



ナルク倉敷 誕生について

2005年(平成17年)秋～三上雅也さんの呼び掛けで4名(三上・味野・山下・東岡)がナルクについて話し合い、ナルク倉敷を立ち上げることにになりました。

2006年(平成18年)4月、福祉プラザにおいて説明会を開き、同年7月には高畑敬一会長をお迎えし設立総会を開催しました。設立時の会員数は34名でした。ところが同年11月突然三上代表がご家庭の都合により会員・代表辞任の申し出がありました。話し合いの結果、味野良子さんに代表をお願いし3年間務めてくれました。

2010年に味野代表から辞任の要請があり、副代表であった永田美知子さんに代表を引き継いで頂きました。永田代表には2010年以来皆さんもご存じのように、強く優しいリーダーシップで「ナルク倉敷」を引っ張ってくれています。感謝・感謝です。

2025.1.23 事務局長 東岡 健



2007年から18年間、岡山県「おかやまアダプト」推進事業に参加。道の清掃を年4～5回、続けたことが認められ、表彰状と記念品をいただきました。

交通量の多い県道での清掃活動。事故に遭うリスクを回避するため、今年度で終わることを決定し、最後の活動となりました。ナルクの清掃活動を見て、近隣の方たちも自主的にゴミ拾いをしてくれた。



『ファミリーヒストリーに想う』

数年前、一番下の兄の一周忌で親族が集った折、長兄次兄始め故人となって久しい親族の誰彼の思い出が交わされました。

後日甥の一人から、彼にとっての祖父母やその上の世代は勿論殆ど何も知らないのに、何でも良いから覚えている眷属の事を教えて欲しいとの連絡があり書き送ることとなりました。NHK TV 番組のファミリーヒストリーに刺激されたのか・・・

自己のファミリーツリーについて彼の父方では一人残っている私が消えてしまえば知る由もなくなるとして思い立ったのでしょうか・・・

明治40年生まれ之母が94才で他界するまでの6年間、最晩年を共に暮らしたので、問わず語りにぽつりぽつりと喋った内容を思い出すままに書き始めました。

昔、新聞に折々の歌という欄があり、「一つの死は、その死者の中に棲いし幾人の死者を永遠に死なしむ」とありまして印象深く残っています。

母の死により母の記憶の中に生きていた多くの人々の思い出も失われてしまった事になりますね。

「祖父母の語る子供時代の思い出と、孫がその思い出を忘れずに記憶している迄の間隔が、人間の持つ時間の単位である」と何かで読んで、それこそが今を生きる私たちが持ち得る豊かな時間の概念ではないかと共感しています。思いがけない甥の要望ではありましたが、昔々の黴臭いような事を取り留めもなく書き出す作業により、その余録として彼方に去った人々を身近に感じて、ジンワリと温かい気持ちに包まれたことは、今以って不思議な感覚として蘇ってまいります。

2025年2月1日

中原京子



俳句

立春に似合う紅梅まだかたし
真菰焼きて火一線に燃え走る
春疾風帽子さらひて地を走る
一蹴で空へと高く雉子かな
草の芽は一雨ごとに力増し
満月は消え去りがたく西の空

林 泰代

過ぎ去りし刻をゆつくり巻き戻す
吾子の小さな浴衣解きつつ
散歩する犬が尾をふり待ちくれる
公園に続く夕暮れの道
黄金色の田の畦に咲く彼岸花
一氣に秋の迫り来る道
夕暮れはストンと来たり公園の
木立の色を塗りかえてゆく
ミシン踏みリズムの違い甦る
父の形見のミシン届きて

東岡正子

短歌

ごま大福レシピ



赤尾瑞江

作り方

- 1) こしあんに黒すりごまを混ぜ、10個に丸めておく。
- 2) 耐熱ボールに白玉粉を入れて、水を少しずつ加え手で混ぜる。
- 3) 上白糖ともち粉を合わせ 2)に加え、ホイッパーで混ぜる。
- 4) ラップをかけレンジで1分30秒加熱し、白ごまを加えて混ぜ、さらに3分加熱する。
- 5) ゴムベラでよく練りまとめ、バットに片栗粉を敷いた中に生地を入れ10個に分ける。
- 6) 生地に1)のあんを入れて包む

四季折々を映し出す和菓子。
それが手作りだとしたら ワアッ!と驚かれます。
まずはレンジで簡単に出来て美味しいごま大福を
作ってみてください。

材料 《10個分》	白玉粉	50g	こしあん	250g	水	130g
	黒すりごま	15g	上白糖	40g	片栗粉	適宜
	もち粉	50g	白ごま	15g		



おいしい昼食をいただき、備前市日生諸島にある
鹿九居島の川辺農園でミカン狩り。
1時間食べ放題。一人3kgのお土産を収穫して帰
途につきました。

2023年11月11日に親睦バス旅行。
赤穂城跡・大石神社・義士資料館を見学し
ました。
ガイドさんの丁寧な説明を聞きながら、時
間を忘れて良い時間を過ごしました。



2024年忘年会。
菜乃家で19名参加。



編集後記

2006年にナルク倉敷が設立されて以来16年間、編集長として会報「いぶき」を
発行してくださった安信さんが2022年に体調を崩され、50号を最後に途切れていました。
ここに再び皆様のご協力のもと第51号「いぶき」を作成することができました。
設立から19年がたち会員の高齢化が進み継続が難しくなる中、
少しずつ新メンバーが加わり活気が出ている現状を見ると、
できるだけ頑張らなくてはと思えるようになりました。役員の若返りをはかり、
楽しいナルク活動を続けていくことを願っています。

代表 永田美知子