

梅サロ

ナルクの理念
自立・奉仕・助け合い・生きがい

ナルク東神戸・会報 第 36 号

平成 22 年 9 月 5 日 発行
事務所

神戸市東灘区北青木 2-6-12-101

TEL・FAX 078-766-8769

< てんと虫一兵われの死なざりし >

吉野 弘夫

前書に「8月15日終戦」とある。俳句界最高の蛇笏賞を受賞した安住敦の有名な一句である。作者は米軍の本土上陸に備え、対戦車自爆隊の一員として千葉の上総湊に配属されていた。「一兵卒とてんと虫 どちらも取るに足りない命だがそれでもなお生きていられるという喜びが鮮明に表現されている」と評されている。後に作者は「随筆歳時記」の中で「兵隊たちのむしろ破れかぶれの絶叫がワアッワアッと 木魂もなく炎天下にうつろに響いた。その兵隊たちの絶叫がやむ頃ともなれば 嘗庭のはずれの夕焼にそまった雑木林に季節に早い蝸が かなしい声をたてて鳴いていた」と書いている。(村上護氏の『心にしみる仏心の俳句108』に依る)。

私は「終戦」という言葉は使いたくない。戦争終結のきっかけを逃し320余万の犠牲者を出した「敗戦」である。当時国民学校4年生だった私の「敗戦」は 近作で拙句の「校庭の芋蔓8月15日」である。

H22 9 月 ~ 10 月行事のご案内

H22 9 月 ~ 10 月に、多彩な楽しい行事が予定されています。気軽にご参加下さい。

月	日	時間	内容	場所
9 月	9 日(木)	10 時 ~ 12 時	同好会 パソコン教室	ナルク東神戸事務所
		13 時 30 分 ~	第 10 回運営委員会	
	14 日(火)	13 時 30 分 ~	同好会 手芸	
	19 日(日)	10 時 神鉄藍那駅	同行会 ぶらぶら歩き	義経街道から千年家
	22 日(水)	10 時 00 分 ~	同好会 囲碁	ナルク東神戸事務所
	24 日(金)	10 時 ~ 12 時	同好会 パソコン教室	
10 月	27 日(月)	13 時 30 分 ~	第 11 回運営委員会	コートダジュール
		13 時 30 分 ~	同好会 カラオケ	
	2 日(土) ~ 3 日(日)	別途 お知らせします	兵庫傘下 他拠点の 交流・親睦	近江舞子 (マイ湖クラブ)
	8 日(木)	10 時 ~ 12 時	同好会 パソコン教室	ナルク東神戸事務所
		13 時 30 分 ~	第 12 回運営委員会	
	17 日(日) ~18 日(月)	10 時 ~	同好会 ぶらぶら歩き	比良山山系 びわ湖バレイ
	19 日(火)	13 時 30 分 ~	同好会 手芸	ナルク東神戸事務所
	20 日(水)	10 時 00 分 ~	同好会 囲碁	
23 日(土)	10 時 ~ 12 時	同好会 パソコン教室		
	13 時 30 分 ~	第 13 回運営委員会		
24 日(日)	13 時 ~	料理教室	こうべ福祉交流センター	

< 介護サポーター研修会に参加して >

水野 知子

8月22日の日曜日、特養サンライフ魚崎の施設をお借りして介護研修会が開かれました。

まず高齢者疑似体験では、ベストの両ポケットに重りを入れ、両手・両足にも重りの入ったベルトを巻き 目にはボンヤリと曇った眼鏡、杖を頼りの重装備です。

身体全体が重く背筋を伸ばそうとしても前かがみになり、足も上がらず、目はぼんやり、介助者に支えて貰っていても3段の階段昇降が、オッカナビックリ怖かったです。高齢の方の大変さを“まざまざ”と実感しましたが、皆さんの感想の中で、「ご高齢の方は、体の不自由さの上に、どこかに痛みを抱えていらっしゃいます。そのことも頭に入れて介護すべき」との発言には目を覚まさせられたように感じました。

“老々介護”の実態は厳しく、会員の方にも“老々介護”があるようで他人事では無くなってきました。みんな真剣です。私達は“老老介護”を少しでも遅らせるよう、自分や配偶者の健康に気を配り、明るく、前向きに過ごしたいものです。



<これに傷みが加わると・・・>

(介護とは、老いや障害を抱えた状態でも、日常生活行為が出来るように工夫すること。新しい『生活作り』・自立支援をすることです)とのインストラクターの話は納得です。私は「待て、手を出す前に工夫しよう」と自分に云って行動しています。

お昼は、各人持込の弁当を広げておしゃべりです。休日なのに厨房からは温かいお味噌汁と大きなぶどうが沢山に届けられ楽しくおいしく頂戴しました。いつもながら施設長のお心遣い有難うございます。

午後は離床介護実技です。寝返り、離床では、相手の力を利用すると本人も介護者も負担が少ないと学び驚きです。また介護にはコミュニケーション(声かけ・合図)が大切です。夫婦になった気分で調子よく呼び捨てで『あんた、いいかい。重いなー』『何時ものように、しっかり腰をいれてグットやって頂戴』などなど見ている方も笑い転げて、実習になったのかどうか？お師匠さんは、現在介護現場で働いておられる梅崎さんに、介護現場経験豊富な木村さん、三野さん達のご指導はつばを得たテコ応用の理論的指導は、本当に解りやすく現場プロのワザ(技能)には驚きの連続でした。

車椅子介助では、

- ブレーキをかける事、
- 動かす時は要介護者の足が必ず踏み板に乗っているか確認する事、



段差での前輪上げでは、“ハンドルを手前に引いて前輪を上げれば軽く上がるよ！”とご家族の介護で実践した方からの素晴らしいアドバイスを頂くなど、中身の濃い楽しい研修会で、私にとっては本当に貴重な体験学習でした。次の研修にも参加したいと思っています。

< 離床介護・車椅子介助実習を終えてほんと・・・ >

< サンライフ魚崎との親睦交流会 >

佐々木真知子

まだ、30度を越す日が続く8月20日(金)に三宮国際会館11階のトゥーストウース・ガーデンレストランでサンライフ魚崎のスタッフ6名、ナルク東神戸10名が参加して恒例の夏の交流会が開催されました。



最初に先月亡くなられた灘区の運営委員、伊東さんの冥福を祈り、皆さんで黙とう致しました。屋上のフレンチピアガーデンはおしゃれなお店で、飲み物がビールを始め、40種類もあり何を飲もうか迷ってしまう程でした。食事も、スパイスの効いたソース類で頂くスティック野菜、近郊で採れた有機野菜の炭火焼き、どれも素材に自信があるような調理法でした。サンライフの施設長からの資金援助もあり、大いに飲み、食べて、夏の暑さを一時忘れさせて頂きました。

<コンサート たちあがれ216歳！>

木村 都久子

8月29日、表記コンサートの会場である NHK 神戸放送局前は、1時間前から長蛇の列。設営支援のナルク東神戸の男性5名は、開場後椅子の追加作業で大活躍。このコンサートを企画したナルク会員のテノール歌手・中谷庄一さんは、先月茨木から東神戸に転籍されています。216歳とは、中谷さんと相棒のテノール歌手飛田薫さん、それにもう一人出演予定だった方の年齢の合計ですが、そのお一人が都合で抜けられ今回は「149歳」、それに熟年ポークルグループ「宙(そら)」の7人のコーラスも。

年齢もさりながら二人共に大変なご病気(狭心症・胃食道癌 膵臓癌などの重病)を抱えつつ歌声は朗朗と力強いテノールの響き。笑顔や歌は病をも治すと言われますが、こうして素晴らしい歌声を会場の皆に届け、そして新しい空気を体いっぱい吸われると、秘密の治療の一つをなさっておられる、そんな気が致します。

童謡、唱歌、懐メロ、歌曲、カンツォーネなどなど。私たちが沢山のエネルギーを頂いた2時間余りでした。

司会、ナレーションの皆さんも暖かい雰囲気をつくって下さいました。



<朗々と歌われる中谷さん、飛田さん>

< 囲碁同好会が起ち上がりました >

荒谷 雅

8月25日(水)午後、はじめての囲碁同好会を開催。指南役の山本 健さんを迎えて早速対局です。竹内信一vs山本 健、橋本義晴vs湯浅一信。対局が始まると、咳きひとつも出来ない。急須からお湯のみへ注ぐ音さえ気になる位の静寂と緊張感。碁石を打つ澄んだ音だけが心地よい不思議な空間。新しい夢が膨らんできます。次回は、9月22日(水)10:00~ 入門希望者、中級者、見学も大歓迎です。



< 同好会手芸、バザーに参加 >

11月13日(土)神戸勤労会館にて兵庫県主催、健康・生きがいフェスタに「ナルク東神戸同好会手芸」が参画することになり、今までの手づくり作品を展示・即売を企画しています。9月・10月は作品作りに皆さんご協力お願いします。またナルクを皆様知って頂き(PR)加入促進に努めたいと思います。



同好会手芸
バザーに参加

秋隣

今夏娘のいるカナダへ旅す

庭花に水打ち旅の留守頼む

夏空港ハグ繰り返す久しきに

メイプルはまだ色づかず秋隣

ナイアガラ人種^{るっほ}増埒の大暑かな

尋ねたき赤毛のアンの島花野

吉野弘夫

夏

夕闇に消えつとぎれし法師蝉

心はらはら見守る夏の甲子園

をちこちの盆提灯に^{あかり}明入る

山合の草根にかか^{へび}る蛇の衣^{きぬ}

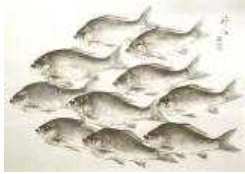
鷺^{さぎ}草^{そう}の思^{おも}い淋しき涙せり

池田芳子

琵琶湖湖畔での拠点交流・懇親会のご案内

今回琵琶湖湖畔に保養所“マイ湖クラブ”を立ち上げ、この保養所で昨年の子育て以来親しみを含めて参りました兵庫県下の拠点の皆様と交流・懇親会を深める機会を企画しました。

日時：10月2日(土)～3日(日) 日帰り・宿泊はご自由
 場所：近江舞子(マイ湖クラブ)
 皆様のご参加お待ちしております。 申し込み：事務局 9/20迄



九月同好会

<囲碁 開設>

日時：9月22日(水曜日) 10時～
 場所：ナルク東神戸事務所
 内容：初心者の方大歓迎
 参加費：300円 世話人：荒谷 雅



<パソコン教室>

日時：9月9(木)・24日(金)
 10時～12時
 場所：ナルク東神戸事務所
 内容：初歩から難問解決
 世話人：福田 保



<カラオケ>

日時：9月27日(月) 13時30分～
 場所：コートダジュール
 費用：500円+飲食代
 世話人：辻川 光夫



<手芸>

日時：9月14日(火) 13時30分～
 場所：ナルク東神戸事務所
 内容：11月バザーに向けて
 今までの作品作り
 世話人：畑野芙美子



<ぶらぶら歩き>

日時：9月19日(日)10時～
 場所：義経街道～千年家
 集合場所：神鉄藍那駅改札口
 世話人：淵田 京



事務局便り

平成22年度7月期

時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)

項目	活動内容	活動時間	人数	合計
時間預託活動	提供活動	60	15	87時間
	事務所当番	27	13	
	-	-	-	
奉仕活動	福祉	47	7	256時間
	ナルク活動	209	24	

新会員のご紹介

- ・ 高橋 暹子様 (中央区)
- ・ 中谷庄一・紀代子様(中央区)

会員数 H22年8月末現在

区	世帯数	会員数
東灘	54	79
灘	10	20
中央	16	24
3区以外	14	21
合計	94	144

編集後記：東神戸では先月も充実した色々な活動がなされ、それについての多くの原稿をいただきましたので、以前から頂いていた掲載月を特定しない原稿が載せられず、投稿して下さった方には申し訳ない次第です。これに懲りず、よい原稿を今後ともよろしくお願い致します。 堤 信也