

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
ナルク (NALC) 宝塚・川西・伊丹・猪名川

## 《 ささえあい 》 3 月号

事務所 〒666-0015 川西市小花2丁目25-1 TEL・FAX 072-759-3269

メール nalc.sasaeai@gmail.com HP : [ナルク宝塚・川西] 検索 →

会員数 2月28日現在 会員154名(111世帯)・賛助会員 8名/4社



### 2025 年新春懇親会が開かれました

事務局

恒例の新春懇親会は1月18日(土)、アステ川西6階ホールに於いて、会員48名、賛助会員5名、アトラクション応援者3名の合計56名の出席のもと開催されました。

定刻12時に30年前の阪神淡路大震災の犠牲者への黙祷をした後、米田副代表の開会宣言、厚東代表の開会挨拶の後、賛助会員の皆さんの挨拶を受け、懇親会が始まりました。出席者最年長の北岸さんの乾杯の音頭で会食開始。運営委員の方が心を込めて準備された弁当を美味しくいただきながら歓談の後、米田副代表の司会のもと、アトラクションの開始です。アトラクションは渡辺さん・鷲北さんの新舞踊に始まり、北岸さん・長尾さんの詩吟、山下さんの民謡、ボランティアの岡さん・横山さんのマジック、皆で歌う会の皆さんのコーラス、小幡さんのピアノ演奏と盛りだくさんの出し物に会場は大いに盛り上がりました。アトラクションの後は恒例のビンゴゲームです。司会の軽妙な進行で数字が読み上げられるたびに手元のカードを見つめては一喜一憂、楽しい時間を過ごしました。



厚東代表あいさつ

締めは米田副代表の音頭で一本締めをし、お開きとなりました。



司会 米田副代表



乾杯音頭 北岸さん



新舞踊 渡辺さん



新舞踊 鷲北さん



詩吟 長尾さん



民謡 山下さん



手品 岡さん、横山さん



コーラス 皆で歌う会のみなさん

※ プログラム、参加者名簿、たくさんの写真を ホームページに掲載しました。  
右の URL または 2 次元コードから開いてください。(スマホでも可能です)  
URL は <https://x.gd/dRyZa> です。



### 【 アンケートへのご回答御礼 】

代表 厚東信之

過日のアンケートへのご回答有難うございました。  
全世帯114に対し67世帯よりご回答いただきました。  
結果につきましては、別紙「報告とお願い」に記載の通りです。  
6月に予定する総会までに決定しなければならないことが多くあります。  
会員の皆様には引き続きご理解・ご協力をお願い申し上げます。

【猪名川クリーン作戦】と【らくごクラブ・しし鍋会】

中田年平（川西）

2月15日（土曜日）朝から快晴のなか、猪名川河川敷のゴミ拾い作業を行う「猪名川クリーン作戦」を実施しました。参加者はナルク事務所に集合し、猪名川の土手にあるドラゴンランドから河川敷に降りて阪急宝塚線の鉄橋までの河川敷に落ちているゴミ拾いを行いました。



クリーン作戦で河川敷を清掃した後は、恒例となったナルク事務所での「らくごクラブ」の獅子鍋会に参加して、美味しいぼたん鍋を皆で堪能しました。



参加者：（クリーン作戦）厚東さん、伊藤さん、壬生さん、鶴崎さん、柴川さん、大野さん、中田さん（らくごクラブ）上の皆さん + 米田さん、小幡さん、北川さん、中尾さん

【 ごあんない 】

陽春の候、ナルクディとらくごクラブの春です。楽しんでください。

- 日 時 4月20日（日） 10:00 ~ 15:00
- 場 所 北雲雀きずきの森（宝塚市の都市公園です）
- 内 容 10:00 ~ きずきの森の散策と清掃  
12:00 ~ 昼食を囲んで雑談会  
13:30 ~ モルックで遊ぶ
- 参 加 昼食代 1000円  
問い合わせ 申し込み、4月10日まで  
090-7113-5531 中尾  
090-1896-8208 米田
- 集 合 ① きずきの森駐車場へ直行（10:00）  
② 川西能勢口駅の指定場所より送迎（9:30）

きずきの森へは 「きてみて」 自然と景色がすばらしい！！  
 昼食を囲んで 「楽しんで」 らくごクラブの春です！！  
 モルックゲームを 「やってみて」 思いのほかおもしろい！！

【 行事予定 】

事務局

4月 1日（火）	NALC宝塚・川西ゴルフ会	8:00 スタート	有馬富士カンツリークラブ
4月20日（日）	ナルクデー	10:00 ~	終了後「らくごクラブ」
6月22日（日）	第30回定時総会	10:00~15:30	宝塚市立東公民館

## 【 1 月・2 月の入会者 】

事務局

1 月、2 月の入会者はありませんでした。

## 【 時間預託活動と点数 】

事務局

	仕事 援助	家事 援助	受託 事業	送迎	事務 所 当 番 等	コー ディ ネー ト	講 師	活 動 合 計	活 動 会 員 数
1 月	0	0	16	0	76	1	2	95	8
2 月	34	0	16	0	76	1	4	131	9
2024 年度累計	269	21	176	0	715	12	68	1261	106

## 【 活動報告 】

事務局

## 「1 月」

- ・仕事援助、外出介助、家事援助、送迎：なし
- ・受託事業：うぐいすの森(4 回)：小幡、岩垣、壬生、狩野、米田、北川、上西、厚東(信)の 8 名の皆さん

## 「2 月」

- ・仕事援助：利用者 2 人(20 回) 提供者：大野さん
- ・外出介助、家事援助、送迎：なし
- ・受託事業：うぐいすの森(4 回)：小幡、狩野、北川、米田、壬生、岩垣、上西、厚東(信)の 8 名の皆さん

## 【 運営委員会 議題 】

事務局

## 「1 月度」 開催日時 1 月 8 日(水) 13:30~15:30 出席委員 10 名

- 1) 新春懇親会について(中田・米田・伊藤)……1 月 18 日(土) アステ 6 階大ホール  
出席者の状況 アステの事前打ち合わせ日→本日運営委員会終了後 16 時半現地  
弁当の決定と当日の対応 ビンゴ景品 出席者名札・配席ほか
- 2) 拠点の今後と会員向けアンケート実施の件(米田・厚東)……1 月号会報に同封  
内容の決定 返信用封筒と切手準備 アンケート回収方法
- 3) 北摂・兵庫地区連絡協議会について(厚東)……2 月 25 日(火) 芦屋  
今回から北摂ブロックと合同
- 4) 本年度の猪名川クリーン作戦とらくごクラブの件(中田・米田)……2 月 15 日(土)  
事務局の植原さんからゴミの処理についての電話(ごみの片付けの念押し)
- 5) 次期運営委員の選出について(厚東)……この人ならの人選 新春懇親会は良い機会です
- 6) 介護予防ポイント事業アプリ活動団体向け説明会の件(厚東)……1 月 21 日(火)  
10~12 時 川西市福祉部介護保険課主催 二次元コードを団体代表者へ配布

## 「2 月度」 開催日時 2 月 12 日(水) 13:30~15:30 出席委員 11 名

- 1) 新春懇親会を振り返って(中田・米田)……良かった点・改善すべき点他  
会場・弁当・アトラクション・参加者・ビンゴ・時間配分他
- 2) 会員向けアンケート回答状況中間報告(米田・厚東)……回答状況  
配布数 114 回収数 67 回収率 58.8%
- 3) 交通費検討委員会設置の件(厚東)……詳細別紙
- 4) 今年の総会日程と会場確保の件(中尾・厚東)……例年は宝塚東公民館  
昨年は 6 月 23 日(日)開催 今年は 6 月 22 日(日)または 21 日(土)で予定
- 5) 次期運営委員の選出について(厚東)……新春懇親会を終えて
- 6) 簡単な事務処理(例えば退会)は全員で分担体制について(厚東)

2 月は祝日が 2 日もあります。11 日が建国記念の日で、23 日は天皇誕生日です。日本の祝日とはまったく関係ありませんが、2 月 24 日は 3 年前にロシアがウクライナに侵略を開始した日です。

ロシアの一方的な侵略と見る限り、私は映画「八甲田山」を思い起こします。厳冬の青森で命がけの雪中行軍の訓練がなぜ行われたのか。

日露戦争の直前で酷寒地での対ロシア戦が想定されていたからだという。

明治 35 年(1902) 1 月、旧陸軍青森歩兵第 5 連隊 210 人と、弘前歩兵第 31 連隊 37 人が、それぞれ別のルートから八甲田山を目指した。

第 5 連隊は想定外の事態に見舞われ遭難、ほぼ全滅の 199 人が死亡した。第 31 連隊は土地に詳しい道案内人を雇い八甲田山越えを達成した。

遭難場所近くには犠牲者を弔う「香烟陸軍墓地」と教訓を伝える「八甲田山雪中行軍遭難資料館」が併設されています。

あるボランティアガイドの説明では、ほぼ全滅した第 5 連隊と、犠牲者を出さずに踏破した第 31 連隊との行動は比較できず、雪中行軍の成否も結果論に過ぎないという。

冬山だけはいくら綿密に計画しても、天候の急変で大きく違ってくる。いくら頑張ってもダメなものはダメです、とも言う。

私は今『なにか言いたい』アメリカのトランプとロシアのプーチンは厳冬の冬山で、ウクライナのゼレンスキーはどうにもならない遭難者なのか・・・。

## 文芸コーナー

### 【名言・格言】

『世の中をダメにするのは老人の跋扈。時が来たら誇りを持って脇にどくの。』

樹木希林 女優



伝統や古い価値観に固執し、新しい風を拒む態度が社会全体の停滞を招くという警告で、自分の役割を全うした上で、新しい世代に道を譲る勇気を持つべきだというメッセージを内包している。

### 【言葉の由来】

#### 『桜前線／サクラ』

お花見が近くなると、气象台が桜の予想開花・満開日を発表します。予想日が同じ日のところを線で結んだのが「桜前線」です。

天気図の梅雨前線などに似ているために、こう呼ばれています。実際は気象庁の公式用語にはないそうで、正しくは「開花(満開)等期日線」といいます。

ところで、お花見などには、露店などで、客をよそおって品物をほめたりしている商売仲間の「サクラ」がいるものです。

こちらの語源は、パツと咲いてパツとにぎやかにしておき、またパツと散る、という桜の性質からきたものではないかといわれていますが、一定してはいないようです。

### 【俳句】

『春暁や 羽ばたく気配 湖うごく』

杉木妙子

### 【短歌】

『枯れ葦に入りゆく鳥の踊らざりタベ今夜の宿を決めたかも』

松野綾子

### 【川柳】

『年賀状裏に一言手書きです』お題「年賀状」 喜楽トシボ

### 『編集後記』

温暖化と言いつつもこの冬は北国で大雪に悩まされ苦しまれ、お気の毒に思います。その 2 月が去り、雪解けが進み、そろそろ春を感じさせる 3 月となりました。水ぬるみ、大地も暖かくなり桜の開花が待ちどろしくなりました。また「啓蟄」でもあり、地中で冬眠していた虫たちも這い出して来るでしょう。

4 月 13 日から大阪・関西万博が開催されます。大いに盛り上がりを楽しみたいですね。(鶴崎俊雄)