平成30年4月10日　第163号　　1999年11月15日　第三種郵便物認可(2)

時間預託活動　(3月度)

	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	50	0	0	10	60	727
人数	11	0	0			

奉仕活動　(3月度)

	福祉活動	子育て	ナルク活動	その他	当月計	年度計
時間数	30		120	0	150	1630
人数	11		17	0		

ナルクの旅　・　ウォーキング　三景

石垣島･西表島の旅

3月7日(水)から3月9日(金)の三日間、石垣島と西表島の旅が、ナルク本部旅行委員会の計画で実施されました。

参加者は21名、羽田空港と、関西空港から出発し、沖縄那覇空港で合流し、そこから石垣島空港に降りました。

7日･8日は石垣島巡り、9日は西表島巡りでした。

石垣島の椰子の部落、民族衣装、船底から海中の色とりどりのサンゴや、熱帯魚が観賞できるグラスボート船遊覧、西表島仲間川のマングローブ林を船から見学したり、水牛車で遠浅の海を渡り、由布島での亜熱帯植物園を楽しんできました。

「18歳」と「81歳」の違い
(投稿歓迎)

＊きょーいく(教育)が必要なのが18歳
　きょーいく(今日、行く)ところがないのが81歳
＊パチンコしてみたいと思うのが18歳
　カジノができたら行ってみたいと思うのが81歳

徳川家康歴史の散歩道 ＆井伊直虎の故郷散策

3月18日(日)、ナルク東海エリア、静岡ブロック、浜松拠点の企画で、浜松市内の名所･旧跡をウォーキングしました。

参加者は静岡県の静岡･三島･浜松拠点、岐阜県の岐阜拠点から総勢19名でした。

徳川15代の礎を築いた浜松城、犀ヶ崖古戦場、井伊谷宮、宗良親王墓陵、直虎所縁の龍潭寺、天山磐座遺跡等9時半から15時半までの、楽しいウォーキングでした。

浜松城

内海海岸散策とグルメの旅

3月17日(土)、この日は雲一つない快晴でした。海水浴で名高い知多半島内海まで、名鉄電車で1時間半の旅。きれいな砂浜を散策しました。昼食は、「魚半」の会席料理。

帰路は、名鉄名古屋で途中下車、名鉄百貨店9Fの有名店食堂街で、晩酌付きの夕食。グルメなウォーキングでした。

知多半島 内海の海岸

高齢者　　川柳

ピンポーンにやっと出たのに不在票

字を忘れ考えてるうち文忘れ

絵手紙にいい味出てる震える字

読み人知らず

心に遺る言葉

人生には自動ドアなんてありません
押すにはちょっとためらうドアもある。
開かないドアも、カギのかかったドアもある。
でも開けることで、その先が見えるなら。
自分で開いていくしかないんですよ。

佐渡　裕さん