

告知板

★ 10月のナルクみとサロン

久しぶりのサロン、参加人数に制限がありますが、ご希望の方は事務所へ申し込んで下さい。
 講師：東部支援センター
 「介護保険のお話」をしていただきます。
 日時：10月17日(土)10:00～
 場所：ナルク水戸事務所

★ 本国会報「ナルク」について

ナルク紙は諸般の情勢により、当分の間、奇数月のみの発行になりました。
 (お断りの記事はナルク紙7月号に掲載)

★ 水害見舞金募金9月末日〆切

九州、岐阜、長野、山形の各地での豪雨被害に対して募金をしていましたが、9月末日で〆切り、水戸市社会福祉協議会へ届けます。

★ 10月の定例会は10/25に開催

ナルクの定例会は、通常通り開催します。
 1頁に記載したように20周年記念誌「20年の歩み」と「設立20周年記念と刻印したボールペン」を会員皆様に配布致します。

タイ・ラオスへ衣類を送る運動中止

毎年皆様にはご協力いただいている運動ですが、今年は新型コロナウイルスの世界的な感染拡大により、輸出入ができない状況のため、中止となります。
 なお来年度については現在のところ実施予定です。

秋の福祉関連イベントはすべて中止

毎年秋に応援していた福祉施設、団体関連の行事は、コロナの関係ですべて中止という連絡がありました。
 次回実施される場合は、ぜひご協力をお願いいたします。
 [エバーグリーン秋祭り、愛パーク祭り、赤い羽根街頭募金活動等]

新入会員紹介(敬称略・ABCDEは所属ブロック)

- 川崎 槇子 (元吉田町・A)
 - 大内 愛子 (見和・B)
 - 原口 恵子 (平須町・B)
 - 照沼 良範 (ひたちなか市・D)
 - 浅井 忠幸・加奈子(ひたちなか市・D)
 - 千代谷 智子 (鉾田市・E)
- どうぞよろしくお願ひ致します。
 会員数 8月末 現在 702名
 (世帯数 492)

行事予定

月	日	曜	行事	場所	時間
9	30	水	〆切 寄付金	事務所	午前中
10	2	金	編集会議/三役会議	事務所	13:30～
	16	金	運営委員会①	ミオス	10:00～
			運営委員会②	事務所	13:30～
	17	土	ナルクみとサロン	告知版参照	10:00～
	25	日	定例会	ミオス	13:30～
30	金	〆切 寄付金	事務所	午前中	
11	6	金	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～
	21	土	ナルクみとサロン(未定)	事務所	10:00～
	29	日	定例会	ミオス	13:30～
	30	月	〆切 寄付金	事務所	午前中

施設訪問

月	日	曜	演目	訪問先	時間
10			歌・踊り	お休み	
			歌・踊り	お休み	

子育て支援活動

月	日	曜	内容	場所	時間
10			10月はすべてお休み		

ブロック活動

月	日	曜	行事	場所	時間	
A	11	28	土	クリーン作戦	桜川堤防	7:00～
			交流会	未定	11:30～	
B	11	10	火	クリーン作戦	四季の原	7:00～
			交流会	サイゼリヤ	11:00～	
C	12	20	日	クリーン作戦	あじさい周辺	10:00～
			交流会	あじさい	11:00～	
D	10	3	土	クリーン作戦	那珂市	10:00～
			交流会	県民の森	11:00～	
E	10	7	水	クリーン作戦	旭公民館	7:00～
			11	日	交流会	いきいき

趣味の会

名称	月	日	場所	時間
ゴルフ	10	お休み		
フラダンス	10	5, 19	吉沢市民センター	13:30～
コーラス	10	21	竹隈市民センター	13:30～
新舞踊	10	6, 20	小林先生宅	13:30～
手話クラブ	10	8, 22	事務所	13:30～
健康麻雀	10	13, 27	葉山荘	13:30～
でんでん虫	10	24	あかね荘	10:30～
カラオケ	10	お休み		
グランドゴルフ	10	12	御老公の湯	9:30～
大正琴	※11月から初心者を対象に復活します			

次回の定例会

10月25日(日)

ミオス(赤塚)

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
 URL http://nalcmto.c.ooco.jp/

第236号 2020年9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

ご連絡

ようやく残暑の厳しさから、秋の涼しい風を感じるようになり、会員の皆様は少しほっとされておられることと思います。ただ新型コロナウイルスの感染状況は、茨城県内においても以前とあまり変わらず、不安を抱えながら生活しておられることでしょう。早い収束、解決が待たれます。
 このような状況の中で「ナルク水戸設立20周年

記念行事」は開催が困難ということになり、残念ながら中止することに決定致しました。
 従いまして、会員皆様に配布する予定で発行しました「ナルク水戸設立20周年記念誌」は、10月号の会報「遊奉」と一緒に配布することにいたします。このような結果になりましたことをどうぞご理解いただき、引き続き会員の皆様のご協力をよろしくお願い致します。
 代表 和田 修身

6ヵ月ぶりの「定例会」開催

8月30日(日)、気温33度、ジリジリ暑い一日でした。コロナ禍において3月から休止していた定例会を6ヵ月ぶりに開催しました。赤塚のミオスの大会議室は人数制限もあり、参加者同士もお互いに距離を十分に空けての開催でした。参加を予定していた人たちの中には体調不良のため、参加をあきらめた人もいたとのことでした。

今は、新型コロナと熱中症に十分気を付ける必要がありマスクも着用です。ひとり一人の大変さが身に沁みる次第です。
 定例会は、コロナ禍における緊急課題の説明に始まり、課題が実行出来ることを願いつつこれからの行事の確認などをして短時間で終了しました。本当に暑い中、お疲れ様でした。



ボランティアサークル「パネル展」

Cブロック 大角 峰央
 「7月・8月は、ボランティア体験月間」とうたって、水戸市社会福祉協議会が「ボランティアサークル活動パネル展(7月7日～8月16日)」を赤塚ミオス2Fにて開催しました。各ボランティアサークルの紹介や活動の様子をパネル展示で、市民に理解していただくという趣旨で、参加ボランティア団体は56団体でした。ナルク水戸も、昨年同様にひと工夫を凝らし参加しました。パネル展示にそれぞれが「あっ！」という工夫をこらし、力を入れたものを見ることが出来ました。この展示のキャッチフレーズは「ボランティア活動は、新しい自分を発見できるチャンスです！」でした。



ふるさとの料理と食べ物シリーズ

茨城県「にんにく風味の肉豆腐」

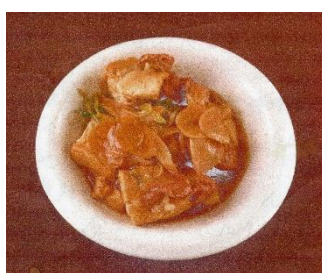
Bブロック 井上 弘子

豆腐は大豆で作られ、畑の牛肉ともいわれ、大栄養食品の一つです。もとは中国からの渡来品ですが、日本の昔の豆腐は、固くしっかりと、縄で縛っても崩れなかったそうです。

現在は種類も多く、料理もそれなりに楽しむことができるようになりましたが、戦後の食糧難時代には、豆腐は大きな助っ人の一つでした。子供の頃、家の近くに豆腐屋さんがあったことで、食卓にはいつもこの料理があり、子供心ににんにくの臭気にはどうしても食べられず母親を困らせていたようです。

当時は野菜を主に、にんにくと豆腐だけでしたが、今は肉を入れたり、調味料も工夫して美味しくにんにくを愛し、亡き母に感謝し、食事を楽しんでいる日々です。

材料:豆腐、豚もも肉薄切り、長ネギ、にんにく(スライス)、ゴマ油
調味料:しょうゆ、酒、砂糖



抱負

運営委員になって

Aブロック 小貫 清美

ナルクへ入会したのは、「遠く離れた両親のために利用できたら」との思いからでした。まだ少し働いていたので、あまり活動も出来ずにいましたが、仕事を辞めてからは少しずつ活動できるようになっていました。入会時から若手と言われ、それから10数年経過しても若手のまま過ぎています。

昨年一人になり、その時に私の中のナルクの存在の大きさを感じました。何か私は一人ではないと思えたのです。

そこでこの機会に運営委員になり、少しでも皆さんに恩返しができたらとお受けしました。非力ではありますが、Aブロック運営委員として、江口ブロック長、梅原副ブロック長と、風通し良く活動していけたらと思っています。少し遅めの役員デビューですが、時間だけは十分ありそうなので、皆さんと仲良く活動していけたらと思っています。



【時間預託総累計時間 131,933時間】

Table with columns for 2020/8 and 2020/4-8, showing various activity metrics like utilization, participation, and time spent across different categories.

Table with columns for 2020/8 and 2020/4-8, showing activity metrics for specific projects like 'Welfare' and 'Naluku Activities'.

Dブロッククリーン作戦・交流会

宮田 経紹

新型コロナウイルス感染が沈静化するかと思われましたが、直ぐに第2波が発生し地方へ拡大している折、ブロック活動を予定通り実施するかどうかについて迷いました。そこで感染率の高い会食付き交流会のみを断念し、クリーン作戦と運営委員会(ブロック内)を実施する事にしました。8月8日(土)8名にてクリーン作戦として東海駅西口から国道6号線に至る道路のゴミ拾いを行いました。続いて舟石川集会所にて今年度の活動をどのように進めるかについて運営委員会(新任者は初回)を役員8名にて行いました。次回は10月3日(土)に那珂市の県民の森でブロック活動をする予定です。



Bブロッククリーンウォーク

菊池 孝子

7月18日(土)9:00~10:00 今回は今年度2回目のクリーン作戦と初めての交流会でした。

梅雨前線が停滞し、当日も朝から雨。参加希望者は21名でしたが、実際の参加者は11名、クリーン作戦は雨空をにらみながら中止としました。

その後の交流会は高齢者交流センター「あじさい」の部屋を予約してありましたが、コロナウイルス感染予防上利用できませんでした。「あじさい」の入り口スペースに集まり、ソーシャルディスタンスを考慮して立ち話をしました。資料をもとにナルク水戸の行事やCブロックの行事などを確認、皆で楽しく食事をしながらの歓談は出来ませんでした。今年度も頑張ろうと解散しました。



随想 父に靈感?

Aブロック 林 初恵

父が学校を卒業してからの新任地は新潟だった。下宿先がお寺に決まり、ある夜休んでいると、サラサラと畳の上を引きずるような音、そしてチーンというお鈴の音。その後家族と思われる人が訪れ、〇〇が亡くなりましたと告げに来たという。

またある時、帰宅途中雨の中お墓の前を通りかかった時、青い火の玉がフワフワと浮いていたので、し

9月8日(火)朝7時。残暑のサルスベリの花の下、7名でラジオ体操からスタートし、ごみ拾いのウォーキングをしました。今年には特に真夏からずーっと猛暑続きだったせいか、公園内のごみは本当に少なかったです。



都々逸 助川 浩史
猛暑酷暑も コロナも避けて
秋の味覚に 酔いしれる
光の見える コロナの怖さ
自粛生活 まだ続く
残暑まだあり コロナもあって
アベノマスクが 汗をかいて
こんな時代に 農家の人の
作る新米 うまい味
昼は籠もって 夜には外へ
庭に虫の音 秋の月

ばらく眺めていたという。昔は土葬のため、燐が燃えるのだと私も聞いたことがある。現在は火葬のためそのようなことはないらしい。

私が20代初め、母の実家(お寺)に泊まった時のこと、夜中に若い女のすすり泣く声が聞こえ、いくら耳を澄ましてそれしか聞こえず、次の日叔父に話すと、「そんな馬鹿な」と一笑され、その夜耳を澄まして聞いたところ、なんと蛙の声でした。

幽霊の 正体見たり 枯れ尾花 横井 也有