



**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 123 号**  
 平成 29 年 12 月 10 日 発行  
 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](mailto:nalc128plum@kcc.zaq.ne.jp)  
<http://nalc-plum.sakura.ne.jp/>  
 発行人：堤 信也

＜ 私とナルク ＞

事務局長 畑野 芙美子



ナルク東神戸は、神戸拠点が 1999 年 (H11 年 3 月) に設立後、2007 年 (19 年 9 月) に分離独立し東神戸 10 周年を迎えました。私 19 年間ナルクの仲間と楽しく、現在、事務局を担当しています。

会員の皆さんがボランティアを必要とされたとき、会員の方のコーディネートしたり、サンライフ魚崎との連絡、調整等をしています。同好会等の世話人をすることもあり、他に事務所の維持・管理や梅サロンの事務局だよりの作成など、目に見えない所まで、仕事の範囲は広いです。会社で云うと総務部の様な仕事をしています。実際にボランティアで参加の皆さんが、少しでも報われるようにと思い、心を砕く(いろいろ心配し、気を遣うこと)時期もありましたが、ルールに則って処理しています。それはナルクのマニュアルに齟齬がないようにする為です。

会員や運営委員も高齢化によって動きづらくなってきていますが、一人でもナルクの活動に参画でき、そして会員相互の助け合いとコミュニケーションが取れるように図っています。歳などで動けなくなったから拠点を辞めるのではなく、楽しいナルクとしてやっていけるよう尽力し努めて行きたいと思えます。

私が、永年勤めていた頃に経験した苦労や知識が、今とても役になっていると思えます。その時から「言われて何かをする」のでなく「考えて気付いたことや必要なことを(組織や皆のために)やる」ということをしてきました。後任の人たちには此の様なことを託したいと思っています。自分の最後の時は、ナルクの人に助けてもらいながら畳の上で往生したいと願っています。

**29 年 12 月 ～ 30 年 1 月 行事のご案内**

H29 年 12 月～H30 年 1 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              |
|-----------|-----------|----------------------|--------------------|-----------------|
| 12月       | 3日(日)     | 14時～                 | お楽しみ会 (回想 レクリーション) | サンライフ魚崎 ケアハウス   |
|           | 8日(金)     | 14時～                 | うぐいすの森音楽会          | 平生記念会館(甲南大学同窓館) |
|           |           | 13:30～印刷             | 会報お手伝い 14 時 00 分～  | ナルク東神戸事務所       |
|           | 9日(土)     | 10時～                 | 18 回 運営委員会         | ナルク東神戸事務所       |
|           |           | 13時30分               | 第 20 回 映画サロン       |                 |
|           | 13日(水)    | 13:30分～              | サンライフ魚崎クリスマス会      | サンライフ魚崎         |
| 23日(土)    | 10時～      | 19 回 運営委員会           | ナルク東神戸事務所          |                 |
|           | 13時30分～   | 年忘れ ご苦労さん会 (4 ページ参照) |                    |                 |
| H30<br>1月 | 9日(火)     | 11 時～                | 本部仕事始め             | ナルク本部 6 階       |
|           | 12日(金)    | 13:30～印刷             | 会報お手伝い 14 時 00 分～  | ナルク東神戸事務所       |
|           | 13日(土)    | 10時～                 | 第 20 回運営委員会        |                 |
|           |           | 13 時 30 分            | 第 21 回映画サロン        |                 |
|           | 26日(金)    | 14 時～                | 第 28 回 歌のサロン鶯      | 東灘区民センター 9F音楽室  |
|           | 27日(土)    | 箕面駅 11 時             | ちよこっ歩 温泉 (4 ページ参照) | 箕面 大江戸温泉        |
| 28日(日)    | 13 時 30 分 | 第 21 回運営委員会          | ナルク東神戸事務所          |                 |

＜「ちょこっ歩」で菊を見てきました＞

11月5日のちょこっ歩はこの季節恒例の相楽園の菊花展でした。今年にはライトアップを見ようと3時集合にしました(畑野さんと私の二人だけになるかと思いきや2代目代表夫人の吉野さんが来てくださり3人での花巡りとなりました) 昼間の暖かさとは打って変わり、きつい寒さに日没の5時を待ちきれず退散致しました。来年は暖かくして4時か5時に集合しましょう。



＜デイサービスお楽しみ会＞

サンライフ魚崎デイサービス職員 中宮いくみ

11月9日、「ナルクのうぐいす」の皆様がサンライフ魚崎デイサービスへ「音楽の秋」を届けに来てくださいました。お一人お一人のソロでの素敵な歌声に始まり、皆様での合唱、そして、その澄んだ歌声に合わせて奏でるピアノの綺麗な音色に、利用者の皆様は目を閉じて、耳を澄まして、全身で聴き入っておられました。

この日、地元の中学校から「トライやるウィーク」で職業体験に来られていた中学生4人の女子生徒の皆さんも「うぐいす」様の生ステージを通して、利用者様との距離ぐっと近づいたように見えました。世代を超えて、音楽は人を繋ぐということを教えていただいたように思います。ありがとうございました。また、お越し頂けることを心待ちにしております。

ナルク東神戸様におかれましては、日々のボランティアを始め、様々な企画等、当施設へのお力添えを心より感謝申し上げます。今後ともよろしくお願い申し上げます。



＜11月11日 映画サロン＞

この日の映画サロンは「世界の中心で、愛をさけぶ」でした。若い二人の純愛ものでしたが、その内容を見て「愛と死を見つめて」を思い出しました。(マコ甘えてばかりで、ごめんね♪…)

また、主人公の二人、白血病の女の子とその彼氏が、病院の無菌室の中と外で透明な壁越しにキスするシーンでは「また逢う日まで」のガラス越しのキスシーンを思い出しました。私にもこんな多感な時があったのになあ。次は皆さんと感動を分かち合ひましょう。



広告の  
コーナー

資産家やプロアスリートの方への、国境を越えた資産継承対策・相続税対策・リタイア後の生活保障対策などを個人別に最適のプランを提案します。

**税理士 高見 正彦** TEL 078-575-0281

神戸市兵庫区大開通2-1-10 「リバース・モーゲージ」の著者、中谷庄一推薦

## < 拠点リーダー養成講座受講してきました >

田所 克之

11月9日、10日と大阪にある産業創造会館で拠点リーダー養成講座を受けてきました。北は北海道から、南は九州まで全国の拠点から参加があり、入会と同時に運営委員になり3年目にしようやく「知らなければならぬこと」に気付き、「知っておかなければならぬ」知識が付いた？ということを実感しています。

ナルクの組織について(歴史や定款、組織の仕組み、時間預託活動、奉仕活動、等々)を始め、活発なグループ討議があり、とって濃〜い2日間でした。普段あまり使わない私の頭の中は飽和状態です。

運営委員の皆さんが事前に用意して下さった資料などのおかげで、研修での討議や他の拠点の方々という意見や情報を交換することができました。

また、これからは、拠点やエリアの取り組みがますます重要になってくるということも感じると同時に、しっかりした理念を持ち全国的な組織だからこそ、地域で活動している人をしっかりと支えることができているということも実感した2日間でした。



## < 11月25日 ケアハウス ふれあい喫茶 >

田所 克之

サンライフ魚崎の地域への貢献、そして地元の皆様が集える場所づくりとしてふれあい喫茶「カフェ魚崎」が始まったそうです。

写真には桐生さんが写っておりませんがナルク東神戸も6名がボランティアでお手伝いをしました。この日はスタッフを含めて30余名の方々が、オカリナミカの皆様による5種類のオカリナの演奏で歌を楽しまれ、お茶をしながら過ごされていました。終わってからのサンライフ魚崎の職員を交えての反省会(交流会)も大変楽しく、大いに笑いました。



## < 11月27日 デイサービス お楽しみ会 >

的場 佳那子

11月27日(月)、さわやかな秋空のもと、ナルク様お楽しみ会によるお茶席を催していただきました。利用者様方の大好きな企画であり、午後はお茶席と聞かれると皆様大変お楽しみにしていただきました。

会場の設営が始まると、皆様ソワソワ。いよいよ始まる茶席に、胸高まるご様子でまだかまだかと待たれていました。いざ始まると先生のお手前にご注目。お茶を点てるご作法を見入っておられました。順番にお茶と主菓子をお配りすると、大変喜んでいただきました。中にはおかわりされる方や、ご自身でお茶を点てる方も。「昔やったのを思い出すわ〜」といううれしいお言葉も聞かれました。

ナルク東神戸様には日ごろのボランティア活動に加え、このように利用者様を楽しませてくださる企画をご準備していただき、心から感謝申し上げます。利用者様にとっては大切な思い出がまた一つ増える、そのような素晴らしい一日になったようです。今後ともサンライフ魚崎デイサービスの運営にお力添えをよろしくお願いいたします。本当に有難うございました。



## < 第21回リレー随想 逆転の発想 >

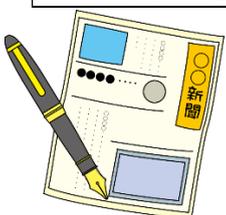
清水 直次

田舎では、子供の誕生日は、小学校で、その月に生まれた児童を纏めて毎月、裁縫教室で行われます。この時は、めったに食べられないドロップ、キャンデーなどが子袋にはいって、裁縫台に並べられ、各クラスから同月生まれの子3〜4人がお祝いをしてもらいます。

そして、先生から指名された者がクラスを代表して余興をやります。4年生のとき指名され、こんな事をしました。「私はこれから、手を使わずにこのキャンデーを下から上へあげてごらんにいれませう」と言って、キャンデーのお皿を床に置き、逆立ちしてキャンデーを口で加えて飲み込んだのです。そして「はい、皆さんキャンデーは今、手を使わずに下から上がっていきませう」と言ったのでした。拍手喝采を受けました。



## 11月の会報発送協力者



11月10日の「梅サロン」の発送は印刷に八代さん、中谷さん、山崎さん、発送作業は栗原さん、山崎さん、畑野さんがお手伝いに来ていただきました。会員の皆さんが空いた時間を使い、無理のない活動をして下さるおかげで梅サロンがお手元に届けられています。

印刷日は梅サロンに記載していますので、皆さんも一度、事務所へお立ち寄り下さい。ご都合の良い時間だけでもお手伝い頂けると嬉しいです。

〈 写真クラブのコーナー 〉  
 「武庫離宮時代の石像(狛犬)」  
 佐々木真知子



ご苦労さん会

年忘れ今年も  
 皆さまご苦労さんでした。

日 時：12月23日(土) 13:30~

場 所：事務所にて

会 費：1,500円

お料理は豪華なケータリング かくし芸もあり

\*\*\* お楽しみに \*\*\*

申し込み：12月17日〆切 畑野迄

映画サロン



十二月  
 同好会

日 時：12月9日(土) 13:30~

場 所：カク東神戸事務所

内 容：当日みなさんが選んだ  
 懐かしい映画を鑑賞します。

世話人：畑野芙美子

次回はH30年1月13日(土) 13:30~

お楽しみに・・・

〈予告〉 ちょこっ歩

新しい年を迎え皆さんと温泉でもつかり  
 親睦を深めましょう。

日 時：平成30年1月27日(土)

場 所：箕面、大江戸温泉

梅サロン1月号に詳細を載せます。



〈お楽しみ会〉

日 時：12月3日(日) 14時~

場 所：サンライフ魚崎 ケアハウス4階

内 容：(回想 レクリ-ション)

・・・皆さまと楽しいひと時を・・・

事務局便り

☆10月分 時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)

| 項目     | 活動内容   | 活動時間 | 人数 | 合計        |
|--------|--------|------|----|-----------|
| 時間預託活動 | 提供活動   | 100  | 19 | 144<br>時間 |
|        | 事務所当番  | 44   | 7  |           |
|        | 点数利用   | -    | -  |           |
| 奉仕活動   | 福祉     | 124  | 27 | 136<br>時間 |
|        | NALC活動 | 12   | 12 |           |



☆会員数



H29年11月末

| 区    | 世帯数 | 会員数 |
|------|-----|-----|
| 東灘   | 51  | 74  |
| 灘    | 11  | 16  |
| 中央   | 14  | 19  |
| 3区以外 | 25  | 35  |
| 計    | 101 | 144 |

【編集後記】 今年も梅サロンをご愛読いただきありがとうございました。今年度の総会の時の紙面に関するアンケートや、全国のナルクの拠点で編集に携わっておられる方のアドバイスを反映して、写真を増やし、可能な限り字体も大きくするなど、少しでも読みやすい紙面づくりに取り組んでまいりましたが、如何でしょうか。来年1月号はカラー刷りしたものをお届けする予定です。ご期待ください。皆さま、どうか良いお年をお迎え下さい。