



## ～たんぽぽ通信～

2025年1月号 OY-244号  
特定非営利団体  
ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
ナルク小山(たんぽぽの会)  
〒:323-0012  
栃木県小山市羽川107-2  
TEL:0285-35-4913  
FAX:0285-27-8530

URL <https://www.nalc-oyama.com/>

新年あけましておめでとうございます。あっという間に新年になりました。小山拠点としては、本年も今まで通り「ナルク」の理念、自立・奉仕・助け合いを基に、更に『楽しいナルク』になれたら良いなと考えています。皆様からの温かいご指導、ご協力よろしくお願ひします。尚、最近インフルエンザ、リンゴ病等が流行っていますので、お身体には充分気を付けてください 代表 本橋昌治

### 1月定例会(新年会)のお知らせ

日時：令和7年1月17日(金) 11:30～14:00  
場所：海鮮料理みつよし、(大谷消防分署前) ☎0285-25-4913  
内容：定例会(新年会:本年の抱負、近況報告等)  
参加費：1,000円(豪華食事、アルコール、福袋を用意します。)  
(但し、飲酒運転にならないように、各自対応してください。)  
・タクシー使用の場合はナルクで一部負担します。  
・参加希望者は1月15日までに事務局に連絡下さい。  
尚、この時に能登半島豪雨災害義援金の個人寄付を受け付けます。

### 事務局からのお知らせ

#### ◎ 活動状況

- ・11月の活動は119時間(ナルク時間預託56時間、小山市委託63時間)でした。利用ポイントは9でした。奉仕活動は97時間(拠点活動は5時間)、アルミ缶回収は23kgでした。
- ・昨年3回目のナルクディー(渡良瀬遊水地の害草除去) 11/23((土)) 3名参加しました。
- ・他団体への支援  
シリウス(貧困、虐待等の児童の支援施設)へ寄付金3万円とナルク農園で収穫した里芋を寄付しました。
- ・12/18社協主催のボランティア養成講座にてナルク小山の紹介をしました。ビデオ部(本部のユーチューブ)+パワーポイントで説明しました。
- ・茨城北関東地区連絡協議会開催の件  
昨年まで小山拠点が所属していた群馬・栃木地区が茨城地区と合体し、新たな地区連絡協議会として、本部や拠点の交流、情報交換、問題解決等に当たります。その第1回を小山で開催します。  
日時:2025年1月23日(木)11:00～15:00  
場所:小山、まちなか交流センター(おやま～る)  
参加者:13名(本部:1名、小山:3名、栃木2名、利根沼田3名、水戸3名、日立1名)  
小山拠点担当、①会場準備、②駐車場案内、③受付、④弁当手配等
- ・笑いヨガ来年度の予定  
1/22、2/5、3/5、3/25(全て水曜日10:00～11:30、  
参加費:500円、大谷市民交流センター(あいとぴあ)

11月支援活動(◎預託+●市委託)の報告

|      |       |        |        |         |             |
|------|-------|--------|--------|---------|-------------|
| ◎送迎  | 16 時間 | ●委託事業  | 63 時間  | ◎介助・待機  | 12 時間       |
| ◎買物  | 1 時間  | ◎住宅掃除  | 5 時間   | ◎見守り、傾聴 | 2 時間        |
| ◎手続き | 1 時間  | ◎庭の手入れ | 18 時間  | ◎その他    | 時間          |
| ◎講師  | 時間    | ◎住宅修繕  | 1 時間   |         |             |
| 提供者  | 8 名   | 計      | 119 時間 | 累計      | 16,894.0 時間 |

11月奉仕時間活動の報告

|     |      |     |       |        |             |
|-----|------|-----|-------|--------|-------------|
| ◎福祉 | 0 時間 | ◎環境 | 5 時間  | ◎ナルク活動 | 92 時間       |
| 提供者 | 12 名 | 計   | 97 時間 | 累計     | 22,953.0 時間 |

◎12月定例会・活動報告

・年末の12月は例年の通り、事務所の大掃除と慰労会を実施しました。屋内は女性陣にふだん掃除が出来ない窓ガラス、高所を含め隅々まで磨き上げてもらいました。外回りは男性陣が敷地外の通路も含めて広い範囲の草取り・枯草処理などを行いました。皆さん労をいとわず頑張ってもらいました。(さすがナルクです) 大掃除の終了に合わせて、慰労会の準備に取り掛かり、石田久恵さんが自宅で準備してくれた肉団子スープをメインにアツという間に軽食の準備が完了しました。参加者全員でテーブルを囲み、まず定例会で活動実績などの報告や連絡事項を確認後、温かい軽食を頂きながらワイワイガヤガヤの慰労会となりました。参加した皆さんがたくさん漬物・煮物・リンゴ・お菓子などを持参して頂き、テーブルに載せきれませんでした。一番の話題は石田さんの多人数用の鍋料理のレシピの話でした。また事務所外回りは坂本久二さんが毎月草取りの奉仕活動のおかげできれいになっており、短時間で掃除が終わりました。石田さん、坂本さん、お二人に感謝します。参加者13名。

年末の支援要請の状況：11～12月の各ご家庭の掃除や片付けなど年末に特有な依頼と思われるものが増えてきたように感じます。具体的には窓拭き3件、障子張替1件、フィルター清掃1件、ゴミ処分(処理場搬入)2件、庭掃除・手入れ4件などです。年末とは無関係ですが、通院や買物の送迎も新規依頼をお断りする心苦しい状況が続いています。高齢化に伴い、だんだんご自身で出来なくなることが増えてきます。困った時はお互い様です。無理せずに遠慮なく支援の依頼をして下さい。また、逆にこんな事あんな事ならお手伝い出来るという申し出も大歓迎です。ぜひ積極的に連絡を頂ければ助かります。(事務局)

大 掃 除



合間に軽食準備しましょ



軽食(豪華)



御馳走の前に素早く定例会

肉団子美味しい・・・ネ



令和6年1月のクラブ活動とナルク小山予定表

| 項 目     | 日 に ち    | 時 間         | 集 合 場 所  |
|---------|----------|-------------|----------|
| 運営委員会及  | 1月10日(金) | 10:00～11:00 | ナルク小山事務所 |
| 定例会・新年会 | 1月17日(金) | 11:30～14:00 | 海鮮料理みつよし |

令和7年2月21日の定例会は講習会を予定しています。