



ナルクの理念
自立・奉仕・助け合い・生きがい

平成 27 年 4 月号 “ナルク” 付録

ナルク東神戸・会報 第 91 号

平成 27 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

< 新年度に向けて >

松原緋紗子

4 月より平成 27 年度が始まりますが、超高齢社会となり高齢者の介護が問題となっています。そこで国の方針で介護保険で介護度の低い要支援の事業が市町村に移行することになります。ナルクにはその担い手として地域での活動が求められています。ナルク本部からも、地域の活動についての対応を進めるようにとの文書が届いています。しかし地域の活動への参画を始める前にまずしなければならない大切なことは、ナルク東神戸の中での会員同士の助け合いを活発にし、支援活動の基盤を築いておくことです。実際のところ、東神戸では助け合いが活発であるとは言えませんが、それは何かお困り事があっても声として表面化していないことが一つの原因とされます。どんな小さなことでも声をあげて頂き、梅チャットングでそれをキャッチしながら、助け合いをどんどん進めて参りましょう。東神戸の総会は 6 月 21 日（日曜日）に開催いたします。多くの方に参加していただき、顔の見える仲間として会員同士のつながりを深め、お困りごとの助け合いにつなげていきましょう。

H27 年 4 月～ 5 月行事のご案内

H27 年 4 月～ 5 月に多彩な楽しい行事が予定されています。会員以外の方もお誘い下さい。

月	日	時間	内容	場所
4 月	4 日 (土)	現地 11 時～	お花見	阪急芦屋川駅
	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 10 分～	歌のサロン 鶯(うぐいす)	東灘区民センター 9F 音楽室
	25 日 (土)	12 時 30 分～	ふれあい喫茶	サンライフ魚崎
	26 日 (日)	13 時 30 分～	第 2 回運営委員会	ナルク東神戸事務所
5 月	7 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
	10 日 (日)	13 時 30 分～	第 3 回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	20 日 (水)	10 時～	同好会 麻雀	〃
	21 日 (木)	13 時 10 分～	歌のサロン 鶯(うぐいす)	東灘区民センター 9F 音楽室
	23 日 (土)	現地 11 時～	ちょこ歩・写真クラブ	京都植物園
	24 日 (日)	13 時 30 分～	第 4 回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	26 日 (火)	13 時 30 分～	同好会 カラオケ	コートダジュール
	27 日 (水)	13 時 30 分～	本部 第 20 回定時総会	大阪産業創造館

＜若い人達によるお楽しみ会が開催されました＞ 中谷 庄一

3月12日(木)午後2時から、芦屋学園中学・高校の生徒さん達による演奏会が、サンライフ魚崎で行われました。従来、サンライフ魚崎でのお楽しみ会は「JKB—5」や「東神戸即席劇団」など、高齢者が頑張っている姿をお見せし、入所者の皆さんを元気づけようと演奏会を行ってきましたが、今回は、NALC 東神戸会員の植上幸子さんのお孫さんが三味線をやっておられるという話を聞き、若い学生さん達に登場願うこととなりました。最初はバトントワラーの皆さんのキビキビした・統制のとれた演技に圧倒されました。次に登場されたのは、三味線を持った男女二人の学生さん、その男子学生がなんと植上さんのお孫さんと聞きビックリ、「さくら」と「荒城の月」を見事演奏されました。最近、日本の伝統楽器である「琴」「三味線」などに関心が持たれなくなりつつある時、このような若い学生さん達が演奏されることに感激しました。三番目はコーラス隊の登場、懐かしい歌を6曲、元気よく素晴らしいハーモニで歌われ、会場の皆さんも一緒に歌いました。最近、おじいちゃん・おばあちゃんと同居するケースが少ない子供達にとってお年寄りに接するいい機会だったと思うし、お年寄りの皆さんにとっても、孫の姿を思いだす楽しい時間ではなかったでしょうか。



＜元気一杯のバトントワラー＞



＜見事な三味線演奏＞



＜なつかしい歌のハーモニー＞

＜ 比良八講に初詣り ＞

大井和子

マイ湖クラブ発足以来、比良八講という壮大な行事が目前の琵琶湖岸であることを知り、毎年行きたいと思いつつ日程が合わず見逃していましたが、今年やっと行くことができました。比良八講は荒れ八講といわれていますが、3月26日はすばらしい晴天、昼前に近江舞子駅に到着、ナルクの会員さん達も続々到着されました。例年は大津港から船で比叡山の高僧の方々はじめ行者様たちが近江舞子港に来られ、途中船上法要もされるのですが、今年は大津港が使えない事情があったようで皆様バスで到着されました。まず近江舞子浜入口の観音像の前で法要があり、そのあと浜の南端の護摩壇までのお練り、途中地元の中学生たちの賑やかな太鼓演奏が一行をお迎えしておりました。護摩壇の前で山伏の八講問答、答弓の儀式などがあり、そして護摩壇に点火、晴天の青空に白煙が天を突く勢いで立ちのぼる様は壮観です。護摩壇のまわりを取り巻く参詣者たちの頭に、阿闍梨様からお数珠を給わり、最後に浜に聳える櫓からの餅まきで締めくくられました。今年は不思議と途中での荒天がなかったのですが、行事のそれぞれに収穫がありました。マイ湖クラブの宿に戻る途中、屋台

＜燃え尽きた護摩壇＞



＜本物の山伏であることを確かめる問答＞

をめぐって腹ごしらえをし、宿では約10名のナルクの方々としばし歓談休憩。そして4月から始まる「歌のサロン“鶯”」の打ち合わせや練習がピアニストの池辺さん、幸田さんのリードで楽しく行われました。



夕刻、荒れなかった八講にちょっと心が残りながら宿を後にしました。 ＜白煙を背に池辺さん、梅崎さん、大井さん＞

< 女性コーラス「アンサンブルまどか」の演奏を聴いて > 中谷庄一

3月30日、サンライフ魚崎でのお楽しみ会で、アンサンブルまどかのコーラスを聴きました。

年に2～3回出演下さる馴染みの女性コーラスで平均年齢も高いと想像されますが、白いブラウスに黒のスカート、胸元には各人いろんな花を飾り、とても姹桜(失礼!!)



とは思えない華やかさと、素晴らしいハーモニーで懐かしい10曲の歌を披露されました。アンコールの声もかかり、会場の皆さんとも一緒に歌った楽しいコンサートでした。

< 福西アパート清掃隊と 其他有志の歓談会 > 八代光彦

3月15日(日)午後4時からニューミュンヘン神戸大使館で、歓談会を持ちました。参加者は福西アパートで清掃活動をおこなっている面々(4名)を中心に、9名が集まりました。竹内前代表の音頭で乾杯をしたあと、堤さんからの4月から始まる「歌のサロン 鶯」の紹介や、2月26日に本部主催で開催された「第1回終活セミナー」の内容の紹介をはじめ様々な話題で盛り上がり、あっという間に2時間の歓談会を終えました。



<木村・田所・八代・柳坊(やなぎまち)・芳地・竹内・淵田・堤・安東>

< ナルク研修旅行 インドネシア(7間の旅)に参加して > 畑野美美子

2014年度のナルク海外研修会は3月9日～15日インドネシア(ボロブドール・バリ島)に全国拠点から30名参加、東神戸から廣岡さんと参加しました。全国ナルクの皆様と親睦を図りながら楽しい思い出の旅でした。1万8千もの島々からなるインドネシアの人口は2億4600万人、日本の2倍、多様な文化と伝統に彩られた他民族国家、世界各地から観光客の集まるバリ島。個性豊かな島々には、旅の楽しさが尽きない国です。関空から7時間20分ジョグジャカルタへ着くと気温が30度超え真夏に戸惑いました。翌日から世界最大級の仏教遺跡を訪れる。



ボロブドール遺跡: 今なお多くの謎を残す世界最大級の仏教遺跡、ボロブドールに200万個もの石を積み上げた、高さ34.5mの仏教遺跡、発見されて約200年、今も秘密のベールに包まれたままです。

<ボロブドール寺院遺跡>



<バリ島のケツチャックダンス>



バリ島: 美しい海と豊かな緑に恵まれた楽園の島「神々の島」とも呼ばれ多くの観光客が訪れていました。年間を通じて色とりどりの花に彩られた美しい島です。ケツチャックダンスはサルの鳴き声を真似た掛声が「ケチャ」に聞こえることからそう呼ばれ、楽器は使用せずに男性数十名がいくつかのパートに分かれ一斉に歌いだす様は圧巻。

<歌のサロン “うぐいす” が始まります>

華麗なピアノ伴奏で一般の方々も一緒に懐かしい歌を歌うサロンが4月23日東灘区民センターでスタート！
その目的は、1) 歌で心と体の健康を2) 歌う場の提供で地域に貢献 3) ナルクに繋がる仲間を見出す です
以降、毎月第四木曜日の午後に9階音楽室で開催、25名の室定員を超える一般参加が予想されています

<写真クラブコーナー>

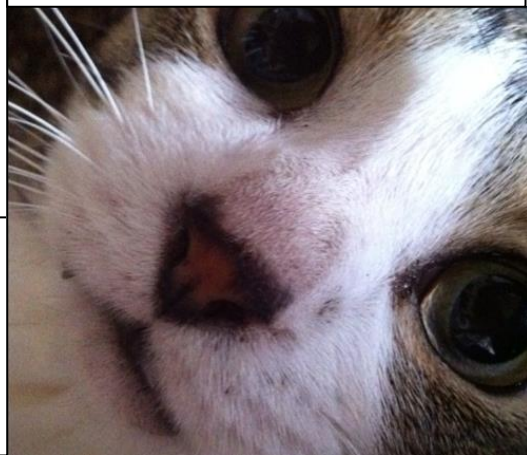
3月度の撮影会は15日(日)午後のひと時を王子動物園で行われました。今月は参加者が2名だけでしたが、天候に恵まれ、家族連れでにぎわう中、2時間ほどをさまざまな動物たちの様子をカメラに収めました。時刻が動物たちの昼食後で満腹でけだるそうな顔が目立ったような気がしました。作品の一部をホームページに掲載していますのでご覧ください。また、デジカメでもスマホでも、すこしでも撮影のご経験のある方は是非とも撮影会にご参加くださるようご案内いたします。

写真クラブは、早くも一年が過ぎました。そこで、新しいメンバーを募集します。斬新な視覚を持ち自分自身写真をこよなく愛する人を求めています。奮ってご応募下さい。お待ちしております。 八代、梅崎
少しだけ早読み…5月の撮影会は京都植物園に決定。お馴染みのちょこっ歩とコラボでワイワイといきましょう！ 詳しい事は5月号で。

<今月の写真>

ボク、チロル

梅崎美津江



<カラオケ>

日 時：4月20日(月)13時30～
ワンドリンク+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
楽しい歌と一緒に楽しみましょう

<麻雀クラブ>

日 時：4月8日(水)・22日(水)
10時～
場 所：ナルク東神戸事務所
会 費：300円



事務局 便り

お楽しみ会

日 時：4月15日(水)13:30～
場 所： サンライフ魚崎
内 容： お茶席
*皆さまのご参加を
お待ちしております*



ふれあい喫茶

日 時：4月25日(土)12:30～
場 所：サンライフ魚崎 ケアハウス4階
ボランティアお手伝いをお願いします。

☆時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)
H27年2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	42	16	62 時間
	事務所当番	20	11	
	講師	-	-	
	点数利用	-	-	
奉仕活動	福祉	84	17	148 時間
	ナルク活動	64	13	

☆会員数
H27年3月末現在

区	世帯数	会員数
東灘	45	67
灘	11	18
中央	15	22
3区以外	23	30
合計	94	137

編集後記:介護保険の改定に伴い、ナルクも地域の高齢者支援に取り組むことが要請されています。その一端が「歌のサロン“鶯”」での居場所づくりです。また、まずは東神戸内部で助け合いを活発にして地域貢献が出来る素地づくり、そのためのニーズ発掘の梅チャットングを、手配りの方々を核によりしく願います。 堤