

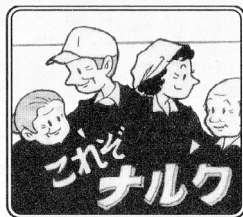
ナルク 千曲川

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 0268-72-3973 URL: <http://nalcueda.yuki-mura.net/> E-mail: nalcueda@yahoo.co.jp



野中会長から総会決議の報告を聞く長野地区の会員

野中会長から総会決議の報告を聞く長野地区の会員
「こんにちは大変ご無沙汰しております。半年ぶりの再会です。本部の体制が変わりました。会長は野中、副会長高畑、事務局長は木内（東京代表）の3人が全て60代の体制が出来上がりました。西村さん・和田さんその他の面々は一歩下がって本部体制の中でご支援いただき、この二年かけて引き継いでいく体制が出来上がったことを報告しておきたいと思います。東

第7回長野地区連絡協議会が 上田市で開催されました

7月11日、長野地区連絡協議会が野中孝泰会長を迎えて開催されました。協議会には、ながの拠点3名、上田・千曲拠点14名が参加し18名で行われました。

野中孝泰会長の報告の要旨

野中孝泰会長から、先般開催されたナルク本部総会で決議された内容が報告されました。

京代表の木内さんは東京在住の事務局長ですが、私（野中会長）自身が来年度の2月か3月で東京の仕事が終わりますから大阪に戻ります。東京でのネットワークが薄くなり、東京に多くの支援を頂いている団体があります。そういうことをカバーするために木内さんには東京代表ですけれども事務局長としてやってもらい、東京と大阪・大阪と東京と分けて運用を図っていきたい。

2点目はナルク発展5カ年計画が本格的に稼働し始めています。一つ目は今話題になっているアンケート調査を全ての拠点にお願いしています。2025年度一年間で新しい会員は約500人プラスで脱退者が1500人、差し引き1000人マイナスが今の実態です。その内訳をみると200人が他界、後400人が去年一年間で六つの拠点が閉鎖で会員のケアカバーできずに辞めて行かれました。従って本当に自分の意思で辞めたのは900人ほどです。何故やめるのかとい

9月・10月の行事日程

開催日	行事内容
9/ 3(木)	サロン上田（カラオケ）PM1:00～ 会場：カラオケ JOYJOY 上田材木町店
9/ 8(火)	運営委員会 AM10:00～ 会場：真田町本原・香山邸 スマホ教室 PM2:00～ 会場：真田町本原・香山邸
9/15(火)	モルック PM1:00～ 会場：真田・大畑公民館
パソコン教室 AM10:00～	ふらっとナルク PM3:00～ 会場：真田町本原・香山邸
9/26(土)	マレットゴルフ AM10:00～ 会場：塩田の郷マレットゴルフ場 免疫力アップ温泉巡り AM12:00～ 坂城町びんぐし湯さん館（現地集合）
10/ 1(木)	サロン上田（カラオケ）PM1:00～ 会場：カラオケ JOYJOY 上田材木町店
10/13(火)	運営委員会 AM10:00～ 会場：真田町本原・香山邸 スマホ教室 PM2:00～ 会場：真田町本原・香山邸
10/20(火)	モルック PM1:00～ 会場：真田・大畑公民館
パソコン教室 AM10:00～	ふらっとナルク PM3:00～ 会場：真田町本原・香山邸
10/26(月)	マレットゴルフ AM10:00～ 会場：ねずみ橋マレットゴルフ場 免疫力アップ温泉巡り AM12:00～ 坂城町びんぐし湯さん館（現地集合）

うことになます。これナルク発展5カ年計画の中で大きなテーマでした。それを調べてくれてお願いしました。面白いですねそういう発想じゃなくどうしたら続けられるかということ問うてみたいとこういう話になりましたね。アンケートの調査依頼が来ることでありますのでご協力の程よろしくお願いします。

二つ目の事例は連合並びに労働福祉協会労働協との「顔合わせ・心合わせ・力合わせ」の取り組みがありますと話をしました。大阪は地元なのですぐうことになます。これナルク発展5カ年計画の中で大きなテーマでした。それを調べてくれてお願いしました。面白いですねそういう発想じゃなくどうしたら続けられるかということ問うてみたいとこういう話になりましたね。アンケートの調査依頼が来ることでありますのでご協力の程よろしくお願いします。

ネットワークが良く、労働協が定年退職を間近に控えた組合員さんに対して退職後の準備のセミナーでナルクを紹介してもらえたりしました。労働協の役員が長崎に集まりました。九州で3つ拠点が減りました。それじゃ困ると言うことで労働協側がもっと増やしてくれ、うちが集めるからPRしてくれと言うことになりました。ナルクの紹介、あるいは拠点づくりのご支援についてお願いしよ

（次頁へ続く）

※ボウリングは都合により活動を中止しました。

た。今こと連携をして何かできないかを話しています。超高齢社会の社会づくり地域社会づくりというテーマを考えています。千葉県の銚子の拠点に滑川さんという女性の方がいらつしやるんですけれども、この方は取り組みが活発で、福祉的な仕事をされおり、ナルク安心支援生活支援サポート事業をより具現化しようとしています。ナルクの時間預託制度で独居老人の会員の皆さん方のサポートの事例ではあくまで時間預託の制度で、出来ないことがありました。お金の問題です。ちよつと買い物に行つて来てと頼まれてもキャッシュカードからお金をおろす事ができない。こういった法律に触れるようなテーマや専門的な知識を得るテーマがあります。そこをやつぱり専門家をに入れてやりましようというところが、今回プロジェクトのテーマになりました。ナルクが安心して生活の支援ができるようなことをより深くできるように今やります。



野中会長手作りの焼き鳥で舌鼓しながら懇親会

- ① 送迎ボランティア（これは病院に限らずショッピング、図書館（等）も）
 ② 家事支援（掃除、料理等）
 ③ 旅行や入院等自宅不在時の郵便受けの確認
 ④ ゴミ出し
 ⑤ 犬の散歩
 ⑥ お墓参りの付き添い

す。これからは独居老人が増えてきます。そのケアは社会課題です。それを時間預託制度でやつていこうと思うと必ずお金の問題が出てくる。それをどんな風にカバーしたいのかということでも厚生労働省の役人に講演して頂くことにしています。この講演は講演だけではもったいないのでオンラインで全国から見える様にし、厚生労働省がナルクの支援に対してどの様に支援して貰うか、ぜひご活用いただけたらと思っています。少しづつですけども着実にナルクが変わっていきます。ぜひ皆さんとも連携をとりながら一歩ずつ前に進めていきたいと思いますのでどうぞ

「ナルクの時間預託」 全国では、こんな事をしています

最近、ナルクの時間預託制度についてご存じない方も多く、知っていても使い方を知らない方も相当数いらつしやいます。約款には「愛情とふれあいの論理に基づき、会員相互のボランティア精神で行う制度」とあります。「自立・奉仕・助け合い」ナルクの理念であるこれらを無理のないところで、私たちに何がまだできるのか他の拠点で行ってきた例をあげてみます。

ナルク上田・千曲拠点のLINEQRコード



LINEでナルク上田・千曲拠点の活動などを紹介しています。登録して下さい。緊急で助けて貰いたい時に発信して下さい。助け合って生きていきましょう。

ナルクスマホ教室のLINEQRコード



困った時は
連絡して下さい！

ナルク上田・千曲拠点のホームページ



古紙回収日が決まりました
 11月11日（水）に行きます。上田は香山邸、坂城は滝沢聖子宅に8時に集合してください。

6月・7月のナルク上田・千曲のボランティア活動

時間預託点数（2026年度の累計 497点、7月末までの総累計 26,533点）

時間預託点数（2026年度の累計497点、7月末までの総累計26,533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 点数
	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	人数	点数	点数	点数	
6月	11	94	1	4	—	—	98	—	—	—	3	10	1	15	25	123	3	
7月	12	97	1	4	—	—	101	1	1	3	14	1	15	30	131	3	3	

奉仕活動点数（2026年度の累計 37点、7月末までの総累計 2,964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	人数	点数	人数	点数	人数	点数
6月	—	—	—	—	9	18	—	—	0	0	18	—	—	—	18	—
7月	—	—	—	—	—	—	—	—	4	5	5	—	—	—	5	—