

# 告知板

★**赤い羽根街頭募金の協力について**  
 今年はコロナ感染防止のため、規模を縮小して実施します。  
 日時：10月1日(土) 13:30～  
 場所：水戸駅北口、南口

★**10月のナルクみとサロン**  
 10月15日(土)10:00～12:00  
 「高齢者の栄養バランスについて」  
 講師：城東薬局 中山栄養士  
 場所：ナルク事務所  
 ※メ切：10月12日(水)



事務所にて

★**運営委員研修会のご案内**  
 7月コロナ禍のため中止した「研修会」を下記の日程で開催します。  
 日時：10月21日(金) 10:00～  
 場所：みまつホテル

★**10月の定例会前講座**  
 10月30日(日)13:30～14:30  
 ミオス大研修室  
 内容：「腸活について」  
 講師：「ふうりん」宮里 紗希 保健師  
 腸を元気にするにはというお話を1時間。ご期待ください。

★**10月定例会の参加時に注意!**  
 10/30には「水戸黄門漫遊マラソン」が開催されます。千波湖周辺及び50号線、三の丸付近は、交通規制がありますので、定例会参加時には「規制情報」にご注意下さい。

★**子育て支援「親子で絵本」**  
 コロナ感染防止のため、水戸市役所での「親子で絵本」は、**12月末までお休み**にします。

★**タイ・ラオスへ衣類を送る運動の中止**  
 タイ・ラオスへ救援衣類を送る運動は3年連続で輸送費の増大などにより中止されました。なお、事務所のフリーマーケットは引き続き実施しますので今後もよろしくお願いいたします。

**新入会員紹介**(敬称略・ABCDEは所属ブロック)  
 どうぞよろしくお願いいたします。  
 小林 幸彦 (元吉田 A)  
 会員数 8月末 現在659名  
 (世帯数483)

## 行事予定

月	日	曜	行事	場所	時間
9	29	木	寄付金メ切	事務所	15:00迄
10	1	土	赤い羽根共同募金	水戸駅前	13:30～
	7	金	編集会議/三役会議	事務所	13:30～
	15	土	ナルクみとサロン	事務所	10:00～
	21	金	運営委員研修会	みまつホテル	10:00～
	28	金	寄付金メ切	事務所	15:00迄
30	日	定例会(定例会前講座)	ミオス	13:30～	

## 施設訪問

月	日	曜	演目	訪問先	時間
10			歌・踊り	お休み	

## 子育て支援活動

月	日	曜	会場	午前	午後
10				お休み	

## ブロック活動

	月	日	曜	行事	場所	時間
A	10			お休み		
B	10	25	火	交流会	吾妻寿司	11:00～
C	10			お休み		
D	10	8	土	クリーン作戦	東海村	10:30～
	10	8	土	交流会	東海村舟石川	11:30～
E	10	5	水	クリーン作戦	旭公民館	7:00～
	10	5	水	交流会	旭公民館	11:30～

## 趣味の会

名称	月	日	場所	時間
ゴルフ	10	17	水戸レイクス	9:20～
フラダンス	10	19・31	吉沢市民センター	13:30～
コーラス	10	7	上大野市民センター	13:30～
新舞踊	10		未定	13:30～
大正琴	10	8・22	事務所	9:30～
手話クラブ	10	13・27	事務所	13:30～
健康麻雀	10	11・25	葉山荘	13:30～
でんでん虫	10	22	あかね荘	10:30～
カラオケ	10	13・27	夢来人(むらびと)	13:30～
グランドゴルフ	10	13	ホロルの湯	10:00～

次回の定例会 10月30日(日) ミオス (赤塚)

生きがい

# 遊 奉

自立 奉仕 助け合い

NPO法人 NALC  
(Nippon Active Life Club)  
**ナルク水戸**  
事務所 〒310-0815 水戸市本町 3-3-9  
TEL&FAX 029-233-7696  
E-Mail nalcmto@nifty.com  
←【ナルク水戸ホームページのQRコード】

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。

### 「活動パネル展」開催

Cブロック 大角 峰央  
 令和4年度の水戸市社会福祉協議会ボランティアセンターに登録している団体の活動の様子を紹介する「活動パネル展」が、コロナ禍の今年も7月12日から8月21日まで水戸市福祉ボランティア会館(赤塚ミオス2F)で、8月22日から9月9日までは水戸市役所1階多目的ホールの2か所で開催されました。  
 ナルク水戸も毎年参加しています。各々のボランティア活動サークルを市民に理解していただくという趣旨のもと、昨年度は57団体が、今年度は53団体が参加しています。キャッチフレーズは「あなたも趣味や特技を生かして、多くの人たちと出会い、新しい自分を発見してみませんか?」となっていて、私は市役所の多目的ホールに見学に行きました。1階フロア窓業務の奥のホールで開催され、各団体の趣向を凝らしたポスターにより、ボランティアの内容をくわしく紹介しており、大変興味深いものがたくさんありました。

### 新入会員研修に参加して

Bブロック 岸野 きみ  
 8月28日(日)研修会に参加しました。昨年11月から事務所当番をしていたので、ナルクのボランティアについて、少しはわかっているつもりでした。でも、大藪顧問の説明を聞いたとなかなか大変だと思いました。  
 また、和田代表からそれぞれのボランティアについても注意事項があり、我々のできること、できないことを理解することが大事だと思いました。これからもよろしくお願いいたします。  
 Aブロック 小林 幸彦  
 8月に加入しました。定年後はパートでデイサービスの運転手をしておりましたが、昨年退職しました。何もしないでいると、脳の萎縮が進んでしまうのと、社会的なつながりも持ちたいので、応募しました。前職の経験を活かし、主に「送迎」で頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。



**活動会員の皆様へ** 今年8月、水戸市でシルバー人材センターの方が、植木剪定中に三脚(高さ3.6m)から落ちて頭を打ち亡くなるという事故がありヘルメットは着用されていなかったようです。ナルクの会員が同様の作業をされる時は、常に安全性を保ち、必ずヘルメットを着用し作業をお願いします。

思い出の情景シリーズ⑩

オーロラの旅

Dブロック 大内 素子
東日本大震災の前月、叔母と子どもの頃からの念願だったオーロラの旅に出た。ツアーだが添乗員なしの2人のみ。英語のできない2人がシアトルで飛行機乗り換えができるか心配したが、飛行機の中で4人組の男子大学生と1人旅の女子大生と知り合い頼りにした。チュナ温泉では、露天岩風呂に立って入り、寒さで髪は真っ白になったがよい湯だった。犬ぞりに乗ったり、氷の博物館では氷のグラスでカクテルを乾杯。「1週間いてもまだオーロラを見ていない」と言う観光客が帰路に着いた後からオーロラ出現。バスからあの人達見られたかな？

次の日のフェアバンクスでもグリーンカーテンがゆらゆら揺れるようにオーロラが次々出現し、思い切り堪能した。シアトルではバスに乗って買い物や厚いステーキに舌鼓。歩き回っているので心配した警官が付いて来たほど。

家に帰って、高感度カメラ持参の男子学生がどんな素晴らしいオーロラを撮ったか私のデジカメ写真と写メール交換。「大内さんの方が素晴らしい。撮影に失敗したので、又リベンジしてきます」との返信。兎にも角にも2人だけで自由に楽しい珍道中だった。



【時間預託総累計時間 135, 123時間】

Table with columns for 2022/8 and 2022/4-8, listing various activities like '送迎', '食事', '家事', '買い物', etc., with corresponding counts and times.

Table with columns for 2022/8 and 2022/4-8, listing '奉仕活動' (volunteer work) items like '福祉', '子育て', '環境', etc., with counts and times.

第一回「運営委員会」開催

7月の定時総会後、今年度初めての運営委員会を8月19日にミオスで開催しました。

2022～2023年度ナルク水戸の運営体制の中で、新運営委員に就任した3名の方々の自己紹介・抱負に始まりました。代表からは、7月に中止になった「運営委員研修会」の再開の考えや茨城エリア(ひたち・かしま・水戸)会議の今後の予定、本部の「ナルク発展プロジェクト」募集について報告があり、最後に2022～2023年度ナルク水戸の「業務役割分担表」の素案をもとに討議を深めました。事務局



運営委員として

Bブロック 櫻村 明子

二年前、新型コロナにより緊急事態宣言などで付近からは人が消え、そしてナルクの活動にも大きく支障をきたしました。しかし三年を迎えても一向に収束の兆しささえ見えてこない今、世の中はwithコロナ、を意識して活動を再開しております。ナルクの活動も見識を新たに方向を変えていかなければならない時期のような気がします。そしてこのような時期に運営委員を引き受けた事に私はいささかの責任を感じております。会員の皆様は、今一番何を要求されているのか？試行錯誤しているところでございます。新人として活動をしてまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。

夫の兄 日高安典と「無言館」

Bブロック 日高 昌子

夫の兄、日高安典は男ばかり6人兄弟の次男、私の夫は末っ子でした。教育者だった義父は厳しかったそうです。兄弟で将棋をして遊んでいたら、父は烈火のごとく怒り、将棋盤も駒も燃やされ、その夜のお風呂は「将棋風呂だ!」と言い合ったそうです。

その父が兄の願いを聞いて「東京美術学校」に送り出す。その時代に種子島から東京に送り出すのは家族も本人もどんな覚悟だったことでしょうか。

その兄は幾多の絵を東京の借家と種子島の実家に残して出征しました。「生きて帰ったら絵の続きを描くから」と言い残して。従軍中は画才を認められ将校の会議室に掛ける絵を描いたそうです。昭和20年4月フィリピン・ルソン島で戦死。27歳でした。

1997年5月に、長野県上田市に戦没画学生慰霊美術館「無言館」が開館しました。館長の窪島誠一郎さんと、画学生として出征し生還された画家の野見山暁治さんが全国各地を巡り、誠意と熱意で集めた絵が収納・展示されています。遺された作品を守ってこられたご家族は絵を手放すことにためらいも苦痛もあったことでしょうか。

開館の2年前の1995年に窪島さんは、はるばる種子島の日高安典の実家を訪ねてみました。実家を守っていた夫のすぐ上の兄、稔典は東京から持ち帰った絵や出征直前まで描いて特に大切にしていた「裸婦」などを託しました。「裸婦」の女性は兄の恋人だったのでしょうか。その種子島の実家は守る人もいなくなり、今年取り壊されました。

若い画学生たちの想いの詰まった多くの絵は今も無言で、見る人の心にさまざまな想いを掻き立てています。皆さんもコロナが落ち着きましたら、是非「無言館」にお出かけになって下さい。



「無言館」に想う

Aブロック 小貫 清美

無言館の裸婦の油絵百日紅
生きて帰ればこの絵の続きを描き、幸せな結婚生活もあったであろう日高安典さんの絵を見て..百日紅の命に比べ何とはかない27歳で...

無言館の団らの絵や青胡桃
貧しい農家に育った伊澤洋さんは、こんなふうな団欒のひとつきなどなかったそう。生きて帰れば、この様な団欒のひとつきも味わうこともあったであろうに...青胡桃のまま26歳で...伊澤洋さんの絵を見て

Dブロッククリーン作戦・交流会

Dブロック 宮田 経詔

コロナウイルス感染が沈静化するどころか、お盆を過ぎてから増え始めましたので8月20日のクリーン作戦は無理かと思われましたが、特に政府からの規制も発行されませんでしたので、計画通り実施しました。場所はJR東海駅西口から国道6号線に至る道路でゴミ拾い活動を8名の参加者にて朝7時から行いました。早朝のスタートでしたので、涼しいうちに終わる事ができました。次回のクリーン作戦は10月8日に東海村で行いますが、交流会も合わせて実施します。



Eブロッククリーン作戦・交流会

Eブロック 藤野 悦子

朝7時、既に太陽はかがやき35度の気温の中、旭公民館花壇のクリーン作戦を実施しました。参加者は6名で全身汗まみれでしたが、向日葵、鶏頭、サルビア、マリーゴールド等々先日植えた花苗のまわりの雑草を見事に取り終えた後の気持ちのよいこと、感動です。

作業の後、花苗にたっぷりの水やりをした後に全員集合で、交流を深めました。

今までは、なかなかクリーン作戦には参加出来ませんでした

有意義な半日でした。皆さん笑顔で10時に解散しました。素晴らしい花が咲きますように!



都々逸
水戸の納豆 小粒が元氣
ワラで包んだ 土産物
強い日差しと 恵みの雨に
今年上々 稲の出来
歌うカラオケ 声張り上げて
寺の坊主は 飲み仲間
三味と太鼓に 磯節のせた
郷土民謡 聞き惚れる
雨が上がった お通夜の帰り
泣いているよな 秋の月

都々逸
助川 浩史