

告 知 板

★**9/18 運営委員研修会のお知らせ**
日時：9月18日（木）13：30～18：00
場所：みまつホテル（水戸市銀杏坂）
今年は、本部の西村副会長からの講演があります。
例年と違い午後から開催します。
参加対象者：運営委員全員です。
※9月5日（金）までに欠けを連絡下さい。

★**9月のナルクみとサロン**
日時：9月20日（土）10：00～12：00
場所：ナルク事務所
内容：折り紙教室
講師：坂爪文子さん
会費：200円 参加申込みを9/12（金）までに事務所へ

★**9月の定例会前講座**
日時：9月28日（日）13:30～14：00
場所：ミオス大研修室
講師：日高昌子さん
7月号遊奉に【無言館への旅】を投稿された日高昌子さんに、スライドを交えてこの美術館のお話を聴かせて頂けることになりました。お誘い合わせてご参加ください。

★**9/28 新入会員研修会**
9月28日（日）の定例会後に2024年4月以降に入会された方を対象に研修会を開催します。この期間以外に入会の方も希望者は参加できますので、事務局まで連絡下さい。

★**当番体制変更について**
今まで月初めは午前・午後とも1人体制でしたが、9月すべて2人体制にします。
事務所当番にご協力をお願いします。



新入会員紹介（敬称略 ABCDEは所属ブロック）

7月中入会した会員はいませんでした
会員数 7月末現在 517名
 （世帯数 382 ）

行事予定

月	日	曜	行 事	場 所	時間
9	5	金	編集会議 / 三役会議	事 務 所	13:30～
	18	木	運 営 委 員 研 修 会	みまつホテル	13:30～
	20	土	ナルクみとサロン	事 務 所	10:00～
	28	日	定例会/前:日高さんのお話	ミオス(大)	13:30～
	29	月	寄 付 金 〆 切	事 務 所	15:00迄
10	3	金	編集会議 / 三役会議	事 務 所	13:30～
	17	金	運営委員会/三役会議	ミオス(中)	13:30～
	18	土	ナルクみとサロン	事 務 所	10:00～
	18	土	秋のアトリエコンサート	アトリエ浅田	13:00～
	26	日	定 例 会	ミオス(大)	13:30～
	30	木	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
9	8	月	親子で絵本	水戸市役所会議室603	9:30	13:30
	18	木		水戸市役所会議室501	〃	〃
	25	木		水戸市役所会議室202	12:00	15:30

ブロック活動

月		日	曜	行 事	場 所	時間
9	A	27	土	クリーン作戦	東部図書館前	9:00～
	B	25	木	交 流 会	くれよん工房	11:00～
	C			お 休 み		
	D			お 休 み		
	E			お 休 み		

趣味の会

月	名称	日	場 所	時間
9	フラダンス	9	吉沢市民センター	13:30～
	コーラス	3	下大野市民センター	13:30～
		17	上大野市民センター	
	大 正 琴	13・27	事 務 所	9:30～
	手話クラブ	11・25	事 務 所	13:30～
	健康麻雀	9	葉 山 荘	13:30～
	カラオケ	11・25	夢来人(むらびと)	13:30～
	グラウンドゴルフ	11	ホ 口 ル の 湯	10:00～



次回の定例会 9月28日 ミオス 赤塚

生きがい 2025 年 8 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
ー【ナルク水戸ホームページのQRコード】
第294号 2025年8月31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、

ボランティアサークルパネル展

事務局 大角 峰史

「ボランティアに興味関心がある方、ボランティアを始めてみたい方は、ぜひご覧ください」との呼びかけで令和7年度「ボランティアサークル活動パネル展」が開催されました。これは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「パネル展」であり、第1弾として7月23日から8月17日まで水戸市赤塚ミオス2階ホールで展示がありました。参加団体は昨年同様さまざまな56団体の参加でした。

7月27日（日）の定例会は、このパネル展の期間中でしたので、参加者全員で時間をとり見て回り、とても有意義な時間を過ごせました。第2弾は11月11日から11月19日まで水戸市役所1F多目的ホールで開催されます。このような期間をおいての開催は今年度が初めての試みです。キャッチフレーズ「サークル活動内容を知ること新たな発見につながられます」の観点で見にいきませんか。なお、当拠点も「ナルク水戸設立25周年」を記念しポスター図案を一新して参加しています。



寄付贈呈式



茨城県社会福祉協議会



水戸市社会福祉協議会



東部高齢者支援センター

代表 和田 修身

去る6月28日の第25回定時総会並びに設立25周年記念式典を挙行了際に発表した寄付について、この度茨城県社会福祉協議会の事務所で榊原副会長へ、水戸市社会福祉協議会事務所で保立会長へ、また東部高齢者支援センターで日高センター長へ、日頃のお礼として大藪顧問、大角事務局長と一緒に事務所を訪問して寄付をお渡ししました。

秋田懐かし

Bブロック ねもと ときこ
根本 時子

父の仕事の都合で転校四校目が、秋田県の田沢小学校でした。住まいから学校まで往復8キロ。初めて登校して帰った日に父から「よく反対側に行かなかったね」と言われたのを覚えています。

深い雪が溶ける頃、ワラビ・ゼンマイ・コゴミ・ウド等の山菜を採りに近所の人に連れて行ってもらいました。夏は玉川で水遊び。男の子達が筏を作って乗っている最中に弟が川に落ちました。「助けてあげて！」と叫んだ記憶が鮮やかです。秋はアケビとり・山栗拾い。母が父の採ってきた山ぶどうでぶどう酒を作っていました。発酵して夜中にポン・ポンと栓の飛ぶ音がしていたのを思い出します。冬は近くの山でスキー。一台のスキーを弟と交代で使うのですが、なかなか下りて来ないので腹を立てたりしました。雪の中に頭から突っ込み「ここはどこ？」状態になったこともありました。

中学生の頃に駒ヶ岳の裾野で全校生での「鍋っこ遠足」がありました。各グループでそれぞれに石など集めかまどを作り、鍋をかけて調理しました。鍋の中身は忘れましたが楽しかった思い出です。年月が経ち「駒ヶ岳に登ってみたい」と岩手に住む友人に無理を言いました。同行して下さる方を探していただき、山野草いっぱい歩きやすい道を楽しむことができました。またある山の会で再度訪れ、近くの温泉に一泊出来た嬉しさは忘れられません。山菜が好き、山が好きなもみなこの頃が原点だと想います。

新会計システム説明会開催

Dブロック おきな たくみつ
沖中 孝充

7/12(土) 13時から宇都宮市にあるナルク栃木拠点にて、来年度から稼働する新会計システムの説明会が開催されました。私事ですが、宇都宮は40年ほど前に7年間勤務したなじみ深い土地柄です。

参加者は本部より船戸さん、ひたち拠点より2名、群馬前橋拠点より1名、栃木拠点より2名、水戸拠点より私の計7名でした。

まず本部より現行会計システムを担当している会社から来年の6月にサービスを打切るとの連絡を受け、新会計システム導入が必要となった経緯について説明がありました。それを受け急遽新会計システムの選考を行った結果、(株)ミロク情報サービスの「かんたんクラウド会計」に決定、そしてナルク全体の現在までの導入状況についても経過説明がありました。その後は実際に新会計システムソフトをインストールして簡単な仕訳入力操作を行ないました。

今後は来年4月の本番稼働に向けて準備作業や説明会を順次行っていく予定とのことです。私見ですが、新会計システムの操作は現行システムと大差はなく、不安材料もないと思います。ただ問題は来年4月のシステム切り替え時での対応がスムーズにいくかどうかで今後その為の事前準備をしていくつもりです。



会員の皆さん 定例会に出席しましょう！

7月のナルクみとサロン

Aブロック うめはら なを
梅原 なを

7/19(土) 8名参加。6月の中ごろになるとラベンダーが咲き始めます。松原さんの提案で今年もミニブーケを作ることになりました。ラベンダーは、那珂市の大内さんをお願いして育てて収穫して頂きます。7月に入ってすぐ、松原さんのご近所の先生に、松原さんと私で「スワッグ」を教えていただきに行きました。スワッグは、散歩道で摘んだ小さな草花や、1年間ドライフラワー用に集めていた花、生の「月桂樹」「ユーカリ」などを使って作りました。当日は、松原さんが先生になって皆さんに教えました。皆さんとても素敵に出来ました。



事務所のお仕事あれこれ④遊奉の出来るまで

事務局 おぬき きよみ
小貴 清美

毎月の編集会議は和田代表・近藤さん・大角さん・渡部さん・山口さん・林さん・貴志さん・小貴の8名で行います。1～4面までの記事を決めて、1面を渡部、2～3面を山口、4面を貴志、統括を和田代表が担当。記事は、各編集委員が会員さんに依頼して書いていただきます。その際快く依頼にお応え下さる会員さんにも感謝いたします。

記事が上がってきたら、各担当が記事・写真のアレンジをします。写真については各行事の担当者が撮影、季節の花などは大角さんが自転車で取材・撮影しています。

その後、各紙面担当の四苦八苦の紙面編集作業を経て校正となり、最終校正のあと遊奉が完成。運営委員会を経て、印刷となります。印刷は事務所で、主に江森さんが担当して480部定例会に間に合うように行っています。

事故！命の恩人に感謝

Aブロック いづみ 登美子
出澤 登美子

時おり、転倒している車を見ることがあり、私は事故を横目に「何でこんな場所で」と通り過ぎていたのだが、まさか自分が当事者になるとは思ってもみなかった。

7月2日午前、常陸大宮市の友人に病院への送迎を頼まれ、もう少しで友人宅に着くところで転倒事故を起してしまった。運転席が真下になりガラスも割れ、全く身動きが取れなくなった。幸いにも通りかかった男性2人が私を励ましながら、警察や消防に連絡してくれた。その後、警察の方も来て、私は無事に車から脱出できた。救急車にも初めて乗ったが、けがは全くなかった。

2人は命の恩人だ。私は警察に2人の名前を教えてほしいと頼んだが、個人情報なので相手の了承が必要という。その後、警察から連絡があり「(2人は)当然のことをしたまで。連絡先は教えないでほしい」とのことだった。それでも、時間の経過とともに2人の方への感謝は募るばかりである。本当にありがとうございました。

Aブロッククリーン作戦

Aブロック いいだ しんいち
飯田 伸一

7月26日(土) 9名の参加で、9:00から通称「東部公園」にて、Aブロックのクリーン作戦を行いました。猛暑日で日差しは強かったですが、公園内は木立が多く、日陰に入ると爽やかな風が吹いていました。近くでは、四中の生徒たちが部活の練習をしていました。公園内はゴミも少なく、楽しく終了することが出来ました。参加者の皆さま、猛暑の中ご苦労さまでした。

また、隣の東部図書館は、クーリングシェルターとして開放されていて、沢山の利用者がいました。私もこの原稿をクーリングシェルターで書きました。



随想 知能にもいろいろ

Aブロック ちとだ ひろし
元田 浩

この世には法則と呼ばれているものが多数ある。中学校で習うニュートンの運動法則はその一例であり、感覚的に理解できる。アインシュタインの相対性理論も法則であるが、こちらは感覚的には理解できない。いずれの法則も考えて考えた末に導出された深い洞察の結晶である。

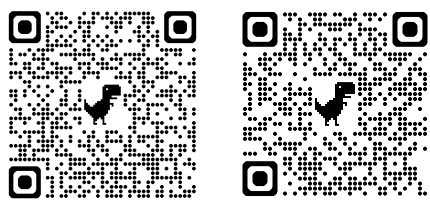
約70年前に人工知能(AI)という言葉が提唱されて以来、科学者は計算機に知能を与えようと努力してきた。今では多くの法則は(再)発見可能で、難しい数学の定理も証明できる。AIの実現は射程距離内に入ったと思えたが、そうは問屋が卸さなかった。「お風呂を見てきて」という問いに対し、小学生でも答えられる「まだ沸いていない、あと5分くらいかかりそう」が答えられないのである。世の中には考えても分からないが、知って(経験して)いれば即答できることは無数にある。

日常生活のあらゆることが計算機可読な情報に変換される時代になり、AIに新局面が生まれ、この問題が解決された。生成AIがやっているのは、実は他人の経験や知見を借用しているに過ぎない。しかし、別の見方をすれば、量が質に変換され知能が生まれたとも言える。知能にもいろいろある。

都々逸
軽井沢とは 言えないけれど
避暑地みたいな 過疎の里
夏の気温は 年々高く
これも地球の 温暖化
染めた黒髪 湯上り浴衣
色気は 湯上り 喜寿の母
街を歩けば 薄着になった
若い娘に 夕の風
金に飾った 岐阜提灯へ
想い新たに 走馬灯

デジタルワンポイントコーナー その8

Cブロック 貴志 敬介



NHKのHP 日本気象協会 Youtube

8月30日～9月5日は防災週間です。ちょうどこの遊奉の発行日と重なっているのでこの機会に**災害時伝言ダイヤル171**を体験利用してみることをお勧めします。

①あらかじめ、**キーとなる電話番号を決めておきます。**

これを家族等仲間内で共有しておきます。

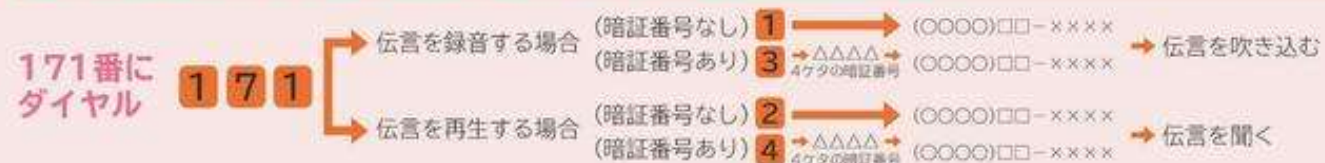
②録音時間は30秒です。20回録音できますが、それ以上録音しようすると古い録音から削除されます。

伝えたいことを30秒で録音できるよう、

あらかじめ要件をまとめておくことをお勧めします。

③9月5日を過ぎたら毎月1日と15日に体験利用できます。

●災害時伝言ダイヤル171(覚えてください、災害時の声の伝言板)



●体験利用提供日

●毎月1日、15日0:00～24:00 ●正月三が日(1月1日0:00～1月3日24:00) ●防災週間(8月30日9:00～9月5日17:00)

●防災とボランティア週間(1月15日9:00～1月21日17:00)

水戸市HPより抜粋