

特定非営利活動法人  
 ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
**NALC**  
 大阪市中央区常盤町2-1-8  
 電話 06-6941-5448(代表)



特定非営利活動法人  
 ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
**ナルク徳島**  
 徳島市南矢三町2丁目1-59  
 電話 088-615-1066

発刊責任者 ナルク徳島代表

編集 ナルク徳島会報・HP部

### 高齢者、頼れるのは誰か?

平成二十三年六月七日付け徳島新聞夕刊に高齢者の孤立化についての記事が掲載されました。「困ったとき同居の家族以外で頼れる人」について。これは内閣府調査によるもので日本をはじめ、韓国・米国・ドイツ・スウェーデンの各国での調査内容で、六十歳以上を対象にした調査。

それによると、日本では困ったときに頼れるのは(別居の家族・親族が六十%、「いない」と答えた人は二十%、「友人」と答えた人は十七、二%・「近所の人」が十八、五%。「別居の家族・親族」についてはドイツ・アメリカについて三位。その割に「いない」とした人の割合が五力国の中で日本が一番多く、高齢者の孤立化が進んでいることがうかがえる。独居高齢者の心理から困った時には親族が一番頼りになる「はず」であり、当然そうあるべきと考えている高齢者が多い。ナルクへの入会説明を行ったときに、決まって言われるのが「息子が」、「娘が、」である。だが、本当に日常の吐嗟のときに「別居家族」が期待に心えてくれるだろうか。そんな時、多少なりとも頼りになり、役にも立ちたいのが「ナルク」の会員メンバーではないだろうか。ナルクの趣旨をもっと多くの人に理解されれば、高齢者の孤独感を救うことができる。外出することの困難な高齢者の方たちがよく言われることに「一日中なにも話さなかつた、そんなことが何日も続いた、」と。また、男性の六十歳以上でボランティア活動への参加希望者は三十四、六%で女性の二十三、九%を上回っている。ボランティア活動する中で、綺麗に言えば感動を得ることもかもしれないが実質的には次にボランティアを受けるのは自分であることに気づいているからかもしれない。ナルクは「預託点」でボランティアを受けることができる。昨日まで「提供者」であった自分が、今日から「利用者」になることもある。困った時、頼れるのは「ナルク」ではないだろうか。

### パソコン教室・応用クラス開講

7月よりワード・エクセルなどのステップアップ講習会を開きます。初心者、中習者の参加をお待ちしています。

- 開講場所 県立交流プラザ 3F・OA 研修室
- 開講時間 午後 13:00~17:00
- 開講日程
  - 平成23年08月03日(水曜日)
  - 平成23年08月18日(木曜日)
  - 平成23年09月07日(水曜日)
  - 平成23年09月22日(木曜日)
  - 平成23年10月05日(水曜日)
  - 平成23年10月20日(木曜日)
- 費用・会費 300円(資料・テキスト代含む)

申し込みはナルク徳島事務局で受け付けます。  
 もう一度、改めてパソコンを習ってみたい人など、参加資格は問いません、どなたでもお気軽に参加ください。複数の講師がお待ちします。

### 災害時コーディネーター

東日本大震災時の津波による被害の大きさは日が経つにつれて明らかになっていく。徳島県では、災害時の対応のために災害時コーディネーターシステムを構築し県内六地区に配置する。ナルクでは既に、神戸大震災でコーディネーターの有用性を体験済みであり、経験的活動が可能な状態である。東日本大震災でも発生直後から多数の団体によるボランティアが展開された模様、災害地にボランティアとして入る場合は自らの寝食は全て自らで賄わなければならない。災害地に大勢のボランティアが到達しても活動の制限を受けることは明らか。救援物資などは災害地に到達はすれどもそれから先には行きつかず、結局は善意を無駄にしてしまう可能性もある。一日でも早い救援物資をと願がわれるのは当たり前のこと。そこで、必要不可欠なのがコーディネーター。幸いにしてナルク本部には優れたコーディネーターがいる。ナルク徳島でも災害時コーディネーターを育成・養成しておく必要があるのではないだろうか。

会員の状況	平成 23 年 6 月 30 日現在	298 家族	411 人
時間預託活動	平成 23 年 6 月度	358 時間 ( 提供者	36 名・利用者 61 名 )
奉仕活動	環境活動 ; 山城町周辺道路清掃	活動日	毎月第 3 日曜日
地区リーダーにお願い。 地区におけるニュース、イベントなどを写真付で本誌編集までご提出ください。全エリアの地区リーダーにお願いします。(本誌編集部)			



岳人の森

## ナルク徳島 教室・同好会情報

<b>アートピース教室</b>	7・8月は休講します。9月から再開の予定です。		
<b>パソコン講習会</b>	毎週・火曜日 10:00~12:00 (要望があれば午後も開講します)	交流プラザ・3階	
	費用 会費 300 円	講師研修のため9月末まで休講	講師 佐藤 繁
<b>写真とパソコン</b>	毎月・第1、第3木曜日 13:30~15:30	写真取込、カレンダー作り他	
	費用 会費 300 円+消耗品費が必要な場合もあります。		講師 青山雅夫
<b>生花教室</b>	毎月・第2、第4金曜日 13:30~15:00	交流プラザ・3階	
	費用 会費 300 円	花が傷みやすいため7・8月休講	講師 松田公子
<b>書道教室</b>	毎月・第1、第3水曜日 13:30~15:00	交流プラザ・3階	
	費用 会費 300 円	必要な道具類は事務局でご用意します。	講師 田村サワ子
<b>上級パソコン</b>	ナルク徳島主催 上級者向け パソコン講座の開設。内容は1面通知面にて確認ください。詳しくは事務局まで。		
<b>お困りごとコーナー</b>	日常の些細なお困りごと受付。蛍光灯の交換、蛇口のパッキン取り換え、電気配線の整理、棚の取付、その他日常の小さなお困りごとを事務局へお申し出ください。		



居宅支援 フリージア  
 訪問看護 フリージア  
 デイサービス みんなのみらい  
 (株)みらい 代表取締役 廣瀬幸子  
 088-678-7291

「藤原亭」  
 松茂藤原亭では、梅雨明けの某日、木屋平まで梅刈りを実施しました。徳島では神山等の梅の名所は各所にあるようだけれど今回は少し違った趣向での梅刈りになった。元々は梅干しとか、梅酒にするには青梅を使うのが常識のようだったが和歌山県の南部方面では梅雨明け一週間後に赤く熟した梅を刈るのでなく、熟して落ちたものを拾い集めて梅干し・梅酒等に用いる。南高梅の柔らかいのは、その熟した梅に要因があるらしい、と言うわけで今回、藤原亭にお世話になり、木屋平の梅農家での梅刈りを行った次第、さて、梅干し・梅酒のでき具合はいかに、結果は月日の後に報告しましょう。梅酒と言えば、焼酎と氷砂糖が定番のようだが、西表島出身の友人に聞いたところ「黒砂糖」も果糖に匹敵する「らしい」。仕上がりが楽しみです。

「よつ、ご同輩・・・」  
 デ、出会ってしまったんですよ、「月よりの使者」か「白衣の天使」。こう言うと、いかにも古めかしく感じるかも知れないけれど、オラ達の青春のころはもう「野々口道子」「広田進」少し間をおいて「真知子」と「春樹」。裕次郎だとかなんだとかはまったくの後回し。あ、いやね、愛がどうのとかなんとかっていうことはまったくわからなかった、ただだけれど、幼ごころの「胸」を焦がしておりましたですねえ、ホント。でもあ、生活習慣病の今日このごろでやんしょ。まあ、アチコチの病院の後で行った先が「運命」の病院ですわ。もう、一瞬息が詰まりましたですねえ、そのお美しさに。あ、いや、べつにミスなんとかってことではないのですが、もう、言葉も無くて「ほんわか」ですわ。口述診察のころから頭はもう「へらへら」てなもんですわ。夢見心地で時間が過ぎて、検査用の血液採取。元来、「オツーシヤ」なんてものは一切拒否していたものが、柔らかな笑顔で、「はい、採血ですよ、」と言われても、デレ。。  
 ・・・・月よりの使者、想い出のりんどうを抱いて来ると言う・・・  
 ジーン、ウルウル心だあ。