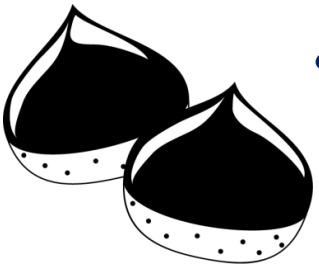
NPO 法人（特定非営利活動法人）

とちのみ支援会



とちのみ

NPO 法人　とちのみ支援会会報
第 9 号　平成 28 年 12 月 15 日発行

今年も富山の元気ボランティア・NPO 大会に参加 ‼（10 月 29 日）於：ｸﾞﾗﾝﾄﾞﾌﾟﾗｻﾞ



平成 28 年度ボランティア活動推進
富山県民会議会長表彰受賞の林國夫さん

NPOの本来的使命

会長挨拶

会長　　廣田　秀徳



今日の世界は、驚異的な科学の発達、技術の向上、物資の豊かさにも拘らず、世界の各地で不幸な事態が起きています。国家間・民族間では絶えず戦争と紛争が続いており、地球上の至る所で窮乏と貧困、文盲、疾病があり、暴力・犯罪、麻薬や精神疾患、社会的不条理に不平等、青少年の淪落と家庭破綻など、多くの問題が人類の未来を陰鬱なものにしています。その根本原因は人間の精神的枯渇と倫理・道徳的危機によって引き起こされていると見るべきです。そして従来の価値観が急速に変わりゆく現実社会を受容することができなくなり、倫理と道徳がその本来の機能を喪失し、善悪の基準も消滅してしまいました。故に個人の生活から社会全般に至るまで、矛盾、葛藤、分裂が引き起こされているので、新たな道徳的基準を如何に打ち立てるかが最重要課題と言えます。

世界の多くの指導者たちはこのような不幸を取り除き、平和と安定、幸福を実現しようと外面的に努力してきましたが、空約束が繰り返されているだけです。民主的自由資本主義や人本主義的社会主義のいずれも、諸問題を解決できずにいます。自由主義はその無気力と方向性の喪失によりこのような事態を引き起こし、社会主義は世俗的人本主義に形を変え人間存在を唯物論に陥らせて、道徳無視で事態を複雑化させています。目的喪失の状態が全世界に広がり、混乱をより一層加重させています。その主原因は人間の行為を規制する価値基準が弱まったことに依ります。倫理と道徳がその力を喪失してしまったために、善悪に基準が非常に曖昧になってしまいました。



月１回の定例会

このような現下の状況を鑑み、NPO活動を再考しなければなりません。政府・行政とNPOとの関係は本来政府・行政がすべきことを小さい政府であるが故に、民に任せて代行することにあり、愛と信頼により相互補完関係になければなりません。政府・行政は当然ですが、NPOにおいても倫理道徳を土台としなければならず、人格的な人間によるNPO活動は、愛と感謝を底辺とするので、欲張りや不正はあってはなりません。同時に全体目的(全人類的目的)に反した個人や地域・民族・国家の利益が強調されることもあり得ず、NPO活動の目標は利潤の追求ではなく、全体の福祉すなわち公共の福祉に焦点が絞られるべきなのです。NPOの組織と活動はこれからの未来社会での株式会社等の経済活動のあるべき姿を提示して、先駆的使命を果たさなければならないのです。倫理道徳を無視した人本主義や人権主義の奴隷となってはならず、全体の福祉を無視して狭義な功利主義に走ってはならないのです。このように本来的なNPO活動がなされたならば、経済的発展、税制の健全化、福祉の自発的向上、犯罪の低下、格差の是正等、諸問題は解決されていくのです。

愛を中心とした普遍的な倫理道徳を守り、政府もNPOも国民も、そして全人類が善と義の生活を追求し、新たに確立された価値基準のもとで万民が倫理道徳を普遍的に実践する道義的世界を目指さなければなりません。私たちNPOの構成員は愛によって心身が調和統一を成し遂げ、愛の基地である家庭生活、そしてその拡大である社会生活において、主体的に善と義を行う最高の愛の世界、道義的世界を共に成し遂げられるように、人類を代表して先駆けて新たなる価値基準を打ち立てられるように努力して参りましょう。

主　　張

不言実行の活動運営を

顧問　　田川　春朗



本会 3 代目の廣田秀徳会長は当初より張り切って四つの活動方針を掲げて船出した訳であります。それは①事業の抜本的見直し（選択と集中）　②利益の出る事業運営と組織創り　③本会の拡大と人的基盤造り　④対社会的信頼の確立とネットワーク網の構築です。現在までも会員一丸となって努力してきたところでありますが、新会長は最大限のエネルギーを傾注され、新企画・大事業を立案実行されることと期待しております。有言実行、何事もやり遂げることが大切で、責任のある行動が一番重要であります。私はいつも会長を始め役員に対して苦言を呈してばかりいますが、これも偏に本会の発展と会員各位の資質の向上のためです。（勿論私を含めてであります。）

特に本年 2 月から新規事業として「ブライダル事業」を展開し始めました。現在成婚率は０％ですが、担当部長の服部良三氏も昼夜を厭わず堅忍不抜、粉骨砕身努めており、登録者も 25 名を超えましたが、圧倒的に男性が多いようです。まさに「帯に短し襷に長し」でマッチングに至らないのが現状であります。私も顧問として、「焦燥するな、十年一日の思いで地道にやってほしい」とアドバイスをし、「婚活支援は世の為、人の為になるので頑張ってほしい」と激励しております。私の経験上、ブライダル事業は百の話があれば三つを成婚に導ければ上等であると認識しなければなりません。昔と違って近現は男女ともに個人主義、利己主義の人が多くなったこと危惧しています。私はおせっかい焼の性分なのか、今まで 13 組の媒酌、仲人を経験しております。このブライダル事業も担当部長に任せておくのではなく会長が率先し、会員一丸となって協力しなければ成就できるものではありません。服部部長に皆さんから様々な情報を提供し、力強い協力をお願いいたします。

私事ですが、11 月 3 日（祝）に、視聴覚障害者の皆様の山歩きのサポートボランティアをさせて頂きました。私は全盲の方を介助いたしましたが、その日に限り荒天で、平地では冷雨でした。乗鞍や上高地は雪模様で、周囲の山々には積雪があり、大変寒くて一足早い真冬の一日でした。平地の道路を歩行するのはまだ楽ですが、全盲の人にはより良いところを歩かせなければならないので、その気遣いは大変でした。風光明媚な様々な滝を見て回り、全盲の方に感想を尋ねてみましたら、「滝の飛沫が顔に当たり、その雄大さを感じられる」と話しておられました。

視聴覚障害者の人たちは日ごろから家に引きこもりがちだと思います。ボランティアの人たちが年に何回も色々な企画を立て交流しているそうです。今回は個人的に参加させていただきましたが、本会としましてもこのようなボランティアを企画・運営していかなければならないと思っております。ボランティアとは大小に係わらず謙虚な心でコツコツと努力する姿が理想像だと思います。肩書が立派で、偉い人であっても、世の為人の為に不言実行・実践していくことが大切であります。





青少年健全育成講座
グループ討議報告
7/24

雑　　感

受賞を機に思うこと

相談役　　林　國夫



本年、第 28 回富山県民ボランティア NPO 大会に於いて、計らずも私が表彰をいただくことになりました。これも偏に役員、会員の皆様方のご協力とご支援の賜物と心から厚く御礼申し上げる次第であります

現今の若い人たちは、いつも損得、プラスとかマイナスとか、メリットがあるなしを考えて行動しているようでありますが、私はこのようなことは全て厭離して世の為、人の為、自然体で人生街道を歩み続けて参りました。これからの余生も、偉ぶることなく謙虚な心でボランティア活動を福祉活動に精励して参りたいと思います。自然の法則に従い私たちが住んでいる地球を始めとして星にもそれぞれ軌道があるように人間として守るべき倫理規範というか、歩むべき道があります。もしこのような物差しや秤がなかったら私たちは社会生活をスムーズに営んで行くことはできません。

兎角、人は大きな目標を立てると単なる理想論に過ぎないと片付けられがちですが、大きく高い理想を持ち、それに向かって歩み続けることにより、進歩、発展、向上に結びつくものであります。

私自身、本県 NPO 法人の団体役員の中で最高齢であると認識しておりますが、一度しかない人生、社会規範を守り、ボランティア精神で子や孫の為に資産や財産を残すよりも、社会貢献し、子々孫々に徳の貯金を残して行きたいと思っている次第であります。


NPO法人とちのみ支援会相談役
林（はやし）　國夫（くにお）さん

ざっくばらん

マッサージや体操指導で高齢者の健康づくりを支援するＮＰＯで、70歳から活動している。東日本大震災では宮城県気仙沼市の避難所を訪れて健康チェックを行い、「また来てほしい」と言われたことが心に残る。「自分も高齢者だから苦労はよくわかる。できる限り活動を続けたい」と話す。

自ら立ち上げた造園業も現役だ。「地元の人を元気にできるのがうれしい」　（砺波市・84歳）

北日本新聞 11 月 6 日に掲載

雑　　感

高齢者運転について

理事　　高田　義史



高齢者が、運転する車の事故がテレビで報道されるのを見ることがあります。私も高齢者に近づいて来ており、他人事ではありません。若いころに比べると視力も衰えて、とっさの判断力も鈍くなり、認知してから行動に移すまで時間がかかるようになってきています。

しかしながら、今の生活には、自動車はなくてはならないものなので、なるべく長く運転を続けたいと思っています。先日テレビで見た話ですが、実際には認知症であっても、運転を続けていらっしゃる方があり、そういう人たちと同じ路上を通行していると思うと怖い気がします。

もちろん、今の自分に出来ることは、運転時には余裕をもって、もしかしてのルール違反や暴走に備えることしかありません。まずは、自身自身の運転に最新の注意を払って事故の防止に努めていきたいと思っています。

ある講演会に参加して

雑　　感

副会長　　小寺　一夫



10 月 30 日ボルファート富山において講演会がありました。子どもの教育についてパネラーの先生方、コーディネーターのディスカッションは自分も共感を覚えるものでした。自分たちの子供時代は外で遊んでいたり、自然が豊かであったり、兄弟姉妹がたくさんいたりしました。

質問時間があり何人かの方が質問された中で、私が感動したのは最後に質問された、いや、意見を述べられたどこかの寺の住職さんの話でした。「教育が必要なのは子どもではなく親の方である。」と言われたことに対して会場の多くの皆さんもその通りと思われたはずです。拍手が湧きました。私も家で考えてみました。教育は家でできる教育と学校でできる教育があると思います。家でできる教育は挨拶「おはよう」、「おやすみ」、「いただきます」、「ご馳走様」、また近所の人への挨拶等々です。勉強に関しては学校に任せて文句は言わないようにしましょう。

赤ちゃんが生まれた時は、「勉強はできなくてもいい。元気でさえあれば-------」ところが、小学校に入り学年が進むにつれ、塾とか習い事とかに忙しくなってきます。子どもの希望より親の欲望、見栄がでてきます。

教育の現状を思うと私はポケモンゴ-GO（ゴー）には賛成できません。帰りの電車の中は富山マラソンに参加された方が多く乗っておられました。携帯に夢中の人もいれば、家族でマラソンの話をしている人もいました。

『自分を大切に、そして他者も大切に！』

寄　　稿

監事　　長澤　信治



現代社会は「仕事や日々の生活に忙しく、なかなか自分と向き合う時間も心のゆとりもない」というのが、現状かと思います。ゆとりがないと、なかなか自分に向き合えないものです。本来の自分を取り戻すために、しっかり休むことが大切です。心身ともに仕事から離れ、仕事のことを考えない時間が必要です。

休みの日には、どんなことでも構わないので、熱中できることがあるといいですね。短時間でも、集中してほかのことを考えずに済む「何か」をぜひ取り入れたいものです。趣味や旅行でなくても「何か」をするという意識があるだけでも違うと思います。

ようやく迎えた休日は身体を休めることも大切ですが、仕事のことを忘れられる時間に特に何もせずに過ごしてしまうと、気持ちの上で、オンとオフの切り替えができないままになってしまい、結果的にゆとりは生まれにくく鬱々とした気分を招いてしまうことも多いのではないでしょうか。

一時的にでも集中できる「何か」や好きなことをすることで、頭の中を切り替える事も大切だと考えます。

「では、何をすればいいのか？」人から「これをするといいよ」と言われても、好みも趣味も違うので、難しい問題です。「好きなものがわからない」という方は、違う環境に身を置くのも一つの方法です。行ったことがないところ、やったことがないことにあえてチャレンジしてみるのも良いのではないでしょうか。

また、昔の自分がどんな考え方をしていたのか、もう一度思い出すのも良いのではないでしょうか。その方法として役立つのが、学生の頃の友人や知人と会うことも一つです。例えば、仕事仲間と飲みに行くと職場の愚痴などが話題の中心となってしまうかもしれませんが、学生の頃の友人と飲みに行くと思い出話に花が咲き、話をしていくうちに“自分がどんな思いを抱いていたのか”を思い出すきっかけになるでしょう。

同じ感じですが、自分が若いときに流行っていた音楽を聴いてみるのもいいと思います。昔の記憶や感情が蘇り、忘れていた思いを新たにするかもしれません。

とはいえ、休みの日も、仕事や行事に追われている場合もあるでしょう。その場合は、ゆっくり入浴をする、ひとりでカフェに行くなど、できる範囲で自分と向き合う時間を取り入れてみましょう。自分と向き合うことで、自分の価値観や考え方・思いを自分の中で把握することができるようになると思います。自己理解ができてはじめて、それを人に伝えたり、共有することが可能になるのではないでしょうか。行き違いのないやり取りのためにも、皆様も是非心がけてみてください。自分を大切に、そして他者も大切に！

ブライダル活動について

副会長　　服部　良三

雑　　感





わが「とちのみ支援会」として新たにブライダル部門を設けてみました。もちろん先に出る言葉は、「ご縁」の二文字にすぎませんが、その先に、人間として、地球上の生き物として原点を考えてみる必要があります。先祖から血統を受け継いで子孫を残すという当たり前のことがどうなってしまったのでしょうか‼世の中の仕事においても、学校でも生活面においても、心に余裕というものがなくなったのではないか、そんな気がします。

さて、結婚には適齢期があります。のんびりしているとあっという間に結婚するのに年を重ねて気が付いてみると圧倒的に不利になります。特に女性の方においては、ズバリ安産適齢期について重視して欲しいと思います。また、家族、親戚、友人、知人等の周りの応援もかなり重要だと思います。適齢期をどう気づいてもらうのか、どう説得するのかが大切です。1人で一生を暮らすと考えてみると切ないと思いませんか。また、運悪く離婚に至ったても、まだ先があります。せっかくの経験を踏まえて、今度こそは良い家族を作るべく奮起して頂きたいのです。

そもそも夫婦というものは最初は育ちも環境も違った者同士が、これから培っていく過程の修業と言ってもいいでしょう。誰よりも親密に一生を共にする大事なパートナーです。相手を守り、思いやり、時には相手の立場になってみて、そこから、なんでも話せる仲になることによって二人に強い絆をつくっていきりましょう。会話のギクシャクしたときでも、適時に「間を取る」事がすごく肝要です。そして、どちらが良いとか悪いとかではなく、心に余裕のある人が、

謝るとかなだめるとかすることが利口なことです。そしてお互い尊敬しあえる様になりたいものです。

若い人もそうでない人も、お付き合いの仕方には、月並みではなく大自然の環境の中での交際も結構なことです。ハイキングや軽い登山、バーベキュー等々でお互いに汗流しての共同作業を通して絆が深まります。私たちこれからもお手伝いをして一組でも多くの人が幸せな家庭を築けるように応援していきたいと思っております。周りの方の応援と、本人達の努力が重なって目標達成できるのです。幸運を祈ります。

テクテク・カミカミ・ニコニコ・ドキドキ

雑　　感

会員　　山中　貴子



2016年度5月に最新の健康寿命と平均寿命が発表されました。

平均寿命・・・人間の寿命の長さを表す
健康寿命・・・世界保健機構（WHO）が提唱した概念で、平均寿命から日常的・継続的な医療・介護に依存して生きる期間を除いた期間、要は一人で健康で自立した生活を送ることができる期間のこと

健康寿命世界一位（男女平均）は日本で74.9歳でした。（世界平均は63.1歳）ちなみに富山は2015年発表の47都道府県ランキングで14位（74.76歳）です。

それでは、健康寿命を延ばす為には何をすればよいのでしょうか？諸説はありますが、日本成人病予防協会では「テクテク・カミカミ・ニコニコ・ドキドキ」という4つの生活のコツを提唱しています。



テクテク・・・１日１時間程度の速足ウォーキング等
カミカミ・・・食事はバランス良く、しっかり噛んで食べる
ニコニコ・・・笑うことでストレス発散・免疫力アップ・自律神経安定
ドキドキ・・・期待したり、感動することによって脳に刺激を与える

上記に加え、ストレッチや中強度の運動（20分程度）、適切な睡眠（6～８時間）も大切だと思われます。普段から食事や運動、生活習慣に気を配り、生涯現役、健康で長生きしましょう！

筆者プロフィール
・NPO法人東京大学スポーツマネージメント研究会認定
　加圧トレーニング特定資格　加圧スペシャルインストラクター
・JAFA認定　GFI（グループフィットネスインストラクター）
・FTP認定　ピラティスインストラクター
・JAAA認定　　WINC（健康生活支援士）
・テクノジム認定
　KINESISトレーナー・KINESISスペシャリスト(ゴルフ・ピラティス)

雑　　感

元気ボランティア・NPO 大会に参加して

総務部長　　野原　直人



今年で第 28 回目となる同大会が総曲輪グランドプラザで開催されました。参加団体は県内 36 の団体が作品展示、販売コーナー、活動紹介コーナー、体験コーナー、さらにはステージ発表まであり、1 年間の活動発表の場として素晴らしい大会となりました。当日は小雨降る大変寒い日となり、その影響か来場者は少なかったのが残念でした。

私たちとちのみ支援会も頑張って活動しておりますが、たくさんの団体、会員の人たちがいろいろな分野で活躍しておられることに敬服した次第です。団体の活動の中身は障害者支援、薬物、アルコール依存症からの社会復帰支援、海外支援、医療分野、地球環境や地域の環境整備、児童の健全育成などの教育活動と多彩です。まだこの会に入って間もない者ですが、それぞれの分野での崇高な精神で取り組んでおられることで地域のコミュニティの運営の下支えになっていることに改めて敬意と感謝を捧げたいと思います。今後の活躍を祈念しながら、今日 1 日皆さんご苦労様でした。





活動報告

とちのみ支援会の活動を紹介します(2016 年 6 月~2016 年 11 月)

健康講座（ケアタウンおやべ）



健康講座(ケアタウンおやべ)



青少年健全育成（小矢部市東部公民館）



講師　舘野　智子先生

編集後記

私たちとちのみ支援会の相談役である林國夫さんが長年のご活躍が認められ平成 28 年度ボランティア活動推進富山県民会議会長表彰されました。誠におめでとうございました。現在も定例会に顔を出され元気な姿を見せておられますが、今後も健康で活躍され、この会をご指導くださいますようご期待申し上げます。

さて、今回も会員の皆様の積極的な投稿があり、会報第 9 号ができました。本会の活動を今まで以上に対社会的にも積極的に広報していきます。（野原記）

平成 28 年 12 月 10 日印刷
平成 28 年 12 月 15 日発行
特定非営利活動法人　とちのみ支援会会報　とちのみ
編集　NPO 法人とちのみ支援会事務局
発行　NPO 法人とちのみ支援会
発行責任者　野原直人
所在地　（〒932-0051）
小矢部市今石動町 2 丁目 13－13
電話　0766－67-3899
FAX　0766－61-3525
nohara_fuk@yahoo.co.jp