

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 》 5 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](mailto:nalc.sasaeai@gmail.com) HP：[ナルク宝塚・川西] 検索 →

会員数 4月30日現在 会員152名(109世帯)・賛助会員 11名



### 総会のご案内と御礼

代表 厚東信之

例年、年度初めの会報では「今年度の活動方針」をお知らせするところですが、今年は掲載を見送っております。

本年3月の会報とともに「皆様からのアンケート結果」を取りまとめてお届けしましたので、すでにご覧いただいていることと存じます。多くのご意見を頂戴し、運営委員会で慎重に協議した結果、「アンケート結果の報告とお願い」に記載のとおり「解散やむなし」との結論に至りました。

このため、6月22日開催予定の総会では、「ナルク宝塚・川西」の解散を議案として提案いたします。

アンケートの結果から、多くの皆様にご理解とご賛同をいただけるものと拝察しておりますが、解散に伴い現在の会員資格は終了となり、これまでにナルク活動を通じて貯めたポイントも失効いたします。せっかく積み重ねてこられたポイントが無効になることは、誠に心苦しく忸怩たる思いでございますが、何卒ご理解・ご了承を賜りますようお願い申し上げます。

ボランティアの意義と大切さは重々承知しております。先人の皆様のご尽力により築かれた「ナルク宝塚・川西」という大きな財産を、次の世代に継承することができなかったのは、ひとえに私の力不足によるものと痛感しております。

運営委員の皆さんには、これまで本当に尽力していただきました。また、会員の皆様の温かいご支援とご理解があつてこそ、今日まで活動が続けることができましたことに、心より御礼申し上げます。

今回の総会が、拠点として最後の開催となる予定です。皆様にお会いできる最後の機会となりますので、ご多用とは存じますが、万障お繰り合わせのうえご出席賜りますようお願い申し上げます。

長きにわたるご支援に深く感謝申し上げますとともに、「人生100年時代」を迎える中、皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

### 【 第29回定時総会の案内 】

事務局

日 時 : 6月22日（日） 10:00～15:30

場 所 : 宝塚市立東公民館 2階大ホール

プログラム:

10:00～12:00 総 会 : 次第に基づく

12:00～12:50 会 食 : 弁当を食べながらの懇談

13:00～15:30 みんなで思い出を語ろう・最後に歌う会のコーラス

※ 詳細は同送の総会資料をご参照ください。

※ 出欠のはがきは6月6日(金)迄に事務所に届くよう早めに投函ください。

【 時間預託活動と点数 】

事務局

|           | 仕 事<br>援 助 | 家 事<br>援 助 | 受 託<br>事 業 | 送迎 | 事 務 所<br>当 番 等 | コーデ<br>ィ<br>ネート | 講 師 | 活 動<br>合 計 | 活動<br>会員数 |
|-----------|------------|------------|------------|----|----------------|-----------------|-----|------------|-----------|
| 3 月       | 0          | 0          | 12         | 0  | 72             | 1               | 8   | 93         | 6         |
| 2024 年度累計 | 269        | 21         | 188        | 0  | 787            | 13              | 76  | 1354       | 112       |
| 4 月       | 0          | 0          | 16         | 0  | 72             | 1               | 6   | 95         | 6         |

【 活動報告 】

事務局

- 「3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(3回)：小幡、岩垣、上西、狩野、米田、厚東(信)の6名の皆さん
- 「4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、上西、北川、米田、厚東(信)の6名の皆さん
- ＊うぐいすの森の奉仕活動は6月で終了します。  
長い間のご協力本当にありがとうございました。

【 2024年度の活動者のお知らせ 】

事務局

※ 1年間お疲れ様でした。(2024年4月1日～2025年3月31日の活動者一覧) (敬称略・順不同)

|                  |                                                                                         |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 仕事援助             | 大野晏稔、柴川広一、厚東信之、鶴崎俊雄                                                                     |
| 見守り・外出介助         | 田川幸子、近藤加寿枝                                                                              |
| 受託事業<br>「うぐいすの森」 | 厚東信之、狩野勇、柳田きぬ、厚東恵美子、北川京子、田川幸子、<br>小幡和子、米田典夫、上西玲子、壬生信子、岩垣加代子、井上堅也                        |
| サポート活動           | ・ 事務局作業 中田年平、北川京子<br>・ 事務所当番 対象者多数につき氏名は割愛します<br>・ 講師 小幡和子（歌う会・ピアノ伴奏）<br>・ コーディネート 厚東信之 |
| 会計               | 大野晏稔、厚東信之                                                                               |
| ホームページ           | 中田年平、井上堅也                                                                               |
| 会報編集             | 厚東信之、狩野勇、鶴崎俊雄、長尾孝子、平塚圭彦、井上堅也、                                                           |
| ナルク活動            | ・ 運営委員会(14名)・会報手配り(19名)・会報仕分け(7名)                                                       |
| 奉仕活動             | 「ナルクデー・きずきの森清掃活動」15名が参加<br>「猪名川クリーン作戦」9名が参加                                             |

※ 記載漏れの方がおられましたら、ご容赦ください。

【 運営委員会 議題 】

事務局

「3月度」 開催日時 3月12日(水) 13:30～15:30 出席委員 12名

- 第1回北摂・兵庫地区連絡協議会の件（厚東）……2月25日 芦屋集会所にて各拠点の現状報告他
- アンケート回答最終報告と今後について（厚東・米田）……  
ナルクへの思いアンケート集計表・意見等のまとめ・拠点の現状  
（＊ 拠点解散についての決議： 解散 9名 継続 3名）
- 拠点会報の本部送付並びに閲覧方法の変更について（中田・井上）……別紙  
（＊ 今まで本部から送られてきた他拠点の会報は4月からはホームページでの閲覧になる）
- 今年の総会について（米田・厚東）……6月22日（日）宝塚市東公民館 10：00開始  
5月会報と共に総会出欠ハガキ及び総会議案書送付 講演・アトラクション他
- 川西市の介護予防・健康ポイント事業への登録申請の件（厚東）……3月3日申請書提出

**「4 月度」** 開催日時 4 月 9 日（水） 13:30～15:30 出席委員 11 名

- 1) 今年の総会について（米田・厚東） …… 6 月 22 日（日） 宝塚市東公民館 10:00 開始  
5 月会報と一緒に総会議案書・案内ハガキ 講演・アトラクションをやめて思い出を語る時間  
最後の総会（予定）です・・・盛会にしたい
- 2) 拠点解散に向けて特別委員会設置の件（厚東・米田）  
別紙 3 枚：拠点の解散までの工程（案）、特別委員会の設置（案）、拠点解散手続きについて  
（＊ 特別委員会で解散に伴う諸問題に対処する。本部による解散承認日まで継続し活動）
- 3) パレットかわにし 23 周年フェスタについて（中田） … 6/29（日）フリーマーケット  
（＊ 当拠点は例年パネル展示をしていたが、今年度は展示を見合わせる）

**【 第 12 回 NALC 宝塚川西ゴルフコンペ 】**

諸岡茂昭（川西）

4 月 1 日に有馬富士 CC で 11 名が腕を競い合いました。桜は観られませんでした。寒さもそれ程ではなく風もなかったので良いゴルフになったと思います。

結果は大野晏稔さんがマイナス 8 アンダーの驚くべき成績で優勝されました。準優勝は廣瀬真知子さん、3 位は本田実千代さんでした。

次回は 10 月上旬に能勢 CC で開催の予定です。

**【 ナルクデー きずきの森清掃活動 】**

小幡和子（川西）

4 月 20 日（日）「北雲雀きずきの森」。散策とごみ拾いを主な活動としたナルクデーに参加しました。

それまで寒暖差があり天候不順な毎日でしたが、当日は穏やかな気持ちの良い天候に恵まれました。

「きずきの森」の保全活動に尽力されている中尾さんに活動の話や木々の名前と特徴などの説明をしていただきながら新緑の森の散策ができました。拾うゴミはほとんどなくて、展望台で集合写真を撮り、休憩所の「きずき小舎」へ戻りました。その横の小さな空き地で昼までのあいだにモルックをみんなで大いに楽しみました。「きずき小舎」での昼食のお弁当は気持ちの良い風を感じながら談笑しつつとても美味しくいただきました。

そして「らくご（楽語）クラブの春」、米田さんからプリントが配られて、今回のテーマ「8 分目」8 の数字がつく言葉 “八卦（はっけ）”・“八節（はっせつ）”・“八道（はちどう）”について解説がありました。

知識の詰まった内容を楽しくわかりやすく説明していただいて、今日の盛りだくさんなステキなナルクデーが終了しました。

**【 涙が出そうになる話 】東京ディズニーランドのお子様ランチ**

鶴崎俊雄（猪名川）

東京ディズニーランドのレストランでの出来事です。

若い夫婦が来店し、店員に「お子様ランチを 2 つください」と注文しました。

しかしディズニーランドでは、お子様ランチは 9 歳未満の子どもに限られており、店員は丁重にお断りしました。夫婦が悲しそうな表情を浮かべたため、店員が事情を尋ねると、妻が語り始めました。

「今日は、亡くなった娘の誕生日なんです。私の体が弱く、生まれる前に亡くしてしまいました。でも夫と“3 人でここでお子様ランチを食べよう”と話していたので、せめて今日、娘にディズニーランドを見せ、一緒に食事したかったんです」。

店員は話を聞いたあと、「かしこまりました」と言い、夫婦を広いテーブルへ案内し、子ども用の椅子を真ん中に置きました。やがてお子様ランチが 3 つ運ばれ、「ご家族でごゆっくりお過ごしください」と微笑みました。

後日届いた感謝状には、「娘がそこにいるようで、涙が止まりませんでした。また来年も娘を連れて来ます。そしていつか、妹か弟も一緒に」と綴られていました。

この店員の行動は規則に反していましたが、上司から咎められることはありませんでした。

なぜなら彼は、ディズニーランドで最も大切にされている、「お客様に夢と感動を与える」というルールに従ったからです。

（友人からの投稿記事を生成 AI で要約）

## 【大往生・我家への帰り道】

米田典夫 (川西)

何故かわからないですが 株式会社岩波書店発行 永六輔さんの「大往生」の本が我が家の本棚に3冊も並んでいます。200万冊の一部でしょうか。

1994年(平成6年)3月22日に第1刷が発行されていますが、自宅にあるのは同年4月に発行された第5刷で1番最初の本です。定価580円(3%の税込み)とあります。

2冊目は同年6月発行の第20刷で内容も定価もまったく最初の本と同じです。

3冊目は2017年(平成29年)11月の第101刷で定価は740円(税抜き)と変わっています。内容は同じですが。

最後の永六輔の紹介では著書名がすべて変わっていました。それもそのはず30余年の間に80冊もの本を出しておられるのですから……。

しかしもっと大きく変わったのは、3冊目の本が発行された時には永六輔さんは「大往生」しておられていることです。2016年(平成28年)83歳でした。

『人はみな必ず死ぬ。死なないわけにはいかない。それなら、人間らしい死を迎えるために、深刻ぶらずに、もっと気楽に「老い」「病い」そして「死」を語りあおう』(大往生のうら表紙案内文より)

旅暮らしの中で、一番好きな旅はと聞かれた永さんは「わが家への帰り道」と答えておられます。

何故かわからなく並んでいる3冊の本、我が家で大往生するつもりなのかも……。

## 文芸コーナー



蘇軾

## 【名言・格言】

『行雲流水』

物事に執着せず、自然のなりゆきに身をまかせること

『明日は明日の風が吹く』

北宋の文人・蘇軾(そしよく) 歌舞伎狂言作者・河竹黙阿弥

どんなことが起こるかわからないのだから、くよくよ心配しても始まらない

## 【言葉の由来】

『おもしろい』

『面白い』と書き、見て楽しいとか、滑稽なものに対して使います。

『源氏物語』のなかに「日のおもしろきに、夜深くなるまで管弦(アソビ)をぞしたまふなる」とあるように「趣がある」という意味もあります。

語源は、諸説ありますが、文字通り、顔が白くなる状態を表したものだという説もあります。昔、火を囲んで、部族の人々は話をしたり、手仕事をしたりしていました。

そのなかの一人が、立ち上がって興味を引く話をしだすと、皆がいつせいに顔を上げました。それらの顔が、燃える火に照らされて、白く浮かび上がったのです。

この楽しそうな顔が並んでいる状態を「おもしろい」と呼ぶようになったといわれています。

## 【俳句】

『春蘭に しづやかに時 咲くほどに』

杉木妙子

## 【短歌】

(お詫び) 前号の掲載歌に編集ミスによる誤りがありましたので再掲させていただきます

『枯れ葦に入りゆく鳥の戻らざり夕べ今夜の宿を決めたかも』

松野綾子

## 【川柳】

『カレンダー 入る予定は 通院だけ』 お題「カレンダー」 喜楽トンボ

## 『編集後記』

物事には始まりがあれば必ず終わりがあります。当拠点は1995年11月設立以来30年を経ました。

その終わりの節目に編集後記の順番が来ました。6月の総会で拠点の解散が承認されると思います。同時に会報も本号(340号)を以て最後になります。2006年から携わってきたので非常に愛着がありますが、拠点の解散となれば仕方のないことです。会員の皆さんから記事を寄稿して頂いてまとめ上げて毎月(昨年より隔月となった)皆さんに手配りして楽しんでいただけたかどうか気にしながらの作業でした。

手こずったこともあります。勉強になったことや楽しく出来たのが救いです。今後も未来永劫続けたいと思っていましたので、寂しさもひとしおですが、これで会報作成に対するお役目を終えたいと思います。

皆様のご愛読とご寄稿に対するお礼を申し上げて末筆とします。

終わりに皆様のご多幸とご健勝を祈念申し上げます。

(平塚圭彦)