

# にしすま だんらんニュース

2018.11.12発行

第246号

西須磨



「福祉ネットワーク西須磨だんらん」は「まちを家族に」の精神で家事などの「生活援助サービス」や「居場所事業」など、公的制度だけでは受けられないサービスを実施しているNPO（非営利団体）です

発行者：特定非営利活動法人 福祉ネットワーク西須磨だんらん ☎731-2430

## 「地域デビュー」しませんか？

- ✓ 地域とつながりを持ちたい
- ✓ 楽しく話せる友達や仲間がほしい
- ✓ 毎日の張り合い、生きがいほしい

上のどれか1つで当てはまるものがあつた方は「地域デビュー」をオススメします！

この地域で20年活動しているNPOの「西須磨だんらん」にご参加ください♪

地域のいろんな年齢や立場の人たちが、それぞれの

好きな分野でイキイキ楽しんで仲間を増やしています♪

あなたも西須磨だんらんにぜひご参加ください！

お気軽に「〇〇のことを教えてください」とお電話ください♪

月～金 10時～17時

☎ 731-2430



### 活動例

- ・食事会
- ・歌の会
- ・文化教室
- ・ちょっとしたボランティア
- ・ゴミ出し
- ・家事のワーカー
- ・庭仕事ワーカー などなど

の～んびり文庫

## 絵本でほっこり

大人になっても 絵本が大好き！  
それぞれ好きな絵本を持ち寄って  
ほっこりした時間を一緒に！

日時：12月5日（水）2時～4時

場所：の～んびりサロン1階

対象：大人～子どもまでどなたでも

費用：200円（資料・お茶・音楽つき）

持ち物：大好きな本

申し込みは の～んびりサロン

090-8127-8227(日塾迄)



家庭料理

# らぽの

# おせち

「」予約承り中

お正月を華やかに彩る手作りおせちです  
縁起にちなんだ品々を豊富に盛り込んでいます

|     | 11月中のご予約の方        |
|-----|-------------------|
| 一段重 | 5,500円 → 5,000円   |
| 二段重 | 11,000円 → 10,000円 |
| 三段重 | 19,500円 → 18,000円 |

営業時間：

11:30～13:30 17:00～21:00

定休日：日月祝

住所：須磨本町1-1-2(バス停天神下前)

☎731-5618



## みんなの食堂いなプラ

### 余った食材を ご寄付ください！



みんなの食堂いなプラでは  
引き続きお米や野菜、調味料  
などの食材を募集しています！  
まだ食べられる食材がござい  
ましたらぜひご寄付ください。

☎ 731-2430 まで

### クリスマスパーティーに遊びに来てください！

日時：12月9日(日) 12時～14時  
12時からクリスマスランチ  
13時からレクレーション

場所：稲葉プラザ1階と3階

食事代：小・中学生 100円、大人 500円  
(小学生未満は無料)

申込：☎ 731-2430 ✉ n.danran@gmail.com



## 須磨いるサロン

### おすすめ須磨いる塾

#### ●須磨おもしろ歴史講座

「保養地・須磨と湘南」

日時：12月4日(火)10時～  
参加費：1,000円

#### ●お習字教室

今年も残り僅かになってきました。  
平成最後の年賀状を毛筆で書きましょう！

日時：12月11日(火)10時～  
参加費：1,000円

#### ●ノルディックウォーク教室

寒くなると姿勢良く歩くことが大切です！

日時：12月11日(火)15時15分～  
参加費：1,000円

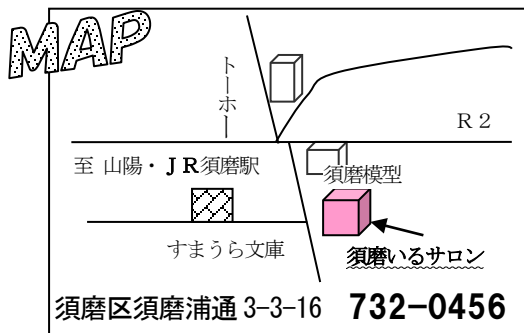
#### ●きょうよう・きょういくカフェ

子どもに戻って百人一首を勉強しましょう

日時：12月13日(木)13時半～  
参加費：500円(お茶とお菓子付き)

### 秋・冬の衣類とハギレのバザー開催します！

11月29日(木)～30日(金)10時～16時



## の～んびりサロン

### 11月～12月の予定

#### ●の～んびり金曜サロン (10時～15時)

毎週金曜に昼食会を中心にしたふれあいの「居場所」。月見山駅より徒歩2分。  
昼食はお野菜の多い手作りランチです。  
※参加ご希望の方は当日11時までに  
ご連絡ください。☎090-8127-8227

#### ★パソコンに親しもう 金曜日 13時半

11月16、30日、12月7、14日

#### ★マジック教室 12月7日(金)13時半

#### ★11月23日は祝日のためお休みです

#### ●の～んびり水曜カフェ

#### ★お菓子づくり教室

11月21日(水)9時半～

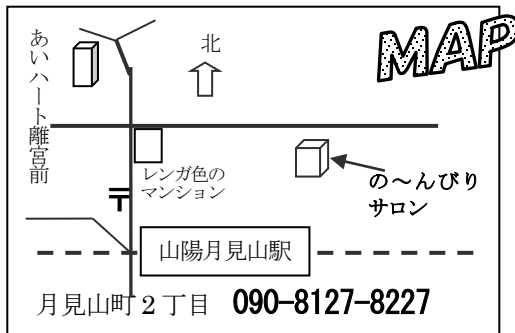
ガトーショコラを作りま

#### ★音楽を楽しみましょう

12月12日(水)13時半～

#### ●の～んびり文庫カフェ

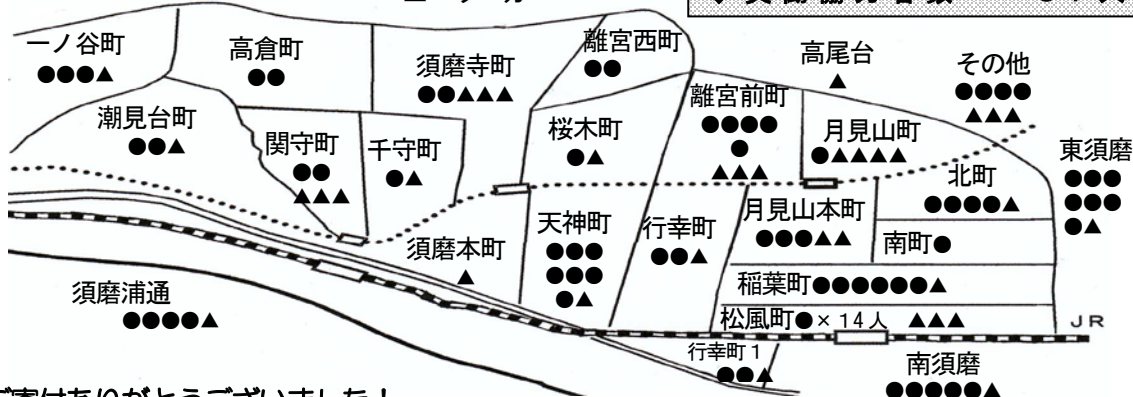
毎週日曜日 13時～16時あけています  
★12月5日(水)14時～ 本を楽しむイ  
ベントをします。ぜひご参加ください。



# 10月の活動報告

●=利用者  
▲=ワーカー

|            |          |
|------------|----------|
| ◇ サービス提供時間 | 493.0 時間 |
| ◇ 依頼利用者数   | 81 人     |
| ◇ 実働協力者数   | 34 人     |



ご寄付ありがとうございました！

ご寄付  
(関守町)  
匿名様

～ 物品のご寄贈 ～  
(北町) 津田様 (南町) 粟飯原様、隅野様、藤田様 (月見山本町) 野沢様  
(桜木町) 横山様 (東町) 山下様 (天神町) 岡野様 (離宮西町) 天野様  
(松風町) 長島様、加藤様 (行幸町) 西城戸様  
(須磨いるサロン) 小林様  
その他匿名の皆様

## だんらん利用者さん紹介

今回は生活援助サービスを利用されている中島輝子さんをご紹介します♪

長田区生まれの中島さんは、川崎重工長田配給所の食堂にお勤めされ、家族のためにずっとがんばって働いてこられたそうです。

その職場の仲間とみなと祭りの盆踊りに出たこともあり、今も仲良くされている方が月に1回遊びに来てくださるのだとか。素敵な仲間恵まれて、良い職場だったんですね♪

最近までは中島町のアパートにお住まいで、隣に住んでいた韓国人留學生の女の子と仲良くなって、一緒に中納言で伊勢えびを食べたの、と素敵な笑顔。最近久しぶりに国際電話がかかってきて嬉しかったそうです。

今は主治医の長谷川先生の紹介で「ピースフルライフ月見山」にお住まいで、お洋服の買い物を依頼されたのをきっかけに週1回だんらんを利用されています。来てくれると新しい空気になって嬉しいの、と中島さん。これからもお元気で、散歩やお買い物を一緒に楽しみましょうね♪ (宗政)



## のんびり文庫 本のご紹介 さくらももこさんの本



漫画家のさくらももこさんが、乳がんのため今年8月に53歳の若さで亡くなりました。

さくらももこさんと言えば、アニメ「ちびまる子ちゃん」が代表作という国民的人気漫画家です。ほのぼのとした世界観の中に、込められた「毒気」と「マニア性」、これが読者の共感を呼んだと言われています。

「ちびまる子ちゃん」は、ももこさん自身の小学校時代の体験を元に描かれ、キラキライメージの少女漫画の王道からは、絵も内容も大きくはずれています。

ももこさん初のエッセイ「もものかんづめ」は、なんだか人生に疲れたと感じる時に何も考えずに読みふけることができる作品です。

1990年代に一世風靡したB.B.クィーンズのデビューシングル「おどるポンポコリン」の作詞がももこさんというのは、エッセイを読んでみて、うなずけます。

のんびり文庫には、「たいのおかしら」「さるのこしかけ」「ももこの世界あっちこっちめぐり」「まる子だった」「あのころ」「さくら日和」「そういうふうにてきている」等を置いています。生きることに疲れた～、という兆候があったら、早い目に読んでみてくださいね。

# ふ れ あ い 活 動 予 定 11月・12月

| 月   | 火  | 水  | 木   | 金   |
|---|--|--|---|---|
| <b>11/12</b><br>稲葉サロン 10～15時<br>須磨寺サロン 10～15時<br>㊦ ミシンカフェ、麻雀<br>㊦ 健康麻雀教室 13時    | <b>11/13</b><br>㊦ お習字教室 10時<br>㊦ 英会話教室 13時<br>㊦ ノルディックウォーク教室 15:15 | <b>11/14</b><br>悠遊サロン 10～15時<br>㊦ 麻雀10時<br>㊦ 健康麻雀教室 13時<br>㊦ 歌の会 13時半                | <b>11/15</b><br>花みずき会食 11時半<br>㊦ 韓国語教室 10時<br>おしゃれバザール<br>稲葉プラザ3F10時～ | <b>11/16</b><br>の～んびりサロン 10時<br>㊦ 麻雀 10時<br>㊦ 須磨いるサロン<br>ボランティア会議 14時半  |
| <b>11/19</b><br>稲葉サロン 10～15時<br>須磨寺サロン 10～15時<br>㊦ 麻雀<br>㊦ 歌の会 13時              | <b>11/20</b><br>㊦ パステル和アート教室 10時<br>㊦ 英会話教室 13時                    | <b>11/21</b><br>悠遊サロン 10～15時<br>㊦ パッチワーク教室<br>㊦ 麻雀10時<br>㊦ 健康麻雀教室 13時<br>㊦ お菓子づくり9時半 | <b>11/22</b><br>花みずき会食 11時半<br>㊦ ハガキ絵教室 10時<br>㊦ 指圧教室 13時半            | <b>11/23 (祝)</b><br>だんらん事務所お休み<br>須磨いるサロンお休みの～んびりサロンお休み                 |
| <b>11/26</b><br>稲葉サロン 10～15時<br>須磨寺サロン 10～15時<br>㊦ 麻雀10時 ミシンカフェ<br>㊦ 健康麻雀教室 13時 | <b>11/27</b><br>プラザ懐メロ 13時半<br>㊦ のりのりバス集まり 10時<br>㊦ 英会話教室 13時      | <b>11/28</b><br>悠遊サロン 10～15時<br>㊦ 着物リメイク教室 麻雀 10時<br>㊦ マリアハーブ教室 13時                  | <b>11/29</b><br>ふれあい食事会 11時半<br>須磨いるサロンバザール<br>秋・冬衣類とハギレ              | <b>11/30</b><br>の～んびりサロン 10時<br>須磨いるサロンバザール<br>秋・冬衣類とハギレ<br>㊦ お抹茶の日 14時 |
| <b>12/3</b><br>稲葉サロン 10～15時<br>須磨寺サロン 10～15時<br>㊦ ミシンカフェ、麻雀                     | <b>12/4</b><br>ワーカー定例会 10時<br>㊦ 須磨おもしろ歴史講座 10時<br>㊦ 英会話教室 13時      | <b>12/5</b><br>悠遊サロン 10～15時<br>㊦ パッチワーク教室<br>㊦ 麻雀 10時<br>㊦ 健康麻雀教室 13時                | <b>12/6</b><br>花みずき会食 11時半<br>㊦ ポーセリンペインティング教室 10時～、13時半～             | <b>12/7</b><br>の～んびりサロン 10時<br>㊦ 麻雀 10時<br>㊦ 懐かしの映画会<br>㊦ マジック教室        |
| <b>12/10</b><br>稲葉サロン 10～15時<br>須磨寺サロン 10～15時<br>㊦ ミシンカフェ、麻雀<br>㊦ 健康麻雀教室 13時    | <b>12/11</b><br>㊦ お習字教室 10時<br>㊦ 英会話教室 13時<br>㊦ ノルディックウォーク教室 15:15 | <b>12/12</b><br>悠遊サロン 10～15時<br>㊦ 麻雀10時<br>㊦ 健康麻雀教室 13時<br>㊦ 歌の会 13時半                | <b>12/13</b><br>ふれあい食事会 11時半<br>㊦ ハガキ絵教室 10時<br>㊦ きょうようきょういুকカフェ 13時半 | <b>12/14</b><br>の～んびりサロン 10時<br>㊦ 麻雀 10時                                |

㊦ の～んびりサロン、㊦ は須磨いるサロンの行事です。

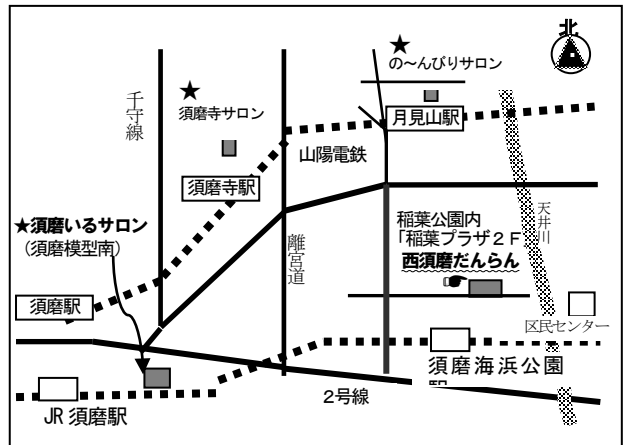
## ●その他の予定●

|                         |         |          |
|-------------------------|---------|----------|
| 11月17日 (土) だんらん理事会      | 14時～    | 稲葉プラザ 1F |
| 11月15日 (木) ひょうごん福祉ネット例会 | 16時30分～ | 東灘地域助け合い |
| 12月19日 (水) キャンディタフト運営会議 | 16時～    | ピースフルライブ |

## 編集後記

\*最近では早起きをしてその日の予定を立てるようにしています。なかなか予定通りにはいかないし、気分の乗らない日もありますが、少しずつ気になることを片付けるようにしています。それなりに効果はありますよ。(T.T)

\*今、はまっていることは何ですか?と聞かれて、「終活です」と答えたらキョトンとされてしまった。樹木希林さんの「終活宣言」のように、本人の意思さえはっきりしていれば「死ぬときぐらい好きにさせてよ」と画策中。(A.H.)



■ 福祉ネットワーク西須磨だんらん ■ TEL 731-2430 FAX 736-5321  
 〒654-0036 神戸市須磨区南町1丁目34 稲葉プラザ2階

だんらんメールアドレス n.danran@gmail.com ホームページ [http:// danran.wp.xdomain.jp/](http://danran.wp.xdomain.jp/)  
 家事支援をご利用されるには…入会金 2,000 円、年会費 3,000 円 (利用料金) 家事 1 時間 1,400 円 庭仕事 1,500 円