

# にしすま だんらんニュース

2019.6.14発行

西須磨 第253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

～一緒に出かけませんか♪～

## 気軽に利用できる生活・外出・余暇援助

### 外出援助 1時間 1400円

#### 通院やお出かけの付き添いをします

最近、1人で出かけることに不安を感じる方、車いすや手押し車の介助・補助をしてほしい方などの通院・外出のお手伝いをしています。1時間から長時間の外出にも対応していますので、まずはお気軽にご相談ください。

#### ＜お出かけ場所の一例＞

病院 美容室 スーパー・デパート  
須磨寺 お大師さん 網敷天満宮  
須磨離宮公園 須磨浦公園 須磨海岸  
お墓参り など

#### 利用者さんの声

5月の終わりに、久しぶりに娘とだんらんのワーカーさんと離宮公園へ連れて行ってもらいました。いろんな種類のバラが美しく咲いており、若い頃によく来ていたことが思い出されます。

その後、須磨浦公園にも連れて行ってもらい、山や海を眺めながら食事をして帰りました。久しぶりに楽しく、嬉しい1日でした。



90代 T・Sさん

### 生活援助 1時間 1400円 1時間 1500円 庭仕事

#### 日常生活や庭仕事のお手伝いをします

最近、お掃除やお食事作りが1人ではしんどくなってきた、お庭の草むしりや水やりをしてほしい、高いところのものを移動させてほしいなど、日常生活のどんな些細なことでもお手伝いします。

#### 依頼例

水まわりの掃除  
部屋の掃除 窓拭き  
食事作り 水やり  
留守番 見守り  
電球交換 など

ごみ出しも  
お請けして  
います。

※ごみ袋2つまで

1回  
200円



外出援助・生活援助とも入会金 2000円と年会費 3000円別途必要となります。

## 須磨いるサロンにて続々新開講！－詳しくは中面で－

その1

### スマホ教室 ーすまほーんー

基本操作から便利機能の使い方まで何でも聞けて、マスターできる講座。



### 木彫教室

彫れば彫るほど、無心になれる！作った作品を自慢しませんか？





## 西須磨のお店などをご紹介 地域 お役立ち 情報 ♪



今回はみなさんご存知全国チェーン店の「本家かまどや」さんをご紹介します。

本家かまどやさんでは、出来立てお弁当の宅配サービスがあり、配達依頼は多いそうです。ご高齢の方の利用も多く、一人暮らしの方は安否確認にもなっているのだとか。

メニューは豊富で、軽めのお弁当からボリュームたっぷりのお弁当まで、丼物やカレー、おかずのみも含めると全部で90種類以上もあります。店長さんのオススメは、月替わりで10種以上のおかずが入った「ザ・幕の内 550円」、あっさりがお好みの人には「菜っぱめし弁当 420円」「親子丼 390円」、これからの季節には冷たい「とろろちくわ天そば 370円」などです。

また、ご飯の大盛り(+50円)・小盛り(-30円)もあるので、小食の人には嬉しいですね。

配達時間は11～14時、18～21時の間で、配達エリアは右のページの地図全域と、南は外浜町、東は板宿町まで、と広範囲で配達してもらえます。

配達料は注文金額が1,500円未満の場合は210円かかりますが、今回特別に、外出困難な方で配達混雑時(11～12時、18～19時)を避けてもらえれば、なんと1個からでも無料で配達してもらえます！お電話で「だんらんニュースを見ました」と言ってくださいね♪ (宗政)

**本家かまどや** 営業時間：10:00～14:00、18:00～21:00

須磨区行幸町 3-7-23 ☎078-731-1203

## デイサービスのメンバー紹介

今回は須磨寺サロンの前岡日出子さんをご紹介します。生まれも育ちも須磨の前岡さんのご実家は須磨寺商店街のしらはま寿司で、若い頃からお店をお手伝いされていたので、地域の活動に参加していなかったそうです。そんな時に婦人会元会長の林さんに強く勧められてあいハートさんが運営されていたサロンに参加することになりました。参加したら、こんな楽しい世界があったのか！と紹介していただいたことに感謝されたそうです。あいハートさんが辞めた後は、皆さんで区役所や市議員さんにサロン続行を嘆願され、そのおかげでだんらんが引き継ぐことができ、今の須磨寺サロンになりました。皆さんの熱意と行動力に感謝いたします！

サロンでは皆さんと和気あいあいおしゃべりしながらお昼を食べたり、歌を歌うのが本当に楽しいと前岡さん。「いけないのは年だけ、年だけお返ししたいわ」とチャーミングな笑顔♪

これからも皆さんと一緒にワイワイ楽しんで参りましょうね♥ (宗政)



## の〜んびり文庫 本のご紹介 額田女王 井上靖 著

平成から令和に元号が変わり、その元号の出典となった『万葉集』。今、巷では静かな万葉集ブームが起こっており、思い当たった作品です。大化の改新後の激動する時代、万葉随一の才媛で、「紫のにはへる妹」とうたわれた額田女王。白村江の戦い、壬神の乱……大きな時代の流れの中で、中大兄皇子(後の天智天皇)、大海人皇子(後の天武天皇)という兄弟皇子から愛された美しき宮廷歌人の生涯を、作者の優れた想像力と繊細で緻密な文章力で描いた詩情溢れる歴史小説です。

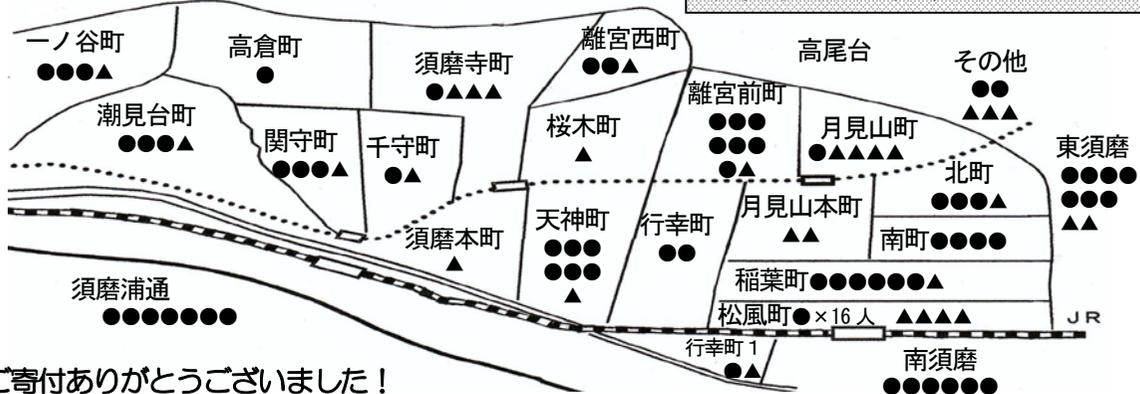
額田女王については謎が多く、宮廷歌人でもあり、神の声を聞き、伝える巫女的な立場にあったという説もあります。額田女王と二人の兄弟皇子の恋の三角関係も、万葉集に記された和歌からその背景を読みとったという方が正確と言えるかも知れません。

万葉人はその時々をの思いを和歌に託して、表現していたと云われています。作者の井上靖も和歌を手掛かりに、登場人物の心情を描いています。千年以上経った今でも『万葉集』が私達の心に響くのは、古代から脈々と受け継がれている大和人の血が私達の中にも流れているからだだと思います。(A.U)

# 5月の活動報告

●=利用者  
▲=ワーカー

◇ サービス提供時間	428.0 時間
◇ 依頼利用者数	80人
◇ 実働協力者数	32人



ご寄付ありがとうございました!

ご寄付  
(稲葉町)  
佐藤様  
(南町)  
徳丸様

### ～ 物品のご寄贈 ～

(北町) 藤原様 (南町) 今嶋様、飯田様、徳丸様 (若木町) 渡辺様 (東町) 雑賀様  
(離宮前町) 上野様、花澤様 (千守町) 松岡様、松本様 (天神町) 島田様、岡野様、  
野並様 (行幸町) 田付様、田辺様、太田様 (衣掛町) 中村様 (戸政町) 藤原様  
(須磨いるサロン) 水元様、有村様、山名様、小林様、辰巳様、生島様、竹田様、  
熊野様、飯干様、西海様、河本様、鈴木様、橘様、加治様、天野様、田淵様、大田様、  
村上様、松浦様、村井様、吉村様、浜脇様  
その他匿名の皆様

## 須磨いるサロン

※地図は4面参照

### スマホ教室—すまほ—ん—

講師は現役大学生

受講者3名につき講師1名が付きま

毎月第2、第4金曜日 13:30～

1回 1000円

※スマートフォン、パスワードとアカウントのメモをご持参ください。

「スマホを使いこなせるようになれば、こんなに楽しいことがあるのか!」と実感していただけの講座を目指します! 丁寧にお教えますので、何でもご質問ください。

講師一同

### 木彫教室 (定員6名まで)

毎月第3木曜日 13:30～

1回 1000円

※彫刻刀・木材は用意しておりますので、事前に準備していただくものではありません。

無心になって木を彫ることは、ストレス解消にもなります。木彫を通して、機械化された今日の生活に、少しでも潤いをもたらすことができたらと思っています。

講師 住本勝美

## の～んびりサロン

### 2019年6月～7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」。月見山駅より北東徒歩2分。  
※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  
6月14、21、28日、7月5、12、19日  
★マジック教室 7月5日(金) 13時半～

●の～んびり水曜カフェ  
★お菓子づくり教室  
6月のお菓子作りは、先生のご都合で急遽お休みになりました  
★音楽を楽しみましょう  
7月10日(水)13時半

●の～んびり文庫カフェ (の～んびり2F)  
第2、第4日曜日午後1～4時、  
第1、第4水曜日の午後2時～4時もあけています。  
介護に関する本も揃えていますので、是非ご来館ください。  
☎090-8127-8227

# ふ れ あ い 活 動 予 定 6月 7月

月	火	水	木	金
<b>6/17</b> 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミンカフェ 10時、13時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 歌の会 13時半	<b>6/18</b> ㊦ パステル和アート 10時 ㊦ 英会話教室 13時	<b>6/19</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ バッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>6/20</b> 花みずき会会食 11時	<b>6/21</b> の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ ボランティア会議 14時 ㊦ パソコン教室
<b>6/24</b> 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	<b>6/25</b> プラザ童謡 13時～ ㊦ のりあいバス集まり 10時 ㊦ 英会話教室 13時	<b>6/26</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ 甚平・浴衣作り 10時 ㊦ 麻雀 10時	<b>6/27</b> ふれあい食事会 11時 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ 指圧教室 13時半	<b>6/28</b> の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ スマホ教室 13時半 ㊦ パソコン教室
<b>7/1</b> 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミンカフェ 10時、13時 ㊦ 麻雀 10時	<b>7/2</b> ワーカー定例会 ㊦ 須磨おもしろ歴史講座 10時 ㊦ 英会話教室 13時	<b>7/3</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ バッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>7/4</b> 花みずき会会食 11時 ㊦ ポーセリンペインティング教室 13時半	<b>7/5</b> の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 懐かしの映画 13時半 ㊦ パソコン教室
<b>7/8</b> 稲葉サロン 10～15時 須磨寺サロン 10～15時 ㊦ ミンカフェ 10時、13時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	<b>7/9</b> ㊦ お習字教室 10時 ㊦ 英会話教室 13時 ㊦ ルディックウォーク 7月、8月、9月はお休みします。	<b>7/10</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 音楽を楽しむ	<b>7/11</b> ふれあい食事会 11時 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ きょうようきょういুকフェ 13時半	<b>7/12</b> の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ スマホ教室 13時半 ㊦ パソコン教室
<b>7/15</b> 稲葉サロン <b>お休み</b> 須磨寺サロン 10～15時 須磨いるサロン <b>お休み</b>	<b>7/16</b> ㊦ パステル和アート 教室 10時 ㊦ 英会話教室 13時	<b>7/17</b> 悠遊サロン 10～15時 ㊦ バッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時 ㊦ お菓子作り教室 9時半	<b>7/18</b> 花みずき会会食 11時 ㊦ 韓国語教室 10時半 ㊦ 木彫教室 13時半	<b>7/19</b> の～んびりサロン 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ ボランティア会議 14時 ㊦ パソコン教室

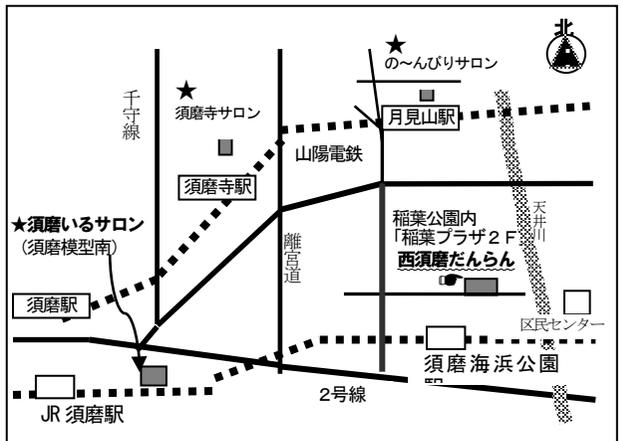
●㊦の～んびりサロン、㊦は須磨いるサロンの行事です。

6月16日 (日) ひょうごん福祉ネット総会  
 6月24日 (月) だんらん運営会議

15時00分～ 東灘地域助け合い  
 13時30分～ だんらん事務所

## 編集後記

\*令和に移り1ヶ月余、何か変わりましたか？世間は何やら変わっていきそう…！私は昭和、平成の整理をしながら、今まで心の引出にしまっていたものを少しずつ実践して、一日々々を大切に丁寧に歩もうと思う元年です。(K.M.)  
 \*ソファの上に積み上げられ本の数々。表紙を見る度に今日はこれを、と思うけれど続かない。「遠征読書」という言葉を新聞で見た。本を読むために旅に出る、そのついでに旅を楽しむ。そんな素敵な時間が欲しい。(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/