



# あなたの活動が あなたと家族の力に。

## 『お互い様です』 助け合いの精神

沼田はる

私が「ナルク」に関心を持ったのは、全国規模での遠距離介護方式を展開するNPO組織とテレビで放送されているのを見てからです。

係ったボランティア時間が点数となりそれを預託する。その点数を必要に応じて引き出して必要な場所でサービスを受けることができるというシステムです。

早い話が、元気な時に働き蓄え、動けなくなった時に蓄えを少しずつ下ろし、生活を助けていただく仕組みと私は理解しました。

ちょうどその時、御代田町にも設立されることを知り、早速入会しました。私には遠い故郷に一人で頑張っている87才になる母がいて、その地元のナルク会員のみなさんに母のサポートをお願いできればと思っただけです。

私も何かボランティアをしなればと思いましたが、残念ながら私にできるボランティアなんて大したものはありませんでした。それでも何か自分のできる事は無いか。話し相手でも、電話番号でも、雑巾縫いでも、私に出来る事を出来る時にやらせて

頂き、いつか少しでも母のために役立てたいと願っておりました。

ところが、母のためどころか、私自身がみなさんに助けていたたく事も度々で、ナルクには感謝・感謝であります。

昨年のことでした。自宅の居間で立ち上がろうとした瞬間、バランスを崩してつまづいてしまいました。全くの自分の不注意で、誰にでもある「ハズミ」の出来事でした。それが思いがけない怪我になってしまい、右足小指付け根の骨折。膝から下はギプスで固定。そして両松葉杖になってしまいました。『明日からどうしよう』夫婦二人暮らしの私たちは困り果て、夜分にもかかわらず「ナルク」に電話をしました。「大丈夫ですよ。お手伝いしましょう。そのためのナルクです」と快いお返事をいただき、私たちは安心してサービスを受けることにしました。

翌日にはボランティアを提供してくださる女性会員が来てくださり、私たちの希望や都合を遠慮なく伝えることができました。何とか歩けるようになるまで買い物、食事の用意、洗濯などの家事援助を細かい気配りでやっていただき本当に助かりました。お蔭様で私は安静に過ごすことができました。夫は仕事に出掛ける事ができました。それというのも日ごろから『東信州・みよた』の仲間としての

## ボランティアってなあに。ナルクで...

なんとも晴れ晴れした気持ち  
それが見返りです。

「ボランティア」この言葉と活動は、すっかり日本にも根付いたようですが、どのくらいの人が本来の意味を理解しているでしょうか。

改めて辞書を引いてみたところ、[Volunteer]とは「志願者、篤志奉仕家、奉仕や援助などを自発的に申し出る」等と載っていました。これは、一方的に奉仕するだけで、見返りは一切望まないという意味と解することが妥当であると判断しました。

ボランティア活動には本当に見返りはないのでしょうか。あなたが募金をした時の気持ちを思い出してください。なんとも晴れ晴れした気持ちになったことはありませんか。それがすでに見返りを得たことにはならないでしょうか。

私たちは、せっかく親切にしてやったのに「ありがとうの一言もない」などと逆恨みをするこゝさえあります。ならば、いっそももしい事にしようと思っても、なかなかそうもいかないのが人情です。少しは人様のためになることをして、自分も生きがいを感じたいといった感情は抑え難いものがあります。

「人様のために何かをしたい」とい

う気持ちを満たしながら、時間という価値で奉仕のやり取りをする。あまり感情論にたよらず、かといって経済的には負担を感じることも無い環境があります。それが「ナルク」の略称で活動をする「ニッポン・アクティブライフ・クラブ」です。現在、全国に百十五箇所の拠点が有り、県内でも四拠点で活動をしています。

御代田町にも拠点を設け、一昨年から「ナルク東信州・みよた」として活動をしています。「ナルク」の仕組みは「みなさんがボランティア活動をした時間を点数として蓄えていき、その点数で必要なサービスを受けることができる」というものです。

「ナルク」の拠点は、県内はもとより、全国にも次々と開設される予定です。ですから、みなさんが住んでいる地域で活動をして蓄えた点数で、離れた場所に暮らす老親のためにサービスの提供を受けることもできます。興味のある方は、是非お問い合わせください。詳しくご説明いたします。

ナルク東信州・みよた  
代表 征矢野 (31) 2087  
事務局 山崎 (32) 7608

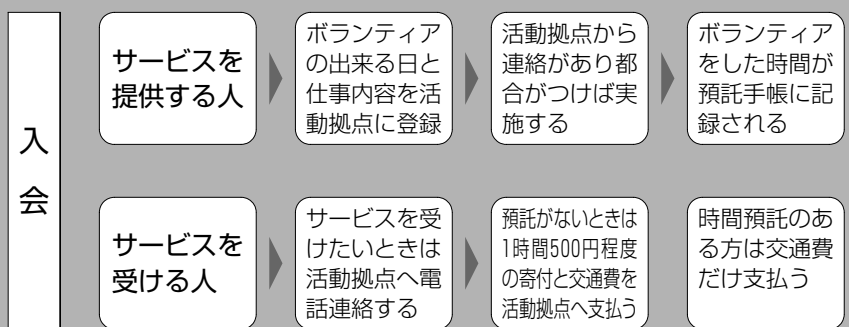
お付き合いがあったからこそと思っております。

さて、支払ですが、これまで事務所の当番をすることで貯めた預託点数を利用しました。介護制度が変わり、公的援助やヘルパーをお願いする際には、様々な制度上の手続きや時間も必要で、このような突発的な出来事で援助を求めるのは難しいよう

です。もちろん、ナルクにも手続きはありますが、会員同士のことですから一番先に『お互い様』の助け合い精神で行動することが出来ます。できる時にできる活動に積極的に参加し、困った時には相談する。私たちが身を持って体験し、感じたことです。

## 時間預託ボランティア活動のしくみ

あなたが同じ会員に対して何か力を提供した時、あなたが提供した時間は1時間1点として預貯金のように蓄えとなります。蓄えた時間は自分のためにも、地方で離れて暮らす両親のためにも使えます。



ありがとう。すまないね。助かったよ。・・・お互いさまです!