

2025年11月10日号

ナルク(NALC)11月号付録

第3種郵便物



【発行】NPO(特定非営利活動)法人  
ナルク(NALC)埼玉西  
【事務局】〒359-1106  
所沢市東狭山ヶ丘1-45-17  
田淵頼孝(代表)方  
Tel 04-2926-9787  
email [tabutuchi.yoritaka@gmail.com](mailto:tabutuchi.yoritaka@gmail.com)

## ナルク理念の実践の当たって

ナルクでは従来全国を17のブロックにわけて、「エリア17推進活動」を行っていました。現在はこれを発展的に改組して、全国を9グローブルに統合した上で、本部方針の確認、拠点の共通課題の推進や情報交換等を行っています。埼玉西拠点が所属するのは、「南関東・静岡地区連絡協議会」で、東京、横浜、川崎、東横浜、南横浜、埼玉、三島、沼津そして埼玉西の9拠点で構成されています。原則として四半期ごとに東京で開催しています。本部と担当役員は、本田事務局次長で、拠点からの代表は東京拠点の木内代表(本部理事)です。

## 「発展5か年計画」の推進について

残念ながらナルクでは、拠点の減少や会員の自然減などで規模の縮小を余儀なくされています。本部ではナルク発展5か年計画を策定し、推進委員会を設置して進捗の推進とその管理を行うことになっています。具体的には6つの分科会(①仲間を増やすナルク②会員の繋がり強化③安心サポート④地域との連携⑤財政の健全化⑥機能強化)が立ち上げられています。委員は公募により南関東・静岡地区推進委員会からは、木内会員(東京)、漢人会員(東京)、原田会員(横浜)、戸松会員(東横浜)、山本会員(東横浜)5人がいずれかの分科会に属して活躍されています。詳しくは、本部のホームページを見てみてください。スマートフォンからも閲覧できます。

## 他拠点の取組事例の紹介 — 小学生や大学生とのコラボ —

多くの拠点では、交流会(勉強会)、サロン、清掃活動、共同募金活動、歩こう会、バザーなどが行われてきました。ここでは、地区連絡協議会に出席して他拠点の奇抜な取組事例(企画中を含む)について紹介してみます。埼玉西でも会員を増やすため、会員間の繋がりを深めるためのアイディアがあれば運営委員までお知らせいただければ幸いです

- ・小学生とじじばばの「麻雀教室」
- ・大学との社会調査のコラボ
- ・手作りコンサート
- ・同好会活動(麻雀、パークゴルフ、笑歌、映画を見る会等)

なお、南横浜拠点よりナルク拠点に対し「多言語医療問診票」提供の申出がありました。増える外国人が医療機関を受診するためには言語の障害が避けられません。23言語、11診察科目に対応した問診票で、外国人には有用なものです。

## 健康寿命を超えたナルク人生を一步一歩、歩もう

日本社会は、超少子化・超高齢社会を歩んでいます。子供が少なく、地方都市の街中は、高齢者の姿ばかりが目立ちます。高齢者の姿も、杖をつく、4輪歩行器で買い物に出かける姿です。それでも元気な高齢者も多いのです。そうだ、日常的に健康長寿を心掛け、精進されている結果だと思われます。高齢者は、健康が許す限り、社会の一員として非正規であっても元気に働く方、ボランティアとして社会貢献にいそしんでおられる方も多くみかけます。高齢者の姿は、まさに様々です。言えることは、住み慣れた町で、健康で、よき仲間とふれあい、支えあいながら暮らし続けられることは幸せなことです。ナルクの仲間と語らい、支えあう姿は、これからの中高齢社会にあって模範といえましょう。

## 定年後も現役世代並みの収入とはいからまでも働き続ける姿

高齢社会白書を読み解くと題して〈上〉、〈中〉と連載してきましたが、〈下〉では高齢になっても社会の一員として働く現実を眺めることにします。その結果、高齢者の経済的な暮らし向き、資産、健康と福祉、認知症や介護問題、災害への備え、子供との同居か近居か、仲間や友人の存在などについては2026年新春号で特集的に掲載させていただきます。ご了承ください。

定年後、働く人は上昇傾向にあります。令和5年労働力人口は6,925万人で、このうち65歳～69歳の労働力人口は394万人、70歳以上は537万人。それぞれの年代人口に占める労働比率も、65～69歳で53.5%と半数以上、70～74歳で34.5%とやや低下も、その年代層の3人に1人強が労働力として活動されています。

## 働く場は、医療・福祉の現場に107万人　10年で2.4倍

高齢者はどのような職場で第二の人生を送っているのでしょうか。注目されるのが「医療・福祉」の分野で10年前の約2.4倍に増加していることです。多いのは、「卸売業・小売業」の現場に132万人、次いで「医療・福祉」に107万人など。

65歳以上の就業者の男女別の状況を見ると、男性の60～64歳で、84.4%、65～69歳で61.6%など60歳を過ぎても多くの人が就業しています。女性では60～64歳で63.8%、65～69歳で43.1%です。70～74歳で男性42.6%、女性26.4%です。高齢になっても元気に働いておられる姿が描き出されています。

収入はどうでしょうか。高齢者世帯の所得は、令和3年時点で318.3万円、一般世帯の669.5万円と比べますと低いのが現実です。しっかり貯蓄があれば高齢になっても安心でしょうが、みんなが高額の貯蓄を持っているわけではありません。年金ぐらしで精一杯の世帯も多いのです。将来のことを考えると、不安だと声が聞こえます。元気なうちは70歳を過ぎても働き続けたいという声が強いのです。気持ちを楽に、がんばれ高齢者。