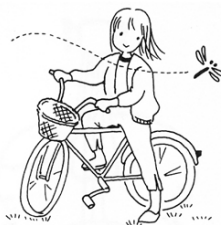




特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
上田・千曲活動拠点
事務局：上田市真田町本原 788-2 香山方
TEL 0268-72-2538 FAX 0268-72-2539
URL: <http://nalc-ueda.com/>



第6回ナルク信州地区拠点交流会 48名が参加、楽しく交流



9月4日～5日に第6回ナルク信州地区拠点交流会が菅平高原「ピュアハウス・サングリーン」で開催されました。台風が接近していた悪天候を心配していましたが、一時小雨が降っただけで、予定した初日の行事は全て遂行出来ました。



午後1時からの懇談会では、開会冒頭に「信濃の国」を全員で合唱し、各拠点の活動が紹介されました。

で「絆と喜びの輪」を目標に大きくは8つのサークルで年間の参加延べ人数は1393名になっています。サークルは料理教室、ウォーキング、マッレットゴルフ、ボーリング、カラオケ教室、農業、初詣、イエローキャンペーンなどで、ウォーキングと料理教室の参加者が活発に活動しています。また、会員からの要望が多かった健康管理、相続管理に対して、ナルク「生き生き講座」を開催しています。日常の健康管理、体力向上・維持、終焉の意思表示の在り方などに取り組んでいます。

ながの拠点では、経費節減のため事務所を移転しました。日常の活動は、移送ボランティアと2カ所の施設ボランティアを行い、ゴルフ同好会は年4回開催、会報を発行しているとの報告。

御代田拠点は、運営に行き詰まっている。どの様に運営するか9月にアンケートをとることにしました。会計処理も難しいし、提供者が少なく岐路にたっている。(※二次会の中で多くの方に励まされ、引き続き頑張ると決意を語っていました。)

来る体制作りをし、体力の向上と、会員の交流を深めるために「ふれあいサロン」を始め、要望の多い「パソコン教室」も始めたことと紹介されました。

上田・千曲拠点は、本年8月の会員数は169名で前年度末に比較し増減はゼロです。入会者は11名、退会者は死亡退会3名を含め11名発生。今年度の活動計画は会員数を200名に、移送ボランティアの提供者を25名に、エコ活動や生活展に参加、そして会員同士の結束と趣味・健康を目的にサロン活動と同好会活動をすすめている。会報を手配りを多くし日常的なつながりを増やす努力をしている。

また、今後の交流会のあり方について、継続開催の要望が高く、各拠点に持ち帰り、内容・開催の仕方を練ったのちに、



事務局長会議で信州地区としてどうするか検討していくことを申し合わせました。



午後6時から懇親会を倉橋事務局長の司会で始まり、ながの拠点の原田代表の音頭で乾杯し、懇談しました。親交を深めるなか上田・千曲拠点の山寄会員のハートモニカ演奏と相撲甚句で盛り上げて頂きました。そして御代田拠点の「佐久よいとこ音頭」を披露して頂き

9月・10月の行事日程	
開催日	行事内容
毎週月曜日	フォークダンス 会場：本原担い手センター
9/4(水)～5(木)	第6回ナルク信州拠点交流会 会場：菅平高原サングリーン
9/12(木)	運営委員会 12:00～ 会場：旧香山邸、上田市畑山
9/13(金)	サロン千曲川 会場：季節料理「みちくさ」 会費 1,500 円 時間 PM6:30～
9/19(木)	サロン上田 12時より。 会場：カラオケ「まねきねこ」 会費 1,000 円
9/26(木) 予定	謡曲。会場：天田不動産 午後 6:30～
10/10(木)	運営委員会 12:00～ 会場：旧香山邸、上田市畑山
10/11(金)	サロン千曲川 会場：季節料理「みちくさ」 午後 6:30～ 会費 1,500 円
10/17(木)	サロン上田 12時より。 会場：カラオケ「まねきねこ」 会費 1,000 円
10/24(木) 予定	謡曲。会場：天田不動産 午後 6:30～

来は、花の先にある濃緑
として筒状で深く裂けて
いるだけ。アケボノの由
れど、リンドウ科の特徴
の花弁のように見えるけ
る9月に見られる。5枚
に生え、今の時期8月末
この花は山野の湿った所
に生え、今の時期8月末
に生え、今の時期8月末
に生え、今の時期8月末



アケボノソウ

(リンドウ科)

倉橋純子 (上田市)

色
の斑
点
が
明
け
方
か
の
星
の
よ
う
に
見
え
る
か
ら
。
そ
の
手
前
に
あ
る
黄
色
の
二
つ
の
大
き
な
丸
は
密
腺
溝
（こ
こ
か
ら
蝶
の
好
き
な
密
が
出
る
と
い
う
事
か
な
）
こ
の
他
、
ヤ
マ
ト
リ
カ
ブ
ト
、
ツ
リ
フ
ネ
ソ
ウ
、
キ
ツ
リ
フ
ネ
、
イ
ヌ
ゴ
マ
、
マ
ル
バ
ノ
ホ
ロ
シ
、
ミ
ゾ
ソ
バ
、
ア
キ
ノ
ウ
ナ
ギ
ツ
カ
ミ
、
サ
ラ
シ
ナ
シ
ョ
ウ
マ
、
カ
ン
ボ
ク
の
赤
い
実
、
オ
オ
ウ
バ
ユ
リ
の
実
、
実
の
と
れ
て
し
ま
つ
た
オ
オ
ナ
ル
コ
ユ
リ
、
ガ
マ
の
穂
、
見
上
げ
る
ほ
ど
の
タ
カ
ア
ザ
ミ
。
本
当
に
2
m
は
ゆ
う
に
あ
り
、
皆
で
見
上
げ
る
（
タ
チ
ア
ザ
ミ
と
説
明
し
た
け
れ
ど
、
タ
チ
ア
ザ
ミ
は
花
は
上
向
き
に
咲
く
の
で
間
違
つ
て
説
明
し
て
し
ま

輪に加わり、楽しい懇親
会になりました。また、
懇親会に飯山拠点となが



の拠点から清酒の差し入
れがあり「美味しい」と
感嘆の声があがりました。
懇親会の後、二次会を
ロビーとカラオケルーム
で開きました。大勢の方
が自慢の喉を披露して頂
き、互いの努力を慰労し
合いました。

2日目はあいにくの雨
模様で、予定していた全
ての行事は中止になりま
したが、時間がたつにつ
れ天候が回復し、有志の
ゴルフ組、散策組は予定
どおり実施しました。

いました。スミマセン。ス
グ（カサスグとナルコ
スグ）とヨシの広がりの
中に、苔むしたハンノキ
林とヤチダモ林のこの湿

浪速っ子から信州人に
橋本保子 (上田市)

(お手紙より転載)

倉橋様ご夫妻
浪速っ子から信州人に
羽化しつつある橋本で
す。

初めて信州ナルクの皆
様とお会いしました。
お手製のおそば、天ぷら、
あご（飛魚？）から取っ
たお出汁等、お心づくし
を認識いたしました。

また、奥様には湿原ガ
イドをしていただき、今
回のまさにハイライトで

信州地区代表・事務局長会議
が開催される



原の特徴を見てもらい堪
能して頂いたと思いま
す。2回出かけた方もお
られたとか。嬉しい限り
です。

参加者の日ごろの行いの
せいか（？）、雨もやみ
立て板に水のようなご説
明にただただビックリす
るばかりでした。

しかし、老化した頭には
草花の名前が全部は覚
えられないという悲しさ
もありました。

一言御礼申し上げたく
メールしました。
Hassy

Hassy

7月30日、信州地区代
表・事務局長会議が長野
市の新建新聞社第3ビル
で行われました。本部か
ら狩野事務局長、飯山拠
点（小島代表・小関事務
局長）、信州さかき（村
田代表・箕浦事務局長）、
上田・千曲拠点（内田代
表・倉橋事務局長）、東
信州みよた拠点（西代
表）、信州まつもととい
ら拠点（北澤事務局長）、
ながの拠点（原田代表・
島田事務局長）の11名が

参加しました。

本部の狩野事務局長の
報告では、会員一人一人
がナルクに入って良かつ
たという実感を持っても
らい、一人一会員獲得と
孤立している人を出さな
いよう声かけと誘い合わ
せをしよう。社協や行政
福祉担当部門との日常的
な交流、地域ボランティア
ア団体との交流を深める
努力を、20周年記念事業
への多くの参加者を、拠
点会計と資金管理を適切
に、助け合い…奉仕活
動…同好会（5…3…2）
を目標に、月100時間
の時間預託助け合い活動
で活動の安定化を、ブ
ロック体制を整え20名
50名の少人数で活発にな
ど、総会方針の説明があ
りました。

そして、本部財政が、
原発事故の影響で電力
会社の賛助会員の脱会が
でている。福祉調査セン
ターの収入がなくなつて
きた。生活研究アドバ
イザーがなくなっている
こと。そして、時間預
託管理システムが毎年
600万円原価償却の発
生で144万円の赤字にな
っている。他方、各拠
点では着実な時間預託活
動で財政は安定している
との報告でした。

そこで、本部からの相
談があり、現在の会費配
分を1500円ずつに分
けているが1会員当たり
150円を本部に貰えな
いかとのことでした。各
拠点から意見が出され拠
点の負担が大きすぎる、
会費納入会員一人につき
150円位なら協力でき
る。しかし、本部事務所
の家賃が掛かりすぎるな
ど経費節減の意見も出さ
れました。

また、認定NPO取得
については、拠点の管理
費の計上やネット会計の
88拠点が参加で全拠点に
なっていないこと、送迎
ボランティアの20円の寄
付について全部報告を求
められたが実態として出
来ない。寄付について半
額が控除されるのが大き
いので認定NPOにした
かったが、この3点から
断念した。

会議の後、懇親会が開
かれ、具体的な悩みが多
く出されましたが、激励
し合いました。



みんな助け合う仲間です

7月8月のナルク上田・千曲のボランティア活動

時間預託点数 (平成25年7月、8月末までの累計3,709点)																
実績	提供活動		生活アド等		講師等		①小計1	コーディネート		事務所当番等		事務所提供		小計2	合計	②利用
	人数	点数	人数	点数	人数	点数	点数	人数	点数	人数	点数	人数	点数	点数	点数	点数
7月	10	78	—	—	1	2	80	2	2	6	16	1	15	33	113	4
8月	12	79	—	—	1	2	81	—	—	6	10	1	15	25	106	5
奉仕活動点数 (平成23年1月、2月末までの 累計 637点)																
実績	福祉		子育て		環境		その他		NALC活動		合計	利用		総計		
	人数	点数	人数	点数	人数	点数	人数	点数	人数	点数	点数	人数	点数	人数	点数	点数
7月	—	—	1	3	—	—	—	—	5	6	9	—	—	—	—	9
8月	—	—	—	—	—	—	—	—	4	5	5	—	—	—	—	5