

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 101 号

平成 28 年 2 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/>

< 健康が第一 >

松原緋紗子

常日頃から健康が第一と過ごしておりましたが、この度私ごとですが二度このことを考えさせられることが起こりました。まず昨年10月に両ひざの人口関節への手術を受けまして、リハビリのお蔭でようやく元の生活に戻りつつあるときに、1月25日から30日まで緊急入院しました。今回の入院は胃カメラの検査(毎年行事)のときに胃に傷をつけてそこから吐血し、胃カメラでその傷ついたところ3か所をホッチキスで止めて治療を行いました。今回は全く予期しないことが起きてしまいました。

何が起こるか分からないですから、事故や病気などが起きた時には、十分な体力と能力を持ち合わせて負けないことですね。

H28年2月～3月 行事のご案内

H28年2月～3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
2月	7日(日)	13時30分～	20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(うぐいす)	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)	10時～	21回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分～	ちょこっ歩&写真クラブ(梅観)	青木・魚崎の新しい梅林
	22日(月)	14時～	お楽しみ会(アンサンブルまどか)	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)	12時30分～	ふれあい喫茶	サンライフ魚崎ケアハウス4F	
3月	4日(金)	10時～17時	リーダー・コーディネーター研修会	ナルク本部 4階
	13日(日)	10時～	22回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13時30分～	寺井副会長を招いての勉強会	
	17日(木)	13時30分～	同好会 カラオケ	コートダジュール
	18日(金)	14時～	お楽しみ会(芦屋学園)	サンライフ魚崎デイサービス
	20日(日)	13時30分～	23回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	26日(土)	10時芦屋発 新快速乗車	ちょこっ歩&写真クラブ 比良八講	近江舞子下車 マイ湖クラブで 宿泊も可能
31日(木)	13時30分～	歌のサロン 鶯(うぐいす)第12回	東灘区民センター9F音楽室	

おことわり: 上の予定表で赤字の部分、印刷された梅サロンでは3月12日に運営委員会としていましたが、寺井副会長が13日の勉強会にお越しくださる事になりましたので、ホームページ用は赤字のように修正いたしました。

＜2016 年新年会＞

2016 年 1 月 10 日に梅サロン 100 号発行記念と合わせて、かごの屋住吉店にて新年会が開催されました。本部より高畑会長にもご参加頂き、普段お聞きできないような本音トークも出て、美味しい料理を堪能し、近況を報告したり、初めてお会いする人同士の交流もあり、新しい年の始まりにふさわしい楽しく温かい集まりでした。最後に畑野事務局長が作成してくれていた「梅サロン 100 号記念」の横断幕の前で記念撮影して散会しました。

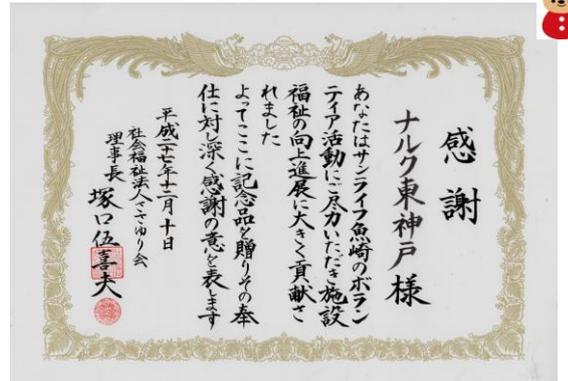
佐々木真知子



後列左から、吉岡・畑野・八代・中谷・淵田・佐々木・田所・木村、
前列左から、堤・竹内・高畑会長・梅崎・山崎の皆さん

＜サンライフ魚崎でのクリスマス会＞

12 月 10 日サンライフ魚崎にて恒例のクリスマス会が開催されました。楽しみにされている入所者の皆さんが、サンタさんに変身、飾り付けもクリスマスムード満載、グループホームの皆さんが「ハンドベル演奏」でクリスマスソングを、又新入社員の職員による歌のパレード皆さんと盛り上がり楽しいひと時でした。又、ボランティアに係った方々の表彰式、トップにナルク東神戸が平成 14 年から、日々でのデイサービス・及びお楽しみ会、年間 20 回以上など、ボランティア活動等に対して感謝状が贈られ三野民江さんに代表して受けていただきました。



＜サンライフ魚崎での回想レクリエーション＞

1. ケアハウスで

増田 恭子

昨年 12 月 13 日(日)は、今年最後になる『ケアハウス回想レクリエーション』の日でした。前回の開催より数ヶ月日が空いたため、今回は新しい入居者さまにも参加していただきました。最初は懐かし歌手霧島昇と倍賞智恵子のデュエット『旅の夜風』これは映画『愛染かつら』の主題歌です。まだ少女の面影残る若い倍賞智恵子の伸びやかな歌声を聴きながら一緒に歌われる入居者さまもたくさんおられました。そのあとは笠置シズ子の『買い物ブギ』。これは笠置シズ子さん自身が出演されている白黒の映像があり、長いワンフレームで撮影されていて今でいう『ミュージックビデオ』の先駆けです。コミカルな映像に合わせて笑っておられる方がたくさんおられました。『懐かし歌手や映画は、なかなか最近のテレビでは見れないから楽しかったし、懐かしかった。昔の時代の歌や映画は、やっぱりいいわね。』と感想を述べてくださった I 様と T 様。あと、認知症のため普段は、あまり発語なく表情が乏しかった M 様が映像を見ながら久しぶりにニコッと笑顔を見せてくださいました。人の五感で最後まで残るのは『聴覚』と言われており、歌は、人々の記憶にダイレクトに響き、脳を刺激します。来年も、明治、大正、昭和の懐かしい歌をリストアップして、入居者さまに心より楽しんでいただける回想レクリエーションを更に企画していきたいと思っています。

2. デイサービスで

岩佐喜久美

1 月 18 日(月) 今年、初めてとなるナルク様のお楽しみ会は、森さんの回想レクリエーションでした。会議室の大きなスクリーンに画像を写しだし、まずは森さんの自己紹介から、大正 7 年生まれのお父様から聞いていた言葉「世の為、人の為」「ご飯粒残したら目がつぶれる」「嘘つきは泥棒の始まり」などなど、利用者様も一緒になって言われています。その後は昭和の懐かしい映像と曲が流れる、東海林太郎さん、田中絹代さん、上原謙さん、「懐かしい」「あ～あの映画だったね」など、あの頃に、タイムスリップしておられました。最後の曲は、美空ひばりさんの「柔」です。利用者様もひばりさんになりきって、歌っておられました。最後に、森さんから、「今の、日本を支えてきたのは、ここにおられる皆さんです。今の日本があるのは、皆さんのお陰様です」と言われて、納得した一言でした。



<歌のサロン鶯の年末パーティー>

吉岡繁満

毎月の行事の一つとして行われている“歌のサロン鶯”の年末パーティーが12月10日コートダジュールで開催され、13名が参加しました。会場に入ると手作りの立派なクリスマスツリーが飾られ、参加者はカードに思い思いの願い事を書いて吊るしましたが、配られたサンタハットをかぶった嬉しそうな皆の顔で会場も賑やかになりました。

天井にはミラーボールが廻り、クリスマス気分満点です。堤副代表のご挨拶に続き、皆さん得意の歌を順に歌い、ひとしきり歌ったところで中央のテーブルにバイキング方式のランチセットが運び込まれ、食事を楽しみながら会話も弾み和気藹々の雰囲気でした。食事のあとは余興タイム、まず木村さんが手品をご披露、種明かしの質問に応えたり技術度の高いのは明かさなかつたり。かんたんクイズでは結構勉強になりました。



そのあと人名ビンゴ、3.×3の9枠にまわりの人の名前を聞いて書き込んでおき、司会者が読み上げる名前があればそれに○をつけて○が並んだらビンゴ、豪華賞品が用意されていました。名前を覚えるよい機会でした。最後にクリスマスソング・オンパレードで締めくくられました。うぐいすの皆さん、今年も大いに鳴きましょう！

<写真クラブ、湖東のドライブ>

梅崎美津江

12月19日(土曜日)、東琵琶湖日帰りの旅に車1台分の八代・畑野・淵田・佐々木・梅崎の5名が参加しました。予定は未定臨機応変ですが、以前何度か行った筈なのに、こんな所があったんだ！と、再発見、まるで修学旅行生の気分を味わい、観るもの食べる物全てが新鮮に思えました。少し晴れると虹がうっすらと見えたり、曇ると強風に湖に白波が立ったり激しい変化でシャッターチャンスが何度もあり、少しは腕が上がったと自負。草津市立水生植物園にて記念撮影、彦根城ふもとで遊び、桜の開花に目をみはり、彦にゃんの人力車を発見！近江湖の辺の道で強風の中白波を撮りため、最終に湖北水鳥ステーションにてさまざまな親子の水鳥に癒されたり…自然の移り変わりの激しさにカメラもビックリした事でしょう！なかでも、ピンポン玉大の柿の鈴なりに思わず「嘘やろう?!」とビックリしたのは私達でした！八代さん、楽しい一日をありがとうございました。



佐々木 淵田 梅崎 畑野

<「キャッスル元町」清掃ボランティアグループ慰労会>

八代光彦

平成27年12月27日、三宮の「ニューミュンヘン神戸大使館」で、本会を開催しました。現在メンバー4人(安東、福田、木村各氏と八代。田所氏は仕事のため欠席)と新メンバー北窪氏に、旧メンバー(竹内、荒谷、小池各氏)、堤、畑野、佐々木各氏が加わり合計11名が、この1年の清掃活動の慰労と新旧交代(安東氏→北窪氏)の紹介を兼ねて、にぎやかに親交を温めました。特に参加者全員から、NALC東神戸の財政上でもご協力いただいている「キャッスル元町」のオーナー福西さんへの感謝の気持ちが述べられました。

<写真クラブコーナー>

母の好みし影絵

堤 信也



'15.12.27



<"うぐいす"コーナー>

次回の"うぐいす"は2月25日(木)14時~16時
 場所はいつもの東灘区民センター9階 音楽室
 で、原則 第4木曜日ですが、3月は31日(木)
 第5木曜日です、新しい方のご参加歓迎です。

2月は以下の歌を予定しています
 青い目の人形、母さんの歌、通りゃんせ、
 待ちぼうけ、早春賦、叱られて、北上夜曲、
 川は流れる、希望、心の窓に灯を、
 水色のワルツ、村の鍛冶屋、出船、ペチカ、
 カチューシャの唄、ローライ、
 365日の紙飛行機など

<2月のちょこっ歩&写真クラブ>

東灘の新しい梅林へのお誘い
 気候温暖化で梅の花は早々に咲き始めています
 今年は青木駅や魚崎駅近くの新しい梅林を訪ねましょう
 2月21日(日曜日)13:30に事務所に集合
 行き先

1. なぎさガーデン(青木駅南へ10分)
2. 住吉川公園(魚崎駅南へ住吉川沿いに10分)
 (東灘コミコミ紙2月号に案内が出ています)

予告: 3月のちょこっ歩&写真クラブは、26日(土)
 当日近江舞子で開催される「比良八講」に行きましょう
 芦屋10時の敦賀行き新快速に乗車の予定で、壮大な
 行事は昼頃から行われます。詳しくは次号で

2月
 同好会

<カラオケ>

日時: 2月18日(木)13時30~
 場所: コートダジュール
 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
 ご一緒に歌いましょう



事務局 便り

お楽しみ会

・ 皆さんと楽しいひとときを ・

日時: 2月14日(日) 14時~
 場所: サンライフ魚崎 ケアハウス4階
 出演: 「うぐいす」の皆さん

日時: 2月22日(月) 14時~
 場所: サンライフ魚崎 デイサービス
 出演: 「アンサンブルまどか」の皆さん

☆時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績) H27年12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	47	15	69 時間
	事務所当番	20	9	
	講師	2	1	
	点数利用	-	-	
奉仕活動	福祉	129	15	201 時間
	その他	24	8	
	ナルク活動	48	13	

☆会員数 H28年1月末現在

区	世帯数	会員数
東灘	49	73
灘	11	18
中央	16	23
3区以外	27	35
合計	103	149

編集後記: この梅サロンは101号、新たな門出です。先月の特集号の寄せ書きでは、100号に至るまでの継続力を多くの方々が評価して下さいましたこと、有り難く思っております。そしてこれからさらにしっかりと続けて行くためには、従来通りではなく新たな力強い取り組みが必要です。梅サロンを継続することは、即ちボランティア活動を活性化し続けることにほかなりません。高齢化社会においてはお互いが家族のように助け合うことの重要性が益々高まっています。介護保険は頼れなくなりつつあるからです。1月20日にナルク本部で「八十路会」が開催され、これからのナルクの課題についてのお話がありました。どこの拠点もですが、高齢化が進み、その人たちに代わる新会員の獲得に苦心されています。東神戸は、会員皆が協力しあって課題克服に邁進致しましょう。 堤 信也