

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
 大阪市中央区常磐町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

盛況のランチ会

八月二十四日、ナルク徳島では徳島自治会館内のレストラン「千秋閣」で第一回ランチ会を開催した。ランチ会の趣旨は「安くて・美味しいランチを食べてみよう」と企画立案されたもので、参加者それぞれの自己紹介もあり、話が弾み、もう一つの目的とも言える「会員相互の親睦」にも大きく役だったと言えよう。この日は水曜日千秋閣ではこの日は「麺類定食の日」であり八百円で数種類の中から好みの麺類定食をオーダー、食事が来るまではバイキングカウンターで好みのデザート、スイーツを選び、それぞれのテーブルで楽しんだ。企画担当者の「値段は安いけれど、高い所で食べる」と言ったように、まさに、十階の見晴らしはよく、天候にも恵まれ眉山の山麓が手に取るように眺望できた。参加者はランチ・デザートと景観を存分に楽しんだ様子だった。参加者は二十数名、一人暮らしの方も多数おられましたロビーでの雑談で「こんなにおいしいお昼をいただいたのはひさしぶりです」「数千円のランチよりおいしかったわ」「次回も楽しみにしています」と喜んでいただいで、予想外の反響に企画担当者も戸惑っている様子でした。次回も乞うご期待……



デザートバイキング



名物・麺類ランチ

秋の七草

季節がら、(秋の七草)をおとどけしましょう。
 「おみなえし」多年草、黄色の小花を多数、傘状につけます。
 「ききょう」多年草、紫色または白色の鐘形で先が五つに裂けた花を開きます。根は薬用にも用いられます。
 「くず」マメ科つる性多年草、八〜九月に紫赤色の花を房状つけます。根からデンプンをとります。
 「すすき」イネ科の多年草、黄褐色の長い穂(尾花)をだします
 「なでしこ」多年草、八〜九月頃淡紅色白色の花を開きます。
 葉は線形です。
 「はぎ」マメ科多年生落葉低木、群生し多数の紅紫色又は白色の花を開きます。葉は楕円形の三小葉の複葉です。
 「ふじばかま」キク科多年草、葉は三小葉からなる複葉で対生。八〜九月に淡紅紫色の小頭花を散房状につける。
 昔からの「秋の七草」、昭和十一年には新しい「秋の七草」も東京日日新聞(毎日新聞の前身)より発表されています。

寝たきりになら連!!

季節の過ぎるのはまたたく間だった。上板の友人宅からの帰途、市内のあちこちで「ぞめき」が聞こえたのは四月のころだった。そして、ついに待ちに待った阿波踊りがやってきた。
 「八月十三日(土)」ねたきりになら連の十九回目の阿波踊り。ナルク徳島からは二名のボランティア参加。今年は何年より多く車椅子二十八台が隊列を組み百四十人の実行委員やボランティアに支えられ市役所演舞場に踊りこんで見物客からは大きく盛んな喝采を受けた。一年ぶりに再開ということもあって、肩を抱き合えばかりに喜びを表現するのは車椅子の方ばかりでなく、ボランティアの喜々とした表情が印象的だった。暑さも忘れ、楽しい時間はあっと言つ間に過ぎ、夕暮れ時、再会を約して散会した。「車椅子から身を乗り出し、喜びを全身で表わっていた車椅子天水達、来年も元気に踊り込みください。阿波踊りでは、車椅子天水達の多くの参加をお待ちしています。ボランティア活動の皆さん、来年もまた、お会いしましょう。」

会員の状況	平成 23 年 8 月 31 日現在	305 家族	428 人
時間預託活動	平成 23 年 8 月度	437 時間	(提供者 43 人 利用者 86 人)
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
温泉ツアーについて。希望者の方を温泉にお連れします。介護のいる方は介護者をご同行ください。費用は(神山温泉で)交通費と待機時間預託金で¥3,000 円、ただし、入湯料・食事費は個人負担とします。			



中空の月

ナルク徳島 教室・同好会情報

アートピース教室	毎月・第 3 金曜日 10:00~16:00 交流プラザ・3 階 費用 会費 300 円+材料費 講師 切中絹子
パソコン講習会	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 (9 月中は毎週水曜日 13:00 より) 講師 佐藤 繁
写真とパソコン	不定期・1 週間前の予約をお願いします。(木曜日が基本です) 080-6388-6086 費用 会費 300 円 消耗品費が必要な時もあります 講師 青山雅夫
生花教室	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+材料費 800 円 静香流 講師 松田公子
書道教室	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
行事予定	① 10 月 15 日「イモ掘り会」をします。松茂藤原亭にて、詳細は後日広報。 ② 11 月「夢街道・お遍路巡拝」。車での巡拝、詳細は後日広報。 ③ 11 月 (男の料理教室)「祖谷そば打ち会」。詳細は後日広報。
お困りごと相談	簡単な住宅内でのお困りごとはありませんか、事務局にご連絡、ご相談ください。



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

利用者・提供者の交流目的です。
出会えるかも。
薄暮のころより、居待月のお月見六時を過ぎたころ、十五夜満月に第Ⅲ部

お楽しみの内容
第Ⅰ部
① オカリナ演奏
② 漫才「あ・うん」
③ 歌・クイズなどもお楽しみ
第Ⅱ部
ナルク安心カードの説明。
ナルクこれからのイベント
ナルクへの疑問・相談など。

藤原亭(なごやかクラブ)
九月の定例会合は「お月見」。
九月十五日(木) 四時~七時頃まで
場所 月見ガ丘海浜公園研修室
会費 参加者 千五百円
お弁当・飲み物付

「よっ、ご同輩・・・」
とりあえずまあ、秋の夜長、悠久のお話でも。一万二千年前、太平洋上に「ムー大陸」が存在した。片や大西洋には「アトランティス大陸」が存在、それぞれの大陸には諸説フンブンなようだけれど、存在し、一日一夜にして滅亡したのもたしかラシイ。それぞれの大陸人間には特性があり、「ムー大陸人」は工芸・芸術・美学等に優れており「アトランティス大陸人」は政治・経済などにすぐれた能力を持っていたラシイ。チョットした秘伝の手法を用いれば、自分がどちらの生れかを知ることができるとし、初めて命として生まれた自分の「命の名前」まで知ることが出来るラシイ。ちなみにアタクシの命の名前は「アムール」七人兄弟の末っ子であったラシイ。ま、末っ子であることは現世でも確か・・・
アタクシ、特殊技能があるんですよ、少しもう季節がずれこむようですが、実は街角で霊を見かけます。道行くとときにはすれ違うこともあるのです。ムー大陸と、霊を見る、アンマリ関係ないようですね。その辺が凡人の由来ですわ、季節外れの階段(怪談)です。