



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 FGLビル大阪 〒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

激動の2017年を振り返る

来年は新生ナルクの真価が問われる年

今年のナルク最大の出来事は、長年会長を務めてきた創業者の高畑敬一氏が名誉会長に退き、神野毅会長が誕生したことであろう。来年は新生ナルクの真価が問われる年となるが、組織関連、事業関連、事務局関連、すべての分野からナルクの現状と課題をチエックし、来るべき年に備えたい。

今年度の重点推進事業の核は「エリア17推進」である。各エリアではそれぞれ「エリア担当理事が知恵を絞り、区域内の拠点活性化のために力を注いでいる。各地区ともエリア会議を重ね、成果も上がり始めているが、検討する過程で懸念されることがいくつか出てきた。

その一つが基本ルールの軽視である。このことは事業計画に謳われている「ナルクの原点・基本の徹底」に通じる。組織が20数年も経過すると少しずつのズレが拡がり、とんでもない方向に行ってしまうケースもある。

また、介護保険の見識と信念が左右するところである。また、介護保険のAをして誰かに喜んでもらうよう、努力したい。いくつになってもサポートする側になりたいものである。また、ナルクの活動に知人友人をお誘いすることも、有力な方法である。



大阪・北摂エリア17会議

強くなるよう全力を挙げる必要がある。介護保険の改正による地域総合事業の実施が来年度に迫る中、それぞれの拠点が会員同士の助け合い(時間預託活動)を中心に、より活動の活性化が望まれる。

2・エリア17推進について
 エリア17推進については、昨年の総会で実施方向が確認され、各地で積極的に推進された。「推進会議」は17全てのエリアで実施され、エリア会議の進め方、個々の拠点の活動の活性化、会員増強、総合事業の実施について検討された。

今後の課題として、ナルクの原点、基本の理解のため、エリア単位の研修会(役員・コーディネーター研修、日常生活支援研修など)の実施を積極的に進める必要がある。併せて担当理事と本部役員との連携を深め、エリア推進会議の充実と、本部と拠点のつながりを強固にし、「拠点のより活性化」を目指すことが重要である。

【組織関連】
 1 会員動向
 昨年に引き続き、「一人が一人を」のキャッチフレーズのもと、会員増強を積極的に推進してきたが、今年度上期の新入会員は556人、退会会員は1012人で、最終456人の純減になり、会員総数は1万6719人となった。

エリア17推進で積極的に会員増強を推進しているが、減少傾向に歯止めがかからないのが残念だ。会員それぞれが知人・友人に働きかけ、ぜひ全会員が「一人一名」を目指し、自力で会員を増やす

利用会員の家族に對しても同様にアプローチをする必要がある。この運動は全国規模で積極的に取り組むことで会員減に歯止めをかけることが可能になる。

拠点関連では、残念ながら新たな設立拠点はなく、解散拠点は埼玉中央、河内長野の2拠点、京都拠点と京都市部が合併し、結果116拠点となった。

会員の高齢化、担い手の不足により、拠手の存続が懸念される。何としてもエリア17推進の展開により、個々の拠点が

導入された総合事業は、従来の要支援Ⅰ、Ⅱのうち、身体介護を伴うものと伴わないものに区分し、身体介護を伴わない、いわゆる日常生活支援の部分のみの支援を新しく設定している。その対象者とサービス区分や内容は市町村が具体的に決めて実施することになっている。

総合事業の適用を受ける対象者は、平成27年度から平成29年度までの3年間をかけて、認定更新時に、従来の介護保険要支援Ⅰ、Ⅱ認定者のうちから選別されるとともに、新たに介護保険の申請者のうちから選定されることとなっている。

市町村が行う総合事業のうち、多様なサービスを具体的に内容を決める際、国のガイドラインでは、訪問型サービスと通所型サービスは介護保険事業者の指定制基準を緩くして単価を下げて指定すると共に、介護保険事業者以外の法人でも緩くした指定制基準に合致すれば指定事業者として認める「サービスA」と、住民主体による支援としての「サービスB」を並記している。

しかし、全国に1600ほどある市町村では、すでにサー

「生涯現役の貫徹を！」の呼びかけで始めた「八十路会」は順調に広がっている。国も人口急減・超高齢化の克服が急務であり、この流れを変えるには、「高齢者の生涯現役社会の構築が必要」と声を大にして訴えている。特にナルク初期に活動した後期高齢会員の再稼働と退会防止には格段の力を発揮している。

3 総合事業への取り組み
 平成26年度の介護保険法の改正により、

【事業関連】
 1 福祉調査センター活動
 福祉調査センターは、平成17年から事業を開始しており、現在、北海道、栃木、千葉、神奈川県、岐阜、滋賀、大阪府、兵庫の各府県に事業所を設置して、それぞれ地元での福祉施設等の評価。(次頁へ)



季の輝き

三重県赤目の滝

写真・小田輝夫

【事業関連】
 4 研修関係
 「コーディネーター拠点研修」は水戸拠点、枚方拠点で実施された。

介護シニアサポート研修も「日常生活支援テキスト」を使用し積極的に実施された。

市民後見人研修は、関西地区で9月末にスタートし、栃木拠点では10月に実施。参加者数は関西地区34人、栃木拠点24人。現在養成講座修了者は関東以北87人、関西以西53人。ナルク市民後見人契約者は栃木拠点3人、茨木・摂津拠点2人となった。

「拠点リーダー養成講座」は11月9、10日の2日間、大阪市内で実施された。全国から26人(うち女性11人)が参加、神野会長の「ナルク総論」をはじめ、本部長による講義、グループ討議などが行われた。

5 八十路会
 「生涯現役の貫徹を！」の呼びかけで始めた「八十路会」は順調に広がっている。国も人口急減・超高齢化の克服が急務であり、この流れを変えるには、「高齢者の生涯現役社会の構築が必要」と声を大にして訴えている。特にナルク初期に活動した後期高齢会員の再稼働と退会防止には格段の力を発揮している。

調査業務を実施して、目的は福祉サービス向上に寄与すると共に、ナルクのボランティア活動に財政的支援を行うことにある。

現在、主として実施している施設の種別は、グループホームの外部評価、特別養護介護施設等の高齢者施設や保育園等の福祉サービス第三者評価、社会的養護関係施設の第三者評価である。

今年度上半期における活動状況は、外部評価の制度が5年間連続して外部評価を受審し、かつ施設内部における運営推進会議を決められたルールで開催しておれば、制度上隔年

受審になる緩和規定が適用される事業所が増えており、その分、外部評価受審の申し込みが減少することとなり、評価・調査業務の減になっている。

一方、保育園の第三者評価は、行政の後押し措置などにより微増の傾向にある。

しかし、いずれの業務も営業活動が必要ない自由契約の世界であり、福祉調査センターも同業者の評価機関との受注合戦が必要である。

今後とも拠点運営の一助として積極的に活用・推進いただくようお願いしたい。

3・生活研究アドバイザー
本年度上期の活動実績は、シャープ(株)から依頼の「炊飯器に関するヒアリング調査」1件のみであった。

メンバーからの評判は大変良く、文句を言わず、いつも丁寧で親切なアドバイスをいただいております。大阪音楽大を卒業、クラシック音楽の鑑賞や演奏を生涯の友としていきたいとおっしゃっております。

2・エンディングノット
「エンディングノット」は発売以来14年目を迎えた。発行

おらが拠点の 熱いひと

大西幸子さんの巻

そのための練習が月1回。さらに年1回の拠点総会での発表会があり、そのほか随時各施設からの要請にも応じています。

これらの活動を続けるのに欠かせない存在が、大西幸子さんです。ピアノやキーボードの演奏とベルの指導はすべて彼女の役割です。



大西幸子さん

尼崎拠点に平成18年4月に入会以来、歌の会の活動

のほかに、拠点の会計監査の立場で、運営委員会には必ず出席するなど、積極的にナルクの活動に取り組んでこられました。ナルク本部の主催する成年後見制度の講習会

メンバーからの評判は大変良く、文句を言わず、いつも丁寧で親切なアドバイスをいただいております。大阪音楽大を卒業、クラシック音楽の鑑賞や演奏を生涯の友としていきたいとおっしゃっております。

やカルチャーセンター、中学校、老人施設で年間9回ほどの発表会に参加しています。また、市内マンスション在住のシニア女性7人グループの方々にリコーダ・キーボードとピアノをそれぞれ月1回指導されています。

にはいち早く参加したのは、彼女の名にちなみです。彼女が、実母の死去でお父さんと同居するために、兵庫県猪名川町の実家にこ主人と共に転居されました。ご主人も音楽に関心を持っており、最近尼崎拠点の歌の活動に参加し、夫婦で活躍中です。

お父さんもナルク宝塚川西拠点の会員で、趣味の能面の彫刻は見事です。姪御さんの結婚式には大西さんの指導で、お父さんや娘さん、ご主人共々ベルの演奏を披露するなど、まさしく音楽一家です。

車の運転も趣味の一つで、伊丹や尼崎への頻繁な往復も全然苦にせず、車で通っています。

(記・副代表 土肥嘉夫)

1・会報の発行
会報発行のための編集委員会は毎月1回、月の初めに開催される。現在、メンバーは会長をはじめ9人である。

2・ホームページ
①拠点役員名簿の改訂を行った。119拠点中、105拠点の作業を完了した。

②拠点ホームページ
A、HPの各ページへのアクセス方法を統一した。

③喜々快々
2017年8月号で「完」となったが、HPとしてはこのまま掲載しておく。

④サーバー内データの整理に着手。

⑤分かりやすく、見やすい中身になるよう見直しを進める。

活動拠点のページから各拠点のHPにリンクしているが、定期的に拠点HPの状況を確認している。

HPを公開している拠点は全体の48%にあたる57拠点である。

活動拠点のページから各拠点のHPにリンクしているが、定期的に拠点HPの状況を確認している。

活動拠点のページから各拠点のHPにリンクしているが、定期的に拠点HPの状況を確認している。

私はこれで元気で

二わたしの健康法お教えします二

諦めてはだめ

私は今年5月に喜寿を迎えた。何年か前に北アルプスの剣岳の岩峰チンネを目指して登っている時、今まで感じたことのない苦痛に襲われた。年齢のせいかと思いき、好きな登山もこれで終わりかと思ったが、帰宅後、老化についての本を数冊読むと、歳を重ねても、細胞、筋肉、骨は鍛えられると書いてあった。以来、定期的に続けていることがある。

ひとつは、自宅の前にある標高200m足らずの曼陀羅山という小山に登ること。これは毎日ではない。雨の日は登らない。

毎日続けているのは、筋トレだが、これも特別なマシンを使っているわけではない。テレビのCMの時間に床の上で腹筋運動と腕立て伏せを40回ずつ。それと、「段階み」と称して座卓を上り下りすること40回。この効果があって、三段腹は解消し、若い頃に近い筋肉が取り戻せた。

昨秋、東アジアの最高峰、台湾の玉山(3997m)に無事に登れたのも、この筋トレのおかげだと思っている。

(びわこ湖西拠点 池本盛雄)

漫述(まんじゅつ)

リレーエッセイ つれづれの記

誘う者は汝の誘うに任ず 嗤う者は汝の嗤うに任ず 天公 本 我を知る 他人の知るをもとめず

これは幕末の志士、佐久間象山の「漫述」という詩の一節です。

漫述とは、「なんとかなしに自分の心持ちを言い表す」という意味ですが、これは謙遜の言葉です。

佐久間象山は吉田松陰の師匠に当たりませんが、弟子の松陰が米國船に隠れて乗って、アメリカに密航しようとして失敗し捕らえられました。密航をそのかしたのが象山だとして、彼も投獄されてしまいました。

7か月にわたる獄中で思索したことを本にするとも、公武合体、開港論を主張しました。しかし当時、鎖国攘夷論が叫ばれている中で、象山一人が開国進取説を唱えたので、世間の批難と嘲笑を一身に浴びました。しかし象山は意に介しませんでした。その時の心境を謳ったのが「漫述」です。

象山は自分の信じる道をまっ直し、京都の三条木屋町で暗殺されてしまいました。享年54歳。この詩を作ってから数か月

易学 儒学 科学 西洋兵学 海防八策 蘭学 数学 会田流和算

三サイルを飛ばし、水爆実験を強行する北朝鮮や、アメリカを中心としたグローバルな経済体制の中で四苦八苦している日本の現状に通じるころがありませんか。

種々の変動期、転換期を迎えナルクの存在は、ナルクの社会的使命は、超高齢化社会を目前に、多くの佐久間象山が出てきて欲しいものですね。(田邊榮一郎)

後の事だつたと言われています。象山の意思は、門人である吉田松陰によって引き継がれ、松下村塾が生まれ、高杉晋作、久坂玄瑞、前原一誠、伊藤博文、品川弥二郎らを輩出、明治維新へとつながっていったのです。

さて、漫述に戻りますが、象山はこの詩で、「自分の説を悪く言う者は、存分に悪く言つがよい。自分の行動をあざ笑う者は思い切りあざ笑つがよい。悪口もあざ笑いも君たちの勝手にさせておこう。天の神様だけは、私に私心がないことを知っておられるから、他人に理解してもらおうなどとは思わない」と言っているのです。ひるがえって言うと、「世情騒然たる中であつては、将来のことは見通しが立たない。人はそれぞれ意見を同じくする者と徒党を組む、我が論のみを正とし、他人の説を非として退ける。しかし私はあくまで開国論を捨てることはない」という、象山の「百人たりとも我行かん」との気概を謳ったものです。

読者の広場

短歌

【びわこ高島】 今日早や涼風立ちて心地良し元氣な足取り 趣味へと急ぐ 前川ちよ子

俳句

【中標津】 初日記三年目に入りしす欄 二瓶照子

【びわこ湖南】

【横濱】 鯛の厨に届く鳴く声さやか 吹き渡る残暑の風や木陰入る 鯛や日焼けの肌にはパツクする 被災地の復興はばむ残暑かな 小林瀧水

拠点だより

【市川】 「シニアのための防犯講座」に参加 千葉市川防犯のためにも、何かおかしなことがあつたら迷わず、警察に連絡してください。 110番を遠慮なく利用してください。と強調。そして、「皆さんからかかって来た110番の内容は、リアルタイムで警察全体でモニターされているので、現場での対応が迅速にできます」とも話されました。 参加者らは「講義を聴くだけでなく、この教えを肝に命

百日紅日差し眩しき昼さがり 石田灯七

【岐阜】 自己紹介趣味と病気をひとつづつ 改札を通れずよく見りや診察券 詠み人知らず

【びわこ湖南】 名月の明かりに映えるススキの穂 初秋 見ないふり上手になつて世を渡り 小道

川柳

【中標津】 自己紹介趣味と病気をひとつづつ 改札を通れずよく見りや診察券 詠み人知らず

【びわこ湖南】 名月の明かりに映えるススキの穂 初秋 見ないふり上手になつて世を渡り 小道

【日本ハーマニカ賞】 ナルク会員の山本義信さんと中村逸男さんが所属する、男性4人組ハーマニカ楽団「くらわんかカルテット」が今年4月、全日本ハーマニカ連盟から「日本ハーマニカ賞」を受賞



息の長いハーマニカカルテット

【日本ハーマニカ賞】 ナルク会員の山本義信さんと中村逸男さんが所属する、男性4人組ハーマニカ楽団「くらわんかカルテット」が今年4月、全日本ハーマニカ連盟から「日本ハーマニカ賞」を受賞

随想

川柳と私

【ながの】岡田範子 知人に勧められるまま、川柳の道に足を踏み入れたのは平成20年。五・七・五で季語がない程度

彦著の「川柳入門はじめのはじめ」によると、「川柳を作るためには『こころざし』が必要であり、基本は『人間の思いを詠む』こと」とい



秋葉神社に奉納された川柳行灯

紙と鉛筆と「その気持」があれば誰にでも、今からでもすぐにできる川柳。 「自分の生きた証を詠む川柳」とも思う。 最近、こんな句を詠みました。 合掌の手から邪心がこぼれ落ち

17年間、活動を続けていたメンバーの平均年齢は77歳。メンバーが変わることなく続けてきた演奏回数は、2016年

【交野】 見ごたえある場面の連続に感動した「7月大歌舞伎」 会員11人が大阪松

Table with 2 columns: 地域, 活動拠点数. Lists activity points across various regions like Hokkaido, Tohoku, etc.

編集長雑感 突然のギックリ腰痛がひどく一歩も動けない。家内は車いすの身。家の前に整形外科があるが、たどり着くすべがない。そう、ナルクだ。早速電話をした。すぐに一人が駆けつけて医者まで連れて行ってくれた。入会12年、初めて利用者になつた。やはりナルクは素晴らしい(Y)

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・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・U A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・ダイハツ労働組合・ダイキン工業労働組合