

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145号

2019年10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.jpH P : <http://nalc-plum.sakura.ne.jp/>

発行人：ナルク東神戸運営委員会

編集人：田所 克之

< 私の趣味は >

佐々木 真知子

趣味は何か？得意なことは？と聞かれても何も浮かばない！！では何をしている時に、時間を忘れて夢中になっているだろうか？映画を見る。テレビ番組を視る。好きな作家の本を読む。でもこれらは「趣味」とは言えないです。うーん！思い浮かばない。これはどういうことだろう

若い時から何事も長続きせず、これといった特技も無く、今まで来てしまったということでしょう。では今からでも何かやってみようかしらと考えてみても「どうしてもこれはやってみみたい」ということは思い浮かびません。強いて言えば「人に会い会話をし、笑い、楽しい時間を過ごす」ことで

す。これはナルクに参加していれば、一番実現可能なことでした。では、私の趣味は「ナルク」ですという結論でした。



10月	5日(土)	14:00～	お楽しみ会 手品(デイサービス)甲南大	サンライフ魚崎(デイサービス)
	6日(日)	14:00～	お楽しみ会 手品(ケアハウス) 甲南大	サンライフ魚崎(ケアハウス 4F)
	11日(金)	13:00～	印刷 お手伝い	ナルク東神戸事務所
	12日(土)	10:00～	第13回運営委員会	
		13:30～	【同好会】映画サロン	
	16日(水)	13:00～	【同好会】気功教室(岡本教室) 10-1	岡本教室(本山福祉交流センター)
	22日(火)	10:30～	【同好会】手芸教室	ナルク東神戸事務所
	24日(木)	13:30～	うぐいす	東灘区民ホール 9階音楽教室
	26日(土)	10:00～	第14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)10-2	サンライフ魚崎(ケアハウス 4F)	
28日(月)	10:30～	【同好会】気功教室(岡本教室)10-3	岡本教室(本山福祉交流センター)	
11月	8日(金)	13:00～	印刷 お手伝い	ナルク東神戸事務所
	9日(土)	10:00～	第15回運営委員会	
		13:30～	【同好会】映画サロン	
	19日(火)	10:30～	【同好会】手芸教室	
	20日(水)	13:30～	お楽しみ会 (お茶席)	サンライフ魚崎(デイサービス)
	21日(木)	13:30～	うぐいす	東灘区民ホール 9階音楽教室
	23日(土)	10:00～	第16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)11-1	サンライフ魚崎(ケアハウス 4F)
	27日(水)	10:30～	【同好会】気功教室(岡本教室)11-2	岡本教室(本山福祉交流センター)
28日(木)	13:30～	料理教室	東灘区民ホール 9階料理教室	
30日(土)	12:30～	ふれあい喫茶	サンライフ魚崎(ケアハウス 4F)	

* 先月号でお知らせしておりました10月8日(火)のちょこっ歩は都合で延期となりました。申し訳ございません。

* 10月16日(水)の気功教室の時間が変更になっております。13:00～です。ご注意ください。



9月4日のお楽しみ会は初演の甲南大学吹奏楽部員18名による演奏でした。8種類の楽器(フルート・オーボエ・トランペット・ホルン・トロンボーン・ユーフォニアム・チューバ・グロッケン)を使って、5組に分かれた学生さんたちが、いずれも最初に楽器の名前と特徴が説明された後、5曲が演奏されました。耳を傾ける利用者様方は、メロディーに合わせて、時には首を振り、時には手拍子をたたいて楽しいひと時を過ごされました。学生の皆さん、本当にありがとうございました。

【甲南大学吹奏楽部からお礼のメールが届きました】(抜粋)

本日はお招き頂きありがとうございました！手拍子等もして下さり、とても楽しく演奏することが出来ました。

なお、11/2から11/4の間、甲南大学内で摂津祭(学園祭)が、12/25には甲南大学内甲友ホールにて定期演奏会が開かれます。そちらにも足を運んで頂けますと幸いです。

最後になりますが本日はありがとうございました。また、機会がありましたらよろしく願います。

<大同生命シニアボランティア活動助成金贈呈式に参加して> 八代光彦

9月9日ホテルエルセラーン大阪において標題贈呈式(近畿地区)が開催され、今年度対象に選ばれたNALC東神戸を代表して参加しました。

この活動助成金は、毎年大同生命厚生事業団が一般に公募して応募した個人または団体の活動状況について審査した結果、優秀と認められた個人等を選別し、その個人等に活動助成金を贈呈するものです。東神戸は今年度初めて、活動テーマ「シニア中心の会員同士の助け合い活動と福祉施設ボランティア」として応募しましたが、応募件数127件(43都道府県)のうちの採用件数82件の一つに採用され10万円が助成されることとなりました(助成総額813万円)。

今回は近畿地区受贈者(22団体)を対象にした贈呈式でしたが、厚生事業団理事長(大同生命社長)から一人ずつ直接に贈呈状を手渡され、益々の活動をと激励の言葉をいただきました。緊張の一瞬でした。受贈者の活動分野は、「子供の見守りや放課後事業」「高齢者の社会参加の支援」など様々ですが、われわれNALCばかりでなく、世の中には数多くの団体がボランティア活動を行っていること、我々としては益々活動を充実しなければならぬと実感した一日でした。今回の助成金を今後1年間の充実した活動に生かしていきたいものです。



そして、1年間の活動結果を来年9月に報告することとなっています。

会員の皆様方には、今後とも積極的なボランティア活動に加わっていただきますようお願いいたします。

←末尾に東神戸が載っています

朝日新聞 令和元年9月12日朝刊

福祉研究や活動 県内5件に助成
大同生命厚生事業団

地域保健福祉の研究やボランティア活動を支援している大同生命厚生事業団の今年度の助成金贈呈式が9日、大阪市北区のホテルエルセラーン大阪であった。44都道府県から230件の応募があり、41都道府県の134件へ総額2千万円が助成された。県内からは5件が選ばれ、総額70万円が贈られた。

県内で助成を受けたのは次のみなさん。(敬称略)

【地域保健福祉研究助成】ボックレア訪問看護ステーション 森下和恵

【シニアボランティア活動助成】Dクラブあかすきんちゃん▽アジア子どもフレンズ▽寺子屋夢・創造▽ナルク東神戸

< 気功教室 >

石見 哲子

9月の14、15、16日の連休に、講師に中健次郎先生(検索してみてください)をおむかえして25回以上になります高野山気功合宿を開催しました。先生にお会いするたびにびっくりさせられます。先生は今年63歳なのですが、その体は子供のようにしなやかです。おそらく同年齢の男性はお腹もでっばって、体は兵馬俑のようにガチガチでしょう。



いつも申していますように、気功はほかの〇〇体操と違って、体のすみずみまでほぐします。昔、ほかほかカイロの袋を揉んだように、体特に胴体を細かくしなやかにかにかかして、固まった体をさらさらの砂のようにほぐします。ほぐせば気血が隅々まで流れ、内臓が元気になります。これこそ気功の真髄です。興味のある方は、公式 HP をみてください。時々、阪急六甲駅近くのサラシャンティというところで、講習会があります。

< 私の友 >

小林 喜代子

友人と話をしていた、ボランティア活動の事になり、ナルクを知りました。東灘区に事務所があると知り、早速畑野様にお会いし、即入会を決めました。

最初のボランティアはサンライフ魚崎のデイサービスのお手伝いをさせていただくことになりました。当時は体調もよく、皆さんと一緒に楽しい時間を持ち、又「ちょこっ歩」の散策や映画会も楽しく参加しました。

皆さんとの交流を持つことが出来たのですが、2年前と今年、夫の入院や、私の体調不良と続き、しばらくお休みをしています。皆様は幅広く活動され、いろいろと教えていただく事も多く、本当に良かったです。これからもよろしく願いいたします。

今回は西山紀世子さんをお願いいたしました。よろしく願いいたします。

< サンライフ魚崎スタッフとの交流会 >

佐々木 真知子



9月14日土曜日三宮の貿易センタービル24階のザ・スカイビッフェで恒例の交流会がありました。

綺麗な夜景を見ながらのひと時、普段はプライベートな話はしたことが無いスタッフの意外な面が垣間見えて美味しく楽しい夜でした。二次会はどうなったかは想像にお任せします。(追伸)「交流会、めっちゃおもしろかったで〜!!」…ある参加者の声

< 9月20日 第7回エリア17推進会議 >

田所 克之



本部から宮本委員、守上理事をお迎えして、神戸拠点の主催で、7拠点17名の参加がありました。各拠点から現状の報告や課題の提起があり、特に印象に残っている内容が、会員数(新規拡大、後継者問題…)と、貯えたポイントの循環のさせ方についてでした。後者では貯まったポイントを使いやすいように促したり、さわやか財団の「助け合いカード」を使って、点数を使ったり貯めたりする模擬研修(?)に取り組んだ拠点や、あるいは簡易な「助け合い」ならコーディネーターを介さず会員同士でカードを使ってやりとりできる仕組み(コーディネーターには後日通知が届く)の試行を検討している拠点の話が心に残りました。次回は尼崎拠点主催で3月に開催されます。(お礼)25周年記念ファイルご購入では皆様にご協力頂き、本当にありがとうございました。

9月号会報発送協力者

9月6日(金)に会報を発行しました。ご協力いただいた会員の方は、印刷は八代さん、折り込み作業は木村さん、三野さん、畑野さん、メール配信は10日(土)田所さんでした。ありがとうございました。

< うぐいすコーナー > 10月のおしらせ

10月24日(木)13:30~15:30 区民センター9階
村祭 虫の声 故郷の空 花 芭蕉布 森へ行きましょう
秋桜 2部=知床旅情
うたごえの秋です。夏にたまったストレスを爆発させましょう。



同好会・事務局だより

同好会 <気功教室>

- ① 日時:10月16日(水) 13:00~14:30 10-1
場所:岡本気功教室(本山福祉交流センター)
- ② 日時:10月26日(土) 14:00~15:30 10-2
場所:サンライフ魚崎 (ケアハウス4階)
- ③ 日時:10月28日(月) 10:30~12:00 10-3
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>

日時 : 10月22日(火)10:30~

場所 : ナルク東神戸事務所

作品 : コサージュ

次回は11月19日(火) 1日で出来上がり、

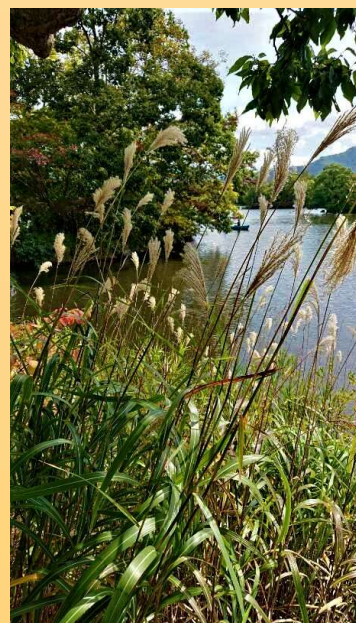
世話人 : 畑野美美子

9月の作品は靴下で

人形を作りました →



同好会 写真倶楽部のコーナー 「初秋の大沼公園」 八代光彦氏



同好会 <映画サロン>

日時 : 2019年10月12日(土) 13:30~

場所 : ナルク東神戸事務所

内容 : 楽しい映画(寅さんシリーズ継続中)

(他の映画もありますよ。見に来てね)

次回は 2019年11月9日(土)13:30~

世話人 : 佐々木真知子



【サンライフ魚崎の遠足があります】

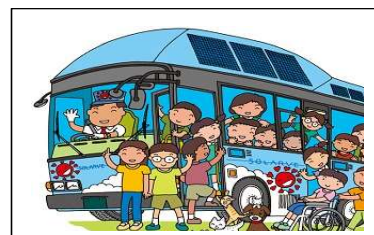
10月21日(月)

10月24日(木)

10月25日(金)

10月28日(月)

10月30日(水)



行先は須磨の水族館又は神戸どうぶつ王国です。
皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

☆2019年8月分 時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績) ☆会員数 2019年9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	57	12	135 時間
	事務所当番	76	7	
	講師	2	1	
奉仕活動	福祉	141	12	151 時間
	NALC活動	10	10	

区	世帯数	会員数
東灘	48	71
灘	10	15
中央	15	21
3区以外	21	31
計	94	138

広告
の
コーナ

HAND IN HAND 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)