



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/

# ナルク上田・千曲 第4回定時総会

平成22年5月27日(木) 午後2時より  
会場：上田市上野畑山2644 旧香山邸  
懇親会費 2,000円

開催  
します

## ナルク上田・千曲 第4回定時総会議案書

総会成功のためにご出席をお願いいたします。また、後日総会案内を「往復はがき」でお送りいたしますので、出欠を必ずご返信ください。

### 第4回定時総会次第

司会 副代表 香山 幸江

#### 第一部 拠点第4回定時総会

- |                    |             |
|--------------------|-------------|
| 1. 開会              | 副代表 滝沢 聖子   |
| 2. 拠点代表あいさつ        | 代表 中村 康治    |
| 3. 来賓紹介・ご祝辞        |             |
| 4. 祝電披露            | 副代表 香山 幸江   |
| 5. 議長選出            | (執行部案 内田雅久) |
| 6. 議事              |             |
| 第1号議案 2009年度活動報告   | 代表 中村 康治    |
| 第2号議案 2009年度決算報告   | 会計 千野 里い    |
| 第3号議案 監査報告         | 監事 柳沢利喜男    |
| 第4号議案 2010年活動計画(案) | 代表 中村 康治    |
| 第5号議案 2010年予算(案)   | 会計 千野 里い    |
| 第6号議案 新役員の補選       | 代表 中村 康治    |
| 7. 議長解任            |             |
| 8. 閉会              | 副代表 滝沢 聖子   |

#### 第二部 懇親会 会費 2,000円

#### 第1号議案 2009年度ナルク上田・千曲 活動報告(案)

2009年、ナルクは15周年を迎えました。当拠点も全国大会(京都)、中仙道エコウォーキングに参加すべく準備していましたが、新型インフルエンザのために全国大会(15周年記念行事)は延期されました。予定どおり行われた15周年記念行事のエコウォーキング(5/5笠取峠、5/6和田峠の2日間)の成功のために、当拠点でも積極的に参加しました。サポート隊を含め延べ17名が参加しました。8月10日に全国大会と同時に開かれたナルク設立15周年記念イベントに6名が参加しました。

また、10月1日～2日には、飯山拠点が担当して県内拠点交流会が飯山市なべくら高原と木島平で行われました。当拠点からは6名参加し、活動報告をしながら親睦を深めました。

社会奉仕活動としての千曲川の清掃(環境整備活動)は残念ながら雨天で中止となってしまいました。子育て支援活動としての見守りや塾等への送迎も軌道に乗って来ました。福祉関係諸団体および諸機関との連携も促進され、結果、会員も増え病院への送迎や買い物の援助等の活動も盛んになってきました。千曲川河川敷の清掃が中止になったことから、独自の社会奉仕活動として、国立長野病院の駐車場周りの植え込みの手入れをすることになり、22年4月から実施しております。

坂城と上田で毎月開催しているサロン活動も参加会員が増えており、毎月の運営委員会も活発な意見が出て盛況であります。コーディネート講習会も多数の参加があり、その後の毎月の研修で多くのコーディネーターが育っております。これからの活動に必ずつながると考えております。

次に3月末現在のNALC上田・千曲拠点の会員総数及び預託点数について報告します。

発足3年目の時間預託活動点数の合計は、734点(昨年度487点)増247点、参加延べ人員259人。片方向ボランティア奉仕活動点数合計は、174点(昨年度18点)増156点、参加延べ人員28人と前年度に比べ1.5倍と活動の飛躍をなしています。

会員は、4月1日現在100世帯153名(昨年度80世帯125名、死亡1名)という結果でした。これらは、送迎や援助活動が増え、それを頼む会員が増え、それを引き受ける会員が増えた結果であります。今後の飛躍する上で大変重要な前進になることでしょう。

今年度、お二人の方がお亡くなりになりました。故遠山良男様、故山極幸博様のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

#### 第2号議案 2009年度ナルク上田・千曲 決算報告(案)

2009年度予算額	2009年度決算額	
収入金額	471,032円	603,923円
支出金額	471,032円	246,709円
差引残額	0円	357,214円
		(次期繰越金額)

#### 収入の部

	2009年度予算額	2009年度決算額	増減金額
前期繰越金	215,032円	215,032円	0円
拠点交付金	136,000円	134,500円	△1,500円
内部収入	0円	37,000円	37,000円
活動収入	20,000円	28,500円	8,500円
時間預託活動寄付金	100,000円	188,750円	88,750円
受取利息	0円	141円	141円
計	471,032円	603,923円	132,891円

#### 支出の部

内部支出	0円	3,000円	3,000円
旅費交通費	100,000円	113,940円	13,940円
通信運搬費	50,000円	33,911円	△16,089円
消耗品費	20,000円	21,119円	1,119円
会議費	55,000円	58,079円	3,079円
ボランティア保険料	0円	13,000円	13,000円
租税公課	0円	500円	500円
支払手数料	0円	1,270円	1,270円
賃借料	0円	0円	0円
水道光熱費	10,000円	1,890円	△8,110円
予備費	236,032円	0円	△236,032円
計	471,032円	246,709円	△224,323円

#### 2009年度貸借対照表(案)

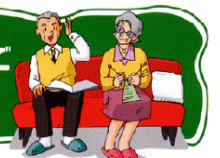
	2008年度	2009年度	増減金額
【現金・預金】	215,032円	357,214円	142,182円
現金	12,825円	36,296円	23,471円
郵便貯金	202,207円	320,918円	118,711円
【流動資産】	215,032円	357,214円	142,182円
【資産の部】	215,032円	357,214円	142,182円
【負債の部】	0円	0円	0円
前期繰越金	116,377円	215,032円	98,655円
当期正味財産増加	98,655円	142,182円	43,527円
【次期繰越金】	215,032円	357,214円	142,182円
【資本の部】	215,032円	357,214円	142,182円
【負債・資本の部】	215,032円	357,214円	142,182円

#### 第3号議案 監査報告

監査の結果、関係書類及び他の書類は正確であり、内容は適切であると認めます。

平成21年4月18日 ナルク上田・千曲 監事 高寺操次郎  
監事 柳沢利喜男

あなたと一緒にナルクのシステムで  
“未来創り”に参加しませんか?





## 第4号議案 2010年度ナルク上田・千曲 活動計画(案)

石の上にも三年、と言う有名な言葉がある。「冷たい石の上でも3年も座りつづけていれば暖まってくる。がまん強く辛抱すれば必ず成功することのたとえ。」だそうである。

ナルク上田・千曲も3年経った。上の言葉もただ3年経てばと言うのではない、一生懸命努力して3年経てばである。上田・千曲も役員や会員の皆さんの努力があって現在があるのである。ナルク上田・千曲も周りから認知されつつある、会員の努力に感謝したい。

先頃、本部の事業計画が届き、これらを基にして活動計画を立てました。

① 一人暮らしの高齢者への電話・訪問活動を新たに(中標津の「見回りしたい」がモデル)

※地域ごとに活動ブロックを編成し、中心となる会員の選考を行う。

その中で、日常の連絡体制を築いていく。

② 新しい公共を地域でつくっていきこう

※会員が日常的にブロック毎の交流を図り、会員の困ったことを援助していく。その地域で、賄いきれない場合は、近隣のブロックから援助を受けて、時間預託活動をすすめていく。

③ 原点に戻る活動の中から会員拡大(5・3・2の活動比率が理想)

※地域で、気軽に声かけできるブロックの雰囲気をも日常的に作り上げていく。

④ 顔の見える地域密着型の組織への脱皮

※会報や本部の宣伝資料を使いながら、入会を広く呼びかけていく。

⑤ サロン活動を地域に開放

※会員が会の中で和気あいあいと活動していくために、重要です。この活動の中から幹部の養成がすすむきっかけとなる。

⑥ 子育て子育て支援活動の充実

等など17項目に上る事業計画である。

特に①については中標津ではないが、会員の中から「孤独死」を絶対出さないためにも当拠点に合った「見回りしたい」を発足させる。

## 基本的な活動の目標と考え方

① 個人の力をたくさん集めて大きなエコへ

個人の自発とみんなで力を合わせ、「チリも積もれば山となる」の考え方で取り組みます。

② 退会者を少なくし、提供者を増やす三つの課題

一、時間預託活動の活性化と奉仕活動の活発化を図り、同好会やクラブ活動を活発にする。

二、入会后一年以内の退会者を減らす工夫をはかり、新入会員歓迎会や研修会を開催し新入会員が確信をもって生き甲斐ある活動ができるように研究していく。

三、ボランティア提供者の不足の解消。当拠点でも一部の方に負担が集中しています。新入会員を優先しながら、事務所仕事も手伝っていただける努力をしていく。

③ 会員の高齢化に備え次世代の勧誘をすすめていく

50～60代の会員が拠点で活躍していただけるよう、魅力ある活動の創造を図っていく。

## 具体的な事業活動

① 本部の5カ年計画に基づき200名会員を目指す

② 市町村の社会福祉協議会と連携を図っていきます

・身近な地域の社会福祉協議会と連携を図っていく。

③ 活動比率、時間預託5、奉仕活動3、趣味親睦交流2の比率となるよう時間預託活動と奉仕活動の強化を図る

④ 子育て支援活動をさらにすすめる

⑤ サロン活動を多世代の地域交流の会までに発展させていけるように努力する。

⑥ 「ナルクは一つ連帯基金」の充実を共に図っていく

⑦ 「活動拠点連絡会議」の定期開催に参加していく。

・今年度は、御代田拠点が担当。(10月開催予定)

⑧ 認定NPO法人を5年後に取得するための準備として、当拠点でも審査の対象となる奉仕活動を積極的に行っていく。

⑨ 本部の高齢者の生活と安全を守る政策提言活動を支えるため、アンケートなどに答え、気がついた高齢者の要望を本部に提案していく。

⑩ コーディネーターは会員20名に1名の割で養成していくために、積極的にコーディネート研修会を開催していく。

⑪ 本部が実施する拠点次期リーダー養成講座に積極的に参加し、会の運営の熟達を図る。

⑫ 本部事業収入を支える「エンディングノート」の普及、生活研究アドバイザー、福祉調査センターなどの事業に積極的に加わっていく。

⑬ 「エコ活動」を創意工夫し、継続発展させていく。

## ナルク上田・千曲の具体的な活動

1. コーディネーターの養成を図る

2. サロン千曲川(坂城町)、サロン上田を継続し、条件を整えながら千曲市でも実施できるように努力する

3. エコ活動をすすめる(古紙回収、千曲川清掃)

4. 会員の健康を保持するため、クラブ活動として、歩く会を発足させる

5. 高齢化に伴い、草取りなどの庭手入れのほかに、農作業のお手伝いもすすめる

6. 子育て支援としての援助活動をすすめる

7. 引き続き、ナルク千曲川を発行していく。

8. 趣味の会として、謡曲同好会と太極拳同好会を発足させる。

9. 国立長野病院駐車場の植え込みの手入れ。

10. 男の料理教室の開催。

## 第5号議案 2010年度ナルク上田・千曲 予算(案)

自:2010年4月1日

至:2011年3月31日

	2009年度決算額	2010年度予算額
収入金額	603,923円	702,714円
支出金額	246,709円	702,714円
差引残額	357,214円	0円

## 収入の部

	2009年度決算額	2010年度予算額	前年実績対比%
前期繰越金	215,032円	357,214円	108.2
拠点交付金	134,500円	145,500円	108.2
内部収入	37,000円	30,000円	81.1
活動収入	28,500円	20,000円	70.7
時間預託活動寄付金	188,750円	150,000円	76.3
受取利息	141円	0円	79.5
計	603,923円	702,714円	116.4

## 支出の部

内部支出	3,000円	5,000円	166.7
旅費交通費	113,940円	150,000円	131.6
通信運搬費	33,911円	50,000円	147.4
消耗品費	21,119円	30,000円	142.1
会議費	58,079円	70,000円	120.5
ボランティア保険料	13,000円	30,000円	230.8
租税公課	500円	1,000円	200.0
支払手数料	1,270円	2,000円	157.5
賃借料	0円	0円	-
水道光熱費	1,890円	7,500円	396.8
予備費	0円	357,214円	-
計	246,709円	702,714円	284.8

## 第5号議案 新役員の補選

新任 運営委員 小笹光恵さん 上田市真田町本原  
同 〃 峰の原ブロックより1～2名選出したいが、その選考については、運営委員会に一任する。

## NALC上田・千曲運営委員

役職	氏名	電話番号	〒	住所
代表	中村 康治	0268-72-3751	386-2202	上田市真田町本原 2289
副代表	田中美奈子	026-274-0306	387-0012	千曲市桜堂 352-6
副代表	香山 幸江	0268-72-2538	386-2202	上田市真田町本原 788-2
副代表	滝沢 聖子	0268-82-2662	389-0601	坂城町坂城 6985-3
副代表	中川 則幸	0268-75-3404	386-2203	上田市真田町傍陽 6169-6
事務局長	倉橋 重松	0268-74-3323	386-2204	上田市菅平高原 1223-5933
事務局長次	岡村さつき	0268-23-7514	386-0034	上田市中之条 402-1
会計	千野 里い	0268-82-5034	389-0601	坂城町坂城 402-2
実行委員	丸山 勝弘	0268-82-8083	389-0601	坂城町坂城 9229-3
実行委員	今井 清子	0268-82-4721	389-0601	坂城町坂城 6907-5
実行委員	遠山はつみ	0268-82-2788	389-0601	坂城町坂城 6692-3
実行委員	小宮山義隆	0268-82-2194	389-0601	坂城町坂城 1185-1
実行委員	三井袈裟喜	0268-82-4689	389-0602	坂城町中之条 568-2
実行委員	唐木沢美保子	026-272-2365	387-0021	千曲市稲荷山 927
実行委員	宮田美喜男	026-276-2961	389-0802	千曲市内川 886-3
実行委員	内田 雅久	0268-72-3973	386-2202	上田市真田町本原 1967-7
実行委員	山口 武重	0268-74-0833	386-2204	上田市菅平高原牧場 1139
実行委員	瀬在 米子	0268-24-2671	386-0001	上田市上田 2488
実行委員	松沢恵美子	0268-23-8255	386-0001	上田市上田 1274-4
実行委員(新)	小笹光恵	0268-72-3287	386-2202	上田市真田町本原 774-8
監事	高寺操次郎	0268-72-2160	386-2202	上田市真田町本原 2322
監事	柳沢利喜男	0268-82-3906	389-0601	坂城町坂城 7190