

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 169号

2021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 : <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



このお知らせは、赤い羽根共同募金の分配金を活用して印刷されています。

< 出 会 い >

荒木 育夫

「出会い」は魔法である。ふとした偶然の出会いが未知の世界へと導いてくれる。そしてその世界で、さらに別の新しい出会いが待っている。

しかし、なかには苦い出会いもあろう。不運にも、朱に交わって赤くなりそうなこともある。そうと気が付いたら、静々と遠ざけるほかあるまい。

さて、わたしの場合、幸いにもいい出会いが多かった。

震災の翌年、これからは没頭できる趣味を持つと思い立ち、朗読教室に通い始めた。そこで出会ったのが、師匠たる元 NHK アナウンサーの故 T 氏である。氏は歌が好きで、グループで時々コンサートを開き、わたしは司会役でそのお手伝いをしていた。そのグループのメンバーにナルクの中谷氏や堤氏がいらしゃったのである。

故 T 氏との出会い、さらには中谷氏、堤氏との出会いが、私をナルクという団体にいざなってくれた。そして今、ナルクで新しい出会いを幾つも重ねている。この出会いの連鎖に感謝したい。



こ れ か ら の 予 定

10月	7日(木)	10:20～	気功教室	東灘区民センター8階(和室)
	7日(木)	13:00～	印刷・発送作業	ナルク東神戸事務所
	9日(土)	10:00～	映画サロン	
		13:30～	第13回運営委員会	
	17日(日)	10:20～	気功教室	東灘区民センター8階(和室)
	23日(土)	10:00～	第14回運営委員会	ナルク東神戸事務所
11月	28日(木)	13:30～	歌のサロン鶯	東灘区民センター9階(音楽室)
	5日(金)	13:00～	印刷・発送作業	ナルク東神戸事務所
		6日(土)	10:00～	第15回運営委員会
	6日(土)	13:30～	映画サロン (時間帯が変わっています)	
		7日(日)	10:20～	気功教室
	14日(日)	10:20～	気功教室	
	20日(土)	10:00～	第16回運営委員会	ナルク東神戸事務所
13:30		ちょこっ歩 (山陽電車垂水駅西口改札集合)	五色塚古墳(11月号に掲載)	
25日(木)	13:30～	歌のサロン鶯	東灘区民センター9階(音楽室)	

< 9月22日(水)ナルク会長との懇談会 >

副代表 八代光彦

9月22日、ZOOMを利用してナルク本部との初めてのリモート会議が開催されました。本部からは神野会長をはじめ、寺井副会長、西村事務局長らが参加され、各拠点からは、9拠点(名張東・伊賀名張・堺・堺泉北・芦屋・北神三田・宝塚川西・奈良・東神戸)の代表・副代表が





各拠点の等の皆さんに発表を
されている八代副代表

参加しました。なお、東神戸からは八代のほか、午前中の運営委員会の流れから畑野事務局長をはじめ5人の運営委員が応援参加をしました。

各拠点からは、主にコロナ禍のなかでの活動報告と現状の課題を中心に報告がなされましたが、特に注目されたのは次のような事がらでした。

- ①住民の多くがナルク会員である団地に事務所を構える拠点(名張東)は送迎・掃除等の助け合いの活動は従来通りできており、蜜を避けた草刈りや、会員の様子伺いを兼ねた鉢植えや食料品のお届けをした。
- ②自然栽培の無農薬野菜類を会員に販売したり、「5歳児の親子」を対象としたブルーベリーの栽培・収穫活動は好評を博している。(伊賀名張)

③空家をリフォームして事務所に、また別の空き家を「たまり場」として利用する計画もあり、低家賃により経費の節減に貢献している。(伊賀名張、堺泉北)

④LINEによるグループ交流や、一般会員の運営委員会へのリモート参加を計画し、会員間の交流を深める一方、ハガキでの電話声掛け予約を行っている(芦屋)

⑤収支の再構築の試みとして、イオンの「イエローレシート」に参加し、買物金額の1%相当額の商品券を入手し経費の足しにしている(奈良)

また、寺井副会長から「これからはボランティア提供だけでなく、高齢者の働く機会を作り増やしていくのもナルクの新しい課題なのではないか」とのお話もあり、注目すべき指摘だと感じました。

会議の最後に神野会長から次のようなご挨拶がありました。「コロナ禍もあり、各拠点は会員の退会で苦勞しているが、会員の紹介で新規会員数を増やして新拠点(札幌手稲)を発足した地域もある。今が拠点の代表者の実力を試す時である」との耳の痛いお話で、リモート会議を終了しました。



神野毅 会長

私共東神戸としては、今回の様々な報告を参考とさせて頂き、さらなるコミュニケーションの構築とそれによる会員増を図るべく、より広範囲の ZOOM の活用や同好会への参加勧誘を進めていく必要を痛感しました。

< 気功教室 >

石見 哲子



前は筋肉のことを書きましたが、今回は打って変わって奇跡を呼ぶ超簡単なハウツーをお知らせします。気功と出会ったのは35年くらい前ですが、その頃中国の先生がおっしゃった「人が馬鹿にするくらい超簡単なことをあきらめるくらい繰り返すことが安全で効果抜群の健康法だ」という言葉が忘れられません。

紙面の都合で詳しくは書けませんが、いくつかを紹介します。すべて実話です。①虚弱体質の人が奥歯をたえずカチカチと打ち合わせてすっかり健康体になった。②脳梗塞後遺症で意識が戻らない男性の指を家族が代わる代わるもみ、意識が戻った。③やはり脳梗塞後遺症で左半身麻痺の男性がねじりスワイショウを何度も何度も繰り返し、回復した。

こんな簡単なことで回復するかとお思いでしょうが、人の体はどこまでも不可思議でお医者様でも全てを知っているわけではありません。癌を看ているお医者様が余命を伝えなくなったとおっしゃっていました。六か月と予測してそれより遥かに長生きされる方も多々おられるからです。人間が本来持っている回復力を信じましょう。



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

←おすすめのランチプレート いつもカウンターにお花が活けてあり、お洒落で落ち着いたお店です

＜パラリンピック選手団のボランティア団結はかなりー＞

森 一夫



ブラジル大使館のサボイ
ア大使と森一夫さん

8月12～13日にブラジルからのパラリンピック選手団の事前合宿の応援のためホストタウンの浜松市へ行って来ました。静岡県浜松市が全国最大の17競技464人の選手団を受け入れてくれたからです。浜松市民が対象のボランティア募集でしたが、浜松市役所にお電話し「神戸でのブラジル支援、ボランティア活動、そして、自ら軽度の視覚障がい者である」ことを説明し、快諾を得ました。「共生を目指す浜松市です。どうぞお越してください」と、職員さんのひと言は忘れません。

コロナ禍で、支援内容は制限されましたが、距離を取りながら、精一杯、応援しました。全盲の方々のゴールボール、様々な障がい者を持った方々の柔道など。練習後、選手の皆さんから「オブリガード、アリガト」と言ってもらえ、それだけで充分でした。

地球の反対側から、不自由な体、そしてコロナ禍でも来日してくれた陽気な皆さんは「勇気そのもの」です。明治の終わりからはじまった移民政策。デカセギ。時代の波に人生を左右させられた方々が沢山います。両国の当たり前のような平和と豊かさは、決して当たり前ではなく、感謝です。

これからも先人が築いて下さった両国の関係を、大切にして行きます。偶然に、ブラジル大使館のサボイア大使と出会い、自己紹介。大使から「あなたに会えてうれしい」と言われ、オブリガード、ブラジル!! 因みに神戸市とリオデジャネイロ市は姉妹都市です!

＜日本の美しい里の四季③ ～遠浅の海(島根県松江市)～ >

奈島 伴治

島根半島の北の東側には、北浦の浜のようなきれいな海水浴場がある。西側にはこのような浜は見当たらず、むしろ岩場の入江が多い。冬の荒波が岩場で岩のりを育てる。正月のご馳走に十六島【編集部注、読み方は:うっぷるい】海苔(当時「つかんのり」と呼んでいて、採ってきた漁師の方々によって半干しの状態のものが売られていた)があった。



十六島岩海苔のお雑煮

出雲地方の雑煮は一口で言えば「ぜんざい」と思って間違いはない。但し、これは元旦だけのご馳走である。これは小豆と砂糖が貴重だったからだろう。2日目以降は、醤油仕立て、或いは味噌仕立ての具が何も入っていない汁の中に丸平餅を入れて煮込み、椀に移した後でこの海苔を上に乗せる。一般の海苔は縮むが、この海苔はどんどん膨れていく。

この膨れた海苔で餅を包むようにして食べる。餅の5個位は当たり前食べたものである。ほおばると、磯の香りが口一杯に広がる。今は採れる量が非常に少なく、かつ、もう少し乾燥度を上げた海苔が10gあたり1,000円で売られているが、残念ながら風味は感じられない。古き昔の懐かしい味が想い起される。

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おります

【報告・検討事項】 ・各同好会(ちょこっ歩、気功教室、歌のサロン鶯など)の活動報告について ・10月～11月の予定について ・梅サロン10月号について ・会員の助け合い活動について(今後の予定について等) ・本部とのリモート懇談会について ・総務省、経済産業省からの経済サンセスのアンケートについて ・会員数の状況について ・研修会(2種類)について ・新時間預託システム管理の導入について ・その他

8月号会報発送協力者

9月3日(金)に会報を発行しました。印刷では八代さんが協力して下さいました。又、折り込み作業のお手前は、同日に八代さん、畑野さん、木村さん、奈島さん、荒木(智子)さん、翌日4日には八代さん、畑野さん、



木村さん、奈島さん、荒木(育夫)さん、田所でした。ホームページは7日に八代さんでした。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＞

日 時：10月7日(木)10:20～
10月17日(日)10:20～
場 所：東灘区民センター8階和室
参加費：800円

- ・事前の検温を実施します
- ・マスク着用をお願いします

★リモート参加希望の方は佐々木まで連絡を
(090-2042-5398)

同好会＜写真倶楽部＞

「棚田の見張り役」 奈島伴治



同好会＜映画サロン＞

日 時：10月9日(土)10:00～
場 所：ナルク東神戸事務所
参加費：500円

(この日は開催時間が午前中です)

9月4日は松竹新喜劇のスター藤山寛美の舞台のVHSを会員の木村政夫さんにDVDにして頂いた10巻の中の一つ「人生双六」を観ました。

懐かしくも笑いのある楽しい人情喜劇でした。「素晴らしい！」内容でした。

同好会＜歌のサロン鶯＞

日 時：10月28日(木)13:30～
場 所：東灘区民センター9階(音楽室)

村祭 虫のこえ 故郷の空 花 芭蕉布
北上夜曲 旅愁

2部＝もみじ

- *マスクの着用をお願いします
- *スリッパをご持参ください

連絡先：木村 090-5673-7449

【研修会の予定について】「介護保険制度について」の勉強会を企画しています。コロナ禍が収まれば開催します。「実はその仕組みがあまり良く分からない」という方や「日頃疑問に思っていることがある」と言う方、目からうろこの話が聞けると思います。この機会に是非ご参加ください。詳細は追ってご案内いたします。

2021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 2021年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	4
事務所当番	50	5	時間	灘		8	9
奉仕活動	福祉	—	—	84	中央	15	21
	その他	76	8		3区以外	15	22
	ナルク活動	8	7		時間	計	74

【編集後記】『勇気を出して「お手伝いをしましょうか」と言える人がこれから増えることを願っています。そして、もし声をかけて断られることがあれば「近くにいますので、どうぞ安心して下さい」と言って、対応できるようになる勇気も持ってください』 実はこの言葉は先月、尼崎で「グループもりもり」と言うボランティアグループを主催されているナルク東神戸の会員の森一夫さんが、取材を受けたケーブルテレビの中で言われていた言葉です。これほどナルクの理念を体現している表現はないと感じたのは私だけでしょうか。実に清々しく胸に響いてくる言葉でした。