

告知板

★3月ナルクみとサロン

日時：3月15日(土)10:00～12:00
 場所：上大野市民センター
 会費：200円
 3月は上大野市民センターの調理室で簡単な料理実習です。どうぞお楽しみに！
 参加申込〆切：3月10日(月)迄に事務所へ

★子育て支援メンバー研修・交流会のお知らせ

日時：3月19日(水) 13:30～15:00
 場所：ミオス 第3ボランティア室
 内容：2025年度の「親子で絵本」の当番決めもを行います。メンバーの方は、ご出席よろしくお願致します。

★3月の定例会前講座

内容：昨年に続きニュースポーツ。
 (ポッチャ・シャッフルボードをします)
 日時：3月30日(日) 13:30～15:30
 場所：ミオス大研修室
 講師：あんしあ会 木ノ内代表他
 申込：事務所まで。〆切は3月21日(金)

★ブロック役員会のご案内

日時：3月21日(金)14:30～
 ・運営委員会終了後に開催します
 ・各ブロックの問題点を整理、討議します
 ・役員は参加ください

★常陸てまり作品展のお知らせ



日本の伝統工芸品の常陸てまりの展示会
 期間：3月4日(火)～9日(日)10:00～16:00
 会場：偕楽園公園センター
 主催：常陸てまりの二川良子と仲間たち
 後援：水戸市・水戸市教育委員会
 天台宗 多宝院護国寺



三の丸の梅

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。
 須藤 富士男 栗崎町 (A)
 須藤 千代 栗崎町 (A)
 会員数 1月末現在 548名
 (世帯数 409)

行事予定

月	日	曜	行事	場所	時間
3	7	金	編集会議/25記念誌編集	事務所	13:30～
	7	金	三役会議	事務所	15:30～
	15	土	ナルクみとサロン	上大野市民センター	10:00～
	15	土	野中会長+関東地区会議	リモート(事務所)	10:00～
	19	水	子育て支援G研修・交流会	ミオス(3ボラ)	13:30～
4	21	金	運営委員会/ブロック役員会	ミオス(中)	13:30～
	28	金	寄付金〆切	事務所	15:00迄
	30	日	定例会-前講座あり	ミオス(大)	13:30～
	4	金	編集会議/25記念誌編集	事務所	13:30～
	4	金	三役会議	事務所	15:30～
	18	金	運営委員会/三役会議	ミオス(中)	13:30～
	19	土	ナルクみとサロン	事務所	10:00～
	20	日	全国ナルクデー	七ツ洞公園	10:00～
	27	日	定例会-後DVD視聴あり	ミオス(大)	13:30～
	28	月	寄付金〆切	事務所	15:00迄

子育て支援活動

月	日	曜	内容	会場	午前	午後
3	3	月	親子で絵本	水戸市役所会議室502	9:30	13:30
	10	月	親子で絵本	水戸市役所会議室501	12:00	15:30
	17	水	親子で絵本			

ブロック活動

月	日	曜	行事	場所	時間	
3	A	29	土	クリーン作戦	東部図書館前	9:00～
	B			お休み		
	C			お休み		
	D			お休み		
	E			お休み		

趣味の会

月	名称	日	場所	時間
3	ゴルフ		お休み	
	フラダンス	11・25	吉沢市民センター	13:30～
	コーラス	5・26	上大野市民センター	13:30～
	大正琴	8・22	事務所	9:30～
	手話クラブ	13・27	事務所	13:30～
	健康麻雀	11・25	葉山荘	13:30～
	カラオケ	13・27	夢来人(むらびと)	13:30～
グラウンドゴルフ	13	ホロルの湯	10:00～	



次回の定例会 3月30日 ミオス 赤塚

生きがい 2025年2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 nalcmto@nifty.com
 ー【ナルク水戸ホームページのQRコード】
 第288号 2025年2月22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。

1月の定例会前講座

「常陸みんわの会」の昔語りを聞いて

寒さ厳しい1月26日定例会前講座昔語りが22名出席のもと、開催されました。
 常陸みんわの会代表の吉成智枝子さん(東海村在住)がきて昔語りをしてくださいました。
 壁には子供向けのお話の時に使う、手作りの布絵もかざられました。
 こぶとり爺さん、かさじぞう、袋のきつねなど、30点ある中から持参してくださいました。とても楽しい布絵でした。
 事務局 小貫 清美



Aブロック 山口 操子

明るいにこやかな表情で「私はステージ4の末期がんで、84歳です。」と、話し出された講師の吉成智枝子さん。ちょっと驚きました。でも、そのあとはゆったりとのどかな標準語混じりの東北弁で岩手県遠野地方をはじめ東北各県の「フツ」「ノイッ」「ワッハッハー」と笑ってしまうお話が続きました。大人向けの昔ばなしを選んでくださったそうです。
 聞いている皆さんの表情が楽しそう！身を乗り出したり大きくなずいたり！おばあさんから話をしてもらっていた子どもの頃に戻ったような時間でした。



講師の吉成智枝子さん

4月20日(日)は全国ナルクデー

会場：七ツ洞公園 水戸市下国井町

茨城北関東地区連絡会議に参加して



事務局 渡部 はるみ

1月23日(木)に栃木県小山市で栃木、群馬、茨城の5拠点(宇都宮、小山、利根沼田、ひたち、水戸)の13名が集い、本部の和田副会長をお招きして、各拠点の現状報告、課題、質疑等を話し合いました。(水戸からは和田代表、五十嵐副代表、渡部の3名参加)

各県や市町村によっても状況が異なるため、すぐに自分たちの拠点で同じことができる訳ではないのですが、それぞれ工夫して活動していることがわかり、とても参考になりました。

資金は残しても仕方ないので、収入に見合った活動で毎年使ってしまうといい、という方針でやっている、子ども食堂があるのだから、じーばー食堂があってもいいのでは、とポイント活動として1回1～2名を対象に食事に招待する(ポイント無い人は寄付金で)

平均年齢が上がってきて、今までやっていた活動も難しくなっている。今現在受けている方への援助は継続していくが、新規の依頼は受けられない。

ナルクの活動と生活支援の活動のバランスを考えて並行して活動してもらおうよう配慮する、などなど、各拠点の実情や工夫を聴いて、参考になる点は取り入れるが、各拠点の独自性も尊重して活動していくことになりました。

今後は、年に1回は顔を合わせて、後はオンラインで、との意見もあり、本部とも相談して設定していくことになりました。

- 集合—7ツ洞公園駐車場 10:00
- 交通は各ブロックで手配します。
- クリーン作戦を実施します
- 参加費-無料 弁当飲み物を準備します

