



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) 1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 [ナルク宝塚・川西]検索

会員数 12月30 現在

165世帯・会員 239名・賛助会員 15名



## 新年のご挨拶

代表:平塚圭彦

新年明けましておめでとうございます。  
「光陰矢のごとし」年月の過ぎるのは早いもので、当拠点は阪神淡路大震災の年に設立されて20年目の年となります。(記念行事:設立年月が 1995 年11月であるため、次年度実施予定)



その対策として、介護保険法改正に伴って、国から地方に移譲された高齢者の生活支援や子育て支援などを行政や社協と連携して取り組み、同時に会員の皆様が明るく！元気で！楽しく！活動が出来、且つ満足度を高めることも重要な課題と認識して取り組む年にしたいと思います。

さて、今年<sup>きのとひつじ</sup>は乙未の年です。

“乙未”の年は\*色々と抵抗にあう \*面倒なことが生じる \*陰気になりがち \*従来の勢力と衝突することなどを現しています。

また、煩わしいことや良くないことが多いので、煩わしいことを払い落として行かねばならない年だと言われています。

当拠点も高齢化が著しいことから、利用会員が増える傾向にあります。

皆様のご理解とご協力をお願いしますとともに、今年一年を皆様のご多幸で過ごされることを祈念申し上げて新年の挨拶とします。

◆新春懇親会(1月24日)はまだ空席がございますので万障繰り合わせの上ご参加ください。皆様との出会いをお待ちしております。

## 第 10 回拠点リーダー養成講座を受講して

中田年平(川西)

11月25日~27日の3日間、篠山市「ユニピアささやま」で開催された拠点リーダー養成講座を受講。北は北海道・函館拠点、南は九州・大分拠点まで、全国 31 拠点から 32 名が参加。

午後 3 時頃に到着後、夕方まで高畑会長から「ナルク設立の基本理念など総論」・「リーダーの心構え」。2 日目は神野副会長より「組織運営やその現状と課題について」、西村事務局長から「拠点活動の時間預託、コーディネーター、会計・会員管理システムの内容」、寺井副会長よりナルクの今後の取り組みとして「事業活動、地域活動や収益事業などの取組み」などの話があった。

終了後、出席者が4グループに分かれ任意に選択したテーマについて「グループ討議」を行い各拠点の現状や問題点などについてディスカッションの後、グループ毎にまとめを行った。

最終日に各グループ代表者が発表を行い参加者全員で質疑応答の後、高畑会長から3日間の総括があり講座は終了。

懇親会では初めて出会った各地区の人達の色々な苦労話を聞くことが出来て有意義な時間を過ごせました。

私は 2010 年定年退職後、身体を悪くして自宅にじっとしていることが多かった時に会社の先輩から、ナルクというボランティアをやっているから手伝いをやらないかと誘われ約2年前にナルクに入会、最初の活動は拠点事務所でパソコンを利用し事務作業のヘルプ程度でしたが、その後、運営委員にもなり、拠点事務局の仕事や拠点活動への関わりも深くなってきました。

今回の拠点リーダー養成講座に参加して改めてナルク理念や基本、現状の課題、設立後20年経ってこれからのナルクを発展拡大させて行くためにやるべくことの必要性を痛感しました。全拠点の課題は「新入会員を増やすには」、「退会をなくして継続して活動してもらうには」、「休眠会員を日常活動に参加してもらうに

は」などであった。高畑会長のコメントではそのためにそれぞれの拠点がどうしたらいいかを考えて行動するということが重要だと言うことを強く訴えられました。

### 【運営委員会打ち合わせ事項】

開催日時:12月14日(日) 13:30~15:30

出席人数:15名

1) 11月度定例活動報告として

\*庭の草抜きや剪定の仕事援助(大野)

\*家事援助の状況(杉木・金杉)や介助・送迎について(大野・厚東)

\*うぐいすの森の清掃(厚東)や宝塚ちどりの喫茶サービス(平塚)の現況報告等について話し合いました。

又以下の項目について打ち合わせをいたしました。詳しくは事務所に議事録を保管していますので、ご覧ください。項目のみ列挙します。

2) 新春懇親会の件(平塚)

3) YMCA 白金幼稚園の子育て支援活動について(杉木・厚東)

4) 見守りたい活動「もしもしコール」の強化・対象者の見直し(厚東)

5) 遠距離介護のモデルケースとしてフジ TV 取材の件(上西・厚東)

6) 「満願寺」朝日新聞記事掲載への対応(平塚)

7) 介護技術研修会について(平塚・近藤)

8) ブロック懇談会(宝塚・伊丹)の件(平塚・近藤)

9) 事務所でのパソコン教室も可能になった件(中田・厚東)

10) パレットかわにしフェスタについて(厚東)

11) 入会者・退会者について(金杉・厚東)

12) その他 篠山で行われたナルクリーダー研修会の報告(中田)



※内容について関心ある方は気軽に報告者に直接お聞きください。

### 今後の行事予定

|          |             |             |          |
|----------|-------------|-------------|----------|
| 1月24日(土) | 新春懇親会       | 12:00~16:00 | 川西市中央公民館 |
| 2月15日(日) | 介護技術研修会     | 13:30~15:30 | 宝塚ちどり    |
| 2月末日     | コーディネーター研修会 | 13:00~17:00 | 事務所      |
| 3月15日(日) | 介護技術研修会     | 13:30~15:30 | 宝塚ちどり    |

### 『今月の新入会員』

\*今月の入会者はなしでした。

### 時間預託活動と点数

|      | 仕事援助 | 家事援助 | 受託事業 | 送迎 | 事務所当番等 | コーディネーター | 活動合計 | 活動会員数 |
|------|------|------|------|----|--------|----------|------|-------|
| 12月度 | 33   | 14   | 68   | 5  | 52     | 3        | 175  | 31    |
| 累計   | 573  | 58   | 720  | 17 | 480    | 16       | 1864 | 291   |

## 駆け込み寺：勝輪館しょうりんかん

賛助会員：満願寺住職 若田等慧

### 「勝輪館の開設について」

満願寺は千三百年におよぶ歴史をもつ古刹である。開基は日光を開いた勝道上人と伝えられる。奈良時代、聖武天皇の勅命を受けた勝道上人は全国に満願寺を創り、世に満願上人とも崇められた。摂津国の満願寺としてうまれた当山は、その後清和源氏一族の祈禱所として栄えたが、さらには栄枯盛衰時代の波を幾重もくぐって現代に至った。

さて現在、高野山真言宗に属する当山満願寺は、川西市の飛び地として、周囲を宝塚市(元切畑長尾山)の山地に囲まれ、阪急電車の駅から2.5キロメートルの近場にありながら、自然環境に恵まれた珍しい山上の一スポットである。地元の人は「満願の里」とも呼んでいる。

従来の檀家は多くはなく、元々修行道場を主にした山岳寺院として、密教の伝統を伝えてきたところである。このような歴史や環境から考えて、当山の将来はどうあるべきか模索する中、次の様な新しい施設とその役割を創りだすことにした。つまり「勝輪館」の開設である。掲げる看板は二つ、一つは「現代の大人の寺子屋」もう一つは「時代に合った駆け込み寺」、いずれも嘗て寺院が担っていた役割を現代に甦らせるとどうなるか、という試みである。

成算もまだない中で、周りから種々協力者やアイデア提供者を得つつある。これも情報社会という現代特有の進行形態かとも思われる。ちなみに勝輪館の勝とは開基勝道上人から一字を頂戴、すぐれたとも読む。輪は文字通り「わ」であり、「つながり」であり、その拡がる姿である。今後の展開に諸兄弟のご助ご声援を期待します。よろしくお願ひいたします。

<追記： 代表 平塚>

「勝輪館」は、昨年11月16日に古刹「現代の駆け込み寺に」と言うタイトルで朝日新聞に掲載されました。

この施設は住職が人生の終の仕事として人助けのために設立されたとのことです。

春は桜、秋は紅葉が楽しめるうえに、瞑想が出来る部屋や会議室、立派な応接室などがあります。ナルクも研修や行事の時に利用させていただこうと思っています。

会員の皆さんもナルク活動や個人でもご利用ください。そのおりに、必ず拠点事務所へ申し出下さい。先方と調整させていただきます。



平塚・住職・厚東の皆さん



中央が若田住職です

### ファミリーサポート登録のお願い

賛助会員：福西 勝(川西市議)

私は昨年9月の議会の一般質問で、子育て支援の拡充と言う観点から「ファミリーサポート事業について」市当局の担当者と議論を行いました。

平成27年度より、「子ども・子育て支援法」が施行されます。川西市においても子育て支援の拡充が期待されます。私の生まれた1970年代後半～現在に至るまで毎年、日本の出生率は減り続けています。

川西市におきましても同じ状況です。少子化は、40年近く前から問題視されてきましたが、ようやく国が取り上げて地方に移譲し大きく変わろうとしています。

ファミリーサポート事業は「子育ての支援をして欲しい」方と「子育ての支援をしたい」方が、依頼、協力何れかの会員に登録し、依頼会員から協力会員に1時間800円の報酬を提供しお互いに助け合いながら、育児の相互援助活動を地域において行う会員組織です。平成25年度の川西市の実績件数は近隣自治体と比べると少

なく、その原因は協力会員が少ないことです。

地方分権が進む中で「地域の子供は地域で育てて行く」ことは現在の社会で高齢者の生活支援とともに最も大切なことと考えます。ファミリーサポート事業は協力会員あつての事業です。

独りでも多くの方に登録していただいて、子育て中の若いお母さん方が楽しく安心して子育てが出来る社会にしなければなりません。そのためには多くの協力者が必要です。皆様方のご理解とご協力を切にお願いいたします。

### 【独り言 一時計が消えた】

(物 好男：伊丹)

NHK のテレビから「ピッ、ピッ、ピッ、プーン」という時報をお知らせする丸い時計が消えました。いつ消えたのかと言うと、テレビ放送がアナログからデジタルに切替ったときからです。

なぜ消えたのでしょうか。デジタル放送では放送局で映像や音声の情報をデジタル化して送り出し、各家庭のテレビで元に戻す作業が必要となり、それに数秒かかるからだそうです。

それを身近に経験するには、大相撲の実況放送

をラジオで聴きながらテレビを観るのです。ラジオで「両者立ち上がった。アッ叩いた。叩き込み〇△山の勝ち」と既に勝負がついているのに、テレビではやっと立ち上がるところです。我が家のテレビでは、ラジオより約3秒近く遅れています。何とも不思議な現象が体験できます。



### 文芸コーナー

#### 小倉百人一首

契りきな かたみに袖を しぼりつつ 末の松山 浪越さじとは』

清原元輔作



おぼえているかい 約束したねぼくたちは 涙で誓った決して心変わり  
しないと…末の松山を波が越すような そんなこと決してないって契  
つたよね きみとぼく」

田辺聖子訳

#### 言葉の意味

##### 有頂天

物事が自分の思い通りになって得意の絶頂にいたることを 有頂天とい  
います。有頂天とは、仏教でいう 有漏煩惱(うろうぼんのう)の世界のいちばん高い  
ところを言います。この 有頂天に昇ることは、なかなかできないとさ  
れています。それだけに 有頂天に昇ることは人間にとってこの上ない  
喜びでもあるわけです。ここから、喜びなどで夢中になつていける状態を  
有頂天になる」といふようになったのです。

##### 俳句

瑞雲(すいうん)に かける夫(つま)あし 樹氷林(じゆへいりん)』

杉木妙子作

願(ねが)い事(こと) かなつと信じ 初(はつ)みくじ』

藤井邦子作

新薬(しんやく)より 効(き)きめの大きい 春(はる)の雪(ゆき)』

加藤美津子作

##### 短歌

稲刈(いねかり)りはずで(で)に(に)済みお(お)りし(し)ば(ば)し(し)仔(こ)ち(ち)記(し)憶(おぼ)え(え)た(た)ら(ら)ば(ば)口(くち)雪(ゆき)降(ふ)る(る)の(の)』

松野綾子作

##### 川柳

『目前(まへ)の 繰(く)り上げ(あげ)ス(ス)タ(タ)ー(ター) 非(ひ)情(じやう)なり』

平塚らいてう作

#### 『編集後記』

松の内も過ぎて、寒さも一段と厳しくなつてまいりました。  
年の初めの願掛けには何をお願いされましたか？  
本年も皆様にとって幸多き年になりますように祈念申し上げます。  
新春懇親会でお会いできるのを楽しみにしています。お元気で！ M・Y

