

# 告知板

## ★事務所夏休みのお知らせ

8月11日(金)～16日(水)

事務所はお盆休みです。

この間提供活動をされる方は事故や怪我のないようによろしくをお願いします。

緊急連絡先

和田代表 ☎090-5331-4908

五十嵐事務局長 ☎029-221-8077

## ★8月のナルクみとサロンのお知らせ

内容：暑い夏、「笑いヨガ」で乗り切ろう

日時：8月19日 10:00～12:00

場所：事務所

講師：Cブロック長 古田土 光枝会員

≠切：8月10日 会費：200円

## ★会員募集説明会のお知らせ

日時：8月23日(水)13:30～15:30

8月24日(木)13:30～15:00

場所：ナルク事務所

会員皆さまの友人、知人、ご家族等でボランティアに興味のある方を、この機会にぜひご紹介ください。

## ★8月の定例会前講座のお知らせ

テーマ：県内文化財を守るための取り組み

講師：茨城県教育庁文化課 栗原 悠 様

日時：8月27日(日) 13:30～14:30

場所：ミオス大研修室

内容：県内の史跡等を画像を映しながらわかりやすく説明します。

## 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致します。

高田 美沙子 (A) 吉田

佐々木 博 (D) ひたちなか市市毛

佐々木 勝代 (D) ひたちなか市市毛

関根 陽子 (A) 元石川町

会沢 節子 (B) 河和田町

伊藤 義博 (C) 青柳町

萩谷 慎一 (B) 笠原町

廣木 政雄 (B) 小吹町

廣木 ひとみ (B) 小吹町

川島 寛 (A) 吉沢町

川島 まさ子 (A) 吉沢町

田崎 由喜子 (B) 千波町

会員数 6月末現在 595名  
(世帯数 439)

# 行事予定

月	日	曜	内容	場所	時間
8	4	金	編集会議/三役会議	事務所	13:30～
夏季休暇 (8/11～8/16)					
8	18	金	運営委員会/三役会議	ミオス(中)	13:30～
8	19	土	ナルクみとサロン	事務所	10:00～
8	23	水	会員募集説明会	事務所	13:30～
8	24	木	会員募集説明会	事務所	13:30～
8	27	日	定例会(前講座有)	告知板参照	13:30～
8	30	水	寄付金 ≠ 切	事務所	15:00迄

9	1	金	編集会議/三役会議	事務所	13:30～
9	15	金	運営委員研修会	みまつホテル	10:00～
9	24	日	定例会→新入会員研修	ミオス(大)	13:30～
9	25	月	ナルクみとサロン	酒門市民センター	13:00～
9	28	木	寄付金 ≠ 切	事務所	15:00迄

## 施設訪問

月	日	曜	演目	訪問先	時間
8				お休み	

## 子育て支援活動

月	日	曜	内容	場所	午前	午後
8	7	月	親子で絵本	水戸市役所 会議室605	9:30	13:30
8	10	木			～	～
8	28	月			12:00	16:00

## ブロック活動

月	日	曜	行事	場所	時間
8	A 25	金	交流会	京成ホテルアンドミー	11:00～
8	B		お休み		
8	C		お休み		
8	D 19	土	クリーン作戦	東海村	8:00～
8	E 2	水	クリーン作戦	旭公民館	7:00～

## 趣味の会

月	名称	日	場所	時間
8	ゴルフ		お休み	
8	フラダンス		お休み	
8	コーラス	9・30	竹隈市民センター	13:30～
8	大正琴	12・26	事務所	9:30～
8	手話クラブ		お休み	
8	健康麻雀	8・22	葉山荘	13:30～
8	でんでん虫	26	あかね荘	10:30～
8	カラオケ	10・24	夢来人(むらびと)	13:30～
8	グラウンドゴルフ		お休み	

次回の定例会 8月27日(日) ミオス(赤塚)

生きがい 2023年7月号

# 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 [nalcmito@nifty.com](mailto:nalcmito@nifty.com)  
【ナルク水戸ホームページのQRコード】

第269号 2023年7月30日発行

ナルク水戸のロゴカン、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。

# 神野会長がご逝去されました



総会でごあいさつの神野会長

ナルク本部、神野会長は7月7日 急性心筋梗塞でご逝去されました。神野会長は 2017 年に本部会長に就任されナルクの発展に尽力されました。今後のナルクについても心配され「発展プロジェクト」を発足しています。茨城地区連絡協議会の本部担当役員として、何度も茨城にお出でいただきました。6月25日の水戸の定時総会に、また7月4日には茨城地区連絡協議会の会議にご出席いただき、お元気に水戸へ来られたばかりで、ほんとうに信じられません。謹んでご冥福をお祈りいたします。合掌

# 第23回定時総会開催！

6月25日(日) 水戸市千波町のセキショウ・ウエルビーイング福祉会館(県総合福祉会館)で 119 名が出席し、今年も本部から神野会長に出席いただき、コロナが下火になったとは言え、通常の総会より簡素化して開催しました。

総会は五十嵐事務局長の司会、宮田議長の進行で、議案書の活動経過報告、決算書、新年度の活動計画、予算書の審議が満場一致で採決され、事実上 23 年度がスタートしました。

総会終了後、神野会長の特別講演で、特に来年本部は 30 周年を控えて、すでに 5 月号のナルク紙に掲載されていますが、ナルクの「発展プロジェクト」についての詳細説明がありました。

その後趣味の会の皆さんの日頃の成果発表があり、13時に終了しました。(2 頁に趣味の会発表の写真を掲載)



会場風景



和田代表



宮田議長



五十嵐事務局長

## 総会後の芸能発表に参加

Cブロック 山崎 正一  
第23回ナルク水戸定時総会閉会后、大数顧問の司会により日頃レッスンしている演目の芸能発表会が開催されました。私のCブロックでは、日頃施設の慰問活動をしております新舞踊と民謡で参加いたしました。新舞踊は、ベテランの吉川さん(月冨えて)、新加入の粉川さん(天翔舞)の余裕のある踊りをお見せしました。(舞台がないのが残念)

民謡は友部先生(三味線)、立原さん・吉川さん(太鼓)、梅原さん(鉦、鈴)大森さん(お囃子)、(唄)はその他大勢で宮城県民謡「斉太郎節」、宮城県民謡「シャンシャン馬道中唄」二曲を福祉会館が割れるような声で歌う事が出来ました。因みに、慰問でお邪魔すると帰りに涙を流して、また来て下さいと手を握られ感激いっぱいです。これからも日頃のレッスンを頑張ります。



### 定時総会で芸能クラブ発表



時間預託総累計時間 140,601時間

6月分実績	2023/6							2023/4-6						
	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	66	29	205	271	0	81	114	58	380	477	77		
	食事づくり	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	家事掃除	4	3	10	11	0	73	12	12	22	26	1		
	買物手伝い	6	5	7	13	0	87	6	6	12	18	79		
	植木・草とり	5	6	12	17	0	27	13	6	24	94	58		
	子育て	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	介助・見守り	2	2	2	4	0	100	3	3	3	8	86		
	便利屋	3	3	5	12	0	100	13	13	33	60	17		
送迎フリカエ	10	5	26	48	48	282	18	11	37	56	56			
小計	96	53	267	376	48	82	179	109	511	739	98			
ミニ教室	三味線	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	パソコン	1	2	4	6	0	600	0	0	0	0	600		
	踊り・コーラス	9	5	9	18	18	113	17	9	16	34	96		
小計	10	7	13	24	18	141	17	9	16	34	105			
生活アドバイザー	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
合計	106	60	280	400	66	84	196	118	527	773	132			
ナルク活動	事務所当番	1	30	60	120	0	250	2	54	107	214	0		
	コーディネート	4	5	5	5	0	105	2	2	2	2	100		
	事務所作業	2	24	21	94	0	86	4	51	44	233	0		
	小計	7	59	86	219	0	97	8	107	153	449	0		
総合計	113	119	366	619	66	85	204	225	680	1,222	132			

項目	2023/6					2023/4-6				
	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	12	1	60	0	34	3	104	473	
	子育て	5	6	21	117	20	18	78	144	
	環境	5	1	10	48	92	8	199	337	
	その他	9	0	10	1,000	41	28	72	72	
	ナルク活動	142	82	555	127	389	259	1,752	140	
総合計	173	90	656	138	0	576	288	2,161	151	

### 思い出の情景シリーズ②

#### 私の中の「こづかいさん」

Dブロック 江森 恒一

私の子どもの頃は小学校に「こづかいさん」という人がいました。木造校舎の端にあった小使い室は、いつもお湯を温めた大釜があったためか、空気がしっとりとしていました。私たちの「こづかいさん」はお歳でしたが、板塀の補修から子どもゲンカの仲裁まで、まめやかな人でしたから、子ども心にも近い存在でした。そういえば、授業の始まりを告げる真鍮の手鈴を鳴らしていたのも「こづかいさん」でした。

高校生の春休みに、自転車にテントを積んで伊豆一周の旅をしたことがあります。長野から南下して初日の目的地・富士河口湖に向かう途中、御坂峠に差し掛かった頃にはとっぴりと日が暮れて、さてどうしたものかと不安の中を進んでいると、坂の道沿いに小学校が現れました。人の気配がする校舎に向かうと、そこは4、5畳の小使い室でした。必死さは伝わったのでしょうか。「この部屋に泊まったらいいだろう・・・」

その後も雪の峠越えを強いられるなど、平坦ではありませんでしたが、お風呂に食事まで頂いたこの時のぬくもりが、折に触れて私を励ましてくれたのでした。

会員の皆さん 定例会に出席しましょう！

### Eブロッククリーン作戦

Eブロック 福井 供子

天候不順のため日程が大幅に変更され18日(日)に5名参加で実施しました。去年のこぼれ種からか、黄色い花が花壇全面を覆って咲いていて見事です。その反面、私たちが種をまいたケイトウ、サルビアが見当たりません。このため、明らかに雑草だと分かる草を取ってクリーン作戦を終了しました。その後、公民館のベンチで交流会。各自持参したお弁当、茶菓子、飲み物などで歓談することが慣例になりました。皆さん、暑い中お疲れさまでした。



### ゆうあいカラオケ歌謡大会

Dブロック 大藪 寿美

7/2(日)、セキショウ・ウェルビーイング福祉会館にて県内の障がい者の方たちのカラオケ歌謡大会のお手伝いをしました。コロナ禍で3年ぶりの開催とあってこの行事を待ち望んでいた方も多かったようです。ナルクからは、5名が参加し、下準備、受付、呼び出し、出演者の介助、後片付けなどを8:30~15:30まで行いました。

朝9:30からの受付開始なのに8時過ぎから人が押しかけ大盛況でした。ナルク会員からは「お手伝いできてよかった」との感想がありました。皆さん、お疲れさまでした。



### 随想 ナルクとともに充実人生

Aブロック 小林 幸彦

私は以前、デイサービスの運転手をしておりましたが、体力的に限界を感じ退職しました。その後、何もしないでいたところ、次第に頭がボーッと生きてきて、声もかすれてきました。このままでは老化が一気に進んでしまうとの危機感を抱き、生きがいを求めて、あれこれ探していたところ、ナルク水戸の存在を知りました。ナルク水戸は特に「送迎」で実績を上げていると聞き、これなら私にでもできると思い、昨年8月に入会しました。

あれから間もなく1年、車中でいろいろな方とお話しをしたり、また効率的な送迎経路を考えたりと、ちょうど良い前頭葉の刺激になります。

また部活動ではコーラス部に入りましたが、こちらも楽しくて、声も正常に戻りました。これからもナルクで充実したボランティア人生を送っていきたいと思います。

♪ 人生ナルクが必要だ～

### 6月のナルクみとサロン

Aブロック 滝本 洋子

6/13(火)10時、心配した雨も止みブルーベリー摘みに出発。参加者12名。石岡市染谷のブルーベリーの「伊藤園」に到着し、さっそく朝取りのカゴ一杯のブルーベリーをいただきました。皆さん、「大きい」「新鮮」「美味しい」と歓声を上げながら舌つづみ。

一休みしているうちに昼食となり、園のお手製の五目ご飯、ジャガイモと大根の煮物などを畑にあるテントの中で楽しくいただきました。

いよいよブルーベリーの摘み取りです。歩きながら実を摘み取って食べ、テントに戻って一休みしてから、またブルーベリーを摘み取って食べて・・・。後から、駆けつけて下さった和田代表ご夫妻も到着されて、一緒に楽しい時間を過ごしました。ブルーベリーの苗やジャガイモなどを買い、満足の日でした。参加した皆さん、お疲れさまでした。



### 都々逸節の元祖

遊奉3ページに毎月欠かさず掲載されている助川浩史さんの「都々逸」を毎月楽しみにして読んでいる方も多いことでしょう。その都々逸の元祖についてのお話です。

#### 都々逸坊扇歌 (1804~1852)

水戸領磯部村(常陸太田市磯部町)に生まれました。幼い頃、疱瘡にかかり失明同様となりましたが、芸の道を志し、当時流行していた「よしこの節」「いたご節」を転化させた「都々逸節」を考案して都々逸坊扇歌と名乗りました。

都々逸は口語による定型詩(七・七・七・五)で、三味線と共に寄席などで演じられました。

持ち前の美声と、聴衆からのなぞかけを即座に解いてしまう頭の回転の速さによって江戸庶民の人気を博しました。しかし、「上は金 下は杭なし 吾妻橋」などと当時の政治や社会を痛烈に批判したため、江戸追放の身となり、姉の嫁ぎ先(現在の東京都府中市)に身を寄せたが1852年に48歳で亡くなりました。(石岡ふるさと歴史館展示の文章から)

(編集委員 山口 操子記)

都々逸  
嫌だけれども 夏の最中の 夏の最中の 夏の最中の  
たまの外出 化粧崩した 夏の汗  
父が愛した 今も逢う者な 息子届けた 杖は誕生  
恥ずかしいのか 横を向いてる 百合の花