

# 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 130 号**

平成 30 年 7 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

＜ 広げよう「会話」・広げよう「人の和」・広げよう「活動の環」＞ 副代表八代光彦

昨年、発足 10 周年を迎えたNALC東神戸は「29 年度活動計画」で「つろう会話・つろう人の和・つろう活動の環」をテーマとして「魅力あるNALC東神戸づくり」をスタートさせましたが、30 年度はこれをさらに促進するために、去る 6 月 23 日の総会で、「新しい魅力づくり」として標題の 3 つの「わ」を掲げご参加の皆さんのご賛同を頂きました。

そしてこの活動の原動力を強化するため、新たに、三野民江さん、栗原加枝さん、奈島伴治さんのお三方に運営委員（10 名体制）に加わっていただきました。これからはこの新しい仲間と共に、（会員数は少ないけれど）「小粒でもきらりと光るNALC東神戸」づくりに力を合わせていきたいと考えておりますので、会員皆様方のさらなるご協力ご鞭撻をお願いいたします。



## 30年7月～30年8月 行事のご案内

H30 年 7 月～H30 年 8 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
7月	6日(金)	11時～印刷	梅サロンお手伝い 14時～	ナルク東神戸事務所
	7日(土)	10:00～	第7回 運営委員会	
		13:30～	同好会 映画サロン	
	11日(水)	13:30～	同好会気功教室 7-1(岡本気功教室)	本山福祉交流センター (4面参照)
	14日(土)	10:30～	ちょこっ歩 神戸どうぶつ王国・神戸空港	(4面参照)
	21日(土)	10:00～	第8回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		14:00～	同好会 気功教室 7-2 (4面参照)	サンライフ魚崎 ケアハウス 4階
	25日(水)	14:00～	お楽しみ会 (回想レク)	サンライフ魚崎 デイサービス
27日(金)	13:30分～	歌のサロン鶯	東灘区民センター 9F音楽室	
28日(土)	12:30分～	ふれあい喫茶	サンライフ魚崎 ケアハウス 4階	
8月	10日(金)	13:00～印刷	梅サロンお手伝い 14時～	ナルク東神戸事務所
		14:00～	お楽しみ会 (花火・DVD)	サンライフ魚崎 デイサービス
	11日(土)	10:00～	第9回 運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13:30～	同好会 映画サロン	
	12日(日)	14:00～	お楽しみ会 (花火・DVD)	サンライフ魚崎 ケアハウス 4階
	23日(木)	13:30～	歌のサロン鶯	東灘区民センター 9F音楽室
	25日(土)	10:00～	第10回 運営委員会	ナルク東神戸事務所
		14:00～	同好会 気功教室 8-1	サンライフ魚崎 ケアハウス 4階
26日(日)	14:00～	お楽しみ会 (花火・DVD)	サンライフ魚崎 グループ・ショートステイ2階	
29日(水)	10:30～	同好会気功教室 8-2(岡本気功教室)	本山福祉交流センター	

< 今年度の総会を終えて >

第12回定期総会が6月23日(土)東灘区民センターで行われました。会員138名の内25名が出席、委任状68名で、98名が各議案とも、満場一致で承認され無事終了することができました。



29年度の報告の中では、事務所の家賃の値上りと「会員相互の助け合い活動」の減少に伴い苦しい財政の中、同好会からの寄付を増加し、又、ボランティア活動拠点でもあるサンライフ魚崎の佐藤様のご厚意により、「助け合い活動」の収入が増加し、安定した財源となった旨の報告がありました。佐藤様には心より感謝申し上げます。

今年度のテーマ「助けよう会話・助けよう人の和・助けよう活動の環」に沿って、ナルクの基本理念である「会員相互の助け合い」を増やし、会員の楽しみと健康のために新たな同好会立ち上げ、これからも私達の社会奉仕の拠点として、活動する事で会員の増加にも繋がる事と思います。会員の皆様のご支援を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

今年度のテーマ「助けよう会話・助けよう人の和・助けよう活動の環」に沿って、ナルクの基本理念である「会員相互の助け合い」を増やし、会員の楽しみと健康のために新たな同好会立ち上げ、これからも私達の社会奉仕の拠点として、活動する事で会員の増加にも繋がる事と思います。会員の皆様のご支援を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

<p>今年度の運営委員が決まりました。</p> <p>代表 堤 信也</p> <p>副代表 八代 光彦</p> <p>事務局長 畑野 美美子</p> <p>会計 佐々木 真知子</p> <p>会計監査 佐藤 光子</p> <p>運営委員 木村 都久子</p> <p>運営委員 田所 克之</p> <p>運営委員 中谷 庄一</p> <p>運営委員 三野 民江(新)</p> <p>運営委員 栗原 加枝(新)</p> <p>運営委員 奈島 伴治(新)</p>	<p>尚、昨年まで運営委員としてナルク東神戸の発展にご尽力いただいた、梅崎美津江さんは退任されましたが、今後も引き続き御指導いただきたいと思います。</p> <p>今年度もどうかよろしくお願ひいたします。</p> <p>尚、総会の時に皆様にご協力いただきました梅サロンのアンケートは次号で掲載させていただきます。</p>
--	--

< 6月17日ケアハウスお楽しみ会 >

サンライフ魚崎ケアハウス 檀浦 加奈子



6月17日(日)に「サンライフ魚崎 ケアハウス」にて、お茶席を開催して戴きました。大きな赤い傘と季節の花のお茶席らしい雰囲気の中、大井先生とお社中の方が入居者様一人ひとりにお茶を点て、そして入居者様に親しく話しかけて下さいました。

1階のK様は「お茶はほんと久しぶり」と、2階のT様は、「落ち着きたいいい雰囲気ですね」と、3階のY様は、「こんな素敵なお茶会は初めてだわ。また来たいわ」と話されていました。昔お茶を習っておられた方は、特に楽しまれていたようでした。施設生活の中で、こうした昔の思い出に触れる機会を作る事は、入居者様の生甲斐につながる重要な事であると、改めて感じた時間でした。時代の流れとともに、古くからの文化に触れる機会は段々少なくなっていますが、入居者様が体験して来られたであろう文化を学ぶ事は、私たちにとって、入居者様への理解を深める大切な事だと思いました。

**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

\* 広告のコーナーへのお問い合わせは、ナルク東神戸 梅サロン広告担当(中谷) まで。  
TEL・FAX 078-766-8769 10月、11月、12月の広告を募集中です。申し込みはお早目に。

## <6月7日デイサービスお楽しみ会>

サンライフ魚崎デイサービス 的場 佳那子

ナルクうぐいす様によるコーラス会を催していただきました。男性コーラスや女性コーラス、または混声合唱を迫力あるピアノ生演奏で歌って頂き、利用者様はとてもお喜びのご様子でした。



歌で昔を懐かしみ、手拍子される方や一緒に口ずさむ方、それぞれの楽しみ方で非常に有意義で充実した時間になりました。曲の合間に歌の解説を入れていただくことにより、馴染みの歌をさらに深く知ることでもいつも以上に気持ちがいります。利用者様の笑顔は私たち職員にとって何にも変えがたい喜びです。この度の楽しい、楽しいコーラス会、本当にありがとうございました。また、日ごろのボランティア活動においてもナルク東神戸様のご尽力には職員一同心より感謝申し上げます。今後ともどうかよろしくお願いいたします。

## <6月9日映画サロン>



この日の映画は伊丹十三監督「お葬式」を見ました。1984年に多数の映画賞を受賞した完成度の高いコメディ映画で、見終わった後の参加した12名の顔は全員笑顔でした。(左記写真参照) 来月はどんな映画が鑑賞できるのか楽しみです。映画サロンは会員の木村政夫様がDVDに焼き直してくださったものを使っています。本当にありがとうございます。

## <気功教室>

石見 哲子

気功教室の目指すところは、来た時より帰るときのほうが、体も心も軽く、楽にそして頭スッキリとなる事です。その為に3つの体液が流れる体にならなければいけません。すなわち、血液、リンパ液そして脳髄液です。脳髄液の流れが滞り、脳に水が溜まりすぎますと、脳を圧迫して脳全体、免疫、自律神経の機能が落ちてしまいます。



そのためには、背骨をよく動かすこと、出来れば波のように動かすこと。液が筋肉や内臓に吸収されやすいように、筋肉や内臓をほぐす事です。体のどの部分もむくんではいけません。脳のむくみは自覚しにくいものです。脳のむくみを取りますと、その影響は体全体におよびます。頭が重い、朝起きて体すっきりしない、やる気が起こらない等、諦めないで少しでも改善しましょう。是非一度、体験してみてください。

## 第27回リレー随想 <すきなもの すきなこと>

北窪 吟旨



先日、私の好きな作家さんの個展に行って参りました。瀧下和之さんという、主に桃太郎に出てくる鬼を描く作家さんです。最初の出会いはインターネット上でした。偶然、調べていたところ愛らしさと深みのある鬼の絵に一目惚れしました。

瀧下さんの作品には、鬼・犬・猿・雉はいるのに桃太郎は決して登場しないのです。さらに、右利きであるのに作品は全て左手で描くというのです。それには驚きました。作品には絵画だけでなく、彫刻もあります。それらを並べて飾る時が私の好きな時間です。

有名な奈良美智さん・村上隆さんなどの作品も好きで、以前名古屋・東京へ展示会を観に行きました。大迫力の画面を目の前にした時は鳥肌が立ちました。作家さんの細かいこだわりや努力が感じられる空間だと思います。いつか、好きな作品で部屋中を埋め尽くしたいです。これからも個展や展示会へ足を運び、素敵な作品と出会えることを楽しみにしております。次は迫昌子さんにバトンを渡します。よろしくお願いいたします。

## 6月の会報発送協力者

6月8日の「梅サロンの印刷は八代さん、発送作業は栗原さん、畑野さん、三野さん、八代さん、山崎さんがお手伝いに来てくださいました。ありがとうございました。

また、15日には議案書の印刷が東灘区のボランティアセンターでおこなわれ八代さん、畑野さんが来てくださいました。ありがとうございました。



ちょこっ歩 お誘い

# 神戸どうぶつ王国・神戸空港

日時:7月14日(土)10時30分  
集合場所:ポータルライナー三宮駅、改札口前 10:30分  
コース:10時40分発 神戸どうぶつ王国へ(散策)  
12時30分⇒神戸空港へ(散策と昼食)  
15時00分⇒三宮へ(解散)

動物王国入園料:大人 1,800円  
シルバー料金:65歳以上 1,300円  
公的機関の年齢証明書持参  
世話人:畑野迄



## <お楽しみ会>

日時:7月25日(水)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…皆さまと楽しいひと時を…

## 同好会 <気功教室>

- ① 日時:7月11日(水)13:30~15:00(90分)  
場所:岡本気功教室(本山福祉交流センター)  
阪急岡本駅下車南東へ徒歩2分
- ② 日時:7月21日(土)14:00~15:30(90分)  
場所:サンライフ魚崎 ケアハウス 4階  
講師:石見哲子様(ナルク会員)

7月  
同好会

## <映画サロン>

日時:7月7日(土)13:30~  
場所:ナルク東神戸事務所  
内容:皆さんと選んだ懐かしい映画の鑑賞。  
世話人:佐々木  
次回は8月11日(土)13:30~ お楽しみに。



## 事務局便り



…新会員のご紹介…

♡ 橘 美代様

(東灘区森北町 6-1-2-202)

☆30年5月分 時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)

☆会員数 H30年6月末現在

項目	活動内容	活動時間	人数	合計
時間預託活動	提供活動	70	12	130 時間
	事務所当番	58	8	
	講師	2	1	
奉仕活動	福祉	82	16	95 時間
	NALC活動	13	13	

区	世帯数	会員数
東灘	49	72
灘	11	16
中央	14	20
3区以外	22	31
計	96	139

写真クラブのコーナー  
「あじさい」 田所克之



## <ふれあい喫茶>

日時:7月28日(土)12:30時~  
場所:サンライフ魚崎 ケアハウス4階  
内容:近隣の人達と一緒にお茶を  
…皆さまと楽しいひと時を…

## <"うぐいす"コーナー>

7月も27日(金曜日)と、変則日ですみません。  
時間は13時半~15時半、場所は東灘区民センター9階 音楽室といつも通りです。

<7月は以下の歌を予定しています>

おばけなんてないさ、海、我は海の子、出船、  
琵琶湖周航の歌、宵待草、影を慕いて、  
世界は二人のために、楽しき農夫、  
それと2重唱は、赤とんぼ、見上げてごらん夜の  
星を です。新しい楽譜をお配りします。  
なお、8月は23日(木)、9月は27日(木)正規  
の第4木曜日になります。

