

告 知 板

★2月13日運営委員会と救命講習について

・運営委員会

日時:2/13(金) 10:00-11:30

場所:ミオス中研修室

※2月は午前になります。

・救命講習会

日時:2/13(金) 13:30-15:00

場所:ミオス中研修室

参加申込〆切:1月26日(月)

正午までに事務所へ

★2月のナルクみとサロン

日時:2/21(土) 10:00-12:00

場所:ナルク事務所

内容:紙の人形作り

会費:200円 他に材料費100円位

講師:部泰子さん

※参加希望者は2/13(金)までに事務所へ

★2月22日定例会前講座

日時:2/22(日) 13:30-14:30

場所:ミオス大研修室

内容:「今からできる脳の健康」

(認知症の前段階MCIと予防のお話)

講師:東部高齢者支援センター

四宮知美さん 五十嵐真弓さん

★茨城北関東地区連絡協議会のお知らせ

日時:2/26(木) 11:00-15:00

場所:宇都宮市とちぎアグリプラザ

内容:群馬 栃木 茨城の各拠点の代表

2-3名と本部の本田事務局次長が

参加して会議を行います。

★子育て支援メンバー研修・交流会のお知らせ

日時:3月11日(水) 13:30~15:00

場所:ミオス 第1小研修室

内容:2026年度の「親子で絵本」の当番決め

も行います。メンバーの方は、ご出席よろしくお願ひいたします。

新入会員紹介 (敬称略・A B C D Eは所属ブロック)

どうぞよろしくお願ひ致します。

おおぞねえつこ 大曾根 悅子 那珂市(D)

会員数 12月末現在 506名

(世帯数 372)

行事予定

月	日	曜	行 事	場 所	時 間
2	3	火	編集会議/三役会議	事務所	13:30~
	13	金	運営委員会	ミオス(中)	10:00~
	13	金	救命講習会	ミオス(中)	13:30~
	21	土	ナルクみとサロン	事務所	10:00~
	22	日	定例会	ミオス(大)	13:30~
	26	木	茨城北関東地区連絡協議会	とちぎアグリプラザ	11:00~
	26	木	寄付金〆切	事務所	15:00迄
3	6	金	編集会議/三役会議	事務所	13:30~
	11	水	子育てメンバー研修・交流会	ミオス(小)	13:30~
	19	木	運営委員会	ミオス(小)	13:30~
	21	土	ナルクみとサロン	事務所	10:00~
	29	日	定例会	ミオス(大)	13:30~
	30	月	寄付金〆切	事務所	15:00迄

生きがい 2026年1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

←【ナルク水戸ホームページのQRコード】

第299号 2026年1月25日発行

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
ナルク水戸のスローガン

次回の定例会

2月22日

子育て支援活動

月	日	曜	内 容	会 場	午 前	午 後
2	4	水	親子で絵本	水戸市役所会議室601	9:30	13:30
	16	月	親子で絵本	水戸市役所会議室502	((
	25	水	親子で絵本	市役所2Fこみといルーム	12:00	15:30

ブロック活動

月	日	曜	行 事	場 所	時 間
2	A 26	木	交 流 会	テラスガーデン・イルバンカレ	11:30~
	B 5	木	交 流 会	新緑園	11:00~
	C		お休み		
	D 21	土	クリーン作戦	那珂市役所エリア	10:00~
	E		お休み		

趣味の会

月	名 称	日	場 所	時 間
2	フラダンス		当分の間お休み	
	コ - ラス	4	下大野市民センター	13:30~
		18	城東市民センター	13:30~
	大正琴	14・28	事務所	9:30~
	手話クラブ	12・26	事務所	13:30~
	健 康 麻雀	10・24	葉山荘	13:30~
	カラオケ	12・26	夢来人(むらびと)	13:30~
	グラウンドゴルフ	12	ホ ル ル の 湯	10:00~

素晴らしいスタート

丙午の一年が始まりました。1月5日(月)水戸プラザホテルにて元気な35名の会員が参加しました。まず参加者全員で素敵な華道のディスプレイのある中庭で記念写真を撮りました。

その後、『旬菜和膳よしかわ』にて和田代表の新年の挨拶、そして乾杯で新年のお食事会が始まりました。午年生まれの方々へのお祝いとプレゼントやクジ引きで会も盛り上がりしました。午年生まれの私も思いがけずお祝いをいただき嬉しく思いました。皆様と楽しく歓談し、最後に大歎さんの発声で三本締めをし、お開きとなりました。

一年の素晴らしいスタートとなりました。いつも活動してくださる皆様、ありがとうございます。本年もナルクの発展と皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。

2026年(令和8年)丙午、新年あけましておめでとうございます。ナルク水戸も設立26周年に入り先人のご尽力に感謝して、1月5日(月)事務所開きを水戸プラザホテルで35名参加のもと開催しました。最初に中庭での全体写真撮影を厳かに行い、続いて和田代表による新年のあいさつ、水庭さんによる乾杯の音頭でござやかな歓談に入りました。旬菜和膳「よし川」の美味しい料理に舌鼓をうちつつ、恒例の今年午年生まれの人たちへの記念品贈呈と抱負を伺ながらすすみ、今年の記念色紙にサイン、楽しい新春くじ抽選会などを行い、最後は元気よく大歎門の締めでたのしいひとときが終りました。今年の丙午は力強いパワーを持つ年ととらえられており、頑張っていきましょう。

事務局長 大角 峰央



