

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 175号

2022年4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



<POSA カードって？>

ショウジ アユミ
東海 歩道

皆さん、「POSA(ポサ)カード」って、ご存知ですか。世間からは比較的物知りと評されているこの私も、ついこの間まで知りませんでした。簡単に言うとプリペイドカードの一種で、コンビニの窓際の棚に吊り下げられている色々な種類の小さなカード(Google や Apple が発行している Play Card や Gift Card)のことを言うそうです。このカードをレジに持って行き、それぞれのカードに見合った金額を支払います。カード購入後、そのカードを発行した会社から商品をスマホやパソコンで購入手続きをする際にそのカードに記載されたコード(番号・文字等 ID 番号)を記入することにより精算ができる仕組みらしいです。

最近、このカードを利用して高齢者をカモにした詐欺が横行しているとのこと。詐欺師は、POSAカードを購入した高齢者からこのコード番号を聞き取り、それを商品購入などに利用するのだそうです。皆さん、電話やパソコンで「オヤ？」と思うことがあったら決して自分だけで即断せず、誰かに相談するなどして、理解できないことには対応しないようにしましょう。

これからの予定

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

4月	8日(金)	10:00~	印刷・発送作業	ナルク東神戸事務所
	9日(土)	10:00~	第1回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13:30~	映画サロン	
	17日(日)	10:20~	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)
	19日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	23日(土)	10:00~	第2回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13:30~	ナルクデイ(清掃)	事務所および駅のそれぞれの周辺
28日(木)	13:30~	歌のサロン鶯	東灘区文化センター9階(音楽室)	
5月	6日(金)	13:00~	印刷・発送作業	ナルク東神戸事務所
	7日(土)	10:00~	第3回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13:30~	映画サロン	
	8日(日)	10:20~	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)
	10日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	17日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	28日(土)	10:00~	第4回運営委員会	ナルク東神戸事務所
	29日(日)	10:20~	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)
31日(火)	13:30~	ナルク本部総会	大阪産業創造会館	

< サンライフ魚崎との思い出 その③ >

荒谷 雅

(先月号より) また日曜日には、ディサービスのフロアをお借りして、介護研修(高齢者疑似体験、車椅子介助、ベッドでの起床実技(キスしそうに抱きかかえる人妻に照れまくるも嬉しそうな先輩に一同爆笑)、専門的な認知症の事(徘徊など)に梅チームの殆どの方が参画し、理解を深めてボランティア活動への意気が盛り上がったことを懐かしく思います。そして得られた知識を基にして、日頃の取り組みに活かした事を嬉しく感じ、感謝したものです。



その中でも、遠足付添・介助、各種イベントへの参加、パソコン教室などにも波及効果が生まれました。さらに個人の助け合いにも成果が見えて 楽しい、笑顔の絶えない活動に 発展したのは嬉しい事でした。

勿論、鬼籍に入られた方々や先輩のご援助があったればこそその成長でもあります。

(次号へ続く)

< お久しぶりです >

木野 祐子



お久しぶりです。ナルクでお話させて頂いたのも3年以上前になりました(*編集部注釈 本業の弁護士として「成年後見制度」の研修会や、総会の記念講演でお話をして頂きました)。この間、2人の子を出産し、5歳長男、2歳長女、0歳二女の子育て中です。

長男は、私が妹の面倒を見るよう言いつけるものですから、優しいよく気がつく男子に育っています(近頃の男の子ママの間では、「デキる男」に育てるよりも、妻に協力的な夫になるよう育てるのがトレンド!?)。

長女は運動神経がよく、二女は、大盛りの離乳食を平らげる元気なベビーです。

3人を保育園に預け、仕事もしています。「保活」という言葉があるように、希望の保育園にスムーズに入園させるのは難しいため、平日の私の朝は、二箇所の保育園巡りから始まります。

そんな重労働の日々の癒し、子供たちとの共通のブームとなっているのが、映画『スパイダー・マン』です。1月に新作も公開されましたが、私と子供たちは、過去作品を動画配信サービスと一緒に楽しんでいます。

ナイーブな青年がヒーローとして奮闘・葛藤するのが魅力の作品ですが、子供たちには派手な蜘蛛柄のコスチュームが好評。クリスマスに長男に全身スーツを買って以来、週末の私の朝は、スパイダー・マントリビングで朝食を食べる、というシュールな光景から始まるように(笑)。未来のヒーローたちを健やかに育てられるよう頑張っ参りたいと思います。

(*2018年12月8日東灘区民センターで法律セミナーを開催)

今月の一コマ ~ダイエー甲南店の幸せのイエローレシートボックス~

3月11日に会員の何人かの方がダイエー甲南店で買い物をして設置されている幸せのイエローレシートボックスにレシートを入れて下さいました。ありがとうございました。「いっぱい入っていました」、「レシートを入れることに意識が行って、お釣りを取り忘れてしまいました」などのお声を頂きました。皆様のご厚意がナルク東神戸の運営を支えて下さっています。お礼申し上げます。(撮影:木村都久子さん→)



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

< 元気の源は人と繋がること >

田所 克之



私は大きなお風呂屋さん(スーパー銭湯)に行くのが好きです。また時間がある時は健康のため、ウォーキングをすることもあります。この二つは私のリフレッシュになっているかもしれません。

大きな湯舟に浸かってグーっと四肢を伸ばしている時や、そこで出会った人とのコミュニケーションが心身のストレス(?)を和らげてくれているように思います。

また、ナルク活動は家族や職場以外の「人」とつながっていることを実感します。コロナ禍で枯渇していた心がどんどん満たされていきます。

私の元気の源は「人と繋がること」だと自粛生活を機に再認識しました。コロナ禍の第6波が来ても、誰もが孤立しないように繋がっていただけるナルクでなければと思っている今日この頃です。

< 日本の美しい里の四季⑨ ～「逢魔時」編～ >

おうまがとき

奈島 伴治

逢魔時を再認識したのは、平成27年度のKSC生環コース20期生のグループ学習で、テーマ「妖怪を通して見えてくる日本人の心象風景」を学習している時であった。

江戸中期の狩野派の絵師・鳥山石燕筆の「逢魔時」をじっと見ていると、いろいろなものから我々が見られているのではないかと思える。

逢魔時は、夕方の薄暗くなる昼と夜の移り変わる時刻。魔物に遭遇する、あるいは大きな災禍を受けると信じられたことから、このように表記される。

童謡の歌詞ではないが、小さい頃に外で遊んでいても「カラスが鳴くから、帰ろう」と家に帰っていった覚えは残っている。今のように外灯がある訳ではなく、あっても極僅かで、暮れかけると暗くなるのが早かった。遅くなると、何かに追かけられるような気がしていた。みなさんは、どう感じておられたのやら。



「逢魔時(今昔画図続百鬼より引用)」

3月運営委員会だより

ナルク東神戸では月2回運営委員会を開催しています

【報告・検討事項】 ・各同好会の取り組み報告と予定、コロナ禍における開催の有無について ・「つどいの場」補助金申請について ・新年度のボランティア登録について ・大阪ガスグループ福祉財団の助成金報告書提出について ・イオンエローシートデイについて ・新旧の時間預託システムについて ・ナルクデイの取り組みについて ・事務所当番について ・梅サロン4月号について ・4月～5月の予定について ・新規入会者についての報告(2件) ・「高畑名誉会長を偲ぶ会」オンライン参加の報告について ・新規購入したパソコンの設置について ・総会、議案書等について ・その他(他拠点動向など)

* 事務所での会合などではコロナ予防対策として、入室時の手指消毒、換気、マスクの着用、空気清浄機の稼働に取り組んでいます。

3月号会報発送協力者



佐々木さん、木村さんでした。

また、3月5日にも発送作業を行いました。お手伝いをして下さったのは八代さん、畑野さん、佐々木さん、奈島さん、荒木さん、正井さん、メール配信は佐々木さんがして下さいました。お手伝いいただいた皆様、本当にありがとうございました。

3月4日(金)に会報の発送作業をしました。印刷では八代さんが協力して下さいました。

折り込み作業は同日に畑野さん、



同 好 会 ・ 事 務 局 だ よ り

2月分		時間預託活動	奉仕活動	実績報告	(人数は実績)	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
時間預託 活動	提供活動	8	1	68 時間		東灘区	36	55
	事務所当番	60	7			灘区	8	9
奉仕活動	福 祉	17	2	134 時間		中央区	15	20
	そ の 他	109	11			3区以外	14	21
	ナルク活動	8	7			計	73	105

同好会 < 気功教室 >

認知症予防や体幹トレーニングも取り入れています。

日時:4月17日(日)10:20~

日時:5月8日(日)10:20~

日時:5月29日(日)10:20~

場所:東灘区文化センター8階 和室

参加費:800円

事前に検温実施、マスク着用



同好会 < 写真クラブ >

「万葉の森の梅」 田所 克之

同好会 < 映画サロン >

上映予定作品

「インフェルノ」

日 時:5月7日(土)

場 所:ナルク東神戸事務所

参加費:500円

「ダ・ヴィンチ・コード」シリーズ第3弾。トムハンクス演じる宗教学者が人類を滅亡に導く謎の暗号に挑む、2016年米国作品

同好会 < 歌のサロン鶯 >

日時:4月28日(木)13時半~

場所:東灘区文化センター9階

汽車 さくら 上を向いて歩こう

思いでの渚 神田川 家路

大きな古時計

2部=夕焼け小焼け

マスク、スリッパご用意ください

3月の急な中止をお許し下さい

5月5日(祝)中止とします。

同好会 < 麻雀サロン >

日時:4月19日(火)13:30~17:00

5月10日(火)13:30~17:00

(5月3日(火)を10日(火)に振り替え)

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

【ナルクデイのお知らせ】

4月23日(土)13:30 於:事務所

“ナルクデイ”とはナルク設立25周年の年に始まり、「誕生した日である4月20日前後にそれぞれの拠点で一斉に地域で社会貢献の活動をする」取り組みです。

東神戸では事務所の周辺の道路や最寄り駅のクリーンアップ活動を行います。必要な資材は当会で用意しますので、是非ご参加ください。

【編集後記】 コロナオミクロンには、まだまだ注意、予防を継続しながら、ダイエー甲南店の「イエローシートキャンペーン」宜しく。毎月11日です。ワクチン接種は自由ですが、3回目はお済みでしょうか。