

とちの実会だより

6月号 2025年

ホームページ QR コード



〒321-0162 宇都宮市大和 2-12-27 小牧ビル
ナルク栃木「とちの実会」

Tel: 028-684-0050 FAX: 028-645-8380

eメール: t-nalc@ galaxy.ocn.ne.jp

ホームページ: ナルク栃木 検索

「運営委員会」5月27日開催、参加18名、アグリプラザにて開催

先ず黒川代表は「6月4日開催の定時総会に向けて、皆様準備に大変でしょうが、宜しくお願いします。5月23日大阪にて開催の本部理事会に参加、会長は“ナルク再生には、個々の会員がナルクの良さを周囲に伝えることが一番”とお話しされた」と挨拶した。

議題1：黒川代表本部理事会参加報告（要点は3面記載）

議題2：総会提出資料・議案等の内容確認、進行計画の詳細を検討

- ① 2025年度事業計画、事業計画具体策を検討
- ② 2025年度運営委員役員名簿など総会資料の確認

③ 定時総会の進行詳細計画（タイムスケジュール）の打ち合わせ

*これらはすべて承認された。



議題3：本部通達・移送支援時の交通費（ガソリン代）改訂について

本部通達の通りに実行。50円/Kmを60円/Kmとする改訂だが、この会報に同封する詳細内容「移送支援時の交通費改訂」を熟読いただきたい。

7月より実施。6月活動分は6月30日必着で願います

議題4：4月度会計報告（大野会計担当）・4月は拠点賛助会費、時間預託寄付金収入で赤字を免れたが、2025年度は収入減で厳しい

議題5：6月、7月の行事・活動予定確認・・・金敷事務局次長が調整

議題6：その他事項 ①事務所会議室使用は事前に連絡してほしい

②アルミ缶整理に借用させて頂いた三條さん(会員)よりの借地は、5月12日撤収完了、安場委員より報告

③5月21日シルバー大学校の「市民と繋がろう」講座に、黒川、高倉、赤井、福川が参加、ナルク栃木の活動内容を説明した。

*本紙7月号は7月10日（木）発行です、どうぞよろしくお願い致します。

事務局だより

(活動実績は4月分を記載)

○会員動向(2025年4月末現在)

	世帯数	会員数	男性	女性
3月末	301	421	161	260
入会	0	0	0	0
退会	12	14	3	11
4月末	289	407	158	249

総会関係の記事は7月号に掲載します

ご寄附を戴きありがとうございました。
4月 とちの実サロン 様

○時間預託・奉仕活動

- 
- ・ポイント(高齢者等地域活動支援ポイント事業)
 - ・サービスB(日常生活支援総合事業訪問型サービスB)

	時間預託		奉仕活動		ポイント		サービスB	
4月合計	46名	326点	67名	266点	31名	44P	4名	12.0時間
4月累計	46名	326点	67名	266点	31名	44P	4名	12.0時間

○時間預託活動提供者(敬称略)

活動内容	件数	提供者氏名
送迎	37	鈴木 裕子、高嶋 房子、島村 正幸、芝尾 英三 福川 正勝、田中 克宏、赤井 勤、松本 孜 大村 盛治、高橋 良子、高橋 守雄、井上 むら代
同行外出介助	3	芝尾 英三、赤井 勤
住宅掃除	4	加藤 不二子
庭の手入れ	12	井上 むら代、赤井 勤、阿部 勝子、栗原 茂 福川 正勝、安場 博、山崎 玲子、横島 勲 杉山 豊子、植月 雅彦、板橋 千恵
身辺介助	10	加藤 不二子
その他	1	芝尾 英三

○訪問型サービスB(敬称略)

訪問型サービ	12.0h	加藤 不二子、高木ひろみ、高松 清美、井上 むら代
--------	-------	---------------------------

行事予定(6月10日から) 変更になる場合があります

お問合せ:ナルク事務所 Tel684-0050 ㊦=宇都宮市ポイント対象事業活動

月日 曜日		行事予定 お問い合わせはナルク事務所まで (開催場所が事務所・開催時間が10:00の場合は記載を省略)
6月10日	火	会報発行
13日	金	協働マルハ 会員宅 午後
18日	水	とにかく集まろう会㊦ 13:30
21日	土	とちの実サロン
24日	火	運営委員会 アグリプラザ研修室AB 10:00～11:30
26日	木	協働マルハ 会員宅 午後
7月5日	土	どんぐり畑の手入れ㊦ 飛山の畑 9:00
10日	木	会報発行
16日	水	とにかく集まろう会㊦ 13:30
19日	土	とちの実サロン



第73回 本部理事会報告

5月23日（金）大阪本部会議室にて開催された理事会に出席、出席者22名、リモート参加2名。13時30分～16時30分の予定を大幅に超えて、18時まで白熱した議論が行われた。

2024年度事業報告、決算報告、及び2025年度事業計画、予算案、役員人事が審議され、承認された。5拠点（江別、旭川、かずさ、びわこ南、吹田）が解散し、72拠点となり、

この拠点解散により大量の退会者が出て、本年度末の会員数9243人となったことが報告された。

野中会長は、就任1年、色々課題があるなかで、労組、会社等を廻ってナルク紹介活動をしてきたが、まず、全員がナルクの良さを広め、危機感をもって会員を増やすことが肝要であると述べた。さらに、この解散を関係者は忸怩たる思い、断腸の思いであろうと推察、こうなる前に手を打てなかったのか、会員の処遇も気になると語気を強められた。ナルクは必ず再生できるという強い意志を一人ひとり持つことが大切、ナルクだからこそ出来る取組があるので、全員で良さを伝えていきたいものである。

事業計画として、仲間づくり、ナルリンピック、安心サポート、地域との連携などの活動を深化させることや、経営基盤の確立、地域連絡協議会体制の充実などが重点項目となった。（黒川）

足尾の「春の植樹デー」5月24日（土）に参加

今年で29回を迎えた「植樹デー」に参加しました。4日間に分けた開催で植樹場所はA・Bゾーンがあり、それぞれ約400名の参加目標。我々はBゾーン（駐車場から近く低い場所）で植樹し、県内外から多くの方が参加されていて600人を超えているようでした。当日は気温が低く曇り空で植樹活動には最高でした。土・熊手・水と苗木3本を受け取り植えました。事前に準備体操をして体をほぐしていたので足取りも軽やかで楽しい植樹デーとなりました。



今回は、ナルク5名松愛会7名の合計12名で自家用車に分乗して往復。帰りには恒例になっている日光口パーキングでアイスクリームを食し休息後、集合場所の「ろまんちっく村駐車場」へ戻り、解散した。

来年も計画をしていますので皆さんの参加をお待ちしています。（植月）

ナルクの仲間たち（48）

「ナルクと私」

福川 貞子

結婚当初から転勤はない！とのことだったのに突然の転勤の知らせを受け、その1か月後には鹿沼で暮らし始めました。転勤時、愛知県で生まれた3才の娘と5か月の息子もあれから52年。住めば都とはよく言ったもので、今はすっかり栃木県人です。

退職後1都1道2府43県ワンボックスカーで貧乏旅行をしましたが沖縄だけ行ってなかったのが、今年2月娘の付き添いで沖縄にも行くことが叶いました。



ナルクに入ったきっかけは2011年当時シルバー大学校で同じクラスだった福井さんからの誘いでした。

老いても自立を目標と思いながらも、自立できないほど老いたときのことを不安に思っていたので早速入会させていただき、最初に与えられた奉仕活動は体の不自由な方の家の掃除でした。

歩行も困難な方の生活を見てやりがいを感じましたが、廊下の雑巾がけなど我が家の掃除も満足にできていないことに反省しながらでした。

その後、やはり体の不自由な方の病院などの送迎や買い物です。何年か送迎や買い物の付き合いなどをしましたが、車の運転に年齢的に一抹の不安があり、娘の大反対もあり今ははっきりお断りしています。

その後、耳の不自由な方の傾聴を1年しましたが、自分自身に難聴が進んでとても傾聴も無理になり、体力、気力の衰えた今は自分の生活で精いっぱいです。

私の入会から2年後くらいから主人がナルク活動に参加するようになり、現在は主人の指示で手伝いをする程度ですが、思い返せばナルクに席を置いたことで交友関係も広がり老後が豊かになったと感謝しています。

これからいつ皆様のお世話になるかわかりませんが、その時はどうぞよろしく願いいたします。

*コメント：南部ブロック長 福川正勝

子供たちが学校に入るころ、仕事で海外に出かけることが多くなり、家にいないことが増え、母子家庭と言われるぐらい子供の大事な時期に居なかったことを思い出します。私の連れ合いは知らない都市に置き去りに耐え、フルタイムで働き、子供を育て、留守宅をしっかりと護ってくれた我が家の大黒柱です。退職後は罪滅ぼしではありませんが日本全国を道の駅を基点に、海沿いの道を選んで走り、灯台を訪ね、沖縄を除いて残らず走破しました。



とにかく集まろう会 5月21日

今月は脳トレを行う予定でしたが、都合悪くできませんでした。次回6月に行います。今回はいつもと同じような事をやりました。

始めに自宅でも出来る簡単体操で始まり、各々に近況報告をしてもらいました。色々な話題が出て笑いを誘いました。

ご近所の方が良い人で、困ったときは助けてくれるので有り難いお話を聞き皆さん感心して聞いていました。最後に①発声練習 ②滑舌練習 ③お口の体操パタカラを行い終了になりました。

※次回：6月18日（水曜日）13時30分からです。脳トレを行いますので皆さんご参加ください。（高橋）

とちの実サロンだより

5月17日のサロンは12名の参加で1年ぶりの食事会を開催しました。

新メンバーが3名加わり自己紹介の後おいしいお食事を頂きながら親睦を深めました。



*次回は6月21日です。「とちの実サロン」が益々みんなの楽しい居場所となりますように初めての方も是非覗いてみてください。（竹田）

アルミ缶収集作業場の撤退整理の完了

皆様のご支援・ご協力により、25年間アルミ缶収集活動を続けてきました。



この度、①出荷待ちアルミ缶格納倉庫、道具入れ小屋の移転及び解体、跡地の除草と整地など、一切の作業を完了し、ホテル山をバックにこの写真のような更地に戻しました。

②終了後、黒川代表と安場で、土地所有者（三條さん・ナルク会員）御宅に報告と御礼の意で訪問した。（安場）



どんぐり畑の作業

6月は7日に作業を行いますので内容7月号に掲載します。畑の状態は苗木も草も元気に育っています。特に草は急にはえてきた感じがします。この時期は、適度な雨と気温に恵まれ、ナルクの苗木も、また周囲の畑の野菜もすくすくと育っています。この高台から

の景色は素晴らしいです。

☆次回は7月5日（土）8時30分より作業を行ないます。「気楽に楽しく!!」みなさんの参加をお待ちしています。（植月）

俳句の会からのお知らせ

俳句の会の集まりは、これからは毎月（第3木曜日10時～午前中）に自由参加で集まる事にします。取りまとめは芝尾がします、ご連絡下さい。

俳句の会 令和七年五月自選句

人待ちてくるくる回す春日傘

服部みほこ

老ひとりの庭の華やぎ花菖蒲

鈴木 桜子

新緑や若き日恋し旅日記

齋藤 羊

五月晴れピアノの音は隣の孫

芝尾鹿之介

豆飯を頬張る青年健啖なり

小林 朗

富士を背に菅笠にタスキの茶摘み唄

石原 咲

衣更へ膝と肘とに従うや

芝田障子

青葉陰ヌーツと顔出す貧乏神

小西檸檬

薫風にばら香るかな夏近し

武田小波

円仁の産湯の井戸や木の芽雨

寿々女

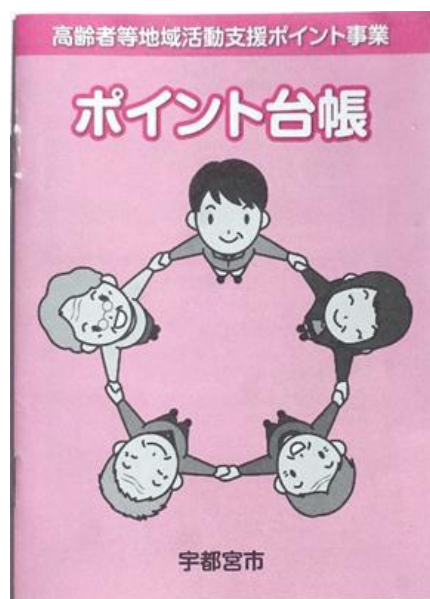
桜咲く戦場ヶ原の春遅し

美 宙

☆次回の締め切りは六月三十日です

ポイントシール・商品交換のご案内

昨年度（令和6年度）ナルク活動で宇都宮市高齢者等地域活動支援ポイント事業に参加され、取得されたポイントシール（桃色台帳に貼付け）の商品への交換申請の受付が4月より開始されています。ポイントシールをお持ちの63名の方に申請書をお送り致しましたが、5月末で22名（35%）の申請に留まっており、未だ多くの方が未申請です。ポイントシールを貼付け済の台帳に介護保険番号を記入して台帳のみ事務所にお持ち頂ければ事務局にて代行申請致します。商品交換で端数のポイントが出ましたら、是非、ナルク栃木に寄付をお願い致します。（ポイント管理者 高倉）



未使用切手のご寄付をお待ちしています

郵便料金の改定などで、ご家庭で使われずに、引き出しの隅で泣いている切手はありませんか？

ナルクでは事務所に回収箱を用意してお待ちしています。郵送の時、使わせていただきますので、ご協力お願いします。

困ったな

何かお困りの事はありませんか？

人生のこれからに不安があるが、誰に相談してよいか分からない！と思われた方、一度お電話下さい。どんなお話でも結構です。事務所に来られない方は、ご指定の場所まで出向きます。

ナルク後見人会がお手伝いします。

相談窓口 ナルク栃木 市民後見会

連絡先 会長 横島 勲 090-1655-9147

同好会活動予定（6月10日～） ♪ 参加者募集中・見学者大歓迎 ♪

予定の変更がある場合もあります。問い合わせはそれぞれの連絡先・世話役へ

ナルクファーム	連絡先：板橋千恵 携帯：090-4544-3855 鈴木裕子 携帯：080-6657-1579 6月28日（土） ナルクファーム 9：00～
俳句の会	世話役 芝尾英三 Tel・Fax：028-643-8523 6月19日（木） ナルク事務所 10：00～
カラオケ同好会	連絡先：湯沢典子 携帯：090-4724-2176 6月19日（木） banban 駒生店 700円 10：00～13：00
ハーモニカ同好会	連絡先：井上むら代 携帯：090-1698-4539 6月25日（水） ナルク事務所 10：00～
レザークラフト	連絡先：杉山豊子 携帯：090-4540-8849 7月14日（月） ナルク事務所 10：00～
書道教室	連絡先：黒川良子 携帯：090-2761-8561 6月13日（金）、7月11日（金） ナルク事務所 13：30～
パソコン同好会	連絡先：三浦則夫 携帯：080-5407-1272 6月15日（日） ナルク事務所 10：00～
健康麻雀同好会	連絡先：三浦則夫 携帯：080-5407-1272 6月22日（日）、7月13日（日） ナルク事務所 9：30～
手芸の集い	連絡先：田中さくら 携帯：080-1025-2773 6月11日（水）、7月9日（水） ナルク事務所 10：00～



各拠点の**会報**（ホームページのない拠点含む）
をWEB上で閲覧できるようになりました。
閲覧方法は下記を参考にしてください。



- ① ナルク本部ホームページ <https://www.nalc.jp/>
- ② パソコン：左側の contents の **会報ナルク・喜々快々** をクリック
スマホ：**スマホメインメニュー** をクリックし **会報ナルク・喜々快々** をクリック
- ③ 会報ナルク 拠点会報サイトは **こちら** をクリックする
- ④ NALC 拠点会報のページ 地区を選択し、各拠点の会報へ

団体賛助会員（敬称略）

パナソニックホームズ北関東株式会社、 真木クリニック
有限会社セイゴウ、 恵産業株式会社、 株式会社小牧工業
株式会社マルハ、 株式会社ティ・エム・エフ
緑が丘マッサージ治療院、 サークル不動産