

# 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 199号

2024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：畑野 芙美子

編集人：田所 克之



## 〈 私の母の娘 〉

木村 暢子

11月10日、母が極楽浄土へ引っ越して以来、時が止まったような不思議な感覚のまま生活しております。

31年間過ごした東京を離れ、もうすっかり友達のいない神戸に戻り、さてこれからどうしようかと。

そんな中、ナルクの皆さんにはこの4ヶ月、父と共に大変なご心配やお世話になり、改めてお礼を申し上げます。ありがとうございます。

母が私に遺してくれたもの、それはたくさんのご縁です。人生の先輩ばかり。荒波を何度も乗り越えてこられた方々の明るさ、温かい言葉、お気遣いに、どんなに励まされたことか。とてもこの紙面には書き切れません。

母がいつも座っていた場所には、サンライフ魚崎の10月の予定表が今も貼ってあります。今度初めて私もサンライフさんへお邪魔します。母が見守ってくれるかな。

不器用で何も出来ない私ですが、これから末永くよろしく願います。



## これからの予定

4月	20日(土)	13:30~	ナルクデー(清掃活動)	事務所周辺、青木駅周辺
	21日(日)	10:20~	誰でもいつでも「健康気功教室」	東灘区文化センター8階・和室
	23日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	25日(木)	13:30~	歌のサロン「鶯」	東灘区文化センター9階・音楽室
	27日(土)	10:00~	第2回運営委員会	ナルク東神戸事務所
14:00~		ナルクカフェ		
5月	5日(日)	10:20~	誰でもいつでも「健康気功教室」	東灘区文化センター8階・和室
	7日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	11日(土)	10:00~	発送作業・第3回運営委員会	
		14:00~	映画サロン	
	12日(日)	10:20~	誰でもいつでも「健康気功教室」	東灘区文化センター8階・和室
	21日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	23日(木)	13:30~	歌のサロン「鶯」	東灘区文化センター9階・音楽室
	25日(土)	10:00~	第4回運営委員会	ナルク東神戸事務所
14:00~		ナルクカフェ		

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

## < 荒谷さんの手記 その6 >

設立時からナルク東神戸の活動の礎を築かれた会員の荒谷さんが、一昨年関東の方に転居をされました。

その後、事務所等に頂いた何通もお手紙などから抜粋して順次紹介させていただいていますが、今回はそのお手紙に添えられていました「おおぎ通信」を皆さんにご紹介します。

平成20年2月号の1ページですが、右上に編集責任者として荒谷さんのお名前があります。また、文末にもお名前があり、この記事が執筆されたことが伺えます。(2頁以降は機会があれば掲載させていただきます) 懐かしく思われる方もおられると思いますし、初めて目にする方もいると思います。

この「おおぎ通信」は「梅サロン」の前身に当たるものですが、私はこれを手にした時、先人の取り組みが積み重なり、今の東神戸が築かれているのだと思うと共に、次の代にもしっかり引き継いでいなくてはと強く実感しました。(編集部・田所) <次号へ続く>



## < つどい場交流会に参加して >



3月4日東灘区役所で開催された標記交流会に八代さんと二人で参加しました。4階大会議室に「つどい場」を主催しているグループの方々とそれぞれの地域の「あんしんすこやかセンター」担当者が30名程集まりました。

まず「人・まち・住まい研究所」代表の浅見雅之氏の基調講演があり、各グループ内での悩み事や課題について、他のグループからのアドバイスや「同じ悩みです」というグループからの解決策、視点を変えてみることなど、活発な話し合いとなりました。「前回来た人が友人を連れて参加してくれる」、「講師が素敵な方で人気がある」、「スタッフが優しい」など、具体的な内容に考えさせられました。やはり、主催者側の魅力の要素が大きいことを再確認しました。

最後に今年度の補助金報告書の作成手順を教えていただき、散会しました。

## 佐々木真知子

## < 今月の一コマ 会員同士の助け合い >

灘区のYさんの内科通院のお手伝いをしています。医院の前が斜めの階段になっていて、前の道は神戸特有の登り坂です。リハビリを頑張っているYさんですが、徐々に足の動きが悪くなってきています。気を付けなければならないのは車の動きばかりでなく、人通りにも同様です。2本の杖で周りに注意をしてゆっくりと足を運びます。ご自分の足で歩こうとしているYさんが少しでも安心して通院できるように続けていきたいと思っています。

## 佐々木 真知子



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

## <大ガスグループ福祉財団の助成金とイオン幸せの黄色いレシートキャンペーン>

3月12日に朗報が二つ届きました。一つはダイエー甲南店の「平成6年度 幸せの黄色いレシートキャンペーン」の登録団体に認定されたという連絡です。二つ目は大阪ガスグループ福祉財団の「大阪ガス高齢者福祉助成金」に印刷機器購入の申請をしていたのが、選考・決定されたという連絡でした。

皆様、今年度も毎月11日はダイエー甲南店で買い物をして、頂いた黄色いレシートをボックスに入れて下さい。また、印刷機に関しては、早速購入に向けて取り組んでいるところです。

ダイエー甲南店様、大阪ガスグループ福祉財団様、本当にありがとうございました。心よりお礼申し上げます。

## < お元気ですかハガキ >

皆様の近況などのお声を聞かせて頂きたいと、2月号と共にお届けしましたハガキが順次事務所に届いていますのでご紹介させていただきます。まだ出されていない方も返信をお待ちしています。

◇1月7日に母が亡くなり、相続を進めている最中の1月29日に嫁が入院となりました。孫と息子の世話で滋賀県大津まで行ったり、来たりで疲れ果てています。3月15日までに確定申告をしないといけないのですが、身体が思うように動きません。毎日アップアップで生活をしている状態です。(小原)

◇長い間ご無沙汰して申し訳ありません。ナルクのことはいつも気になっているのですが、自由だった私に突然母の介護と言う大きな問題が降りかかってきました。100歳とは言え、元気だった母なので樂觀視していたのでしょう。そんな訳で今は皆様と行動を共にすることはできませんが、またいつかお役に立つのを楽しみにしています。(まさみみなこ)



◇ご無沙汰しておりますが、お元気でいらっしゃいますか？私は変わらないです。仕事もしていますが、日々「どじ」をして若い職員にフォローしてもらい、感謝しています。(岩佐)

◇いつもナルクさんには大変お世話になり、誠にありがとうございます。2年前に私が異動となり、しっかりと挨拶できませんでしたが、昨年11月に再びデイサービスに戻って参りました。皆さんとまた一緒にお仕事をさせて頂けることがとても嬉しいです。これからも宜しくお願い致します。(サンライフ デイサービス 管理者 西)

◇魚崎北部安心すこやかセンター(地域包括)はナルク東神戸の方々にイベントに参加していただいたり、ご意見をいただいたり、皆様のように地域の人々に支えられて、成り立っております。今後ともよろしく願いいたします。(魚崎北部あんしんすこやかセンター 野田美智子)

◇2月末に完全に東京を引き払って、神戸に戻りました。我が家は今、足の踏み場もない程、一人暮らしだった“モノ”に埋め尽くされています。どこから手を付けていいのやら、途方に暮れています。片付け超苦手！ドラえもん、助けて～！！(木村暢子)

### 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】**・3月4日つどい場交流会の報告・助け合い活動の報告・北神三田からの拠点移動(受け入れ)状況について・各同好会の取り組みの報告と今後の予定・2月のナルクカフェの報告・事務所当番・新年度からの運営委員への交通費支給について・サンライフでのボランティア活動・4月～5月の予定・梅サロン4月号・ナルク発展委員会(ナルリンピック等)の報告及びキャラクターの選考・事務所の水漏れと外灯切れについて・同好会の参加費について・その他

### 3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、八代さん、秋田さん、桐生さんの皆さんです。いつもありがとうございます。お疲れ様でした。今月もよろしくお願い致します。



### 3月号会報発送協力者

3月9日(土)に会報の発送作業をしました。宛名準備が佐々木さん、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八代さん、奈島さん、荒木さん、迫さん、田所さんが取り組んで下さいました。ホームページ更新も同日に奈島さん、メール配信も9日に佐々木さんが行って下さいました。お手伝い頂いた皆様、本当にありがとうございました。お疲れ様でした。

# 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)					会 員 数 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	63	6	101 時間	東灘区	34	50
	事務所当番	38	7		灘区	7	7
奉仕活動	福 社	42	7	237 時間	中央区	11	16
	そ の 他	—	—		3 区以外	17	26
	拠点活動	195	19		計	69	99

## 同好会

＜ 誰でもいつでも「健康気功教室」＞

日 時：4月21日(日)10:20～11:50

5月5日(日)10:20～11:50

5月12日(日)10:20～11:50

場 所：東灘区文化センター 8階 和室

参加費：500円

※事前に検温実施、マスク着用



同好会へ写真倶楽部  
「ホッコリする笑い  
の神様」小原優美子

## 同好会＜ 映画サロン ＞

上映予定作品：夢

日 時：5月11日(土)13:30～

場 所：ナルク東神戸事務所

参加費：500円

黒澤明が自分の見た夢をもとに撮りあげた全8話で構成されるオムニバス作品。スピルバーグやジョージ・ルーカスが制作に協力し、ワーナー・ブラザーズが配給を担当、まさに「世界のクロサワ作品」である。

## 同好会＜歌のサロン「鶯」＞

日 時：4月25日(木)13:30～

場 所：東灘区文化センター9階 音楽室

会 費：500円

おぼろ月夜、どじょっこふなっこ、花嫁人形、荒城の月、みかんの花咲く丘、学生時代、異邦人、ありがとうの花

※初めての方も久し振りの方もどうぞご参加下さい  
(スリッパをお持ちください)

## 同好会＜ 麻雀サロン ＞

日 時：4月23日(火)13:30～16:30

5月7日(火)13:30～16:30

5月21日(火)13:30～16:30

場 所：ナルク東神戸事務所

参加費：500円

健康マージャンで楽しみましょう！ 参加を希望する方は、3日前までに下記までご連絡ください。

連絡先：迫(ハザマ)昌子 携帯 090-1134-6860

文芸コーナー

・湯たんぽにお湯を注いで母思う  
〔俳句〕  
〈智歌〉

・初恋は昭和の風に包まれて君と  
見に来た岡本の梅  
〔短歌〕  
〈常呂露木〉

・同窓会白髪の子に惚れ直し  
〔川柳〕  
〈青木凡人〉

※皆様のご投稿をお待ちしています。

【編集後記】先月号に引き続いて、「お元気ですかハガキ」を掲載しました。会員の皆さんからのお元気な声をお届けします。また、これも先月号から引き続いて、「会員同士の助け合い」の記事を掲載しました。これからもできるだけ紹介していきます。何と云っても「助け合い」はナルクの三大理念の一つですから。助ける側の会員はもちろんナルクの活動ですが、助けられる側の会員もナルクの活動と言っているのではないのでしょうか。(あ)