



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:大阪府中央区常盤町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

第18回定時総会開催

設立20周年に向け原点を学び行動に

5月24日(金)、大阪産業創造館において、ナルクの第18回定時総会が開かれた。今年「結成20周年」という節目の年を前にしての重要な総会となった。挨拶に立った高畑会長は「昨日、80歳の三浦雄一郎さんがエベレスト登頂に成功されました。生涯現役を目指す我々としても、ひとつおの感謝です。さらに大きな感謝は、昨年秋の理事会で、20周年はぜひ仙台でやるべきだ、という理事諸兄姉の熱いアピールがあり、改めてナルクという団体は素晴らしい組織だと実感できました」と語り、今年はその準備の年として「原点に学び、共に行動しよう」というスローガンのもと、「一致団結、新しいナルク発展の道を模索していこう」と、全出席者に呼びかけた。

総会は午後1時30分に始まった。この日は、北は北海道、南は鹿児島、全国から集まった拠点代表者、正会員は130名。まず、この1年に亡くなった元副会長の菅野泰太郎氏、前水戸拠点代表の林公英氏に、全員で1分間の黙祷を捧げた。続いて議長長の選任が行われ、枚方拠点の野村文夫氏が議長に選ばれ、野村議長のもと、1号議案から5号議案まで逐一審議が行われた。

時間預託活動と奉仕活動の状況
 時間預託活動はナルク発足以来の中心的活動である。元気のなうちにボランティアをして点数を貯めておき、支援が必要になったとき、その点数で無償ボランティアを受けられる。この場合、遠く離れた親

時間預託活動と奉仕活動の状況
 時間預託活動はナルク発足以来の中心的活動である。元気のなうちにボランティアをして点数を貯めておき、支援が必要になったとき、その点数で無償ボランティアを受けられる。この場合、遠く離れた親

福祉調査センターの現況
 福祉調査センターの事業は、ナルク本体の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一

拠点次期リーダー養成講座
 ナルクが最も重要な研修として位置づけている「拠点次期リーダー養成講座」を11月27日から2泊3日の日程で、例年通り篠山で開催した。会長の基調講演に始まり、本部役員が「ナルクの定款と諸活動」「拠点運営」「管理システム」などについて講義を行い、全国から集まった3名の代表を含む32名の精鋭が熱心に受講、明日のナルク論をかわした。

東日本大震災被災地支援活動
 救援カンパは、延べ46拠点と3個人から昨年中に186万円余りが寄せられた。被災会員への援助金、パラソル喫茶



季の輝き

浜辺の海女

写真・隈井九州男

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一



産業創造館4Fの定時総会会場風景

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一



川公認五郎 講演をする

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一

2012年度会員数純増の主な拠点

拠点名	在籍者数	入会者数	退会者数	純増数
倉敷	78	46	6	40
市川	224	41	13	28
箕面	167	36	9	27
大垣	184	39	15	24
交野	262	30	8	22
かずさ	305	26	8	18
亀岡	276	21	5	16
丹波	104	24	9	15
美幌	119	16	1	15
名張	124	17	3	14
ひたち	128	19	7	12
茂原	252	27	15	12
徳島	433	53	41	12

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一

このように、会員外の不特定多数の人の活動を財政的に支援し、会員の潜在能力を活かせる活動として、全国8道府県で8センターの体制で活動してきた。前年度の最大の動きは、第三者評価の諸施設のうち、社会的養護施設(児童養護施設、児童自立支援施設、情緒障害児短期治療施設、乳児院、母子生活支援施設)が、第三者評価を3年に1回、受審を義務化され、全国社会福祉協議会が国の委託を受け認証窓口となったことである。ナルクは全国8福祉調査センターを一



一時は日本のあちこちで時間預託を助ける試みが行われていた。それが、今年、その試みは、

埼玉西拠点

子育て電話相談室を開設

埼玉西拠点は、今 講師は会員の山本 年から一般市民を対 勝美さん(東京都保 象にした「子育てを 健康心理相談員協議 支援する電話・メー 会会長)を中心に、 ル相談室」を開設す 子育ての専門家が担 ることになった。

これは昨年6月、 「子育て、孫育て ことも未来財団との でお悩みの全国の会 共同企画「子育て支 員の皆様、一般の市 援事業」のセミナー を実施した後、会員 うぞ」と、拠点では の中から「1回限り 呼びかけている。 の研修会ではなく多 電話番号 090・7279・ くの母さん、お父 0228 さんを対象に、無料 メールアドレス k-yamano@abox.so 設しよう」という動 -net.ne.jp 話が広まり、「電話 相談例 開設になったもの。 ・上の子供が、下の 電話相談は毎月第 弟、妹をいじめる 4火曜日の午後1時 ・イライラして、つ 30分から4時30分ま い子供に当たってし て行われる。ただし まう…等々、気軽に メールによる相談 相談いただきたくは、 常時受け付ける 話している。匿名可 とのこと。

次期リーダー養成講座

今年も11月26日から3日間で実施

ナルク の最重要 拠点管理の基本、諸 研修であ 活動についての基本 る「拠点 を学ぶことを重点に 置いている。 次期リー ダー養成 講座」は グループ討議に時間 をかけて実施し、拠 点間の交流、参加者 の交流もはかる。 今年も11月26日から 28日まで、例年 通り兵庫県篠山 市の「ユニトピア ささやま」で、 2泊3日の予定 で開催される。



ユニトピアささやま全景

この研修は、 本年度の事業計 画で示されてい る「設立20周年 を迎え原点を学 び行動に」とい うテーマに沿い「ナ ルク設立時の想い・ 基本理念と期待する リーダー像」といっ た会長からの基調講 演を受け、各理事が

各拠点では運営委 員会で検討いただ き、積極的に参加者 を送りこんでくださ るよう、期待してい る。

① ナルクの基本理念 ② リーダーの心構え ③ 定款・各種マニユ アルと拠点運営 ④ 拠点の日常業務管 理のポイント ⑤ ナルク諸活動 ⑥ グループ討議(ナ ルクが抱える課題 ほか) ⑦ その他

丹波こちやま ぜ自然体験

今年もやります 子供の自然体験が 年々減少している。 自然体験の豊富な子 供は、自立性・協調 性・積極性が身につ いてくる。国の「青 少年白書」によると、 ① キャンプをしたこ とがない52% ② 海や川で魚を釣つ たことがない40% ③ 蝶や昆虫を手で触 ったことがない34% ④ 夜空の星をゆづく り見たことがない35% ⑤ 里山や自然の中で 遊んだことがない85%

つれづれの記

テニスを生涯スポーツとし 若さと元気を

天皇、皇后両陛下がご結婚されて55年 になります。思えば、お二人のロマンス は軽井沢のテニストーナメントであった と記憶しています。ロマンスが実って昭 和34年4月10日に結婚の儀が執り行われ ました。昨年8月に軽井沢を 訪れられ、テニスをされました。 少しテニスについての歴史を たどってみましょう。



生コートで行われるのが全英(ウィンブ ルドン)です。毎年8月の第1月曜から 6週間前にはかのぼつた日に、イギリス のロンドン郊外オールイングラウンド・ロ ーンテニス・アンド・クローケー・クラ ブを会場に開催されることが決められて います。この大会は130年以上の歴史 と伝統を誇り、毎年世界中から6千人以 上の観客で埋まります。なお、今年の大 会期間の1カ月前に、海外3番目の拠点 として「ナルクUK」が設立されます。

話は変わりますが、長年テニ スをやってきた人間としては、 天皇、皇后両陛下が毎年避暑を 兼ねてプレイされている軽井沢 のテニスコートを一度見てみた いとの希望が、やっと2年前に かなえられました。土のコート はきめの細かい大きさが揃っ た、きれいな砂でした。

なぜテニスは15、30、40と数 えるのだろうか。これは、時計 の文字盤をカウンタに利用した からです。ただ、それでいくと 3番目は45になるわけですが、英語で言 うと長すぎる(フォーティファイブ)の で、40(フォーティ)となったようです。 また、「0」を「ラブ」と言うがこれ は「0」がタマゴの形に似ていたのが フランス語で「ルフ」と呼んでいたのが 英語に置き換えられたときに「ラブと間 違った」との説があります。

23歳の錦織圭選手も頑張っています。 全仏大会は75年振りの4回戦進出です。 テニスは若さと元気をくれます。年相 応のテニスが楽しめます。今からでも遅 くありません。皆さんテニスを始めては いかがでしょうか。(狩野 勇)

ボランティアの記

助けられ上手になろう

芦屋拠点 本郷 孝代表) 発足13年を過ぎ、会員の高 齢化に伴い、少しずつですが、 支援を必要とする会員が増え てきました。しかし、なかなか 「助けて」と声が上がって こないのが現状です。

ナルクの理念の一つは、会 員同士の助け合いです。でき るときにコツコツと預託点数



本郷 孝代表

を貯めて、必要ときにはそ れを利用して、気軽に助け合 ってみませんか。預託点数の やりとりをしますから、気軽 に「仕事をお願い するのだ」と、割 り切って、どんな 簡単なことでも頼 んでみてくださ い。

助ける側も、ボランティア の練習になります。プライバ シーは守られますから安心し てご相談ください。 昔に比べて、介護保険が充

対応できない事例がありま す。例えば、介護度の高い妻 はヘルパーに食事を作って貰 えるが、元気な夫は対象にな らない。その夫が体調を崩し

実し、色々なサービスを受け られるようになりました。緊 急時を除いて、ナルクは原則、 介護保険や行政サービスでま かなえる支援につ いては手を出しま せん。

困った時こそ、ナルクがあ ります。とりあえず、急いで ご連絡ください。ヘルパーが 見つかるまでの応急処置とし て、介護保険の範囲内でも支 援することは可能です。預託 点数がない場合でも、決して 見捨てたりしませんから、ご 相談ください。先ずは元気な うちに、頑張ってください。活 動のお申し出をお待ちして います。

ナルク用語辞典

地域包括ケア

昔から日本人は、自宅で看取りを迎 えるのが当たり前でした。しかし昭和51年 頃から、病院に入院し最期を迎えると言 うの方が多くなってきました。その病 院も3ヵ月で退院を迫られるようになり、 最近は特養等の「施設で看取り」という ケースも増えています。

こうした変化は高齢者本人が望んだも のではなく、「慣れ親しんだ自宅で最期 を迎えたい」というのが大多数の願望で す。それを本格的に叶えようというのが 「地域包括ケア」です。

家族の負担を極力少なくし、医師の診 察から看護介護の全てが自宅で行われる ようになります。その推進のために「介 護保険法」が改正され、24時間対応の「こ まぎれ巡回」を行う方針が決まりました。 2025年の完成目標に、今後ボランティア などによる生活支援を加えた包括的なケ アが隙間なく地域ごとに行われるように 推進されます。この地域包括ケア実現の ためには、地方自治体、医療機関、介護 事業者、市民団体、NPOが協働し、推 進することが何より重要になります。

今年の海外研修はカナダへ

10月9日(水)～17日(木)実施

今回は9日間を... 滝壺見学は「霧のナイアガラの滝や、乙女号」で大迫力を...



大迫力のナイアガラの滝と「霧の乙女号」

園内にあり、バンフとジャスパーを結ぶアイスフィールドのほぼ中間にありま...



氷河期の名残をとどめるコロンビ大氷原

トーレイクル、エアカナダ、利用航空会社... 詳細は拠点でパンフレットを参照して...

ホームレス日誌 私のつぶやき

大垣拠点の活動より... 大垣拠点は平日は平均して21年か...

パラソル喫茶で思ったこと

5月29、30日の2日間、仙台市の仮設住宅、中野と荒井の...

ちよつと聞いて

コーディネーターのつぶやき



R子さん(当時28歳)は、重度障がい者の福祉施設で、週3回デイサービスを受けていました。

朝は母親が仕事前に施設まで車で送り、夕方方の迎えをナルクの会員がするのです...

ホームレス日誌17... 明日はカンとピンを出す水曜日だ...

美しい人だろと思... スーパーのベンチに腰掛け、ぼんやりしている僕...

七月大歌舞伎

関西歌舞伎を愛する会第二十二回... 7月4日(木)～28日(日) 昼の部・11時開演...

Rさんは、まだ幼い2歳の頃、祖母が一寸目を離れたときに家の前の水路に落ちてしま...

重度障がい者になってしまいました... それ以来28年間、祖母は付きっきりでRさんのお世話を続けました...

ホームレス日誌22... ホームレスのベンチに腰掛け、ぼんやりしている僕...

曾我物語

夜の部・4時30分開演... 仁左衛門 橋之助 吉弥 孝太郎 一条大蔵 譚(いちじょうあくらものがたり)...

読者の広場

俳句

「奈良」 浦野隆子
初音聞き
しばし佇む法輪寺

「びわこ湖南」 井上マヌエ
ふきのたう
小さき祠の賑わひし

雨上がり
煌めき動く春の川
春愁や
病院ばかりの予定表

「大阪北」 佐藤富子
センバツの
命みなぎる甲子園

桜花舞う
盃かわす中之島

短歌

「中標津」 舞山(土田良吉)
舞山の空に
弥生の空に

「美幌」 会田敬子
入会して間がないので
すが、早速助けていた

「岐阜」(荏助)健康麻雀
おしゃべりが すぎて
ロン牌見落とした

川柳

「福岡」 スロージョギング体験記
4月28日、スロージョ
ギング協会が福岡で発足

記者レポート

「かずさ」 レベルアップ研修
会を開催
会員の知識向上
を目的にしたレベ

「松山」 オレンジ園での収穫
2月11日にオレンジ園
の伊予柑とデコポンを6

「福岡」 スロージョギング体験記
4月28日、スロージョ
ギング協会が福岡で発足

「奈良」 飛鳥川原風景を取り戻す
仲間の会
3月24日に開催された

「三島」 茶摘みボランティア
JA南駿が募集した
「茶摘みボランティア」

「東京」 オムツたためのボランテ
ィア活動
4月6日、春秋に実施

「奈良」 飛鳥川原風景を取り戻す
仲間の会
3月24日に開催された

「三島」 茶摘みボランティア
JA南駿が募集した
「茶摘みボランティア」

「東京」 オムツたためボランテ
ィア活動
4月6日、春秋に実施

随想

庭の管理と時間預託
「美幌」 会田敬子
入会して間がないので
すが、早速助けていた

「南横浜」 中野宏美
返子へ引越して、早
くも3年が経ちました。

「東京」 オムツたためボランテ
ィア活動
4月6日、春秋に実施

「奈良」 飛鳥川原風景を取り戻す
仲間の会
3月24日に開催された

「三島」 茶摘みボランティア
JA南駿が募集した
「茶摘みボランティア」

「東京」 オムツたためボランテ
ィア活動
4月6日、春秋に実施

「奈良」 飛鳥川原風景を取り戻す
仲間の会
3月24日に開催された



作業後は会員の奥さん
の心のこもったおにぎり
をご馳走になり解散。

「三島」 茶摘みボランティア
JA南駿が募集した
「茶摘みボランティア」

「東京」 オムツたためボランテ
ィア活動
4月6日、春秋に実施

「奈良」 飛鳥川原風景を取り戻す
仲間の会
3月24日に開催された

「三島」 茶摘みボランティア
JA南駿が募集した
「茶摘みボランティア」

「東京」 オムツたためボランテ
ィア活動
4月6日、春秋に実施

Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of activity bases). Includes rows for 北海道地区, 東北地区, etc., and a total count of 126.

団体賛助会員
(5口以上・敬称略)

あいおいニッセイ同和損害保険・大阪ガス労働組合・亀岡病院・関西電力労働組合・近畿労働金庫・公益社・サンヨー電機労働組合・CGCグループ・全電通近畿社会福祉事業団・全東レ労働組合連合会・ダイハツ労働組合・東北電力労働組合・東北発電工業・日新製鋼労働組合・パナソニック・パナソニックグループ労働組合連合会・パナソニック電工労働組合・丸十服装・妙見閣寺・ユアテックユニオン・U1ゼンセン同盟・信和ゴルフメンテナンス・労働者福祉中央協議会・四国電力生活協同組合・日通旅行・亀岡松花苑(みずの木)・ライフ薬局・(株)明倫社・新和企業(株)大阪支店