

特定非営利活動法人

ニッポン・アクティブライフ・クラブ

事務局:大阪市中央区常盤町2-1-8 FGビル大阪 〒540-0028
電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130

ホームページ <http://nalc.jp>
✉ kato@nalc.jp

奇数月
10日発行



ナルクの現勢 2023年9月現在

地域	活動拠点数	地域	活動拠点数	海外	活動拠点数
北海道	11	中部	5	ナルクUSA	1
東北	5	近畿	29	ナルクスイス	1
関東	21	中国	4	ナルクUK	1
信州	3	四国	3	ナルクオランダ	1
北陸	2	九州	3	合計	4
合計		86			

神野 毅会長を偲んで

7月7日神野毅さんは、北海道本別町で夫人とのバスツアー中に急逝されました。78歳の誕生日目前の急性心筋梗塞でした。無念でなりません。

生前の氏を偲んで、哀悼の言葉を寄せてもらいました。



まだ隣の席にいらつしやる気がします

〈本部 会長〉 西村 順子

神野夫人から悲報がもたらされたのは7月10日の朝でした。「神野毅が亡くなりました。いつた何のこともか? 意味がわからず、何回も問い直したと思います。未だに、事務所に出ると、正面の会長席に神野さんが座っている錯覚にとらわれています。ナルクの現状を憂い、創立30周年を迎えるため

には何か新しいことをしなければならぬ。そのために「発展プロジェクト」を立ち上げました。過日の総会で中間報告をもらったばかりです。彼らの考え、計画には大いに期待を寄せ、構想の実現することに力を注ぐつもりでいました。彼らの中からナルクの将来を担う人が出るといいな。と、楽しそうに話していました。本心に夢半ばで、30周年を目前にして見ることもなく、氏もさぞかし無念だったことでしょう。「私には何ができるか? 神野さんが夢見たことを実現することに力を注ぐことしかない」と思っています。そしていずれ、あちらでお会いしたときには、笑顔で成果を報告したいと思っています。

神野会長殺生ですよ!

〈本部 副会長〉 寺井 正治

5年前、二人で高畑会長に代わる若い体制づくりを誓って、まだその途上ではないですか。思い半ばで何事も誰にも託さず逝ってしまうなんて、ひどいではないですか。

2年前、あなたの発想で70歳未満の若い会員の知恵を借りて将来のナルクを描いてゆこうと立ち上げた「発展プロジェクトチーム」の検討結果を来年3月には会長宛に答申してもらおうとしていた

私の中では、ダンディ神野、フエニスト神野、優しい神野さんでした。しかし、議論が伯仲した時は、右手で机を叩き持論を増幅させる激しいカラオケではワインディングラスに少し白ワインを注ぎ、壁に寄り添いつつ石原裕次郎の「ブランドイグラス」を優しく歌う姿がありました。

今日は7月25日、神野さんの自宅のある大阪天満宮の夏祭りです。4年振りに行われる奉納花火の明かりに乗って、一献酌み交わしておられるのか、はたまたこの世から旅立たれた広い北海道の空から我々ナルクの会員を見守って居てくれるのか。

永遠の神野さん、有難うございました。

神野会長追悼のこと

〈大分 顧問〉 吉田 志津子 他

余りにも突然のことで言葉が失った。初めてお目にかかったのは九州地区ブロック会議を開催した時ではなかったかと思う。

高畑会長は宿泊されるが、当時の神野事務局長は必ず日帰りされたこと憶っていて、その為個人的にお話しさせていたのだと思う。「宿泊する

なら明日本部によってくれ、話がある」と本部に立ち寄った時のことは昨日の様によみがえってくる。

代々の事務局長と同様に、丁寧に疑問に対して回答指示して下さった。また、ある時は拠点の運営について率直にお叱りを受けた事も有る。

「あまりにも早い旅立ちを残念に思います。種々のご教示、有難うございました。ご冥福をお祈りいたします」。合掌

団体賛助会員

あいおい損保ニッセイ同和損害保険・亀岡病院・関西電力労働組合・近畿労働金庫・公益社・全電通近畿社会福祉事業団・東北電力労働組合・東北発電工業労働組合・東京電力労働組合・パナソニック・パナソニックグループ労働組合連合会・ユアテックユニオン・労働者福祉中央協議会・亀岡松花苑(みずの木)・ライフ薬局・(株)明倫社・ダイハツ労働組合・ダイキン工業労働組合 (敬称略)

Panasonic

人と人をつなぐ パナソニックの補聴器

耳の後ろに隠れて目立ちにくい 充電式補聴器



耳かけ型補聴器 R4シリーズ 医療機器認証番号: 229AIBZX00029200

※お電話の際は「ナルク会員」とお伝え下さい。「特別価格」でご提供します。

耳の健康を保つため、定期的な耳鼻咽喉科の受診をおすすめします。

あなたは大丈夫!? 聞こえの元気度チェックをしてみましょう!

- 聞き返すことが多い
- 呼びかけられても気づかない
- 数人での会話が聞き取りにくい
- 家族にテレビの音量が大きいといわれる

もしかしたら聞こえが低下しているかもしれません!

聞こえのご相談はパナソニック補聴器まで!

ブラザ東京 03-3251-3349
 ブラザ横浜 045-321-8111
 ブラザ大阪 06-6344-3328
 ブラザ福岡 092-414-3164



パナソニック補聴器相談センター 0120-045285

※受付時間: 17時30分 (土、日、祝、年末年始、お盆を除く)

本部スタッフ募集!

7月までの本部には、常に3名~10名以上のスタッフが仕事をしていました。現在、1名または2名のスタッフが常駐しているだけです。皆様のお力をお借りしたく、ご協力をお願いいたします。本部までの交通費は全額支給いたします。

- 電話応対
- データの入力・照合、WordやExcel、メールなどのPC入力、経験がある方
- 郵便物や書類の整理・仕分け

本部の運営にご協力ただけの方がおられましたら、お気軽にお問い合わせ頂きますようお願いいたします。

TEL: 06-6941-5448 ✉ kato@nalc.jp

神野会長の訃報に接して

〈銚子代表〉 小澤 利政

神野会長が7月7日に亡くなった旨を10日の本部メール便にて知り、大変驚きました。亡くなる前日の6日にお電話をいただいたばかりでした。後のお話では奥様とのプライベートな北海道バス旅行、車中の急性心筋梗塞であったとか。日ごろ多忙な業務を消化し、やと取れた奥様との小旅行がこのような結果になつてしまひ誠に残念です。28日なら大丈夫との確約を得ました。千葉地区の拠点の皆さんにもご無沙汰をしているので、今回は是非とも、オプザー

活動の鈍化、新規会員加入の減少等々、このような状況が続けば「ナルク」の永続的な発展があるのか「ナルクの30周年を迎えることが出来るか」が私の脳裏から離れないと新年の会報で述べておられます。そのようなことが「発展プロジェクト」にかける思いは相当なものです。

去る6月1日の本部総会の折、地区連絡協議会の開催日にて寺井副会長と神野会長のご都合をお尋ねしたところ、7月28日なら大丈夫との確約を得ました。千葉地区の拠点の皆さんにもご無沙汰をしているので、今回は是非とも、オプザー

この神野会長の置き土産ともいえるべき「発展プロジェクト」の提言、出来ることから実践して何とか現状を打破したいと思っております。合掌

故神野 毅氏を偲んで

〈仙北〉 今村 寿

人生100年時代と言われていますが、ナルク創設者の高畑敬一様から第2代目ナルク会長の神野毅様との中間生まれ、野毅様との中間生まれ、85歳の私の判断基準はそのことが楽しいか否かだけに成つてきました。突然の訃報に驚き、悲しみに耐えられません。思えば8年前ナルク仙北が全国125番目の拠

この緊張感が（時間預託制度）や（ボランティア活動）などの理解を参加者全員が深めたと思ひます。旅の途上のご故シヨツクは大きいのですが、楽しい旅行に出る時には万が一覚悟をお持ちだったのではないかと確信拝察してあります。心よりご冥福をいのります。 合掌

神野会長の訃報に接して

〈松山〉 赤松 正博

突然の訃報に接し「まさか」と私は耳を疑いました。7月2日には当地松山の再出発式にご臨席を頂き、激励を頂きました。近いうちに仙台市など東北方面へ行かれる予定と伺つておりましたが、

構想しておられました。ナルリンピックと称し、得意技の競技を...と。再出発式前にも来松し、会長の奥様が我が松山市の出身とお聞きし、墓参にも同行、春のお彼岸から墓参代行を約束させて頂きました。い、あの会長が」と残念な言葉に加え「安らかに眠りを」と言つておりました。

ナルク函館 事務局長

中村 仁

誠に貴い、頼りにしていた神野毅会長様の突然の訃報に接し、心から哀悼の意を表しますとも横に振つたことは一度もありません。まだ、茫然自失の状態を引き摺っております。朝9時過ぎ、本部へ電話すると「ナルク本部で話すと、低音で太めの声が対応に出る「あれー会長さん（恐縮）」私が事務所で一番早く、掃除と湯

この度の北海道旅行も奥様思いで、土地の美味いものを一緒に食べることなど、嬉しそうに話された。「あれ、その中に函館は入ってないの？」

神野会長の訃報に接して

〈利根沼田 副代表〉 真下 淑恵

6月11日の利根沼田の総会に来て頂いて、「ナルクの活動について」わかりやすく説明頂き、その後

全国の総会を回るとお聞きして、大丈夫かな？と心配もしましたが、奥様と北海道バスツアー中の出来事と聞いて、ご家族も大事にされた充実した人生と羨ましいと思ひました。

● ボランティアって
 今回「つれづれの記」に投稿するに際して、今年1月からのナルク新聞を改めて読みました。諸先輩方の卓越した見識と衰えないナルク愛に驚嘆しつつ、私ごとが紙面を使うことに杞憂を覚えました。

私は、学校卒業後「某国立機関で国家公務員」として仕事に従事してきました。60才定年後に引き続き「特定プロジェクト担当」として更に5年間従事しました。完全リタイア後に、「それまでの生活をまったくクリアして何かやる」と迷い、半年後に「ナルクに入会」しました。

「つれづれとは、人生全般に関することとなるが、やはりナルクのことになつてしまふ」と5月号で「ふくい拠点の龍田さん」が書かれていました。まったく同感です。いざナルクの活動経験をもつたときにナルク新聞や他拠点の会報を読ませていただき、ボランティア活動の見本のような素晴らしい経験談が紹介がされておりました。



会報配達助っ人

神野毅会長 ありがとうございました。

〈交野〉 戸田 十九一

突然の訃報に接し、言 ました。また、ナルクの 葉を整理する間もありま せん。毎年定時総会にお いていただき、懇親の席 での実現の為、エリア や拠点間連絡会での懇親 17推進会議・地区連絡協 会、交野拠点に数度おい での折などにナ ルクの夢の実現に向けて のお話を伺いました。

高畑名誉会長から後継 を委託された時の驚きと 悩みをお聞かせいただき 進んでまいりました。 高畑名誉会長から後継 を委託された時の驚きと 悩みをお聞かせいただき 進んでまいりました。

高畑名誉会長から後継 を委託された時の驚きと 悩みをお聞かせいただき 進んでまいりました。

神野会長、ありがとうございました

〈東横浜 代表〉 荒川 竹男

昭和38年頃、松下通信 工業株式会社（現パナソ ニック）の網島工場で作ら れたカーラジオ（写真下） です。カーラジオですが、 外してポータブルラジオ としても使え、当時人気 がありました。



今年6月、ナルク東横 濱拠点の定時総会に、神 野会長が久しぶりに参加 して頂いた折、私が高校 生の夏休みにアルバイト 先と同工場生産してい

先と同工場生産してい ました。 神野会長はナルクの最

上げられなかったことは 残念でなりません。平穩 さを取り戻しつつある今 日、これから軌道に乗る という時に非常に残念で す。

今後、様々な改革や30 周年記念大会への計画立 案があたりだったと思っ ます。

我々残された者にとっ てはこれらのことを確実 に進めていくことが責務 だと思っています。

も苦しい時に会長職にな られ、コロナ禍の厳しい最 中でも陣頭指揮に立ち、 ナルクのかじ取りを続け られました。そのご努力 とお姿は我々ナル ク一同決して忘れ ません。

神野会長、ご苦 労様でした。あり がとうございました。

突然のご逝去にご遺族 並びに関係者の方の悲し みを思うと胸がつかれる 思いです。ご冥福をお祈 りするばかりです。 合掌

神野会長はナルクの最

野会長の突然の訃報を聞 いて、本当に驚きました。 ロリを地で行かれたのか、 神野会長とお会いした た。安らかに眠りくだ さい。

在りし日を偲んで

〈びわこ湖西 代表〉 田川 鴻平

神野会長逝去の訃報を 西の代表になり、会長と 話す機会が増え、有る年 の拠点の定時総会に来賓 としてお招きした時の埃 ぼりの中で、「私の出身地 阪市出身）。

会長は今回も妻の席ま 思を引き継ぎ、しっかりと 改めて、ご冥福をお祈 り申し上げます。

私共は中学校の先輩だ ばと思っております。

神野毅様のご霊前に謹んで哀悼の意を表します

〈信州まつもとだいら〉 守安 威象

突然の訃報に接し、悲 しみ深く心を表す言葉 さえ見出すことができま せん。

神野さんと初めて出 会ったのは、昭和61年8 月、北九州。その後私は 東京勤務となり、定年を 迎えました。定年後は再 び縁あってナルクと出会

今年3月16日は「天橋

以前友人から「ボランティアって、自分に 生活に余裕がなければ出来ない」と言われまし た。ボランティア精神・自己犠牲の気持ちで、 自分の生活も家族を含め健康で、ある意味経済 的な余裕がなければ、とてもとても無償ボラン ティアはできません。現にナルク以外の知人で 「シルバー人材センター」など謝礼金が貰える もの、特に60代の年金受給者は少しでも生活費 の足しにと収入を目当てに活動をされる方がい ます。

我が拠点でも高齢化により、今までの活動が 体力的に制限され、例えば会報を各会員に届け る活動が高槻は地理的に坂道も多いことから、 いずれ無理とか、会報発行も毎月は辛いという 声を聴きます。もっと現実的に活動会員はもと より、会員の生の声・現実を見つめる必要があ るのではとつくづく思います。

私自身、活動中に何度も怒りを含む思いを飲 み込んだことがあります。理不尽な利用者さん と衝突して、「これ以上できません」と言った ら退会された方もいます。「あーア、まだまだ 人間が出来ていない」と反省することも頻りで す。ナルクは今、時代に沿った変わり方をする 時だと思います。もっと「楽しい・うれしい・感 動のある活動」が出来ますように思っています。

（高槻・島本 石田長男） 次号は北河内地区を掲載します。

ナルク国内親睦旅行 中止のお知らせ

この秋10月、5年ぶりに親睦 旅行を計画しましたが、誠に残 念ながら、中止することに致し ました。ご参加を楽しみにさ れていた皆様には、心よりお詫 び申し上げます。

何卒ご理解いただけますよ う、宜しく願ひ申し上げます。



配布部数：20,000部
配布地域：全国86拠点
問い合わせ：本部 TEL:06-6941-5448
月～金(祝日を除く)10:00～17:00
kato@nalc.jp

老若男女問わず
一緒にボランティアする方大募集!
ナルク会員募集中

ナルク会報誌
バックナンバーは
Webで



読者の
随想

仲間の大切さ

【大阪府・茨木・摂津 伊藤芙美子】

昨年私の連れ合いが亡くなってから友人の連れ合いが次々に亡くなっています。

私がそういう年になったということなのでしょうが、友人の中には喪失感から抜け出せず、1年以上も元氣になれない方がおられます。

あれこれとお誘いするのですが、連れ合いと行動を共にしたことを思い出して、ダメなようです。

人間の悲しみは涙と共に解消できるといいますから、友人に思い切り話し、涙すればいいと思うのですが、話した相手に気を遣う様です。

友人の存在とは喜びは2倍に、悲しみは半分にといいのに、あまり遠慮されると本当の意味での友人なのかとこちらも考えてしまいます。

寂しい時には「寂しい」と、友人に訴えられる人間関係を普段から築いておくことは大切なことだと思います。皆さんはどうですか？

そういう時にNALCに来てしゃべってください。おしゃべりすることで、かなり気が楽になり、時間があっという間に経ってしまいます。

まだ連れ合いがおられる方は、自分にもそういう時がくると一度考えてみてください。

リーダー研修を受けてから1年以上が
過ぎました【北海道・手稲 副代表 村上恵子】

ボランティアの「ボ」の字も考えたこともない日々を暮らしていた私が、声をかけられてナルク札幌手稲に入会して、突然副代表になりました。そしてその年のリーダー研修に参加することになりました。参加者の皆さんの熱意・心構えなど聞いて何もわからない私にとって、とても感動したのを記憶しています。

設立してまもなく始まった「サロンわいわい」の運営、会員さんからの依頼(時間預託サービス)、奉仕活動にもナルクの理念を理解して会員たちと積極的に参加することができています。

「ボランティアって何?」が少しずつですが、わかってきたようにも思います。「みんなで集うこと」、「みんなでいろんなこと、あれやこれやと話し合っ、わいわいすること」が今はとても楽しい時間です。

頑張っていることが人のためではなく、自分自身が成長していることを感じています。初めての体験がたくさんあって1年以上経っていますが飽きません。

まずはわいわい仲間を増やしていきたいです。

【拠点リーダー養成講座】11月に開催



ナルクの重要研修である「拠点リーダー養成講座」を11月9日(木)、10日(金)の2日間にわたり開催する。この研修は、ナルクの原点、基本を徹底的に学ぶという趣旨で毎年行っているもので、今年で18回目となる。これまでの受講者は400名を超え、受講された方々のうち多くの方は現在、各拠点で



中核的な活躍をされている。「これからのナルクの進むべき道筋」をテーマにした活発な議論が交わされ、非常に充実した時間となった。2日目は「グループ討議」のまとめ、発表を行うとともに、本部に対する質問、提言、要望など、受講者1人ひとりの発言の機会を設ける予定。対象は、三役(代表、副代表、事務局長)、およびこれに準ずる役員で、拠点において3年程度の活動経験を持ち、次期拠点リーダーとしての活躍が期待できる人材とし、各拠点からの推薦にもとづき、本部で決定する。実施場所は大阪市内の研修施設、中之島センタービル。(大阪市北区中之島6-2-27)

その後班分けし、ナルクの現状における課題あるいは将来のビジョン、などをテーマに「グループ討議」を行う。昨年はこの討議において、「活動会員(特に若い人)を増やすに



徳島県・徳島拠点 お父さんの料理教室

アジの漬け丼定食
季節の料理、短時間で旨味しみしみ!



- 【材料】(2人分)
豆苗サラダ
●豆苗...100g
●㊤ツナ缶...70g
●㊤塩昆布...10g
●㊤鶏ガラスープの素...小さじ1/3
●㊤ごま油...小さじ1

- アジの漬け丼
●アジ(3枚おろし)...半身4枚
●酒...小さじ2
●みりん...小さじ2
●しょうゆ...小さじ2/3
●生姜(すりおろし)...小さじ1
●大葉...6枚
●ごはん...400g

- すまし汁
●梅肉...1個分
●薄口しょうゆ...小さじ1
●とろろ昆布...2g
●だし汁...300cc

- 【下準備】
●アジは皮引きします。
●大葉は千切りにします。

- 【作り方】
豆苗サラダ
豆苗は根を落として半分に切り、ボウルに入れます。㊤の材料を加えてよく和え、冷蔵庫で冷やしたら完成です。

- アジの漬け丼
①耐熱容器に酒とみりんを入れ、レンジ600ワットで15秒加熱し、粗熱を取ります。
②アジを1cm幅に切ってボウルに入れ、しょうゆ、生姜を加えて混ぜ合わせ、冷蔵庫で10分冷やします。
③器にごはんを盛り、大葉を敷いて、漬けと薬味をのせたら完成です。

- すまし汁
器に梅肉、薄口しょうゆ、とろろ昆布、だし汁を半量ずつ入れてよく混ぜたら完成です。



来年度(2024年)の本部役員
改選に伴い会長を公募します。
ナルクが永続的に発展するために、
ぜひ手を挙げてください。
対象は関西圏に限らず、全拠点です。

- 締め切り 9月30日(土)
■所属拠点、氏名、応募動機を明記

【応募先：会長選考委員会】
TEL:06-6941-5448 FAX:06-6941-5130
hiraiwa@nalc.jp