

にしすま だんらんニュース 第247号

2018.12.12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（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

真冬のほっとなイベント特集！

寒い季節になりますが、家に閉じこもらないように 元気でおでかけしましょう！

★須磨いるサロン特別講座♪ メイク体験・講座シリーズ

須磨いるサロンに
行ってみよう
キャンペーン♪

※ 初めて須磨いるサロンに来られた方、または初めての方を連れてこられた方は100円引きいたします♪

1回目 メイクアップ体験

メイク、ネイル、ハンドマッサージを体験いただけます♪

日時：1月25日(金)1:30～3:00

参加費：200円(コーヒー、クッキー付)

2回目 メイク講座「簡単若返りメイク ～眉の描き方など～」

日時：2月22日(金)1:30～3:00

講師：みきしほ(メイクセラピー-shin. shin 代表)

参加費：4000円 ⇨ 特別価格 500円

3回目 メイク講座「あなたのパーソナルカラーと似合うメイク」

日時：3月 8日(金)1:30～3:00

講師：あかまつともこ(TC カラーセラピスト)

参加費：4000円 ⇨ 特別価格 500円

場所：須磨いるサロン(地図4面参照)

1回だけの参加もOKです

※化粧品の販売はありません

申込：☎ 731-2430

★いなプラ 1月イベント

日時：1月26日(土)11時～14時

11時から おにぎりにぎろう会

12時から お昼ご飯

13時から こどもいろいろかるた大会

場所：稲葉プラザ1階と3階

食事代：100円

申込：☎ 731-2430

✉ n.danran@gmail.com

※ 1月の夕食会は

15日(火)の1回のみです

★の～んびり文庫 絵本でほっこり

日時：1月16日(水)14時～15時半

場所：の～んびりサロン1階

対象：大人から子どもまでどなたでも

参加費：200円(小学生未満は無料)

絵本とわらべ歌で遊ぼう

持ち物：大好きな本1冊

申込：☎ 090-8127-8227

※ 先着 親子6組まで



2018 年上半期活動報告



「地域助け合い事業」の活動時間は前年度より約 1 割減で、特に庭仕事は 2 年前から段々と減ってきています。しかし、若い世代のワーカーさんやボランティアさんは、少しずつですが増えつつあるのでとても嬉しいです。

10 月には「総合事業（要支援高齢者向けサービス）」の訪問サービス事業に申請し、許可を得ました。年明けから力を入れて取り組んでいきたいです。

昨年度から始めた「みんなの食堂いなプラ」はありがたいことに子供さんの参加が多く、入りきらなくらいで嬉しい悲鳴です。今年は須磨区から助成をいただけることになり、安定して運営できています。

また、子供を対象にした事業も始めたいという声があがっています。まだ企画以前の段階ですが、幅広い世代が交流し、活躍できるような西須磨だんらんを目指したいと思っています。



新コーナー 西須磨のお店などをご紹介 地域 お役立ち 情報 ♪

日常のお買い物、大変じゃないですか？ 実際に商品を見て買いたいけど、持ち帰るのが重い…、そんなあなたに宅配サービスをご紹介♪

「コープこうべ須磨店」では 16 時までにお願ひすれば当日 19 時まで届けてもらえます。16 時以降も翌日配送してもらえます。

配達区域は西須磨地域全域で、配達料は、妊娠・育児中の方、介護保険認定者や障がい者手帳などをお持ちの方、65 歳以上の方、5 千円以上購入された方は常温の商品 1 箱につき 100 円で、購入金額 3 千円～5 千円なら 200 円、3 千円未満は 300 円です。冷蔵、冷凍の商品は箱が別で、それぞれ 100 円かかります。詳しくはサービスコーナーで「さわやか便のチラシをください」とお伝えください。

「有料なのか」と思われた方は、無理して体を痛めて病院に通うより、100 円で重さから解放され、まとめ買いもでき、ついでに別のお店に寄れると思えばお得ではないですか？ 賢く利用してお買い物を楽しんでください♪

外出困難な方は個人宅配「こはい」が便利。妊娠・育て中や高齢者などに利用料の割引制度もあるそうです。ぜひお問い合わせを。(宗政)

の～んびり文庫 本のご紹介 今年、文庫で好評だった本とは



今年、の～んびり文庫で好評だった本（児童書を除く）からいくつかタイトル紹介します。一度、手に取られてはと思う本ばかりです。

*** 今年のお話本**…吉野源三郎『君たちはどう生きるか』今泉忠明監修『どんねんないきもの事典』佐藤愛子『九十歳、何がめでたい』田村耕太郎『頭に来てアホとは戦うな』など。

*** 老いを考える**…渡辺和子『明日この世を去るとしても、今日の花に水をあげなさい』『目に見えないけれど大切なもの』日野原重明『生きかたの選択』梶野俊明『流されて生きなさい』池上彰・瀬戸内寂聴『95 歳まで生きるのは幸せですか』五木寛之『孤独のすすめ』『ただ生きていく、それだけで素晴らしい』NHK 編『60 歳のラブレター』など。

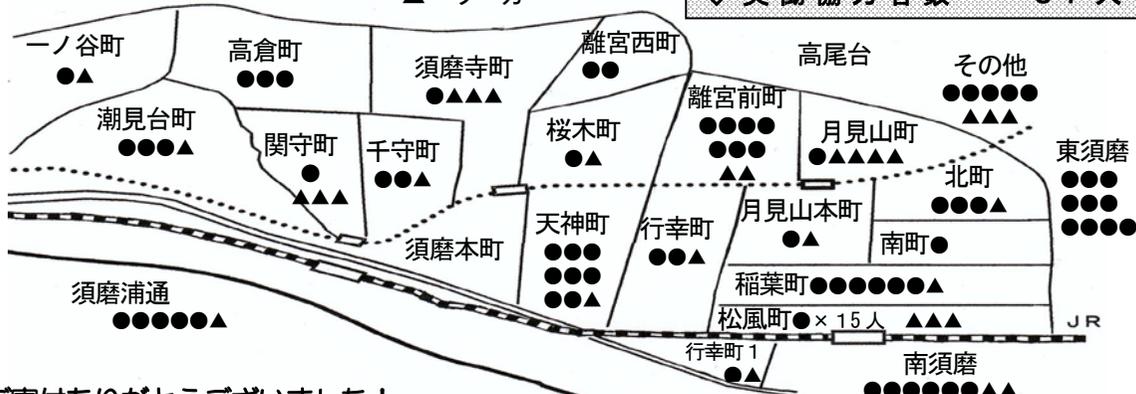
*** 秀逸なエッセイ**…『ベニシアの京都里山暮らし』、他 2 冊あり。姜尚中『母—オモニー』向田邦子『父の詫び状』『思い出トランプ』、他 3 冊あり。さくらももこ、多数あり。

*** わが町関連本**…妹尾河童『少年 H』玉岡かおる『お家さん』『神戸の 150 年写真集』柳田邦男編『阪神・淡路大震災 10 年』後藤正治『奇跡の画家』など。

11月の活動報告

●=利用者
▲=ワーカー

◇ サービス提供時間	449.0 時間
◇ 依頼利用者数	85 人
◇ 実働協力者数	31 人



ご寄付ありがとうございました！

ご寄付

(東町) 松村様
(関守町) 匿名様

～ 物品のご寄贈 ～

(北町) 津田様 (稲葉町) 橋本様 (天神町) 辻様、野田様
(行幸町) 田付様 (須磨浦通) 山本様
(須磨いるサロン) 浜谷様、脇本様、常信様、長尾様、柳田様、富士尾様
その他匿名の皆様

須磨いるサロン

※地図は4面参照

おすすめ須磨いる塾

●須磨おもしろ歴史講座

「ベルトコンベアーとポートピア '81」
日 時：2月5日(火)10時～
参加費：1,000円

●お習字教室

1月から「写経」も始めます。
写経に関心をお持ちの方はぜひどうぞ！
日 時：1月8日(火)10時～
参加費：1,000円

●ノルディックウォーク教室

お正月の運動不足を解消しませんか？
2月、3月は寒さのため、お休みします
日 時：1月8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

「百人一首大会」をします
昔遊んだことはあるけど忘れてしまった、
という人も、百人一首大好きという人も
一緒に遊んでみませんか？
日 時：1月10日(木)13時半～
参加費：500円 (お茶とお菓子付き)

★冬季限定 白玉ぜんざい
始めました♪ 250円



の～んびりサロン

12月～31年1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

※12月28日、1月4日はお休みです

★パソコンに親しもう 金曜日 13時半
12月14日、1月11、18、25日

★マジック教室 1月はお休みです

●の～んびり水曜カフェ

★お菓子づくり教室
12月19日(水)9時半～
アップルケーキを作ります



★音楽を楽しみましょう
1月はお休みします。

●の～んびり文庫カフェ

(の～んびりサロン 2F)
毎週日曜日 13時～16時あけています

★絵本でほっこり
1月16日(水)14時～16時

の～んびりサロン1階
2月から第1水曜日 14時～15時半
本の貸し出しもします

ふ れ あ い 活 動 予 定 12月 1月

月	火	水	木	金
12/10 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミシカカフェ、麻雀 ㊦ 健康麻雀教室 13時	12/11 ㊦ 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 15:15	12/12 悠遊サロン 10～15時 ㊦ 着物リメイク教室、麻雀10時 ㊦ 歌の会 13時半	12/13 ふれあい食事会11時半 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ きょうようきょういくカフェ 13時半	12/14 の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時
12/17 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 ㊦ 健康麻雀教室 13時	12/18 ㊦ パステル和アート教室 10時 ㊦ 英会話教室 13時	12/19 悠遊サロン 10～15時 ㊦ パッチワーク教室、麻雀10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時 ㊦ お菓子づくり9時半	12/20 花みずき会食11時半 ㊦ 韓国語教室 10時	12/21 の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 須磨いるサロン ボランティア会議 14時半
12/24(祝) だんらん事務所お休み 須磨いるサロンお休み 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時	12/25 プラザ懐メロ 13時半 ㊦ のりのりバス集まり 10時 ㊦ 英会話教室 13時	12/26 悠遊サロン 10～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ マリアハーブ教室 お休み	12/27 ふれあい食事会11時半 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ 指圧教室 お休み	12/28 の～んびりサロンお休み 須磨いるサロンお休み
12/31 だんらん事務所お休み 須磨いるサロンお休み	2019. 1/1 だんらん事務所お休み 須磨いるサロンお休み	1/2 だんらん事務所お休み 須磨いるサロンお休み	1/3 だんらん事務所お休み 須磨いるサロンお休み	1/4 だんらん事務所お休み 須磨いるサロンお休み の～んびりサロンお休み
1/7 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミシカカフェ、麻雀 ㊦ 健康麻雀教室 13時	1/8 ワーカー定例会 10時 ㊦ 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 15:15	1/9 悠遊サロン 10～15時 ㊦ パッチワーク教室 ㊦ 麻雀 10時	1/10 ふれあい食事会11時半 ㊦ ハガキ絵教室 10時 きょうようきょういくカフェ 百人一首大会 13時半	1/11 の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 懐かしの映画会

●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。

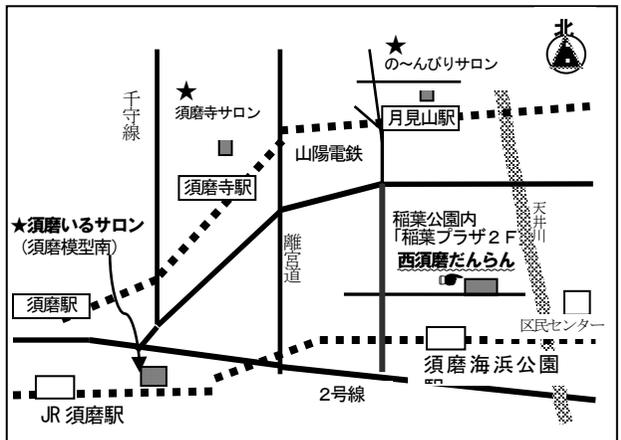
12月17日 (月) だんらん運営会議
 12月19日 (水) キャンディタフト運営会議
 12月20日 (木) ひょうごん福祉ネット例会

13時30分～ だんらん事務所
 16時～ ピースフルライブ
 16時30分～ 東灘地域助け合い

編集後記

*先日、兵庫県立西播磨総合リハビリテーションセンターを見学しました。地産地消で全館栗村の磨材利用の建物。一步入ると木の匂いとぬくもりを感じ、介護用品の進歩にも目を見張りました。不自由になっても大丈夫！(K.M.)

*今月からだんらんニュースの編集に携わることになり、ワクワクした気持ちでいっぱいです。「私には関係ないわ」と今までニュースを見なかった人にも興味をもってもらえるニュースにしていけることを目指したいです。(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/>
 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