



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://nalc-ueda.com/

ナルク上田・千曲第9回定時総会を開催します

多くの方の参加をお願いいたします

5/29
(金)

会場：上田市上野畑山 2644 旧香山邸
開催時間：総会は午後2時より 懇親会：午後4時頃より、会費：2000円



第9回定時総会次第
司会 副代表 香山幸江
第一部

一、開会のことば
二、拠点第9回定時総会
副代表 滝沢聖子

三、来賓ご紹介・ご祝辞
代表 内田雅久

四、祝電披露
副代表 香山幸江

五、議長選出
(執行部案：中村康治)

六、議事録署名人選出
(議長が選出)

七、議事
第一号議案
2014年度活動報告
代表 内田雅久

第二号議案
2014年度会計決算報告
会計 千野里い

第三号議案
会計監査報告
監事 柳沢利喜男

第四号議案
新年度役員選出(15
6年度)
代表 内田雅久

第五号議案
2015年度活動計画(案)
代表 内田雅久

第六号議案
2015年度予算(案)
会計 井澤貞子

第七号議案
議長解任
副代表 滝沢聖子

第八号議案
閉会のことば
副代表 滝沢聖子

第九号議案
懇親会
会費：2,000円

委任状提出のお願い

総会に欠席される方は、これから送ります往復はがきに欠席会員のお名前を書き捺印の上ご返信ください。

2014年度ナルク上田・千曲活動報告

はじめに
当拠点の2014年度末の実勢は、会員数176名・世帯数122世帯・年間時間預託点数1326点・年間奉仕時間点数308点となっております。
同年度は大きな事業として「ナルク設立20周年記念行事」が組まれており、その前年度から「皆で東北に行こう」と頑張ってきました。
さて、2014年度の時間預託活動の観点から
①前年度と同じく、会員数を200名にするのが目標数字をうちだしましたが、結果は176名で7名の増員にとどまりました。年度間では32名の入会がありました。その一方で25名の退会がありました。内、転出会員が8名、死亡退会が8名、自主退会会員が9名でした。
②その200名達成のために、毎月の運営委員会で、新入会員の加入状況と獲得活動状況、退会会員の歯止めについて話し合うとしましたが、現状認識が精一杯で、積極的な運営ができませんでした。
③ナルク設立20周年記念行事に積極的に参加するにつまましては、12名の会員の皆様と楽しく参加してきました。特に印象に残った活動として、二本松農園での大豆の種蒔きの農作業支援でした。幸い作業時には今にも降りださそうな雨が、作業終了までもつてくれ、心から感謝しました。また短時間で手際よく作業を進め、その後の大豆の発芽率も100%に近く、同園代表の斉藤様から、お褒めのお言葉を頂きました。
④11月15日(土)開催の「第31回真田消費生活展」に参加し、ナルクの輪をひろげるといふ点につきましては、実行委員として参加しナルクのPRを実施しました。即会員増には結びつきませんでした。これを機に入会して頂いた会員さんいらっしゃいます。
⑤「ナルク千曲川」の継続発行につきましては、隔月発行で第44号まで発行し、拠点の活動状況や、健康情報を発信してきました。正直、原稿集めに苦勞して発行していません。今後、皆様のご協力をお願いいたします。
⑥エコ活動の古紙回収・リサイクルペーパーの共同購入の実施につきましては、5月9日、11月17日の2回実施し、1回目は約4.7トン、2回目は約3.6トンの古紙を扱いました。
⑦「えん」を定期的に借用し、会員の話し合いと情報交換の場をつくることにつきましては、2・第4水曜日を充てました。

都合18回開催しましたが、特にテーマをもたずに開催したため、活動としては低調で大いに反省しました。何とか気軽に寄り集まれる場を提供していきたいと思っております。
⑧会員同志の親睦を深め、趣味と健康の増進からサロン活動と同好会活動を推進者を決め実施することにつきましては、サロン上田、サロン千曲川、フオークダンスクラブ、謡曲について、ほぼ計画通りに実施、特にフオークダンスは24名中ナルク会員が10名に増えました。
縁の会では、3月25日に講習会と食事会を開催し、日頃の送迎活動の労をねぎらって頂きました。

一方、奉仕活動の面では
①上田医療センターの草取りを、6月26日12名、9月14日14名の会員が参加し実施しました。少しは環境美化のお役にたつたと思います。
②本部会報と拠点広報紙の手配りで、会員とのコミュニケーションを図るにつまましては、意識レベルで実施、通信費の削減に寄与したと思っております。
以上が活動報告です

①新入会員数60名を目標にする。特にキャンペーン期間の6・8月は、30名の入会を目標とする。
②その目標達成のために、毎月の運営委員会で新入会員の加入状況と獲得活動状況、退会会員の歯止めについて話し合う。
③本部方針の「地域包括ケアへの参加」を具体化するために、上田市と坂城町に設置されている包

「第32回真田地域消費生活展」に参加し、ナルクの知名度を上げる。フリーマーケットも同時に開催し、古書等の販売を行う。
⑥拠点の会報紙「ナルク千曲川」を継続して発行し、会員に役立つ情報を発信する。
⑦古紙回収・リサイクルペーパー共同購入のエコ活動を、年2回継続して実施する。
⑧「えん」を定期的に借用し、会員の話し合い情報交換の場を作る。(月2回、第2・第4水曜日開催を目標とする)
⑨会員同志の親睦を深め、趣味と健康の増進から、サロン活動と同好会活動を推進者を決め実施する。サロン上田
(推進者：内田・香山)
サロン千曲川
(推進者：長崎・井澤)
フオークダンスクラブ
(推進者：内田)
謡曲
(推進者：滝沢)
マレットゴルフ
(推進者：丸山、松橋)
(推進者：丸山、小笹、宮崎)

活動計算書の2015年度予算案の通りです。

貸借対照表

Table with columns: 勘定科目, 2013年度金額, 2014年度金額, 増減金額. Rows include 流動資産, 固定負債, 正味財産, etc.

「サロン千曲川」はしなの鉄道坂城駅近くで会員さんが小料理店を営んでいる「みちくさ」で飲んで食べて唄ってと楽しく毎月活動していま...

サロン千曲川

公民館の生涯学習に協力して活動している「フォークダンス」は、踊ることによって体のバランス、筋力を整え足腰を鍛えるという、老化防止に役立つ要素が沢山あります。

フォークダンスクラブ

先日会員の店主の方が熊に襲われ大けがをしました。元気に営業をしていました。松茸の時期には店主さんが山から採取してきた松茸をご馳走してくれたこともあり、坂城町在住の会員さんが中心で運営していますが、誰でも参加できます。

サロン上田

「サロン上田」は大きな声で歌い、気持ちも良い、ストレス解消には最高の活動です。毎月第3木曜日に開催しています。声を出すこと、多くの人と語り合うことが認知症を防止することに繋がると言われています。

活動計算書

Activity Statement Table with columns: 勘定科目, 2014年度予算金額, 2014年度実績金額, 予実対比(金額, 実績/予算), 2015年度予算(案), 2015年度実績(%)



前10時からに練習しています。あなたの参加をお待ちしています。

謡曲

北信では、謡が盛んに行われています。お腹から声を出すことが健康に一番。坂城町で毎月集まって練習しています。

マレットゴルフ

講師は、小林弘行先生。ナルクの会員さんです。習うは「宝生流謡」です。会費は無料。

自由サロン「えん」

会員に限らず誰もが気軽に立ち寄れる溜まり場として毎月第2、第4水曜日に「えん」で午後1時から4時まで開設しています。今のところ、暗中模索状態で、存続が危ういのですが、何とか定着させていきたいと思っています。皆様のお知恵を是非拝借したい。無線LANの環境も整いましたので、パソコン教室の開催も出来ます。古書の持ち込みも歓迎です。お問い合わせください。



自由サロン「えん」でハンドマッサージの講習

運営委員会

毎月第2木曜日に開催しています。正午に集まり300円の食事代。懇談しながら食事。そして会議を始めます。会員の方なら、どなたでも参加することができます。

3月4月のナルク上田・千曲のボランティア活動

Summary table of volunteer activities for March and April, including columns for 実績, 提供活動, 生活アド等, 講師等, 小計1, コーディネート, 事務所当番等, 事務所提供, 小計2, 合計, ②利用点数.