ナルク千曲川
特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
上田・千曲活動拠点
事務局：上田市真田町本原788-2香山方
TEL 0268-72-3973 URL:http://nalc-ueda.com/
E-mail:nalcueda@yahoo.co.jp

ナルク上田・千曲第19回定時総会

開催日時：2025年6月11日（水）午前10:00集合　午前10:45開会

会場：坂城町「びんぐし湯さん館」　会費：500円（昼食代込）

会員皆様の総会参加をお願い致します。出欠について別途送付した往復葉書にてご返信下さい。
夫婦会員の方は、それぞれに署名し、欠席の場合は委任欄に署名して返信して下さい。
※総会出席者は、入場に際し免許証などの証明書をご持参ください。70歳以上は300円で入場できます。差額の200円は参加費として総会受付にお納め下さい。

第19回定時総会次第

第1部　定時総会

一．開会のことば　副代表　滝沢聖子
二．拠点代表挨拶　代表　内田雅久
三．来賓ご紹介・ご祝辞
四．祝電披露　副代表　滝沢聖子
五．議長選出
（執行部案：　）
議事録署名人
（議長が選出：　）
（書　記：　）
（署名人：　）
六．議事
第1号議案
2024年度活動報告（案）　代表　内田雅久
第2号議案
2024年度会計決算報告（案）　会計　井澤貞子
第3号議案
会計監査報告　監事　柳沢利喜男
第4号議案
2025年度活動計画（案）　代表　内田雅久
第5号議案
2025年度予算（案）　会計　井澤貞子
第6号議案
新年度役員の選出　内田雅久
七．議長解任
八．閉会のことば　副代表　滝沢聖子

第2部　懇親会

ナルク上田・千曲第19回定時総会議案

日頃はナルク上田・千曲拠点の活動に、ご参加とご協力を賜り、心より感謝とお礼を申し上げます。

さて2020年1月に端を発したコロナ禍も、昨年末にはインフルエンザとのダブルパンチかと思わせましたが、ほぼ終息して日常が戻ってきた感じがします。社会活動も平常に戻った感がありますが、社会情勢については厳しいものがあり、諸物価の高騰や国内での岩手県大船渡市をはじめとした山火事の多発、国外ではミャンマー・タイでの大規模地震など、驚異的な自然災害が多発しています。アメリカではトランプ大統領が再選されるや、立て続けにアメリカ・ナンバー1の政策が次々と発動され、世界中が政治的・経済的に翻弄されています。人類の共存・共栄が第一義であるのに対し、自国中心主義とは？　アメリカが超大国でなくなった所以のような気がします。

絶体絶命の窮地に立たされない限り、この世界の意識改革は無理なのかと思ってしまう今日この頃です。

今回もこの会報「ナルク千曲川」第105号を総会特集号として、報告事項および議案を掲載しましたのでご一読後、返信用のはがきにて総会の出欠と委任を5月25日迄にご返信いただきたく、またご意見・ご質問がございましたら5月25日迄にお寄せいただきたく、ねてお願い申し上げます。

第1号議案　2024年度　活動報告

はじめに

5年間コロナ禍の最中あっても、外出支援などの主要な活動は、休むとなく続けてまいりました。しかし設定した目値にはいずれの項目及びませんでした。024年度末の実績かっこ内は前年度実及び前年度比、以下様）は、会員数192（205名、94%）、38世帯（149世帯、93%）と、会員数・帯数ともに大きく減少ました。一方で年間時預託は1，609点1，705点、94%）、間奉仕は108点139点、78%）と活量も減少しました。間的な活動時間は殆ど変がないので、高齢化にい直接的活動の外出支（移送サービス）の要が減少した事が主因といます。

時間預託の具体的な活動目標と結果として

①新しい仲間（会員）を25名増やす

結果的には14名で、達成できませんでした。前々年度の17名も下回りました。因みに退会会員は27名で全体としては13名、世帯数としては11世帯の純減となりました。催し物などの機会をみつけてはナルクの理念のPRに努めていますが、会員増の難しさを痛感しています。

②時間預託目標を1，800点とする

今年度は1，609点、進捗率89%と大幅に未達でした。利用会員さんが亡くなったり、施設に入所されたり、ご家族が面倒をみられるとの事で、全体的な外出支援要請が減ったと推測しています。

③拠点会報誌「ナルク千曲川」を継続発行する

拠点からの情報発信の為、計画どおり第99号から第104号まで発行、拠点の活動報告と健康を中心とした情報を掲載し提供しました。

④楽しいナルク活動を展開するため、サロン・同好会活動の推進者を決め実施するにつきましては、従来のマレットゴルフ・ボウリング・免疫力アップ温泉巡り、パソコン・スマホ教室に加え、新たに、ふれあい旅行会とモルックを取り入れました。各行事とも参加会員がほぼ固定していますが、中でもスマホ教室は大盛況で、十数名の会員が集まり操作方法・手順の説明で講師役の倉橋事務局長も大忙しです。非会員の人も参加できる旅行会も好評をいただき、頭を使うモルックも好評で、継続して今年度の活動に取り入れます。

なお計画しました「ビックリ箱の会」を招いての会員交流会開催につきましては、諸般の事情で開催できませんでした。申し訳ございません。

奉仕活動について

①奉仕時間目標を150点としましたが、結果は108点と大幅な未達でした。

事情はありますが、社会貢献活動への意識が、まだまだ薄いといわざるを得ません。

②会報の手配りを通して会員とのコミュニケーションを図るにつきましては、通信費の削減もあり努力しましたが、コミュニケーションが深まる処までは、いかなかったと反省しています。

③社協・包括支援センター・ボランティア連絡協議会との連携活動で、地域に密着した活動を展開するにつきましては、「ふれあい広場in真田」などあらゆる活動に参加し協力を惜しみませんでした。

④ナルクデー活動に合わせて、6月初旬と9月下旬の清掃ハイキングに参

5月・6月の行事日程

開催日	行事内容
5/13(火)	**運営委員会** AM10:00～ 会場：真田町本原・香山邸
	スマホ教室 PM2:00～ 会場：真田町本原・香山邸
5/19(月)	**ボウリング** PM1:30～ 会場：プラチナレーンズ上田店
5/20(火)	**モルック** PM1:30～ 会場：真田・大畑公民館
5/26(月)	**マレットゴルフ** AM10:00～ 会場：ねずみ橋マレットゴルフ場
	免疫力アップ温泉巡り AM12:00～ 会場：坂城町びんぐし湯さん館
6/10(火)	**運営委員会** AM10:00～ 会場：真田町本原・香山邸
	スマホ教室 PM2:00～ 会場：真田町本原・香山邸
6/11(水)	**ナルク上田・千曲第19回定時総会** 会場：坂城町・びんぐし湯さん館 AM10:00集合　AM10;45開会
6/16(月)	**ボウリング** PM1:30～ 会場：プラチナレーンズ上田店
6/17(火)	**モルック** PM1:30～ 会場：真田・大畑公民館
6/26(木)	**マレットゴルフ** AM10:00～ 会場：ねずみ橋マレットゴルフ場
	免疫力アップ温泉巡り AM12:00～ 会場：坂城町びんぐし湯さん館

※6月25日（水）に第5回長野地区連絡協議会が松本市松南地区公民館に於いて13:30～16:00で開催されます。

加し、ナルクのPRと公共奉仕活動等の本部指針に沿う活動を実施するにつきましては、年1回に縮小されましたが、6月1日開催の第53回真田地域清掃ハイキングに参加し、ナルクをアッピールしました。

総括として

新しい会長を迎えて、心機一転のつもりで活動してきましたが、会員のみならず運営委員の皆さんも高齢化が進み、役員のなり手不足もあり、組織の硬直化が進み新陳代謝が思うようにできませんでした。このままでは先細りどころか組織の崩壊に繋がりかねないと案じています。更に提供会員や人材の獲得と、会員の皆様方のご協力を切にお願いするのみです。

最後に昨年の総会後に亡くなられた会員の方々は、永田次夫様、翠川祐司様、寺島三郎様、近藤敬子様、奥村冨子様、古川三治様、小野澤しう子様、山﨑まさ子様、以上8名の方々です。謹んで皆様方ご冥福を心よりお祈り申し上げます。

第2号議案　2024年度　決算報告

別掲の貸借対照表と活動計算書のとおり報告いたします。

第3号議案　2024年度　会計監査報告

4月4日（金）監査会を開催しました。監査の結果、提出された関係書類は正確であり、内容は適切であると認めます。以上監査の結果を報告いたします。

令和7年6月11日

ナルク上田・千曲
監事　柳沢利喜男
監事　山﨑　規正

貸借対照表

勘定科目	2023年度金額	2024年度金額	増減金額
【Ⅰ　流動資産】			
［1．現金預金］			
現金	108,336	23,277	-85,059
郵便貯金	2,480,350	2,572,705	92,355
［現金預金］	2,588,686	2,595,982	7,296
【流動資産合計】	2,588,686	2,595,982	7,296
【資産の部】	2,588,686	2,595,982	7,296
【Ⅰ　流動負債】			
【Ⅱ　固定負債】			
【負債の部】	0	0	0
【Ⅲ　正味財産】			
前期繰越正味財産額	2,405,654	2,588,686	183,032
当期正味財産増加	183,032	7,296	-175,736
【次期繰越金】	2,588,686	2,595,982	7,296
【正味財産の部】	2,588,686	2,595,982	7,296
【負債・資本の部】	2,588,686	2,595,982	7,296

第4号議案　2025年度　活動計画（案）

総意：ナルクの基本理念「自立・奉仕・助け合い」を軸として、新しい時代に合った組織にしてナルクの魅力を更に高め、会員拡大に取り組もう！

そのためにはナルク本部と一体感をもって活動を進めていく事が大事

①**毎月一回はナルクデー**をもうけ、新入会員30名の獲得を目指す

②**時間預託活動**については目標値1，800点とする

③奉仕活動は目標値150点とする

④拠点会報を継続して発行し、ナルク情報や健康情報を発信する

⑤会報の手配りを増やし、会員とのコミュニケーションを図る

⑥行政や社会福祉協議会・包括支援センター・ボランティア連絡協議会との連携を深め、会員や地域住民の暮らしを守っていく

⑦楽しいナルクを実現するため、同好会活動の推進者を決め実施する

・サロン上田・カラオケ（内田・宮崎）再開
・マレットゴルフ（倉橋・柳沢）
・ボウリング（倉橋・井澤）
・免疫力アップ温泉巡り（滝沢・柳沢）
・パソコン・スマホ教室（倉橋・古屋敷）
・ふれあい旅行会（香山・倉橋）
・モルック競技（香山）

第5号議案　2025年度　予算（案）

活動計算書欄2025年度予算（案）の通り提案いたします。

第6号議案　2025年度　運営委員の選出

2025年度から2026年度の総会迄の2年の任期となります。

代表	内田雅久（留任）
副代表	滝沢聖子（留任）
副代表	香山直樹（留任）
事務局長	倉橋重松（留任）
事務局次長	古屋敷弘江（留任）
会計	井澤貞子（留任）
実行委員	長﨑安子（留任）
実行委員	宮崎佐喜子（留任）
実行委員	小山かづ子（留任）
実行委員	青木廣美（留任）
実行委員	安沢和子（新任）
実行委員	横沢アイコ（新任）
監事	柳沢利喜男（留任）
〃	山﨑規正（留任）

活動計算書

勘定科目	2024年度予算金額	2024年度実績金額	予実対比金額	実績/予算	2025年度予算案
【Ⅰ　経常収益の部】					
［1．会費収入］					
拠点交付金	200,000	226,500	26,500	113.3	200,000
［会費収入］	200,000	226,500	26,500	113.3	200,000
［3．受取寄付金］					
時間預託活動寄付金	260,000	278,525	18,525	107.1	260,000
［受取寄付金］	260,000	278,525	18,525	107.1	260,000
［4．受取助成金］					
助成金	0	3,000	3,000	0	3,000
［5．その他収益］					
受取利息	20	357	337	1785	300
［その他収益］	20	357	337	1785	300
【経常収益合計】①	460,020	508,382	48,362	97.5	463,300
［Ⅱ　経常費用の部］					
［1．事業費］					
内部支出	5,000	3,000	-2,000	60.0	3,000
旅費交通費	60,000	42,345	-17,655	70.6	60,000
通信運搬費	100,000	94,708	-5,292	94.7	100,000
消耗品費	70,000	106,132	36,132	151.6	70,000
会議費	100,000	128,708	28,708	128.7	140,000
ボランティア保険料	36,000	36,700	700	101.9	38,000
支払手数料	2,000	1,100	-900	55.0	2,000
水道光熱費	10,000	10,000	0	100.0	15,000
修繕費	0	15,360	15,360	-	10,000
雑費	20,000	0	-20,000	0.0	10,000
［その他経費］	393,000	501,086	108,086	127.5	443,000
［事業費］	393,000	501,086	108,086	127.5	443,000
［4．予備費］					
予備費	20,000	0	-20,000	0.0	20,000
［予備費］	20,000	0	-20,000	0.0	20,000
【経常費用】②	413,000	501,086	88,086	121.3	463,000
【Ⅲ当期経常増減額】①-②	47,020	7,296	-39,724	15.5	300
［Ⅳ経常外収益］					
［Ⅴ経常外費用］					
［Ⅵ当期経常外増減額］	0	0	0	0	0
【Ⅶ当期正味財産増減額】③	47,020	7,296	-39,724	15.5	300
前期繰越金④	2,588,686	2,588,686	0	100.0	2,595,982
【次期繰越正味財産額】③+④	2,635,706	2,595,982	-39,724	98.5	2,596,282

2月3月のナルク上田・千曲のボランティア活動

時間預託点数　（平成２５年月、３月末までの累計１，６０９点、月末までの総累計２４，７７１点）

実績	提供活動		生活アド等		講師等		①小計1	コーディネート		事務所当番等		事務所提供		小計2	合計	②利用点数
	人数	点数	人数	点数	人数	点数	点数	人数	点数	人数	点数	人数	点数	点数	点数	
２月	１２	８０	1	2	－	－	８２	－	－	4	9	1	１５	２４	１０６	0
３月	１２	９１	1	2	－	－	９３	－	－	4	１５	1	１５	３０	１２３	0

奉仕活動点数　（平成２５年月、３月末までの　累計　１０８点、月末までの総累計2，７９４点）

実績	福　祉		子育て		環　境		その他		NALC活動		合　計	利用		総　計
	人数	点数	人数	点数	人数	点数	人数	点数	人数	点数	点数	人数	点数	点数
２月	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	0
３月	－	－	－	－	－	－	－	－	4	5	5	－	－	5