

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 181号
 2022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：畑野 芙美子
 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。

＜「ひがしなだ地域福祉フォーラム」に参加して＞ 副代表 八代光彦

9月5日(月)午後、東灘区役所で開催された標記フォーラムに初めて参加しました。開催された大会議室は、当初予想を上回るほどに盛況で、120名用の座席は全て埋まり、立ち見の方々もおられるほどでした。



内容は、コロナ禍でそれぞれの視点や手法で地域活動をスタートした3事例が発表され、地域活動の意義や魅力について、改めて考える機会をつくらうとの趣旨で進められました。「六甲アイランド I ウォーク」、「公園を巡ろう！ラジオ体操」、「坂道カフェ」を開催した3団体からそれぞれ発表がなされた後、栗木剛氏の講演が行われました。

今回参加して、東灘区地域には、我々ナルクの会員ばかりでなく、多くのボランティア活動に携わり、地域を元気にする人々がいることを実感しました。そして、我々も「細くても長く」活動を継続していくことが、我々自身ばかりでなく地域に元気を生み出す源であるのでは、との思いをあらためて強くしました。

こ れ か ら の 予 定

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

10月	13日(木)	13:30～	歌のサロン鶯	東灘区文化センター9階(音楽室)
	16日(日)	10:20～	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)
	18日(火)	13:30～	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	22日(土)	10:00～	第14回運営委員会	ナルク東神戸事務所
13:30～		ちょこっ歩	灘五郷酒所	
11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15回運営委員会	
		13:30～	映画サロン	
	6日(日)	10:20～	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)
	15日(火)	13:30～	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	24日(木)	13:30～	歌のサロン鶯	東灘区文化センター9階(音楽室)
	26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	未定	
27日(日)	10:20～	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)	

<日本の美しい里の四季⑭～三重県御浜町編～> 奈島 伴治



「風伝おろし」が見られる場所に行ったのは、熊野古道・伊勢路(第2弾)(H25.3.28～4.2)にかけてのことである。2日目の29日早朝に、紀勢線の阿田和駅から有井駅に向かう途中で、「風伝峠辺りに霧がかかっている」とOさんが教えてくれ、翌日に風伝おろしが見られるかも、と期待が膨らんだ。

翌30日8時過ぎに「さざりの里」を出て、風伝峠を目指す。上野の大杉を見た後、自称「ミス大杉」の92歳のおばあさんに会い、話を聞いた。その場所からも風伝おろしを見ることができるという。たまたまの幸運がないと、見ることは叶わないという。残念。風伝峠への道は僅かに石畳が残る程度であった。

峠には真新しい小さな道標があるだけだった。この峠は豊臣秀吉の奥熊野攻めなど様々な歴史的事件において、戦略の拠点になった場所とのことである。(以上、熊野古道・伊勢路(第2弾)顛末記から抜粋)



みはまちょう
風伝おろし(御浜町)

< エンディングノート その2 >

編集部



エンディングノートの書き方に特に決まりはありません。ポイントとして「こんなことを書いておくと安心」、「いざというときに便利」という基本があります。

例えばもしもの時に真っ先に挙げられるのが、病気になった時です。それが癌などの場合は「告知はどのようにしてほしいか」などを理由と共に記しておく家族の指針にもなり、自分の考えをまとめる機会にもなります。終末医療や延命治療についてもきちんと意思表示しておく方が良いでしょう。考えや思いが変わった時は、日付を添えて最新の希望に訂正することもいっこうに構いません。

自分が要介護の状態になった場合も、配偶者や子供達、ヘルパーなど誰にしてほしいのか、複数を組み合わせるのか、あるいは場所は自宅が良いのか、子供の住まいか、病院や施設なのかなども選択肢として書いておくことも大切なことです。「特に希望はない」、「介護してくれる人の判断に任せる」と言う場合もはっきり書いておく方法もあります。

もう、助からないと感じていても、いざという時にはその場で近親者は「ここで終わりに…」とはなかなか言えません。愛する家族が悩み、苦しまないように、そして自分の死後も後悔することがないように、自分の希望をきちんと示しておくことこそ、残されたものへの愛のメッセージではないでしょうか。

*この記事は本部の早野理事のお話や資料を基に編集部で構成しました。シリーズで掲載します。エンディングノートをご要望の方はナルク東神戸にお問い合わせください。1冊 1,100円です。(税込み価格、送料は別)

< 今月の一コマ > イオンイエローレシート



紙上でも何回か案内しましたので、既にご存知だと思いますが、毎月11日にダイエー甲南店が社会貢献活動として取り組みです。

ナルク東神戸のボックスもあります。写真は9月11日のものですが、迫運営委員が写真を撮ってきてくださいました。皆さんも毎月11日はダイエー甲南店に行って買い物をし、レシートを是非ナルクのボックスに入れて下さい。



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)

【“ちょこっ歩”のお知らせ】

10月22日(土)に開催します。阪神御影駅から徒歩10分の「灘五郷酒所」(剣菱酒造の所に今春オープンしました)へ行きます。灘の酒蔵26ヶ所の地酒と地産食材が味わえます。

参加を希望される方は当日の12時30分までに電話、ファックスで下記事務所までお申し込み下さい。

費用は3,500円ほどを予定しています。当日13:30に阪神御影駅改札へご集合下さい。食欲の秋の満喫とコロナ禍の憂さ晴らし? 先ずは皆で一緒に楽しくワイワイとやりましょう!

尚、天候やコロナ禍の状況によっては延期や中止になることもあります。

<問い合わせ先> ナルク東神戸事務所 (電話・ファックス兼用) 078-779-8311

<驚きです! 換気扇がピッカピカ! >

荒谷 雅



「さあ始めましょうか」の声で掃除道具の店開きです。(リビングで)ファンなど鋭利な部品の軍手や厚手のゴミ手袋からマイクロスポンジ、歯ブラシ、割り箸まで、用意されているのを見て、道具を見ればもう7~8割は仕事が終わっている感じでした。

仕事を始める前に二人揃って油污れの度合いを確認して、洗剤は? 有毒ガスが発生しないか? 等手順も中々のコンビです。油污れをつけ置きしておくシンクに大きなビニール袋を広げ準備万全です。(つけておく洗剤は栗原さん持参のつけ置き用専門の洗剤でした)

高所作業、重量物は福田さん、分解されたフレーム類の油污れ洗いは栗原さんとの役割分担のようです。

福田さんが外した部品を栗原さんが汚れ具合毎に分ける。油污れを丁寧に落としてくれた福田さん持参の「セスキ・炭酸ソーダ」の威力には驚きました。おかげさまで、我が家の換気扇が見違えるように綺麗になりました。

本当に暑い中をお二人にはお礼の言葉もありません。ありがとうございました。

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】

・各同好会の取り組み報告と今後の予定について ・事務所当番について ・梅サロン10月号について ・10月~11月の予定について ・サンライフでのボランティア活動について ・本部からの兵庫地区連絡協議会開催の日程について ・第17回拠点リーダー養成講座について ・9月5日のひがしなだ地域福祉フォーラムについて ・10月22日のちょこっ歩について ・ホームページについて ・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、桐生さん、八代さん、木村(政)さん、田所さんの皆さんです。お疲れ様でした。ありがとうございました。

* (お詫び) 前月号巻頭において「2022年8月号」と記しましたが、「2022年9月号」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

9月号会報発送協力者

9月9日(金)に会報の発送作業をしました。印刷では八代さん、迫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、同日に畑野さん、八代さん、木村さん、奈島さん、迫さん、佐々木さんが取り組んでくださいました。

また、メール配信は同日に佐々木さんが行っていただきました。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。お疲れさまでした。



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	64	6	92時間	東灘区	34	53
	事務所当番	28	6		灘区	8	9
奉仕活動	福祉	25	7	113時間	中央区	15	20
	その他	—	—		3区以外	13	20
	拠点活動	88	12		計	70	102

同好会 < 気功教室 >

日時：10月16日(日)10:20～

11月6日(日)10:20～

11月27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
リモート開催も考慮中です



同好会 < 写真クラブ >
田所 克之「藍那の案山子 仲睦まじく」

同好会 < 映画サロン >

上映予定作品

「帰らざる河」

日時：11月5日(土)13:30

場所：ナルク東神戸事務所

参加費：500円

マリリン・モンロー主演の西部劇。
アメリカ北西部のゴールド・ラッシュの
新開地が舞台。主題歌“帰らざる
河”は余りにも有名。

同好会 < 歌のサロン鶯 >

日時：10月13日(木)13時半

会場：区民センター9階

虫の声 里の秋 秋桜(コスモス)

遠くへ行きたい おおブレネリ

戦争を知らない子供たち

2部＝グリーングリーン

スリッパ、マスクは今までと同じく。

同好会 < 麻雀サロン >

日時：10月18日(火)13:30～17:00

11月1日(火)13:30～17:00

場所：ナルク東神戸事務所 会費：500円

初心者歓迎！健康マージャンで楽しみましょう！

参加希望者は、ご面倒おかけしますが、必ず事前に
下記までご連絡ください。

連絡先：迫(ハザマ)昌子 ☎(078)453-3681

または携帯 090-1134-6860

川柳・俳句コーナー

【俳句】

類染めて三年ぶりの盆踊り

胡弓の音(ね)静かに流れ秋の風

まる子

【川柳】

みながみな手に手にスマホ異星人

スマホ見る少年の目のキラキラと

新木智育

もの忘れ言い分けできずただゴメン

お姉妹からだの具合吐きあって

明日の雨体が教えてくれている

雅号 美穂

【編集後記】9月には二つの国葬がありました。それぞれ大きな違いがあります。その違いはお二人の何の違いでしょうか。世間は最近家族葬なるものが大流行となってきました。極くお身内だけでお別れをするのですね。数年後我が家もそんなお別れをするかもしれないなど・・・