

# 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 182号

2022年11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](mailto: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。

## 〈「ナルク兵庫地区連絡協議会」に出席して〉 事務局長 佐々木真知子

標記の会議が10月10日、芦屋市民センター本館にて、前回開催から3年ぶりに開催されました。残念ながら神戸拠点は解散となりましたが、西宮が尼崎と「復縁」し一緒に活動をするようになりました。

冒頭、本部の神野会長から「この会議は、以前から実施していた『事務局長会議』と『エリア17』を合わせたもので、名称も『地区連絡協議会』と変更した。一層ご活用願いたい。本日は各拠点の報告を聞きながら皆さんで知恵を出し合い、お互いの活動の情報交換の場にしましょう」という挨拶がありました。



そのあと6拠点からそれぞれ現状報告があり、それをもとに活発な意見交換が行われました。共通の悩みや問題点も多々あり、今後の組織活動を展開するうえで有益なお話も聞くことができ、とても有意義な会議でした

## 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！

11月	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~	ナルクカフェ	
27日(日)	10:20~	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)	
12月	6日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	8日(木)	13:30~	歌のサロン鶯	東灘区文化センター9階(音楽室)
	9日(金)	13:00~	印刷・発送作業	ナルク東神戸事務所
	10日(土)	10:00~	第17回運営委員会	
		13:30~	映画サロン	
	11日(日)	10:20~	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)
	20日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	24日(土)	10:00~	第18回運営委員会	ナルク東神戸事務所
25日(日)	10:20~	気功教室	東灘区文化センター8階(和室)	

前号で風伝おろしについて述べたが、おろしと言えば、北海道一周車ひとり旅で美瑛に立ち寄った時(平成26年7月21日)に眺めたことがある。

美瑛というと、麦秋、ジャガイモの新緑、トウモロコシ、ソバの白い花、ビートなどが織り成すパッチワーク模様が素晴らしい。

その時に、オプタテシケ山～ベベツ岳～美瑛富士～美瑛岳～十勝岳～上ホロカメツク山～富良野岳と連なる山々の一部のおろしがかかっている様子が見て取れた。初めておろしというものに出会った瞬間である。(以上、北海道車旅の旅行記から抜粋)



美瑛連山にかかる風(おろし)の様子

< エンディングノート その3 >

編集部



今回は介護や看病、終末医療について自分の意思をしっかりと描いておくことが賢明だということを書きました。

さらに申し添えるなら、もし、延命治療を望まない場合は日本尊厳死協会が発行する「尊厳死の宣言書」に署名・捺印をして同協会に登録し、そのことをエンディングノートに書いておくか、コピーを家族に預けておくといいでしょう。或いは「尊厳死を望む」ことをエンディングノートに明記し、署名捺印しておくとも明確な意思表示になります。

臓器を移植のために提供することを望む場合や、遺体を献体したいと望む場合も正式な登録が必要です。その上で「臓器提供意思表示カード」や「献体の登録証」の保管場所をエンディングノートに書いておきましょう。

これから登録をする人は、臓器提供も献体も家族の同意と理解が必要です。この機会に十分話し合っ決めてみましょう。献体は亡くなって通夜・葬儀の後、献体先の大学などに運ばれます。解剖実習などに役立てられた後、火葬し遺骨が家族に返されます。1～3年かかる場合もあります。

臓器提供については公益社団法人「日本臓器提供ネットワーク」(本部:03-3502-2071)、献体については公益財団法人「日本篤志献体協会」(03-3345-8498)までお問い合わせください。

\*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>

写真は夏場に撮影した麻雀サロンの様子です。皆さんにこやかに、はつらつと打っておられます。

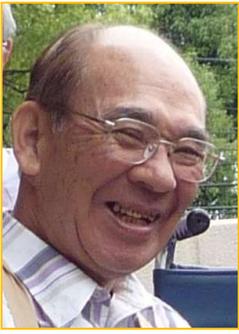
健康マージャンをしながら親睦とコミュニケーションが図られ、楽しい時間が過ぎて行きます。是非皆さんもご参加ください。毎月2回、事務所で開催しております。詳しくは1ページの予定表をご覧ください。



**カフェ&雑貨のお店「プリムヴェール」Primeviera**  
 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  
 ←11月末までの期間メニュー(かぼちゃのスーププレート)

## < 孤軍奮闘、汗びっしょりです >

荒谷 雅



今日は佐々木真知子さんの初体験『エアコンの分解、清掃、組立運転』です。今夏、田所克之さんに整備運転(トレイに虫が詰まっていないかなど)して頂いてから 60 日経過しての清掃の時期です。大型キャスターの上に登って機器とマニュアルを睨んでいます。

間違えると細かい部品が折れたりしたら大変な為、丁寧な仕事が求められます。なかなか手つきが良く、分解終了です。ホコリ取りやブラッシング、水洗い、古布拭き、乾燥とこなし、次は組み立てです。

分解時のように組立マニュアルはありませんので、分解手順の逆を追って組み立てて行きますが、「言うは易く、事をなすは難し」です。「えー！これは何やの、入らへんやん！」とやり直しをしたり、「何なの！えっ！どうなっているのよ！」と汗ビッショリです。しかし、汗も拭かず頑張られて組立てが終了しました。流石です。

でも、動きませんか？？スイッチを入れ直したり、拭いたり、なでたり、つついてみたり、近くにいる私には目もくれず、原因を追求されていました。「彼女は頑張り屋さんなのだ！」いや、負けず嫌いのお嬢様なのかな？」再びマニュアルを確認し「リセット？何？」と取扱説明書を見ながらボールペンの先でスイッチを突いています。

動きました！万歳！万歳！万歳！破顔一笑です、佐々木さんの笑顔が眩しくきれいです。ありがとう！ごくろうさまでした。

## < ダイエー幸せの黄色いレシート上半期のご報告 >

10月9日(日)にダイエー甲南店のイオンイエローレシートの担当の方から電話を頂きました。今年度の半期分(9月末まで)のイエローレシート決算報告でした。ナルク東神戸のボックスに入れて頂いたレシートの金額の1%分の活動に必要な物品が頂けるのですが、5,953円相当の物が頂けることになりました。10月29日(土)に八代副代表が受領致しました。皆様の御ご尽力に心よりお礼申し上げますとともに、引き続きご支援をお願い申し上げます。



### 10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 11月号について ・11月～12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 ・中期決算報告について ・第17回拠点リーダー養成講座について ・ナルクカフェ開催に向けての検討について ・10月22日のちょこっ歩について ・ホームページについて ・紙上アンケートについて ・紙上バザーについて ・ダイエー幸せの黄色いレシートでの購入物品について ・その他

### 10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)さんの皆さんです。お疲れ様でした。ありがとうございました。

**【ナルクカフェ】** 11月26日(土)13:30 ナルク東神戸の事務所前にて開催いたします。以前は「梅カフェ」と言う名前で行っていましたが、地域の方々との交流の場、会員同士の交流の場、そしてナルク東神戸のことをより多くの皆さんに知って頂くために、ナルクデイの取り組みの一環として開催いたします。初夏にもナルクデイとして地域清掃を行いました、その第2弾としての取り組みです。是非、お越しください。(4ページ参照)

### 9月号会報発送協力者

10月7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。折り込み作業のお手伝いは、同日に畑野さん、八代さん、佐々木さん、奈島さんが取り組んで下さいました。



また、メール配信は同日に佐々木さんが行なって下さいました。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。お疲れさまでした。

## 同 好 会・事 務 局 だ よ り

9月分	時間預託活動	奉仕活動	実績報告	(人数は実績)	会員数	10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	82	8	124 時間	東灘区	34	53
	事務所当番	42	7		灘区	7	8
奉仕活動	福祉	33	8	138 時間	中央区	15	20
	その他	—	—		3区以外	13	20
	拠点活動	105	20		計	69	101

### 同好会 < 気功教室 >

日時: 11月27日(日)10:20 ~ 11:50  
 12月11日(日)10:20 ~ 11:50  
 12月25日(日)10:20 ~ 11:50

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  
 リモート開催も検討中です**



同好会 < 写真クラブ >  
 木村 都久子 【仲良し】

### 同好会 < 映画サロン > 上映予定作品

「メゾン・ド・ヒミコ」

日時: 12月10日(土)13:30  
 場所: ナルク東神戸事務所  
 参加費: 500円

ゲイの父親(田中泯)を嫌っていた娘(柴咲コウ)が父の恋人の若い男(オダギリジョー)と父が営むゲイの為の老人ホームで働く事になる。

### 同好会 < 歌のサロン鶯 >

日時: 11月24日(木)13時半  
 会場: 区民センター9階

紅葉 牧場の朝 熱き心に ここに幸あり 異邦人 今日の日はさようなら 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: 11月15日(火) 13:30~17:00  
 12月6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】  
 夕暮れの古道にふわり金木犀  
 栗飯は恋しき母の味となり  
 まる子

【川柳】  
 優先席座れる歳でも座らない  
 朝のバスしんと静まりみなスマホ  
 道の駅大根っ葉に惚れて買い  
 茶柱さまあなたを信じ出かけます  
 長生きはせんでと医療費上げられて  
 智育  
 雅号 美穂

### 【 ナルクカフェのお知らせ 】

11月26日(土)13:30にナルク東神戸の事務所前でナルクカフェを開催いたします。お茶と美味しいお菓子を食べながら、週末の午後に会話の花を咲かせましょう。お待ちしております。是非、ご参加ください。