

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 156号

2020年9月10日発行

658-0014 神戸市東灘区北青木 2-6-12-101

TEL・FAX 078-779-8311

E-mail: nalc128ume@jcom.zaq.ne.jp

H 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

＜楽しい、安心、感動のナルクの為に＞

田所 克之

4人に1人が75歳以上となり、医療介護の需要が高まることから、社会保障の増大や担い手不足が懸念される2025年問題に備えて、その対応が急務となっています。しかもその上に、新型コロナウイルスと言う大禍に見舞われています。

国は「コロナウイルスと共存」しながら「コロナ禍からの脱出」へと舵を切っているようですが、ボランティア活動においてコロナウイルスとの共存はあり得ません。ひとたび感染すれば自分だけのことで済まないからです。

しばらくは不自由ですが、ワクチンと治療方法が見つかるまでは、ウイルスを持ち込ませない(ウイルスに感染しない)、そして持ち込まない(感染させない)と言う自覚と自制心を持って日々を送り、ナルクの活動に向き合うのは私たちの責務であると思います。

楽しい、安心、感動のナルクの為に！ 皆さんはどのように思われますか？

こ れ か ら の 予 定

9月	10日(木)	13:30～	【同好会】歌のサロン鶯(*必要:マスク、スリッパ)	東灘区民センター9階音楽室
	11日(金)	13:00～	梅サロン印刷 手伝い	ナルク東神戸事務所
	12日(土)	10:00～	第12回運営委員会	
		13:30～	【同好会】映画サロン	
	19日(土)	14:00～	【同好会】気功教室 ⇒ 中止	サンライフ魚崎
	24日(木)	10:00～	【同好会】気功教室(*マスク着用、敷きマット持参)	岡本教室(本山福祉交流センター)
	26日(土)	10:00～	第13回運営委員会	ナルク東神戸事務所
13:30～		ちょこっ歩 各所の遺構を訪ねて	北青木 春日神社	
10月	4日(日)	10:30～	【同好会】気功教室(場所が変わっています)	東灘区民センター8階 和室
	9日(金)	13:00～	梅サロン印刷 手伝い	ナルク東神戸事務所
	10日(土)	10:00～	第14回運営委員会	
		13:30～	【同好会】映画サロン	
	22日(木)	13:30～	【同好会】歌のサロン鶯(*必要:マスク、スリッパ)	東灘区民センター9階音楽室
	24日(土)	10:00～	第15回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13:30～	ちょこっ歩 (行先未定)	(場所未定)
29日(木)	10:30～	【同好会】気功教室(場所が変わっています)	東灘区民センター8階 会議室5	

サンライフ魚崎から申し入れがあり、新型コロナウイルスの関係で、予防措置としてボランティア活動を当面の間見合わせています。再開はサンライフ魚崎から連絡があり次第となります。他のナルクの取り組みも中止の可能性があります。1頁の予定表及び4頁の案内ですが、そのことをご含みの上ご参照ください。

< 免疫力アップの気功教室 >

石見 哲子



新型コロナウイルスの恐ろしさは皆さんすでに十分ご存じだと思います。その陰で色々な事態が進行中です。うつ病が増えたり、子供たちの怪我や骨折が増えたり、そして認知症の方々の症状が重くなったり。くしくも我々人類は壮大なる人体実験をここ数か月間行った事になるのです。すなわち、身体を動かさなければどういう事になるかと。コロナ騒動が収まった後も数々の後遺症が現れると専門家は警告しています。

後期高齢者の転倒骨折、寝たきりそして認知症発症の多発も懸念されています。マスクでは取り上げませんが、マスクによる酸素不足です。本人は気が付いていませんが高齢者は呼吸力が落ちていきますので、普段から酸素不足です。その上、マスクによる酸素不足も考えられます。しっかり歩くことと、呼吸法で予防は十分可能です。暇だからぼーっとするのではなく、時間があるので積極的に体の管理を行いましょ、運動不足の結果どうなるか？答えははっきり出ています。

< 阪神大水害から 80 年 各所の遺構を訪ねて① >

奈島 伴治

慶光寺から真南にあつて、阪神高速道路南側に位置する所に若宮八幡宮がある。ここも約 300m 西側に都賀川が流れている。この境内に『水害記念碑』がある。その碑文には次の記載がある。

「昭和十三年七月五日支那事変下ノ神戸市ノ水禍ハ稀有ノモノニシテ我新在家郷モ都賀川ノ氾濫ノ爲殆ド全戸浸水流失土砂甚大ニシテ惨況ヲ呈ス サレド擧町一致夙夜復舊ニ努メ加フルニ隣保ヨリ勤勞援助ヲ得僅々數ヶ月ニシテ復興ヲ見銃後ノ士氣些モ弛緩スル事ナシ 茲ニ協議會町會相議シ當時ノ惨状ヲ偲ヒ流石ヲ以テ碑ヲ建テ記念ニスト云フ」

この碑文には、都賀川の氾濫のことが刻まれているので、先の慶光寺の「水難慰霊碑」の場合も都賀川の氾濫による水難であったことが想定される。ここまで東から順に、芦屋川、天上川、住吉川、石屋川、都賀川、生田川の決壊・氾濫による惨状が刻み込まれた碑を見、その惨状を目の当たりにする思いがある。さらに西側にある碑を訪ねて行った。



水害記念碑(若宮八幡宮)

(次号に続く)

* 2020 年 7 月 20 日の神戸新聞夕刊に、現在掲載している「阪神大水害から80年・・・」のコーナーに関する記事「昭和42年の水害」が掲載されています。神戸新聞のアーカイブで閲覧できます。(編集部)

【お知らせ・その①】

本部から送られてくる会報「ナルク」(第3種郵便物認可)が諸般の事情で、これからは奇数月のみとなりました。これまでは皆様にお届けする「梅サロン」も一緒にお届けしていましたが、これから偶数月は「梅サロン」のみを普通郵便や宅配メール等でお届けすることになります。郵送料アップや遅延という問題でご不便をおかけすることがあるかもしれませんが、どうかご寛容下さい。スマホやパソコンを利用されている方はこの機会に是非、メールでお届けする配信にご登録下さい。事務所まで気軽にお問い合わせください。

広告の欄

すずらん法律事務所 弁護士 木野 祐子(NALC 東神戸会員)
神戸地方裁判所の目の前に事務所を構え、離婚・遺言相続・施設事故や交通事故などの損害賠償、金融商品取引などによる消費者被害、借金の整理を中心に実績。

相談料(原則)30分 5,000円(NALC 東神戸会員からの紹介の場合初回相談無料)

TEL:078-382-0724(所在地)神戸市中央区橋通 2-1-9 グリーンビル3階

*JR 神戸駅徒歩5分 高速神戸駅徒歩3分

< 私の愛するブラジル その1 >

森 一夫

私は尼崎生まれの普通の日本人です。なぜか？ブラジルにハマりました。きっと導かれたんですね。その話はかなり長くなりますので、ブラジル人との面白エピソードをご紹介します。違いを楽しんでもらえれば幸いです(以下ブラジル人をBと表記)



森「日本は不景気で大変なんやー」 B「大丈夫！ブラジルは600年間不景気です」
森「雨が降ったら、気持ちが暗くなる」 B「嬉しいですよ！だってシャンプーができるじゃないですか」

森「バスがたまに遅れると困る」 B「2～3時間は普通に遅れますよ。バスが来た！と喜んで昨日くる筈のバスだったり」

森「日本人はすぐに謝ります」 B「バスに乗っている男性が窓を開けてゴミを投げました。たまたま歩いている人に当たりました。なんでそこに歩いているんだ！と言って謝りませんよ」

森「ブラジルではすぐにアミーゴ！って、会った瞬間に友達になりますよね」 B「日本人は時間がかかり過ぎる。明日会えるか？分からないじゃないですか？ブラジルは今を楽しむことを大切にします」 (次号に続く)

【お知らせ・その②】 ナルク東神戸では毎月、ホームページを更新しています。またパソコンやスマホで「梅サロン」のお届けを希望されている皆さんにもメール配信をしています。現在その配信にご協力頂ける事務局員や編集部員を募集しています。

決して難しい作業ではありませんが、人手が足りないため、是非、あなたのお時間をお貸しください。月1回、1時間程度です。電話でも、ファックスでもメールでも構いませんので、事務所までご連絡ください。

< ナルク東神戸歴代の活躍された方・関係者 >

会員のお声で誕生したコーナーです。設立から今日までのナルク東神戸に関わった方々を紹介します。

【 第4代代表 堤信也 氏 】

畑野 芙美子



1994年に定年退職され、直属の上司であった高畑会長が創設したナルクに入会はずいぶん遅いけれど、まだ仕事を離れることが出来ずに、2007年東神戸が設立されてから運営委員として参加され本格的な活動をスタートされました。

まずは、ナルク東神戸の事務所作り。日曜大工の腕前はプロ並み、会員の皆さんと力を合せ2カ月後、皆さん待望の立派な事務所が完成。また、梅サロンの編集、施設へのボランティア活動の一環として、イベント「お楽しみ会」のお世話、歌のグループを編成、次々とアイデアを提案され、ナルク東神戸を元気ある拠点にと導いて下さいました。

第4代、拠点代表も務められ一昨年、代表を退かれましたが、これからもお元気で東神戸を見守って頂きたいと思っています。堤さん 本当にありがとうございました。

8月号会報発送協力者

8月7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、印刷では八代さん、折り込み作業は、畑野さん、木村さんでした。



メール配信は14日に佐々木さんでした。皆様、本当にありがとうございました。

広告
の
コーナー

どうする？老後2000年問題！ 高齢者の生活資金捻出の切り札

「リバース・モーゲージ」

中谷庄一著 神戸新聞総合出版センター発刊

紀伊国屋・ジュンク堂・旭屋他書店の店頭にあり、もし一般書店にない場合はお取り寄せください。 定価 1,018円

同好会・事務局だより

同好会 <気功教室>

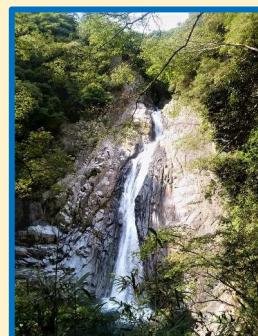
- ①日時:9月24日(木)10:00~
場所:本山福祉交流センター
- ②日時:10月4日(日)10:30~12:00
場所:東灘区民センター8階 和室
(JR住吉駅より屋根つき歩道で徒歩2分)
参加費:800円(非会員:1500円)
- ③日時:10月29日(木)10:30~12:00
場所:東灘区民センター8階 会議室5

注意!!

- ・事前の検
温を実施
します
- ・マスク着用
- ・敷きマットを
持参くださ
い

同好会<写真倶楽部>

「布引の滝(雄滝)」 田所克之



同好会<映画サロン>

日時:9月12日(土)13:30~参加費:500円
場所:ナルク東神戸事務所
前回開催時は中井貴一主演の「RAILWAYS 49
歳で運転士になった男の物語」を上映しました。
(↑*注:開催の場合の内容です)
次回10月10日(土)13:30~の予定です。
世話人:佐々木

同好会<歌のサロン鶯>

令和2年9月のお知らせ

日時:9月10日(木)13:30~
会場:東灘区民センター9階音楽室
会費:500円
1部=赤とんぼ 小さい秋みつけた 手のひらを太陽に 月の砂漠 とんぼのめがね 白い花の咲くころ 故郷の人々 いのちの歌 2部=野ばら
***マスクの着用と、スリッパをご持参ください**

久々に同好会「ちょこっ歩」を開催します!

本紙連載の「阪神大水害から80年~各所の遺構を訪ねて~」の執筆者である奈島伴治運営委員の案内で初秋の神戸を散策します。第1弾は北青木の春日神社などを巡ります。

- ◇日時:9月26日(土)13:30~ ◇集合場所:ナルク東神戸事務所前
◇参加費:無料 ◇雨天中止(お問い合わせは当日の10時から13時まで事務所に)

2020年7月分 時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績) 会員数2020年8月末現在

項目	活動内容	活動時間	人数	合計	区	世帯数	会員数
時間預託活動	提供活動	6	3	80 時間	東灘	43	64
	事務所当番	74	6		灘	9	12
	講師	-	-		中央	14	20
奉仕活動	福祉	21	7	28 時間	3区以外	20	30
	ナルク活動	7	6		計	86	126

<編集後記> 開催していますよ! (^^)v

暑い日が続いておりますが皆様お変わりございませんか? コロナ禍で何かと気を使うことばかりですが、同好会を再開しました。「気功教室」(開催場所にご注意を!)と、事務所での「映画サロン」は開催しております。

気晴らし、うっふん晴らし...なんでも結構です。みんなとひと時を過ごしましょう。マスク持参で是非、ご参加ください。9月26日には長らく控えておりました「ちょこっ歩」も再開いたします。こちらもどうかご参加ください。