

梅サロン

ナルクの理念

自立・奉仕・助け合い・生きがい

< あなたの人生に必要なもの >

梅崎 美津江

誰でも必ず一度や二度、窮地に立たされた時、悩んだり、嘆いたり、もがけばもがく程、状況は悪化の一路を辿った！そう云う経験はありませんか？山の天辺を目掛け一気に駆け上がり(解決しよう)と焦る時に起こる現象です。しかし今駆け上がるには自分の力が及んでいないと、諭されているのです。こう云う私も何度も心の中で涙に溺れたものです。拭いても、ふいても、湧いて来る窮困に(どうしてこんなに努力してるのに)と、自分だけを評価していました。もがき苦しみ、繰り返す内に振り返り分かるのです。



一気に登るには豊富な経験と人一倍の努力が必要でした。人生に必要なものは寛容で潤った心と、自分を導く人達であり、物事を見極める力です。失敗してもその課題に向き合い戦い挑んで今があるのです。

今まで多様な仕事に携わり色々な人と関わり、何処かで役に立てたいと前向きに進んできました。過去を振り返ってみるとその度に(人生って素晴らしいなあ！自分の人生に沢山の人が関わり、大事な時に力を与えてもらった、その全ての事が全部自分の人生の中に存在しているのだから！)あらゆる事に興味を持ち、挑戦し、自分が描くその殆どを実践出来た今に満足。関わって頂いた皆さんに心からの感謝。やはり人生を語るには生きて来る過程においての人との交わりと努力と人への愛情が必要不可欠だと思います。

人の一倍も、二倍も努力する事で惜しみなく力を貸して頂いた人達に対する御礼だと実感しているところです。心にわだかまる事は一切なく晴れ渡る青空の様に続きの人生に向かって歩みはじめます。

これからの予定

4月	9日(金)	13:00~	印刷・発行作業~	ナルク東神戸事務所
	10日(土)	10:00~	第1回運営委員会	
		13:30~	【同好会】映画サロン	
	18日(日)	10:20~	【同好会】気功教室	東灘区民センター8階(和室)
	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)	13:30~	第2回運営委員会	ナルク東神戸事務所
5月	7日(金)	13:00~	印刷・発行作業~	ナルク東神戸事務所
	8日(土)	10:00~	第3回運営委員会	
		13:30~	【同好会】映画サロン	
	16日(日)	10:20~	【同好会】気功教室	東灘区民センター8階(和室)
	27日(木)	10:20~	【同好会】気功教室	東灘区民センター8階(会議室5)
		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)
	28日(金)	13:30~	本部総会	大阪府立ドーンセンター
29日(土)	10:00~	第4回運営委員会	ナルク東神戸事務所	
	13:00~	ちょこっ歩	未定	

< 免疫力アップの気功教室 >

石見 哲子



【前回からの続き】 奇跡のようにも思えますが、しかし人には自然回復力が誰にでも本来備わっていますので、その働きが発動して治ったとしても不思議でもなんでもありません。もともと病気はお医者さんやお医者さんが処方してくれる薬で治るものではありません。絶対絶対、自然治癒力のお蔭です。ユダヤの諺にこんな言葉があります。「病気は神様(自然治癒力)が治し、その料金は医者を受け取る。」お医者さんの出来ることは自然治癒力の働きを邪魔している何かを取り除くことです。川の流れ(自然治癒力)を流木がせき止め、それを(医者)が取り除くのとよく似ています。

前回紹介しました3例も患者を思う家族の本気度に患者が呼応し自然治癒力が呼び覚まされたのでしょうか。長年指導してきてつくづく残念なのは、自分の回復力が信じられず他人や薬任せにすることです。意識(無意識のこと)が体に及ぼす影響は人が考えるよりはるかに絶大です。「信じるものは救われる」です。

< 阪神大水害から 80 年 各所の遺構を訪ねて⑬ >

奈島 伴治

昭和 13 年の阪神大水害を契機として、六甲山系の砂防事業や表六甲の河川改修は国の直轄事業となった。

又、昭和 36 年 6 月 24~27 日に発生した集中豪雨では、宅地造成現場や傾斜地での被害が大きく、阪神大水害に次ぐ記録的な災害となり、宅地造成等規制法制定のきっかけとなった。

更に、昭和 42 年 7 月 9 日には、熱帯低気圧となった台風 7 号は西日本に停滞する梅雨前線を刺激し、集中豪雨を西日本にもたらした。総雨量は 371 ミリと昭和 13 年よりも少なかったものの、1 日当たり(9 日=319 ミリ)や 1 時間当たり(1 時間最大 75.8 ミリ)の雨量は昭和 13 年を上回るものであり、河川の氾濫により市内各地域で水害の被害を被った。被害は 13 年から見れば少なく、13 年以降の治水・



治山事業の効果が表れているが、この水害では高度経済成長に伴う急激な都市化が進む中で未改修の中小河川の氾濫が問題となった。

その後、神戸市を初めとする各市の強い要望もあって昭和 45 年に都市小河川改修費補助制度が創設され、国・県の補助のもと各市が 2 級河川の改修に取り組むこととなった。(以上は、「神戸 災害と戦災 資料館」・「水害の概要」の記事による)

追記: 葦合町市ヶ原「溪流沿い鉄棒脇」に『豪雨遭難各位霊』がある。

昭和 42 年 7 月 9 日夜半、豪雨のため高さ 500m、幅 100m にわたって山腹が崩落、麓の住宅 30 戸のうち 18 戸が一気に土石流に巻き込まれ流失、サクラ茶屋、駐在所に避難していた住民は、建物もろともに流され、21 名が死亡。

今残るのは駐在所手前にあった井戸のみである。土石流で死亡した方々は、ここから北のハイキング道の片隅に設けられたフェンス内の祠に祭られている。

地蔵尊 (S42.11 建立)

祠内に安置されている地蔵尊を中心にして、右側に「為有縁無縁各霊菩提也」、左側には「昭和四十二年十一月吉日建立」と刻まれ、祠の片側の木柱には「豪雨遭難各位霊」と記されている。

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)

(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。

<大阪ガス 高齢者福祉事業助成 選考決定！>

八代光彦



この度、NALC 東神戸として、昨年半ばに応募した「大阪ガス 高齢者福祉事業助成」の選考に選ばれ、15万円の助成金を頂くことになりました。本当に「嬉しい！」の一言に尽きます。

つい先日、全国社会福祉協議会の「新型コロナウイルス感染症対応のための環境等の整備助成事業」の選考には残念ながら選ばれず、意気消沈していた中での朗報です。ご本業が忙しい中、募集の情報入手から作成までご尽力頂いた田所さんには心から感謝申し上げます。

一昨年の大同生命厚生事業団の「シニアボランティア活動助成」の受賞に気を強くして、今後も運営資金の充実とボランティア活動の啓蒙に寄与するべく、助成応募に取り組んできた成果の喜びを皆様方と共に噛みしめることができたことは、このコロナ禍の中、幸せ以外の何物でもありません。

私共のボランティア活動の中核をなす、サンライフ魚崎での活動はしばらく中断を余儀なくされますが、「自立・助け合い・奉仕」の理念を忘れることなく、「歌のサロン うぐいす」や「気功教室」などの活動を通じて、不断の「生きがいづくり」に励んでいきたいものです。

今後とも皆様方と共に、拠点の継続的な繁栄に取り組んでまいりたいと存じますので、どうかご協力のほどよろしくお願いいたします。（追記）東灘区社会福祉協議会に申請しておりました助成金も決定しました（4頁参照）

<気功教室のひとコマ …リモートでも参加しました >



←東灘区民センターの会場での参加者の様子です。(2/28)



←会場と自宅をリモートでつないで参加した会員の様子です。(3/8)

<「楽しい」を増やす >

北窪 吟旨

昨今の新型コロナウイルスの影響によってこれまでの生活のあり方が変わり、物事が淘汰されているのを感じています。このコロナ禍、娘の就職が決まり東京に行くことになりました。嬉しいやら淋しいやらで、かなり複雑です。

そこで、私は自分の今後について考えました。一度しかない人生を満喫するためには、いかに「楽しい」を増やすかが重要だと思います。私にとってそれは、趣味の一つであるアートです。

有名作家の個展に行き感銘を受けることも、路地にある画廊に立ち寄り新しい出会いをつくることも楽しみです。最近は美人画にハマり数点入手する事が出来ました。

来月は東京に行ってきます。繊細な作品にもポップな作品にも刺激をもらえます。アートをきっかけに様々な方と知り合ったり、今の自分にはない知識や感性を増やしていきながら人生を楽しんでいきたいと思っています。大型犬も飼いたいですね。



- 3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(1ページの予定表参照)を開催しております。皆様にもその内容について報告をさせていただきます。【検討事項】・神戸市集いの場支援事業補助金について・コロナ禍での会員への様子伺いと交流の方法について・梅サロン4月号について・ちょこっ歩について・4月の予定について・同好会開催時の送迎について・大阪ガスグループ福祉財団「高齢者福祉助成」選考決定について

2月号会報発送協力者

3月5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、印刷では八代さんが取り組んでくださいました。また、折り込み作業は、畑野さん、木村さん、佐々木さん、奈島さん、小原さんが手伝ってくださいました。メール配信も同日、佐々木さんがしてくださいました。ご協力いただいた皆様、本当にありがとうございました。



同好会・事務局だより

同好会 <気功教室>

4月18日(日)10:20～

5月16日(日)10:20～

場所：東灘区民センター8階 和室

参加費：800円(会員外1500円)

★リモート参加希望の方は前日までに担当の佐々木まで連絡をお願いします(090-2042-5398)

・事前の検温を実施します

・マスク着用をお願いします

・和室は敷物不要です

同好会<写真倶楽部>

「春の住吉川 白鷺」 田所克之



同好会<映画サロン>

日時：4月10日(土)13:30～

場所：ナルク東神戸事務所

参加費：500円

3月6日は、2018年公開の内館牧子の同名小説、館ひろしと黒木瞳が主演の「終わった人」でした。

定年後のおじ様のコミカルな物語かと思いきや、かなりシビアな話でしたが、誰もが避けられない老いの受け止め方や「卒婚」という言葉も出てきて、楽しみながら考えることのできる作品でした。

同好会<歌のサロン鶯>

令和3年4月のお知らせ

日時：4月22日(木) 13時半～

会場：東灘区民センター9階音楽室 会費：500円

朧月夜 めだかの学校 花 みかんの花咲く丘

荒城の月 四季の歌 いのちの歌

2部＝四季の歌

*マスクの着用と、スリッパをご持参ください

連絡：木村 090—5673—7449

<区社協からも助成金!!> 3ページで八代副代表が助成金選考決定の記事を書かれた後に更なる朗報が届きました。事務局から東灘区社会福祉協議会に申請しておりました助成金を受け取ることが出来ました。毎年申請しており、今回は難しい状況かと予想していましたが、区社協様より吉報が届きました。ありがとうございました。この15,000円は当会の活動の大きな支えになります。心よりお礼申し上げます。

2021年2月分 時間預託活動・奉仕活動実績報告(人数は実績)

会員数 2021年3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
					東灘	39	59
時間預託活動	提供活動	—	—	56	灘	9	12
	事務所当番	56	4	時間	中央	15	21
奉仕活動	福祉	—	—	82	3区以外	15	22
	その他	74	12		計	78	114
	ナルク活動	8	7		時間		

【同好会などの開催の有無に関してはお問い合わせを！】 4月1日に「蔓延(まんえん)防止等重点措置」が施行されました。期間は4月5日から大型連休最終日の5月5日までですので、同好会などのナルク東神戸の活動にも影響が出てくる可能性が出て来ました。お手数をお掛けしますが、参加を希望される同好会等の開催の有無などにつきましては事務局か担当者までお問い合わせください。