

告知板

★忘年会のお知らせ“2016年を愛しむ会”

下記により28年度の忘年会を実施致します。

期日：12月5日(月)

場所：いこいの村潤沼(☎0291-37-1171)

集合：・バス利用：水戸駅南口-さくら東公園

(駅南大橋手前) 9:45 厳守

・現地直行者は 10:30 迄に集合

会費：3,500円/1人

申込み切：参加希望者は11月28日(月)迄に

事務所に申し込んでください。

バス利用及び当日宿泊を希望される方は

申込時に申告して下さい。

★年末年始休暇のお知らせ

12月29日～1月4日迄事務所はお休みです。

この間事務所当番者不在となりますのでご承知おき下さい。

緊急連絡先は

和田代表 ☎：029-255-1877

渡部事務局長 ☎：029-233-2481

★平成29年事務所開きのお知らせ

日時：平成29年1月5日(木) 午前11:00～

場所：ピョン太文庫

当日は、賀詞交歓、甘酒で乾杯、1年間の皆さんのご健康とナルクでの活躍を誓います。

最後に参加者全員で記念撮影をして散会です。

ご希望の方は、事務所まで申し込んでください。

申込み切：12月26日迄

新入会員紹介(敬称略・ABCDEは所属ブロック)

石井 泰・美代子 (元石川町・A)

三田寺 信江 (元吉田町・A)

海老澤 隆志・美知枝 (茨城町・B)

中田 孝・京子 (千波町・B)

深谷 誠一 (桜川市・C)

早川 恭二・政子 (ひたちなか市・D)

小松崎 典子 (鉾田市・E)

渡邊 眞悟・景子 (鉾田市・E)

(退会者 12名)

どうぞよろしくお願い致します。

会員数 10月末 現在 759名

(世帯数 506)

行事予定

| 月 | 日 | 曜 | 行事 | 場所 | 時間 |
|----|----|---|-------------------|-------|--------|
| 11 | 30 | 水 | 寄付金〆切 | 事務所 | 午前中 |
| 12 | 5 | 月 | 忘年会 | 告知版参照 | 11:00～ |
| | 6 | 火 | 編集会議・三役会議 | 事務所 | 13:30～ |
| | 16 | 金 | 運営委員会・三役会議 | ミオス | 13:00～ |
| | 25 | 日 | 定例会・シニア生活・介護支援講座4 | ミオス | 13:30～ |
| | 28 | 水 | 寄付金〆切 | 事務所 | 午前中 |
| | 29 | 木 | 年末休暇12/29～1/4 | 告知版参照 | |
| 1 | 5 | 木 | 事務所開き | 告知版参照 | 11:00～ |
| | 5 | 木 | 編集会議・三役会議 | 事務所 | 13:30～ |
| | 20 | 金 | 運営委員会・三役会議 | ミオス | 13:30～ |
| | 29 | 日 | 定例会・シニア生活・介護支援講座5 | ミオス | 13:30～ |
| | 31 | 火 | 寄付金〆切 | 事務所 | 午前中 |

施設訪問

| 月 | 日 | 曜 | 演目 | 訪問先 | 時間 |
|----|----|---|------|------|--------|
| 12 | 6 | 火 | 歌・踊り | もくせい | 14:00～ |
| | 13 | 火 | 歌・踊り | 長生園 | 14:00～ |

子育て支援活動

| 月 | 日 | 曜 | 内容 | 場所 | 時間 |
|----|----|---|-------------|-----------|--------|
| 12 | 7 | 水 | 読み聞かせボランティア | 水戸市保健センター | 9:30～ |
| | 12 | 月 | 読み聞かせボランティア | 水戸市保健センター | 13:00～ |
| | 26 | 月 | 読み聞かせボランティア | 水戸市保健センター | 13:00～ |
| 1 | 10 | 火 | 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～ |

ブロック活動

| | 月 | 日 | 曜 | 行事 | 場所 | 時間 |
|---|----|----|---|--------|--------|--------|
| A | 1 | 28 | 土 | 交流会 | 後報 | |
| B | 1 | 19 | 木 | 交流会 | 吾妻館 | 11:00～ |
| C | 1 | 26 | 木 | クリーン作戦 | あじさい周辺 | 9:00～ |
| | 1 | 26 | 木 | 交流会 | あじさい | 10:00～ |
| D | 12 | 3 | 土 | クリーン作戦 | ひたちなか市 | 11:00～ |
| | 12 | 3 | 土 | 交流会 | いさ美 | 12:00～ |
| E | 12 | | | 12月お休み | | |

趣味の会

| 名称 | 月 | 日 | 場所 | 時間 |
|---------|----|--------|----------|---------|
| ゴルフ | 12 | 19 | 水戸レイクス | 7:30 集合 |
| フラダンス | 12 | 5, 19 | 吉沢市民センター | 13:30～ |
| コーラス | 12 | 7, 21 | 竹隈市民センター | 13:30～ |
| 新舞踊 | 12 | 12, 26 | 石川市民センター | 10:00～ |
| 大正琴 | 12 | 10 | 事務所 | 9:30～ |
| 手話の会 | 12 | 8, 22 | 事務所 | 13:30～ |
| 健康麻雀 | 12 | 13, 27 | 葉山荘 | 13:30～ |
| でんでん虫 | 12 | - | 12月お休み | |
| カラオケ | 12 | 1. 15 | シタックス元吉田 | 13:30～ |
| 手づくり会 | 12 | 18 | 事務所 | 10:00～ |
| グランドゴルフ | 12 | 12 | 御老公の湯 | 9:00～ |

生きがい

遊 奉

自主 奉仕 助け合い



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191号 2016年11月27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
活動によって幸せを感じよう
そして幸せの輪を広げよう

「愛パーク祭」ボランティア

11月5日(土) 第28回愛パーク祭が開催され32名がボランティアをさせて頂きました。ユニフォームは新たな主催の水戸市社会福祉協議会から貸与されました。集合の8時30分は雨模様でしたが午後からは快晴！暑いくらいになり良いお祭り日和でした。会場レイアウトやステージが大きく変更され戸惑いましたが、花火の合図で開会セレモニー、続いて施設利用者のステージ発表やバザー、模擬店・最後にビンゴ大会などで盛り上がり！元気いっぱい！楽しんでいました。ナルクは、のぞみ販売とバザーさらにゲームコーナーと展示場のお手伝いをさせて頂きましたが、担当場所から離れられない忙しさでした。「愛パーク」は水戸市河和田にある「水戸市総合福祉作業施設」で、むつみ(福祉作業所)、はげみ・みのり(知的障害者就労支援施設)、いこい(身体障害者生活支援施設)、つどい(身体障害者福祉センター)、のぞみ(身体障害者就労支援施設)の6つが併設されています。一日中お疲れさまでした。また来年もお願いします。事務局



雨になりそう！



のぞみ販売です



人気のバザーです



寒かったゲーム



小中学生の作品も！



ステージ前でも！



大勢で楽しそう！



片付けも手際ヨシ！



ナルク水戸全員集合

次回の定例会
12月25日(日)
ミオス(赤塚)

ナルク水戸が茨城県社会福祉大会で受賞

10月28日(金)県民文化センター大ホールで「茨城県社会福祉大会」が開催され、ナルク水戸は水戸市社会福祉協議会の推薦でボランティア団体の部で「茨城県社会福祉協議会長」の表彰を受けました。

当日は県内 1253 団体、個人が表彰されました。ナルク水戸は 16 年が経過し、この間会員皆さんの日ごろの活動が、ボランティア団体として水戸市や周辺の市町村、また介護施設などの信頼も高まり、毎日のようにナルクについての問い合わせがきているほどになりました。

このように関係先に広く認められたことが表彰となったと思います。この表彰をお互い喜びあい、また明日から自分の健康を維持しながらの社会貢献活動が一層活発にすすめられるよう頑張りたいと思います。



日本リ्यूマチ友の会記念大会のお手伝い

11月6日(日)ホテルレイクビューで「日本リ्यूマチ友の会設立 50 周年記念全国大会」が開催され、ナルク水戸から 5 名(男 3、女 2)会場装飾、受付、行事中の雑事をお手伝いしました。

当日は主催者スタッフも参加者もリ्यूマチ罹患者でこのような行事を進行することは大変なご苦労があるなとつくづく感じました。



【時間預託総累計時間 110,068 時間】

| 10月実績 | 2016/10 | | | | | | 2016/4-10 | | | | | | |
|----------|----------|-------|------|------|------|-----|-----------|-------|-------|-------|------|-----|-----|
| | 利用会員数 | 提供会員数 | 活動回数 | 活動時間 | 点数利用 | 前年比 | 利用会員数 | 提供会員数 | 活動回数 | 活動時間 | 点数利用 | 前年比 | |
| 助けあい | 送迎 | 72 | 46 | 244 | 359 | 98 | 492 | 319 | 1,631 | 2,298 | 0 | 86 | |
| | 食事作り | 3 | 5 | 16 | 16 | 200 | 11 | 17 | 90 | 92 | 0 | 66 | |
| | 家事掃除 | 9 | 10 | 21 | 30 | 61 | 64 | 75 | 160 | 357 | 23 | 128 | |
| | 買い物手伝い | 1 | 1 | 1 | 3 | 60 | 13 | 13 | 19 | 29 | 1 | 73 | |
| | 植木・草とり | 29 | 10 | 45 | 121 | 28 | 127 | 77 | 208 | 849 | 194 | 123 | |
| | 子育て | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | 介助・見守り | 4 | 6 | 11 | 16 | 50 | 42 | 57 | 157 | 317 | 24 | 171 | |
| | 便利屋 | 5 | 7 | 14 | 19 | 6 | 90 | 60 | 54 | 110 | 242 | 51 | 151 |
| | 送迎フリカエ | 7 | 7 | 12 | 13 | 12 | 118 | 35 | 35 | 54 | 65 | 64 | 74 |
| 小計 | 130 | 92 | 364 | 577 | 46 | 98 | 842 | 647 | 2,429 | 4,249 | 357 | 100 | |
| ミニ教室 | 三味線 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | |
| | パソコン | 0 | 0 | 0 | 0 | | 0 | 4 | 6 | 12 | 8 | 63 | |
| | 踊り、フラダンス | 10 | 6 | 12 | 25 | 125 | 92 | 54 | 102 | 211 | 197 | 111 | |
| | 小計 | 10 | 6 | 12 | 25 | 125 | 92 | 58 | 108 | 223 | 205 | 107 | |
| 生活アドバイザー | 0 | 0 | 0 | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 合計 | 140 | 98 | 376 | 602 | 71 | 99 | 934 | 705 | 2,537 | 4,472 | 562 | 100 | |
| ナルク活動 | 事務所当番 | 1 | 29 | 48 | 96 | 94 | | 185 | 138 | 676 | | 98 | |
| | コーディネート | 5 | 6 | 8 | 8 | 133 | | 23 | 15 | 31 | | 79 | |
| | 事務所作業 | 3 | 10 | 9 | 129 | 123 | | 81 | | 800 | | 126 | |
| | 小計 | 9 | 45 | 65 | 233 | 109 | | 289 | 153 | 1,507 | | 110 | |
| 総合計 | 149 | 143 | 441 | 835 | 71 | 102 | 934 | 994 | 2,690 | 5,979 | 562 | 102 | |

| 項目 | 2016/10 | | | | | 2015/4-10 | | | | |
|-------|---------|-------|------|------|-----|-----------|-------|------|-------|-----|
| | 利用会員数 | 提供会員数 | 活動回数 | 活動時間 | 前年比 | 利用会員数 | 提供会員数 | 活動回数 | 活動時間 | 前年比 |
| 奉仕活動 | 福祉 | | 10 | 21 | 9 | | 53 | | 90 | 18 |
| | 子育て | | 7 | 36 | 133 | | 47 | | 170 | 145 |
| | 環境 | | 22 | 39 | 42 | | 144 | | 432 | 88 |
| | その他 | | 13 | 29 | 37 | | 220 | | 508 | 98 |
| ナルク活動 | | 154 | 120 | 577 | 99 | | 916 | | 4,325 | 81 |
| 総合計 | | 206 | | 702 | 70 | | 1,380 | | 5,525 | 79 |

随想 おせっかいおばさん

バスの中での出来事、バス停から一人キャリアバック持参のおばあさんが乗ろうとしているがキャリアバックが持ち上がり苦勞している様子を車内の人は知らん顔なので、思わず私が席を立ちキャリアバックに手をかけようとした途端叱られてしまった。私も黙って手を出したのがいけなかったと思いそのまま席へ戻ってしまった。それから何日か過ぎまたあのおばあさんがバス停から乗り込もうとしていた。このままではなかなか発車できないと思い、おせっかいの心が動き今度は声をかけ手を出した。勿論返ってきた言葉は“ありがとう”昔は困っている人がいると誰かしら手を貸してくれたように思うが、忙しい世の中のせいか冷たい人が多くなったように思う。人がどう思おうと人の親切は素直に受けるべきだと、おせっかいおばさんしみじみと思う出来事であった。(H.H)

ブロック活動

Aブロック交流会

10月15日(土) 場所：朋仙 出席人員20名
今回は活動(支援)の現況について話し合いました。「最近、利用会員が多くなりつつあり、これから十分な支援が出来なくなる」ということが話の中心となり、次のような話し合いとなりました。

・拠点を挙げて提供会員の獲得にあたる。(色々なやりかたを考える)・提供会員は互いに情報交換し助け合う。・利用会員のコーディネートの段階でご希望に
応えられない場合もあることを必ず言ってもらいたい。また、「短時間サービス」を運営委員会で検討していることを周知して頂き、良い考え(方策)があれば提案して頂くようお願いした。



Cブロッククリーン作戦&交流会

10月29日(土)クリーン作戦は大工町交差点周辺と「あじさい」周辺に17名参加しました。交流会は、21名が参加し老人福祉センター「あじさい」で開催しました。

初めに、Cブロックの責任者が代わったので、和田代表に参加していただき挨拶をいただきました。ナルク活動の現状と今後の活動についてのお話があり、定例会に出られない会員も、活動の様子が理解できたかと思えます。そのほか各会員が活動報告をし、交流を深めました。①これからのクリーン作戦について ②交流会について ③連絡方法などでした。次回はクリーン作戦と交流会を同日で、1月と3月に実施します。よろしくお願いたします。(TK)

施設訪問記

10月11日(火)ナルク芸能クラブ一行6名は、「フォレストヴィラ水戸(水戸市全隈町)を訪問。一行全員で歌う唱歌からスタートし、ハーモニカ、民謡、唄、踊り等多彩な芸を披露して、施設利用者に喜んで頂きました。

また、民謡では、名人クラスの方々の歌声に会場に集まった皆さんは、声も立てず真剣な表情で聞き入っていて当方も恐縮する感がありました。施設の方も「こんな雰囲気は初めてだ」と言っていました。



最後の締めには、出演者と集まった皆さん全員で唱歌を歌い、予定の時間で訪問は終了しました。 綿引 記

Dブロックウォーキング&クリーン作戦

10月22日(土)16名が参加して、県民の森でクリーン作戦を行いました。今回はウォーキング(お喋り)&クリーン作戦を実施し、森のカルチャーセンターで歓談しました。自己紹介と近況報告では「奉仕活動を通して沢山の驚きと感動をいただいているが、それはナルクの柔軟性に富んだ活動方式に依るところが大きい」との貴重なご意見も聞かれました。会員同士の交流の大切さを再確認できた有意義な一日でした。次回からは名札を付けることにしました。次回は12月3日(土)11:00~ひたちなか市です。そのあと交流会を行います。是非ご参加ください。 江森記



Cブロック交流会



| | | | | | | | | | |
|---------------|------------------|---------------|------------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|------------------------|-------------|
| 明日は退院 待つ家族 | 今日の点滴 最後までしたい | 遊んで遠のく 里帰り | いつも笑顔で 待ってた母も | 酒が笑わす クラス会 | ハゲと白髪が 慰め合って | 月が笑った 水たまり | 雨も上がった 田舎の夜道 | 声が聞きたい 話したい 味気ない | 都々逸 助川浩史 |
|---------------|------------------|---------------|------------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|------------------------|-------------|