

とちの実会だより

11月号 2022年

〒321-0162 宇都宮市大和 2-12-27

小牧ビル 1階 ナルク栃木 (とちの実会)

Tel: 028-684-0050 FAX: 028-645-8380

eメール: t-nalc@galaxy.ocn.ne.jp

ホームページ: <http://www.nalc-tochigi-hp.com/>

収穫の秋の日を楽しむ・事務所前でバザー開催・10月29日

朝9時半集合した23名の販売担当運営委員に竹田代表は「お陰様で今年も多くの商品を揃えることができました。特に里芋、サツマイモはナルク自前で育て上げました。多くの会員からのネギやナスなど沢山の寄付を頂きました。衣類や家庭用品も沢山あります。本日はこれらを会員や近隣住民皆様に提供し、喜んでいただき、交流を深めましょう」と挨拶した。(写真上: 開店前)

ナルク栃木は、長年仲間同士が里芋を栽培し、それを使い“芋煮会”を秋の恒例行事として、収穫の秋を仲間と共に集い楽しんできた。しかしここ3年はコロナ禍で芋煮会が出来ない。これに代わる秋の行事として、育てた里芋を会員の自宅で楽しんでもらう目的で、このようなバザーを開催しています。

このような経緯で、野菜類が多いのですが、同好会「女子会」皆様の手作り手芸品なども提供され、それらを買求める会員と手作りした仲間との会話はお互いの心を引き付けるように感じられた。

担当の運営委員達は揃いの黄色いベスト姿で、元気に立ち回り、開店時間前から仲間同士が楽しい会話で、マスク越しに微笑みも感じられる。

今年もコロナ禍で新年会、暑気払い、芋煮会が中止され、仲間同士は久しぶりここに集い、懐かしく、積る話に会場全体が明るく、とても居心地良い雰囲気にも包まれる。これがナルクの仲間なのだ、と心地良い。盛会で、10時開店と同時に活況で、売上は予定通りの様子でした。

合計200Kgの里芋が売り尽くされ各自の家庭に入り、夜には家族の団欒にナルクの話も持ち

込まれ、ナルクの素晴らしさを次の世代に受け継ぐ良い機会になると思われました。(写真下: 事務所前での野菜売り場と衣類展示場) 記: 佐塚



事務局だより（活動実績は9月分を記載）**○会員動向（2022年9月末現在）**

世帯数	会員数	男性	女性	年齢
354	499	192	307	76
入会0	0	0	0	
退会0	1	0	1	

ご寄付を戴きありがとうございました。
匿名希望 1名様

○時間預託・奉仕活動

- ・ポイント（高齢者等地域活動支援ポイント事業）
- ・サービスB（日常生活支援総合事業訪問型サービスB）

	時間預託	奉仕活動	ポイント	サービスB
9月合計	68名 462点	77名 328点	7名 8P	3名 11.0時間
4～9月累計	86名 2500点	115名 1987点	54名 160P	3名 62.0時間

○時間預託活動提供者（敬称略）

活動内容	件数	提供者氏名
送迎	71	神原 守信、高橋 良子、田中 克宏、福川 正勝、津村 恵美子、島村 正幸 赤井 勤、大村 盛治、高橋 守雄、高倉 浩三、三浦 則夫、北村 公子 鈴木 裕子、井上 むら代、柿沼 健、井上 五七子、安場 博、上野 真由美
住宅掃除	5	加藤 不二子
庭の手入れ	26	安場 博、大村 盛治、板橋 千恵、三浦 則夫、山田 三千男、福川 正勝 佐藤 良雄、井上 むら代、横島 勲、横島 百合子、黒川 良子、菊地 正一 栗原 茂、植月 雅彦
同行外出介助	14	神原 守信、津村 恵美子、赤井 勤、高倉 浩三、高橋 良子
家事援助 （食事作り、洗濯など）	8	加藤 不二子
身辺介助 （見守り、傾聴など）	5	小谷 静代、阿部 勝子、湯澤 典子
その他	11	加藤 不二子、赤井 勤

○訪問型サービスB（敬称略）

サービスB	11.0h	加藤 不二子、小谷 静代、阿部 勝子
-------	-------	--------------------

行事予定（11月14日から）

お問合せ：ナルク事務所 TEL684-0050 ㊦＝宇都宮市ポイント対象事業活動

月日	曜日	行事名	場 所	開始時間
11月14日	月	エリア17会議（リモート）	事務所	14:30
15日	火	三役会 共用会議室AB	アグリプラザ	10:00
		南部B 中央公園散策	中央公園	13:00
16日	水	とにかく集まろう会㊦	事務所	13:30
18日	金	小学校での育苗出前授業㊦	清原東小学校に9:00集合	
22日	火	運営委員会 ブロック会	アグリプラザ	10:00
23日	水	福祉の祭典	オリオンスクエア	
28日	月	アルミ缶整理	大谷集積場	9:30
12月3日	土	どんぐり畑の手入れ（今期最終回）㊦	飛山の畑	9:00
6日	火	とちの実サロン	事務所	13:00
7日	水	とにかく集まろう会㊦	事務所	13:30
12日	月	会報発行	事務所	10:00
20日	火	三役会（共用会議室）	アグリプラザ	10:00

☆バザー活動の反省、現状での課題を検討、運営委員会

11月1日、10月度の運営委員会を開催。冒頭、竹田代表挨拶でバザー協力者に謝意を表した（詳細は本紙1面）。

*高倉事務局長の司会で議事進行した。

議題1：ナルクバザー開催報告（島村事務局次長）（詳細は同1面）

反省として、①担当者は1週間多忙で負担が大きかった。②衣類が沢山提供されたが需要は少なかった。③会員仲間の交流の場になり良かった。

議題2：宇都宮市民福祉バザーの準備（島村次長）。会場がオリオン通り変更になり、スペースが狭くなる。手芸などの小物が中心となる見込み。

議題3：東関東エリア17会議開催。11月14日Zoomにて予定。

議題4：ナルク活動時、機材使用料規定変更。依頼を受けて個人宅の草刈り剪定作業を引き受けた場合に使用する、草刈り機や軽4トラックなど利用料、消耗品や燃料費用につき、専用の書式を定め、仕事を依頼する側、作業する側、共に分かり易い専用紙に記入し、簡単・明瞭に処理できるようにする。

議題5：事務所印刷機リース期間終了。11月17日フジフィルム製、白黒レーザープリンターに切り替える。料金は現行機種とほぼ同額、但し印刷速度が大きく落ちるので、会報発行を印刷作業と袋詰め作業と分離する必要あり。

その他事項：会計報告。11月・12月の予定確認。（記録：佐塚）

*次回運営委員会は11月22日（火）とする。

後見人会だより

10月の定例後見人役員会にて、今年度中に研修会を実施することを決定しました、詳細は12月会報でお知らせする予定です。

日 時	令和5年 1月～2月 午前中
会 場	アコール（明保野町）大会議室
研修内容	① 後見人とは・・・ ② エンディングノートについて ③ 相続に関する諸々

詳細は11月中に決め、次回の会報でお知らせします。内容については、希望がありましたら後見人会まで提案してください。

100歳を祝す・篠江秀子様（任意の後見人契約提携者）

この10月迎えられました。ナルクでささやかなプレゼントをお届けしましたら、にこやかなお顔で受けとってくださいました。皆様によりしくお伝えくださいとのことでした。（大垣和子）

（写真：宇都宮市長より百歳の長寿を祝福する壽の額と祝金、記念品を頂き写真に納まる篠江さん）。



ナルクを支える仲間たち (24)

ボランティアは私の生きがい

北村 公子

私は「公子」と書いてコウコと読みます。親が付けてくれた名前ですが、広くみんなに尽くすようにとの願いがあるように思い、気に入ってます。

私とナルクの出会いは、友人から声をかけられたことがきっかけでした。しかし、ボランティアといっても具体的にどんなことをするのか分からず事務所当番に2～3回出させていただき、ナルクの人たちに触れ、それなりに理解して入会しました。そして、私も若かったので、色々な行事に参加させていただきました。



夢大地応援団にも何回か行きました。烏山の大木須の草刈り、鹿沼の沼の淵の菜の花の種まき、奥日光の特定外来種オオハンゴンソウの駆除などやりがいがあり楽しかったです。

ナルクの20周年記念全国大会に東北大震災のあとの東北を元気づけようと仙台にみんなで行ったことも楽しい思い出です。女川町に桜の木を植えたり、大川小学校の慰霊訪問をしたりして他県のナルクの仲間達と触れ合うことができ、私自身が元気をもらって帰ってきました。

私は、足腰の健康のために竹踊りを習っています。割竹を両手に持って鳴らしながら踊るのです。仲間とかれこれ10年以上やっております。ナルクでもデイサービスの老人保健施設などで披露し、喜んでいただきました。そんな時にもやりがいや生きがいを感じ、友人にも勧め、7～8人に入会してもらいました。友人たちも、入ってすぐに送迎をしてくれたり、会報を配ってくれたり、身辺介護などもしてくれています。私もナルクに出会ったことをうれしく思っています。

また、ナルクに入ったことで、たまたま主人が会社の時お世話になった方に会報を届けたり、送迎をさせていただくことが出来、最後の恩返しができることに感謝しております。いまでは、ナルクのボランティアが私の生きがいになっております。これからも出来るときは参加させていただきますのでよろしくお願いします。

微力ではありますが、ナルクの“出来るひとが出来るときに出来ることを”の精神にのっとり、活動が続けていきたいと思います。

＊走出顧問コメント：

北村さんを思い浮かべる時、先ず頭に浮かぶのはその明るい笑顔です。そのうえ人脈が広く説得力行動力もあり随分北村ファンも多いと見ております。この明るさこそ、とちの実会活動の原動力と期待しております。

砥上・地域包括支援センター介護支援専門研修会に参加

上記研修の一環として「日常生活支援総合事業・訪問型B」のナルク栃木活動内容をケアマネージャー・介護支援専門委員等に教えて頂きたいとの申し入れがあり、10月20日(木)砥上地域包括支援センターに高倉事務局長、赤井ブロック長と訪問。当日の参加者はケアマネージャー3名、介護専門員2名、社会福祉士1名の6名でした。

説明内容は「ナルク栃木のご案内」冊子を配布し、ナルクの概要(設立より)*困った時は会員同士で助け合い(時間預託)*地域社会への奉仕活動*同好会活動*全体交流会*事業活動*訪問型Bの導入系図、利用者実施記録・報告書、現在の活動実績(委託者7名)、提供者への委託金支払い等、説明時間は約30分程と短い為、急いだ説明となりましたが、ご理解頂けたと思います。

質問事項としては、Q①「訪問型B」で送迎はやって頂けるのか。A 出来ませんナルク会員になると出来ます。Q②点数を持っていないが会員になれますか？ A 会員になれますが支払は寄付金としてお願い致します。出来るだけ元気な時に入会しポイントを貯めて頂き、動けなくなった時に利用する。よって若い方に入会を進めて頂きたい。Q③利用者実施記録・報告書はナルクで作成されたのですか。A 市で作成された用紙です。(記 赤井)

南部ブロック交流会のお知らせ

急な連絡ですが、下記の日程で交流会を開催します。

*日時 11月15日(火) 13時～

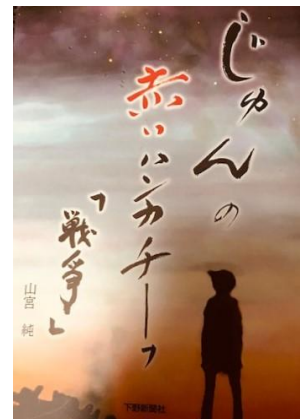
*集合場所 栃木県中央公園 正門前

秋の公園をのんびり、そして樹木について少し勉強しながら散歩しませんか？

*講師 下野市「木を知ろう森を知ろう会」 会長吉田春彦さんの案内。
申し込みは、事務所に電話、又は南部役員まで 他のブロックの方も歓迎します。(竹田あや子)

お知らせ

本年5月号の「とちの実だより」の「ナルクを支える仲間たち」で戦争の記憶を書かれた会員の山宮純さんの著書[じゅんの赤いハンカチーフ]が出来上がり、山宮さんから事務所に6冊寄贈して頂きました。各ブロック長又は事務所に貸し出し中です。文字も大きくとても読みやすいです。(竹田あや子)



ゴルフ同好会からのお知らせ

第186回ナルク会ゴルフコンペは、さくら市早乙女の700Cで、3組10名が参加して開催されました。絶好の秋空に恵まれ、楽しくプレー出来ました。コースが難しかったからか、90を切った人はありませんでした。野口さんが、体調不良でハーフでリタイアしました。



※結果は次の通りです。

優勝 福田浩二さん 98（ネット84）、2位 吉川さん、3位 柿沼さん。

*11月例会（第187回）は次の通り開催します）

1. 日 時 11月17日（木）
2. コース 皐月 GC/鹿沼 8:40（南 スタート）
鹿沼市酒野谷1240 TEL）0289-64-1,000 円
3. 費 用 5,900（セルフ、食付き） 参加費 1,000 円
4. 申込み締切り 11月8日（火）吉川へ（TEL:FAX 028-648-8635）
過ぎた場合は不参加とします。

☆五・七・五を楽しむ会 令和四年十月自選句

デラウェイ一粒づつの暇爺ひまじいい 服部 珍念

柿紅葉まだら模様もように足を止め 服部みほこ

米寿めざす近況文集小鳥来る 鈴木 桜子

品格のこもる白菊師の遺影 須藤堅香子

秋の蝶老いを見つめて薄化粧 齋藤 羊

妻倒れ思い出多し秋の空 芝尾鹿之介

修行僧のみがきし廊下照紅葉 小林 朗

挽ぎ取ればお尻曲がりの名残茄子 石原 咲

秋の月病受け入れ微笑添えて 小西 檸檬

薔薇散りて秋雨深まり古希近し 大野かな女

国体にとちぎの歴史知る演技 芝田 障子

萩芒はぎすずめ秋草乱れる花野かな 武田 波子

☆ 次回の締め切り十一月三十日です

《西部ブロックウォーキング》

10月14日金曜日、第1回西部ブロックウォーキングを開きました。雨上がりのこの日、ナルク栃木の精鋭? 7名で大谷川公園を出発し、日光杉並木を今市方面に下り、今市瀧尾神社でUターン、杉並木公園を経て「報徳庵」で昼食休憩を取りました。この



日12時頃、SLが通るとの情報がありカメラを構えて待っていたのですが、残念ながらSLを見ることはできませんでした。大谷川公園に戻って解散となりました。休憩も含め、2時間半ほどのウォーキングでした。美しい日光杉並木を堪能できるウォーキングコースです。皆さんぜひ歩いてみて下さい。

※第2回は来年、梅の花が咲く頃開きます。場所は秘密! ? (三浦則夫)

「どんぐり畑の苗木の搬出、移植そして小学校の出前授業」

10月1日どんぐり畑の作業を実施し、10月7日に足尾に緑を育てる会に苗木を搬出しました。新しい畑に移って最初の搬出苗木は約450本でした。

11月2日に畑の整地は行いました。

11月5日には清原東、清原中央小学校で育てた苗木を移植します。

11月18日(金) 9時30分清原東小学校でどんぐりの育苗出前授業を行ないます。駐車場は体育館横に確保しております。



※12月3日に今年最後のどんぐり畑の作業を行います。「気楽に楽しく」みなさんの参加をお待ちしています。(植月雅彦)

《とにかく集まろう会》10月12日

コロナ感染予防で(7・8・9月)中止にしていたので、今回は4か月ぶりの開催でした。はじめに亡くなられた小林元代表に皆で黙とうを捧げました。ナルク設立からの諸活動、何よりこの「集まろう会」も発起人は小林さんでした。大変にお世話になりました。



参加した皆さんに「休みの間どのように過ごしていましたか?」と、聞くと「物忘れがひどくなった」、「体力が落ちた」、「うっかり転んでなかなか立たなかった」など色々なお話ができました。簡単体操のパンフレットの中から2つ行いました。続いて早くボケる人・ボケない人の違いをパンフレット配布をして良く読んでみると、なるほどと笑いを誘い楽しく過ごしました。

※次回は11月2日(中止)。11月16日(水) 13時30分からです。

ご参加ください(^◇^)(記・高橋)

同好会活動予定 11月15日～ 不明な点はそれぞれの連絡先・世話人へ

書道教室	連絡先：黒川良子 携帯：090-2761-8561 11月18日（金）、12月16日（金）ナルク事務所 13:30～
ゴルフ同好会	連絡先：吉川孝人 Tel・Fax：028-648-8635 11月17日（木） 皐月 GC/鹿沼 8:40 南スタート 12月15日（木） サンレイク CC 8:40IN スタート
パソコン同好会	連絡先：三浦則夫 Tel：080-5407-1272 11月20日（日）、12月18日（日）ナルク事務所 10:00～
健康麻雀同好会	連絡先：三浦則夫 携帯：080-5407-1272 11月13日（日）、27日（日）ナルク事務所 レギュラー 10:00～、初心者教室 13:30～
女子会	連絡先：鈴木節子 携帯：090-2253-4333 12月14日（水）ナルク事務所 10:00～
5・7・5を 楽しむ会	世話人：芝尾英三 Tel・Fax：028-643-8523 当分の間休み（会報に投稿）
カラオケ友友会	連絡先：鈴木忠男 携帯：090-1042-7197 当分の間休み
うたごえ友友	連絡先：堀 実 Tel・Fax：028-653-6954 当分の間休み

10月分アルミ缶活動便り ・ ・ ご協力に感謝します ・ ・

10月25日（火）にアルミ缶整理作業を実施しました。当初予定は第4（月）の10月24日でしたが、雨のために1日順延しました。予定外の日になりましたが、ご参加いただき、有難うございました。実績は下表のとおりです。

整理作業参加人数	10名、4月からの延べ参加人数 81名
処理した缶数	7,773個、4月からの累積個数：38,913個
アルミ缶収集人数	31名 4月からの延べ実人数：58名

☆次回は**11月28日（月）の第4月曜日に**、9：00から実施します。
これから寒くなりますが、多くの方の参加をお願いします。（安場）

とちの実サロンのお知らせ

お休みが続いていましたが、今年最後のとちの実サロンを開催します。

- ・ 第2回の駅からハイキングのご希望などお聞きできたらと思います。
 - ・ ゲーム等も用意しています。どなたでもお気軽に参加してください。
- *12月6日（火）13時— ナルク事務所にてお待ちしております。竹田



団体賛助会員： 恵産業株式会社、株式会社小牧工業、真木クリニック、
パナソニックホームズ北関東株式会社、有限会社セイゴウ、株式会社マルハ
株式会社ティ・エム・エフ、つるた family クリニック