



ナルク宮城

「けやきの会」会報

ニッポン・アクティブ・ライフ・クラブ
発行元 ナルク宮城会報誌編集委員会
代表 梅津健次
〒980-0871
宮城県仙台市青葉区八幡1-4-25
☎・FAX (022) 765-8727
E-mail nalc-miyagi@ab.auone-net.jp
http://nalc-miyagi.jimdo.com/

「ナルク」の紹介



『人生100歳時代』タツプリある

第2の人生をボランティア活動で

ナルクは、松下電器(パナソニックの旧社名)労働組合中央執行委員長を経て常務取締役を務めた高畑敬一(故)が、やがて到来する超高齢化社会を乗り切るためにシニア世代が結集し、助け合いや地域貢献で社会に役立ちたいと、1994年4月に設立したボランティア団体です。【写真は、ナルク宮城のホームページに掲載されているもので、ナルク宮城「けやきの会」を象徴しています】

◆ナルクは、世代を超えた助け合いを目指すボランティア団体で、アクティブライフクラブ(Nippon Active

Life Club)の頭文字を取ってNALC「ナルク」と申します。

◆ナルクが大切にしているのは、地域での人と人との繋がりで、繋がることによって、あなた自身やご家族では解決できない問題、介護保険などでは対応にも限りがある問題、そうした「自助」「公助」の隙間を埋める「共助」に取り組んでいます。

◆一方通行のボランティアではなく、互いに助け合うことでサポートする人も、サポートを受ける人も笑顔になる、それがナルクの「共助」です。例えばシニアが笑顔で生活する姿、それは後に続く世代にとって将来への希望となり憧れとなる、その理想に向かって世代を超えて、そして地域に笑顔が広がるようにナルクは、次のような理念のもとに活動をしています。



【自立】 いつまでも健康で質の高い人生を送る

【奉仕】 ボランティアを生き甲斐にし、社会と人に貢献する

【助け合い】 会員相互が助け合い生活を豊かにする。

これらのことを通じて、社会と人に尽くす喜びを生き甲斐とすることを目指しています。

◆まず会員同士の「助け合い」についてご紹介しましょう。

◆代表的な取り組みとしては「日常生活支援」があります。

いま、ご自身が高齢となって或いは障害を持つ身となって、日常の中で健常者の様な動きや行動等が取れないとした場合、「チョット」した人の手助があれば健常者と同様な生活が送れるとした例です、

例えば、植木の手入れやお部屋の掃除、病院などへの車での送り迎え、或いは病院内での付き添い、パソコンやスマホなどの指導、留守番、話し相手、会員の困りごと相談、墓参り・掃除の代行などなど、会員の困りごとに幅広く対応しております。

◆こうしたサポートを必要とする会員(利用会員)とサポートできる会員(活動又は提供会員)を繋げる仕組みがナルク独自の「時間預託制度」です。

時間預託制度は、会員をサポートした時間を点数に換算して貯め、あなたが助けを必要とするときにこれを引き出して利用できるという制度です。

◆次に「奉仕」について説明します。

◆ ナルクは会員組織ですが、会員以外の方への日常生活支援にも積極的に取り組み、地域のために社会貢献を行っております。例えば、公園や道路・河川や海岸などの清掃、介護施設や保育園などのサポートをはじめ、学童の登下校の見守りや子どもの預かりなど、子育て支援にも積極的に参加しております。また、自治体や社会福祉協議会が開催するイベントへの協力、災害支援活動など、様々な活動に取り組んでおります。

◆最後に「自立」については、介護や介助の講習会を開いて知識を広げスキルアップを図る一方、ウォーキングやカラオケ、囲碁、健康麻雀などのサークル活動や同好会を通じて会員の交流・親睦、健康づくりも盛んです。

◆ボランティアに共通するのは誰もが持っている優しさであり、同じ思いやり優しさを持った仲間であるナルク会員との素晴らしい「縁」と「出会い」を大切に、今後のナルク活動を会員とともに盛り上げていくことを切望されております。

◆如何でしょうか！ 皆さんも私たちと一緒に活動してみませんか！

ナルクの活動に興味をお持ちの方は、インターネットで「ナルク(本部)」又は「ナルク宮城」を検索して頂きますと、ホームページがありますので、是非御覧下さい。スマートホンからも、ご覧いただけます。

◆ナルクは皆様のご入会を歓迎いたします。

これが世の中の進歩か？

半田 仁



東京の娘へ「生成 AI って何だ!？」とライン(Line)したら、「過去の沢山の方々文章を参考に新しい文章を作り出してくれる」ことだよと。その後、娘へ野菜を送ったら、お礼の文章を AI ではこんな文章になると返ってきた。「突然で、本当に嬉しい驚きがありました！ 実家から送っていただいた新鮮な野菜に、心から感謝しています。こんな素晴らしい贈り物をいただけるなんて、本当にありがたいです。これから私たちの食卓で美味しい野菜料理を楽しむことが出来ます。実家のお庭で育てられた野菜は、きっと特別な味がすること間違いなしですね。距離は離れていても、こんな風に気遣ってくれることが家族としての絆を感じる瞬間です。本当にありがとう！ お陰様で家族の愛を感じる素晴らしい日になりました。機会があれば是非実家に帰って、お礼を直接に伝えたいと思っています。その時は家族みんなで楽しい時間を過ごしましょう。温かいお心遣いに感謝しています」と。立派な文章。すごい世の中になりましたね…。遠い昔。私の夏休みの宿題作文は、いつも母が書いてくれたものでしたが、今の子供は AI を利用するのでしょうか。？ (7月24日 投稿) 半田 仁 80才

【事務局より】 —会員の皆様へ—

今月号の会報は、通常の記事に代え、「ナルクの紹介記事特集号」としました。知人や友人、或いは社会の一般の人に「入会」を呼びかける際のツールとしてご活用下さい。

【編集後記】ナルクの会員は現在、全国に 11,000 名、ナルク宮城に 170 名の会員がいる。会員の平均年齢は後期高齢の 75 歳を優に超えている。

自身が高齢となってもボランティアで頑張るのは最期を「ピンピンコロリン」と願ってのことだと思う。私はそう思っている。(梅津記)

賛助会員 (敬称略、順不同)

- ▶ 東北電力労働組合
- ▶ ユアテックユニオン
- ▶ 東北発電工業労働組合
- ▶ わかくさ幼稚園