

梅サロン

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 100 号

平成 28 年 1 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<http://nalc-plum.sakura.ne.jp/>

<あけましておめでとうございます >

運営委員一同

ナルク東神戸の会員の皆様には、無事に新年を迎えられましたこととお喜び申し上げます。
今年もナルク東神戸のボランティア活動の一層の活性化にご協力下さいませよう、よろしく願い申し上げます。
そして会報「梅サロン」が、今回めでたく100号となりました。今日まで投稿や編集で、さらには記事の元となる活動にご支援・ご協力くださった方々に、まずもって厚くお礼申し上げます。

この大きな節目の機会に、ナルク東神戸の歩み、梅サロンの歴史について回顧してみたいと思います。

平成 11 年 3 月にナルク神戸(あじさい)が設立され、41 世帯・57 名の会員が活動を開始しました。
その後、地域に一層密着した活動をするため、東灘・灘・中央の3区をナルク神戸から分離独立させて「ナルク東神戸拠点」が平成19年9月に設立されました。当初は 48 世帯・会員数 81 名でした。

そして会報「梅サロン」は平成 19 年 10 月に第 1 号、以来 8 年間毎月欠けることなく発行され、今年 1 月に 100 号が発行される運びとなりました。「梅サロン」の編集、発行には多くの方々が尽力されており、まさに総合力が結集された機関紙と言って良いでしょう。
東神戸のホームページには、福田さんと佐々木さんのご尽力で1号からすべての梅サロンが掲載されております。この機会に100号までの歴史をホームページで見え、8年間の東神戸の歴史を振り返って頂ければ幸いです。今後 200 号に向けて、梅サロンの元となるボランティア活動に皆さんの更なるご協力を宜しく願います。



H28 年 1 月～ 2 月 行事のご案内

H28 年 1 月～2 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
H28年 1月	10日(日)	12時～	19回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		15時～	新年会 (梅サロン100号記念)	かごの屋
	18日(月)	14時～	お楽しみ会(回想レク)	サンライフ魚崎デイサービス
	21日(木)	13時30分～	同好会 カラオケ	コートダジュール
	23日(土)	13時30分～	20回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	28日(木)	13時30分～	歌のサロン 鶯(うぐいす)第10回	東灘区民センター9F音楽室
	30日(土)	13時～	ちよこっ歩 (4面参照)	ナルク東神戸事務所
2月	7日(日)	13時30分～	21回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	14日(日)	14時～	お楽しみ会(回想レク)	サンライフ魚崎ケアハウス4F
	18日(木)	13時30分～	同好会 カラオケ	コートダジュール
	21日(日)	13時30分～	21回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	22日(月)	14時～	お楽しみ会(アンサンブルマドカ)	サンライフ魚崎デイサービス
	25日(木)	13時30分～	歌のサロン 鶯(うぐいす)第11回	東灘区民センター9F音楽室
	27日(土)	10時～	ちよこっ歩	検討中



梅サロン 100 号発行記念特集

祝・梅サロン発刊 100 号

ナルク東神戸「梅サロン」も発刊 100 号を数えるまでになりました、と電話いただいた。8年前、セルパふれあいスポットで設立総会を開き、高畑会長、ナルク近隣の拠点の仲間の激励をいただき、トルコ料理に舌鼓をうち、ベリーダンスに手拍子をしたのが昨日のように思い出されました。助け合いの活動要請とその感想記事のお願い、次回の協力要請等、随分と気苦労も多かったことと思います。又東神戸発足以前から取り組まれた同好会のパソコン教室は、ナルク東神戸の組織運営に大きく役立ちました。亡くなられた伊東さんから頂いた[東神戸・梅のパソコン同好会 09Jan「Memberscrd」]が私の手元に大切に残っています。これからも人と人の和を大切に、助け合いに、遊びにナルク東神戸【梅サロン】の紙上がいきいき活字が躍り、ますます発展していくことを望む一人です。

竹内信一（初代東神戸代表）



100 号発行おめでとうございます。

梅サロン 78,83,87 号に掲載のサンライフ魚崎の慰問公演を懐かしく思い出しております。機会がありましたら J & B 合唱団にも、お声掛け頂きましたら、喜んで参上致します。「うぐいす」とのジョイントコンサートなど如何でしょう。「継続は力なり」200 号を目指して頑張ってください。会報ナルクも昨年 1 月でやっと 200 号になりました。編集委員一同陰ながら応援しています。

山田芳雄（ナルク本部「会報ナルク」編集長）



梅サロン100号に寄せて

堤さんはじめ皆様のご協力で今回 100 号の記念号なりおめでとうございます。特に堤さんには皆さんが熱心に書かれた原稿を上手にまとめていただき感謝の言葉しかありません。最近膝手術後のリハビリ中で、ナルクの諸行事に参加が叶いませんが、参加できない行事も写真入りの感想文を読んで参加したような気持ちになっています。200 号に向けて今後ともよろしくお願いいたします。

松原緋紗子（東神戸代表）



“東神戸の歩み”

平成 11 年 3 月にナルク神戸が設立されましたが、一層きめ細やかなボランティア活動をするために平成 19 年 10 月にナルク神戸の中の東側 3 区が分離独立し、ナルク東神戸が設立されました。そして会報「梅サロン」第 1 号は平成 19 年 10 月に発行され、平成 27 年 1 月にはついに 100 号となりました。会報「梅サロン」はHPにもアップされ各拠点にも本部経由で送付されており、様々な情報の提供・共有に役立っています。今後 200 号に向けて皆様のご協力を宜しく願います。

畑野美美子（東神戸事務局長）



祝「梅サロン」100号発行！

しかも毎月定期的に、8年を超える作業に対処し、昔、雑誌等の発行を担当した経験がありますが、何度もお願いする原稿集め、やっと集まった原稿の校正や、レイアウトに頭を痛め、気持ちの休まるヒマがありませんでした。そのような経験から会報担当の堤さんのご努力に、感謝 感謝です。私は、こうした頭脳的労働に対し、ナルクはポイントを付与すべきではないかと思います。

中谷庄一



梅サロン100号に寄せて

神戸から分離独立してからの月日を数えれば 100 号を迎えられた事の嬉しさと同時に、これまで関わってくださった方達、特に編集を担当されてる堤副代表への感謝の気持ちがわいてきます。東神戸の歴史が詰まっている紙面を見ていると、懐かしいやら可笑しいやら色々な場面で大勢の方達に出会えた事が一番の喜びになっています。これからも東神戸の顔、広報隊として「継続は力なり」で続けていかなければならないと改めて思います 佐々木真知子



梅サロン創刊100号に寄せて

創刊 100 号という歳月は「ナルク東神戸」がこの神戸市で組織として社会的信頼を得てきた歴史でもあると思います。大変重みのある軌跡だと思えます。そして、この「うめ」の末席にいることを本当に嬉しく思います。この「梅サロン」が 200 号、300 号と続き、一人でも多くの人にナルク東神戸の素晴らしさを伝えていけるよう、一会員として微力ながら頑張りたいと思います。

田所克之



『梅サロン』100号おめでとうございます。
ナルクは日々成長している会ですが、私が
入会した時はただただ遠い存在でした。
何かしたい…の思いだけで、なにをすればいいのかわ
からない期間が、とても長かったです。動き始めるま
で1年以上かかったような気がします。100号とは、
ずいぶん長いものですが、それでも入会時と雰囲気
が変わったと思うのは、多分私自身が変わったことも
大きいのでしょう。梅サロン3号に「新入会」として掲
載されていました。即活動していれば、もっと活発に
ピチピチと動けたことでしょう。これから先はもっと変化
が大きくなるでしょうがそれでも私は会員であり続けたい
と願っています。



木村 都久子

梅サロン 100回 おめでとうございます。
私は途中入会で、以前の事は話を聞いて
知り得た事だけですが、色々な事が移り変
わりその都度割り付け、レイアウト、中でも、それぞ
れの原稿の意味合い文言等細かくチェックされる時
が1番大変だろうと察しています。しかし長く携わってこ
られた堤さんの知識の広さには定評があります。
“この言い回しは何と書いたら良いだろう！”と悩み
ながら書いた原稿も出来上がった文章を見るとちゃ
んと直して下さっている。読む者に学びを教えてくれ
る。何度ホッとしたことか、さすがに堤さんだと！その
積み重ねが100回目となる。労わる気持ちいっぱい
でこの原稿も書いています。



梅崎美津江

梅サロン100号を記念して

平成19年9月に産声を上げた「梅サロン」も今月100号を
数えることになりました。8年に亙り、1号も欠けることなく発
行されてきたことは関係者の方々の弛まぬご尽力の賜物、と心から敬意
を表します。第1号で竹内初代代表が「人の心と和を大切に」を合言葉
に活動しようと宣言されましたが、現在はまさにその言葉通り、本拠
点では会員同士の助け合いの心が行き渡っているのではないですか。今
後さらに進む高齢化社会では、NALCの存在価値はますます増してくる
ものと考えられます。これからも会員同士の交流が深まるとともに、様
々な活動に参加される会員が増えることを願ってやみません。



八代光彦

梅サロン 100号記念発行
おめでとうございます。
ナルク東神戸発足以来、
梅サロンの編集発行に鋭意努力さ
れ、夜遅くまで昼夜をいとわず苦
労された結果の100号だけに歓び
もひとしおのものでしょう。蔭
で支えられた奥様のご苦労にも
感謝し有難くお礼を申し上げます。
荒谷 雅



梅サロン 100号発行おめでとうございます。継続は力なり。本当に素晴らしいことと思います。出逢いは学びの
機会だと思います。偶々ヘレンケラーの名言に「人生がもっとも面白くなるのは、他人のために生きている時です」
を見つけました。父親の口癖「世の為、人の為」と同じです。今、社会では、孤立した個人が増加する傾向にあると思
います。しかし本来「人は人と触れることで人に成れる」この大切さを見失ってははいけません。今後も梅サロンの継続を通じ
て、老いも若きも、多くの方が「生き方」に気づき、賛同し、この輪が広がって行くことを望みます。



森一夫

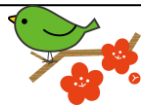
<梅サロン編集裏話>

堤 信也

梅サロンの編集をお引き受けして約8年、いつの間にか100号になっていたというのが実感です、月日の
経つのが早いなあ、1ヶ月なんてあつと言う間だなあ、と感じています。その間、皆様に絶大なご支援を戴き
ましたこと、まずもって厚くお礼申し上げます。梅サロンで特に意識していたのは、みんなの参加です。皆さんに原稿を
出して頂くことです。行事に参加された中のお一人にその行事についての原稿をお願いしますが、「いや、わたし文章
下手やもん」と断られるのを「大丈夫、ゴーストライターがカッコつけますから」と。大半の原稿はメール添付で送って頂
いていますが、これは以前に伊東さんがパソコン教室で特訓して戴いたお蔭と感謝しています。そして、あらかし編集し
た時点で執筆者と運営委員にメールで送り、ゴーストの適否、誤字脱字変換ミスなどのチェックをして頂きますがそれ
でもミスが残ったり。そして、できる限り写真を入れること、文字だけでは読む意欲が湧いてこないように思っています。
なお最近では写真に人物の名前を入れること。文字もできるだけ大きく、簡潔に。そして紙面も A3 見開きと簡潔に。
(印刷も楽で綴じなくて良い)印刷はボランティアセンターで無料で両面印刷させて戴けるのがほんとに有難いです。な
お、冒頭にも書かれていますように福田さん佐々木さんのご努力のお陰でホームページで全号美しいカラーでご覧
いただけます。お蔭様で多くの方々が目を通して下さったこと、誠に有り難く、これからもよろしくお願
い申し上げます。



<“うぐいす”コーナー>



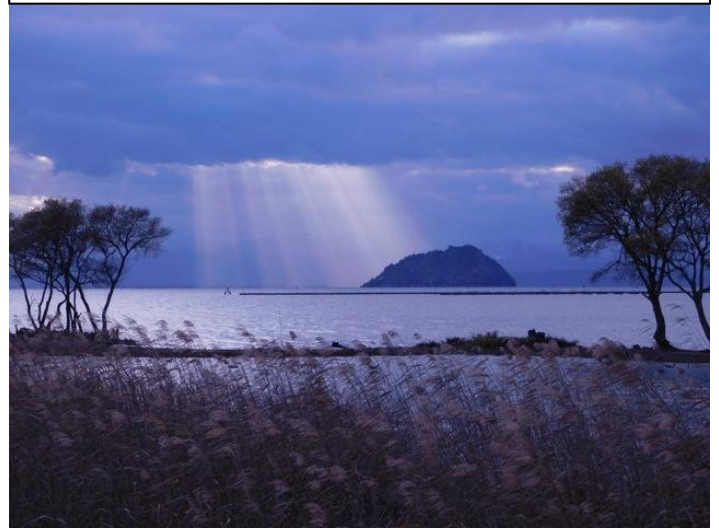
“うぐいす”は原則 第4木曜日、14時～16時、東灘区民センター 9階 音楽室で開催します
1月は28日(木)、2月は25日(木)です
新しい方のご参加歓迎です、お誘いを。

1月は以下の歌を予定しています
うぐいす 一月一日 雪 雪の降る街を
雪山讃歌 スキー スキーの歌
シーハイルの歌 白い思い出 銀色の道
ゴンドラの唄 白いブランコ 白鳥の歌
星の界 夜明けのうた 北帰行 冬景色
北風小僧の寒太郎 など

<写真クラブコーナー>

天使のはしご

佐々木真知子



一月
同好会

<1月のちょこっ歩&写真クラブ>

1月のちょこっ歩&写真クラブは1月30日(土曜日)事務所にて、13:30より、持ち寄り料理で(おしゃべりパーティー)を計画しています。(夕べのおかずだったり、作り過ぎたりの物を1人2品～貴方の味を持ち寄りましょう! そんなもん無い!と云う方はおにぎり1人2個～)楽しい宴で今年の幕明けです。会員どなたも奮ってご参加お願いします!

お世話担当: 畑野&梅崎

<カラオケ>

日時: 1月21日(木)13時30～

場所: コードダジュール

参加費: ワンドリンク+歌い放題、
約800円

世話人: 堤 信也

うぐいすの方も一緒に歌いましょう



お楽しみ会

・・皆さんと楽しいひとときを・・

日時: 1月18日(月) 14時～

場所: サンライフ魚崎 デイサービス

内容: 回想レクリエーション

♡楽しいトークと懐かしい歌と映像を



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11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	14	80 時間
	事務所当番	30	10	
	講師	8	4	
	点数利用	-	-	
奉仕活動	福祉	191	24	266 時間
	その他	27	9	
	ナルク活動	48	13	

☆会員数 H27年12月末現在

区	世帯数	会員数
東灘	50	73
灘	11	18
中央	16	23
3区以外	27	37
合計	104	151

<おことわり: 今月は100号の特集となりましたので、以下の記事は来月に掲載させて戴きます>

- * 12月10日開催のサンライフ魚崎クリスマス会、感謝状を戴きました 執筆者: 畑野芙美子
 - * 12月10日開催の「梅サロンうぐいす」のクリスマスパーティ 執筆者: 吉岡繁満
 - * 12月13日開催の「ケアハウス回想レクリエーション」の感想。 執筆者: 増田恭子
 - * 12月19日開催の写真クラブ、奥琵琶湖日帰りの旅 執筆者: 梅崎美津江
- なお、編集後記も、3面の<梅サロン編集裏話>でかえさせていただきます