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2-1-8MIRO谷町4階 〒540-0028

電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130

ホームページ http://nalc.jp

-ル編集室・kaiho@nalc.ip

特定非営利活動法人

お正月の南禅寺

来的には函館拠点か

高畑 者です。

ıΣ

友達の輪が全国

規模にまで広がった

目で見るより興味を

(次頁に続く)

ますか

。(高畑敬一)

にどんな言葉を入れ 諸氏は「・・・・

いう話を聞くと、

で大いに盛り上が

今回も「ソバ談義」

は副代表という立場

で活躍されておりま

毎回、

申し上げて

経緯があります。将 ていただいたという

### 高畑

ございま めでとう 新年お

かせてください。今

・研修は

り合えたのが私の今 色々な拠点の方と知

後の大きな財産にな

ると思います。

いかがでしたか。 回のリーダー を兼ねて、

お話を聞

自信を持ちました。 まだまだいける、と

ナーで、

藤さんから自己紹介

まず宮城拠点の須

したが、体力的には、

どぶらぶらしており

ブロックの会員数は

すが、

お仕事とナル

## 新春座談会

ナルクの明

司 会 高畑敬一( 会長)

毎月1回

10日発行

出席者 朝井総子(函館) 須藤秀夫(宮城) 石田長男(高槻·島本) (50音順・敬称略 ブロックリーダー

升岡美紀(松山) 運営委員

お願いいたします。に、一層のご尽力を 日について語ってい わしく、 心に、お正月にふさ ダー 養成講座を受け 方々ばかりですの たばかりのホットな ナルクの活動のため 皆さんは昨年の1 研修の感想を中 どうぞ今年も、

篠山で拠点リー 須藤 おります。 では運営委員をして

宮城の 藤で

身で、今年70歳にな

ております。

私は損保業界の出

ら暖かいご支援をい 国のナルクの皆様か ただき、本当に有難 頑張りましたが、全 私どもも パラソル 拠点 ります。 石田 っぱら損害調査と はないのですが、も くお願いいたします。 た。今後ともよろし 事をしておりまし 査定といった仕 営業の経験

喫茶では、

くから来 た石田長 一番近

> できるようになりま 組みが総合的に理解 でナルクの理念や仕

ただこうと思います。

うございました。

で事務の仕事をして 現役時代は京都大学 に定年になりまし 男と申します。 拠点 おりました。2年前 は高槻・島本です。 半年ほ した。つまり複数の

新鮮で、

時間があっ

でしたので、

全てが

何十年ぶりかの研修 私にとりましては

という間に経ってし

く勉強になりまし まいました。 とにか

た思いです。その意 1本の線につながっ 点が今回の研修で、 大変有益な研

点の「鹿 函館拠

者です。住民の有志 も、宝塚からの移住 れています。 は全国から終の棲家 という町です。ここ 朝井です。 ほど離れた「鹿部」 函館から北へ50キロ ク」から参りました を求めてやってくる 人が多いことで知ら 住まいは 部ブロッ 私自身

隈井九州男

的に「助け合いの組 が集まって自然発生 は現在、 が、一番お若い升岡 さん、お願いします。 最後になりまし 現役で働い です。 点の升岡 私 た

言われるままに動い

私は「ソバ打ち」

今までは、代表の

私もナルクに入会さ

で顔見知りになり、

えになるので、

そこ

せていただいたので

のサービス提供責任中身は、障害児施設ております。仕事の に参加 けるようになりたい 勉強して、自分で動 と思い、今回の研修 っとナルクのことを が、これからは、 ているだけでした いたし ま も のご縁からでした。さつも「ソバ教室」

まってナルクに入れ

織」が生まれ、まと

ますが、今回の研修 ていなかったと思い 分的にしか理解でき て2年ほどですが、 だきました。入会し ナルクに入れていた ましたが、あるセミ のお話に共鳴して、 表と一緒になり、そ ナルクのことは部 運営委員をし ので、 齢が70歳ぐらいです ていますが、平均年 伐採などの活動をし 目に見えております 迎、雪かき、樹木の みの種です。 ない」というのが悩 す。とにかく若い会 ると、提供者不足が ので、とても心配で 10年後を考え 「依頼が少 ク活動は、上手く両 大変スムー ズにいっ 係がありますので、 クの活動は密接な関 何の問題もありませ くださいますので、 皆さん気配りをして 立で 私の職場とナル きております 代表はじめ

思っております。 員を獲得しないと独 立どころではない 迎で私の施設にお見 ナルクの皆さんが送 ております。つまり



如何ですか。 できたと思いますが のですから、友達も 間も寝食を共にした る」ことです。3日 三つ目は「友達を作 が何より大切です。 て行う」という情熱

いこうと思っておりクの活動に活かして りましたら、早速そ 達になれただけでな れを明日からのナル きました。 拠点に帰 くのヒントをいただ く、その方々から多 できました。 り、ジャンパー姿で ナルクの旗を立てた などは、高槻駅前で いると思います。 Rしています。 クリ **へきなPRになって** がいしますので、 ンアップ作戦の時 れは市民に対する

> いう訳にはいかない ないと、元日到着と

のは大変でしょうと

人はそんなに書く

女っの て、こんなにいいよ」 色々な所に置かせて などから「ナルクっ (性は、利用者さん ております。特に 効果が大きいと思 私も、 いますが、口コミ ただくなど活用し チラシを とあるが、さて読者 古い女は「・・・・ 賞するに足る(三) る 古い友は信ずるに足 相手のことを考え いた書の中に(一) 言うが、書きながら (二) 古い酒は 結構楽しんでい ある先輩から

頂

ナルクに入ったいき が趣味なのですが、

三つの大きな目的が ルクの基本を身につ あります。一つは「ナ いることですが、こ ダー 研修には つなぐ」ですね。今

「ソバは人を

問題です。代表や事 がる仕事も「率先します。 幹部が人の嫌 て活動している拠点 務局長が情熱をもっ クに対する情熱」の います。次は「ナルら、問題はないと思 れておりましたか 皆さん熱心に受講さ けること」。これは は、必ず伸びており 記念大会も、その友 年の仙台での公周年 クの知名度は上がっ や新しくしましたの **したが、今度チラシ** たさい。 どうですか、ナル おりますか。 PRの話になりま の輪を活かして、 いにPRしてくだ 大いに活用して

いですから、いつで が、一般の市民には ませんね。新しいチ ほとんど知られてい 浸透しているのです 人ごとにナルクをP ノシはカラー もきれ 持ち歩いて、会う 福祉関係の方には 田

|ってすぐに書き始め||いるから、12月に入 0 くる

は、今も昔通り13ルクを創ってからと減った。しかしナ 嬉しくないが、それ 刷しただけのものは なほほえましい。印 て手書きを心がけて 相手の顔が浮かんで てあると、情が湧き でもペンで一言添え 枚を数えて 定年退職後、

作の版画で一年の ことから始まる 一枚丹念に見る

動の風景を描いたも って旧年登山した感

孫を含めて全員

沙汰を謝しているも

得意の絵筆を執

たあと、 不動尊へ 家族全員 年賀状を 済すませ の初詣を 元旦

#### 「ナルク( NALC )」はNPO法人ニッポン・アクティブライフ・クラブが発行する情報誌です。我々は高齢者の声の代弁者として質の高い情報を発信します。

おらが拠点の

伴内の七

昨夏の猛烈な暑

変化、あ

の多羅尾

特筆ものは、

千恵蔵」

一片岡

点、拠点の中でも断トツです。

ボランティアのお手本と言っ

在に至っています。今年沿歳らし、定年を機に入会し、現

事務のエキスパートとして鳴

出身は広島県で、某都銀

ても過言ではないと思います。

は、これだけの 活動をやってい

えますと先行きが心配です。

そのような事からも、

動ができなくなったときを考

晴らしいところ

大野さんの素

になられますが最近、

いと訴えておられるので、

ので、活

奉仕活動154

(2013年11月現在)

の大スタ

東映

活動で溜まった点数が、 障子の張り替えなど、ナルク

預託

親身になってやってくれる姿 は拠点の皆さんの鏡であり、

必ずやる、しかもきっちりと

えたいと思っています。

る時は片

仕事に精を出し さの最中でも庭

目の運転

てくれたことで

あ

会計・運営委員、ある時は庭

て楽しんでおられます。

いる「のに」と愚痴が出ます。 ないと自分がこれだけやって

が急務と考えている昨今で

してもらえるようにすること

とにかく何をするにしても

な顔をし

ることは

飲ませてもらって自分を変

宝塚・

西拠点

平塚圭彦

剪定・草むしり・

けず劣らず、

ある時は拠点の

男や手品師!これらに負

も、好きなゴルフや同好会(コ

ど

ちょっと思い通りになら

とです。

筆者な

に」が出ないこ ても絶対に「の

の活動会員を増やし、

後釜を

早く見つけて彼が利用会員に

なったときに、安心して利用

ラス・朗読) にも参加され

る時はせ

多忙な中で

持っていただけるよ

痛感しました。

目になろうと思いま

手はありません。

切だと思っておりま している団体は他に す。 こんな素晴らし を説明することが大 理念をもって活動 私はナルクの を支援しようとパラ 災で被害を受けた人

きたいと思っており っと勉強して、 燃えていますが、も 後ですから、 す。研修を受けた直 ないと思ってい にナルクを広めてい 私自身 拠点の幹部の皆さん ないわけです。 宮城 の助け合い活動では ルク本来の会員同士 仕活動であって、ナ けですが、これは奉

回の講習で、 同感です。 助け合い」 私も今 自立 ラソル喫茶活動を無おりますが、このパ 年の最大のテー 思っております。 んでいただきたいと一層の会員増強に励 のパイプを使って、 と思うんですね。 駄にしてはいけない 今

奉 仕 ・

の比率を「助け合い が5、「奉仕」が3、 は、やはり会員増強

学び、広くPRして 助け合い活動が最も 比率が理想であり、 いくことが重要だと 大切だと言うことを 自立」が2という 年の3月が一つの節 パラソ ル喫茶も今

い」とおっしゃって預託活動に戻りた も「早く本来の時間 聞でもしばしば取り と思っております。 パラソル喫茶は新

ます。

す。 思います。 が効果的だと 的にナルクの 話をすること

会員拡大に利用しな わけだから、これを の知名度も上がった 上げられて、ナルク 世代だと言われていが強い」ので難しい ますが、皆さん何か やりたいと思ってい チは絶対必要で 世代へのアプロ 彼らは、「個性 石田

で築いた人間関係を つなげていくべきだ 活用して会員拡大に 閉鎖する仮設も がありまして、それ こには8つの町内会 でいるのですが、こ 私は人口1万4千 ーダー研修会受講風景 石田 職場の〇B会 を持って聞 す。この会合 などで、積極 てくれます。 をするのです でナルクの話 動していま ぞれ活発に活 が、結構興味 現役時代の おります。

高畑 ないんだよ」という はお年寄りだけじゃ ことをPRできると 「ナルク

しているのですね。 高槻がそれで成功

放課後の教室を利用 した「学童保育」と 鍵っ子対策として とも必要だと思って ら、一つ歯車が合え プローチしていくこ すので、この層へア 母さんたちに接しま の活動の中で若いお 入れております。 こ 子育て支援にも力を しているのですか 大半は家でゴロゴロ 私たちの

ります。

うに、設立20周年を を示さなければなり 社会にその存在意義 迎えます。 ナルクも 立派な大人として、

今日は貴重なご意見 ただきたいのです。 の原動力になって ません。 皆さんにそ

いうのがあります そこで「待機児

ることは事実です。 あるのです。 童」が出るケースが

の良い講座を開くこ とも会員獲得に繋が す。それと終活など のツールだと思いま が、最大の会員獲得 ナルクが少しでも

高畑 今年はご承知の

ございました。 を、いろいろ有難う

拠点で リレー エツセイ T M 不勉強」

こで接点をもった若 ているのですが、そ その対策活動を行っ てくれました。 いお母さんが入会 の恩師もお元気な姿を見せてくださり、 業⊖周年記念」と銘打って開いた。

大阪の小学校のクラス会を

語のstudy)があり、このコンプが日本と「工夫」を音訳したコンプkongpu(英

たハクスプhakswp (英語のlearning) けた韓国語には漢字の「学習」を音訳し

の

勧め

味はない。

同じく漢文化の影響を強く受

ならずも」

という意味で、

味で、「学習」の意

を音読したmien cu'ongという言葉が残

良い活動をすること

の違いを説明した。 強は誰だって嫌いだよ」と 小生は「勉強」と「学習」 嫌いだったからなあ」と言ったので、 出席者がめいめい、恩師に近況を報告し た。その場で、ある女性が

ちは「ワーイッ」と両手を あげて喜んだ。そこで小生 ことがある。すると、娘た せんでもええよ」と言った 校生の頃、 小生の娘たちが中学・高 「勉強なんか、

はすかさず「勉強は必要ないが、 の違いを説明におよんだ。 成果が身につく」と、「勉強」と「学習」 必要。興味のあることなら楽しく学べて、 学習は

う意味はまったくない。漢語の影響を強いをする」ということで、「学習」といの意味は「無理に~する」「しぶしぶ何の意味は「無理に~する」「しぶしぶ何い。現代中国語にも「勉強」m ら伝わった。現代中国語にも「勉強」 勉強」という言葉はもちろん中国 トナム語でも、

勉強には本来学習の意なし

ったので、「勉?「私は勉強が

「しぶしぶ」の意味はないようだ。 本来の意味は大阪弁に残る 勉強」と「学習」が混同

なったのだろうか。思うに、 日本語が古語同然となり、「受 それは漢字が仏教と共に伝わ 験勉強」という言葉さえ生ま た。 学習」が混同されるように いつの間に「勉強」と 「学ぶ」という本来の 仏典を学習するのに

らいますわ」と言って値引きしてくれた 意味が残っていた。昔は、 のではないだろうか。 習する)の「学習」の部分が省略された 商品を値切ると、店主が「勉強させても しのばれる。 意味が残っていた。 昔は、大阪の店頭でことがなくなったが、本来の「勉強」の |勉強学習経典」 (経典をしゃにむに学 「勉強」本来の意味が残っていたの 仕方なく定価より安く売る。 大阪弁には、 当時の学僧の姿が 最近あまり聞く 池本盛雄

しかし、

#### ナルク用語辞典

= NPO =

Non Profit Organizationの略で、官 政から独立し、公益に資するサービスや、 まざまな社会貢献活動を自立して行っている 非営利組織のことです。団体の構成員 員とか社員)に対しては報酬を支払わず、 業で得た収益金は内部留保され、活動のため に使われます。

このうち、特定非営利活動促進法に基づき 法人格を取得した団体を「特定非営利活動法 人」、略して「NPO法人」と呼びますが、 ナルクはこれに当たります。

法人格を取得するには、都道府県、または 政令指定都市に申請し、認可を受ける必要が あります。法人格を取得すれば、社会的信用 は高まりますが、運営には社会的責任が義務 づけられるのは当然です。

NPO法人のうち、一定の基準を満たし、 所轄庁の認定を受けると、「認定NPO法人」 となり、税制上の優遇を受けることも可能で す。しかし、手続き上の問題、法律上の問題 などハードルは高いのです。現在ナルクは、 その方向を目指していますが、ネット会計シ ステムの全拠点での導入など、課題が残され ています。

こに ものだ。

国家公務員

地方公務員

私立学校教職員

被用者年金-元化後の公的年金制度の体系

厚生年金

国民年金(基礎年金)

[民間サラリーマン]

3,883万人

第2号被保険者等

2015年

消費税8%-10%

民間サラリーマン

年金減額スケジュール

2014年

消費税5%-8%

-0.5%

2013年

-1%

特例水準

本来水準

3,441万人

# 来年10月から新厚生年金制度スター 公務員なども厚生年金に加入し

元化を図る

は消費税増とは関係ていますが、来年に

年の10月1日から、 んでいましたが、来ようとする検討が進 員も厚生年金に加入 公務員や私学教職 年金を一元化し これらを織り込んだ 新しい厚生年金がス りました。 タートすることにな 従来、 階部分が基礎年金 公的年金は が民間サラリー マン の厚生年金と公務員 (国民年金)、2階

分の3階建てで運営 年金、3階が職域部 されていました。 私学教職員の共済

す。

12月号既

の定期購入について

セット野菜類

継続的な福島支援

将来に向けての年金

紙交換・パラソル喫

を主とし、他に絵手

ハンドマッサー

茶・演芸・屋台を開

この改正により、

ることになります。 なく、本来水準に戻

約1000戸)

**設住宅慰問**(5仮設)

(一) 浪江町住民仮

の公平性に一歩近づ

たことになりま

廃止して2階建てと 特例水準で支給され ことになりました。 に共済年金も含める して、厚生年金部分 また、 これを職域部分を 年金は現在

「職域部分」は廃止

105万人

288万人

[公務員]

48万人

報の通り、

20周年行事まであと4か月 福島被災地支援固まる が集う大イ 0人の会員 は記 る20周年の 明した。多 ることが判 ベントとな 仙台に於け 念行事 1 2 0

きまり、

進んでい ように固まったの 支援内容も、以下の な柱である福島での 被災地支援の大き んでいる。 その準備が **行われるこ** ととなり、 れてくる。 要は次の通り。 めた段ボー 二本松農園 購入先 二本松市新生町 毎月末に野菜を詰 (農家25軒)

頻度 (いつでも中止可) 毎月一回の購入 ルが送ら 以外の物も〇K

**\*** 

の担当者の呼びかけで、「サービス担当者会

◯ に参加することがあります。その席には

いただきたい。

ちょっと聞

コーディネーターのつぶやき

ナ

その結果、購入先も をお願いしたが、 全拠点に案内、 りと現地視察を実施 園代表からの聞き取 色々検討した。 昨年12月に 協力 概 支払い 申込み その他 送料 価 1 格 F A X 東北関東 九州 郵便振り込み 中国四国700円 北陸関西500円 何箱でも可 クレジット ネット、 箱2980円 果物など野菜 電話 800円

期購入に向けて、

農

として、

野菜類の定

ス移動となるため、

の立ち入りが制限さ るだけ早く情報を流 25日に福島で泊まる していく。 も止むをえない は被災地支援の変更 えられる。その場合 可されないことも考 れていて、視察が許 たため、現在は町へ 興工事などが始まっ き処理や港の復旧復 方が対象である。 ている会員にはでき 11月末から、がれ 視察を予定され た

セット野菜(10品) 町視察 の植樹。 かなう「摺 飲料水をま 福島市民の

得て桜苗木 浪江町商工 会の協力を 上ダム」に (四) 浪江

された。

は 困る。 ワーを遺憾なく発揮 料理の店に移し、 を行い、 談論風発、 り」をアピールした。 それを受け、各人たい」と叱咤激励。 引退を考えるようで 過ぎたからといって つもりで残りの人生 の更けるのも忘れ、 を事務所近くの広東 つわもの、ここにあ がそれぞれ現況報告 を頑張っていただき 挨拶にたち、 5時からは、場所 生涯現役の 高畑会長が 「八十路の 八十路パ

間以上のバ 往復3時 名上回った。

塊の世代の入会を期待しましたが、 供会員の入会が少ないのが悩みの種です。 さん働きすぎて、 ランティア活動をしていますが…。 60代の皆 島の被災者支援に、 住まいの高齢者の会員は増えていますが、 なには心配していません。 実際は、一発でOKのケースが多いからそん うしても見つからない時は、コーディネー にはいきませんね。 それにしても、ナルクの支援が必要な1 自身が担当しようと腹を決めるのです。 くたびれちゃっ たのでしょ 若い人たちは積極的にボ 東日本大震災、 近くは大 思うよう

十路 第2回関西 会開催

木の植樹

(三) 桜苗

が本部会議室で開 となる関西八十路会11月11日、2回目

は28名(内女性2名) この日集まったの

で、第1回会合を8

文楽初春公演

源平布引滝(げんぺいぬのびきのたき)

の少女が、仕事の合間に戯れる様子を 京都鴨原の遊郭で、花魁に仕える二人

面売り (めんうり)

岐阜拠点・山口弘

断られたらまた、次の会員に電話します。

します。断られた時は次の会員に電話します。

坂東玉三郎初春特別舞踊公演 関西歌舞伎を愛する会

1月2日(木)~汀日(月) 午後2時開演 村松風二人汐汲 (7日と24日は午後6時開演) (4日は貸切 16日は休演)

操り三番叟 猿 弥 坂東玉三郎 月之助 中村七之助 薪車 笑三郎

於染久松色読販
が映るいでまつうきなのはかうつ
坂東玉三郎 二人藤娘 中村七之助

奥田までお尋ねください。 電話(6・6941・5448 めください。詳しいことは、ナルク本部 チケットは、直接劇場窓口でお買い求 玉三郎 七之助 月之助 笑三郎

## 昼の部 (11時開演) 作りをして出陣する逸話の前日譚 傾城恋飛脚 (けいせいこいびきゃく) |人禿(ににんかむろ) 月3日(金)~26日(日) 15日は休演

夜の部 (午後4時開演) 近松門左衛門作「冥土の飛脚」の改作。 北陸篠原合戦で、老武者斉藤実盛が若 飛脚屋の養子亀屋忠兵衛が公金を横領

と孝行娘の面売りが力を合わせ商売を 食会など本部奥田までお尋ねください。 ください。その他楽屋見学、会長とのタ 800円に。 拠点備え付けの用紙に必要 兵衛景清の思い人として知られていた 近頃河原の達引(ちかごろかわらのたてひき) 事項を記入して、劇場窓口でお買い求め 廻しが表彰された話を脚色 塇浦兜軍記 (だんのうらかぶとぐんき) おしゃべり案山子と呼ばれる大道芸人 ナルクの会員は一等5、800円が4, 京都五条の傾城阿古屋は平家の侍悪七 おしゅん伝兵衛の心中事件と孝行な猿

現在の公的年金の体系(数値は平成23年3月末) 職域部分 厚生年金 共済年金 加入者数 加入者数 3,441万人 442万人 国民年金(基礎年金) 1階 [民間サラリーマン] [公務員等] 3,883万人

3階 2階  $\Rightarrow$ 第2号被保険者等

談が増えてきました。 地域包括支援センター 芽が出始め、 ナルク岐阜の地道な広報活動も、 地域包括支援センター ・からの相 ようやく

T

掛けます。

一発で〇Kが取れたときはホッと

ィアの内容等を勘案して、提供会員に電話を

コーディネーターは曜日、

時間

ボランテ

の送迎、

院内での車椅子介助等を担当するこ

とになります。

す。そこでは、本人に対してどのような支援

そしてナルクのコーディネーターが出席しま 事業所、居宅介護支援センター、給食事業所、 本人、地域包括支援センター、ケアサポート

が必要か話し合われます。ナルクは、病院な

抱かれ安らぎゐる古墳

## 俳句

漆黒の雲海に垂れ

林野英子

#### 咲き残る いのち美し末枯れて [石川]ねむの花句会 河越敏子

日ざしても

傘傾けて立話 岸川淑子 [ 尼崎] 当てにならぬ日秋時雨

短歌

今も世界各国を回って活

躍されています。

矢木桂子

102歳になられます。

山之内順子

足早に去る鞍馬寺 大林次子 優先席をゆずられにけり 踏ん張る老とみえたるか 荷を提げて

茶の花に

心安らぐ白服かな

魚のごと

しも、

いつかは死が訪れ

ます。各自が死を受け入

話をご紹介します。

木村先生の講演でのお

自分らしくより良く生

こと」と言われます。誰

こう」の作詞者です。

上手は死に方上手である

日野原先生は「生き方

百海絵似

水こそ友とわが右脳

時間をどう過ごすか、毎 れること、そして一日24

なお力泳を

そそのかしいる

ためには、①目標を持つ 日をどう生きるか、その

> ①知ること きること」

こと②生きがいを持つこ

情報を取る。私達は知る

より良く生きるために

権利があります。 特に医

療のことは。「インフォー

ムド・コンセント」とい

中野吉隆

見する笑顔にわが胸疼く 長生きしてねと別れぎわ とが大事、と先生はおっ

な者が集まっております ので、今後も絆を深めつ つ活動していくつもりで それぞれ物作りが好き (日高昌子)

の手土産として、袖無し 年は「パラソル喫茶」へ を作って参りました。昨 様が喜ばれるような品々 手提げ、スカーフなど皆 にアイロンをかけ、帽子、 活動を披露しながら、相ア団体が参加し、日頃の 10月12日に開催されまし 互理解を深めようとする 障害者団体やボランティ た。この催しには多くの した。

半纏2枚を必死に作りま した。今回は拠点の事務 て展示即売会を行いまし 収益金5万円をナル 活動の展示、模擬店、バ 催しです。 ザーなどです。 談をはじめ、コンサート、 催しの内容は、各種相

配流の浜や秋時雨 工場跡の大落暉

永藁久子

しゃいます。「生きがい」

ました。 クに寄付させていただき した。 の対応や、救急救命措置 はフランス語でレゾンデ などのコーナー もありま

掃工場の見学会

売っているそうです。

資源物ステーションと清

[釧路]

手作りの会が作品

展を開催

ナルク水戸「手

祉のふれあいまつり」 終日賑わった「健康と福 祉のふれあいまつり」が、 平成25年度「健康と福 ャラクター 「きみぴょん\_ りました。会場の広場に た展示コーナー や毎年人 を進めて、活動を紹介し 一員として早くから準備 も参加、 気の珈琲コーナーで頑張 は君津市のマスコットキ ナルクは実行委員会の 終日大賑わい 源ゴミを種類別に選別を 各家庭から集められた資 ス見学会に5人の仲間が 参加しました。 しています。 ビンを色別 ションです。ここでは 10月23日、ゴミ施設バ 最初に行ったところ 釧路地域資源物ステ

ろな施設を見学し、釧路

の良さを再認識していき

たいと思っています。

( 鈴木俊子)

[ 名張東]

した。これからもいろい

が釧路にあるとは驚きで

こんな素晴らしい施設

会員の方から寄せられた

は、亡くなられた

8人のメンバー

と即売会を開催し の度、作品展示会 作りの会」ではこ

古着などをほどき、丁寧

(宮崎達也) 隣の町から集まってきた で行う大変な作業です。 すときの熱を利用して電 工場に向かいました。 近 分けたり、ペットボトルの 付くものと付かない物に 栓をはずしたり、人の手 に選別したり、缶は磁石に 次は釧路広域連合清掃

ことができました。

の優等生で、潰したアル

アルミ缶はリサイクル

ミ缶はリサイクルセンタ

ナルクの現勢

域 北海道地区 東北地区

関東地区 信州地区

北陸地区

中部地区

近畿地区

中国地区

四国地区

九州地区

海 ナルクUSA ナルクスイス

ナルクUK

空調ビル3 F

本部

活動拠点数 10カ所

**4** 28

6

3

8

47

8

6

6 126

住所電話は1面

題字下に記載 東京事務所〒105-0004

東京都港区新橋6-15-8

電話03-6435-6352

金源になっています。

アルミ缶潰しは、

をして1万3千個を潰す

た。13名で12時まで作業

ミ缶の整理作業をしまし

10月28日、10月のアル

アルミ缶整理作業便り

自分らしく より良く生きること [ 市川 随想

トルと言います。哲学

授「日野原重明先生」は、 聖路加看護大学名誉教 所招聘研究員として活躍 早稲田生命医療工学研究 は早稲田大学名誉教授・ 生をご紹介します。先生 用語の一つで存在理由・ 仔在意義の意味です。 リスク、治療した後はど れていますが、医師は患 選択肢を伝え、良いこと、 者に本当のことを告げ、

民謡「幸せなら手をたた 1964年オリンピック されています。79歳です。 て大ヒットしたスペイン の年に坂本九さんが歌っ うなるかを説明し、患者 ②愛すること が納得したか確認する。 霊感・激励していく。 物・自然に感激・感動・ かせる。人間・動物・植 インスピレーションを働 より良く生きるために

なりますね。 なり新しい方向へいく。 を繋ぐと「しあわせ」と ④精神的、物質的欲望を 満たしてはいけない。 ③忘れること こと。心が幸せで一杯に 以上の①~④の頭文字 嫌なことは忘れ、笑う

い、余った電気は北電に す。自分らしくより良く 気を発生させ工場で使 必ず誰にも死が訪れま

障子・網戸の張り替え、 ルパー」と呼んでいます。 て運搬効率を上げること するのに容積を小さくし ハウスヘルパーには、

きるだけ事前に潰してい と、スチール缶などの混 入を防ぐためです。 提供いただける方はで します。 ループに参加して交流を ボランティア活動を体験 深め、地域の人と一緒に 動をしています。 すずら ん台の各ボランティアグ

ご協力ください。(安場) 小学4年生がナルクのボ その方が家庭での保管場 所も有効に使えますので ただけると助かります。 まず最初に折り紙づくり た。ナルクのメンバーも が担任の先生と一緒に参 を体験してもらいまし 加してくださいました。 ナルクには4年生6人

ランティアに参加 の一環として福祉体験活 小学校」では毎年、授業 団地内の「すずらん台 ました。 っそうだったっけ」の繰 「ここどうするの」「あ | 忍者」を折り

ようにしておくのも得策 まらないものを「ハウスへ された人が思い悩まない りの意志決定をしていく 導、送迎のどれにも当ては 断捨離を かと思われます。 います。最期の時に、残 を活用するのも良いと思 | エンディング・ノート | 皆様、良き人生を! 枚方拠点では庭の手入 家事介助、パソコン指 始めませんか [ 枚方] 東 好秋 と、家の中はモノが溢れて 要なことです。 最近は離 何十年も生活している

う言葉は納得診療と訳さ えること。そのためには、 生きるためには、死を見 愛する人のために自分な 生き、そして良い死を迎 毎日を自分らしく 家具の移動、 窓ガラス飛散防止作業な 塗装、地震対策としての

がいる部屋の火災警報機 れた部屋の火災も、自分

これによると1

-位はデ

ンビア大学で行われ

どうかの調査が、

3位スイス、4位オ

ク、2位ノルウェ

放されてすっきりします。 ると、心もストレスから解 ものがあり、お勧めです。 て、身の回りをきれいにす す。モノへの執着を捨て とが最大のコンセプトで モノへの執着を捨てるこ 片付け術ではありません。 捨離です。断捨離は新しい が知らせてくれるという 忘れてならないのが断 ランダ、5位スエーデン、

を整理して、すっきり身軽 います。思い切ってこれら 体疾患だそうです。 ランドでした。 6位カナダ、7位フィ ア メリカは一位、

り返しでしたが、 (札幌北拠点会報から転載) 不幸を感じる要因は、 失業、家庭崩壊、 は3分位です。 国民が 日本は43位、 物作り 身

を思い出させていただき に熱中していた若い日々 レオレ詐欺」の話をお聞 ケアマネの方から

ました。 の福間さんも加わり、お馴染みのギター寿 で購入した「福島の梨」 を皆で美味しくいただき たり、 震災支援活動 奏者

クエスト曲をみんなで歌 時間の経つのも忘れ い1日でした。 (服部治子)

IJ

/し、幸せを感じてい[民が日々の暮らしに 番付

満足し、

十世国」 ハウスヘルパーは断

捨離をお手伝いします。 ょう。 ノは解体して廃棄しまし

模様替え、

ペンキ

になりましょう。 大きなモ

# (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 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・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・UI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・㈱明倫社・新和企業㈱大阪支店