



ナルク川崎

# だるま会報

〒213-0015川崎市高津区梶が谷3-8-16

花崎方 Tel &amp; Fax (044)888-6206



No.196号(2026年1月)

令和8年1月17日

発行 ナルク川崎 事務局 責任者：花崎良政

ホームページ：<http://www.nalc-kawasaki.sakura.ne.jp> メール：[nalckawasaki@yahoo.co.jp](mailto:nalckawasaki@yahoo.co.jp)

## 「賀正」<ナルク川崎・発足30周年の年>です。

新年を気持ち新たにお迎えの事とおもいます。今年もよろしくお願ひします。ナルク本部は、昨年から野中会長のもとナルク発展5ヶ年計画を発表し、5つのプロジェクトを発足し、ナルク再生に取り組みを開始しています。65歳以上が3割を超え、一人住い高齢者が5人に一人という日本の社会で、老後を安心して暮らすには、ナルクの理念でもあります<自立・助け合い・奉仕で生き甲斐>は、より大切な活動となっています。ナルクは、設立から30年を過ぎ現実は、会員の高齢化や退会者の増加、コロナ禍もあり活動が低調になっています。ナルク川崎も同様に大きな転換期を迎えています。ナルクの再生には、元気な会員の入会促進や時代に即した活動を盛り上げ、地域奉仕も高める必要があります。是非皆さんのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。ご多幸を祈ります。



## 地域活動に参加しました

拠点の同好会で唯一順調に活動しているものは現在女性の会だけです。

2025年秋も地域貢献活動にいくつか参加しましたので紹介します。

10月には幸区の「プラザ祭り」。社協の要請に応える形で女性の会で作成した“あゆ”に色付けをして自分だけのものを作るワークショップです。飾るだけではなく、魚釣りをして楽しむものもあります。プラザ祭りは今年3回目の参加で、毎年大勢の子ども達が列を作り参加してくれます。

11月は市民活動センターの「ごえん楽市」と宮前区の「ラブみやまえ」に同じワークショップで参加しました。魚釣り遊びは今年も人気で、去年も来た！と元気な男の子も居ました。

高齢の方が孫のお土産に参加してくれたり、若いカップルも楽しんだりして、これからもっともっと全世代型に広がることを期待しています。また来年ね・・・と言いながら終わりました。小さな社会貢献はできたかな・・・？



## 忘年食会を行いました

12月11日、武蔵中原駅前の和食「北海道」にて、1年間の年忘れ昼食会を開催、14名の会員が集い、親交を温めました。花崎代表の乾杯の音頭に引き続き、プチ豪華な和食ランチとともに、2025年を振り返り様々な会話で楽しく盛り上がり、時間を忘れるような2時間でした。川崎拠点30周年となる2026年の活発な活動を約し、柳下事務局長の挨拶で締めくくりました。みなさん、お疲れ様でした！

## 拠点リーダー養成講座に参加して

後藤喜行

11月20日～21日、兵庫県丹波篠山のユニトピアささやまにて、1泊2日のリーダー養成講座に参加させていただきました。NALCの基本事項を学ぶ座学に続いて、拠点活動を活発化させるための課題と対策についてのグループ議論。各拠点ごとに特色ある課題が飛び交い、各々の実施例を示して具体的な対策を話し合いました。目からウロコの事例などで、たくさんの気づきや学びを得ることができ、今後の活動に非常に役立つ研修でした。夜の交流会では、地域を超えてナルク仲間の絆を感じる仲間づくりができ、今後も情報交換を密にして、より充実した拠点活動を進めてゆきたいと思います。



## 地域の催し紹介

- 1/21 (水) たかつボランティアまつり てくのかわさきホール 14時～16時  
当拠点は 展示のみ
- 1/27 (火) 健康・介護フェア 高津市民館。大会議室12時～16時30分 入場無料 申込不要  
講演 講師：料理研究家 浜内 千波 先生 「笑顔のある毎日は、食卓から」 13：00～  
講師：FPオフィスケセラセラ横浜代表 斎藤 岳志 先生 14：50～  
活動団体紹介コーナー（大会議室） 12：00～
- 2/13(金) シニアライフ講演会 多摩市民館大ホール 12：00開場 入場無料 申込が必要  
第1部 地域の市民活動団体の紹介 13：15～  
第2部 講演：「私たちはどう生きるか」 山根 基世 さん 15：00～

## 2026年の新春多摩川七福神巡り

毎年恒例になりました1月7日の七福神巡り、今年は曇り空、時々うっすらと明るい日も差たりで、心配していましたが6名の参加がありました。東京拠点からも室井さんの参加で、和気あいあいと楽しい歩きになりました。このコースは平坦で会話をしながら毎年歩く割には覚えきれず、頭の体操をしながらシニアにはうってつけの七福神巡りになりました。また来年も同じコースです、どれだけ覚えていますやら楽しみです。



## 今後の予定

- \* 1月20日 (火) 南関東・静岡連絡協議会 東京都障害者福祉会館 13時～
- \* 1月21日 (水) たかつボランティアまつり てくのかわさき 14時～16時
- \* 1月27日 (火) 健康・介護フェア 高津市民館ホール、大会議室 12時～16時30分
- \* 1月28日・2/11・25・3/11・25 (水) 女性の会 市民活動センター 10時～
- \* 1月30日 (金) 記念誌編集委員会 市民活動センター 10時～
- \* 2月7日 (土) 三役企画会議 市民活動センター 10時～
- \* 2月13日 (金) シニアライフ講演会 多摩市民館ホール 13時～17時
- \* 3月7日 (土) 三役企画会議 市民活動センター 10時～
- \* 3月14日 (土) 運営委員会 市民活動センター 10時～

