



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 46 号

平成 23 年 7 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

< 平成 23 年度ナルク東神戸総会開催される >

松原緋紗子

6月19日レストラン「シェ・ドンク」にて34名の参加者を得て総会が開催されました。全議案が賛成多数で議決され、無事に終了することが出来ました。活動報告などは今年度購入しました明るいプロジェクターで大画面に映し出し、それぞれの関係者が説明をして1年を振り返りました。

今年度の活動方針にナルクの原点である会員同士の助け合いがありますが、そのためには普段からの会員同士の触れ合いが大切です。毎月同好会や行事を行っていますのでそれらに参加をしてコミュニケーションを計り、困った時の助け合いをしましょう。

H23 7 月 ~ 8 月行事のご案内

H23 7 月 ~ 8 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
7月	8日(金)	10時~12時	第7回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分~	同好会 PC教室	
	10日(日)	13時30分~	梅カフェ	会員 堤宅
	17日・18日 (日)・(月)	12時~ 翌日15時	オープン2年目 お楽しみ親睦会	マイ湖 日帰り・宿泊 自由
	22日(金)	13時30分~	同好会 手芸	ナルク東神戸事務所
	24日(日)	14時~	文楽鑑賞	国立文楽劇場 13:40ロビー前
	25日(月)	10時~12時	第8回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分~	同好会 カラオケ	コートダジュール
	27日(水)	13時30分~	同好会 囲碁	ナルク東神戸事務所
29日(金)	11時~	サンライフ魚崎納涼祭	サンライフ魚崎	
31日(日)	10時~13時	神戸老人ホーム納涼祭	神戸老人ホーム	
8月	10日(水)	10時~12時	第9回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分~	同好会 PC教室	
	24日(水)	13時30分~	同好会 囲碁	
	25日(木)	10時~12時	第10回運営委員会	
		13時30分~	同好会 PC教室	
	27日(土)	19時~	サンライフ魚崎との交流会	未定
28日(日)	10時~	ぶらぶら歩き	未定	
29日(月)	13時30分~	同好会 カラオケ	コートダジュール	

< 平成23年度ナルク東神戸総会・詳報 >

書記：荒谷 雅

表記総会が6月19日(日)に東灘区・阪急岡本駅南のレストラン『シエ・ドンク』にて開催されました。

11時から吉野副代表の司会で開催、まず東日本大震災で尊い命を亡くされた多くの方々と、東神戸会員の伊東 寛さん(パソコン講師)への哀悼の意を表して黙祷を捧げ、そのあと、議長に松原副代表を選出、諸案件の審議に入りました。

総会成立要件は、会員142名のうち、出席者34名、議長への委任状81名により114名、会員総数の3分の1以上。よって運営規則・議事規則により成立要件を満たしている事を報告宣言し、第1号議案・22年度活動経過報告から順次、23年度の活動計画では冒頭に代表の理念・取り組みの決意表明などもあり、予算案第5号議案まで滞りなく了承・決議されました。竹内代表からは、ナルク東神戸拠点設立から3年半、今年は更に飛躍すべく全会員の英知を集めて

ボランティア活動を楽しくやりがいを感じられるよう、ナルク東神戸の理念である『人と人の和と親睦を大切にしていこう』と、皆さんへの積極的参加と協力を呼びかける熱い決意が述べられました。22年度活動報告では、皆さんの活動状況の写真を提供頂いた中から、パワーポイントに写真入で紹介され、映像では、ボランティア活動に関わった会員からの生き活きとした状況の説明は、活動の喜びが一杯に溢れていて和やかな雰囲気、また、活動の内容も解り易く素晴らしい総会となりました。少休憩のあと、



< 活動報告の画面に見入る皆さん >

第2部は、NPO 市民後見ひょうご理事長・岡島貞夫さん(ナルク東神戸会員)の特別講話がありました。「成人後見制度の概要」、「成人後見制度と介護保険制度」、「成人後見制度の理念」などについての講話でした。日本の長寿社会は人口に占める割合が急増していますが、より自分らしく生きられるよう日々の暮らしに「成人後見制度」を利用して、法定成人後見人がサポートするものですが、本人の生活、管理能力の限界、金銭、契約、財産管理などの支援も、入院、手術、支払い、保証人など、ナルクの活動の中で専門員を中心にどの様にして活かしていけるかが課題で、ナルク東神戸拠点同様、各拠点も鋭意勉強・準備中との事。

第3部は、引き続いて総会会場のパーティールームで昼食を戴きながら懇談を楽しみました。

< 平成23年度総会に出席して >

吉野 絹代

ナルク活動の一年の締め括りでもあり 新年度へのスタートでもあります総会に主人共々出席させていただきました。第1部 総会のパワーポイントを見ながらの報告は懐かしい場面もありわかりやすく あっという間に時間が過ぎました。会員皆様のご協力の賜物であり 夫々の担当者様のご苦勞もお察し致しました。

第2部 「岡島貞夫氏の特別講話」は時間の制約が有りゆっくり聞けなかったのが残念でした。また後日学ばせていただく機会を作って頂けたらと思いました。

第3部 懇親会はお洒落なドンクのランチを頂きながらの楽しいひとときでした。ナルクの理念(自立・奉仕・助け合い・生きがい)の精神に基づき 今年度も仲良く活動をして行きたいと思えます。

< 平成23年度総会に参加して >

山本 泰三

6月19日、ナルク東神戸の総会が開催された。活動報告では会員の平均年齢が68.4歳という。会員は3区以外にも拡がりを見せている。会計報告ではノートの売り上げ増や時間預託寄付金も増加し、健全な状態である。新年度も前年に引き続き工夫の姿勢が見られる。新運営委員が15名でスタートし、竹内会長(留任)の力強い決意表明が心に響いた。一回り年上の先輩方の元気を学びたいものだ。

引き続き岡島貞雄氏(NPO 市民後見ひょうご理事長)の特別講和で、認知症が出たときに任意後見制度は保険のようなもの、独居になったときの老後の安心のためにも研究対応が必要と感じた。

懇親会の運営も和やかに進み、幹事の方々のご努力による映像での進行など行き届いていた。ナルクの活動に日ごろ余り関わっていないが、元気で仕事等を通じて社会貢献していると考えている者にとっても、より居心地のよい場になるよう発展を願っている。

< 6月ぶらぶら歩き報告 >

西垣 恒子

6月12日地下鉄西神中央駅に5名(男3、女2)が集合、此の度道案内を引受けて下さいました山本さんを先頭にスタート。先ず最初は西神中央駅から南へ徒歩約6分の所、神戸市埋蔵文化財センター内を見学。市街地(長田・須磨・垂水・東灘・西地区)で発掘された縄文時代1万年前から始まって弥生時代の「村と墓地」(戒町遺跡・須磨区)とか、その他数多くの土器装等の広範囲に互ってガイドさんの説明をお聞きして、身近な所で歴史が、何か久しぶりに蘇ったように感じられ、すごく有意義な時を過ごせて嬉しく思えました。次の目的地性海寺に向かうべくまた中央駅より西北向きに歩き、途中錦鯉の泳ぐ池を下に見ながら緑の草木の中道のベンチで休憩。次に阪神大震災後に拓かれた工業団地なる会社等歩道の両側に見ながら性海寺へと歩きスイート菓子工房にも立ち寄り性海寺(中々遠い)にやっと辿り着きお庭の広い本堂に拝し最終目的地農業公園ワイン工房に到着、そこで昼食を頂きながら歓談して、バスにてまた西神中央駅に戻り解散しました。



埋蔵文化財センターの象の化石の前で

< 梅カフェ 脳トレーニング >

松原緋紗子

私の所属グループ作成のオリジナル脳トレーニング用教材「脳はつつ人生カルタ」と「複雑迷路」「瞬発能力 漢字の瞬間合体」を使って脳のトレーニングをしました。認知症予防には日々の生活習慣が関係します。時にはゲームや指体操で脳を刺激することが大切ですが、毎日できる脳トレとして新聞を読むことです。時間があれば隅から隅まで目を通すことで脳を刺激することができます。 <脳トレのかかるた>



< 美しい音色に魅せられて >

水野 知子

6月25日(土)のふれあい喫茶は、女性の方お二人によるヴァイオリンとピアノでクラシック音楽、ジャズの演奏です。第2部は、椰子の実、故郷、瀬戸の花嫁など、皆様お馴染みの10曲・お客様40数名の大合唱です。お茶とお菓子を頂きながらとても和やかに楽しそうに過ごされました。ナルク東神戸の女性4名とフリーでボランティアの女性の方を入れて5名、茶菓子を配りながら歌曲のページをめくってあげたり、お客様と一緒に唄いながら歌詞をなぞってあげたり、スタッフの方と一緒に私達も楽しみながら少しでもお手伝い出来たのかな? と幸せな気分の日でした。途中で「デンデンむしむし・かたつむり」の歌を唄いながら、チョコの指と握りこぶしを交互に重ね繰り返すなどの頭の体操では、うまくいく人、いかない人も、賑やかに笑いがはじけて嬉しそうです。最後は、東日本大震災の東北に届けと“故郷”を皆さん大きい声で唄いながら、余韻を残しながら終わりました。



<お茶・お菓子のお世話です>

<p>池田 芳子</p> <p>猛暑なか夏越の被茅の輪くぐ</p> <p>雨上り色もあざやか四葩かな</p>	<p>公円の夏芝眺め雲走る</p> <p>鬼灯<small>ほをすき</small>を鳴らし鳴らせし夜市かな</p> <p>せせらぎの夕日の色に小判草</p>	<p>四葩<small>よひら</small></p> <p>吉野 弘夫</p>	<p>札所への笠見え隠くる青芒</p> <p>夏草や同行二人の杖入れる</p> <p>丸四角矢狭間にしづく男梅雨</p> <p>七変化(紫陽花の別称)</p>	<p>移り気てふ言葉貰ひて七変化</p> <p>明易<small>あけやす</small>や這ひ登るかに街の音</p>
--	---	--	---	---

マイ湖クラブお楽しみ
親睦会のお誘い



<ご案内>

マイ湖クラブも2年目の夏、近江舞子の
松並木、湖水浴も良し、楽しい一時を
実施日：7月17日(日)～18日(月)

日帰り・宿泊も可能

皆様のご参加お待ちしております。

参加申し込み 7月11日(月)迄

ナルク東神戸 FAX 078-766-8769

文楽

のお誘い

夏休み特別公演

開演日：7月24日(日)14時～
第2部 午後2時開演

集合：午後1時40分
国立文楽劇場 1階北-

演目：絵本太功記

料金：一般 4,600円 3,600円
に割引

(時間預託・奉仕活動の2点利用)

申し込み：7月17日(畑野)迄

七月
同好会

< 囲碁 >

日時：7月27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



< パソコン教室 >

日時：7月8日(金)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



< カラオケ >

日時：7月25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：7月22日(金)13時30分～

場所：ナルク東神戸事務所

内容：小物入れ(前月の続き)

世話人：畑野芙美子

事務局便り

平成23年5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	57	15	69 時間
	事務所当番	26	14	
	講師	-	-	
	点数利用	14	1	
奉仕活動	福祉	39	9	139 時間
	ナルク活動	100	11	

新会員のご紹介

- ・ 宮浦 恵美子様 (東灘区)
- ・ 飛田 薫様 (大阪市城東区)

会員数 H23年6月現在

区	世帯数	会員数
東灘	50	76
灘	10	18
中央	17	26
3区以外	16	23
合計	93	143

編集後記：今回は、総会のほか多くの方から投稿を頂戴し、それぞれに感じられたことがよく表現されており、ほとんどを掲載したため、やや窮屈な紙面になったことお許しください。なお一部の原稿はご了解を得て来月掲載となりました。投稿して下さった方々有難うございました。 **堤 信也**