



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 44 号

平成 23 年 5 月 5 日 発行  
事務所 658-0014  
神戸市東灘区北青木 2-6-12-101  
TEL・FAX 078-766-8769  
E-mail: nalc128plum@kcc.zaq.ne.jp

## &lt; 行為の意味 &gt;

松原緋紗子

最近テレビで宮澤章二の「行為の意味」の一節が AC ジャパンのコマーシャルで放映されています。内容は「心」は誰にも見えないけれど、「心遣い」は見える。「思い」は見えないけれど「思いやり」は誰にでも見える。というもので「青春前期のきみたちに」の中に書かれている詩です。

少しのことでも心にあることや思っていることを行動に移すことの大切さが心に響くものとなっています。宮澤章二は詩人・作詞家でクリスマスソングの「ジングルベル・ジングルベル鈴が鳴る」を訳詞された方で、校歌も 300 ほど作詞されているそうです。コマーシャルでこんなに心打たれたことがなかったので紹介いたします。

## H23 5 月 ~ 6 月行事のご案内

H23 5 月 ~ 6 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           |
|--------|---------|----------|------------|--------------|
| 5月     | 7日(土)   | 13時30分～  | 梅カフェ       | ナルク東神戸事務所    |
|        | 10日(火)  | 10時～12時  | 第3回運営委員会   |              |
|        |         | 13時30分～  | 同好会 PC教室   |              |
|        | 13日(金)  | 13時30分～  | 同好会 手芸     | 阪急夙川駅        |
|        | 15日(日)  | 10時～     | 同好会 ぶらぶら歩き |              |
|        | 23日(月)  | 13時30分～  | 同好会 カラオケ   |              |
| 5月     | 25日(水)  | 10時～12時  | 第4回運営委員会   | ナルク東神戸事務所    |
|        |         | 13時30分～  | 同好会 囲碁     |              |
| 6月     | 4日(土)   | 13時30分～  | 梅カフェ       | ナルク東神戸事務所    |
|        | 10日(金)  | 10時～12時  | 第5回運営委員会   |              |
|        |         | 13時30分～  | 同好会 PC教室   |              |
|        | 12日(日)  | 10時～     | 同好会 ぶらぶら歩き | 西神中央駅集合、近辺散策 |
|        | 19日(日)  | 11時～     | 第5回定期総会    |              |
|        | 24日(金)  | 13時30分～  | 同好会 手芸     | ナルク東神戸事務所    |
|        | 25日(土)  | 10時～     | 第6回運営委員会   |              |
|        |         | 13時30分～  | " (総会反省会)  |              |
| 27日(月) | 13時30分～ | 同好会 カラオケ | コートダジュール   |              |
| 29日(水) | 13時30分～ | 同好会 囲碁   | ナルク東神戸事務所  |              |

## < ムードたっぷりのジャズに酔いしれて >

荒谷 雅

4月30日(土)の『ふれあい喫茶』は、語りかけるようにピアノソロをバックにジャズブルースで開演です。出演は、神戸・阪神間のライブハウスで活躍している【ワーキングキャッツ】3人の JAZZ バンドです。早速〔クール・ストラッテン、枯葉、いそぎ、貴方なしでは、〕など、ジャズスタンダードにバラード、ポピュラーソングなど、アルトサックス・ソプラノサックス・フルートとウッドベースにピアノでの生演奏の醍醐味をたっぷりと聴かせてくれました。 ジャズ風にアレンジされた心地よいリズムとテンポで情感たっぷりの演奏に、会場一杯のお客様も単純に理屈抜きで思わず手と足と身体でリズムを取り嬉しそうです。

後半の日本の童謡、赤トンボ・春の小川・ふるさと・では、思いっきり大きい声で合唱です。 茶湯接待のボランティア・ナルクの4名と応援の女性と、また安心すこやかセンターのスタッフも、お客様と一体となって唄いながらも歌詞のページをめくってあげたり、文字をなぞらえてあげたり、心配りはさすがです。



< 心もウキウキのジャズ生演奏 >



< 赤いたすきの東神戸会員がいがいがいくサービス >

最後に、東日本災害地域の皆さんに届けと願って『北の国から』の大合唱で終わりました。お帰りになる皆さんは、「美味しいコピーとお茶菓子を頂いた上に、サウンド・オブ・サイレンスや、オーバー・ザ・レインボーなど、すっかり忘れていた若い頃を思い出したり、何回でも観た懐かしい映画音楽をジャズの生演奏で聴けて最高でした。 ボランティアさん有難うね 」 笑顔を受けてこちらも有難うです。

## < 会員相互の助け合い >

畑野芙美子

毎週、サンライフ魚崎ケアハウスに入所されている会員の目良幸子様のお話相手として2年半、ご本人はお元気で新聞・テレビも良くご覧になり話題も抱負で最近では、東日本大震災について心を痛めておられ17年前の阪神大震災を経験され、思い出話はずきません。お天気の良い日には、屋上の庭園へ四季折々のお花や野菜などツボミであった花が咲き、又六甲山の山々を暖かい日射しを浴びながら楽しくお話をしています。帰る折には笑顔で「またきてね」と握手、「またくるね」と答え、何時までもお元気で。 < 屋上で日向ぼっこの目良さん、いつまでもお元気で！ >



更衣こもがき

春雷の三つと続かず旅仕度  
俱会一処供へいたたく桜餅  
発心の札打ち終へて穀雨かな  
チャリテイの第九響くや花吹雪  
女学院二校並びて更衣

吉野弘夫

鯉こい 幟ぼし

雀の子いそぎとび立つ木の芽雨こめあめ  
風さそうしだれ桜の色の濃さこ  
青空の葉桜も又風情ありふぜい  
震災に負けず咲きぬくチューリップ  
応援の心つまりし鯉こい 幟ぼし

池田芳子



## < 東日本大震災募金ご協力有難うございました >

ナルク東神戸の皆さんに、この度の東日本大震災による義援金のカンパ協力をお願いしたところ、総額7万円が集約されました。早速ナルク本部に送金しましたこと紙面を借りて報告いたします。有難うございました。

ナルク東神戸代表 竹内信一

### < 高尾山・薬王院 >

竹内信一

酒席で「一度高尾山に登ってみたい」と話したのを覚えていた友人が、「高尾山の仏像に会おう」と書いたパンフレットを郵送してきた。

朝一番ののぞみに乗車、沿線は桜が満開。東京駅1番線の中央線快速高尾行きに乗換、高尾駅へ。此处で京王線に乗換えるが、「多摩稜」と書かれた案内表示が眼に入った。

一駅で高尾山口駅。ここでも満開の桜が迎えてくれた。高尾山ケーブル乗り場までは近い。登山客は少なく、景色を眺めながらケーブルカーに乗車できた。途中最大斜度31度18分、日本一の急勾配と表示された所を通過。

山頂で黒豆入り「天狗焼き」を口に、コースは汗を掻かず、階段のない、緩やかなコースを選んで出発。木漏れ日の杉並木を皆さん山登りといった服装ではなく、チョット裏山散歩気分の方を多く見受けた。東西南北を守る四天王像の門を潜り、薬王院の朱塗りの本堂を見上げながら階段を登り、山頂と思いホッとして参拝。下山につくと山頂まで後20分と書いた矢印に啞然となった。気になった「多摩稜」の案内表示が頭から離れない。ゴマ団子とお茶を飲み、「山頂まで後20分」に頭を下げて下山。帰路はリフト、下りリフト乗車はめったに出来ない体験をした。

頭から離れなかった「多摩稜」にタクシーで向かう。多摩稜には大正天皇、多摩東稜に貞明皇后。武蔵野稜に昭和天皇\*、武蔵野東稜に香淳皇后が祀られている御陵であることを知った。高尾駅まで徒歩15分と矢印があったが、疲れてタクシーにJR高尾駅をお願いした。



< 急な階段の薬王院仁王門 >



< 静かな佇まいの武蔵野陵・昭和天皇陵\* >

### < 今年のお花見は有馬へ >

佐々木真知子

ナルク東神戸の毎年恒例のお花見の季節になりました。今年は有馬温泉です。当初4月3日の予定を、開花が遅れそうな為10日に変更し、三宮のミント・バスターミナルに10時過ぎに9名が集合、路線バスにて1時間弱で到着。バス停付近の満開の桜が出迎えてくれました。昼食を取るダイヤモンド有馬温泉ソサエテからの送迎バスでホテルに着き、車で到着組の5名と合流して近くの瑞宝寺公園を散策。ここでは、白いこぶしの花が満開でした。ホテルで和食の美味しいお昼を堪能した後、健脚組は満開の桜を見ながら有馬駅方面へ、私を含むうたら女子組4名はホテルの温泉を満喫して帰路につきました



< 瑞宝寺公園近くの山は白い辛夷が満開 >



< 健脚組は最後に善福寺の巨大なしだれ桜を堪能 >

## 平成23年度 ナルク東神戸・第5回総会 開催の御案内

今年も、年度の総会を開催する時期となりました。例年のようにプロジェクターで諸活動を楽しく紹介、そして成年後見人制度の実例紹介のお話を伺ったあと、おいしいお食事を皆で楽しみましょう。

**開催日時:**平成23年6月19日(日) AM11時スタート、PM 3時 終了予定

**開催場所:**レストラン「シェ・ドंक」3階パーティールーム Tel: 078-412-4181

( 阪急岡本駅より南へ徒歩2分、三差路の南西角のパン屋さんの3階 )

**参加費:**1人1000円 (超特別の会費です)

**行事内容:**第一部:総会(決算・予算、プロジェクターでの活動報告、活動方針・計画など)

第二部;特別講演「成年後見人制度の実際」**岡島貞雄氏**(4月にナルク東神戸にご入会)

第三部:昼食・懇親会 (洋食フルコース、おいしいパンは、食べ放題)

楽しい総会です、全会員の皆様のご参加をお待ちしております。

四月  
同好会

### <ぶらぶら歩き>

日時: 5月15日(日)

場所: 阪急 夙川駅 10時

内容: 夙川川沿い散策

### < 囲碁 >

日時: 5月25日(水) 13時30分~

場所: ナルク東神戸事務所

内容: 初心者の方大歓迎

世話人: 荒谷 雅



### <カラオケ>

日時: 5月23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



### 事務局便り

平成23年3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  | 55   | 13 | 84時間  |
|        | 事務所当番 | 27   | 12 |       |
|        | 点数利用  | 3    | 1  |       |
| 奉仕活動   | 福祉    | 39   | 8  | 350時間 |
|        | ナルク活動 | 311  | 28 |       |

### 梅カフェ

6月4日(土)

13時30分~事務所にて

皆様お待ちしております。

### <パソコン教室>

日時: 5月10日(火)13時30分~

場所: ナルク東神戸事務所

内容: 難問解決

世話人: 福田 保



### <手芸>

日時: 5月13日(金)13時30分~

場所: ナルク東神戸事務所

内容: 毛糸のモチーフ (座布団カバー)

可愛い座布団 完成

世話人: 畑野芙美子

### 新会員のご紹介

岡島 貞雄・みさ子様(東灘区)

会員数 H23年4月現在

| 区    | 世帯数 | 会員数 |
|------|-----|-----|
| 東灘   | 51  | 78  |
| 灘    | 9   | 17  |
| 中央   | 16  | 24  |
| 3区以外 | 14  | 20  |
| 合計   | 90  | 139 |

### 編集後記

今回は竹内さんが旅行記を寄稿してくださいました。このように、会員の皆様に紹介したいと思われる記事を、これからもどんどん御提供ください。失敗談などは大歓迎です。

堤 信也