



ナルク川崎

だるま 会報

〒213-0002川崎市高津区二子2-6-47

にこぶら新地内Tel&Fax (044)712-5441

No.170号(2021年9月)

令和 3年 9月11日

発行 ナルク川崎 事務局 責任者：花崎良政

ホームページ：http://www.nalc-kawasaki.sakura.ne.jp

メール：nalckawasaki@yahoo.co.jp

「第16回、南関東エリア会議を開催しました」

去る7月20日〈火〉13時～（於）三田福祉会館で表記の会合を行いましたので、ナルクの現状をご理解いただく為にも、要点を報告します。ナルクは、全国に95の拠点、〈海外の4拠点〉があり、会員は13633名です。全国を17エリアに分け、南関東エリアは神奈川・東京・埼玉の7拠点（約1000名の会員）が居り、3か月毎に会議を持ち、情報交換とナルク共通課題を協議しています。今年のナルクデイ〈4月20日〉には、各拠点の主な方の記事を集め、「想い出集」を発刊して皆さんにお届けしたと思います。最近のナルク各拠点は、20年以上も経過していると、会員の高齢化と新型コロナ感染が影響し、どうしても活動が低調になってきているのが現状です。でもお互いの連絡や最低でも、出来る事で連携を維持し、頑張っていきたいと活動しております。ナルクの理念、助け合いと奉仕で生き甲斐を創っていく活動は一層、大事です。



「いきがい・助け合いサミット横浜」に、参加しました。

9月1日・2日の両日、さわやか福祉財団主催の表記大会が、〈パシフィコ横浜〉で開催されました。一昨年、最初のこのサミット大会が、大阪・中之島で開催され、全国3000名余の参加で盛り上がり、ナルクからも約100名が参加した。昨年の愛知大会は中止となり、今回の横浜大会は、正にコロナ禍の中であり、全国をオンライン参加が多数となり、広い会場は200名余でした。地域社会の助け合いや生き甲斐を広げ、支援する方策を討議し、強化しあう運動です。特に、今般のコロナ大流行で、「孤立・孤独」が増えており、まさに地域で助け合い・支え合いが重要で、支援活動の強化が、多く言われました。〈コロナ・フレイル〉と言って、孤独・孤立で脚弱が進むことが心配です。

「ごえん楽市」に、ナルク紹介展示で参加しています。

いま、市民活動センターで「ごえん楽市」が開催されています（9/30まで）。今年も例年のような開催はできません。だからこそこの企画です。フリースペースでのパネル展示とセンターのYouTubeで活動団体の動画を配信しています。ナルクも参加していますので、ご覧になってください。



<寄稿記事> 「洋裁が好きになった理由」

山田 輝世



私は八十歳になった今、洋裁が何よりも好きだと思った理由は小さい頃から、母が縫い物をしているそばで、小さな布を見よう見まねで縫い、できた時のうれしかったこと。そんなことでどんどん好きになったこと。中学生になり夏休みの宿題で小さな子供服を縫い提出し褒められたこと。我が家にはミシンはなく父の実家がとなりにあり、そこには年上のいとこがミシンを使用していて、そこに夏休みの度に借りに行きました。その時、ミシンで縫える不思議に出会い、じっと見ていました。それは下糸と上糸が足踏みの度に縫えることが不思議で、楽しくて楽しくて、そのことを両親に話したところ私に何も言わずミシンを買ってくれたのです。無理して買ってくれたと思います。増々縫い物が好きになりました。二十代になり結婚した主人は、自営のテーラーの長男、義父は若い頃修業し、店を持ち職人さんも二人おりました。義父の仕立てた背広は立派な仕立てでした。五十年以上店を続け主人が継いだ矢先に、胃がんでなくなり、テーラーは継ぐ者もなく、ある時、バスに乗り外を見ていた時、お直し工房という看板が目にとまり、又縫い物が出来ると、早速、知人に看板を頼み、お直し工房として再出発。義父や主人が残してくれた道具、特にミシンは今も立派に働いてくれます。好きな仕事をまだまだ続けられそうです。

「橋幸夫の介護体験・健康 講演会」があります。

川崎市主催の表記講演会が、9月27日(月) 14時～(於)川崎市立労働会館で開催されます。橋幸夫さんの介護や人生体験の話は、参考になります。この内容は、川崎市広報誌に掲載されています。参加費は無料。応募は9月15日までにFAX 03-5770-7133へ

「シニアライフ講演会」のご案内

恒例の表記講演会は<かわさき創造プロジェクト>さんの主催ですが、ナルクもいつも協力して参加しています。ご参加をお勧めします。

<日時> 11月16日(火) 13時～(於) 多摩市民館大ホールです。
「人生100年そこに峠がある」講師は、国井雅比古さん(無料です)

「豆知識」フレイルに負けるな

フレイルとは、加齢によって体力・気力が衰え、虚弱の状態になる事です。このところのコロナまん延で、外出自粛が続き、虚弱が進んで心配です。この防止には、(1)体力維持に、栄養源を確保する。(2)運動・散歩や軽い体操で身体を動かす事と休養もとる。(3)心のケアが大事。努めて笑顔や会話でストレスを貯めない。気分の転換や趣味を見付け、明るく過ごす工夫が必要の様です。

<今後の日程>

- * 10月 2日(土) 10時～「三役企画会議」(於) 市民活動センター
- * 10月 19日(火) 13時～「南関東エリア会議」(於) 三田障害者福祉会館
- * 11月 6日(土) 10時～「三役企画会議」(於) 市民活動センター
- * 11月 13日(土) 10時～「11月度運営委員会」市民活動センター
- * 11月 16日(火) 13時～「シニアライフ講演会」(於) 多摩市民館

