



# ナルク仙北 七ツ森会 会報

ニッポン・アクティブ・ライフ・クラブ仙北  
発行 ナルク仙北 広報担当  
〒981-3332 富谷市明石台 2-2-14  
TEL・FAX 022-351-2274  
URL nalc-senpoku@br.nifty.com



あけまして  
おめでとう  
1つにまほ



ナルク会員の皆様におかれましては  
清々しい気持ちで新しい年をお迎えられ  
たことお慶び申し上げます。

昨年5月に新型コロナウイルスの感染  
法上の分類が「2類」から「5類」に引き  
下げられてからは自粛ムードの生活から  
解放されてイベントや旅行を楽しむ機会  
も増えました。そして入院や入所されて面  
会を絶たれて不安だったご家族は何より  
安堵されたのではないのでしょうか。

今年は甲辰(きのえたつ)。「甲」は物事の  
始まりという性格があり、「辰」は成長の  
年と言われていて、大きな出来事がとて  
多いそうです。

60年前の甲辰は東京オリンピックや東  
海道新幹線開通そして海外旅行自由化が  
ありました(今の方は海外旅行が自由に出来  
なかったことに驚くことでしょう)

ナルク仙北も新しいことに挑戦し、会員  
同志の親睦深めるための行事などの活動  
に邁進して参ります。 今村

### 介護者教室・交流会講話

12月13日に富谷市保健福祉総合センタ  
ーにて「介護する者、老後のお金管理」の講  
話を聴講しました。

高齢化社会の現代は自分で自分の財産  
を管理できなくなるリスク認知症や病でキ

ヤッシュカードが使えない、もし家族に頼めて  
も紛失や破損時は本人でなければ再発行でき  
ないなどが増えてきていると感じている  
方は多いのではないのでしょうか

参加は事前申し込みと平日だったため  
30名ほどでしたが、自身に将来起こる出  
来事として熱心に講話を聴きメモを取り  
質疑応答も数多くされました。

講話の後は座談会で介護者の悩みなど  
専門員を交え行われました。

1月17日と2月21日にも認知症関連の  
講話が有ります(事前申込) 高橋

### 歳末お弁当配達

12月27日に富谷市社協主催で行われる  
「歳末に一人暮らしの高齢者へ絵手紙  
を添えたお弁当を届けるボランティア」  
にナルク仙北から3名が参加しました。

今年の出発式は富谷市役所の交流ホー  
ルで数社の放送局のカメラが回っている  
中で行われ、富谷市長と富谷市社会福祉協  
議会会長のあいさつと配達説明を受け、申  
請のあった513名(該当者の約6割)のお弁  
当を各ボランティア団体が割り当て分を  
受け取り出発となりました。

ナルク仙北は高清水と上桜木の14件を  
担当して、毎年の事なのでは万全！初めて  
の地区でも迷うことなく  
30分ほどで終了しました。



お弁当を手渡した時に  
「苦勞様ですー毎年楽しみに

待っているよ、ありがとう」と言って貰える  
だけで幸せな気分になります。 小泉

### 一月七日

一月七日は「人日の節句」七草粥を食べ  
て一年の無病息災を祈ります。

これは早春にいち早く芽吹く  
ことから邪気を払うと言われて  
江戸時代からの風習です。



もう一つ「七草爪」をご存知でしょうか？  
昔は刃物で爪を切っていたので、新年は危  
ない刃物は使わずに過して七草の日にゆ  
で汁を捨てずに爪を浸して柔らかくしてか  
ら切って怪我をしないことから、その年の最  
初に爪を切る日となったそうです。



皆で一緒に歌い  
唄りあいましょう  
是非ご参加下さい

### 予定

- 1/22 カラオケ同好会
- 1/28 けやき茶屋山崎亭 10:00
- 1/28 運営委員会山崎亭 13:00
- 2/19 カラオケ同好会
- 2/25 けやき茶屋山崎亭 10:00
- 2/25 運営委員会山崎亭 13:00

法人賛助会員  
宮城建設工業株式会社  
東宝開発株式会社  
熊田建業株式会社

能登地方を震源とする大規模地震により  
犠牲となられた方々に心よりお悔やみ申し上  
げるとともに被災された方々にお見舞い申し  
上げます

※ナルク仙北会報は従来奇数月発行でし  
たが必要に応じて臨時発行となります。