

にしすま  
西須磨だんらんニュース 第267号

2020.11.1発行



「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法人です

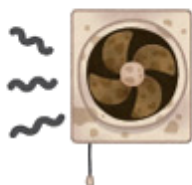
発行者：特定非営利活動法人 福祉ネットワーク西須磨だんらん ☎731-2430

お早めに

そろそろ始めませんか？

# 年末に向けての大掃除

## お手伝いいたします！



たとえば、換気扇。換気扇に張り付いた油污れは、気温が低いと固まってしまいます。だから本格的に寒くなる前に、お掃除しておくことをおすすめします。

その他、窓拭き、お風呂のかび取り、レンジまわりなど、一人では大変なお掃除もお手伝いいたします。

まずはお気軽にご相談ください。

※12月に入ると、ご希望日に添えないことがありますのでお早目にご予約ください。



**利用料金：1時間 1,400円（追加30分につき700円）**

※新規の方は別途、入会金・年会費をいただきます。

お問い合わせは **だんらん事務所へ ☎731-2430** 月～金（土日祝除く）10時～17時

**予告**

稲葉公園内「稲葉プラザ3階」にて

## おしゃわバザール 開催!

お洋服、アクセサリー、靴、かばん、雑貨など、この冬活躍のアイテムを取りそろえてお待ちしております。



**11/19 木 10時～15時**

稲葉公園の場所は4面地図参照

家庭料理

# らぽのおせち

お正月を華やかに彩る  
縁起にちなんだ品々を  
豊かに盛り込んだ手作りおせち



1段重 6,000円  
2段重 12,000円  
3段重 20,000円 ※すべて税込価格

営業時間/11:30～13:30 17:00～21:00(金土のみ)  
定休日/日・月・祝  
須磨本町1-1-2(バス停天神下前) ☎731-5618

## 令和2年度 上半期活動報告



昨年度末から今年度上半期にかけては、なんといっても新型コロナの影響が大きかったです。昨年度末から全ての居場所事業がお休みか、大幅縮小せざるを得なくなり、訪問サービスも4、5月はお休みが多く「地域助け合い事業」は前年の24%減、「総合事業」も件数が半減しました。一時はコロナのせいで世の中がどうなることかと思われましたが、少しずつウィズコロナのペースがつかめるようになり、6月からはミニデイサービスも再開、訪問サービスも通常のペースに戻って忙しくなっていました。運営面でも、ありがたいことにコロナ関連補助金をいただくことができましたので、減収分は十分補填できました。

スタッフの勤務形態もこの機に見直しまして、事務所勤務を当番制にしたり、オンライン会議を取り入れたりして、働き方を見直すきっかけになりました。

また昨年度参入しました「居住支援事業」も継続して実施し、昨年より相談件数も増えて軌道に乗ってまいりました。相談者のお役にたてるよう、さらに力を入れていきたいです。

このように、なんとかかんとか無事に乗り越えられた上半期でした。

まだまだ続くコロナ禍ですが、下半期も油断しないで無事に過ごせるようがんばりたいと思いますので、引き続きご支援くださいますよう心よりお願い申し上げます。

### デイサービスのメンバー紹介

### の〜んびり文庫 本のご紹介 世界で最も貧しい大統領 「ホセ・ムヒカ」の言葉

今回は稲葉サロンの奥 左枝子さんをご紹介します。京都は舞鶴出身の奥さんは、親の苦勞を見ていたので、高校卒業後は自立したいと思い、栄養士専門学校に通って就職されました。いろいろな町でのお勤め後、結婚して茨木市に引っ越され、2人の息子さんを育てられました。

子育ても終え、いろいろな人にお世話になったお返しをしたいと思って絵手紙のボランティア10年以上されましたが、最近はそれもお休み。友達と会う機会も減って、少し孤独感を感じ、これではだめだ、ふれあいを増やそうと思って稲葉サロンに参加されたそうです。

元々引っ込み思案な性格だったそうですが、そんな自分を変えようと、職場ではみんなを笑わせるようなことばかり言って同僚には面白いねと言われていたのだとか。素敵ですね♪

でも一番大切なことは「ありがとう」と口に出すこと、感謝することです、と奥さん。人はつい楽な方になってしまうけど、最終的に何をするか、残りの人生をどのように生きるか決めるのは自分です、とまっすぐな目でおっしゃられました。背筋をピンと伸ばして生きてこられた姿勢がとってもカッコいいです！ これからもよろしくお願いしますね♥ (宗政)

質素な暮らしぶりで「世界で最も貧しい大統領」といわれたウルグアイ第40代大統領ホセ・ムヒカさん。青年時代ゲリラ活動に身を投じ、逮捕され13年間、獄中生活を送る。釈放された後、立候補し政治家としての道を歩みだす。2010年、大統領に就任。2015年に退任。今年、政界を引退した。小さな農場に、妻と犬と住む。

彼が大切にするのは「質素、時間、自由」。

彼は2016年に、日本を訪問し、1週間、滞在。彼が日本人に贈ってくれた愛に満ちた感動のメッセージは本になり、今年、映画化された。

(以下、メッセージのいくつかを紹介します)

「貧乏な人とは、少ししかものを持っていない人ではなく、無限の欲があり、いくらあっても満足しない人のことだ」

「物であふれることが自由なのではなく、時間であふれることこそ自由なのです」

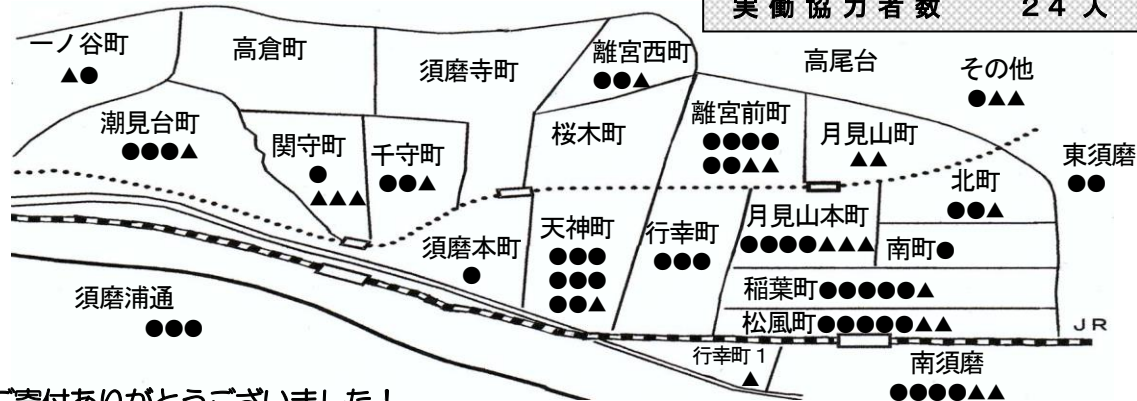
「一度、その舞台に立ったら、踊らなければならない。そして鉄の様に強く耐え抜くしかない。闘うことをやめたら負け。刑務所では、必ず自由になる日が来ると信じていました。」

最後に紹介したい彼の言葉は、「人は幸せになるために生まれてきたのだ」です。(日埜)

## 9月の活動報告

●=利用者  
▲=ワーカー

サービス提供時間 337.0 時間  
依頼利用者数 55人  
実働協力者数 24人



ご寄付ありがとうございました!

### ご寄付

(桜木町) 野村様  
(関守町) 匿名様

### ～ 物品のご寄贈 ～

(北町) 藤原様、津田様 (離宮前町) 伊藤様、上野様、近藤様 (行幸町) 井上様、田中様  
菅野様、山西様 (須磨寺町) 大島様 (千守町) 後藤様、藤瀬様、吉田様 (天神町) 松井様  
(南町) 高橋様、今嶋様 (大田町) 則政様 (須磨本町) 村井様、奥橋様 (月見山本町) 森口様  
(須磨浦通) 二星様 (稲葉町) 上原様、橋本様、辰巳様 (潮見台) 横井様 (松風町) 長島様  
(戸政町) 福本様 (社会福祉法人) 須磨区社会福祉協議会善意銀行 その他匿名の皆様

## 須磨いるサロン

※地図は4面参照

☎ 732-0456

須磨いるサロンではコロナ感染予防対策をとりながら、少しずつ従来の活動に戻っています。第3波も予測されますので、マスクの着用や、手洗い励行の上、ご参加ください。

### ●「須磨おもしろ歴史講座」受講料各 1,000 円 (今年度は 8 回シリーズの予定)

須磨にまつわる歴史のお話をご一緒にお勉強しませんか? (11月はお休みです)

講師: 須磨歴史倶楽部 西海淳二さん

#### 第6回「義経、追討・義頭と呼ばれる」

12月1日(火)10時～

講師: 須磨歴史倶楽部 西海淳二さん

### ●「ノルディックウォーク教室」

2本のポールで全身運動の効果!

自己流でノルディックウォーキングを楽しんでいる方、マスタートレーナーに基礎からウォーキングを習ってみませんか?

次回 11月10日(火) 15時15分～

\*コロナ禍にあって、教室参加者が減少しているクラスもあります。参加者がいない時は、須磨いるサロンを閉めている時もありますので、ニュース4面をお確かめの上、お越しください。

## の～んびりサロン

※地図は4面参照

☎ 090-8127-8227

2020年11月～12月の予定

### ●の～んびり金曜サロン(11時～14時)

の～んびりサロンでは、コロナ感染対策として、アルコール消毒、マスク着用、パーティションの設置、ソーシャルディスタンスを保つ、3密を避けるため少人数制にする等して、楽しいひと時を過ごしています。

### ●食事会について

区社協から許可がおりたので、11月より感染対策を充分にして、手作り食事会を始めます。利用者さんには、個々にご案内いたしますので、ご参加ください。(要予約)

### ●マジック教室

11月6日(金)13時半～。の～んびり1階。

### ●水曜サロン

★パソコンに親しもう (要予約)

★お菓子教室、音楽を楽しむ会はお休み。

### ●の～んびり文庫カフェ (の～んびり2F)

の～んびり文庫は、お休みですが、本をゆっくり読みたい方は、の～んびりサロン迄お電話ください。(090-8127-8227)

# ふ れ あ い 活 動 予 定 11月

月	火	水	木	金
<b>11/2</b> 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミシカフェ 10時、13時	<b>11/3 (祝)</b> 須磨いるサロンお休み	<b>11/4</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ パッチワーク 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>11/5</b> 花みずき会会食 11時半 ㊦ 木彫教室 13時半	<b>11/6</b> ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 懐かしの映画 13時
<b>11/9</b> 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミシカフェ 10時、13時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>11/10</b> ㊦ お習字教室 10時 ㊦ 英会話教室 13時 ㊦ ノルディックウォーク教室 15時15分	<b>11/11</b> 悠遊サロン 10～15時	<b>11/12</b> ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ きょうようきょういくカフェ 13時半	<b>11/13</b> ㊦ 麻雀 10時 の～んびりサロン 11～14時
<b>11/16</b> 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ 歌の会 13時半	<b>11/17</b> ㊦ パステル和アート教室 10時 ㊦ 英会話教室 13時	<b>11/18</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ パッチワーク 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>11/19</b> 花みずき会会食 11時半 ㊦ 韓国語教室 10時半 ㊦ 木彫教室 13時半	<b>11/20</b> ㊦ 麻雀 10時
<b>11/23 (祝)</b> 稲葉サロン 10～15時	<b>11/24</b> プラザ童謡 13時～ ㊦ 英会話教室 13時	<b>11/25</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ 小物作り 10時	<b>11/26</b> ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ 指圧教室 13時半	<b>11/27</b> ㊦ 麻雀 10時 の～んびりサロン 11～14時
<b>11/30</b> 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミシカフェ 10時、13時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>12/1</b> <b>ワーカー定例会</b> ㊦ おもしろ歴史講座 10時 ㊦ 英会話教室 13時	<b>12/2</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ パッチワーク 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>12/3</b> 花みずき会会食 11時半 ㊦ 木彫教室 13時半	<b>12/4</b> ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 懐かしの映画 13時

## ●その他の予定●

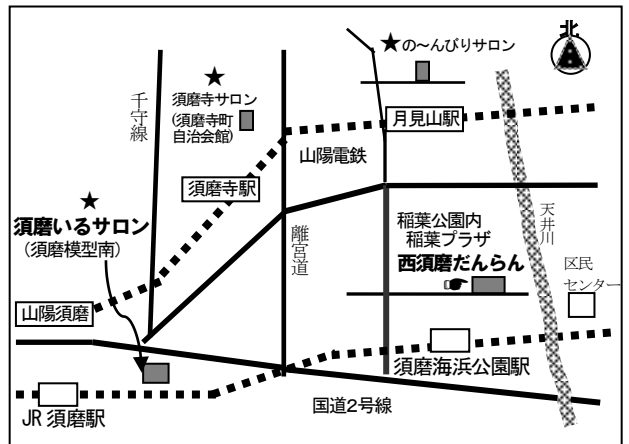
㊦ の～んびりサロン、㊦ は須磨いるサロンの行事です。

11月9日 (月) だんらん運営会議 13時30分～ だんらん事務所  
 11月19日 (木) ひょうごん福祉ネット分科会 14時00分～ ZOOM会議

## 編集後記

\*このところ万年筆と手帳にハマっています。こういうのを最近「沼」と言うそうですが、万年筆の沼には「インク沼」や「用紙沼」もあってかなり深いようです。それなりに楽しんでいます。(T.T.)

\*ご近所のごみ出しサポートを始めた息子。本人は謝礼に惹かれて始めたけれど、きっかけはともかく、「与えられた仕事は責任を持ってやる」と「困った人を手助けすることは当たり前のこと」と思える人に育ってほしいと思う。(J.Y.)



■ 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/>  
 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