

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 173号

2022年2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。

<「無償の行為」は自己満足か >

佐々木 真知子

最近読んだ本「74歳、ないのはお金だけ。あとは全部そろってる」から「自分にはできないな」と感じたら無理にはしません。「なんで私ばかり」と不満が出てきたら、早めにやめます。何事も自分のためにやっていると考えようになったら、生きることがずっとラクになりましたと書いています。

この著者には信仰の支えがあり、このような心境になれたのかもしれませんが、私のように信仰を持たない者にも、同じような考えに近づくことは可能に思えます。

若い時は「シンプルに暮らす」を理想のように考えていた時もありますが、この方のような気持ちの切り替えは、これからの暮らしの心強い指針になりそうです。



これからの予定

2月	1日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	3日(木)	10:20~	気功教室	東灘区民センター8階(和室)
	4日(金)	13:00~	印刷・発送作業	ナルク東神戸事務所
	5日(土)	10:00~	第21回運営委員会	
		13:30~	映画サロン	
	13日(日)	10:20~	気功教室	東灘区民センター8階(和室)
	15日(火)	13:30~	麻雀サロン中止	ナルク東神戸事務所
	24日(木)	10:00~	第22回運営委員会	
	28日(月)	13:30~	高畑名誉会長を偲ぶ会	エル大阪南館 5F 南ホール
3月	1日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	4日(金)	13:00~	印刷・発送作業	
	5日(土)	10:00~	第23回運営委員会	
		13:30~	映画サロン	
	6日(日)	10:20~	気功教室	東灘区民センター8階(和室)
	10日(木)	13:30~	歌のサロン鶯	東灘区民センター9階(音楽室)
	15日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
20日(日)	10:20~	気功教室	東灘区民センター8階 会議室 5	
	26日(土)	13:30~	第24回運営委員会	ナルク東神戸事務所

< サンライフ魚崎のボランティア活動再開について >

運営委員会



先月号の梅サロンにも、サンライフ魚崎のボランティア再開についての折り込みを入れさせていただきましたが、今般ボランティア活動を再開する運びとなりました。

コロナ禍の状況によっては予断を許しませんが、再び取り組めることを心より嬉しく思います。いよいよ待ちに待った出番が参りました。まずは段階的に始めて今春(新年度?)から従来の様な形になる予定です。

紙面などでアナウンスをしまいたしますので、是非皆様の御協力を頂きたいと思っております。どうかよろしくお願いいたします。

また、先般、当拠点の立ち上げの頃からの会員の荒谷様から、ナルク東神戸の今までの取り組みを回想するメールを頂きました。ちょうどサンライフ魚崎との思い出の記述があり、数回にわたって本紙面で紹介させていただくことになりました。どうかご覧ください。(下記参照↓)

< サンライフ魚崎との思い出 その1 >

荒谷 雅

ナルク東神戸(愛称は梅)は、2002年3月社会福祉法人ささゆり会・サンライフ魚崎のデイサービスでのボランティア活動を開始しました。



その取り組みは、利用されている方の湯上りヘア 드라이ヤー、水分補給のお茶出しに始まり、時にはお話し相手で聞き役に徹しました。何としても私の話を聴いてほしいと袖をひかれた事もありました。

例えば、「私ね、お嫁さんに行って、翌日の朝初めて主人の顔を見たのよ、男前だったから良かったけどね」、「子供が生まれてから、はじめて嫁ぎ先の家族として戸籍にいられて貰ったのよ。祖母が厳しくてね!」、「私は、2人の息子を戦死させてしまってどれだけ泣いたか。悲しくてね。戦争はイカン! 反対しいや」などのおばあさんの涙の訴えなどのお話は忘れられません。

(次号へ続く)

< お買い物は毎月11日にダイエー甲南店で! >

田所 克之

皆さんはイオングループが取り組んでいる「イオン 幸せのイエローシートキャンペーン」をご存知でしょうか。

イオン傘下のスーパーマーケットが毎月11日に取り組んでいる社会貢献活動です。売上げの1%を地域のボランティア活動をしている団体などに還元する取り組みです。

私たちナルク東神戸もダイエー甲南店で登録することが出来ました。

この日に買い物をすると、レシートが白い色ではなく、黄色いものを受け取るようになります。それを受付近くにある左の写真のボックスに入れると、そのレシートの合計額の1%の商品(印刷用紙やプリンターのインク等)が半年ごとに付与されます。

今月から毎月11日にボックスが設置されます。ナルクをはじめ数団体の名前が貼ってありますが、ダイエー甲南店で買い物をして、黄色いレシートをナルクの名前の付いているところに入れて下さい。詳細は別紙チラシをご参照ください。



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)

(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「麻雀サロン」がスタート >

荒木 育夫



1月22日、ナルク東神戸事務所にて同好会「麻雀サロン」が発足しました。

まずは同好会の名前。いくつかの案の中から皆さんの投票により「麻雀サロン」と命名しました。

次に開催日については、他のナルク東神戸の行事となるべく重ならないよう「火曜日」とし、頻度は月2回、第1火曜日と第3火曜日のそれぞれ13:30スタートを基本とすることにしました。また、麻雀が4人を1組とするゲームであるという特殊性により、参加希望者は事前に届け出ることを申し合わせました(連絡先: 迫(ハザマ)昌子さん、TEL078-453-3681)。

そのあと、健康麻雀のマナー、基本的なルールを相互に確認したあと、いよいよ開幕ゲーム。和気あいの雰囲気の中で賑やかに船出しました。

< 日本の美しい里の四季 7 ～長野県松本市～ >

奈島 伴治

私の生誕地・出雲は割子そばという黒っぽい蕎麦の「出雲そば」が有名である。地元では、割子か、釜揚げで食べるのが一般的である。

年越しそばは、近所の蕎麦屋さんに蕎麦粉を持ち込み、卵だけをつなぎにした10割蕎麦を打って貰っていた。大きな釜に湯を沸かし、その中に打った蕎麦を入れてざっと湯搔いて、椀に移す。薬味と出汁を入れさらに蕎麦汁を入れて出汁を薄めてから、フーフー言いながら食べる。自然薯を搾り下ろしたものを一緒に入れて食べると一層美味しい。そばを次々と湯搔いていくうちに、釜の中は溶け出した蕎麦の粉でねっとりしてくる。こうなってくると、呑兵衛の出番である。呑兵衛はこれをつまみに酒を飲む。酒を飲む年齢に達していなかったため、その旨さの程は知らない。また、蕎麦の花を見たこともなかった。



↑松本市内の蕎麦畑の風景

畑一面に咲くソバの花を見たのは、松本市で勤務していた平成20年9月である。ちょうどNHKの朝の連続ドラマ「おひさま」が放映されたこともあって、画像で目にされた方々も多いのではなかろうか。まさに清楚な感じのする花である。信州蕎麦は出雲蕎麦と違って更級蕎麦であり、白っぽい感じの蕎麦で、こちらを好む人が多いのかな。

畑一面に咲くソバの花を見たのは、松本市で勤務していた平成20年9月である。ちょうどNHKの朝の連続ドラマ「おひさま」が放映されたこともあって、画像で目にされた方々も多いのではなかろうか。まさに清楚な感じのする花である。信州蕎麦は出雲蕎麦と違って更級蕎麦であり、白っぽい感じの蕎麦で、こちらを好む人が多いのかな。

< 山口さんの通院介助のお願い >

木村 都久子

灘区桜丘にお住いの、山口さんの通院介助にお一人のご協力をお願いします。今月は22日(火)です。ご自宅では独りでゆっくり歩かれますが、広い病院内は車いすで移動されます。

介助をする日は先ず山口さん宅へ8時30分に行きます。予約されたタクシーがすぐきますので、玄関から中央市民病院まで。後は病院の車いすをお借りして、院内数か所へ。全てカード・ボタンで対応します。山口さんの指示通りに移動するだけです。バリアフリーの院内ですので人込みを避ける以外、危ないことはありません。ただ車いすを操作したことが無い方は少し心配されるかと思いますが、車いすは止めるたび、ブレーキをかけ、足を乗せるフットサポートを操作して下さい。また少し段差があればテッピングレバーを使って下さい。

所用時間は5～6時間程度とお考え下さい。あなたのボランティア提供を、心からお待ちしています。

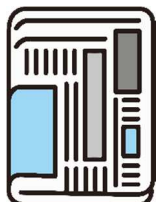
1月運営委員会だより ナルク東神戸では月2回運営委員会を開催しています

【報告・検討事項】 ・本部新年会の報告 ・寄付金明細と収支明細についての報告 ・本部との時間管理システムについて ・各同好会の取り組み報告と今後の予定について ・麻雀教室開催についての準備と確認 ・サンライフ魚崎でのボランティア再開について ・事務所当番について ・梅サロン2月号について ・2月～3月の予定について ・編集作業の実演について ・サンライフで使うDVDの寄贈について ・その他

1月号会報発送協力者

1月7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。折り込み作業のお手伝いは、同日に八代さん、畑野さん、佐々木さん、木村(都)さん、奈島さん、小原(優)さん田所でした。また、メール配信は同日に佐々木さんが取り組んで下さいました。お手伝い頂いた皆様、本当にありがとうございました。

(た)



同 好 会 ・ 事 務 局 だ よ り

12月分	時間預託活動	奉仕活動	実績報告	(人数は実績)	会員数	1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	72 時間	東灘区	35	54
	事務所当番	66	7		灘区	8	9
奉仕活動	福 祉	34	4	170 時間	中央区	15	21
	そ の 他	128	18		3区以外	14	21
	ナルク活動	8	7		計	72	105

同好会 < 気功教室 >

無理をしないで体幹を整える。認知症予防の為の身体のツボを知る。楽しくご自分の身体に向き合ってみませんか？

日 時：2月13日(日)10:20~12:00
3月6日(日) //

場 所：東灘区民センター 8階 和室

参加費：800円

事前検温実施、マスク着用をお願いします

同好会 《写真クラブ》



同好会 < 歌のサロン鶯 >

日 時：2月24日(木) **中止**

かあさんの歌 カナリヤ 熱き心に

亜麻色の髪の乙女 風 他

(オミクロン感染拡大の都合で、中止とします。)

3月は10日です。マスク着用。

連絡先木村☎078-451-7261

ご自宅で各自で練習をおねがいしますね。

同好会 < 映画サロン >

上映予定作品

「かぞくいろ RAILWAYS わたしたちの出発」

日 時：3月5日(土)13:30~

場 所：ナルク東神戸事務所

参加費：500円

3月の上映予定作品は、地方のローカル線を舞台に鉄道にまつわる人々の人生をつづったヒューマンドラマです。2018年公開作品です。

同好会 < 麻雀サロン >

日時：2月15日(火)13:30~17:00 **中止**

3月1日(火)13:30~17:00

場所：ナルク東神戸事務所

会費：500円

参加希望者は、なるべく3日前までに下記の連絡先までお電話ください。

連絡先：迫(ハザマ)昌子

☎(078)453-3681

【お知らせ】

コロナウイルスに世界中が悩まされている中、ナルク東神戸は新しい同好会の開設をします。麻雀サロンです。多くの方のご希望が叶いました。決めごとは都度ゆっくり進めましょう。手指の運動、脳の活性化、ストレス解消、会員同志の結束、いいことづくめに違いありませんね。進化する「ナルク東神戸」に乞うご期待。

【お知らせ】 順延になっておりました「高畑名誉会長を偲ぶ会」が2月28日(月)13:30~15:00 大阪府立労働センター(エルおおさか)南館5階南ホールで開催されます。参列を希望される方はナルク東神戸事務局(TEL・FAX 078-779-8311)までご連絡ください。但しコロナ禍の為、予定が変更される可能性があります。