

くろしお

第117号 2025年11月

NPO 法人 NALC・銚子拠点

〒288-0814 銚子市春日町 2736-2 小澤方

TEL 0479-23-3694

MAIL nalc.choshi@gmail.com

HP <https://www.nalc-choshi.org>



2025年9月定例会トピックス

「災害にどのように備えるか」

鷺尾 孝義

9月のナルク定例会は20日(土)に市民センターで開かれた。建物工事の影響で市民センターが使えなくなるとのことだが、9月は使えて良かった。

小澤代表の挨拶のなかで、ナルク船橋拠点が高齢化と新会員が増えず役員の継承が出来ないため解散が検討されてるとの事を知らされた。定例会はお口の体操、脳トレ、六中地域文化祭など行事の連絡があった。

9月のトピックスは、「災害にどのように備えるか」という市民講座を市役所の総務課危機管理室の西ノ宮氏に話をしてもらった。



ハザードマップで我が家を確認

地震・津波・台風など災害は時に起きるが、最近の豪雨被害は緊急避難指示が短時間で出るほど大きくなっており、どう対応するか事前に考えておかないと逃げ遅れる心配がでてきたとのことだった。

話の中で問題が出された。「寝たきりの配偶者がいて助けを呼びに行くか、1人で逃げるか。」「深夜の大雨が降る中、緊急避難指示がでたら、すぐに避難するか、朝まで待つか。」「緊急避難時ペットを連れていくか、自分もペットと一緒に避難しないか」いずれも正解は無いという。だから答えに窮する。

これらの問題はそれぞれが事前に自分の住環境の災害毎の危険度を調べたり、家族で避難時の対応について話し合っておくことが緊急時の対応には必要ですよという問いかけのようだ。

避難生活には7日分くらいの食料や水の備蓄が必要で、消費期限前に更新しながら備蓄すること。役立つリストを配布してもらった。その他にも黒いビニールと固める粉末で簡易トイレを作成する方法とか、ラップを使用することで皿洗いを省くという工夫の話など。

災害の話以外にも、他人を信用する善人は詐欺をする嘘つきには勝てないから、電話で話さないという自己防衛のために防犯機能付きの電話は効果があり、その補助金が出るという情報提供もあった。役立つ話にナルク会員は、みな静かに聞き入っていた。

帰りには参考にと、賞味期限が近くなった備蓄品の配布があった。

安来節とくろしおガールズ 辻谷千鶴子

私は安来節の踊りが大好きで前からナルクで仲間を作って踊りたいと常々思っていました。それで皆さんの協力のもと、くろしおガールズが出来上がりました。まだ、立ち上がって1年にもならないので少々早かったのですが、10月12日に開催された銚子六中地域文化祭に新人の滑川さん、ベテランの鈴木さん、私(辻谷)の三人で出演をしました。滑川さんは熱心に努力した甲斐があり、一生懸命踊っていました。アンコールの声が掛かり2度踊りました。1回でも観客の前で踊ってみると、自信と達成感が出来ます。11月には、松籟の丘の秋まつりには、くろしおガールズ全員参加で元気よく踊ってみたいと思っています。まだまだ未熟なチームですがみんなで一生懸命練習しています。

これからも応援の程、よろしくお願いします。くろしおガールズはメンバーをいつでも募集していますので、参加希望の方は大歓迎です。



六中地域文化祭でドジョウすくいを熱演

カモメ

名雪 一日子

あまり思いつくこともないので、銚子港に数年前まで大量にいたカモメのことを書きます。

数の多いのは3種でセグロカモメ、ウミネコ、ユリカモメです。セグロカモメは1番大きく堂々としています。次はウミネコで、以前青森県の蕪嶋神社というところに行ったことがあります。



ウミネコが手の届く様なところで大騒ぎしていました。
銚子のウミネコ

はほとんど鳴くのを聞いたことがないので蕪嶋神社のウミネコよりずっと無口です。

一番小さいのはユリカモメで高校古文にあった和歌『名にし負はばいざ言問はむ都鳥わが思ふ人はありやなしやと』の都鳥はユリカモメのことだといわれているそうです。このユリカモメは冬羽から夏羽に変わる途中で一見眉毛に見えるような時がありちょっとかわいらしく見えます。

季節の献立(10月料理教室より)

芋飯・鶏の照り焼きキノコソース・
冬瓜のあんかけ汁・マカロニサラダ
★味付けは各ご家庭の味で



頑張っています！手芸の会

長谷川 耐子

私たち手芸の会は、毎月2回、第2と第4の金曜日に澤野事務局長宅をお借りして活動をしています。現在は10人の会員が楽しく仲良くおしゃべりや特に昼食を楽しみに集まっています。

皆さん各々好きな物作りに取り組んでいます。編み物する人、足ふきマットを作る人、テープでエコバックを作る人、ぬいぐるみ布ボールを作る人、何の約束事もなく、ただ楽しく話し合い、この月2回の手芸の日に出席できないとガッカリ、ガッカリします。

作成した一部は市の文化祭や人の集まる場所に出店し、少しでも拠点のお楽しみ会の一部にでも役立てることがこの上ない喜びです。

今年は市民センターの大修理に当たり、文化祭が来春2月に計画されています。その前に福祉祭りが市役所前のまなびの城で12月7日(日)にあります。福祉まつりには今まで出店したことはないのですが、福祉協議会(ボラ連)より暖かいお誘いをいただき出店することにしました。ナルク会員の皆さんは勿論、お知り合いの方々にお声をかけていただきお越しくださるようお願いいたします。

又、ご自身に必要なもので、お店に出しても差支えのない物品がありましたらお声をかけてください。重ねてお願いいたします。ヨロシク！

第38回銚子福祉まつり

日時 令和7年12月7日(日)
午前9時30分～午後2時

場所 銚子市保健福祉センター
すこやかなまなびの城

★ナルク銚子では毎年、学生さんと一緒に
市内のバリアフリー点検に協力しています

学童保育支援活動について

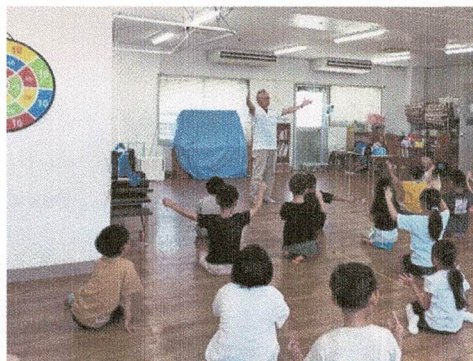
野村 健一

私が学童支援に携わって3年になります。最初は何をしたらよいか分からず、SNS等で調べて少しずつ理解できるようになりました。

私はゲーム担当ということで、まず考えたことは簡単な道具を使って1年生でもできる内容のものです。しかしあまり簡単にできるものでは面白くない為、自分で練習してこのゲームだったと思うものを5つ6つ準備しました。

今年は双葉と中央の学童各々2日間実施しました。ゲームの時間は約1時間ですので時間を無駄にしないようにゲームの内容を考え実施しました。

ゲームを始める前に、私がプラチナ体操で行っている指の体操を少しやってみました。



しかし1年生には少し難しかったようですが、2年生以上は真剣に指を動かしていました。一番夢中になっていたのは指導職員の方だったような気がしました。

ゲームは一人で行うものとチームで行うもので、紙コップ、ペットボトルの蓋、洗濯バサミを使用しました。最初にゲームのやり方を実施説明して、その後生徒さんたちが行うという形式で進めていきました。一人で行うゲーム、3分間で何回できるかを競うものはみんな夢中で一心不乱に行って、出来た時にはニコッと笑い、「出来た！」と叫んでいました。

これからも学童の皆さんたちが楽しんで思い出に残る内容のものができたらと思っています。

サークル・サミット・奉仕活動の予定表

サークル活動				
サークル名	内容	活動日	活動場所	代表者
ぶっくぶっくの会	早口言葉・お口の体操・朗読	第4木曜1時半	陣屋町青年館	小澤（康）
習字クラブ硯	課題を練習	第1金曜9時半	市民センター	鷺尾
料理教室	担当班が考えたレシピを調理	第3金曜10時	市民センター	仲
カラオケ同好会	課題曲と各自の持ち歌を熱唱	第2木曜1時半	カラオケボックス他	青木
手芸の会	おしゃべりと作品づくり	第2・4金曜9時半	澤野宅	澤野
ウォーキングクラブ	『ジオの森』周辺散策	第1月曜9時半	ジオの森	高根
くろしおガールズ	ドジョウすくいや演芸の練習	第1木曜9時半	勤労コミセン	辻谷
サミット活動				
つくしん坊サミット	季節の食材を使ったお食事会。会員同士の居場所	第4木曜10時半	海鹿島	長谷川
ぐるぐるサミット		第2火曜10時半	澤野宅	澤野
奉仕活動				
海岸清掃	ジオパーク市民の会と合同	第1・3日曜 9時	銚子ジオパーク他	白土
七ツ池再生活動	七ツ池再生委員会と合同	第2日曜9時	七ツ池	澤野
ふれあい広場	地球の丸く見える丘展望館下 ふれあい広場の草刈り、花植	第4火曜9時	ふれあい広場	青木
松籟の丘	車いす清掃・行事の手伝い等	第3木曜10時	松籟の丘	鈴木

時間預託・奉仕活動の実績

◎新年会を1月23日に計画しています。ぜひ、ご参加ください!!

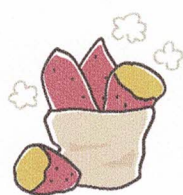
時間預託活動				
活動内容	9月		10月	
	人数	時間	人数	時間
犬の散歩等	0	0	0	0
屋外(草刈等)	0	0	0	0
家庭内	1	1	3	7
同好会講師	1	2	1	2
病院付添い	0	0	0	0
その他	0	0	0	0
合計※	2	3	4	9

奉仕活動				
活動内容	9月		10月	
	人数	時間	人数	時間
福祉	3	3	10	10
子育て	0	0	0	0
NALC活動	12	24	13	37
環境	21	73	21	72
その他	0	0	0	0
合計※	24	100	23	119

※人数の合計は実際にその月に活動をした人の数

延べ人数の合計ではありません。

編集後記



もうすぐ12月。今年からナルク銚子の広報を担当しホームページや「くろしお」のリニューアル作業に取り組みました。活動に参加出来ない会員の方にも私たちの活動を知ってもらえるような内容にしていきたいと思っています。来年もたくさんの活動を紹介できるよう皆さまご協力よろしくお願いいたします。

編集責任者 滑川里美