日程度、午前または午後) 6月は23, 25, 26日に予定しています。

②清掃箇所は、窓ガラス・トイレ・浴室・台所の4ヶ所、清掃の質は一般的なレベルです。*但し浴室・台所は、換気扇、浴場のメジ、窓・扉のレールなどは無償作業対象外で「見積書」による有償作業になります。

③清掃を実施する会員宅には、ナルク会員が同行し、作業内容の把握と、トラブル防止のため立合います。

「協働」とは? とちぎボランティア NPO センター「ぼぼら」の紹介により、「ナルクとちぎ」と株式会社「マルハ」との間で、清掃作業について合意して推進しています。「マルハ」は清掃作業専門業者で、清掃作業を通じて社会貢献活動を目指しています。

同好会活動予定

6月以降の同好会の開催状況については、
それぞれの連絡先・世話人にご確認ください。

書道教室	連絡先：小林正治 Tel・Fax 028-634-5573
男の料理教室	連絡先：吉川孝人 Tel・Fax 028-648-8635 6月26日(金)10:00~12:00 豊郷地区市民C
カラオケ友友会	連絡先：鈴木忠男 携帯 090-1042-7197
ゴルフ同好会	連絡先：吉川孝人 Tel・Fax 028-648-8635 6月18日(木) ディアレイク CC 9:03 IN スタート 7月16日(木) イーストウッド CC 8:35 OUT スタート
パソコン同好会	連絡先：三浦則夫 Tel 080-5407-1272 6月28日(日) 10:00~12:00 ナルク事務所
うたごえ友友	連絡先：堀 実 Tel・Fax 028-653-6954
女子会	連絡先：鈴木節子 携帯 090-2253-4333 7月15日(水) 10:00~ ナルク事務所
5・7・5を 楽しむ会	世話人：芝尾英三 Tel・Fax 028-643-8523
吟華の会	連絡先：月岡光江 Tel 028-635-4177 7月22日(水) 14:00~16:00 ナルク事務所B
新げんじの会	世話人：須藤典子 Tel 028-667-4877

始まりました!! どんぐり畑の作業

新型コロナウイルスの関係で4,5月のどんぐり畑の作業を停止していましたが6月2日(火)に再開しました。

天候は薄曇りでしたが、昨日の雨による湿



りで畑の草は

抜きやすく助かりました。

それと畑外周柵の補修を菊地会員の持って来て頂いた杭で行いました。マスク着用の作業でしたが無事終了。写真はマスク着用なのでだれ? ですかね。13人写っていますね。



☆次回は7月1日(水)9時からです。

皆様のご参加をお待ちしています。(植月雅彦：090-1597-7085)

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、(有)ケアマネジメント廣瀬