

にしすま 西須磨だんらんニュース

2023.9.1 発行

第288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



＼ 今年も開催！ / おしゃわバザール



冬物衣料・服飾雑貨中心に取り揃えています。

お散歩がてら、お友達と一緒になど、お気軽にお越しくださいね♪
掘り出しものが見つかるかも！？

日時
場所

11/27(月) 10時～15時

稲葉公園内 稲葉プラザ3階にて ※場所は3面地図参照

冬物衣料・服飾雑貨
など

ご寄付ください！

まずはお電話ください

衣類・鞆・手芸用品などの新品はもちろん、シミなどがなく、状態の良いものであれば、ぜひご寄付ください。
お電話いただけましたらご自宅まで伺うこともできます。



☎731-2430

月～金 ※土日祝除く
10時～17時

須磨浦商店街主催

初!

「こども秋祭り」

ブース出店者募集！

ゲームやフリーマーケット、屋台など子ども向けのお店を出店しませんか？ 10ブースまで出店料無料！ぜひ、ご参加ください！

10/15(日) 11時～14時 ○受付/10時～
※雨天中止

お申込み

sumaura00@gmail.com

氏名・連絡先・出店内容をお知らせください。



神戸市民講師による 須磨区民お役立ち講座

～知っておくべき知識と知恵～

相続対策セミナー

日時/10月11日(水) いずれも
10月15日(日) 14:00～15:30

会場/須磨寺サロン(須磨寺町自治会館)

講師/松原 賢二(CFPファイナンシャルプランナー)

参加費/500円

●お問合せ・お申し込みは

繋ぐ相続サロン®神戸の風

TEL: 078-585-7525/ 携帯: 090-5010-9958

Email: fp.kobe.no.kaze@gmail.com



地域的话题をご紹介♪ 西須磨 みみよりトピックス

みんなで乗って支えよう！「はまちどり」 10/1～本格運行(予定)

西須磨地域でおしゃれなデザインのミニバスが走るのを見かけたことはありませんか？ そうです！ その名は「はまちどり」。須磨駅前を基点に一ノ谷ルートと月見山ルートを走る 6 人乗りのコミュニティバスで、昨年末に本紙でも紹介しました。

今年 1 月から試験運行を開始以降、月々の乗降データも右肩上がり、積み残し客の課題も出ていますが、坂道の多いこの地域で今では住民の足として欠かせない存在になっています。

通院や買い物、親戚や知人に会う為の利用から、自宅近くで乗れる通勤者が電車駅を変更して利用したり、子供達が塾通いに使うなど、ケースは様々。回数券利用率の高さからみて愛用者の多いこともうかがえます(大人1回 200 円→回数券 11 枚綴り 2,000 円、バス内で購入可能)。

ポケットサイズの時刻表は JR 須磨駅や地域のお店、医院・調剤薬局でも入手できます。スマホで「はまちどり運行状況」を検索すれば、今どこを走っているのかもわかります(右下 QR コードから)。

地域の人達が中心になって取り組むこと苦節十数年、自分たちでデザインを起こして実現した「はまちどり」は今、地域の西須磨コミュニティミニバス実行委員会・神戸市・スターハイヤー(株)の三者で運営しています。いよいよ 10 月 1 日から本格運行の予定です。「はまちどり」を西須磨の住民の足として定着発展させていく為には、多くの皆さんに“乗って支えていただく”ことが必要です。どんどん利用しようではありませんか。(ライター／小出敏博)



デイサービスのメンバー紹介

今回は今年の 2 月から新しく悠遊サロンのメンバーになられた岩井和夫さんをご紹介します。明石生まれの岩井さんは、就職後は東京、大阪、広島、福岡といろんなところに転勤されましたが「いつか地元に戻ろう」と思っていたそうです。そして 13 年前に須磨に引越して来られました。

須磨は初めての街で、何かしたいな、仲間づくりをしたいなと思い、だんらんニュースをご覧になって、須磨のサロンのおもしろ歴史講座に通われました。また、シルバーカレッジに通われ、建学の精神「再び学んで他の為に」の理念を实践するための団体「グループ“わ”」に入り、学童支援や救急救命士のボランティアなど、いろんなところで今も活躍されています。

今年だんらんが参加した「NPO フェア」をきっかけに悠遊サロンにも参加していただき、いつも明るい笑顔を見せてくださいます。若い頃からアウトドア派で、現役でテニスやゴルフを楽しんでおられるとのこと。エネルギーがすごいですね♪ 今後ともよろしくお願ひ致します♥(宗政)



私のおすすめグルメ商品 「コンビニ淹れたてコーヒー」

久しぶりのこのコーナー、今回は宗政のオススメ「コンビニのコーヒー」をご紹介します。

紹介するまでもないくらい有名ですが、私は飲んだことがなくて、今年初めて飲んで「え？！これ、喫茶店の味？ この味がこの値段で！？」とビックリしました。コーヒーは詳しくありませんが、淹れたてだけあってペットボトルや缶などのコーヒーとは次元が違うと感じました。

それからローソン、ファミリーマート、セブンイレブン、ヤマザキデイリーストア、と近くのコンビニを飲み比べしてみました。…それぞれ、酸味や苦みが強い、マイルド、など味の個性はあるものの、どれも美味し～い♪ コスパ高い！

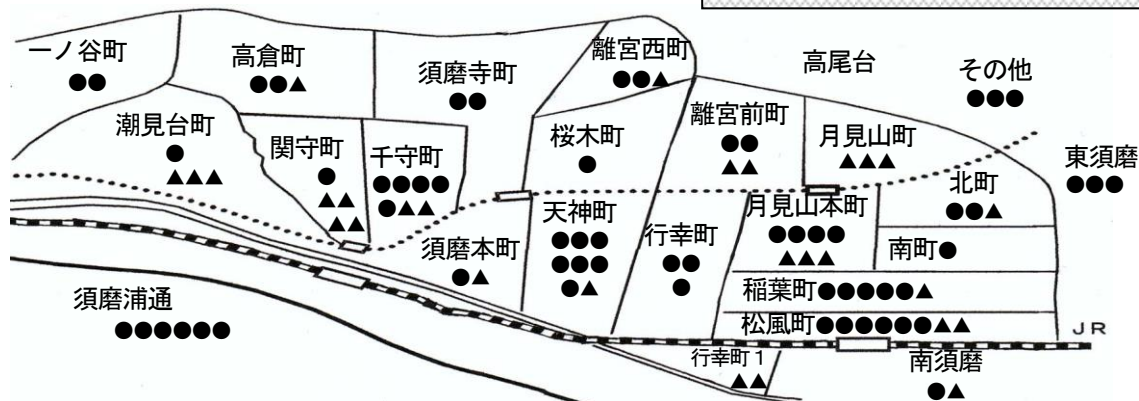
調べたら「ドリップタイプ」「エスプレッソタイプ」と淹れ方にも違いがあるそうで、企業努力を感じます。買い方は、レジで定員さんに注文してカップをもらい(サイズは大小あり、アイスコーヒーは冷凍庫に入っていることも)、レジ横のマシーンで注文した商品のボタンを押して、後は淹れ終わるのを待つだけ。店員さんに聞いたらず教えてくれます。まだ飲んだことがない人はぜひお試しあれ♪(宗政)



7月の活動報告

●=利用者
▲=ワーカー

サービス提供時間 404.0 時間
依頼利用者数 60 人
実働協力者数 28 人



ご寄付・ご寄贈ありがとうございました！

ご寄付
(中島町)匿名様
(若宮町)匿名様

～ 物品のご寄贈 ～
(桜木町) 佐野様 (千守町) 中根様 (稲葉町) 宮内様
(須磨いるサロン) 天野様、笹尾様、土居様、岩井様、津田様、志賀様、
秋田様、浜谷様、大森様
その他匿名の皆様

須磨いるサロン ☎ 732-0456
※地図は右下参照

4名
募集

皆で楽しくお話ししましょう♪

認知症予防講座

ピンピン・キラキラで人生を楽しもう

利用料金：5回シリーズ 2,500 円

日 時：毎月第3木曜 10時～11時

認知症予防を目的として、「食・動・楽・知・休」についてのカレンダーをつけてもらい、みんなで報告し合います。規則正しい生活習慣を目指して、日々の

生活に役立つ情報を共有し、収集しています。興味のある方はお気軽にご参加ください♪

☎ 732-0456
(平日 10～16 時)



参加者さんの声

実母・姑ともに認知症だったことや、ご近所の方も認知症でお困りなので、知識や情報を得たくて受講しました。

自分の予防にもつながればいいなと思います。

H.K.さん(70代女性)

編集後記

*水分を大量に飲んでも熱中症になるってご存知ですか？ 水分摂取で治るのは熱中症の一部である「脱水症」のみだそうです。こまめな水分摂取と同時に、適切に体を冷やすことが熱中症対策で重要なのだとか。お気をつけください！(M.M.)

■ 福祉ネットワーク西須磨だんらん ■

TEL 731-2430 FAX 736-5321

神戸市須磨区南町1丁目34 稲葉プラザ2階

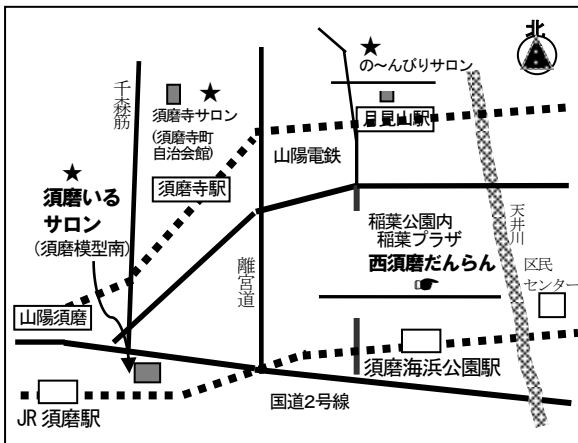
メールアドレス n.danran@gmail.com

ホームページ http://danran.wp.xdomain.jp/

生活支援をご利用されるには…

(会 費) 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



活動予定表 9月～10月

㊦は須磨いるサロンの行事です

月	火	水	木	金
9/4 稲葉サロン 10時～15時 須磨寺サロン 10時～15時 ㊦ ミシカフェ/麻雀 10時 ㊦ パステル和アート 13時	9/5 ワーカー定例会 10時 ㊦ 須磨おもしろ 歴史講座 10時 ㊦ 英会話教室 13時	9/6 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ パッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	9/7 ㊦ 活き活き園芸講座 10時 ㊦ 木彫教室 13時半	9/8 ㊦ 麻雀 10時
9/11 稲葉サロン 10時～15時 須磨寺サロン 10時～15時 ㊦ ミシカフェ/麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	9/12 ㊦ ボランティア会議 10時半～ ㊦ 英会話教室 13時 ㊦ ハルディックウォーク 15時	9/13 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時 (初心者)	9/14 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ きょうようきょういく カフェ 13時半	9/15 ㊦ 麻雀 10時
9/18 (祝) 事務所お休み 稲葉サロンお休み 須磨寺サロン 10時～15時 須磨いるサロンお休み	9/19 須磨いるサロン午前お休み ㊦ 英会話教室 13時	9/20 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ パッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	9/21 ㊦ 認知症予防講座 10時 須磨いるサロン午後お休み	9/22 ㊦ 麻雀 10時
9/25 稲葉サロン 10時～15時 須磨寺サロン 10時～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	9/26 須磨いるサロン午前お休み ㊦ 英会話教室 13時	9/27 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時 (初心者)	9/28 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ 指圧教室 13時半	9/29 ㊦ 麻雀 10時
10/2 稲葉サロン 10時～15時 須磨寺サロン 10時～15時 ㊦ ミシカフェ/麻雀 10時 ㊦ パステル和アート 13時	10/3 ワーカー定例会 10時 ㊦ 須磨おもしろ 歴史講座 10時 ㊦ 英会話教室 13時	10/4 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ パッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	10/5 ㊦ 活き活き園芸講座 10時 ㊦ 木彫教室 13時半	10/6 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 懐かしの映画会 13時半
10/9 (祝) 稲葉サロン お休み 須磨寺サロン 10時～15時 事務所お休み 須磨いるサロンお休み	10/10 ㊦ ボランティア会議 10時半～ ㊦ 英会話教室 13時 ㊦ ハルディックウォーク 15時	10/11 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時 (初心者)	10/12 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ きょうようきょういく カフェ 13時半	10/13 ㊦ 麻雀 10時
10/16 稲葉サロン 10時～15時 須磨寺サロン 10時～15時 ㊦ ミシカフェ/麻雀 10時 ㊦ 歌の会 13時半	10/17 須磨いるサロン午前お休み ㊦ 英会話教室 13時	10/18 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ パッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	10/19 須磨いるサロンお休み	10/20 ㊦ 麻雀 10時
10/23 稲葉サロン 10時～15時 須磨寺サロン 10時～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	10/24 須磨いるサロン午前お休み ㊦ 英会話教室 13時	10/25 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時 (初心者)	10/26 ㊦ ハガキ絵教室 10時 ㊦ 指圧教室 13時半	10/27 ㊦ 麻雀 10時
10/30 稲葉サロン 10時～15時 須磨寺サロン 10時～15時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	10/31 須磨いるサロン午前お休み ㊦ 英会話教室 13時	11/1 悠遊サロン 10時～15時 ㊦ パッチワーク教室 10時 ㊦ 麻雀 10時 ㊦ 健康麻雀教室 13時	11/2 ㊦ 活き活き園芸講座 10時 ㊦ 木彫教室 13時半	11/3 (祝) 事務所お休み 須磨いるサロンお休み