



平成 25 年 5 月号 “ナルク” 付録

ナルク東神戸・会報 第 68 号
平成 25 年 5 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

< 神戸市民病院を応援しよう >

中谷庄一

人間、高齢になると身体にガタがくるのは仕方がない、それぞれの病状に対し、医者や病院のお世話になる頻度が多くなる。そのような時、信頼のおける医者、安心して治療してもらえる病院があることは最も大切なことである。幸い、神戸市には、全国の病院の中でも上位にランクされる神戸市民病院がある。先端医療の分野にも取り組み、全国的に注目され、評価も高い。ただ、全国のどの病院も、財政面では苦しいと聞く。ナルク東神戸の会員の大半は神戸市民であるので、市民病院は「私達の病院」という感覚で、ささやかながらも、寄付等で応援することが、病院の健全な運営に寄与し、結局は私達の健康の安心感にもつながると思う。

そこで、会員の有志の皆さんから 500 円程度の寄付金の協力をいただき、合計金額をナルク東神戸の名前でまとめて病院に寄付し、病院との繋がりを持っておくことは如何でしょうか。ナルクの社会貢献方法の一つとして対外的にアピールし、それが会員の安心と会の発展につながれば、願ってもないことと思っております。

H 25 年 5 ~ 6 月行事のご案内

H 25 年 5 月 ~ 6 月に多彩な楽しい行事が予定されています。会員以外の方もお誘い下さい。

月	日	時間	内容	場所
5 月	9 日(木)	13 時 30 分 ~	お楽しみ会 (懐かしい抒情歌)	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)	芦屋駅 10 時発 敦賀行新快速	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 30 分 ~	お楽しみ会 (演歌・歌謡ショー)	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
	"	13 時 ~	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	
6 月	6 日(木)	10 時 ~	第 5 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	
	15 日(土)	11 時 ~ 15 時	第 7 回定期総会	レストラン「シェ・ドック」3 階
	21 日(金)	13 時 30 分 ~	お楽しみ会 試写会(DVD)	サンライフ魚崎
	22 日(土)	10 時 ~	第 6 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(月)	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	

< 恒例の料理教室開催 >

佐々木真知子

4月7日 荒れると予想されていたお天気も晴れて、参加者21人全員集合して、いつものように堤先生指導の元、懐石風献立に挑戦です。今回は昆布、かつおぶしを使い本格的にだしをとりました。普段から、だしの取り方は知っているつもりでしたが、やはり先生の昆布の色が出るくらいまでじっくり火を通し、少し水を差しからかつおぶしを入れ沈殿させて上澄みを使うという説明には納得です。腕物に入れるおろし大根の臭みを取る為に水で洗うということも初めて知りました。よもぎ麩の腕、中華風刺身の向付、レンコンと椎茸の旨煮小松菜りんご酢和えと美味しそうなメニューが並びどれもシンプルですが、だしが効いていいお味が出ていました。いつも料理教室では、何か必ず新しいことを教えていただき、美味しくて為になる楽しい時間でした。

今年から会場の福祉センターの利用が有償になり、負担が増えてしまうかと心配しましたが、買い物上手な廣岡さんや畑野さんのお陰でいつもと同じ会費で賄うことができました。

準備や片づけ等々お手伝いいただいた皆さん、ありがとうございました。そして堤先生にはいつも素敵なご指導を感謝致します。



< ナルク東神戸から特養へのお楽しみは 《茶の湯・お茶席》です >

4月17日(水) サンライフ魚崎の皆様お待ちかねの《お茶席》です。ディサービスのお客様に、ケアハウスのお客様で会場は満杯です。お点前ご披露は、和服姿の大井先生とお弟子さんの天王寺谷さんに、男性は、堤副代表の3名の方です。お琴の曲のなか、気持ちはスキッと何とも言えぬ清涼感でしょうか。豪華でもなく、華やかでもなく、地味な中にも、「茶巾」や「お湯通し」など「細かい立ち居振る舞い」にも流れるような雰囲気、お客様もしっかりと所作をよく見てお出です。「綺麗ですね！」とウツトリの人も。男性・堤さんの真剣なお点前に、少し驚き見入る人も。「どっしりとしていいじゃん！」とも。お客様からも『お点前をやらせてほしい』と希望の人も、ナースの桐生さんも大井先生の優しいご指導で、お点前披露！茶筌を握る手付きも優しく、二人とも今までに見たこともない真剣な顔立ちは見惚れる程です。また、お抹茶を配るナルクの女性陣も大忙しです。お抹茶を配る時に目の前で茶筌で混ぜて差し上げるなどのサービスもちょっと邪道でしたか？遊び心でサービスにも努めていて喜んで戴いていました。お客様も昔の記憶を呼び覚まされて『ホントに嬉しい、久しぶりのお茶が美味しかった。楽しかったよ有難う』と良いお顔で幸せそうです。お点前ご披露のご三方にはお疲れ様でした。有難うございました。



< 天王寺谷さんのお点前 >

荒谷 記

< 4月のふれあい喫茶は、二組のコンサート >

木村都久子

今日はめずらしくお客様が少ない…ん？ゴールデンウィークにさしかかり、楽しい予定がはいった方が多かったのかもしれないね。ナルクからは8名のお手伝いで久々の方とお出会いもあり、私たちにはラッキーでした。今回はフルート・サクソ・ホルンの三重奏。途中各楽器の紹介があり、個々の美しい音色を教えてくださいました。春の歌、懐かしい歌、多分演奏者の十八番(おはこ)など、皆さんのうたごえと共に前半の部が終わりました。後半はオカリナです。大小3つのオカリナの違いなどを話されました。はじめ数曲はなじみの少ない曲でしたが、美しい音色に聞き入っておられました。勿論ご存知の曲はご一緒に…です。奏者はナルク年代とでもいいでしょうか。「当初は独学でしたが、『これではいかん』と教室に通っています。こうして施設などで演奏させていただくと一層勉強になり、有り難いことです」とおっしゃいました。この日は2倍楽しませていただき、それぞれ素晴らしい演奏会でした。

< 私の特技コーナー >

茶道は私のライフワーク 大井和子さん

サンライフ魚崎のお楽しみ会で、デイサービスに来られている方々に年2回、お茶のお点前をして、皆様を暫し茶道の世界に誘(いざな)われている当会会員の大井和子さん(茶名 大井宗紅)に、お話を伺いました。

お茶の道に入り、そして今日まで続けてこられた動機は？：小学校5年生のとき、出征する父の送別の会で祖母の御点前のお手伝いをしたのが最初です。終戦後、戦死した父の書斎を茶室に改装し、祖母と母が本格的に自宅で茶道を教えるようになり、そこに自然と参加するようになり、いつの間にか現在に至っています。

(大井さんは現在、裏千家茶道普及の活動組織である「淡交会」の役員をされながら、ご自宅での教室はもちろんのこと、地域で開催される茶道啓蒙事業でも積極的に忙しく活躍されています)

茶道には、許状をいただくまで長い修行の期間があるとのことですが：入門から名誉師範まで7段階があります。私が名誉師範を戴いたのは77歳の時ですが、それまで、本当に激務の連続に耐えて精進してきました。

それでも続けてこられたことの魅力は何でしょうか？：茶道は、特に最近は忘れ去られようとしている、よき日本文化の結晶と言えるのではないのでしょうか。すなわち、人を思いやる心、「おもてなしの心」「礼儀」を大切にすると、言う基本の考え方に共鳴していることがあると思っています。人生には、様々な段階がありますが、それを間違いなく果たしていくにはあらゆる場面で「段取り」が必要です。御点前には、様々な段取りがあり、それを一つ一つ果たしてこそ、最後にお茶を供することができます。そして、これからも、代表的な日本文化でもある、庭園・掛け軸・生け花・部屋(茶室)・道具を、これからの世代に、大切に継承していかなければと思っています。

大井先生にはこれからもお元気で後輩のご指導を続けて行かれることをお祈りいたします。 八代 記

< ナルクの助け合いにありがとう > 水野知子

先日、お忙しい堤さんをお願いして、道具一式をお持ち頂いて棚の改造をして戴きました。元々は「困」の字のように9つに区分された棚でしたが、右上の「十」字の棚板を切り取って、テレビが収まるようにして下さいました。

これで娘の部屋がすっきりとし、娘ともども大変喜んでおります。本当に有難うございました。

< テレビがすっきりと収まった棚 >



< 今月の手芸 > 梅崎美津江

4月19日(金曜日)今日はそう、手芸の日、6名の出席でした。ハートのポプリ入れの予定が、兜の押絵、フェルトのバッグ、保険証入れなどとバラエティーに富み内容の濃い日となった。バッグを作って居た私も、兜作りを見て「お！兜も良いなあ〜」ついに私も材料を分けて頂き、もう仕上げた気分で飾る場所を考えたのには驚く。物作りはやはり心が豊かになるのでしょうか？ お喋りも弾み皆さんの笑顔も素敵に輝いていました。



< バラエティーに富んだ作品群 >

今月の俳句

吉野弘夫	一万歩六キロペースに風薫る	敦盛の塚の梵字や花は葉に	風の色訊く写生児の五月かな	黙々と園丁の掃く竹の秋	四半世紀遠くなりつつ昭和の日	五月
------	---------------	--------------	---------------	-------------	----------------	----



第7回 定例総会のご案内



日 時 : 6月15日(土) 11時開催 (10時30分~受付)
 場 所 : レストラン「シェ・ドック」 阪急岡本駅より南へ徒歩2分
 入口すぐ右手のエレベータ3階 東灘区岡本 1-8-21
 内 容 : 昨年度の活動をプロジェクターにて映写報告の後、審議
 今年度の取り組みを審議。
 講 演 : 仮題: 少子高齢化をどう克服していくか、講師 ナルク本部事務局長 狩野 勇様
 懇親会 : 会議終了後、昼食をとりながら楽しいひと時を
 会 費 : 1,000円 (豪華ランチ)

5月
同好会

<梅カフェ&ミニ学ぼう>

日 時: 5月10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: 事務局

<カラオケ>

日 時: 5月27日(月)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 : 5月24日(金)13:30~
 場 所 : ナルク東神戸事務所
 内 容 : タオルで可愛い人形制作
 世話人 : 畑野 芙美子

お楽しみ会

- 1、日時: 5月9日(木)13:30~
演目: 懐かしい抒情歌
- 2、日時: 5月20日(月)13:30~
演目: 演歌・歌謡ショー
場所: サンライフ魚崎 1階
会員の皆様が出演、お楽しみ下さい。

<PC教室>

日 時 : 5月25日(土)13:30~
 場 所 : ナルク東神戸事務所
 内 容 : 疑問点・難問解決
 世話人: 福田 保



事務局便り



時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)
 H25年3月期

会員数

H25.4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	69	18	90 時間
	事務所当番	31	13	
	講師	4	2	
	点数利用	14	2	
奉仕活動	福祉	71	11	146 時間
	ナルク活動	75	13	

区	世帯数	会員数
東灘	47	71
灘	11	19
中央	17	26
3区以外	22	30
合計	97	146

編集後記: 荒谷さんは、これまでサンライフ魚崎に関わる全てについて、愛情と熱意をもって担当して下さって来たのですが、脳梗塞を発症された奥様を全面的に介護されねばならない事態となりました。これからはサンライフ魚崎に関わる諸々の活動を、東神戸の会員みんなで愛情と熱意をもって分担して頑張りましょう。 **堤 信也**