

NPO法人 ナルク (NALC) 埼玉西

さい さい
彩 西

—第 253 号—

【発行】NPO(特定非営利活動)法人

ナルク(NALC)埼玉西

【事務局】〒359-1106

所沢市東狭山ヶ丘 1-45-17

田淵頼孝(代表)方

Tel 04-2926-9787

email tabutuchiyoritaka@gmail.com

2025年 令和7年 巳年を祝す

NPO 法人ナルク埼玉西代表 田淵 頼孝

ナルク埼玉西の会員の皆さま。明けましておめでとうございます。

今年も、皆さまのご健康とご多幸をお祈りし、楽しい日々、安心の日々、感動の日々をお過ごしただければ幸甚に思います。今年の干支は、6番目の「巳年」です。蛇年といわれます。蛇は脱皮するごとに強くなり、その生命力から不老長寿を象徴する動物とされ、神の使いとして信仰されています。

大いにあやかりたいものです。私も巳年生まれ、健康でナルク活動に、これからも貢献したいと心新たにしています。

ナルク埼玉西拠点は、2001年(平成13年)6月発足、24年が経過、それなりに発展してきましたが、会員の高齢化などで、他の拠点同様、会員減がつづいています。それでも、この新年には新たな会員を迎えることができ感謝しています。この間、自治体の地域包括支援センターの業務が次々充実・向上し、この方面のナルクの活動、役割が減ってきたかと思います。ただ人間社会は、集団生活によって、安心、安全、快適を保持して生活することを目標にしていきてきました。ナルクは会員同士が対話を重ねることで、つながりを深めあうという大変有意義な存在だと実感しています。

これからも大いに面談をし、日々の楽しい、安心して生きる術を身につけることが有意義なことになりましょう。皆さま、今年が良い年になりますよう、アクティブに考え、日々、充実した生活をしましょう。

2025年 昭和100年を迎えて想う 男も女も平等なの・・・

ナルク埼玉西事務局長 大林 孝之

2025年は、昭和で100年の年でもあります。世間ではイベントも企画されているそうですが、私は、昨年末の紅白歌合戦の出演歌手の名を耳にしたことがない、さらに読み方もわからない、まさにどっぷりと昭和時代に浸った年代でもあります。朝ドラの猪爪寅子のセリフ『(一家の大黒柱に…)そんなものならなくてよい。男も女も平等なの、男だからって、全部背負わなくていい。そう言う時代はおわったの』。今年は、この言葉を実感するそんな年がある気がします。

2025 年迎えて 健康に留意して、ナルク活動に参加

ナルク埼玉西副代表 会計担当 税所 潤一

高齢者になったら「転ぶな」、「風邪をひくな」、「義理を欠け」が長生きの秘訣と聞いたことがあります。昨年は、幸いにして転んだり、風邪で寝込んだりしなかったのですが、今年も今までどおり健康に留意し、ナルク活動に参加できるようにしたいと思っています。

仲間と会話してつながりを実感。これが生きる活力に

ナルク埼玉西運営委員・コーディネーター 増田 醇子

高齢になると月日があっという間に過ぎ去ります。この 1 年何をしてきたか。忸怩たる思いです。身体を使う分に若干貢献できたかなと思います。ボランティアで市内の空き地の草花の手入れをして、仲間と会話し、世間とのつながりを実感、これが少なくとも生きる活力になっています。新しい 1 年、精いっぱい生きる糧になります。ナルク活動も同じことだと思います。

人生は出会いと別れの繰り返し。ナルクの素晴らしい出会いに感謝

ナルク埼玉西顧問・前代表 飯田 康夫

人生は出会いと別れの繰り返しと言われます。ナルクでの素晴らしい出会いは、人生の宝物です。それは人生を豊かにし、安心感を得られるからです。92 年の人生を振り返り、穏やかに、心温かく、快活に、そして人との出会い大切に過ごしていきたいと思えます。

Tシャツ (ナルたん Tシャツ) を斡旋します。

昨年、ナルク設立 30 周年を迎え、ナルク本部ではこれを記念して新たに制定したマスコットキャラクター「ナルたん」を正面にデザインした Tシャツを作成。ナルク埼玉西拠点も、この Tシャツを着用することで、PR 活動に役立てたいと考え、この Tシャツを斡旋します。

商品名：「ナルたん Tシャツ」 サイズは M と L サイズがあります。

斡旋価格：未定（定価 2,000 円のところ、拠点で一部補助し、一着 500 円以内です。

申込方法： M、L サイズを指定して 1 月末までに地区リーダーまで申し込んでください。

詳しいイメージは、ナルク本部のホームページで確認して下さい。

家庭に眠っていて、高齢者に読んでほしい本をご寄贈ください。3 月 15 日頃までに

3 月 22 日 (土) 坂戸市内で活動する NPO やボランティア団体が一堂に集結し「市民活動フェア」が開催されます。ここにナルクも出展参加し、ナルク活動のパネル紹介、ナルク編「エンディングノート」などの展示・販売をします。ナルクの高齢者支援の一つとして、高齢者向きの本の展示販売を検討中です。ご自宅に眠っている高齢者向きの本をご寄贈いただきたく、地区リーダーへ連絡をお願いします。地区リーダーが飯田顧問へお届けします。ぜひともご協力をお願いします。