

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 207号
 2024年12月10日発行
 658-0014 神戸市東灘区北青木2-6-12-101
 TEL・FAX 078-779-8311
 E-mail: nalc128ume@jcom.zaq.ne.jp
 H P : <https://nalc-plum.sakura.ne.jp>
 発行人：八代 光彦
 編集人：田所 克之



〈「ありがとう」〉

木村 暢子

運営委員に入って数ヶ月。サンライフ魚崎のボランティアを少しだけお手伝いさせてもらっています。ドライヤーをかけると皆さんが「ありがとう」と言って下さいます。「こちらこそありがとうございます！」と言います。誰の役にも立たずに生きてきた私に「ありがとう」と言ってもらえる場所を与えてもらって、なんと嬉しいこと。



30年間演劇をやってきました。いつもお客様に「ありがとうございました」と頭を下げる30年でした。図々しくも好きなことをしてお金をもらってきました。パワハラだらけの(セクハラはありません)30年でしたが、好きなことでしたからへっちゃらでした。

さて、「ありがとう」なんて言って頂けるもったいない環境の中で、私はどんな心持ちで過ごしていくのでしょうか。これから楽しみです。

これからの予定

| | | | | |
|--------|--------|--------|-----------------|-----------------|
| 12月 | 8日(日) | 10:20~ | 誰でもいつでも「健康気功教室」 | 東灘区文化センター8階・和室 |
| | 12日(木) | 13:30~ | 歌のサロン「鶯」クリスマス会 | 東灘区文化センター9階・音楽室 |
| | 17日(火) | 13:30~ | 麻雀サロン | ナルク東神戸事務所 |
| | 21日(土) | 10:00~ | 第18回運営委員会 | |
| | | 14:00~ | ナルクうたごえカフェ | |
| | | 16:00~ | 忘年会 | |
| | 22日(日) | 10:20~ | 誰でもいつでも「健康気功教室」 | 東灘区文化センター8階・和室 |
| 1月 | 10日(金) | 10:00~ | 発送作業・第19回運営委員会 | ナルク東神戸事務所 |
| | | 13:30~ | 映画サロン | |
| | 12日(日) | 10:20~ | 誰でもいつでも「健康気功教室」 | 東灘区文化センター8階・和室 |
| | 14日(火) | 13:30~ | 麻雀サロン | ナルク東神戸事務所 |
| | 23日(木) | 13:30~ | 歌のサロン「鶯」 | 東灘区文化センター9階・音楽室 |
| | 25日(土) | 10:00~ | 第20回運営委員会 | ナルク東神戸事務所 |
| | | 14:00~ | ナルクうたごえカフェ | |
| | 26日(日) | 10:20~ | 誰でもいつでも「健康気功教室」 | 東灘区文化センター8階・和室 |
| 28日(火) | 13:30~ | 麻雀サロン | ナルク東神戸事務所 | |

※毎月11日はイエローシートの日です。みなさん、ダイエー甲南店に買い物に行きましょう!

< 森さんが「尼崎市社会福祉功労者賞」で表彰されました >



11月15日あましんアルカイツホール玉翔の間で「地域福祉の推進に尽力した」功績が認められ、ナルク東神戸会員の森一夫さんが表彰されました。

この写真は、時間預託活動として、森さんご本人から写真撮影の依頼があり、運営委員の木村暢子さんが現地に赴いて撮られたものです。

皆さんがナルク活動をして貯められたポイントは、このような使い方もできますよ。

< 拠点リーダー養成講座に参加して >

荒木 育夫

11月7日、8日の両日、大阪・中の島センタービルにおいて開催されたナルク本部主催の「拠点リーダー養成講座」を受講しました。野中会長からは、わが国の現状を踏まえナルクの存在意義、使命、そして課題、またリーダーとしての心得などについて講話(訓話)を賜り、心に染み入る思いで拝聴しました。役員・事務局の方々からはナルクの定款、時間預託活動、奉仕活動、事業活動、資金管理、会計システムなどについてその仕組み、実態などについて詳しく講義を受けました。2班に分かれたグループ討議では、くしくも両班とも「会員の拡大」という同じテーマを選び、活発に意見交換しました。参加者全員(12名)と役員・事務局を交えた夕食懇親会では、お互いの拠点の現状や問題点などを率直に語り合い、意義ある交流を図ることができました。皆さんに感謝あるのみ。

< 11月15日～16日ナルク設立30周年 第1回ナルリンピックが開催されました > 田所克之



ナルク設立30周年 ナルリンピック 懇親会



2024.11.16 ナルリンピック神戸観光 御座船安宅丸を背景に記念写真

第27回ナルク定時総会で設置されたナルク発展プロジェクト(全国から17名のメンバーが選出されました)の答申を受け、ナルク発展プロジェクトが立ち上がりました。そして持続的な発展のために ①仲間を増やすナルク ②会員の繋がりを深め合うナルク ③信頼できる仲間だからこそそのナルク ④地域から頼られるナルク、という取り組みについてナルクを挙げ進めることになりました。

その一つが今回のナルリンピックです。「②会員の繋がりを深め合うナルク」を具現化したものです。既報の通り15日は大阪ドーンセンターで「発表の場」と「つながりの場」が催され、東神戸は写真の展示を行いました。淀川河川公園では「競いの場」が開催され、いずれも全国の拠点から参加がありました。16日は繋がりの場として「京都」「大阪」「神戸」での観光が開催されました。次頁にも関連記事が載っておりますのでご一読ください。1月に発行されるナルクの会報にも特集が掲載されますので、併せてご高覧ください。

広告
の
コーナー

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 : 神戸市 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)

<ナルリンピック神戸観光に参加して>

森 一夫

このたび、記念すべきナルク設立30周年に合わせて、2024年ナルリンピックが初開催されました。改めて深くお祝い申し上げます。ナルク東神戸としては、全国の拠点の皆さんに対して神戸観光を担当しました。札幌手稲、奈良、鹿児島、東神戸の方々に神戸港クルーズと南京町での豪華中華ランチを満喫していただく企画でした。

運営委員の皆さんによる事前準備は、綿密に計画され、観光を終えた皆さんから、「とても楽しかったです。これから拠点間で、ぜひ仲良くさせてください」と多くの人に、運営委員でもない私にまで、有り難い声を掛けていただき、大変恐縮しました。普段お会いすることのない皆さんとの会話はとても刺激になります。

札幌・手稲拠点では先日、ご自宅で倒れた男性を助け、介護認定までお手伝いをしたと作田さんが誇らしげにお話してくださいました。奈良拠点では、景観美化と源流清掃の「菜の花プロジェクト」が評価され、皇居にて「緑綬褒章」を授与されたと土岐沢さんから伺いました。鹿児島拠点の益山さんは今般、かわいいキャラクターのナルタン T シャツをデザインしたと話してくださいました。限られた時間でしたが、全国で活躍されている皆さんと会える喜びを感じることができました。

今後もこのご縁が継続され、お互いの発展に繋がればと切に願います。今回当日のお手伝いをさせて頂き、素晴らしい経験を得ることができました。本当にありがとうございました。運営委員の皆さん、大変お疲れ様でした。



< ナルク歌声カフェを開催しました >

迫 昌子



↑写真は11月23日(土)の一コマです

毎月1回開店しているナルクカフェはお米、ドンコ、味付け海苔、ナルク会員の手作り作品を並べて1月23日に始まりました。気軽にどなたでも参加して頂き、楽しく歌を歌えるカフェとして「歌声カフェ」と名前を変え、今般リニューアルしました。

事務所から流れる元気一杯の歌声、笑い声に通りすがりの方も飛び入りで歌の輪の中に参加され、楽しく歌って大満足のご様子でした。私たちも幸せ一杯になりました。

童謡、演歌、自慢の持ち歌、デュエットに加えて昔話に花が咲き、またまた輪が広がりました。歌声カフェ大成功です。皆様、是非歌いに来てください。お待ちしております。

11月運営委員会だより

ナルク東神戸では月2回運営委員会を開催しています

【報告・検討事項】

・10月2日(水)筒井博司先生の講演会について ・11月15日～16日のナルリンピックについて ・各同好会の取り組みの報告と今後の予定 ・10月のナルクカフェの報告と11月のナルクカフェの取り組みについて ・サンライフでのボランティア活動について ・12月～1月の予定 ・12月号梅サロンと、印刷及び発行日について ・拠点リーダー養成講座の報告 ・兵庫・北摂地区連絡協議会について ・その他

11月にサンライフ魚崎でボランティア活動をして頂いた皆様】

八代さん、迫さん、栗原さん、佐々木さん、木村(暢)さん、秋田さんの皆さんです。いつもありがとうございます。お疲れ様でした。

会員の動態について

11月に東灘区の中井廣一さん、玉子さんが入会されました。どうぞよろしく願いいたします。なお、11月末の会員数は、4ページをご参照ください。

(お詫び) 荒谷さんの手記13は紙面の都合で来月に掲載いたします。楽しみにされていた皆様、申し訳ございません。

(お知らせ) 梅サロンの広告に関するお問合せはTEL・FAX 078-779-8311 ナルク東神戸編集部まで

同 好 会・事 務 局 だ よ り

| 10 月分 時間預託活動・奉仕活動 実績報告 (人数は実績) | | | | | 会員数 | 11 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 | 43 | 6 | 91 時間 | 東灘区 | 38 | 55 |
| | 事務所当番 | 48 | 8 | | 灘区 | 5 | 5 |
| 奉仕活動 | 福 祉 | 46 | 8 | 201 時間 | 中央区 | 11 | 16 |
| | そ の 他 | — | — | | 3 区以外 | 16 | 25 |
| | 拠点活動 | 155 | 27 | | 計 | 70 | 101 |

同好会

＜ 誰でもいつでも「健康気功教室」＞
 日 時：12月22日(日) 10:20～11:50
 1月12日(日) 10:20～11:50
 1月26日(日) 10:20～11:50
 場 所：東灘区文化センター8階 和室
 参加費：会員 300 円、非会員 500 円
※マスクは各自の判断で着用



同好会へ写真クラブ
「家族でクリスマス」
田所克之

同好会＜ 映画サロン ＞

上映予定作品「 黄 昏 」
 日 時：1月10日(金) 13:30～
 場 所：ナルク東神戸事務所
 参加費：会員 300 円、非会員 500 円
 名優ヘンリー・フォンダが実娘ジェーン・フォンダと父娘役で共演し、キャサリン・ハップバーンと老夫婦を演じ1982年第54回アカデミー主演男優賞、女優賞を受賞した作品。110分。

同好会＜ 歌のサロン「鶯」＞

日 時：12月12日(木) 13:30～
 場 所：東灘区文化センター9階 音楽室
 参加費：会員 500 円、非会員 800 円
 ♪ 12月は恒例の「クリスマス会」です。独唱あり、演奏あり、仲良しグループの合唱あり――。そしてみんなでクリスマスキャロルを歌いましょう！来る年の幸せを願い、大きな声で、そして笑顔で！ ♪
※スリッパをご持参ください。

同好会＜ 麻雀サロン ＞

日 時：12月17日(火)13:30～16:30
 1月14日(火)13:30～16:30
 1月28日(火)13:30～16:30
 場 所：ナルク東神戸事務所
 参加費：会員 300 円、非会員 500 円
健康マージャンで楽しみましょう！ 参加を希望する方は、3日前までに運営委員・迫(ハザマ)昌子または荒木育夫までご連絡ください。

※皆様の投稿をお待ちしています。

文芸コーナー

【短歌】
 ・ 袖子の実の浮きつ沈みつ一日の
 疲れ流れてゆく仕舞い風呂
 ・ 夕映えに溶けゆかむかな五十路を
 一生(ひとよ)の穂(おだ)しき余韻た
 らしめ
 〱延子〱

【俳句】
 ・ 頼ったふ優しき香なり金木犀
 〱智歌〱

【編集後記】 ナルリンピックが成功裏に閉幕しました。関係者の皆さん、お疲れ様でした。今般のナルリンピックに関する記事は2頁と3頁に掲載しています。ナルクが全国津々浦々に拠点を置く組織であることを再認識しました。偶然ですが、「神戸観光」に参加した拠点は、日本の北端と南端と中央、きれいに3地域に分かれています。お互いの距離を感じさせない親近感を3頁の森一夫さんの寄稿から読み取ることができます。(あ)