

第97号 平成30年('18年)1月発行

ナルク大阪北

「いちょうの会」

NPO法人NALC (NIPPON ACTIVE LIFE CLUB)

ニッポン アクティブライフ クラブ

ホームページ <http://nalc.jp>

ナルク大阪北「いちょうの会」
〒542-0012 大阪市中央区谷町6-4-8
新空堀ビル2階 206-2号

電話(FAX) 06-6710-4901

メール kita-ichou@oasis.ocn.ne.jp

ホームページ <http://kitaichou.sakura.ne.jp>

(NALCのホームページ→活動拠点→大阪→大阪北)

拠点の実状 報告

新陳代謝と魅力を

新年、明けましておめでとうござい
ます。会員の皆様には、お元気で良き
新春を迎えられたことと存じます。

昨年も数多くの活動にご協力を頂き、
そのお陰で拠点として、何とか土俵際
で堪(こら)えられている状況です。

I 社会の情勢

3年前の介護保険法改正で、予防給
付の訪問・通所介護が市町村の地域支
援事業に移行された。

大阪市では介護予防・
日常生活支援総合事業支
援(総)として、社会福祉協
議会(社協)が主体となつ
て、昨年からサービスA
(事業者指定・委託)を開
始したが、サービスB(ボ
ランティア主体)は行われ
ないことになった。

一方では、最近すべて
の区社協の中に「各区ボラ
ンティア・市民活動セン
ター」が設置され、ボラン
ティア活動・
利用の促進・充実を図りつつある。
更に、5つの区社協では、地域住民
同士が助け合う会員相互の援助活動(有
償ボランティア活動を進めている。



中心になって新しい考え方で運営しな
ければ、拠点の将来はありません。
IV ツイッター
ここ数年、会員数・助け合い活動時
間が大きく減少して、毎年ほぼ同じ内
容で申し訳ありません。60才代が入っ
てボランティア活動をしたと思うよ
うな「魅力ある仕組み」にする為に、厚
労省の「支援総」の指針を参考に、時間
預託のリスク解消も考慮して、一昨年
の総会で小生から試案を示しました。

(11月末迄)の月平均が、
・時間預託提供活動は88時間から86時
間へ少し減少した。利用者は20人から
17人へ、活動者は29人から23人へ少し
減少した。現時点での平均年齢は、利
用者(子育てを除く)が77才で、活動者
が73才です。まさに老々介助です。
III 組織の運営
拠点設立当初から「代表は2〜3年で
交代しなければ発展しない」と何度も言っ
てきたが、3役の交代も全く進んでい
ない旧態依然の状態になっています。

また、トータルコーディネ
ーターが長年不在で、
助け合い活動が停滞して
家賃を賄えず、運営引当
金を取り崩しています。
その為、同好会や行事
等から参加費の徴収も検
討しますが、単独では拠
点の維持が難しくなっ
て来ました。後期高齢でも
元気な方は、活動や運営
をサポート出来ますが、
新陳代謝して70才以下が

大阪市の「支援総」のサービスBに参画
して、会員外への活動も行うことを前
提にしたが、大阪市はサービスBをし
ないので、試案の実現は困難になった。
更に、社協の有償ボランティア活動
はナルク活動と競合しており、全ての
区に拡がればナルクの存在価値は半減
します。時間預託に魅力が無ければ活
動者は入って来ず、他にも活路を見
出す必要があります。厳しい現実を打
開して「楽しい拠点」にすべく、会員皆
さんの参画と知恵・工夫等の提供を頂
きたく、ご協力の程宜しくお願い申し
上げます。
中野 凱生(記)

お知らせ

★「運営委員会」

日時…1月19日(金) 10時〜12時

★「寄付のお礼」

中山基夫様・平野和世様・平田美津
子様・岩崎福枝様からお歳暮を、鳥
山玲子様から寄付金を、中神宣二様
から切手を、頂きました。ありがと
うございました。

11月度 会員動向

◎時間預託提供活動

時間 89時間
提供者 24人
利用者 18人

◎奉仕活動

時間 95時間
提供者 34人

◎会員数 入会 1世帯1人
退会 3世帯3人

◎月末会員数 203世帯
270人

黄色の街「フェズ」

「フェズ」は、イスラム王朝モロッコ最古(千二百年前)の都市と云われています。フェズのメデイナは世界一複雑な巨大迷路で知られており、この迷路の喧騒の中に異空間の世界最古の大学(カラウイー・モスク)があつたりするのは驚きです。

我々一行はスマリン門からメデイナに入り、緩い坂をくねくねならだら下りながらタイル壁が美しいブルジュード門から出るルートを歩きました。メデイナはかろうじて一人一人が通れる細い路地や、道幅の狭いスークを荷物(山ほど積んだロバ)が通過するなどの混雑ぶり、我々一行は迷子にならない様スイスイ歩くガイドの後ろについていくのが精一杯といったところです。



巨大迷路メデイナ

奥の行き止まりには古い邸宅があり、がっしりした壁の扉をくぐる、やがて緑豊かな中庭(パティオ)が目に入り、何の装飾や窓もない外壁からは全く想像のつかない異空間に迷い込んだ感じがします。これが最近人気が出てきている「リヤド」と呼ばれる宿泊施設で、ここに泊るためだけに世界各国から多くの旅人がモロッコにやってくるそうです。我々一行は、このリヤドで「クスクス」(パスタと同じデュラム小麦を小粒状にしたものに色とりどりの野菜やラクダの足肉をのせた食物)というモロッコ料理の昼

食を取りました。

メデイナの喧騒の中でガイドや客引きのしつこい声掛けにうんざりしながらも、所々には、大学やリヤド、アトラス杉を原料とした木工芸博物館等街の喧騒から逃れ、ひと時の休息が取れる素敵な空間もあるのが、一服の清涼剤といった感じ

です。一方、メデイアの外では、王宮、「メラー」(ユダヤ人街で2階のバルコニーが特徴、尤も今はイスラエルに帰り、住んで居ない)、街を一望できる南展望台などがお勧めの観光地となります。

さて、メデイアの中でもう一つの見所が「タンネリ」と呼ばれる生革の染色場です。ここでは、なめし革を色とりどりに染色していますが、スークの革製品販売店の階段を上った屋上から、その全景を見ることが

できます。途中で手渡されたミントの葉を鼻に押し付けての見学でしたが、ミントの香りではどうしようもないほどの革の強烈な臭いに息苦しくなり、見学どころか早々退散したい気持ちで一杯でした。商店で見えるお土産のバブージュや靴の色とりどりの美しさや華やかさとは、異次元とでも云う舞台裏の劣悪な職場で働く人々の過酷さに言葉がありませんでした。

富士山を望む

「淡島ホテル」

「副社長、見てるか? よう見と

きや!」と、隣の露天風呂から我が家の社長のだみ声。露天風呂から富士山が見えるって、最高やな! 副社長「ここは、世界文化遺産・富士山を望む、静岡・駿河湾に浮かぶ無人島「淡島」にある「淡島ホテル」。全室オーシャンビューのスイートタイプ。社長「こんな高

いとこ、自分のお金では来られへん。会社のお陰やな! ありがたや! ありがたや!」私が勤めていた会社の福利厚生施設として、食料金だけで利用できたのだ。



ポートで中華専用食堂へ。副社長、この北京ダック、こんな美味しいのん初めてやな!」お腹がビクビクして、壊せへんかな!」食事の後、奮発してバーへ。バーから駿河湾の眺めを、スイスのレマン湖の眺めに似せて作ってありました。何か、ロマンチックな気分になるな!」と社長。

「ここは、来る相手を間違えたな!」とは、私の影の声。部屋に帰ってバスルームに、またビクビク。副社長、風呂までオーシャンビューやんか! 海のクジラから丸見えやん!」心配しやんでも、海のクジラも目、つぶるの間違ひなし。それにしても、青い空と海、ゆったりと時の流れに身を委ねた贅沢な一泊二日でした。

「淡島ホテル」へは、少し高いですが、旅行ツアーもあるようです。皆様も、出来たら一度は「淡島」へどうぞ...

最後に、露天風呂にすくと立ち、ここが発祥の地という歌「みかんの花が、咲くいている。思い出の道、丘の道、道を」を絶唱。極楽! 極楽! 失礼しました。

稲本 祐二(記)

米代 憲雄(記)

模型つきりⅡ

年に一回「帆船模型クラブ」の展示会がある。今年は十月五日から「こへまちづくり会館」(神戸元町)で開催された。当日朝、各自が自慢の船を持って集合する。

「無沙汰！」の挨拶もそこそこ準備が始まった。大きな展示台を並べたり、ポスターを貼ったりと大変だ。中にはこの直前に及んでも、未だ工作の続きをやっている者もいて大わらわだ。

我が船は「速鳥丸」である。

この船は、幕末のペリー来航の頃に姫路藩で造られた西洋式の帆船だ。往時、我が国はペリーに刺激されて、大型の西洋式の船が輸入されたり、あるいは建造されたりと、空前の洋式船ブームで、姫路藩もそれにあやかったと言えば、あながちそうでもない。幕府や各藩の洋式船はおよそ軍艦であるが、姫路では民用船だ。しかも造ったのが漂流して米国に渡った元廻船乗りである。

ペリー来航の三年前の嘉永三年に、摂津の廻船「栄力丸」千五百石積みが江戸からの帰途、熊野灘で嵐で遭難、苦難の漂流五十三日後、折よく通りかかった貨物船に助けられ、四十二日の航海を経て

米国に渡った。

紆余曲折があつて十四名の内九名が先に帰国を果したが、その内の四名が播州の出身者であつた。

まだまだ鎖国の中、嚴重な取り調べを受けたが、その後、引見したのが藩校「好古堂」の教授「秋元安民」で、開明的な彼は、この四名が洋式帆船の構造運用に通じていたことから、その助力を得て洋式の船を建造しようと企画した。



姫路藩 洋式帆船「速鳥丸」

中心人物は「元水主の清太郎」で、彼が工事の大王指揮役を務め、初航海には船頭役を担っている。滞米中に習い覚えた知識が役に立ったものだ。かなりの準備期間を経て船は安政五年に御津の造船所で進水式を挙行した。「速鳥丸」四百

五十石積みである。以後、航海を八十回程もこなし、姫路の物産を江戸への廻送に大いに貢献した。

新聞紙上から、この話を入手してから、この清太郎の六代目のご子孫「本庄尚由」邸を播磨町に二度訪ね、郷土資料館に、あるいは姫路城に、御津にと数度の取材をし、一年の建造期間を経て、ようやく完成し、この日の出陳に漕ぎ着けた。こころ楽しい一瞬である。

船を造ると、歴史背景や特性をまとめた冊子を作り、希望があれば来会者に配布する。中には丁寧な礼状が届いたりして人の輪が広がる。小生が所属する「海上交通システム研究会」で発表の機会もあり、この度は、地域の「ユニセフ協会」からの講演依頼も無い込み、益々交流の輪が広がる。

会の展示会は毎年回つて来るし、次作の取材や準備も始めなければならぬし、なんやかやと結構に忙しい。それやこれやで、連日、毎日が船づくめの生活で、今日もまた「模型つきり」である。

平田 紘士(記)

今月のお休み記事

- ①復刻版シリーズ(三浦 健)
- ②その常識、本当にカラダにいい？

俳句・川柳

吉川 弘美

電飾の師走の街の走り出す

山茶花の零れ咲き継ぐ狭庭かな

藤田 多栄子

赤靴が紅葉踏み分け登りゆく

金本 美智子

美しき老いのまなざし枯尾花

須見 敏江

山肌は紅蓮の炎嵯峨の秋

森下 和子

山茶花の白に息継ぐ上り坂

東浦 ふく子

余命をば告げぬ重さや秋の風

高田 敏雄

寒昂見よやと天守聳えをり

前たもつ

八十五年生きても今日は新しい

老化順調きつとカルテに書いてある



絵手紙 (植原 貞子)

生活・介護サポーター講習会⑥ 報告

「日常生活スキルアップ講習会」第2回

「傾聴と爽やかな自己主張」

12月9日(土)午後、阿倍野市民学習センターで、27名(南・北拠点共催)が参加して、産業カウンセラー・畑登代子氏と奥元勝久氏の両講師による「傾聴」に関する講習会が、七月に続いて行われた。

前回のテーマを発展させる内容で、二回目となると、求められている事など少しは先取りしたり出来るが、見事に講師の答えと外れることもあった。

これまでの癖で人から話しかけられたり、相談など受けたら簡単に自分の意見を言ってしまうが、これでは相手の本当の気持ちを否定しかねないと言う。

そこで深く考え本当の気持ちを聴くことの大切さが解ります。話される事の本当の内容や本心は何かということを理解出来たら、そうたやすく、直ぐ自分の意見など言わず「お気持ちは解ります」とか「そうなんですか」と伝えて相手にも考え納得する様な状況に持って行く。

今、ナルクの活動で直面しているのが、答えにくい質問をされて困っていることです。次の機会があったら、講師に質問しようと思っっています。

山口 靖子(記)

「初心者も大歓迎!民踊同好会へのお誘い!」

① 吉田先生は優しく、親切です。初心者の方でも手取り足取り、教えていただけます。

② 「運動不足の解消」、「リハビリ」にもなります。

③ 踊りを覚えようと、頭を使いますので「ボケ防止」にも役立ちます。

④ 毎月2回、火曜日の午後1時から3時迄、

「阿倍野スポーツセンター」で、おしゃべり時間もたっぷりあります。見学だけでもOKです。

⑤ 詳しくは北拠点事務所(稲本)まで。

催事「案内

★「ナルク国内研修旅行」(主催:本部)

行先:「石垣島」

日時: 3月7日(水)〜9日(金)

詳細: パンフレットは北拠点事務所

(本部会報昨年11月号第3面を参照)

申込: 1月14日(日)午前0時「13日深夜」から

本部(06・6941・5130)へFAX

★「新年会」

日時: 1月21日(日) 12時〜14時半

(受付: 11時半〜開宴12時)

場所: 「百楽本店」(06・6768・2221)

交通: 別紙、地図を参照

会費: 3000円(当日持参)

申込: 北拠点事務所(締切: 1月15日)

備考: ゲストの岩佐しおりさんによるアルパ(ハーブ)演奏の特別企画もあります。お楽しみに!

★「手芸講習会」(スポット開催)

内容: 「タオルで鬼「節分」を作る」(材料代八百円)

日時: 1月23日(火) 13時半〜15時半

場所&申込: 北拠点事務所

★「生活・介護支援サポーター講習会」(7)

内容: 「緊急時の対応と応急手当」

日時: 2月18日(日) 13時半〜16時半

場所: 天王寺消防署(講堂5階)

交通: 別紙、地図を参照

申込: 北拠点事務所

備考: 講師は天王寺消防署職員、

実技ができる服装で

教室・同好会「案内

■パッチワーク教室

日時: 1月10日(水)、13時半〜15時半

場所: 北拠点事務所

■介護予防&脳トレ運動教室

日時: 1月25日(木)、14時〜15時

場所: 北拠点事務所

■健康麻雀初級教室

日時: 1月27日(土)、13時半〜16時半

場所: 北拠点事務所

□健康マージャン同好会

日時: 1月6日・20日(土)、2月3日、13時

場所: 北拠点事務所

□絵手紙同好会

日時: 1月15日(月)、14時〜16時

場所: 北拠点事務所

□民踊同好会

日時: 1月16日・30日(火)、2月6日、13時

場所: 「阿倍野スポーツセンター」4階・室1

□オモチャ作り同好会

日時: 1月16日(火)、13時〜16時

場所: 北拠点事務所

□手編み同好会

日時: 1月17日(水)、14時〜16時

場所: 北拠点事務所

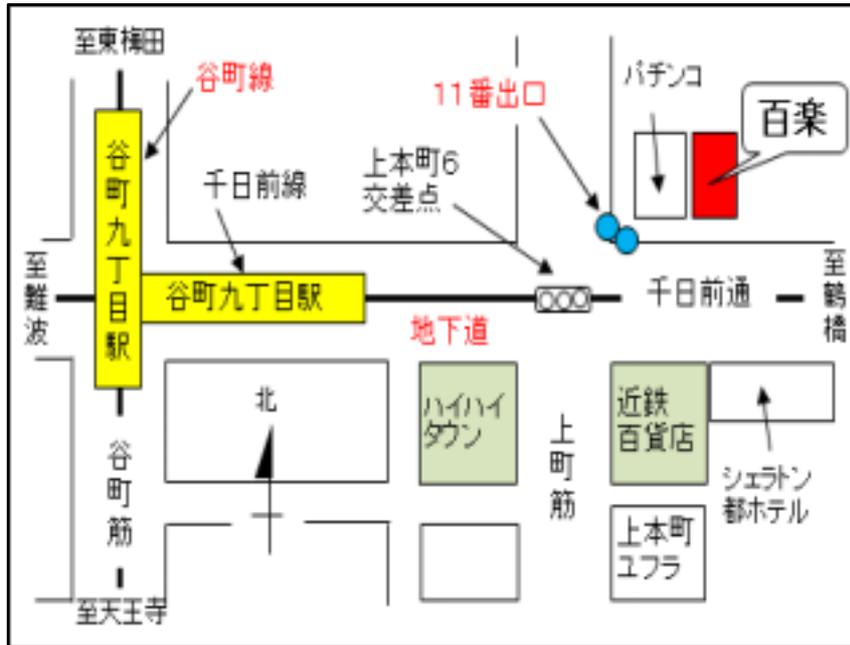
□俳句同好会

日時: 1月20日(土)、10時〜12時

場所: 北拠点事務所

□カラオケ同好会(1月はお休み)

「百楽本店」 (新年会：1月21日[日])



地下鉄・谷町線&千日前線「谷町九丁目」駅から
地下通路を東へ(徒歩約5分)

「天王寺消防署」 (講習会：2月18日[日])



地下鉄・谷町線「四天王寺前夕陽ヶ丘」駅①番出口から右(北)へ。
「六万體」交差点を右(東)へ。上町筋を左(北)へ。
徒歩 約8分 (約500m)