

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90号

平成 27 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

# く 運営委員会だより >

# 運営委員会

2月22日、第22回運営委員会が開催されました。主な審議事項は、①**6月の総会の開催**に関する事項と、②新しく始めようとする「歌のサロン"鶯"」でした。①の議題は、昨年まで開催していた会場が、今年4月以降使えない事が分かり、それに代わる安くて足場の良い会場はないか意見を出し合い、結論として JR 住吉駅すぐの、うはらホールの会議室を予約する事となり、3月1日に申し込みに行った結果、6月21日(日)に会場が確保できました。②の議題は、会員増につながる歌のサロンを新しくスタートしようという提案について話合い、やはり足場がよくて比較的安く借りられる施設としてうはらホール9階の音楽室が最有力候補となり、第一回の4月23日と、第二回の5月21日に予約ができました。伴奏のピアニストも引受けて下さる方が決まり、以降毎月第四木曜日に開催する予定です。

## H27年3月~ 4月行事のご案内

| 月  | 日       | 時間      | 内容                 | 場所            |
|----|---------|---------|--------------------|---------------|
| 3月 | 1日(日)   | 10時~    | ちょこっ歩(岡本梅林公園散策)    | JR摂津本山駅 10時集合 |
|    |         | 13時30分~ | お雛祭り会              | 会員 堤宅         |
|    | 8日(日)   | 10時~    | 第 23 回運営委員会        | ナルク東神戸事務所     |
|    |         | 13時30分~ | パソコン 相互勉強会         |               |
|    | 11日(水)  | 10時~    | 同好会 麻雀             | ナルク東神戸事務所     |
|    | 12 日(木) | 13時30分~ | お楽しみ会(中学生の三味線演奏)   | サンライフ魚崎       |
|    | 15日(日)  | 16時~    | 清掃ボランテイア懇親会        | 三宮ミュンヘン       |
|    | 19 日(木) | 13時30分~ | お楽しみ会 (アンサンブル マドカ) | サンライフ魚崎       |
|    | 22 日(日) | 10時~    | 第 24 回運営委員会        | ナルク東神戸事務所     |
|    | 23 日(月) | 13時30分~ | 同好会 カラオケ           | コートダジューウル     |
|    | 25 日(水) | 10時~    | 同好会 麻雀             | ナルク東神戸事務所     |
|    | 26日(木)  | 10時~    | 比良八講               | 近江舞子・マイ湖クラブ   |
| 4月 | 3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       |
|    | 8日 (水)  | 10時~    | 同好会 麻雀             | ナルク東神戸事務所     |
|    | 11日(土)  | 13時30分~ | 第 1回運営委員会          |               |
|    | 15日(水)  | 13時30分~ | お茶席                | サンライフ魚崎       |
|    | 20 日(月) | 13時30分~ | 同好会 カラオケ           | コートダジューウル     |
|    | 22日(水)  | 10時~    | 同好会 麻雀             | ナルク東神戸事務所     |
|    | 23日(木)  | 13時30分~ | 第1回 歌のサロン "鶯"      | うはら ホール9F 音楽室 |
|    | 25日(土)  | 13時30分~ | 第 2 回運営委員会         | ナルク東神戸事務所     |

# くナルク本部主催の「終活セミナー」に参加して>

## 木村都久子

第一回終活セミナーが2月26日10時から16時まで大阪中市央公会堂集会室で開催されました。広い会 場は満席でした。このセミナーは三部作。1部=理想の葬儀。 2部=財産の増やし方。 3部=相続対策。

葬儀の多様性は、そのまま生き方の多様性。自分の理想の送られ方を希望しても、とり行うのは家族・喪主。 結局は普段から心をかよわせていないと、幽体離脱してから『そうじゃないよ~』と言っても遅い!結婚式を質素 にして生活費に回したい若者と同じく、豪華な葬儀を止めて、残された者に回そう…と思う人もいるだろう。葬儀 も色々あっていい。

資産運用は実は正解が無いと思っている。専門家の判断が正しければ、本職の人は、儲かって儲かって。昔 は利息で生活していた人もいたのに。銀行のゼロ金利は久しい。そんな中で、少しでも利率が良くて、リスクの少 ないものを、しかも日々の生活費とは別金で。

相続対策はある人の話。しかしある人も無い人もモメマス、それなりに。堅実に貯蓄したり、ご先祖さんが大事 に守った不動産を、代変わりするからとガボッと税金に持って行かれるのはおかしい。何のために倹約したのだろう。 大事な土地を切り刻まれるんだろう。ならば、少しでも損失を少なくする工夫は必至だ。思えば人間の欲は際限 ない。でも納得した生き方でほどほども大事かなとも思ったセミナーだった。

# <恒例 堤邸でのお雛祭り>

## 佐々木真知子

3月1日 岡本の梅林を散策してから堤さんのお宅でお雛様を予定していましたがあいにくの雨模様で急遽、

観梅は中止して堤さんのお宅へ直行しました。

お茶をしながら、わいがやがやと四方花話(海外旅行に パスポートを忘れた話・若い時のオフィスレディ時代の話) に大いに盛り上がり、お昼は各自希望のお弁当を買い 出し隊が調達。堤さん提供の赤出汁とで美味しく頂き、 メインイベントの門岡さんのお琴演奏、皆さんで春とお雛 様にちなんだ曲を歌い お抹茶に和菓子と和風一色の しっとりとしたひと時でした



**<門岡、中谷、八代、堤、佐々木、田所、梅崎 の皆さん> <門岡さんのお琴の音で"千の風"を歌う中谷さん>** 



#### <サンライフ魚崎でのふれあい喫茶(2 月 28 日)> 梅崎美津江

「おはようございます!今日は盛り沢山の出し物ですよ!」と声が掛かる。私達ナルクの7人も所定の位置に 着き、オーダーを聞きながらざっと30人を超す席にコーヒー、紅茶の有無を確認する頃、先述の出し物が始まる。 まずは、大きなトランプのマジック、来客は有らぬ答えを…さては物ではなく、者のマジックに酔わされたかな?さて、 その次はギターによる昭和の歌に酔いしれ、手拍子交じりで軍歌あり、演歌あり、旅情歌などで笑顔一杯の華が 咲いた!その次は絶妙なお喋りを投げかけ題名を引き出しハーモニカによる、これ又来客の80代中心の若い頃 歌ったであろう曲が懐かしい旋律で時間超過を気にされながら奏でられた。来客の皆様の活気と笑顔がナルクの 私達にも帰りの挨拶と共に向けられた。

# <1月のちょこっ歩>

「身も心もリフレッシュ」1月のちょこっ歩は 31日(土)に実施されました。

場所はスーパー銭湯「潮芦屋温泉、水春」です。午前中から集った女性陣三人に加え (雪が降り、雪見風呂ができたとか)、

屋からも男性二人が顔を揃えました。広々と した何種類ものお風呂で身体を伸ばし、数 種類の岩盤浴で汗を流すと、かなり癒されま すね。 心身共にかなりリフレッシュでき、いい



<畑野、佐々木、田所、八代、梅崎 の皆さん>

休日になりました。素敵な企画を組んで下さった梅崎さん畑野さん、ありがとうございました。

# く甘辛クラブ、時々(ドキドキ)>

2月21日にナルク東神戸の事務所で「ちょこっ歩」と「写真クラブ」合同の 企画『甘辛クラブ、時々(ドキドキ)』が 開催され、13人の方が集まりました。

私がナルクの会員になって初めての 2クラブ共催(?)の取り組みで、新鮮 さを感じました。テーブルには、いつも 好評の広岡さんのおいし~い手料理 や、各々が持ち寄った食べ物・飲み物 がならびました。久々にお会いできた 方の近況報告(荒谷さん、奥さんがお

# 田所 克之

田所克之



<畑野、梅崎、広岡、辻川、荒谷、田所、崎谷、門岡、堤、三野 の皆さん>

元気になられて良かったです)があったり、戦時中の話や阪神淡路大震災の話、そして若かった頃の遊びなどの思い出(なんと蛭や南京虫に血を吸われた話まで出ました)でおおいに盛り上がり、あっという間に時間が過ぎました。お腹も満腹、気持ちも満足の一日でした。「事務所を活用して、食事をしながら、みんなでワイワイガヤガヤと楽しく過ごすことができる」ナルク東神戸の新しい取り組み方のひとつかもしれませんね。企画、準備をしてくださった梅崎さん、畑野さん、広岡さん(通称、青木のフランス人形とおっしゃるとか)、又お茶うけやデザート等を提供して下さった方々、素敵な時間をありがとうございました。そして参加された皆さん、お疲れ様でした。

# 写真クラブ撮影会

「王子動物園界隈を写そう!」

日時 : 3月15日(日曜日)

集合場所: 阪急王子動物園駅

集合時間: 13:30 お世話係: 八代・梅崎

☆オプション事項

福西清掃ボランティアグループの ご苦労様会に、写真クラブが合流して、

三宮ミュンヘンでお食事

集合:15時45分

集合場所: JR 三ノ宮駅西改札口

# く写真クラブコーナー>

伊勢神宮の朝日 堤 信也



# 比良八講へのお誘い

湖国に春の訪れを告げる恒例の法要、天台系の行者たちが

法水を船上から浄水祈祷を行う、壮大な行事。

\*開催日時: 3月26日(木) 11時~法要

\*開催場所:大津市 近江舞子中浜水泳場

・・・ナルク東神戸 マイ湖クラブの前の浜・・・

JR芦屋9時発新快速で近江舞子下車すぐ

25 日~マイ湖クラブで前泊し行事に参加しましょう。

申し込み 世話人: 堤迄



### **<カラオケ>**

日 時: 3月23日(月)13時30~

ワントリンク+歌い放題 約1,000円

場所:コードダジュール

世話人: 辻川 光夫

楽しい歌ご一緒に楽しみましょう

## <麻雀クラブ>

日 時: 3月11日(水)・25日(水)

10 時~

場所:ナルク東神戸事務所

会 費: 300円



# 事務局便り

# ☆時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績) H27年1月

| 項目     | 活動内容  | 活動時間 | 人数 | 合計  |
|--------|-------|------|----|-----|
| 時間預託活動 | 提供活動  | 49   | 17 | 70  |
|        | 事務所当番 | 21   | 11 | 時間  |
|        | 講師    | _    | -  |     |
|        | 点数利用  | -    | ı  |     |
| 奉仕活動   | 福祉    | 76   | 16 | 127 |
|        | ナルク活動 | 51   | 16 | 時間  |

# 芦屋学園中学高等学校の皆さんによる お楽しみ会

日 時:3月12日(木)13:30~

場 所: サンライフ魚崎

内容:中学生による三味線の演奏

バトン & コーラス も

アンサンブル・マドカ

日 時:3月19日(木)13:30~

場 所: サンライフ魚崎

内 容:なつかしい歌のコーラス

皆さまのご参加をお待ちしています

#### ☆会員数

#### H27 年 2 末現在

| 区     | 世帯数 | 会員数 |
|-------|-----|-----|
| 東灘    | 45  | 67  |
| 灘     | 12  | 19  |
| 中央    | 15  | 22  |
| 3 区以外 | 23  | 30  |
| 合計    | 95  | 138 |

**編集後記**: 先月の運営委員会で「梅チャッティング」を広げましょう、ということが決まりましたね、さて、皆さん この1カ月の間、何度くらい"梅チャッティング"されました?? まだ何か恥ずかしいような感じでしょうか。 でも、思い切って、まずは親しい人でよいので、チャッティングしてみましょう。その広がりが、必ずナルクの元気 に繋がります。「梅チャッティングメモ帳」を作って、だれといつチャッティングしたかをメモしておくと楽しいですよ。 そして今月は、さらに新しい試みをしようとしています、それは「歌のサロン"鷽"」です。一般の方々もたくさん 呼び込んで、昔の歌声喫茶みたいに、ピアノ伴奏で懐かしい歌を歌います。 そして一般の方々の中から、 ナルクの活動に興味を持たれる方には入会して戴いて、発展させて行きたいと考えています。