

ナルク 千曲川

特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
上田・千曲活動拠点
事務局：上田市真田町本原 788-2 香山方
TEL 0268-72-2538 FAX 0268-72-2539
URL: http://www.geocities.jp/nalc_ueda/



京都会館で行われた全国代表者会議

平成21年度全国代表者会議

中村康治 代表

8月10日京都会館で行われた全国代表者会議に参加して参りました。5月に行われる予定のものが新型インフルエンザのために延期となり、3ヶ月遅れで開催されたわけですが、決議事項は書類決議で既に全て決定されており、会議は、今年度事業計画の再確認、報告事項・「後期高齢者医療制度」に関する調査の報告、エコ・ふれあいウォー

ク完歩者の紹介と発表、表彰式、感謝状の贈呈等で閉会となりました。事業計画は、①5カ年計画(300拠点・会員6万人)の達成を目指す。②社協や地域包括支援センターと密接な連携を取り時間預託につながるボランティアニーズを受け入れる。③活動比率は、時間預託5・奉仕活動3・趣味親睦交流2を意識し活動する。④子育て支援活動を全拠点で広げる。⑤サロンを多世代地域交流の会にまで発展させる。⑥「ナルクは一つの連帯基金」の拡充を行う。⑦「活動拠点連絡会議」の定期開催を勧める。⑧認定NPO法人を5年後に取得するための準備を進める。⑨高齢者の生活と安全を守る政策提言を続ける。⑩コーディネートは会員20名に1名の割合で養成する。⑪拠点時期リーダー養成講座はユニットピア篠山で2泊3日で今年も実施する等々である。全国の代表や会員が一堂に会して目的を再確認し心を一つにする事は、非常に大事なことであります。私ももっ

と頑張らねばと心新たに決意した次第です。新たに決議する事項はなかったが大変有意義な会議であつたと思つていきます。

ナルクの記念大会に参加して

内田雅久(上田市)

上田・千曲拠点のメンバー五名と共に十五周年の記念大会に参加してきました。

実は、京都へ行くのは中学の修学旅行以来であり本当に楽しみました。

先ず午前中の全国代表者会議に、オプザーバーとして参加しましたが、メンバー諸氏の熱意に圧倒されました。全員が真剣そのものでした。この会議の場で残念に思つた事は、せつかく頑張つて

寄稿してきた会報の部で表彰を逃したことです。これからは他拠点の会報も参考に、より良い情報提供ができるよう更に会報作りに励んでいきたいと思ひました。

芸能フェスティバルには、長野地域としてエントリーしましたが、練習不足・段取不足が露呈し失敗してしまいました。これは大いに反省の余地があります。

長野県からの出席者全員



加しました。各拠点が趣向を凝らした余興も素晴らしく、和気あいあいのなごやかなムードでした。会長・会長夫人とも記念写真を撮らせていただき、とても充実した思い出の大会となりました。

その後のパーティー会場へ移動した。会場にはバンド演奏が行われいやがうえにも興奮させ

ナルク設立十五周年 記念大会に出席して

千野里い(坂城町)

8月9日、内田雅久さん運転する車は快適に高速度道路を京都に向かっていく。上田・千曲拠点では6名の参加である。途中びわ湖サービスエリアで一休みをし宿泊場所のエルイン京都へ無事到着した。翌日は記念式典会場である京都会館へ行つた。各拠点のパネル展を見学をした。どの拠点も生き生きとした内容で圧倒される思いであった。また名産バザーも行われ売り手と買い手の掛け合いが楽しかった。

式典では高畑会長、堀田力ナルク顧問のごあいさつがあり芸能フェスティバルが始まった。私たちの信濃の国の唄と踊りは広い舞台上に少人数で寂しい感じであった。他の出演者は衣装も揃え準備万全の体制で臨んだと思えた。反省しきりである。

参加して思うことは、ナルク会員の方々が元気で、生き生きと自由を謳歌している姿は今まで全力で生きてきた証であると思つた。2日間にわたる運転をしてくださった内田さん、そして一緒にしてくださった皆様、ありがとうございます。



当面の行事案内

運営委員会の予定

平成21年10月8日(木) 午前12時より。今後の開催予定日は、11月12日(木)、12月10日(木)、1月7日(木)、2月11日(木)、3月11日(木) 昼食は用意いたします。昼食代三百円。

サロンの活動

サロン千曲川(坂城) 毎月第2金曜日の 午後6時開催
サロン上田(上田市) 毎月第3木曜日に 午前11時30分開催

お悔やみ

遠山良男さん (坂城町)



8月26日享年71歳で逝去されました。謹んでお悔やみ申し上げます。遠山良男さんは沢山のボランティア活動をしてくださいました。7月19日までナルクの活動をしてくださって、時間預託点数は71点を貯めておりました。

「感動した話」 香山幸江さん (上田市・副代表)

我がナルク上田千曲は
広範囲の為、会員のいな
い地域がまだたくさんあ
ります。先日その会員の
いない地域から電話があ
りました。ある方からナ
ルクの事を知り、送迎を
お願いしたいとの事。提
供者が遠いので費用がか
かりすぎてしまう為、そ
の地域から提供者が見つ
かるまで少し待っていた
べくよう伝えました。
そこでその地域に住む
知人に情報を頂き、提
供者になってくれそう
な人を訪ねました。その方
はニコニコ顔で「おれは
困っている人を助けてや
りてーから金なんぞもら
わずやっていいからその
人もやっていいでー」と
のお話に、まあ！こんな
奇特な人が世の中にはい
らっしゃるんだとびっく
りするやら嬉しくて涙が
出そうになったくらいで
す。早速ナルクの話をし
て入会していただき、点
数を預託していただき、事
になりました。奥様も理
解してくださり、私もナ
ルク活動の中でこんなに
良いご家族に会わせて下
さる事に感謝です。又々
頑張ります。

日々雑感

滝沢聖子さん (坂城町・副代表)

11月で67歳になりま
す。振り返ってみれば、
習い事が好きで小学生で
ピアノ、20代でギター・
洋裁・文化刺繍・編み
物・ちぎり絵、その後民
謡(歌)・着物の着付け・
太極拳・歌曲・シャンソ
ン・茶道・華道・かつぼ
れ踊り・社交ダンス、と
りわけサンバが大好きで
した。最近はこの全てを
やめてしまい、猫のよう
な生活をしています。分
かりやすく言うと寝た
いときには寝て、起きた
いときには起きる。でも
ナルクの行事が気を張り
ます。特に毎月第二金曜
日に行っている「サロン

急にお亡くなりになり心
を痛めております。つい
この間までナルクでブド
ウの袋かけ、大豆畑の草
取りなど仲の良い奥様と
参加されていたのに。笑
顔がとでも良い方で目
について忘れられませ
ん。お通夜の晩、息子さ
んが「この親父がなー、
ボランテアやったとは
なー、考えられなかった
と誇らしげな顔をしてい
たのも印象的でした。
振り返れば、このナル
ク上田・千曲の立ち上げ
にあたり、悔しかったこ
と、苦しかったこと、楽
しかったこと等々思い出
します。今となっては私
の人生はナルクが残って
いるだけです。買い物に
行ってもスーパーつるや
へいくと「CGC」はナ
ルクの賛助会員のメー
カーでもあり、安くて高
品質なので探して買い求
めています。皆様も是非
ご活用ください。
最後に遠山良男様のご
冥福をお祈り申し上げま
す。

悩み多くとも 前向きに進む、ナルクの各拠点

信州ブロック拠点事務局 会長 議開かれる

倉橋重松さん (上田市・事務局長)

8月28日、信州ブロ
ックの6拠点の事務局長や
代表などが集まり、活動
についての疑問や困難な
ことなどが出され、集団
的な議論の中で解決の方
向を探りました。
ナルク本部神野事務局
長がナルク14回定時総会
の事業計画に沿って説明さ
れました。従来通り個人
の時間預託点数と奉仕活
動点数とに分けて記録し
ておきます。そして時間
預託点数がないときに、
奉仕活動点数を使って貯
めていた点数の30%を限
度に預託点数と同様に使
うことが出来るというも
のです。この実施は各拠
点の財政状況を勘案し
て拠点自身が判断しま

また、各拠点の活動報
告が出されました。
「ながの」拠点では預
託点数が貯まらないとい
うことから退会する会員
が生まれている。活動で
きることは何かと言うこ
とを問うたアンケートを
とりブロック制をとり活
性化を図っています。
「御代田」では6月の
総会で人事異動があり
ました。西さんが事務局
長になりました。女性の
意見を取り入れ、活動を
盛り上げています。退会
者が増えてきているのが気
になっていて、バーベ
キューで24名、霧ヶ峰の
バス旅行に17名が参加。
その財源作りを新割りや

露払いには平安時代の雅な
故事に由来する
「太刀持ち」は、江戸時
代の小姓役
露払いとは、平安時代に
宮中で蹴鞠の会を催す時
の優雅な習わしに由来す
る。それは、蹴鞠の会を
開く前に、庭の北
の隅にある「懸か
りの樹」と呼ばれ
る松ノ木に鞠を蹴
り上げ、貴人たち
に露がかからない
ように、あらかじめ
めを払っておく
という。
あまりにも繊細な
気配りだった。
この故事から露
払いに先導役とい
う意味が生まれ、
横綱土俵入りの介添え役
として先に立ち、道を開
く者を露払いと呼ぶよう
になったと言われる。横
綱土俵入は、露払い、横
綱、太刀持ちの順で入場
する。

大相撲土俵余話 第10回 横綱土俵入 三井袈裟喜 坂城町

太刀持ちとは、武家で
ある主君の太刀を持つて
そばに控える小姓役のこ
とである。江戸時代には、
力士は大名のお抱
えであり、身分は
武士として扱われ
た。それに倣い、横
綱土俵入りの介添
え役として太刀持
ちがつくように
なったと言われ
る。
太刀は右手で持
ち、ひじを真横に
張るのが正式な形
である。太刀持ち
は、普通、横綱が所属す
る部屋または一門の幕内
力士が勤める。
「横綱の土俵入り」
横綱の土俵入りには、立
行司、露払い、横綱、太
刀持ちの順で花道から登
場する。土俵上で横綱は
右手に太刀持ち左手に露
払いを従え、蹲踞する。
立行司は、横綱が土俵の
中央に進み正面を向くと
同時に「シーッ」と声を
掛ける。これを「警ひつ」と
言う。
観客に「静粛」に：と
注意をうながし、土俵を
清める。
横綱はこの掛け声を合
図に、型に倣った横綱
土俵入りの所作を披露す
る。横綱の土俵入りは、
まさに土俵の華である。



横綱の土俵入り

れになつていという悩
み。代表が会報を手配り
している。会員にIター
ンの方が多く地域の人と
の交流が増えナルク活動
に関心が薄れているの
ではないかと心配してい
た。
「坂城」拠点では、病
院の送迎が多い。マレッ
トや料理教室を行ってい
る。学童見守りの奉仕活
動が多く、預託点数に振
り返るのは困難であるこ
との悩み、草刈りなどの
預託点数だけで運営して
いるため提供者が居なく
なり始めている。
「まつもとだいら」は、
サークル活動を積極的に
取り組み、15の事業を拡
大運営委員会を担当して
話役を決めて運営してい
ます。二つの農場で野菜
作り。じゃが芋、稲刈菜、
松本一本ネギ、とうも
ろこし、唐辛子などを栽
培。会報も担当者を増や
しリニアルを図ってい
ます。知的障害者への奉
仕活動や陽だまり支援を
515時間行い、松本市
長との懇談も
行った。

