

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ

ナルクながの



ナルク (NALC) ながの事務局
 〒381-0034
 長野市大字高田 1029-1
 エンドウビル 1F
 TEL・FAX 026-266-0768
 ホームページ
<http://www.nalc-nagano.jp.org>
 E-mail nalc-harada@ak.wakwak.com

今年のプルーンの収穫を無事終了しました!!



お盆が過ぎ涼しく成ると思いきや、連日 30 度を超える真夏日（猛暑日含む）が続いている 9 月 9 日、契約プルーンの収穫時期を迎え 7 名の参加により収穫しました。

木で完熟されたプルーンは、とっても甘〜く毎回大好評、そのまま召し上がっても、ジャムやデザートにしても大変美味しいプルーンです。

今年は当事業がスタートした 2018 年以降初の大不作、事前に注文を頂いた皆さん全員に販売が不可能となり、予約数量減やキャンセルをお願いする事態となりました。次年度十分な収穫量と成ることに期待したいと思います。

新たな担い手宮本さん（左）と平和さん（右）
 新たな担い手も加わり手際も良く収穫、高い場所は電動脚立にて石川さんが収穫と連携良く短時間で作業は終了しました。

生ハムのプルーン巻

お鍋も火も、いっさい必要なし！
 くるくる巻くだけのお手軽レシピ {材料} 4 人分

A【生ハム・プルーン・ナッツ】

- ・プルーン 8 個 ・生ハム 8 枚
- ・生ハム 8 枚・くるみ（乾煎りする）8 個



収穫終了・・・計量前の一休み

B【生ハム・プルーン・カッテージチーズ】

- ・プルーン 8 個 ・カッテージチーズ大さじ 4 杯



A. Bともに、生ハムを広げ、それぞれの材料を等分にのせ、端からくるくる巻く。器に盛り、イタリアンパセリをあしらって出来上がり。

☆4月～7月間の時間預託点数実績報告 累計 108 時間 (目標 450 時間) 24.0%達成

	提供活動・生活外等	講師等	小計 1	コーディネート	事務所当番	小計 2	合計
点数	4	8	12		96	96	108
人数	2	3			17		

☆4月～8月間の奉仕活動点数実績 累計 237 時間 (目標 900 時間) 26.3%達成

	福 祉	子育て	環境	その他	小計	拠点活動	合計
点数		77			77	160	237
人数		5				49	

活動報告

梅雨明け！猛暑！熱中症対策万全に 第 80 回記念ゴルフ大会開催される

例年より早い、5月14日長野県が梅雨入りしましたが、シトシト・じめじめと言った、梅雨特有の天候日は数えるほど、連日、真夏日（猛暑日含む）が続き、熱中症対策でエアコンはフル稼働、クーラー病で食欲不振、身体が怠いとしんどかったのは私だけではなかったと思います。

また、空梅雨とはいえ全国各地では連日局所豪雨や雷、線状降水帯により多くの甚大な災害が発生した今年の梅雨でした。

7月18日漸く梅雨が明け、直後の7月24日12名の参加を得て川中島カントリークラブにて第80回の記念大会を開催しました。



猛暑日、開会式は木陰で開催 全員ヤル気満々 いざ出陣

当日は肌を刺すような強い日差しの中、県内には熱中症アラート、猛暑警報が出され心配されましたが、参加者それぞれ塩飴・水・クーラーグッズで身を守り、熱中症対策万全に、一人の落後者もなくプレーを楽しんでいました。



優勝・特別賞：長谷川 一 (写真右から2番目)
3 位：吉田 敬一 (写真左から2番目)

また、第80回記念と言う事で、ナルクながの代表賞、運営委員会賞の特別賞を優勝者と第8位に設定、優勝は勿論の事、特別賞獲得を目指し気温に負けない熱い大会を繰り広げました。

特に、今回は厳しい条件下での大会にも拘わらず、石川さんの3連続バーディーを含む6個のバーディーが出るという大会でもありました。以下は次の通りです。(敬称略)

準優勝・ベストスコア：石川 正 (写真右から1番目)
特別賞：田島 英雄 (写真左から1番目)

編集後記

お盆も過ぎ暑さが和らぐ事を期待したものの、厳しい熱さが続いています。皆様は如何お過ごしでしょうか。総会終了後、活動の過渡期にあり、イベントの紹介や活動報告も少なく、今回の第128回会報はA4裏表一枚の活動報告の会報となってしまいました。

11月発行の会報は従来通りの紙面でお届け出来ると思います。

(事務局 宮島)