

### 告知板

★**ナルク水戸第16回定時総会予定**  
 第16回定時総会についてお知らせ致します。  
**期日：7月2日(土)**  
 場所：県総合福祉会館（水戸市千波町1918）  
 詳細決定次第お知らせ致しますので、各位予定に入れておいて下さい。  
 当日は、多くの方の参加を希望しています。  
 芸能クラブの発表会も実施予定です。  
 尚、今年は、高畑会長が来水の予定です。

★**運営委員募集**  
 今年は、運営委員改選の年にあたります。  
 会員の中で運営委員になることを希望される方は事務所迄ご連絡下さい。

★**フリーマーケットのお知らせ**  
**日時：5月15日(日) 9:00～**  
 雨天の時は中止  
 場所：大串貝塚ふれあい公園ーダイダラボウ（水戸市塩崎町1064-1）  
 当日ご協力頂ける方は事務所迄ご連絡下さい。  
 尚、時間の許される方は是非ご参加下さい。

★**事務所からのお知らせ**  
 前日に引き続き2回目のEMボカシを開催致します  
**期日：5月29日(日) 定例会終了後**  
 実際に肥料を作る実習を行います。  
 EMボカシで作った肥料を畑の土に混ぜると微生物の力で土が豊かになると好評です。

★**エコ情報**  
 ペットボトルキャップの回収状況  
 2015年10月末現在の回収量は231,320個で、ワクチン289個に相当します。  
 更に、1,827kgのCO<sub>2</sub>削減です。  
 ご協力有難う御座いました。今後もよろしく

**新入会員紹介**(敬称略・ABCDEは所属ブロック)  
 青木 信彦・幸子 (ひたちなか市・D)  
 川崎 政明・多津子 (那珂市・D)  
 高須 智子 (ひたちなか市・D)  
 丹野 良一・美奈子 (ひたちなか市・D)  
 根本 祐一 (鉾田市・E)  
 (退会者 2名)  
**どうぞよろしくお願い致します。**  
 会員数 3月末 現在 768名  
 (世帯数 512)

### 行事予定

月	日	曜	行事	場所	時間
4	28	木	ㄨ切 寄付金・参加報告書	事務所	午前中
5	6	金	編集会議・三役会議	事務所	13:30～
	15	日	フリーマーケット	大串貝塚	9:00～
	20	金	運営委員会・三役会議	ミオス	13:30～
	29	日	定例会・EMボカシ実習	ミオス	13:30～
6	31	火	ㄨ切 寄付金・参加報告書	事務所	午前中
	3	金	編集会議・三役会議	事務所	13:30～
	17	金	運営委員会・三役会議	ミオス	13:30～
7	30	木	ㄨ切 寄付金・参加報告書	事務所	午前中
	2	土	定時総会	告知板	10:00～

### 施設訪問

月	日	曜	演目	訪問先	時間
5	10	火	歌・踊り	さくらさくら	14:00～
	23	月	歌・踊り	アクティブハートさかど	14:30～

### 子育て支援活動

月	日	曜	内容	場所	時間
5	8	日	託児ボランティア	ミオス	13:30～
	9	月	読み聞かせボランティア	水戸市保健センター	13:00～
	23	月	読み聞かせボランティア	水戸市保健センター	13:00～
6	1	水	読み聞かせボランティア	水戸市保健センター	9:30～
	13	月	読み聞かせボランティア	水戸市保健センター	13:00～
	27	月	読み聞かせボランティア	水戸市保健センター	13:00～

### ブロック活動

	月	日	曜	行事	場所	時間
A	5	28	土	クリーン作戦	桜川	7:00～
B	5	17	火	クリーン作戦	四季の原	7:00～
C	5	17	火	クリーン作戦	大工町	10:00～
D	5	7	土	クリーン作戦	ひたちなか市	7:00～
E	5	5	木	クリーン作戦	旭公民館	7:00～
	5	5	木	交流会	旭公民館	9:00～

### 趣味の会

名称	月	日	場所	時間
ゴルフ	5	16	水戸レイクス	7:30 集合
フラダンス	5	2, 16	吉沢市民センター	13:30～
コーラス	5	11, 18	竹隈市民センター	13:30～
新舞踊	5	2	石川市民センター	13:30～
		23	石川市民センター	10:00～
大正琴	5	14, 28	事務所	9:30～
ハーモニカ	5	12, 26	大森芳枝宅	10:30～
手話の会	5	12, 26	事務所	13:30～
健康麻雀	毎週	火曜日	葉山荘	13:30～
でんでん虫	5	28	あかね荘	10:30～
カラオケ	5	12, 19	シダックス元吉田	13:30～
手づくり会	5	21	事務所	10:00～
グラウンドゴルフ	5	10	御老公の湯	9:00～

次回の定例会 5月29日(日) ミオス(赤塚)

自主 奉仕 助け合い

# 遊 奉

生きがい!



NPO法人 NALC (Nippon Active Life Club) 日本時間預託協会

## 「ナルク水戸」

事務所 〒310-0815 水戸市本町3-3-9  
TEL&FAX 029-233-7696  
eメール nalcmto@nifty.com  
http://homepage3.nifty.com/nalcmto

第184号 2016年4月24日発行

ナルク水戸のスローガン  
活動によって生きがいを  
活動により幸せを感じよう  
そして幸せの輪を広げよう

## 2015年度の成果 預託時間 9,881時間/年 会員数768名(2016年3月)

2015年度が終わりましたので活動を総括してみますと概ね良好であったと思います。  
 ナルク水戸設立15周年行事を皆さんとともに成功させることができました。つぎは20周年を目指して「自立・奉仕・助け合い」の理念で「ナルク水戸の輪」を広げながら、地域社会に少しでも貢献できるようこれからも宜しくお願ひします。皆さんの活躍を振り返りますと、

- 入会者数は76名、退会者数は69名で入会が7名上回りました。退会の理由は他界や利用がない・活動がないなどです。新規入会を呼びかけることと退会予防の取り組みが必要です。
- 助け合いの回数は5,760回で提供者は144人、利用者は316人でした。利用は点数利用も含めて増えると予想しています。
- 助け合い回数の割合は移送(送迎)63%(3,654回)、植木・便利屋8%、家事掃除・食事づくり・買物9%、介助4%、他16%でした。来年度も助け合い活動再優先でお願いします。
- 運営委員会・編集会議・定例会は各12回、三役会24回を行い協力して運営してきました。
- ナルク水戸15周年行事を行うことができました。ナルク水戸15周年誌も発行いたしました。
- ICT化は無活動者の抽出や会報配付などパソコンを広く活用しました。

主な行事を写真で紹介します。



2016年度 年間予定表

2016年度 年間予定表. Table with columns for months (4月 to 3月) and various activities (定例会, 運営委員会, etc.).

【時間預託総累計時間 104,651 時間】

3月実績. Table comparing 2016/3 and 2015/4-2016/3 performance across various categories like '送迎', '食事作り', etc.

奉仕活動. Table comparing 2016/3 and 2015/4-2016/3 performance for volunteer activities like '福祉', '子育て', etc.

EMボカシ講習会に参加

3月定例会は、園芸の趣味の方必見の話があるよ。との情報だったので参加しました。EMとは有用微生物群、つまりこの微生物を使い有機栽培用の肥料(ボカシ)に・廃油を使い石鹸を作るお話でした。



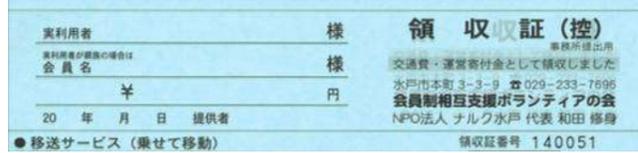
フリーマーケット

4月2日(土)「大好きいばらきふれあいまつり」に今年も参加。昨年同様桜満開でも寒風吹き荒れて皆さんも大変でしたが多くのお客様に元気をもらいました。



領収証についてお願い!

- 領収証綴りは大事に保管をお願いします!
●よそでは冗談で「一冊、白紙のまま売ってこない」と言われることもあるようです。
●欠番にならないよう全部提出をお願いします!
●書き直していらなくなった領収証も破り捨てないで2枚とも事務所へ提出をお願いします。



3月施設訪問記

3月15日(火)芸能クラブ一行は「くるみ館」(河和田町)を訪問し、踊りやハーモニカ演奏、歌謡等を披露し入所者に喜んでいただきました。玄関を入ると、私達全員の体温検査がありました。



Aブロック 交流会 クリーン作戦

●交流会
まだ寒い3月12日(土)交流会をテラスガーデンで行いました。出席32名、ブロック長の挨拶、ブロック内の問題等話し合いました。



●桜川クリーン作戦
3月26日(土)朝7時~8時、桜川クリーン作戦を行ない11名参加でした。とても寒かったのですが、太陽があたり、気持ちよくゴミひろいができました。

都々逸
後ろ向いたらまだ立っている
母が手を振る 里帰り
強く生きたい 人間らしく
残り少ない この命
絹も本綿も 持ち味出して
溶けて喉越し 冷や奴
昨日拾った 世間の噂
今日も巷へ 捨ててくる
手から離れた 風船運って
子らが走った 田んぼ道