

にしすま 西須磨だんらんニュース

2022.3.1 発行

第277号



「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

須磨いるサロンで

春から「新しいこと」はじめませんか？

あなたの「得意分野」を役立てる > 講師募集！

須磨いるサロンでは、新しい教室・講座をやりたい講師を募集します！

「こんなことなら教えることができるかも」という方がいらっしやいましたら、是非、須磨いるサロンまで連絡ください。

★特に、ミシン・洋裁が得意で、教えてくださる方を募集しています！



あなたの「興味」を深める！ > 生徒募集！

春のおすすめ講座

【須磨おもしろ歴史講座】4月～

私たちの住む「須磨」の歴史をおもしろく勉強してみませんか？

★4月5日「菅原道真と綱敷天満宮」、6月7日「『源氏物語』が描く須磨」、7月5日「足利幕府誕生は 須磨で決まる」など

「パッチワーク教室」「パステルアート教室」「木彫教室」「指圧教室」もおすすめ♪

詳しくは中面で紹介していますのでご覧ください。



SALE

須磨いるサロン
春のバザー

3/31(木)
10時～15時

春物を中心に取り揃えています。
掘り出しものを探しにきてくださいね♪

ご寄付ください！

新品はもちろん、状態の良い（シミ・傷みのあるもの不可）春物衣類や雑貨等がございましたら、ぜひご寄付ください。
須磨いるサロンへ直接お持ちいただくか
お電話いただければご自宅まで伺います。

西須磨だんらん 731-2430

お問合せは 須磨いるサロン ☎732-0456

平日 / 10時～15時

須磨いるサロン 講座内容 ☎732-0456

※地図は4面参照

美術・手芸・園芸

「生き生き園芸講座」

第1木曜10時～ 兵庫県認定園芸士 中田知富美先生

1回1,000円+教材費 先着6名まで

ガーデニングの基礎知識から実践まで。寄せ植えや苔玉など、素敵な作品を作ります。



「木彫教室」

1・3木曜13時半～ 住本勝美先生

1回1,000円+材料費

お皿、調味料ケース、靴ベラ、鏡など、毎日の生活で使える作品を彫刻刀で彫っていきます！

「パステル和(なごみ)アート教室」

第3火曜10時～ パステルアートもふもふ 脇本麻由美先生

1回1,000円+材料費

指で描くパステル画！絵が苦手な人もアーティストに！

「パッチワーク教室」

第1、第3水曜10時～ 鈴木迪子先生

1回1,000円+材料費

初心者から経験者まで、オンリーワンの作品を小さな布切れを使ってパッチワークで作しましょう！

「ハガキ絵教室」

第2、4木曜10時～ 絵画教室主催 田辺れい子先生

1回1,500円+材料費

身近で見かける小花や野菜を素材に、ハガキ絵を描きましょう！

健康

「ノルディックウォーク教室」

第2火曜15時～

エヌウォーカー倶楽部代表 藤川真司先生

1回1,000円(別途ポールをレンタルする場合は500円)

健康志向のノルディックウォークで元気に歩ける体を作りましょう！

「指圧教室」

第4木曜13時半～ 浪越徳次郎門下 濱谷友子先生

1回500円

「指圧の心は母心」で自分でもケアできるようになると健康になります。

教養

「シニア初心者スマホ講座」

第2、4金曜13時半～ シニアスマホアドバイザー

渦岡美佐先生

1回1,000円 先着3名まで

スマホで、デジタル時代を楽しく便利に過ごしましょう！

「須磨おもしろ歴史講座」

第1火曜10時～ ※今年度は9回シリーズ

須磨歴史倶楽部 西海淳二先生

1回1,000円

身近な須磨の数百年昔の歴史を先生が、毎回、分かりやすくひも説いてくださいます。

「きょうよう・きょういくカフェ」

第2木曜13時半～

1回500円

脳トレをしたり百人一首を勉強したりしながら、老後のこともワイワイ話しながら考えます。「今日用事がある」「今日行くところがある」のお手伝い。

「健康麻雀教室」

第2、4月曜13時～ 木村龍男先生

第1、3水曜13時～ 小曾根寛之先生

各講座とも1回500円

麻雀を初心者向けに分かりやすく指導します。

語学

「英会話教室」

毎週火曜 A/13時～

B/14時～

バーナード・ファレル先生

各コース1回1,000円

ネイティブスピーカーの先生の元、何年ぶりかで英語に触れる人(Aクラス)から、レベルアップを目指す人(Bクラス)迄、気軽に楽しくお勉強しましょう！

娯楽

「歌の会」

第3月曜13時半～ 1回500円

声を出すことが少なくなっていますが、コロナ禍の間はマスクをして、ソーシャルディスタンスをとって歌います。

「懐かしの映画会」

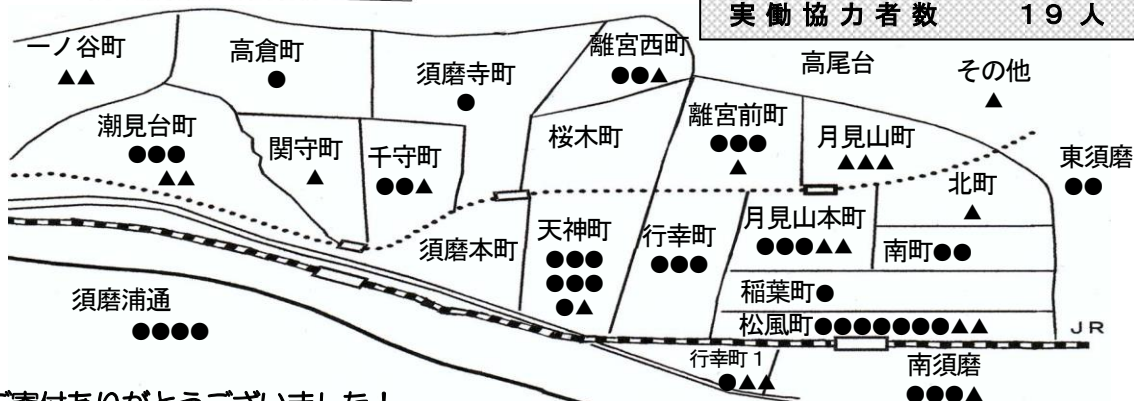
第1金曜13時半～ 1回400円

古き良き時代の映画を懐かしく鑑賞しましょう！次はどんな映画が楽しみです♪

1月の活動報告

●=利用者
▲=ワーカー

サービス提供時間	242 時間
依頼利用者数	46 人
実働協力者数	19 人



ご寄付ありがとうございました！

ご寄付

(潮見台町)匿名様
(千守町)中垣様

～ 物品のご寄贈 ～

(松風町)大橋様 (潮見台町)桑皇様
(須磨いるサロン)脇本様、天野様、上符様、木下様、土井様、柳田様、九村様、田中様、萩原様、上坂様、美濃様、田畑様、小高様、水元様、箕輪様
その他匿名の皆様

の〜んびりサロン ☎ 090-8938-9556
※地図は4面参照

22年3月〜の予定

●の〜んびり金曜サロン・食事会

オミクロン株の勢いがかなかなか収まりませんが、の〜んびりサロンでは、当分はお弁当の配食を続けます。(500円) 手作りお弁当をお楽しみください。

3月は11日と25日の予定です。

散歩がてら、11時半までに、の〜んびりサロンまで取りに来てください。

★マジック教室

3月11日(金) 10時

初めての方もマジックの魅力を楽しんでみませんか？

●水曜サロン

★パソコンに親しもう(要予約)

Word、Excelの初歩をマンツーマンでお手伝いします。

以上、の〜んびりサロンの利用をご希望される方は、
090-8938-9556 迄お電話ください。

私のおすすめグルメ商品 「おすすめのパン」

第10回目は私、宗政がお勧めする、近くで買える二大おすすめパンをご紹介します。

一つ目はファンバックの「焼きサバサンド」。ラウンド食パンに焼きサバとガリ(生姜)、青じそがサンドされたものです。「パンに鯖？生臭そう」と思われるかもですが、全然生臭くないんですよ！ 美味しい鯖に、ちょうどいい甘さのガリがベストマッチして、それを甘く柔らかいパンが包んでいるんです。食べたことがない方は、新しい旨味を知りましょう。事務所で話していたらスタッフの植松さんが「ええ〜、絶対合わないですよ」と顔をしかめるので、ほぼ強制で食べてもらいました。すると「…美味しい！」と驚き顔。そうでしょうとも！！とにかくイチオシです。お店は多井畑厄神の近くですが、最近できたヤマダストアでも買えます。機会があればぜひお試しください♪

もうひとつはコープ須磨店の向かいにあるレジオン(Region)の「ベーグル」。ベーグルは特に好きでもなかったのですが、レジオンのを食べてハマリ、他店でも食べ比べましたが、ここのモチモチ感が一番好きです。よかったら一度お試しください♪(宗政)



● 活動予定表 3月後半～4月 ●

月	火	水	木	金
3/14 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 健康麻雀教室 13時	3/15 ⊕ パステル和アート 教室 10時 ⊕ 英会話教室 13時 ボランティア会議	3/16 悠遊サロン 13～15時 ⊕ パッチワーク教室 10時 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 健康麻雀教室 13時	3/17 花みずき会会食(予定) ⊕ 木彫教室 13時半	3/18 ⊕ 麻雀 10時
3/21 (祝) 稲葉サロン 10～15時 事務所お休み 須磨寺サロン 休み 須磨いるサロンお休み	3/22 ⊕ 英会話教室 13時	3/23 悠遊サロン 10～15時 (予定) ⊕ 麻雀 10時	3/24 ⊕ ハガキ絵教室 10時 ⊕ 指圧教室 13時半	3/25 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ スマホ教室 13時半
3/28 稲葉サロン 休み 須磨寺サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 健康麻雀教室 13時	3/29 ⊕ 英会話教室 13時	3/30 悠遊サロン 10～15時 (予定)	3/31 花みずき会会食(予定) ⊕ 春物バザー 10時～15時	4/1 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 懐かしの映画会 13時半
4/4 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時	4/5 ワーカー定例会 ⊕ おもしろ歴史講座 13時 ⊕ 英会話教室 13時	4/6 悠遊サロン 10～15時 ⊕ パッチワーク教室 10時 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 健康麻雀教室 13時	4/7 花みずき会会食(予定) ⊕ 活き活き園芸講座 10時 ⊕ 木彫教室 13時半	4/8 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ スマホ教室 13時半
4/11 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時	4/12 ⊕ 英会話教室 13時 ⊕ ノルディックウォーク 教室 15時	4/13 悠遊サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時	4/14 ⊕ ハガキ絵教室 10時 ⊕ きょうようきょういく カフェ 13時半	4/15 ⊕ 麻雀 10時
4/18 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 歌の会 13時半	4/19 ⊕ パステル和アート 教室 10時 ⊕ 英会話教室 13時 ボランティア会議	4/20 悠遊サロン 10～15時 ⊕ パッチワーク教室 10時 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 健康麻雀教室 13時	4/21 花みずき会会食(予定) ⊕ 木彫教室 13時半	4/22 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ スマホ教室 13時半
4/25 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時 ⊕ 健康麻雀教室 13時	4/26 ⊕ 英会話教室 13時	4/27 悠遊サロン 10～15時 ⊕ 麻雀 10時	4/28 ⊕ ハガキ絵教室 10時 ⊕ 指圧教室 13時半	4/29 (祝) 事務所お休み 須磨いるサロンお休み

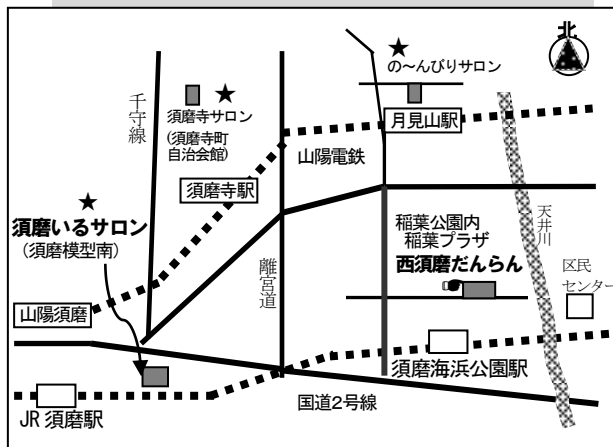
Ⓞの～んびりサロン、Ⓟは須磨いるサロンの行事です。

編集後記

*10月末から行きはじめた初任者研修終盤に息子が学級閉鎖になり、受講も危ぶまれましたが、無事に修了しました！1つ覚えたら1つ忘れる…老いを感じながらも、研修仲間と共に頑張り、介護知識を身に付けられたことに感謝です。(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/](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