

# 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 136 号  
 平成 31 年 1 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)  
 H P : <http://nalc-plum.sakura.ne.jp/>  
 発行人：堤 信也  
 編集人：田所 克之

## < 新年を迎えて >

堤 信也

ナルク東神戸の皆さん、ご機嫌よく迎春されました事とお慶び申し上げます。さて、今年  
 は大きな転換や変化の年であると言われております。まず最初の大転換は、年号です。新  
 天皇を迎え、慈愛の精神が国中に満ち溢れる日本になればいいなと思います。そして消費  
 税増税や国際的勢力抗争に伴う経済の情勢変化、温暖化による気象の激変で大災害  
 も。少子高齢化も急速に進行、AIの出現で科学の領域に驚異的進化も。そんな激変の  
 中でのボランティア活動の意義は・・・それは、目の前の損得の側面ではなく、人の心に温も  
 りを届ける側面であろうと思います。支援を必要としている人々に喜ばれ感謝される助け合いの活動を、自らの喜  
 びとして励むような空気が持続されるコミュニティを構築する事ではないかと思ひます。今年は一回り若い世代の  
 方々のリーダーシップと行動力での体制の充実に期待致しております。「出来ることを」の幅を、「出来る時に」の幅  
 を、「できる方法で」の幅を皆の知恵と和の力で広げて取り組んで参りましょう。



月	日	時間	内容	場所
H31 1月	7日(月)	11:00~	新年、仕事始めの祝い	ナルク本部 6階会議室
	〃	10:30~	同好会:気功教室(岡本教室)1-1	岡本教室(本山福祉交流センター)
	11日(金)	13:00~	会報印刷・発送準備	ナルク東神戸事務所
	12日(土)	10:00~	第1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	
	16日(水)	10:30~	同好会 手芸教室	
	19日(土)	14:00~	同好会:気功教室(サンライフ魚崎)1-2	サンライフ魚崎 (ケアハウス4階)
	24日(木)	13:30~	歌のサロン鶯	東灘区民ホール 9階音楽室
	26日(土)	10:00~	ナルク東神戸「スマホ」学習会	ナルク東神戸事務所
11:00~		第2回運営委員会&新年会		
30日(水)	10:30~	同好会:気功教室(岡本教室)1-3	岡本教室(本山福祉交流センター)	
2月	4日(月)	10:30~	同好会:気功教室(岡本教室)2-1	岡本教室(本山福祉交流センター)
	7日(木)	10:00~	会報印刷・発送準備	ナルク東神戸事務所
	8日(金)	14:00~	お楽しみ会 (回想レクリエーション)	サンライフ魚崎 (デイサービス)
	9日(土)	10:00~	第3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	
	14日(木)	未定	ちょこっ歩	未定
	21日(木)	13:30~	歌のサロン鶯	東灘区民ホール 9階音楽室
	23日(土)	10:00~	第4回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	〃	14:00~	同好会:気功教室(サンライフ魚崎)2-2	サンライフ魚崎 (ケアハウス4階)
27日(水)	10:30~	同好会:気功教室(岡本教室)2-3	岡本教室(本山福祉交流センター)	

## < お楽しみ会 回想レクリエーション >

奈島 伴治



12月2日、サンライフ魚崎ケアハウス4Fで回想レクがありました。森さんの優しく、楽しい語りかけから始まり、名調子で昭和13年から昭和40年までの懐かしい歌謡曲が紹介されました。「愛染かつら」、「大根月夜」、「トントントンカラリンの隣組」、・・・「上を向いて歩こう」、「柔」などの14曲が次々と披露され、映像と音楽とで曲が流れると集まられた22名の方々が思い思いに口ずさまれ、「炭坑節」が流れると手振りよろしく楽しまれていました。5人のスタッフがてきぱきとお世話をされているのも印象的でした。東神戸からは森さんの他、5人がお手伝いをさせて頂きました。

## < 12月8日のちょこっ歩 >

「神戸ゆかりの美術館」で詩情の画家「西田眞人」の展覧会があり、12月8日の午後、総勢7名の美男美女？が鑑賞してきました。この画伯は神戸の和田岬の出身で、邦画なのですが岩絵の具で描かれた絵はまるで洋画の様でした。

又、私たちには馴染みのある神戸の風景も何点かあり親しみを感じました。他にも海外の風景や日本中の「一宮の神社」の絵が展示されており、芸術の“秋”ならぬ“冬”を満喫した1日でした。



## 第33回リレー随想(その2) サンライフ魚崎施設長 佐藤 光子

(前号より) 日本語で、ましてや携帯なので分かりにくかったのでしょうか。「金閣寺も紅葉が美しいので、そこを見学して下さい」と言い、その後無事に合流することができました。

昼食は御所近くのホテルで済ませ、地下鉄で南禅寺～永観堂の紅葉を見に行きましたが、境内一面の紅葉の美しさに、ベトナムには紅葉がないので、感嘆の声をあげておられました。写真を沢山撮って、母国の両親に送ったり、友人に発信しているようです。

今回の京都見物でベトナム人の習慣や人柄がまた一段とよく分かりました。時間にはゆっくりしている。集団行動もちょっと苦手。でも京都駅で、銀閣寺で、永観堂で遅れた人たちを皆非難しない。「施設長、心配しなくても来ますよ」とおおらかにしている。楽しかったことと楽天的に捉えている。そんな民族性をはっきり感じました。それだからこそ、初めての外国暮らしでも、楽しく仕事や勉強に真面目に取り組み、日本に来てもらって良かったと思える人たちばかりです。おそらく彼らも日本に来て良かったと思っているようです。

どうぞ日本の市民の方々も、日本で介護福祉士取得を目指している人達を温かく見守ってあげてください。ささゆり会も施設あげて、一緒にがんばりたいと思っています。

(前号のあらすじ)

経済連携協定により、看護学校を卒業してベトナムから介護福祉士候補生が資格取得を目指してサンライフにいられており、一緒に秋の京都へ行かれた時の様子を綴っていただきました。



広告  
の  
コーナ

HANND IN HANND ハンド イン ハンド (生活雑貨)

営業時間 : 10:00~20:00 【年中無休】

電話 : 078-451-0836 FAX : 078-412-6777

住所: 東灘区岡本1-5-14(阪急岡本駅徒歩南2分、JR 摂津本山駅徒歩北3分)

梅サロンの広告に関するお問合せ TEL・FAX 078-766-8769 ナルク東神戸 編集部まで

## < サンライフ魚崎クリスマス会&ボランティア表彰 >

木村 都久子



12月13日にサンライフのクリスマス会が開催され、日頃ボランティア活動している団体の表彰もあり、当会も授与いたしました。

贈呈式と経済連携協定でベトナムから来られている介護士の候補生の看護師の方々(2頁参照)の出し物などがあり、サンライフから感謝状

と金一封を戴きました。感謝です。日本語もいつの間にかすらすらのお嬢さんたち。カム・オン(ありがとう)。

## < 12月15日(土)ご苦労さん会 >

三野 民江

事務所のテーブルにはおでん、唐揚げ、サラダ、特製の卵まき等々、昼食を兼ねた美味しい食事にワイワイと談笑が弾みました。午後の映画サロンへの時間も忘れるほど話やゲームが続き、その後は「寅さんシリーズ」の映画を楽しんで帰路につきました。



## < 第3回うぐいすの森音楽会 >

中谷 庄一



12月14日、恒例となった「うぐいすの森」音楽会が平生会館で開催された。特別出演者も交え約60の方が参加し、会場は盛り上がった。堤代表の挨拶に始まり、名司会者荒木さんの案内でコンサートは進行した。日頃区民センターで囀っているうぐいすが、年一回の舞台に挑戦した。芦屋拠点からは阪上さんが出演され、守上代表・植田局長が応援に来て下さった。他に特別出演として本部から山田さん・沢井さんがデュエットで十八番の「この街で」を歌っていただき、我々のリクエストに応じて下さった。もう一つの特別出演として甲南大学和太鼓サークルの出演があった、今年、全国大会太鼓の部で優勝し日本一になった野田浩佑君を含め6人のメンバーによる生演奏の迫りに圧倒された、めったに聴けない演奏であった。また、西山夫妻のピアノとハーモニカのデュオ、木村さんの謡曲「鶴亀」など多彩なメニューで、最後は会場の皆さんと一緒にクリスマスソング等歌い、休憩時のお菓子とお茶のティータイムを含め3時間のコンサートは楽しく無事に終了した。

## < 気功教室 >

石見 哲子

「フレール」と言う言葉をご存知でしょうか。英語で「FRAIL」と書きます。身体が老齢で弱いかひ弱なという意味です。最近、恐ろしい話を生徒さんからお聞きました。ご主人をお風呂に入れていて、ご主人が湯船から出られなくなったのです。脚を持ち上げて、湯船の淵をまたぐことが出来なかったのです。奥様もなんとか手助けしようと思ったのですが、どうすることも出来ず、結局救急車を呼ぶことになったそうです。大の男が三人係りでやっとこさご主人を湯船から引き上げることが出来たそうです。



これこそフレールの典型です。その生徒さんが仰ってました。「昨日まで出来ていたことが出来なくなるのです。こんなことが！と思うことができなくなるのです」と。どんなに鍛えても筋肉は衰えていきます。だからと言って何もしないと急速に衰えていきます。紙面が足りませんので予防法の詳しいことは教室でお伝えしたいと思います。

### 12月号会報発送協力者

7日(金)に会報を発行しました。印刷にご協力いただいたのは八代さん、栗原さんでした。また、折り込み作業は八代さん、畑野さん、栗原さん、山崎さんでした。ありがとうございました。

## < うぐいすコーナー > 1月のおしらせ

新年おめでとうございます。本年も皆様と楽しく歌いましょう。今年からは、右の写真の「こころの名歌集」から歌を選んですすめてまいります。「早春賦」は2部で練習します。



# 同好会・事務局だより

## 同好会＜気功教室＞

- ① 日時:H31年1月7日(月) 10:30~12:00  
場所:岡本気功教室(本山福祉交流センター)
- ② 日時:1月19日(土) 14:00~15:30  
場所:サンライフ魚崎 ケアハウス4階
- ③ 日時:1月30日(水) 10:30~12:00  
場所:岡本気功教室(本山福祉交流センター)

## 同好会＜手芸教室＞

∞∞1日で仕上げ・楽しい作品作り∞∞

日時: H31年1月16日(水)10:30~  
場所: ナルク東神戸事務所  
内容: 巾着袋  
講師: 斉藤妙子様 (ナルク会員)  
次回: H 31年2月13日(水)



## 同好会＜映画サロン＞

日時: H31年1月12日(土) 13:30~  
場所: ナルク東神戸事務所  
内容: 楽しい映画  
寅さんシリーズ  
次回は H31年2月9日(土)13:30~  
世話人: 佐々木真知子

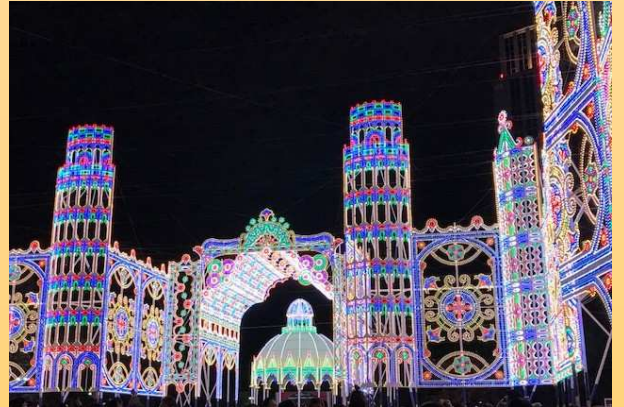


♡♡♡ 新会員のご紹介 ♡♡♡

橋谷<sup>のぶこ</sup>様 東灘区岡本 1-5-14

## 同好会写真倶楽部のコーナー 「ルミナリエ」

吉岡 慶子



## スマートフォン 勉強会

初心者の方もスマホの便利さ・誰にでも  
使いこなせることができる。

日時: H31,1月26日(土)10時~  
場所: ナルク東神戸事務所  
講師: 森一夫様 (ナルク会員)  
世話人: 佐々木真知子



☆30年11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12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	80	13	156 時間
	事務所当番	80	11	
	講師	4	2	
	点数利用	8	1	
奉仕活動	福祉	146	23	156 時間
	NALC活動	10	10	

区	世帯数	会員数
東灘	47	69
灘	10	15
中央	14	20
3区以外	21	31
計	92	135

【編集後記】2018年12月8日に東灘区民センターでナルク東神戸の法律セミナーを開催しました。講師は当会の会員で、またサンライフ魚崎などでボランティア活動もされている弁護士の木野祐子さんですが、運営委員会で「これは是非とも皆さんが知っておくべき内容だ。これからも役立ててもらえるよう梅サロンの付録の形で皆さんに届けよう」ということになり、無理を言って、原稿をいただきました。皆さまどうぞ参照ください。

