

会員の趣味、特技 トピックス

川岸 一仁

私は、まだ現役で建築関係の仕事をしています。なかなかボランティア活動に参加できません。

しかし、特技でもある私の技術を生かしてナルクに貢献できればと思っています。

お住まいの困りごとはありませんか。例えば、“業者の修繕見積りがあるが、高いのか安いのか、本当に必要な工事なのか”“鍵の掛かりが悪い、サッシや建具の締まりが悪い”など。

材料を必要としなければ、私の道具と技術で修繕いたします。

「時間預託活動」として、ナルクの活動に参加できればと思っています。

お住まいのことで分からないことがあれば、お気軽にお尋ねください。



当面のスケジュール

| | | |
|-------------|--------|-----------------|
| 12/5. | 月 | 長森北保育所 |
| 12/6 | 火 | 訪問調査 |
| 12/6 | 火 | 第三者評価事業 養成研修 |
| 12/8 | 木 | 機関紙編集委員会 |
| 12/11 | 日 | 月例会 |
| 12/12 | 月 | 第三者事業 継続研修 |
| 12/12 13 | 月 火 | 早田保育所 訪問調査 |
| 12/19 20 | 月 火 | あいかわ保育所 訪問調査 |
| 12/23 | 金 | 機関紙編集委員会 |

ボランティア活動（11月分）

時間預託活動

| | 提供活動 | コーディネート | 事務所当番 | その他 | 当月計 | 年度計 |
|-----|------|---------|-------|-----|-----|-----|
| 時間数 | 70 | 0 | 30 | 5 | 106 | 613 |
| 人数 | 14 | 0 | 14 | 1 | | |

奉仕活動

| | 福祉活動 | 子育て | ナルク活動 | その他 | 当月計 | 年度計 |
|-----|------|-----|-------|-----|-----|------|
| 時間数 | 45 | 0 | 181 | 0 | 226 | 1539 |
| 人数 | 13 | 0 | 21 | 0 | | |



ナルクの歌 松原 浩一

私がオカリナを吹き始めて9年程になります。数年ほど経ったころ、ナルクの資料の中に「ナルクの歌」の楽譜を見つけました。どんな歌か吹いてみようと思いましたが、その譜面には“#”の記号が9個もついている上、一度も聞いたことがない歌で、演奏の腕前も低く吹くのにとても難儀しました。

試行錯誤を重ねながら、音程を変えて試しているうちに、“ド”の音を“レ”で吹いてみたら、（半音上げ・下げすることなく）とても吹きやすくなり、スラスラと吹けるようになりました。最近、音楽の知識も増え、移調も簡単にできるようになりました。

高齢者は、高い音が出せないから、どんな歌でも高いほうの“ド”までに収まるように低くして歌う場合があります。ナルクの歌も、原曲は高いほうの“ド”までに収まっています。私が演奏するときは、音が高くなってしまいかもしれません。

ナルクの歌は、副題として「輝く未来へ、そして愛」となっています。歌詞もとてもすてきです。今後、機会があれば皆さんの前で、演奏をしていきたいと思っています。

サークル活動

ナルク農園便り

前日の雨で畑はドボドボ。里芋・生姜の収穫、珍しいヤーコンも。ヤーコンは、さつま芋に似たキク科の根菜で、ミネラル、オリゴ糖を多く含んだ健康根菜です。いつか食べ方を紹介します。

飛騨金山 ウオーキング

期待していた紅葉は、少し遅くてちょっとガッカリ。玉龍寺さんのご好意で“筋骨めぐり”を紹介していただきました。ガイドさんから、「幅 1m 足らずの道が、12 年前までは日本一狭い国道であった」とのこと。勉強させられるウオーキングでした。