

からまつ

ナルクの理念
助け合い・自立・奉仕で生きがい



令和7年9月 ナルク美幌
会報 第189号

事務所 〒092-0030 美幌町美富 56
TEL・FAX 0152-72-5225

ナルク美幌「ふれあい広場びほろ」参加

8月23日(土) 9時30分～

第35回「ふれあい広場びほろ」が町民会館で開催された。参加団体の各コーナーには人々が集り、場内では長生きを楽しむ多彩な催しを展開。

ナルク美幌は、2枚のPRパネルに活動写真やマスコットキャラクター「ナルたん」を貼付して掲示し、パンフレットを配り会員募集の声かけ。さらに、各団体紹介のときは役員3名が登壇して上杉副代表から、特別養護老人ホーム緑の苑でのあて布裁断活動におけるボランティア募集、及び10月開催のフリーマーケットへ来場の勧誘など呼びかけを行うとともに案内チラシを配布。

来場者は、血圧の測定や健康食など各ブースに立ち寄り、同時にスタンプを集め、クリアした人はガチャガチャ抽選で景品を引き当てていた。

イベントも色々と企画され、マジックショーはミスターリッキーさんが次々とスーパーマジックを披露し会場から大きな拍手が送られた。また、心肺蘇生法の手順で心臓マッサージやAEDの使い方を学び、各団体代表3人一組で対抗する風船バレー大会では熱戦で盛り上がるなど、200名を超える来場者に楽しんでいただきました。

「みんないっしょ・つながる・ひろがる・びほろの輪」のもと、子どもから高齢者まで多くの町民が集い賑わう有意義な一日となりました。実行委員の皆さん大変お疲れ様でした。



◇運営委員会の報告

9月4日(木) 17時30分～ 事務所 役員11名出席

- ①函館拠点中村代表夫妻表敬訪問 8月12日(火) 午後 ナルク事務所 事務局長対応
 ②花壇除草 8月14日(金) 6時～ 柏ヶ丘公園3名・国保病院7名
 ③事務所網戸修繕 8月14日(金) 10時～ 事務所 矢葺代表実施
 ④あて布裁断活動説明会 8月20日(水) 13時30分～ しゃきっとプラザ 会員23名
 終了後 コーディネーター打合せ 代表他担当3名
 ⑤ふれあい広場会場設営 8月22日(金) 午後 町民会館 事務局参加
 ⑥花壇除草 8月28日(木) 6時～ 柏ヶ丘公園7名・国保病院10名
 ⑦クリーンウォーク 8月27日(水) 9時～ 美幌小学校周辺 会員9名

⑧10月行事予定

- *あて布裁断 10月1日・8日・15日(水) 10時～ 特養緑の苑
 *赤い羽根共同募金支援 10月1日(水) 9時45分～ 大型店舗前
 *ナルク美幌会計監査 10月7日(火) 16時30分～ 事務所
 *運営委員会 10月7日(火) 17時30分～ 事務所
 *ふれあいサロン 10月8日(水) 10時～ 事務所
 *花壇整備 10月10日(木) 7時～ 柏ヶ丘公園・国保病院 声掛けご協力を！
 24日(木) 7時～ 柏ヶ丘公園(花抜)・国保病院(除草)

※10月は気温低下のため、午前7時から開始することとします。

- *フリーマーケット反省会議 10月14日(火) 13時～ 事務所
 *赤い羽根共同募金支援 10月16日(木) 9時～ 法人等企業訪問
 *本部・第74回理事会 10月31日(金) 11時～ 東京都 事務局長

8月 同好会活動

- カラオケ倶楽部 8月21日 13時30分～ eスタイル 会員15名
 ○映画を楽しむ会 活動なし ○健康麻雀同好会(休部)

◆第6回フリーマーケット開催

日時・場所 10月2日(木)～3日(金) 10時～15時 旧マリモ洋品店
 実施内容等 折込み案内のとおり。声かけしてご来場を！会員外の同行大歓迎

◇新入会員の紹介

この度、高橋双葉会員の紹介により入会しました。 ◎会員の皆さん知友人のご紹介を！

氏 名	班	住 所
田 中 宏 子	2	青山南29-7

※ナルク入会者の情報は、
事務局へ連絡して下さい。

令和7年9月1日現在 会員数101名(男性35名・女性66名) 73世帯

令和7年8月 時間預託活動・奉仕活動実績報告(実活動45人)

◆ 時間預託活動実績			今月計104点 ・ 累計405点	(利用51点・累計83点)
提供活動内容	点数	人数	活 動 会 員 名	[実人員20人]
送迎	6	3	上杉・遠藤智・野村一	
除草・剪定	40	2	矢葺等・渡部敏	
粗大ごみ廃棄	3	1	渡部敏	
包丁研ぎ	3	2	佐々木忠・藤村	
網戸補修	5	1	矢葺等	
コーディネート	12	4	上杉・遠藤智・藤村・矢葺等	
事務所当番	17	13	[8月事務所当番表のとおり]	
事務処理等	18	5	石川洋・上杉・遠藤智・門馬正・矢葺等	
◆ 奉 仕 活 動 実 績			今月計149点	累計732点
提供活動内容	点数	人数	活 動 会 員 名	[実人員40人]
環境活動	43	17	伊藤茂・井下・上杉・遠藤京・遠藤智・鎌田・斎藤敏・佐伯・白石・高橋 中山千・奈良田・野村一・野村洋・橋本富・長谷部フ・矢葺等	
拠点活動	106	34	石川洋・伊藤悦・伊藤茂・井上裕・上杉・枝澤恵・遠藤京・遠藤邦・遠藤智 太田・岡田宏・加藤・鎌田・亀浦・高坂登・齊藤洋・佐々木な・佐藤ア 佐藤洋・白石・杉原掬・高田・高橋・土屋・中山千・野村一・橋本富 長谷部フ・馬場博・平野康・藤村・宮田・門馬正・矢葺等	

◎毎日の暮らしで何か困ったときは、気軽にナルク（72-5225）へ相談して下さい。

令和7年10月 行事日程・活動日・事務所当番表(左午前・右午後)

日	曜	行 事 ・ 活 動 日	事務所当番	日	曜	行 事 ・ 活 動 日	事務所当番
1	水	鎌田・高橋・佐伯・遠藤智・宮田	(休)	16	木		伊藤茂・櫻井
2	木	フリーマーケット	(休)	17	金	カラオケ	伊藤悦・遠藤智
3	金	フリーマーケット	(休)	18	土		(休)
4	土		(休)	19	日		(休)
5	日		(休)	20	月		関・斎藤敏
6	月		井下・井下	21	火		高田・高田
7	火	会計監査・運営委員会	佐々木な・岡田	22	水		(休)
8	水	太田・白川・伊藤悦・藤井・枝澤	(休)	23	木	花壇除草・花抜(7時)	平野・(休)
9	木	花壇除草(7時)	田中芳・松本	24	金		濱名・濱名
10	金		(休)・遠藤智	25	土		(休)
11	土		(休)	26	日		(休)
12	日		(休)	27	月		遠藤京・遠藤京
13	月	スポーツの日	(休)	28	火		門馬・中山千
14	火	フリーマーケット反省会議	枝澤・中山千	29	水		(休)
15	水	中山千・遠藤京・遠藤智・上杉・宮田	(休)	30	木		藤井・藤井
◎8日 サロン 佐々木な・中山千・奈良田・野村・平野				31	金	本部・第74回理事会(東京都)	奈良田・(休)

◇緑の苑あて布裁断活動説明会開催

8月20日(水) 13時30分～ シャキッとプラザ会議室

緑の苑で裁断活動をしていたボランティア団体が解散して、入所者用あて布裁断が必要な施設とナルク美幌が協議の結果、9月から活動開始することを決定。それに先立ち活動に参加する希望者を集めた説明会を実施し、活動参加予定者28名中23名が出席した。

活動日は、毎月第1・第2・第3水曜日の午前10時から12時まで。5名のグループを編成して、2か月または3か月に一度活動に参加する。グループ活動の日暦を配布し、送迎方法、集合時刻、欠席となる場合の事前連絡、受付での検温、マスク着用など留意事項を説明して終了。

7グループが一巡するまでは、活動日に代表やコーディネーターが活動の様子を見学することとします。コーディネーターは、石川洋子、藤村陽子、上杉晃央の3名が担当します。

活動の参加者(裁断・車両送迎者)には、時間預託点数が付与されます。委託事業として実施することから、拠点には1人1時間500円の委託料と両送迎者には交通費が支払われます。

ナルク美幌では初めての取組ですが、あて布を裁断して入居者に喜ばれ、緑の苑運営の支援に役立てれば幸いです。

会員の皆さんの協力で、笑顔で楽しく活動しましょう！

(副代表：上杉晃央記)



会員の投稿募集中！

脳トレ漢字クイズ

次の漢字の読み方

- | | |
|------|-------|
| 1 外套 | 2 合羽 |
| 3 釦 | 4 燕尾服 |
| 5 足袋 | 6 草履 |

[前号の答え]

- 1 あじさい 2 コスモス 3 すみれ
4 おみなえし 5 ばら 6 ひまわり



▲畔上夢花作・絵手紙



▲今正治作・短冊