



平成 25 年 4 月号 “ナルク” 付録

ナルク東神戸・会報 第 67 号

平成 25 年 4 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

ナルクの理念
自立・奉仕・助け合い・生きがい

<日本の人口 >

松原緋紗子

3月28日に国立社会保障・人口問題研究所が推定で、日本の人口は1億2800万人余りが2040年には1億700万人余りまで減少すると発表しました。4割以上人口が減少する自治体が23%になるといわれています。

また、65歳以上の高齢者の占める割合が2010年では30%を超える都道府県はありませんが、2040年にはすべての県で30%を超え超高齢社会となります。人口減少の多い県ほど高齢化率が高く、秋田県、青森県などで40%を超え高齢化が深刻となり、今後は高齢者も日本を支えていなくてはなりません。私たちはナルクの会員として健康で社会貢献ができるように頑張りましょう。

H 25 年 4 月 ~ 5 月 行事のご案内

H25年4月~5月に多彩な楽しい行事が予定されています。会員以外の方も誘い下さい。

月	日	時間	内容	場所
4月	6日(土)	10時~	第1回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分~	梅カフェ&ミニ学ぼう-会	
	7日(日)	13時~	お料理教室	神戸市民福祉交流センター
	17日(水)	13時~	お楽しみ会 (お茶席)	サンライフ魚崎
	19日(金)	13時30分~	同好会 手芸	ナルク東神戸事務所
	23日(火)	13時30分~	同好会 カラオケ	コートダジュール
	26日(金)	10時~	第2回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分~	梅カフェ&ミニ学ぼう-会	
27日(土)	13時~	ふれあい喫茶	サンライフ魚崎	
5月	9日(木)	13時~	お楽しみ会 (マスキー)	サンライフ魚崎
	10日(金)	10時~	第3回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分~	梅カフェ&ミニ学ぼう-会	
	11日(土) ~12日(日)	4頁参照	皆さんと交流・親睦 近江舞子、イチゴ狩り	マイ湖クラブ
	20日(月)	13時~	お楽しみ会 (演歌)	サンライフ魚崎
	24日(金)	13時30分~	同好会 手芸	ナルク東神戸事務所
			第18回 本部総会	大阪産業創造館
	25日(土)	10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 PC教室		
27日(月)	13時30分~	同好会 カラオケ	コートダジュール	

< 第 21 回お楽しみ会は、サンライフ音頭で始まりました! > 荒谷 雅・辻川光夫

3月29日(金)、サンライフ魚崎のデイサービス会場に、三味線、太鼓、尺八の音が響きわたりました。今回のお楽しみ会は辻川会員紹介の民謡グループ【こぶしの会】の6人による生演奏です。80歳超の男性4名と若き女性2名の混合チームで、民謡・童謡・ナツメロ・抒情歌など親しみやすい17曲を約1時間にわたり、凄いパワーで熱演、流れる民謡・童謡・演歌に、利用者さんは各自歌詞本を手に口ずさんだり手拍子されたり、民謡は、地域の自然や風土、人々の生活の中で生まれ育ってきた魅力があるのでしょう、心から楽しんでおられました。抒情歌では『荒城の月』『瀬戸の花嫁』などは格別嬉しそうで元気なお声です。【こぶしの会】も一緒に歌いながら嬉しそうで力が入っています。【花は咲く】では、デイサービス・メンバーの練習中の曲だったので全員が大合唱となり、何回も何回も歌い、皆さんすっかり歌い終えたという満足感に浸って終わりました



< 素晴らしい演奏の「こぶしの会」の皆さん >

< 3月3日の観梅とお茶会に参加して >

上内雅子

ナルクを紹介されたとき、行事の一つに「堤さん宅での懇親会」があり是非参加してみたいと思っていましたので、3月3日の行事には喜んで参加しました。10時半に摂津本山駅に総勢20名が集合、岡本梅林公園に向かって歩きました。岡本梅林公園は車椅子でも観梅できるようきちんと整備されていました。梅は八分咲きでしたが、見物しているときだけ晴れ渡った青空で印象的でした。梅林公園から三々五々堤さん宅まで約10分豪邸街を通り気持ちのよいお散歩でした。堤さん宅はお料理教室のある建物と本格日本建築のお座敷のある母屋の全体を使ってお抹茶や木村さんの立てられる本格中国茶そして門岡さんのお琴演奏があり、際立った才能をお持ちの方々のお陰で高尚な雰囲気味わえ楽しく過ごすことができました。会員のお互いを思いやる和気藹藹の温かい交流の場で優雅な時間が流れました。皆様のお陰で楽しい1日を過ごすことができ、有難うございました。



< 本格的な中国茶を点てられる木村さん >



< 八分咲きの岡本梅林公園にて >



< 本格的なお琴演奏をされる門岡さん >

< 私の特技コーナー > 門岡武子

私の特技と呼ぶにはおこがましいですが、お琴について少しお話いたします。最初に始めたのは6才で、近くの従姉が師匠をしていたので、否応なく習わされたという感じでした。小学五年生未止めて、(六年生は女学校受験勉強の為)それ以降約45年の空白がありました。

平成元年、大きな手術をした後、何か一つ自分の楽しみを持つとうと思い、昔とった杵柄(お琴)を思い出して、また一から習い始めました。幸いなことに基本の平調子(洋楽では八調ドレミ)という音階が頭に入っていましたので、割合に早く馴染むことができ、事あるごとに弾くことを楽しんでおります。

琴という楽器は、通常13本の糸(絃)から成り長さは6尺(約180cm)位あり、表面は厚みのある板で裏に一枚張って作られており、表板のうら(丁度内側)には波状の切りこみが入っております。これは音が反響する為のものです。糸(絃)は昔は絹糸でしたが、今はナイロンがテトロン絃となっています。13絃以外にも17絃、20絃など、最近は色々な音域の出るものも開発されています。それに琴柱(コトジ、昔は象牙、今はプラスチック)というものを立てて音の調整を行います。音はピアノ等と比べるとか細く思いますが、風雅な趣きがあると私は思います。最後に、色々助けて演奏を支えて下さる方々に感謝いたします。

< 近江舞子の新しいレストラン訪問 >

梅崎美津江

晴天に恵まれた3月16日(日)久しぶりにマイ湖に行って来ました。まだ肌寒く車窓から比良山脈の残雪を眺めながら近江舞子に到着。駅には最近紹介されたレストラン・COCO KUONの方が車で迎えに来て下さり、お店へ案内されました。ここは近江舞子駅北



< レストラン・COCO KUON は、一見普通のお家、比良山系が望めず >

側近くで、最近まで予約制と宅配のみされていたけれど、ご利用の方々から土日だけでも開けて欲しいとの要望で4月から土日は予約不要で開店されると聞き訪問する事になりました。裏庭からは比良の山々を目の当たりに出来、心身の癒しにと植物のレイアウトを色々試みておられ草木の成長を待たれている処でした。お食事のメニューも季節のものをふんだんに取り入れられ、(写真参照)どなたの口にも合う様な味つけと舌触り。自家製の漬物、旬の露の薑の天ぷらが食欲を誘い、好感の持てるもてなしについつい食べ過ぎ、「もう夕食は要らんわ！」の声。食後まわりを散策、土筆も少し過ぎた感じはあるものの、5分程で袋半分を収穫等、田畑に囲まれた隠れ家的カフェ処、一足先に見聞させて頂きました。又皆さんと是非一緒にしましょう！



< 季節の食材をふんだんに使ったお食事 >

今月の俳句

古 書 肆 に も 閉 店 セ ー ル 春 愁 ひ	柳 生 路 の 旧 る 石 畳 飛 花 し き り	選 抜 の 外 野 座 席 の 黄 沙 跡	村 な か に 信 号 一 つ つ ば め 来 る	芽 柳 の 遅 速 も 映 し 城 の 濠	春 愁 ひ
---	---	---	---	---	-------------

2013年度 マイ湖クラブ

交流懇親会のご案内

予定日: 5月11日(土)~12日(日)

お世話係: 東神戸 堤、畑野

今年も、湖西・近江舞子の保養所“マイ湖クラブ”で、皆様との交流懇親会を開催いたします。
参加者は11日に芦屋駅10:00発敦賀行新快速に乗って近江舞子駅下車、まず駅近くのいちご園でいちご狩りを楽しみます。あと宿に戻ってバイキング式食事をレストラン・COCO-KUON から配達して頂き楽しく会食です。一泊される方は夜の懇親会も大いに楽しんで戴きます。11日だけの日帰りもOKですが、帰りの電車は遅くまでありますので、できれば夜の懇親会もどうぞ。参加費は苺狩り込みで日帰り5000円、一泊7000円です。参加お申し込みは、**5月7日**までに、メールかFaxでナルク東神戸までどうぞ。

4月
同好会

<梅カフェ&ミニ学ぼう会>

日時: 4月6日(土)・26日(金) 13時30分~

場所: ナルク東神戸事務所

内容: 活動の活性化など話し合い

世話人: 福田 保 & 事務局



春まさにたけなわ、お茶席を
皆さんとご一緒に楽しみましょう

日時: 4月17日(水)13:30~

内容: お茶席

場所: サンライフ魚崎 1階

<カラオケ>

日時: 4月23日(火)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>

日時: 4月19日(金)13:30~

場所: ナルク東神戸事務所

内容: フェルトのポプリ入れ (前月続き)

世話人: 畑野 芙美子

<ふれあい喫茶>

日時: 4月27日(土)13:00~

場所: サンライフ魚崎ケアハウス4F

世話人: 荒谷 雅

事務局 便り

平成25年 2月期

時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)

会員数

H25.3月末現在



項目	活動内容	活動時間	人数	合計
時間預託活動	提供活動	63	18	85 時間
	事務所当番	23	14	
	講師	2	1	
	点数利用	3	2	
奉仕活動	福祉	87	14	144 時間
	ナルク活動	57	14	

区	世帯数	会員数
東灘	47	71
灘	11	19
中央	17	26
3区以外	21	29
合計	96	145

編集後記: 桜が一気に満開になり、そして散っていています。季節の移り変わりの早いこと！今年2月に着工した芦屋の叔母の家も、はや完成し、いま入居の準備で大わらわです。その間、ナルク東神戸の多くの方々に荷物の整理や運搬で大変お世話になりました。ナルクの有難みをつくづく感じております。 **堤 信也**