



NPO法人 ニッポン・アクティブ・ライフ・クラブ

ナルク(NALC) 宝塚・川西・伊丹・猪名川・豊能

ささえあい (お元気ですか) 6月号



事務所 〒666-0015 川西市小花2丁目25-1 TEL・FAX 072-759-3269

メール nalc_sasaeai@yahoo.co.jp

HP NALC宝塚・川西で検索

会員数 5月31日現在 158世帯・会員239名・賛助会員13名

6月16日は拠点の総会です！

代表 平塚圭彦

標題の件、先月の会報で詳細案内をしていましたが、より多くの方の参加を促すために、再度ご案内いたします。多数の皆様のご出席をお待ちしています。

開催日時: 6月16日(日) 10時~15時30分

会場 : 宝塚東公民館 2階大ホール 阪急宝塚線山本駅から南へ徒歩5分

総会 : 10時~12時

昼食 : 12時~12時50分

ブロック懇談会 : 13時~13時50分

講話とアトラクション : 14時~15時30分 講話: 本部の早野理事より、エンディングノートについて

☆車の場合、駐車場が満車になる可能性があるためご遠慮ください。

第18回本部定期総会、全国代表者会議の要約報告

平塚代表が出席

5月24日(金) 大阪産業創造館4階 イベントホールで開催されました。13時30分~16時45分

*参加者: 92名 委任状: 18名

*高畑会長挨拶、狩野事務局長より、議長に野村文夫氏(枚方拠点: 理事・正会員)、書記に宮本秀樹氏が選出されて議事進行、無事滞りなく終了しました。

議案中、今年度の事業計画(案)は既に3月の本部の新聞に掲載されていましたが、総会で承認されましたので改めてご紹介します。

☆設立20周年を迎え、原点に戻って皆で行動しよう！

『本部事業計画』

- (1) どうすれば会員が増えるか
- (2) ボランティア提供者の発掘法
- (3) 退会会員を減らすには
- (4) 介護サポーター養成講座を拠点単位で、行政・社協との共催
- (5) 市民とNPOが連携し365日24時間包括ケアの街づくりへ
- (6) 長期計画で拠点幹部の育成とリーダー研への派遣
- (7) NPO法人会計基準の導入とネット会計システム、時間預託管理システムの導入
- (8) 子育て支援活動の積極展開
- (9) “社会的養護関係施設第三者評価”を事業拡大のステップにしてさらなる調査センターの充実
- (10) ブロック制の導入から拠点独立へ

※詳しくは3月10日発行の本部会報をご覧ください

今後の行事予定

6月16日(日)	拠点総会・懇親会	10:00～15:30	宝塚東公民館
6月29日(土)～30日(日)	かわにしフェスタ	10:00～17:00	パレットかわにし
7月24日(水)	ブロック懇談会	14:00～16:00	宝塚ちどり(宝塚・伊丹)
10月12日(土)	フォト・ウォーキング	14:00～16:00	黒川ダリヤ園
10月中旬	振り込め詐欺講話	10:00～15:00	川西中央公民館
11月3日(日)	いながわまつり	10:00～16:00	猪名川町総合公園

- * 5月11日のフォト・ウォーキングは雨天のため、残念ながら中止となりました。
- * 次回のフォト・ウォーキングは10月に黒川ダリヤ園に行きます。詳細は追ってお知らせします。
- * 振り込め詐欺講話は好評につき再度行います。

事務局よりお知らせとお礼

* 新入会員のご紹介

中島裕子さん 川西市松が丘町
 笹尾高弘さん 宝塚市高司町(宝塚ちどり副施設長)



ご入会有難うございます。色々な行事(活動)に参加して楽しんで下さい。

- * 先月の会報で事務所にラジオの寄贈をお願いしましたところ、大久保君恵様(川西市)より、コンパクトラジオを寄贈頂きました。事務所当番の方は有効にご利用下さい。ありがとうございました。お礼申し上げます。
- * 「会報の編集委員」は平塚・厚東・近藤民の他に、安武雅子さんがメンバーに加わっていただきました。

時間預託累計(活動点数)

	仕事援助		家事援助		送迎		計		生活 アド	会員活動数	
	回数	点数	回数	点数	回数	点数	回数	点数		男	女
5月度	15	38	29	70	1	1	45	109	10	10	18
累計	36	79	62	151	2	2	100	232	10	10	41

5月度運営委員会議事

開催日時:5月12日 13:30～16:00

出席人数 14名

1)4月度活動報告

- ・仕事援助(大野) :4月は草抜き 大矢さんの応援あり 5月はさつき・つつじの剪定1件あり
- ・家事援助(近藤民・近藤加) :特になし
- ・うぐいすの森(村林) :二人体制が出来た
- ・宝塚ちどり(平塚) :納涼祭開催の場合、手伝いして欲しい

2)総会(平塚・厚東)……6月16日(日) 場所:宝塚東公民館 2階ホール

- * 会員の皆さんに出席するよう声掛けをしてほしい
- * 議事次第……開会、代表挨拶、議長(書記)選出、成立宣言、2012年度活動報告、会計・監査報告



および2013年度予算報告、本部総会報告(要約)、2013年度活動報告、運営委員の任免
その他…当日の役割を決めた

3) 本部の20周年記念行事について(平塚)

- * 開催日: 来年5月25日~27日
- * 本部から各拠点に6~7名参加要請あり……8月末に各拠点の詳細計画を提出が必要
- * 費用について……半額拠点から、半額参加者個人負担または会報でカンパを募る(6月の会報)
- * 参加者の確認……平塚・厚東・近藤民、本部の宮本さんは拠点でカウントしてもらう?

4) 事務局長の後任と運営委員の見直し

事務局長: 厚東兼務、運営委員候補者3~4名に依頼する

5) 講習会・研修会の件

- * 振り込め詐欺講話 10月頃に再度開催する
- * 介護サポート研修会検討

6) パレットかわにしフェスタの件(厚東)

6月29日(土) 10:00~17:00 30日(日) 10:00~17:20 参加費無料

準備物: パンフレット、チラシを用意 本部からパネル借用

7) 北摂拠点連絡会 5月31日(金) 13:30~15:30 みのお市民活動センター

平塚、厚東、近藤民が参加予定

8) その他

- ・中央公民館総会出席 年間契約1,000円⇒1,200円/年
- ・天河草子夏祭り
- ・フォト・ウォーキングは黒川ダリヤ園にする
- ・栗拾い、焼き肉パーティーなどもやっては! の声あり



『運営委員退任者』

☆諸岡茂昭さん(事務局長)、狩野勇さん、荻本一美さん、高橋幸智子さんお疲れさまでした。

これからも拠点の活動にご協力ください。

☆狩野勇さんは本部の事務局長職に専念されます。お世話になりありがとうございました。今後ともご指導のほどよろしくお願いたします。

本部 20周年記念行事参加者費用カンパのお願い

代表: 平塚

上記は、来年5月25日~27日まで大震災後の現地の慰問のため仙台、福島で開催されます。(総会・代表者会議も同時に開催)

本部から各拠点に6~7名の参加要請が来ています。費用は凡そ50,000円/1人(最低)掛かります。(飛行機とホテルセット)そのうち半額は拠点から出します。残りの半額は個人負担にしますが、皆さん年金生活者であることや時節柄もあることゆえ、可能な限り個人負担を軽減するために、会員の皆さんに資金カンパを募ることにしました。趣旨をご理解のうえ、ご協力のほどよろしくお願いたします。

なお、一般会員の方の参加も大いに歓迎ですので奮ってご参加下さい。

参加を希望される方は、運営委員もしくは事務所に7月末までに電話・faxにて連絡下さい。

カンパの締め切りは12月末とします。

健康コーナー

《不眠を楽しむ♪》

田辺春朝(伊丹)

なかなか寝つけない 夜中に目がさえる、でもこれが楽しいのだ!

アホな! ふだんゆっくりと落ち着いて物を考えることが出来ない、考え始めると もうほかのことに思いが行ってしまう。だったら布団の中では誰にも邪魔をされずに考えたり妄想にふけることが出来る。

やったー! 俺だけの時間が出来たのだ。得意になっているうちに眠っている、気がついたら朝だった。

一生懸命に寝ようと頑張るとそれがストレスになる。不眠を楽しんでいると面白い発想が生まれたりする。

不眠バンザイ!

現役引退の父をよろしく

賛助会員:米田健一(川西)

本年 2 月号の「ささえあい」で新入会員として紹介をいただきました、賛助会員の米田建築株式会社の米田憲一です。会員の父親がいつもお世話になりありがとうございます。

父は昭和 43 年に 25 歳で、生まれ育った川西市の北部で住宅建築会社を創業し、平成23年までの43年間を、住宅建築の技術者として、会社の代表者を務めてきました。

二年前の秋に突然現役を引退し、「残りの人生十五年・やりたいことをやらせてほしい」と西国三十三ヶ所や四国八十八寺巡りを始め、地域の観光ボランティアガイドなどを始めました。

そして一昨年の一月には、当社の建築主さんの紹介でナルクへ入会させていただいて「出来る範囲で

援助活動をつづける」と張り切っているようです。また最近では防災士の資格を取得したことから、自治会の防犯・防災委員などを引き受けているようで、少々オーバーワーク気味ではないかと心配いたしております。

家族のみんなは「好きだった建築の仕事から離れ、やりたかったコミュニティ活動を一生懸命やっているのだから……」と

私からのお願いです。「どうしたらいいかわからない住宅のメンテナンス」や「難しいと思いがちな不動産の取引」あるいは「大きな地震への心配」などなどありましたら、ナルクの事務所を通じて父へ声をかけてやってください。長い経験とそれぞれの資格でお手伝い出来ると思います。

《 事務局より 》

家の鍵が壊れた・雨戸の建て付けが悪い・網戸の修理が自分で出来なくなった等々皆さんいろいろ困ったことがあると思います。知らない業者に頼むと不当な請求でないか不安だ！このような悩みがあれば、ナルクの事務所にご連絡ください。

可能な限り対応させていただきます。預託点数のある方は点数が利用できますよ！但し、部品等を購入した場合、費用は実費を負担していただきます。コーディネーターが仲介しますからお任せ下さい。

文芸コーナー

『小倉百人一首』



『有馬山 猪名の笹原 風吹けば いでそよ人を 忘れやはする』

大貳三位作

愛していないんですって？ 否、なんて、あたしがあなたを拒んだことがある？ いなのささ原だわ。ありませんよの有馬山、ってところね。あなたご存知？ 有馬山、そのふもとの猪名の笹原に風がわたるとさやさや、そよそよとかすかな葉ずれ そうよ、そうよとささやくのを

田辺聖訳

【言葉の意味】

『板につく』

「板につく」とは、態度やしぐさが、その場にピッタリ合っているときに使います。「板」とは、芝居の舞台からきています。役者も、駆け出しのころは、足もとがおぼつかない感じですが、経験を積むうちに、舞台を踏む足もすっかりし、芸も芝居の雰囲気になじみ、舞台としっかりあうようになります。そこで、安心して見ていられるようになることを「板につく」と言ったのです。

【俳句・短歌】

『カタツムリ あじさい花に 隠れんぼ』

伊藤恵美子作

『黄緑の 葦群の中 入りゆきし 鳥はかえらず タベとなりぬ』

松野綾子作