

ナルク尼崎	令和7年 3月1日	事務局 尼崎市塚口町 6-4-7
	VOL21 第 6号	TEL/FAX 06-6422-2842

【運営委員会】

4月20日(日) 10時で開催予定。場所はサンシビック尼崎。ボランティアの報告、総会の打ち合わせや見学会、恒例のバスツアーなども議題に取り上げる。運営委員の方は是非参加ください。

【新年会】

1月26日に塚口の中華料理「愛蓮」で開催、歓談に盛り上がった。ただ人数が20名と今一つ集まりが芳しくないこともあり
来年以降をどうするか相談していききたい(新年会に替わる懇親方法も検討)。



【花見の会】

4月2日(水)に実施、場所はパナリゾート茨木。JR茨木駅に10時半に集合、タクシーに分乗して現地へ。交通費・昼食代は各自負担。昼食は花見二段御膳2,200円。終了後に希望者のみで万博公園を散策予定。参加ご希望の方は土肥 06-6421-0217 まで。申込み締め切りは3月20日(木)

【私も寄稿】

人とのつながりこそ、幸せ
朝、ガラス戸の内外に置いた花鉢や観葉植物を眺め、テレビを見ながらの食事は、野菜果物のジュース、たまご・納豆、時にハンバーコン、トースト、果物・きな粉入りヨーグルト、緑茶。これが定番。次いで新聞を読んだりしている間に10時になります。そんなのんびりした朝の時間は心地よい。勤務時代には考えられなかったゆとりの時間です。

朝ののんびり時間は好きですが、人とかかわることをしているときに、気持ちが動くし、どうやら私には向いているように思います。

ある団体やグループの会報づくりを3つ引き受けていたこともありましたが、いずれも小誌ですが、切れ目がありません。グループの運営、定例会もあり、合い間に友人との国内外の旅行も年に数度。これがまた楽しいのです。

定年後の時間は、勤務時間とほぼ同じ長さ。これをそのまま隠居時間にするのはもったいない。長〜い高齢期をどう受け止め、どう過ごすか、を考えました。

60代70代はまだ若い。体力気力もあります。有償労働の場がある人はそれをするのもよし、無償の働き、ボランティアに、その経験能力を存分に発揮するのもよし。それで、いくつかのグループにかかわることにしました。

80代になると、体調不良を口にする人が増えてきました。どうやらこの辺りが潮時と、主宰するグループを一つ25年で閉幕にしたのです。やはり寂しい。同窓会をとの声もあり、うちの何人かは個人的なサロンのほうに来ていただいています。ここでのテーマはバラバラ、よく言えば多彩。それでも、絶えず二、三十名の方が来てくださっています。

一人もよろしいが、ほかの人と共にするのはより楽しい。趣味でも数名仲間がいるほうが楽しいし、長続きもします。ナルクは本来ボランティアの会ですが、今では同好会的色彩のほうが強いように思います。が、それはそれでいいのではないのでしょうか。人は人との間にいるから「人間」らしく暮らせる、のではないかと思います。

田矢 きく

《同好会》(一部活動休止中)

	歌同好会	女性健康麻雀クラブ	カラオケ
曜日	偶数月 第1日曜日午前	毎月第1・2・3金曜 13時~16時	未定
場所	サンシビック尼崎	塚口・ときわ会館	未定
世話人	土肥・大西夫妻	桑木野・長田	大西(高)

《地域活動・ボランティア》(喜楽苑、サフォート武庫之荘は休止中)

	にこにこ体操クラブ	武庫之荘カフェ	ぼちボラ
曜日	毎週金曜日午前	毎月第2火曜日	原則毎月15日
場所	サンシビック尼崎	コープ武庫之荘	ボラセン
世話人	蔭山	土肥(邦)	土肥(嘉)

《個人ボランティア》

春山さんに、会員の方の家事手伝い・病院送迎をして頂いています

皆様の投稿・ご意見おまちしています。発行責任者 土肥嘉夫 入稿 土肥邦子