



**特定非営利活動法人**  
**ニッポン・アクティブライフ・クラブ**  
 事務局:大阪市中央区常盤町2-1-8親和ビル4階 〒540-0028  
 電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130  
 ホームページ <http://nalc.jp> **毎月1回 10日発行**  
 Eメール編集室...[kaiho@nalc.jp](mailto:kaiho@nalc.jp)

# 「独り暮らし高齢者」の担当を決め 定期訪問・緊急連絡も受ける

## 老後は安心 中標津の「見廻りたい」

独り暮らしの高齢者が、ついに全国で400万人を突破した。このままでいくと、あと10数年後には700万人に達する勢いだ(図1参照)。一番の問題点は彼らの孤独死の問題である。たとえお金があつて良い医療や最高の介護を受けられたとしても、地縁・血縁の薄れた現代社会にあつて、PPK(ピンピンコロリ)で人生の幕を閉じられるとは限らない。ナルクの会員は「孤独死だけはして欲しくない」と立ち上がった拠点がある。北海道の中標津(なかしべつ)である。会員の中の独り暮らしの高齢者をピックアップし地図を作り、「見廻りたい(隊)」を組織し定期的に訪問、緊急連絡にも応じることにした。「これなら生涯安心」と会員の評判も上々だが、地域住民からも注目されている。

### 人口の1%は会員

まず中標津拠点の現状を見ておこう。設立は2006年10月、全国122番目の拠点として誕生した。代表の澤井伸夫氏が2004年の釧路拠点の誕生に触発され、「何とか町にも拠点」という熱い思いが実り、中標津拠点が誕生した。その後、積極的に活動を充実させ、会員も増やし、今では243名の会員を擁する中標津拠点へと成長した。ちなみに中標津町の人口は2万4千人ほど、実に人口の1%がナルクの会員という全国にも例を見ない素晴らしい実績を誇る。

会員拡大だけでなく、澤井代表の頭の中には「顔の見える安心な拠点活動」という意識が常にあつた。会報の手配りや、日常的な連絡のため、同者が現れた。とくに、函館で行われた北海道地区事務局長会議でその構想を明らかにすると、多くの賛同者が現れた。とくに、高畑会長が一番関心を示し、「都会では地縁関係も崩れており、個人情報保護の問題もあつて、高齢者の孤独死が問題になっていく。これを解決するのがナルクと、かねて考えていたが、それを先どりする素晴らしい計画だ」とハツパをかかれた。函館から帰った澤井代表は、早速運営委員会での問題を議論し、皆も「現在



「見廻りたい」は、西井代表代行は動き出していったのだ。西井高副代表を代表代行に定め、この事業を1歩前へ進めることになった。14名の対象者を7つの班でフォローすることとした。7名の班長はいずれも原則として近くに住む人をお願いをした。班長の下には、それぞれ副担当者を置き、万全を期した。訪問や電話の頻度は班長に一任した。対象者の健康状態、日常生活が一律ではないためである。班長の一人、渡部久夫さん(コーディネート)は「私は最低月に2回訪問するようにしています。皆さん元気なので、今のところ何の問題もありません。今日はこれからKさん(女性)のところを訪問します。が、よければ一緒にしましょう」とのお誘いを受け、車に乗せてもらつた。「ごめんださい。なんもないかい(何もありません)の仕事は全員に見廻り隊の趣旨を理解してもらい、自宅訪問を了解してもらつた。そんな地道な努力が実つて14名(男5女9)を対象者と決定した(平成21年8月現在)」。西井代表代行はこの同意書をもとに、パソコンを駆使して立派なマップを作り上げた(上の写真)。

「見廻り隊の誕生」既存の連絡網を利用するとは言え、ここと、かねて考えていたが、それを先どりする素晴らしい計画だ」とハツパをかかれた。函館から帰った澤井代表は、早速運営委員会での問題を議論し、皆も「現在把握する作業にかか

る。そして一番の大きな見直しは、隊の趣旨を理解してもらい、自宅訪問を了解してもらつた。そんな地道な努力が実つて14名(男5女9)を対象者と決定した(平成21年8月現在)」。西井代表代行はこの同意書をもとに、パソコンを駆使して立派なマップを作り上げた(上の写真)。

「見廻り隊」は、西井代表代行は動き出していったのだ。西井高副代表を代表代行に定め、この事業を1歩前へ進めることになった。14名の対象者を7つの班でフォローすることとした。7名の班長はいずれも原則として近くに住む人をお願いをした。班長の下には、それぞれ副担当者を置き、万全を期した。訪問や電話の頻度は班長に一任した。対象者の健康状態、日常生活が一律ではないためである。班長の一人、渡部久夫さん(コーディネート)は「私は最低月に2回訪問するようにしています。皆さん元気なので、今のところ何の問題もありません。今日はこれからKさん(女性)のところを訪問します。が、よければ一緒にしましょう」とのお誘いを受け、車に乗せてもらつた。「ごめんださい。なんもないかい(何もありません)の仕事は全員に見廻り隊の趣旨を理解してもらい、自宅訪問を了解してもらつた。そんな地道な努力が実つて14名(男5女9)を対象者と決定した(平成21年8月現在)」。西井代表代行はこの同意書をもとに、パソコンを駆使して立派なマップを作り上げた(上の写真)。



今日も見廻りたい活動を続ける中標津の皆さん

「見廻りたい」の活動がナルク全拠点に広がって、時間預託制度と並ぶ魅力ある制度になるよう期待したい。(取材と文・山田芳雄)

「緊急の時はこちらへご連絡ください」という大きなチラシが置いてある。班長と副担当者の名前と電話を書いたA4のチラシである。行き届いた配慮を実感した。渡部さんは現役の時、校長先生だったとのことだが、温かい人柄はきつと独り暮らしの登録者の方からも抜群の信頼を得ているのだらう。事務所に帰り「担当者心得」というのを見せてもらった。①平時は登録者の生活状況に応じて電話、訪問などの回数を決め実行する。

「見廻りたい」の活動がナルク全拠点に広がって、時間預託制度と並ぶ魅力ある制度になるよう期待したい。(取材と文・山田芳雄)

故人が書き遺したエンディングノートに沿って執り行われた葬儀に初めて出席した。僧侶の読経など一切なく、生前親しかった友人がハーブで「故郷」「赤とんぼ」「千の風になつて」などを次々に奏でる。参加者がそれぞれ花を1本供えた後、長男がエンディングノートを読み上げた。「私の経歴・思い出」欄では70歳で生涯を終えるが、労働運動婦人運動の後ナルクで十数年ボランティア活動をし、苦しいこともあつたが人様に尽くして得られる喜びの方が大きかつた。我が人生を語り、「遺す言葉」ではまず自治会の方々にお世話になつた礼を述べ、次に夫へこよなく愛してもらつた感謝の言葉、就職に就いて長男には「もつとしっかりせいや」と励まし、次男には「あまり緊張しすぎないで」と氣遣い、孫たち・親戚の人たちにまで書いていた。故人の名は鈴木木枝子。枚方・交野拠点をつくつた時、真っ先に参加し長い間副代表を務めながら在宅介護に誰よりも熱心だつた。(高畑敬一)

# 拠点の子育て支援活動を応援します

## こんなときに助成金が出ます

今年の事業計画に「子育て活動の重視」という大きな項目があります。そして新たに活動を開始する拠点に対して必要な場合は「導入助成金」を出すことも決まりました。

①今まで活動がなかった拠点が支援活動を新たに始めるとき。

②活動を広げるため、新しい子育て支援企画をしたときに、活動に係る資金が必要な場合。(たとえば会場費など)

③金額は年間10万円まで(原則1回限り)

④所定の申請書で申請してください。

⑤申し込みの内容を本部で審査し決定します。



- 子育て支援には色々な活動があります。今までの活動事例を挙げますと
- ・高齢者と共に3世代交流のデイサービス
- ・親子のつどい
- ・親のつどい
- ・1歳児～児童の留守家庭支援
- ・子どもの短時間預りと送迎
- ・わんぱく塾
- ・里山や棚田の保護を子どもたちと共に
- ・冒険広場やピクトプづくり
- ・子育て110

番  
・通学児童の安全見守りパトロール

東西で子育て支援現場見学会

- ・9月26日 丹波拠点「子ども冒険ひろば」
- ・里山を開拓、屋外で木登り、遊具作り、遊び場の整地を体験した。
- ・11月8日 茂原拠点「子どもあそびひろば」
- ・拠点所在地の商店街と手を結び、高校生から幼児まで参加の大イベント。

## ホームページコンクール 審査基準などについて

15周年 組織を分かりやすく新鮮に報じている拠点を選抜した。一環としてHP、会報のコンクールのポイント、長い拠点それぞれを表彰した。

「チェック項目」

- ・「京都會館」1Fロビーに
- ・展示されたが、当日会場に来られなかつた人のために会報で知らせたいという要望に応え、審査委員会が表彰を決めた内容を会報審査を含め適宜掲載する。
- ・HPの審査に当たっては技術だけでなく、ナルクの活動や一面に
- ・更新は1カ月内か
- ・ナルクの活動が具体的か
- ・文章は読み易いか
- ・写真画像は適当か
- ・（会報については3

## 女性の視点

### 奉仕活動に参加して

阿部冷子(栃木)



母がまだ健在の頃、「親子でひとり暮らしのお年寄りの方のお話し相手など手軽にできるお手伝いをしたいね」と言っていました。とうとう一度も叶えられずに終わってしまいました。

誘われてナルクに入会した今は、私なりに楽しみながらいろいろなボランティアに参加させてもらっています。「夢大地心援助」はナルクの奉仕活動の一つで現在三箇所に参加しています。

「国見の棚田」の周辺整備は今年で5回目になります。この棚田は全国棚田100選の一つで、みかん栽培の最北限です。

最初に参加したとき、細い坂道を登りながら奥へ奥へと入って行くのでとても

不安でした。が、着いてみるとそこは棚田が広がる山間の里でした。

作業は雑草刈りでした。が、栃木では力仕事のボランティアも女性の参加が増えて、とても頼もしい限りです。



国見の棚田の雑草刈りボランティア

太陽の下で体を動かすのは疲れますが、気持ちが良いものです。参加者全員がひとつの目標に向かってやり遂げる醍醐味は他ではなかなか味わえません。終了後は地産地消の食材で、地元婦人会の皆さんの心尽くしの「すいとん」がとても美味しいのです。

ひと時の交流会の後は地元の温泉に帰途につきまます。春には「筍掘り」に来な

いか」と声を掛けていただくこともあり、地元の方々と違った交流の場ができることに感謝しています。ボランティア冥利につきまます。

また「奥日光湯元のオオハングン草除去作業」は外来種であるオオハングン草から日光の山野草を保護するための環境省の行事です。オオハングン草は黄色い花で見た目はとてもきれいです。これが曲者なのです。繁殖力が強く奥日光特有の山野草の成長を邪魔し消滅させてしまつたのです。いま日光では2304種類の山野草が確認されています。

春から秋にかけて奥日光一帯は山野草を求めてウオーキングのメッカとなります。この綺麗で珍しい山野草を守りたい一心で老若男女を問わず大勢が参加してオオハングン草根こそぎ除去の作業が続けられています。

しかし現在用意して下さる道具ではなかなか根こそぎは大変なのです。根こそぎの除去作業がもう少し簡単に出来る物があればとてもありがたいです。

# 知得

## 国民の豊かさの国際比較②総合指標

健康指数は「平均寿命」「人口千人当たりの医師数」「人口千人当たりの看護士数」「人口千人当たりの病院ベッド数」「人口千人当たりの乳児死亡率」「人口千人当たりの死亡者数」「国民一人当たりの健康支出」「国民一人当たりの公的健康支出」の8つの指標から成り立っている。(白石勝也)

ある(図2)。「少ない医師数と平均的な看護士数で、多くの患者を診ている」というのがわが国医療の現状と言えよう。



一方公的健康支出の第1位はルクセンブルグで69.6万円、以下ノルウェー、アメリカ、アイスランド、フランスと続き、日本は29.2万円です。昨年と同じ16位となっています。政府は医療費の抑制に必要であるが諸外国と比べ、平均以下のランクにあることを認識して欲しい(図3)。(イラスト・島嶋孝一)

図1 人口1000人当たりの医師数

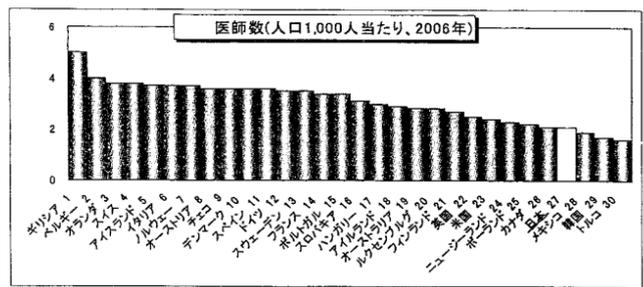


図2 人口1000人当たりの病院ベッド数

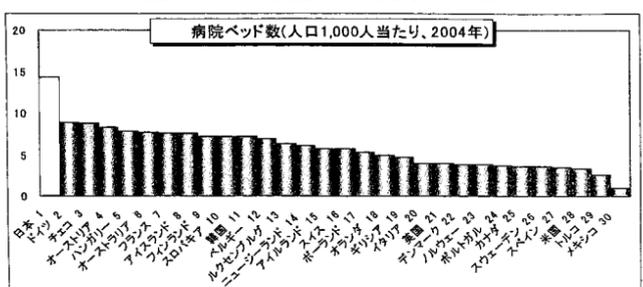
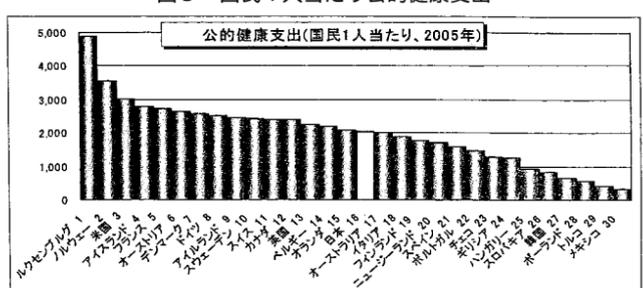


図3 国民1人当たり公的健康支出



「ナルク(NALC)」とはNPO法人「ニッポン・アクティブライフ・クラブ」(Nippon Active Life Club)の通称です。

### 子育て通信

#### こんなことから子育て支援

少子高齢化社会の到来と言われて20年が経ちます。その間、高齢者支援として「シルバープラン」「ニューシニアプラン」を導いて「介護保険制度」が導入されました。まだまだ修正の余地があるとはいえ、高齢者・家族にとつてなくてはならない制度に根付きました。

一方エンゼルプラン、新エンゼルプランと取り組んできて

機能の充実を図る。そこで当委員会で4家庭教育を支援するのは「こんなことから子育て支援」をキャッチしています。



「助成金制度」などが盛り込まれました。

### 拠点リレー訪問 55

事務室、2階の1室ではパソコン教室が開かれており女性会員が熱心に勉強中でした。



ナルク和歌山は紀ノ川平野、紀伊水道に面した和歌山市に活動拠点があります。

「時間預託活動」  
△会員宅の身の回りの整理や家屋の補修  
△会員の話し相手  
△会員の送迎(最もウエイトが大きい)

「収益活動」  
△イベントでの物販  
△古紙・アルミ缶回収販売  
△会員拡大が重要課題



師で、継続するようにつくり検討中)

「出前公演」  
拠点のイベント、高齢者・障害者施設や子育て施設などに、コーラス・ナルク劇団・詩吟の出前をいたします。

「デザインレイアウト」  
審査基準などについて

山中クラフトホテル 露天風呂

日本の温泉を身近にする

ゆかい

湯快リゾート

365日 同一料金

大人お1人様(中学生以上) 1泊2食付 7,800円

小学生6,800円/幼児(小学生未満)3,900円/乳児(3歳未満)無料

毎日運行! 1,000円~4,000円 往復バス

インターネットなら24時間予約OK!

湯快 検索

http://yukai-r.jp

物件情報募集中 ホテル・旅館など、物件の有効活用をお考えのオーナー様がいっぱいありましたら、ぜひご一報ください。詳しくはホームページをご覧ください。

ご予約・お問合せは下記まで

- 片山津温泉 花・彩朝楽 ☎0761-74-0333
- 山代温泉 彩朝楽 ☎0761-77-7778
- 栗津温泉 あわづグランドホテル ☎0761-65-1515
- 栗津温泉 あわづグランドホテル別館 ☎0761-65-1515
- 山中温泉 山中グランドホテル ☎0761-78-2111
- 山中温泉 ホテル大黒 せせらぎ亭 ☎0761-78-0010
- 恵那峡温泉 恵那峡国際ホテル ☎0573-26-0111
- 下呂温泉 下呂彩朝楽 本館 ☎0576-25-3111
- 下呂温泉 下呂彩朝楽 別館 ☎0576-25-3111
- 南紀勝浦温泉 越之湯 ☎0735-52-1414
- 南紀白浜温泉 ホテル千景 ☎0739-43-2468
- 南紀白浜温泉 白浜御苑 ☎0739-43-2468
- 皆生温泉 かいけ彩朝楽 ☎0859-22-4141

人生は旅

「デザインレイアウト」  
審査基準などについて

「出前公演」  
拠点のイベント、高齢者・障害者施設や子育て施設などに、コーラス・ナルク劇団・詩吟の出前をいたします。

