

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 211号
 2025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 : <https://nalc-plum.sakura.ne.jp>
 発行人：八代 光彦
 編集人：田所 克之



〈 瀧田^{たかし}京さんを偲んで 〉

八代 光彦

3月14日、瀧田京さんが99歳で亡くなりました。

瀧田さんは、人様に対し決して威圧的な態度を示されたことがなく、その上、始終もの静かで言葉少ない方だったことをまず思い出します。

京都から神戸に引越しされたことから、ナルク京都から創設間もないナルク東神戸に拠点移動をされたと聞きました。東神戸では運営委員を引き受けていただき、さらにはちょこっ歩や写真クラブの幹事(後に顧問)をやっていただきました。ちょこっ歩では六甲山麓の「太陽と緑の道」の散策に連れて行ってくださったり、写真クラブでは会員の写真撮影の指導や応募写真の審査をしていただいたりしていました。東神戸の総会時には、率先して写真を撮っていただいたことも、鮮明な思い出となって残っています。

長い間、本当にお世話になりました。心からご冥福をお祈りいたします。



↑ 故 瀧田 京さん

これからの予定

4月	20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
	22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2回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		14:00~	ナルクうたごえカフェ	
27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	
5月	9日(金)	10:00~	発送作業・第3回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		13:30~	映画サロン	
	11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
	13日(火)	13:30~	麻雀サロン	ナルク東神戸事務所
	18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
	22日(木)	13:30~	歌のサロン「鶯」	東灘区文化センター9階・音楽室
	24日(土)	10:00~	第4回運営委員会	ナルク東神戸事務所
		14:00~	ナルクうたごえカフェ	
	27日(火)	13:30~	麻雀サロン	
30日(金)	13:30~	ナルク本部総会	エル大阪(大阪府立労働センター)	

※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！

< 役員の変動がありました >

運営委員会

4月1日付をもって、八代光彦氏がご家庭の事情で代表を退任し、代わりに荒木育夫氏が代表に就任しました。また奈島伴治氏が新たに副代表に就任しました。なお、八代氏は運営委員の職務は継続します。

『ナルク東神戸運営規則』によると、運営委員等の選出は総会での議決となりますが、役員の変動は運営委員会での議決となります。3月7日開催の運営委員会において上記の役員の変動が議決されましたので、会員の皆様にご報告します。

なお、任期はそれぞれ現任者の残任期間(令和7年度終了まで)となります。

当運営委員会は新たな体制で更にパワーアップした取り組みを進めてまいります。ナルク活動においても会員の皆様からの要望やアイデアなどを反映していきたいと考えております。是非、忌憚のない声をお聞かせください。

< 私の震災体験 シリーズ第4回 >

木村 ^{いさむ} 勉

私は轟音と衝撃で目が覚めた。その瞬間、暗がりの中、何かが私の布団の上を勢いよく横切っていくのをかすかに目にした。そして気が付くと、私ども夫婦が寝ていた2階の部屋が隣家の駐車してある車の上にそっくり乗っかっていた。いま布団を跳び越えていったのは鏡台の上半分(すなわち鏡)であったことがわかった。私の布団と隣の妻の布団を乗り越えて数メートルも本体からはずれて飛ばされたのだ。家は2階だけが外に押し出され、隣地に半分せり出した格好である。1階は、屋根と2階の残った半分に押しつぶされていた。こうしたすさまじい状況に、私はただ茫然とするしかなかった。しかし一方、妻は泰然としている。あらためて女は強いと思った。

あの大地震はたいへん不幸な出来事だった。ただ、その中でも運がよかったと思えることがいくつかある。一番の幸運は、私ども夫婦は部屋もろとも隣地まで突き飛ばされたにもかかわらず、かすり傷ひとつ負わずに済んだことである。奇跡かもしれない。また、娘は仕事で東京に息子は学生で仙台にと、子どもたち二人とも遠方に別居していたことは幸いであった。もし同居していて1階に寝ていたら押しつぶされて大ケガをしていたかもしれない。ふたつ目の幸運は、家が全壊しても不自由な避難所生活をしなくてよかったということである。私が住んでいた本山中町は壊滅状態だったが、JRをはさんで北側の本山北町は不思議と被害が少なかった。ここには私の実家があり、妹の家族が住んでいた。母屋のほかに離れがあつて姪っ子が使っていたが、私どものためにわざわざ空けてくれた。お蔭でそこに移り住むことができた。約1年間、そこで普通に暮らした。妻は一生足を向けて寝られないと言っていた。ほかに住宅ローンのごと、生活費のごとなど心配ごとは多々あったものの、結果的に運よく乗り越えることができた。

人生、不幸な出来事に遭遇しながらも、何かしら幸運なこともある。生きてさえいればきつといいこともある。どうにかして立ち直ることができる。人間万事塞翁が馬——そういう人生訓を震災から得たような気がする。

<編集部注> 木村勉さんの奥様は、故木村都久子さん(元ナルク東神戸運営委員・事務局次長)です。

< イエローレシートの結果報告 >

運営委員会

毎月11日にダイエー甲南店で取り組まれている「幸せの黄色いレシートキャンペーン」にご協力をいただきありがとうございます。今般、ダイエー様より「2024年度分として“ナルク東神戸”に9,618円相当の活動に必要な商品をお渡しする」との連絡をいただきました。併せて2025年度も登録団体として選考されたとの朗報をいただきました。ダイエー甲南店様には厚くお礼申し上げます。

右の写真は3月11日のイオン幸せの黄色いレシートキャンペーンのボックスの様子です→



カフェ & 雑貨のお店「プリムヴェール」*Primeviere*

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

←4月の期間メニュー(タルティーヌプレート)『鯖のリエット』を含む3種類のパリエーションのパンメニュー。生ハムとマンゴー、ベリー等を使った爽やかな副菜です。

(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

< ボランティアのつどい「災害時の地域力を高めよう！」> 八代 光彦



2025年3月7日に東灘文化センターで開催された。講師の園崎秀治氏は25年間に亘り150か所の災害ボランティアセンターを訪問し現場をまわすスタッフの支援を行ってきた経験により、災害に備え、何が必要かをわかりやすく解説された。

「自助・共助・公助」のうち、「共助」が最終的には必要であること。すなわち、隣近所、自治会、民生委員、自主防災組織やボランティアによる助け合いが大きなポイントである。

そして、外部の力を地域に生かすには「受援力」(外部からの支援を受け入れる環境・知恵など)が被災地のニーズに支援がいきわたるのに必要であることが強調された。

また、災害ボランティアは公助では担いきれない役割を担当することが必要であること。その際、「自主性・自発性・主体性」を持った活動であることとともに、一方で自治体との連携がしやすい組織であることが重要であることも強調された。更に、仮に地域での支援制度ができ上がっていても、そのままでは支援が被災者に伝わらないので、両者の「つなぎの場」が必要である。

結論として、災害時には被災者・受援者・支援者(ボランティア)間のコミュニケーションを欠かすことができないと強調された。

< 全国のナルク拠点の新聞を閲覧できます > 田所 克之

本部に送られてきた全国の拠点の会報は、再度各拠点に分配発送されてきました。そのおかげで私たち会員は事務所で各拠点の会報を閲覧できました。

しかし、大変な労力と郵送料がかかっており、運営課題の一つになっておりました。また、昨今のスマホやパソコンの利用状況を踏まえてこれからは本部へ各拠点の会報をデータで送り、それを「ナルクホームページ」に反映する方法を採用することになりました。先般開催された常務会で野中会長の発案で検討され、先ずは3月に試し、4月から本格運用する運びとなりました。

今お読みいただいている私たちのナルク東神戸の会報「梅サロン」も以前からスマホやパソコンを使って東神戸のホームページで見ることが出来ましたが、本部のホームページでも各拠点の会報が見られる様になります。また、東神戸のホームページからも緑のナルクロゴマークをクリックすれば、本部のホームページが見られます。「会報ナルク・喜々快々」から「拠点会報サイトはこちら」で全国の会報発行拠点が表示されます。一度スマホから会報を読んでみませんか？ これも時代の流れなんでしょうねえ。



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の報告と今後の予定
・2月のナルクカフェの報告と3月の歌声喫茶及びバザーの取り組みについて
・サンライフでのボランティア活動について
・会員助け合いの依頼(新規分)の対応について
・4月～5月の予定
・4月号梅サロンの内容と、印刷及び発行日について
・兵庫北摂地区連絡協議会の報告について
・ナルリンピックの動画鑑賞について
・大ガス福祉財団助成金報告書及びつどい場の申請について
・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】

八代さん、迫さん、栗原さん、佐々木さん、秋田さん、木村さん、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いたします。

会員の動態について

3月末の会員数は、4ページをご参照ください。3月に宋英子さんが入会されました。以前から歌のサロン「鶯」に一般参加されていた方で、安場温子さんの紹介によるものです。

また本号の巻頭言にも掲載のとおり、淵田京様が死亡退会されました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

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	44	6	86 時間	東灘区	38	54
	事務所当番	42	6		灘区	5	5
奉仕活動	福 祉	44	7	201 時間	中央区	11	15
	そ の 他	—	—		3 区以外	17	26
	拠点活動	157	25		計	71	100

同好会

＜ 誰でもいつでも「健康気功教室」＞
 日 時：4 月 20 日(日) 10:20～11:50
 4 月 27 日(日) 10:20～11:50
 5 月 11 日(日) 10:20～11:50
 場 所：東灘区文化センター8 階 和室
 参加費：会員 300 円、非会員 500 円



同好会へ写真クラブ
 「枝垂れ梅(紅)」
 吉岡慶子

同好会＜ 映画サロン＞

上映予定作品
 「東京タワー オカンとボクと、時々、オトン」
 日 時：5 月 9 日(金) 13:30～
 場 所：ナルク東神戸事務所
 参加費：会員 300 円、非会員 500 円
 バストセラーとなったリリー・フランキーの自伝小説をオダ
 ギリジョーと樹木希林の共演で映画化。
 2007 年制作、142 分。

同好会＜ 歌のサロン「鶯」＞

日 時：4 月 24 日(木) 13:30～
 場 所：東灘区文化センター9 階 音楽室
 参加費：会員 300 円、非会員 500 円
 ♪ この道、花、浜辺の歌、牧場の朝、緑のそよ風、
 椰子の実、おお牧場はみどり、さくら(独唱)、浜千
 鳥、みかんの花咲く丘
※久しぶりの方も初めての方もぜひご参加下さい。
※スリッパをご持参ください。

同好会＜ 麻雀サロン＞

日 時：4 月 22 日(火)13:30～16:30
 5 月 13 日(火)13:30～16:30
 5 月 27 日(火)13:30～16:30
 場 所：ナルク東神戸事務所
 参加費：会員 300 円、非会員 500 円
**健康マージャン(賭けない、飲まない、吸わない)で楽
 しみましょう！ 参加を希望する方は、3 日前までに
 運営委員・迫(ハザマ)昌子までご連絡ください。**

文芸コーナー

【俳句】
 流雲をおぼろに照らす春の月
 へ 智歌 へ

【川柳】
 背伸びしても取れなくなった棚の上
 へ 美穂 へ

【短歌】
 子や孫に脛かじられて癒す風呂
 湯舟の風に幸せ感じ
 へ 常呂露木 へ

【編集後記】 巻頭言は八代氏による瀧田 京氏の追悼文を掲載しました。『死んだらナルク東神戸の事務所に電話して退会の手続きをとるように』とエンディングノートに書かれていたそうです。ご遺族は「その他の事でも、エンディングノートのお蔭で大変助かりました」とお話ししてくださいました。最後まで家族を思いやるやさしい心をお持ちだった大先輩にあらためて敬意を表します。ナルクのエンディングノートがお役に立てて本当によかったです。(あ)