



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2-1-8MRO谷町4階 〒540-0028

電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-6130



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

季の輝き



奈良県明日香村にて

写真・岩井 淳

「喜々快々」は、前10年の世代が定年を迎える頃に、ナルクは会員外を対象に老後の意識調査を行った。回収率が72・5%と高く世間を驚かせた。注目は「定年後の働き方」である。「65歳以上の高齢者の半数以上が定年延長を期待したのに対し、定年前の50歳代は「定年を延長するよりも月収20万円程度もらって働きたい」と、企業に冷めた態度を示した▼また社会参加活動について、団塊の世代の30%は、「定年後はボランティア活動をしたい」と答えた。ただし「自分の時間にあつた活動があれば」「自分にできそうな活動があれば」の条件付きである。

これは今年行った「65歳以上の会員外調査」でも、「80歳代の会員調査」でも同様の傾向が見られた▼もう一つ10年前の調査と同じ回答が得られて嬉しかったのは、年金や介護保険の負担問題である。

「若い世代だけに依存しないで、高齢者も自分の負担をすべきたらう。そのためには消費税の増税もやむを得ない」という答えた。社会感覚は健全だ。(高畑敬)

読者の広場

短歌

「奈良」
華やかに花桃咲いて昼神
は人人人のゴールデンウ
イーク
紙障子開けば葉桜朝の光
鳩の鳴く声遠くよりして
奥西 穂代

俳句

「亀岡」
潮騒聞きし遠き日
馬穴とは
子育つところなり
中山一新

川柳

「岐阜」
お盆です
ボランテアも夏休み
青空に
とび交う声の地方選
浅野流世

梅雨の雨生き物すべてあ
りがたし苦言言わずにや
まど国原
中西

「堺」
選ぶ人
なければせめて白票を
橋本セイ子

「堺」
選ぶ人
なければせめて白票を
橋本セイ子

随想

「宝塚・川西 米田典夫」
30年くらい前に、会社
の朝礼の後で使っていた
ラジオ体操のテープを見
つけ出し、4月の中頃か
らラジオ体操を始めた。

週間続けたら、痛みがな
くなったと電話してき
た。
「ほんまかいな」と疑
ったが、心の中では、私
もやってみようと思っ
ていた。70歳を過ぎて、母
親ゆずりのリウマチと思
える痛みが夜中に出て、
熟睡が出来ず、整形外科
医院に通ったが、「リウ
マチではない。そんなに
痛いのなら、痛み止め
薬と湿布薬を出してお
く」と言われて用いてみ
たが、一向に効き目がな
い。むしろ、胃の調子が
悪くなった。

「神戸」
藤田ユリ子
読書大好きな私は週に
1回は図書館に行き、4
5冊借りてきて読んで
います。
最近借りた本は、「心
がスーとする断捨離」

「簡素な暮らしの家事手
帳」「命の終りを決める
とき」「乳酸菌は医者い
らず」「まじめな人ほど
老化する」「動かない人
は病む、生活不活発病」
などなど。
終活に向けての本が目
につき、借りてきて読む
のですが、実行には程遠
い、一読で済ませている
状態です。
一人で暮らしているの
で、自分では気がつきま
せんが、息子が来ると、
いらぬ物が多過ると言
われます。

拠点だより

「宝塚・川西」
夏祭りて介助サポ
ーター
7月11日午後3
時から8時まで、
宝塚・川西拠点か
ら「特養・天河草
子」の夏祭りに、介助サ
ポーターとして11人が参
加した。

「交野」
26人が模擬店で活躍
7月26日、有料老人ホ
ーム「レガート交野」で
開かれた夏祭りに、交野
拠点から会員26人が模
擬店の手伝いに参加した。

「市川」
市と共催の公開講座に
55人
市川拠点は市川市と共
催で、公開講座「介護保
険制度改正と市民参加の
意義」を開き、会員ら55
人が参加した。

「東神戸」
91歳のピアニストが演奏
東神戸拠点は7月29日
に「グループうぐいす」に
特養「サンライフ魚崎」
で第55回お楽しみ会を開
き、91歳のピアニスト、
辰巳秀一さんのピアノ演
奏と、「グループうぐい
す」のコーラスを聴いた。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。

「東神戸」
91歳のピアニストが演奏
東神戸拠点は7月29日
に「グループうぐいす」に
特養「サンライフ魚崎」
で第55回お楽しみ会を開
き、91歳のピアニスト、
辰巳秀一さんのピアノ演
奏と、「グループうぐい
す」のコーラスを聴いた。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。

「交野」
26人が模擬店で活躍
7月26日、有料老人ホ
ーム「レガート交野」で
開かれた夏祭りに、交野
拠点から会員26人が模
擬店の手伝いに参加した。

「市川」
市と共催の公開講座に
55人
市川拠点は市川市と共
催で、公開講座「介護保
険制度改正と市民参加の
意義」を開き、会員ら55
人が参加した。

「東神戸」
91歳のピアニストが演奏
東神戸拠点は7月29日
に「グループうぐいす」に
特養「サンライフ魚崎」
で第55回お楽しみ会を開
き、91歳のピアニスト、
辰巳秀一さんのピアノ演
奏と、「グループうぐい
す」のコーラスを聴いた。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。

「神戸」
市の委託受け「楽々大学」
運営
神戸拠点は神戸市の
「生きがい対応型デイサ
ービス」を受託し、同市内
の高齢者を対象に毎月2
回、地域の自治会館で「楽
々大学」を開いている。



模擬店で活躍する会員

ナルクの現勢

2015年9月1日現在

Table with 2 columns: 地域 (Region) and 活動拠点数 (Number of Activity Bases). Rows include 北海道地区 (11), 東北地区 (5), 関東地区 (26), 信州地区 (6), 北陸地区 (3), 中部地区 (8), 近畿地区 (48), 中国地区 (8), 四国地区 (6), 九州地区 (4), 合計 (125).

Table with 2 columns: 海外 (Overseas) and 活動拠点数 (Number of Activity Bases). Rows include ナルクUSA (1), ナルクスイス (1), ナルクUK (1).

本部 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
空調ビル3F
電話03-6435-6352

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・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・パナソニックエコソリューションズ労働組合・丸十服装・妙見閣寺・UAゼンセン・ユアテックユニオン・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・ダイハツ労働組合