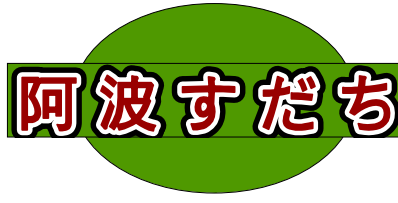


特定非営利活動法人  
ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
**NALC**  
大阪市中央区常磐町2-1-8  
電話 06-6941-5448 (代表)



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・FAX 088-615-1066

発行責任者 ナルク徳島代表

編集 ナルク徳島会報部

## 平成23年度コーディネーター研修終わる 認定証授与



一月第四土曜日に第四回のコーディネーター研修が開催され複数回受講者を含め二十名が受講し、講師は浅野代表が担当しました。過去の経験も踏まえた素晴らしい研修で新たに五名のコーディネーターが誕生し、「阿波すだち」としては実働コーディネーターが三十名を超えました。四百名を超える会員で三十名は少ないかも知れませんが、利用者と提供者を結びつける重要なポジションです。ナルク精神を理解し、相互助け合いの最前線で活躍をいただいただき、「阿波すだち」を支えてより活性化して頂きたいと、今回から『認定証』を作成しお渡ししました。

第1回 (平成20年)	青山(雅)・浅野・天野・池田・岩本・切中・佐藤 杉山・中東・早見・前野・吉川	12名
第2回 (平成21年)	伊川・志摩・多田・田淵(克)・橋本(京)・橋本(守) 細川・矢田	8名
第3回 (平成22年)	青山(偕)・古高・富永・虎尾・三原	5名

### 横浜からのお礼状

春は名をのみの桜だよりの待ち遠しい毎日です。早いもので、三月十三日は母・片岡タネコの三回忌を迎えます。母の生存中は、ナルク徳島の多くの方に支えていただいたことを改めて思い起こし感謝しております。

家族の少ない私にとって、ナルクの支えなくしては前に進むことはできませんでした。やっと母の写真などゆっくりと懐かしむ余裕も出てきました。僅かではございますがその時の御礼として寄付をさせていただきますたいと考えました。何かの時にお使いいただければ幸いです。

横浜市 H・H (三月十二日来局)

ナルク徳島様

### ペン・ライトに配慮を

ある目に関する健康講座に行った。とてもいいお話で一生懸命に聞いていたが、講師の先生が、手にペンライトを持ってスクリーンを指示してくださるんはいいのだが、ペンライトを追っているうちに、特に、大切なところだと思われる一カ所を、ペンライトをぐるぐる回されると船酔いに似た気分になり、酔ってきて、気分がとて悪くなった。昔はペンライトではなくて、長い棒で指示してくれていた。それから、スクリーンを見ないようして、下を向いて声だけを聞いていたが、やはり、スクリーンを見て活字を追いながら、話を聞くとよく分かるが、ペンライトの光が目に入ると苦しくなる。二人の先生のお話が済んで休憩になったので、四、五人にペンライトのことを尋ねたところ、皆さん目が疲れるので、下を向いていたと言われた。

目の健康講座であれば、もっと目に優しいことを考えて欲しかった。目が疲れて最後までお話が聞けなかったのは残念でした。後日、主催者にこの点について今後善処してくれるように、手紙を出したところ、丁寧な返事を頂いたので、喜んでいいる。ペンライトはレーザーポイントというらしい。

寄稿・若松和子

## お知らせ

平成24年4月度 行事予定

ナルク徳島「阿波すだち」

日付	曜日	内 容	時 刻	場 所	講 師
4月4日	(水)	P C 教室 (応用クラス)	13:00-16:00	O A 研修室	随時
4月4日	(水)	書道教室	13:30-15:00	V ルーム	
4月11日	(水)	ランチ&花見	11:10 出発	岩脇公園	手芸教室合流
4月11日	(水)	霊場めぐり	10:00 出発		南郷ご夫妻
4月13日	(金)	華道教室	13:00-15:00	V ルーム	松田公子
4月14日	(土)	定例会 (車椅子操作)	10:00-14:00	プレイルーム	
4月18日	(水)	P C 教室 (応用クラス)	13:00-16:00	O A 研修室	随時
4月18日	(水)	書道教室	13:30-15:00	V ルーム	
4月25日	(水)	手芸教室	13:30-15:00	V ルーム	内田陽子
4月27日	(金)	華道教室	13:00-15:00	V ルーム	松田公子
4月28日	(土)	運営委員会	13:00-15:00	V ルーム	

平成24年5月度 行事予定

ナルク徳島「阿波すだち」

日付	曜日	内 容	時 刻	場 所	講 師
5月2日	(水)	P C 教室 (応用クラス)	13:00-16:00	O A 研修室	随時
5月2日	(水)	書道教室	13:30-15:00	V ルーム	
5月9日	(水)	手芸教室 (手編み)	13:30-15:00	V ルーム	内田陽子
5月9日	(水)	霊場めぐり	10:00 出発		南郷ご夫妻
5月11日	(金)	華道教室	13:00-15:00	V ルーム	松田公子
5月12日	(土)	定例会 (車椅子操作)	10:00-14:00	団体会議室	
5月16日	(水)	P C 教室 (応用クラス)	13:00-16:00	O A 研修室	随時
5月16日	(水)	書道教室	13:30-15:00	V ルーム	
5月23日	(水)	手芸教室	13:30-15:00	V ルーム	内田陽子
5月25日	(金)	華道教室	13:00-15:00	V ルーム	松田公子
5月26日	(土)	運営委員会	13:00-15:00	団体会議室	

## お願い

東日本大震災及び原発事故発生からすでに一年が経過しました。

「がんばろう 日本! 世界は日本と共にある」を合言葉に、世界各地の国や地域と市民の皆様から、この度の災害の被害者と日本に対する連帯と支援の輪が広がっています。

ナルク徳島も昨年4月にはナルク本部を通じて、また6月には日本赤十字を通じて義援金を送りました。さらに11月には冬物衣料約400点を宮城県女川町商工会に送りました。

現在も引き続き100円募金を継続中です。そこで会員のも名様にお願いがあります。

も名様のご家庭に、書き損じのハガキとか年代の過ぎた年賀ハガキなど、少なからずあると思われます。不要になったハガキ等を寄付して頂けないでしょうか、郵便局で換金して募金に充てたいと思います。会報配達の際にお渡しいただくとか、連絡していただければお伺いします。

よろしくお願い申し上げます。

ナルク徳島 事務局

# ナルク徳島は次のような取り組みをしています

(阿波すだち)

- |                   |                |
|-------------------|----------------|
| 住宅の小修理（網戸の張替え等）   | P C ・ 華道等の個人指導 |
| 庭の手入れ（草取り・水やり）    | 外出介助（通院・買物）    |
| 墓掃除・墓参り           | 車椅子介助・身辺介助     |
| 不用品の整理・廃棄（トラックOK） | 理容（散髪・白髪染め）    |
| 住宅の掃除（部屋・風呂・トイレ）  | 自動車送迎（通院・買物）   |
| 洗濯・洋服のサイズ直し・リホーム  | 介護者介助・マッサージ    |
| 留守番・見守り・話し相手      | 子育て支援・園児の送迎    |
| お困りごと相談（専門的な件も含む） | その他            |

このようなボランティアをご利用されたい方は

どんなことでも、お気軽にご相談ください

お問い合わせは 088-615-1066 （ナルク徳島）へ

2010・2011年度

## 提供活動実績表

ナルク徳島

項目	4-7	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	項目	4-7	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
	41	1	2	1						45		92		2	1	9	4	3	1		112
	441	55	14	34	26	24	7		4	601		3051	215	257	238	280	274	288	265	301	5169
	75	23	7	6	17	9	14	9	14	160		72	2	1	1	1	1	1	2	2	83
	42	1	55	4			4	8	2	114		150	35	15	12	13	10	15	3	10	272
	436	17	12	18	22	17	10	29	27	561		726	51	68	46	59	58	43	44	84	1179
	162	4	23	7	24	3	7	6	19	236		206	31	16	32		15	12	9	10	331
	111	2	3	3	5	5	14	3	19	148		5			10		33	17			65
	5									5	合計	5615	437	475	415	456	453	435	379	501	9166

(単位：時間)