

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 217 号

2025 年 10 月 10 日発行

658-0014 神戸市東灘区北青木 2-6-12-101

TEL・FAX 078-779-8311

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

H P : <https://nalc-plum.sakura.ne.jp>

発行人：荒木 育夫

編集人：田所 克之



く ナルク活動（ナルクデー）へのお誘い く

運営委員会

私たちナルク東神戸は、特別養護老人ホーム「サンライフ魚崎」において、利用者の方へのヘア 드라이ヤー掛けやお楽しみ会などのボランティア（社会貢献活動）に取り組んでいます。

10 月 25 日（土）には「ナルクデー」として地域清掃を予定しています。これも同じナルクの活動です。本来は、ナルクが設立された 4 月 20 日に全国の各拠点が取り組むのですが、当拠点は天候などのことを鑑み、延期しておりました。

ナルクの会員が活動として取り組み、社会貢献をしつつ、地域の方との交流をします。道具などはこちらで用意します。当日参加していただければ OK です。事前の連絡は不要です。

清掃後は親睦交流の機会として「お疲れさま会」を事務所で開催する予定です。一人でも多くの方とお会いできることを楽しみにしております。

今からカレンダーや手帳に予定を入れておいてください。

こ れ か ら の 予 定

10 月	21 日（火）	13:00～	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 14 回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13:30～	ナルクデー（清掃活動）、ナルクカフェ	
	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
	29 日（水）	13:30～	北摂・兵庫地区連絡協議会	みのお市民活動センター
11 月	4 日（火）	13:00～	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	8 日（土）	10:00～	発送作業・第 15 回運営委員会	
		13:30～	映画サロン	
	9 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
	18 日（火）	13:00～	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	22 日（土）	10:00～	第 16 回運営委員会	
		14:00～	ナルクうたごえカフェ	
	23 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
	27 日（木）	13:30～	歌のサロン「鶯」	東灘区文化センター9 階・音楽室

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

< 筒井先生の講演アンケートより >

10月1日、筒井先生の講演会が開催され、約30名の方の参加がありました。その時に参加者の皆さんからお寄せいただいたアンケートの内容を抜粋してご紹介します。

【本日の感想をお聞かせください】

- ・脳の研究がここまで進んでいることに驚かされます。病気で右脳の機能を失った母が、見えているようなのに、左側を無視している理由がわかりました。人間の精密さに驚きです。
- ・感覚器が細胞分裂後、どのように作られていくか以前より疑問に思っていて、知りたいなあと思っていました。目や耳は情報を複雑な処理をしていることが理解できました。何気なく“見る”ことは実は脳がとても働いているのだ、と。これからは目や耳と脳をいたわりたいと思いました。人間の体はとても複雑で、とても繊細なつくり・・・本当に奇跡だなあと思いました。先生のおっしゃっていた、せっかく生まれてきたのだからたくさんのことを知り、たくさんの経験をして、これからもこの素敵な言葉を胸に生きて行きたいと思いました。ありがとうございました。
- ・五感の面白さ満載でした。自分の身体なのに、ほとんど知らない機能があり、驚きました。
- ・人体の凄い構造に感心しました。「五感」のメカニズムがよくわかって興味深かった。生命の不思議さ、神秘さがすごく感じられ、大変役に立ちました。
- ・とても面白い、これまで聞いたことがない話で、有意義だった。人間、その他の動物の進化と凄さも感じた。
- ・自分たちの体のことがよくわかりました。また、人生についても楽しい見方が出来ました。これからの未来は少し私たちの体について心配なことも、現在の中であるのかなあ？と、子供たち、孫たちも元気に過ごせると良いなと思いました。便利なものは上手に使いたいです。
- ・私は病気のせいで、聴覚、視覚が特に悪く、補聴器を付けていますし、目は視力が悪く、鼻も利かず気持ちが悪いです。五感がダメになると、楽しみが減るのが寂しい限りですが、コンサート、落語、映画も楽しめなくなり、外食もしたくなりました。その条件の中でも何かを求めて参りたいと、今日の講演会で教えていただくことが出来ました。ありがとうございました。
- ・人間の五感を処理する脳の協力はよくできています。しかし年を重ねるにつれて感度は落ち、脳も休憩を必要とするようになります。これをAIや機械でカバーするには限度があります。それでよいのだという面もあります。
- ・ワイングラスの種類と活用方法まで学ぶことが出来て、とても面白く、参考になりました。
- ・いろいろと知らない領域の事を知らされ、新しい視点を与えていただきました。日常生活の中の身近な体験の背景に、こんなに科学があって、それぞれの世界が構成されていることに、驚きました。

感覚を通して自然界の奥深い創造の世界に畏敬を実感しました

【今後どのような講演会や学習会を希望されますか。開催してほしいテーマなどを教えて下さい】

- ・脳と心のことについて。脳と腸についても教えてほしい。
- ・老後の資金作りについて
- ・先生は食についても詳しくそうでいらっしゃるの、食生活について

*お詫び 「私の震災体験は」紙面の都合上、今回はスキップいたします。次回をお楽しみに下さい。



カフェ & 雑貨のお店「プリムヴェール」 *Primeviere*

住所：〒658-0082 神戸市東灘区魚崎北町 1-8-9 ライオンズマンション 1F

TEL & FAX：078-452-9077

定休日：日曜・祝日・水曜 営業時間：10時～17時

←11月までの期間メニュー（かぼちゃのスーププレート）

（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

< 神戸とブラジル ② >

森 一夫

明治の近代化による急激な人口の増加と、地方農村の荒廃により、国策として移民政策が始まったと言われています。今から157年前、明治元年、1868年のハワイへの移民が最初でした。次に北米でしたが、東洋人に対する移民反対論が強まり、断念。そして、その多くが南米を目指すこととなりました。南米では1888年に奴隷制度が廃止され、特に農業分野での労働者不足となりましたので、両国にとって丁度良いタイミングでした。

1908年(明治41年)4月28日の神戸。穏やかな夕暮れに、第一回ブラジル契約移民船「笠戸丸」(乗船者781名)が神戸港を出港しました。乗船者は、日本各地にいた生活困窮者でした。農作物の不作が続き、沢山の子どもを育てることができない状態だったと思います。ドラマ「おしん」の世界です。家族が路頭に迷うくらいなら、

ブラジルで一旗あげて、家族が少しでも楽に暮らせるようにしたいと思われました。

しかし、現代のようにネットも無く、全く情報が無い時代。強烈な不安と戦い、並々ならぬ決心を持っての船出だったことは、間違いありません。6月18日朝、ブラジルのサントス港に接岸したため、ブラジルでは「日本人移民の日」と言われています。

私がブラジルに興味を持ち、1998年にひとりでサンパウロに行き、出会った日系ブラジル人の方々はこの移民の歴史の延長線の末裔の方々でした。そして私を助けてくれました。同じ日本人だからです。私は今も、神戸の元町駅横の鯉川筋から北に徒歩15分に位置する海外移住センターによく足を運びます。それはこの移民の歴史を忘れないためでもあります。

そこでは毎年4月には移民祭が開催されます。私はデカセギで日本にいる多くの日系人の方々と、メリケン波止場から遊覧船に乗り、当時を想像します。ご先祖様の話題に触れるのが大好きです。今の平和と豊かな暮らしに心から感謝します。神戸の介護施設などで、ご年配の方々にブラジル移民について質問させていただきます。「そう言えば、子どもの頃、移民船の出港時、日本の小旗をよく振ったなあ〜」というお話をお聞きすると不思議と嬉しくなります。

(次に続く)

< 電話します・お伺いします >

運営委員会

ナルク東神戸では、総会の時に一人暮らしをしている方へ電話や家庭訪問をしてほしいというお声をいただき、希望される方にその取り組みをしています。いくつかのお返事をいただき、徐々に進めていますが、お返事をいただきました皆様、またご協力のお返事をいただいた方々にはお礼申し上げます。引き続き受け付けておりますので、まだお返事を保留されている方も遠慮なくご連絡ください。

9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】

・ナルクデイの取り組みについて ・ナルク講演会の取り組みについて ・各同好会の取り組みの報告と今後の予定 ・ゆうちょ銀行からの問い合わせについて ・9月のナルクカフェの報告と歌声喫茶及びバザーの取り組みについて ・会員の助け合い活動(依頼)の取り組みについて ・10月～11月の予定 ・10月号梅サロンの内容と、印刷及び発行日について ・ナルリンピックの動画鑑賞について ・イオン幸せの黄色いレシートキャンペーンの報告書と申請について ・事務仕事の役割り分担について ・12月のちょこっ歩について ・その他

9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】

迫さん、栗原さん、佐々木さん、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。今月もよろしく願いいたします。

会員の動態について

9月末の会員数は、4ページをご参照ください。長く会員でおられた柳沢涵一さんが4月に、矢頃武志さんが8月にお亡くなりになりました。心よりご冥福をお祈り申し上げます。



↑ 神戸港移民船乗船記念碑「希望の船出」と 森さん

同 好 会・事 務 局 だ よ り

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 9 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	47	6	98 時間	東灘区	38	52
	事務所当番	51	6		灘区	4	4
奉仕活動	福 祉	13	6	160 時間	中央区	11	14
	そ の 他	—	—		3 区以外	18	27
	拠点活動	147	22		計	71	97

同好会

< 誰でもいつでも「健康気功教室」 >

日 時 : 10 月 26 日(日) 10:20~11:50

11 月 9 日(日) 10:20~11:50

11 月 23 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



「名古屋城」

森 一 夫

同好会へ写真クラブへ

同好会 < 映画サロン >

上映予定「サクラサク」

日 時 : 11 月 8 日(土) 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

認知症の父親と、家族を顧みず仕事に没頭してきた息子とその家族の再生を描いた、さだまさしの短編小説を映画化したものです。息子を緒形直人、妻を南果歩、父を藤竜也が演じました。2014 年製作、107 分。

同好会 < 歌のサロン「鶯」 >

日 時 : 10 月 23 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 300 円、非会員 500 円

♪ かわいい魚屋さん、汽車、あんぱんまんのマーチ、荒城の月、待つわ、桃色吐息、誰もいない海、家路、愛燦燦、みかんの花咲く丘

※久しぶりの方も初めての方もぜひご参加下さい。

※スリッパをご持参ください。

同好会 < 麻雀サロン >

日 時 : 10 月 21 日(火)13:30~16:30

11 月 4 日(火)13:30~16:30

11 月 18 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(賭けない、飲まない、吸わない)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)昌子までご連絡ください。

文芸コーナー

【俳句】

掛け声に掛け声かぶる祭りかな

〈智 歌〉

【川柳】

デジタル化あゝあ生きづらい卒寿です

〈美 穂〉

温泉に入りて疲れ忘れたり

〈常呂露木〉

皆様の投稿をお待ちしています。

【編集部】

【編集後記】 秋まだ浅いとはいえ、朝夕めっきり涼しくなりました。そうです、これを長らく待っていたんです。読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋、天高く馬肥ゆる秋・・・。外は爽やかです。さあ、お出かけしましょう。軽く身体を動かし、友だちとおしゃべりしましょう。今月号の巻頭言は、総会の案内を除けば異例とも言える運営委員会からの行事へのお誘いを載せました。ナルクデー、地域清掃活動——。さあ皆さん、集いませんか。 (あ)