

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 60 号

平成 24 年 9 月 10 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

< ナルクと共に >

佐々木真知子

私がナルクに入会するきっかけは母の遠距離介護でした。北海道の母を看ている姉の手助けをできないものかと思案していた時に新聞で高畑会長の記事を読み、正直あまり期待せずに戸をたたきました。結果は母の元へ拠点の会員の方達が足を運んで姉をサポートして下さいました。具体的な手助けも勿論ですが、母と姉二人の息苦しい空気に風を送ってくださった事が一番嬉しいことでした。介護保険が施行されて12年、事業所も増え利用者がサービスを選べるようにはなりましたが、色々な制約のある介護保険サービスでは埋めきれない、ちょっとした心使いや、手を貸すことができるのがナルクの活動ではないかと思います。母を在宅で見てきて思うのは、「一人の人間を支えるのは決して一人ではできないし、してはいけない」ということでした。

こんな当たり前のことが現代ではなかなか難しいです。個人情報保護、人格の尊重、等々、人と人の距離が離れ過ぎていたり近過ぎたり。そこで、ナルクの出番です。長く生きてきた分、苦しいことも乗り越えてきた知恵もあります。ゆるやかなお手伝いでいいと思います。人とのふれあいを楽しめる場がナルクです。

H 24 年 9 月 ~ 10 月行事のご案内

H24年9月～10月に多彩な楽しい行事が予定されています。会員以外の方もお待ちしております。

月	日	時間	内容	場所
9月	1日(土)	18時～20時	サンライフ魚崎との親睦・交流会	貿易センタ-24階 ザ・スカイタワーE
	11日(火)	10時～	第11回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時～	梅カフェ& ミニミニ・PC学ポー会	
	16日(日)	13:00～15:30	介護研修会 詳細4面参照	サンライフ魚崎
	24日(月)	13時30分～	第14回 お楽しみ会	
	25日(火)	10時～	第12回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時～	梅カフェ& ミニミニ学ポー会	
	26日(水)	13時30分～	同好会 カラオケ	コートダジュール
28日(金)	13時30分～	同好会 手芸	ナルク東神戸事務所	
10月	11日(木)	10時～	第13回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時～	梅カフェ& ミニミニ学ポー会	
	14日(日)	13:30～16:00	セミナ -	セルバ B1 ふれあいサポート
	20日(土) ～21日(日)	10時芦屋発 敦賀行新快速	鮎つかみ大会 (日帰りOK) & 交流親睦会	近江舞子・マイ湖クラブ
	25日(木)	13時30分～	同好会 手芸	ナルク東神戸事務所
	27日(土)	10時～	第14回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時～	梅カフェ& ミニミニ学ポー会	
		12時30分～	ふれあい喫茶	
30日(火)	13時30分～	同好会 カラオケ	コートダジュール	
31日(水)	13時30分～	第15回 お楽しみ会	サンライフ魚崎	

< 北摂・兵庫地区事務局長会議に参加して >

参加者：堤・畑野

8月24日、ナルク本部6F会議室にて表記会議が開催され、本部からは高畑会長はじめ8名、北摂・兵庫の15拠点から19名の参加がありました。最初に会長から以下の主旨のお話がありました。

「2年ほど前から、会員数が暫減傾向、他のNPOでも同様の傾向がある。まずは退会者に面接し、真因を探り手を打つこと、退会者が少ない所は女性の声かけが活発である。ブロック制で密な人間関係を築いている所もある。加えて若手新会員、特に団塊の世代を取込む事が必要。また子育て支援で社会貢献しましょう。」

次に本部試案「会員外の高齢者見守り活動」の資料説明に続いて、各拠点からの活動報告がありました。休憩の後、高槻島本拠点より、子育て支援の具体事例のご紹介があり、田中代表の行動力に感心しました。会員減に悩むところは、会員数を維持向上し新たな活動を展開しているところの実例が参考になりました。つまるところ、拠点幹部の熱意と行動力で皆を巻き込んでいるところがよい結果になっていると言えるでしょう。

< 8月のお楽しみサービス提供は“花火大会DVD映写会”です > 荒谷 雅

夏と言えば、お祭りと、夜空に大輪の華を咲かせる花火大会でしょう。大人から子供までが浴衣をきて、冷たい飲物を片手にひとときの涼を求めて楽しむのが日本人の定番でしょうか。特養サンライフ魚崎のお客様も久し振りに、花火が見られるのを楽しみにしておいでです。観賞ご希望のお客様が多いので、8/9(金)と8/20(月)の2回に分けて実施しました。

夜空を彩る綺麗な大、中、小の【打上げ花火】
【仕掛け花火】さまざまな形に変化する花火、
それに思いっきり大きな花火の音 ドーン はお腹に響いて心地いいのでしょうか、嬉しそうです。

“昔、花火の追っかけだった”と言う花火に詳しいご婦人もおいでです。“菊の大輪は凄いねー”。無数の小さい花火が咲き乱れる千輪、新しい技法の“椰子の葉っぱ”など拍手して満足そうです。

“兎さんの花火が少し長く消えなかったねー、良かったわ!”とお客さん。堤映写技師がお客様を喜ばそうと『あるテクニックを使っていました』お判りですか? 皆さんは、昔の子供の頃か、ご家族との楽しい事など色々な夏を思い出されたことでしょうか。いい顔で、本当に満足そうで幸せそうな笑顔を拝見して、こちらも幸せを頂きました。



< “ドーン”とお腹に響く音を楽しむ利用者の皆さん >

< 預託点数を使って会員同士の助け合い >

吉野絹代

かねてより大型ごみとして処分しなかったベッドの解体と運び出しを快く引き受けて下さった木村政夫さんに心よりお礼申し上げます。まず木村さんに色々な角度から撮ったベッドの写真をメールで送りますと 使い慣れた必要な工具をわざわざご持参下さいました。そして解体したベッドを、マンション所定の置き場までエレベーターと階段で運んで下さいました。その手際良さと重いマットレスをひよいと背中に背負い、すたすたと歩かれるご様子は「わー すごい!」と思わず叫んでしまうほど鮮やかでした。

すっきりと部屋が広くなりますとお掃除をする気になりワックスもかけました。木村さんは「喜んで貰えてうれしいです」と言って下さり色々特技をお持ちの会員さんに今度は何をお願いしようかと思っているところです。ナルクの会員同士 預託点数を使っての助け合いのありがたさを本当に実感しました。



< 淵田京先生のデジタル写真基礎教室 >

八代 光彦

日頃から一眼レフカメラを身体の一部のように(失礼!)持ち歩いておられる淵田京様に、先月の「須磨海浜公園 ぶらぶら歩き」のときに、是非ともデジカメの基礎を教えていただく機会を作ってください、とお願いしたところ気持ちよくお引き受けいただき、8月10日(金)の「ミニミニ学ポー会」でその機会を得ることができました。

作成資料を片手に、前半は、「カメラの基本構造」から始まり、「カメラの基本性能を左右するもの」、そして後半は、「上手な写真の撮り方」を主題に、「構図とフレーミング」「光の使い方」「被写体別の注意事項」のお話、最後は「写真の格言」と称して常に心がけておくことなどを、淵田様の作品を見せていただきながらお話を伺いました。今回はお話だけの短時間室内授業でしたが、今後は、「写真の格言」を念頭に、できるだけシャッターを切る機会を増やし、その中から思い出に残るショットが一枚でも多くなるようにしようとの意識が高まりました。

NALC東神戸の会員でカメラにご興味のある方、ご自慢の作品がありましたら是非青木の事務所にご持参いただき、撮影状況などお聞かせください。

< サンライフ魚崎スタッフとの親睦会・交流会に参加して > 畑野芙美子

残暑の中、9月1日(土)サンライフ魚崎スタッフとの親睦会・交流会で17人参加しました。神戸屈指の眺望(神戸港の夜景)を望む24階の、レストランで恒例のサンライフの皆様と親睦会・交流会を開催、夏バテにも負けず皆さんお元気で、話に花が咲き夜景を見ながら涼しい所で楽しいひと時を楽しみました。



< 還暦に思う >

佐々木真知子

7月末に階段を踏み外し足を痛めてしまい、幸いなことに骨折はしていませんでしたが「なるべく歩かないように」と言われて、初めて事の重大さに「早く治して通常の生活に戻らなくては」とあせってはみたものの、医者に言われるままシップをして歩かないようにして1週間過ぎても、いっこうに変化が無く、痛みも治まらず「これではダメだ」と接骨院、整体院、カイロプラクテックス……いろいろ調べてもどこへ行けば効果的な処置をもらえるかがわからず途方にくれました。今まで大きなけがをした事も無く、対処方法や知識も必要無くこれたのはラッキーでしたが、これからはこういう思いがけないことが次々と起きてくるのであろうと心身の確実な衰えを実感したのです。「健康の為なら死んでもいい」というギャグではありませんが、昨今の健康ブーム、サプリメントの売り込み攻勢 私には関係ないと思っていましたが、これからは自分の身体のサインに真摯に耳を傾けていかななくてはと肝に命じた出来事でした。ちなみに今は歩いて仕事にも行っております。

八月の俳句

一 列 に 二 人 笠 現 れ 芒 道	地 熱 吹 く 八 幡 平 の 秋 茜	佛 足 石 歩 み 出 す か に 草 の 花	二 番 子 も 育 ち 帰 燕 の 殿 に	パ ラ リ ン ピ ック 聖 火 さ や か に 灯 り け り	草 の 花
--	--	--	---	---	-------------

24年度 介護研修のお知らせ

(要支援・要介護、高齢者の介護方法の基礎を学び役立てる。)



日 時： 9月16日 日 13時～15時30分
場 所： サンライフ魚崎 デイサービスの部屋
研修内容； 1、介護経験談
2、車イス・着替え介助
3、ベットの離床・
4、ベット、メ-キング等



講 師； ナルク会員
新会員の皆様受講して下さい。



ナルク必須項目、皆様の参加をお願いします。

九月
同好会

<カラオケ>

日 時： 9月26日(水)13時30～
場 所： コートダジュール
費 用： ワンドリンク 500円+飲食代
世話人： 辻川 光夫

<手芸 教室>

日 時： 9月28日(金)13:30～
場 所： ナルク東神戸事務所
内 容： テッシュボックス 続き
他、自由作品
世話人： 畑野英美子



施設の皆さんに楽しんで頂くため
今月は東神戸の会員の皆様の特技を
ご披露します。お楽しみに
開催日； 9月24日(月)
場 所； サンライフ魚崎
開催時間；13時30分
皆様の参加をお願いします！！

事務局 便り

<梅カフェ&ミニミニ学ボ-会>

日 時： 9月11日(火)・25日(火)
場 所： ナルク東神戸事務所 13:00～
内 容： 当日のお楽しみ・
世話人： その時の話題提供

平成24年7月期

時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)

会員数 H24年8月現在

項目	活動内容	活動時間	人数	合計
時間預託 活動	提供活動	61	23	87 時間
	事務所当番	26	10	
	講師	-	-	
	点数利用	2	1	
奉仕活動	福祉	75	16	141 時間
	ナルク活動	66	12	

区	世帯数	会員数
東灘	48	73
灘	11	19
中央	16	24
3区以外	20	28
合計	95	144

編集後記：先日、かわいいお子さん1人を含む歌の仲間たち8人で近江舞子へ。湖面を渡る涼しい風にみなさん感激され、松林に椅子・机を出しての懇談や食事、そして湖水浴を存分に楽しめました。澄んだ湖水を通して水中を見ていると、直径約1mの鮎の群れがあちこちに。10月には、産卵のため砂浜に押し寄せてくるでしょう、今年は楽しみです、10月20日、皆さん、いきましょね！！ 堤 信也