

# 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 78 号

平成 26 年 3 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

## <野菜の宅配>

木村都久子

この度縁あって、福島野菜を宅配して頂くことになりました。今や日本で食される農産物の、なんと輸入品が多いことでしょう。小麦や大豆など加工されると、もう輸入品の意識が薄れます。農村から若者がどんどん消えていく様子がたびたび放映されます。「第一次産業を大切にしない国は間違っている！」ずっと思っていました。私は一消費者。単なる文句垂れです。そんな時ナルクを通して福島野菜の朗報。時を同じくして、母の里の従兄妹たちが、専業農家としてグループを組み、花、野菜、卵、自家野菜を使ったケーキなどをネットで販売していると情報が入りました。早速「お任せコース」を注文。農家直と言うのは、地産地消、新鮮、安心。何より身内の者が先祖代々の農地を大切に守ってくださることがいじらしく、誇りでもあります。斯くして、福島、東播磨、従来からのJA六甲と野菜三昧。日本の農家万歳！

## H26年 3 月～4 月行事のご案内

H26年 3 月～4 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
3 月	2 日(日)	11 時～	岡本梅林の「梅」を楽しみましょう	集合：摂津本山駅改札を出た正面
	9 日(日)	10 時～	第 23 回運営委員会	神戸市民福祉交流センター
		12 時30分～	お料理教室	
	20 日(木)	13 時 30 分～	お楽しみ会 (回想レクリエーション)	サンライフ魚崎
	25 日(火)	10 時～12 時	第 24 回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13 時30分～	PC教室	
	26 日(水)	4面参照	比良八講荒れじまい	近江舞子クラブの浜辺
27 日(木)	13 時30分～	同好会 カラオケ	大和	
4 月	4 日(金)	13 時30分～	お楽しみ会 (東神戸即席劇団)	サンライフ魚崎
	6 日(日)	4面参照	お花見	水の科学博物館
	12 日(土)	10 時～12 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	
	16 日(水)	13 時 30 分～	お楽しみ会 (お茶席)	サンライフ魚崎
	24 日(木)	10 時～12 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		
25 日(金)	13 時30分～	同好会 カラオケ	大和	

## ＜東灘区地域ケアネットワーク会議＞

松原緋紗子

2月1日にケアネット会議が開催され畑野さん、木村さんの3人で参加しました。

阪神淡路大震災の翌年度よりスタートし今回で18回目とのことでした。昨年度より東南海地震に対応して「災害時の地域ネットワーク」について取り組んでいるとのこと。同志社大学社会学部教授立木茂雄氏より「要援護者支援のネットワークをひろげる・ふかめる・たかめる ～災害時に役立つ普段のつながり～」の演題で講演の後、地域ごとのグループに分かれて、災害時のハザードマップを作りそれぞれ発表をしました。

神戸市は山、海、川に囲まれていて津波、山崩れなどの災害時の危険地域が広く、安全な地域避難所、特に障害者、高齢者の要支援者の避難福祉場所の確保が難しいことを知ることとなりました。

日頃の備え、見守り、支え合いなど私たち一人一人にできることは小さくても、その力がつながることが大きな力になることの大切さを感じました。

## ＜サンライフ魚崎・第35回お楽しみ会＞

森 一夫

2月19日は、待ちに待った、お楽しみ会。昨年9月に結成されたJKB-6の超熟年男性5名の懐かしい歌と伴奏の小山さんのピアノで大いに盛り上がりました。会場には、入りきれないほどの参加者。はじめてからも、次から次に車椅子で聞きに来られます。きっとこの時を楽しみにされていたんだなあと感じました。歌う前には、それぞれに解説もあって、歌への想いもじっくりと伝わりました。なじみの曲では、会場の皆さんの手拍子も響いていました。最後には全員で歌えるように歌詞も配布。雪、どんぐりころころ、春が来たなど懐かしい童謡をみんなで元気に歌いました。終わったあと、皆さん、やさしくて温かい表情になって、会場には一足早く笑顔の花が咲きました。私も参加できたことに、感謝！感謝！感謝！の1日でした。



＜“ナルクの歌”を歌うJKB-6の皆さん、左から佐藤さん、吉岡さん、堤さん、中谷さん、山田さん＞

## ＜サンライフ魚崎・ふれあい喫茶に参加して＞

正井美那子

窓越しに暖かい日差しが差し込む2月22日の土曜日。プロのバイオリニストとピアニストをお招きして、恒例の「ふれあい喫茶」が開催されました。バイオリンの甘い音色。その音色に溶け込むように流れるピアノ。お二人のすばらしい演奏とやさしい笑顔が会場全体に広がり、私たちボランティア(9名)コーヒーを入れる手を休めて聴き入っていました。春の訪れの近いことを感じたこの日の「ふれあい喫茶」。最後にみんなで歌った「春よ来い」で、会場は大いに盛り上がりました。

## ＜新会員のことば＞

柳坊 文子 (やなぎまち ふみこ) さん

謙虚 思いやり 私の大好きな言葉です。そうありたいと思っていますが思うばかりで現実にはなかなか難しい事だと感じています。友人のお話でナルク東神戸の存在を知り、早速お話をお聞きし、私に何か出来る事・出来る時にボランティアが出来ればと思い、今回入会させていただきました。どうぞよろしくお願ひいたします。



## ＜私の特技＞コーナー

### ＜私の特技 エコ絵画＞

梅崎 美津江

何にでもすぐ興味を持ち、すぐ飽きる。そんな私が一貫して 2、30 年程続けているエコ絵画がある。布を主体にする時も、紙を主体とする事もある。要するに作る為に買い揃えるのではなく、手持ちの物で創作するのである。常日頃から「あ！これは良い！」「これは綺麗だ！」と買い求めたりしている物が創作意欲をかき立てる。20 歳位からどれ程作って来たでしょう！その存在がどうなったのか、忘れていたが、日々の私を癒してくれるのは、閃きと創作の為に無心になり、自分の思い通りに出来た時の達成感は何とも言い難い喜びである。お酒を飲めるのであれば一升でも飲みたい程嬉しい！だが、閃きがないと作らない、1 年に何作出来るだろうか？気ままに 創作出来るところが良い！それが私の心を癒してくれる特技である。



＜色つき新聞エコ＞



＜未来＞



＜月夜の散歩＞

### ＜岡本梅林の観梅＞

田所克之

3月2日にナルク東神戸の美男美女(?)14人が新装なったJR摂津本山駅改札口前に集合「わあ、きれいな駅になったね！」との歓声も。ここを起点に岡本梅林公園へ向けて約20分のウォーキングです。心配されていた雨もあがり、ほど良い気候に天井川の川底を散歩するデッカイ猪も気持ちよさそう、発足間もない写真クラブの面々も早速カメラに収めていました。岡本梅林公園もリニューアルされて、車椅子で園内を巡れるようなスロープ径や高齢者用の手摺が多く設置され、昔とはずいぶん変わっていました。およそ 5500 m<sup>2</sup>の園内には「おもしろのまま」「道知辺(ミチシルベ)」「摩耶紅梅」など珍しい名前や神戸ゆかりの名前のついた37種類の白・紅・深紅の梅が、まさに見頃真っ盛りに咲き競い、

＜左から、堤・梅崎・佐々木・八代・田所・八尾・柳坊・正井・畑野の皆さん＞

その美しさ、愛おしさにしばし酔いしれました。約1時間の散策のあと、また天井川ぞいに猪を見ながら駅まで戻り、イタリアンレストランで楽しく談笑しながら昼食を摂りました。早春の短いひと時でしたが和気藹藹の楽しい一日となりました。八代さんはじめ、企画から昼食までお世話して下さいました。有難うございました。



撮影：淵田さん <左から、木村・門岡・西川・水野の皆さん＞

### ＜新しい二つのクラブご紹介＞

梅崎美津江

まずは先月号で八代さんよりご紹介の「写真クラブ」、3月より発足予定です。日本の四季折々の煌めきをお届けしたいと思っています。八代さん頼りに、梅崎、頑張ります。ご支援のほど、よろしくお願い致します。

もう一つは「ちょこっ歩(ぽ)クラブ」です。こちらも3月発足の予定です。近場にある美味しい処、景色の良い所、珍しい物がある所等々、皆さんの行きたいと思われる所を一カ所づつクリアして行きたいと思います。

いつ迄も心に残る「あ、る、き」で、楽しかったと思えるひと時をできるだけ多くの人と共有したいと思い、立ち上げる次第です。この二つのクラブ、いずれもとくに新会員の方々の参加を大歓迎します。両方参加も結構です。

奮ってのご参加お待ちしております。早速に、第一回目の「ちょこっ歩クラブ」は4面にありますように、皆さんを3月26日の比良八講へお誘いします。世話人、畑野さん、サブ、梅崎です。今後共よろしくお願い致します。

# お知らせ



## お花見のお誘い

恒例の“比良八講”に参りましょう

### 比良八講

#### <湖国に春の訪れを告げる恒例の圧巻法要>

天台系の行者たちが法水を船上から琵琶湖にまき、浄水祈禱を行い、近江舞子浜で巨大護摩を焚く壮大な行事。

\*開催日時：3月26日(水) 11時～法要

\*開催場所：近江舞子中浜水泳場

(ナルク東神戸 マイ湖クラブの目の前の浜)

JR芦屋9時発新快速で近江舞子下車すぐ  
ちょこっ歩(ぽ)クラブ・当日世話人：堤

#### <県下一の桜を見に行こう>

約200本の桜が咲き誇る水の科学博物館  
ドイツルネッサンス様式の建物と桜の花  
が美しいところです

日時：4月6日(日)

場所：水の科学博物館

集合：集合11時 三宮そごう前バス

揃ったら 市バス⑦系統で15分  
楠谷町バス停で下車、徒歩すぐ

入館無料

#### <PC教室>

日時：3月25日(火) 13時30分～

場所：ナルク東神戸事務所

内容：森さんに教わったipad 伝授など

世話人：堤・八代・梅崎

#### <カラオケ>

日時：3月27日(木)13時30～

場所：大和

費用：ワンドリンク+歌い放題 1,500円

世話人：辻川 光夫

#### <手芸>

永年、同好会手芸で斉藤さんのご指導により  
沢山の作品を楽しんで来ましたが、受講  
される方が減少し当分の間お休みします。

3月  
同好会

## お楽しみ会

### ♪♪～ お楽しみ会 ～♪♪

iPad を活用して昭和初期の映像をスクリーンに映し出し、懐かしい歌と森さんのトークが盛り上げます。参加者の皆様と一緒に楽しみましょう。

日時：3月20日(木) 13:30～

内容：回想レクリエーション

場所：サンライフ魚崎

・皆様ふるってご参加お願いします。・

## 事務局便り

☆時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)  
H26年1月期

項目	活動内容	活動時間	人数	合計
時間預託活動	提供活動	64	18	84 時間
	事務所当番	18	19	
	講師	2	1	
	点数利用	-	-	
奉仕活動	福祉	65	13	124 時間
	ナルク活動	59	12	

☆新会員のご紹介

柳坊 文子様 (灘区)

☆会員数

H26.2月末現在

区	世帯数	会員数
東灘	46	68
灘	13	21
中央	17	25
3区以外	27	37
合計	103	151

編集後記：かねてよりナルク東神戸のホームページをリニューアルすべく佐々木さんを中心に福田さんにも大変ご尽力を戴いておりましたが、ご苦勞の末ついに新しいホームページが見られるようにして下さいました。<http://nalc-plum.sakura.ne.jp> で見てください。 数々のご苦勞談は次号で。 堤 信也