

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
ナルク (NALC) 宝塚・川西・伊丹・猪名川

## 《 ささえあい 》 1月号

事務所 〒666-0015 川西市小花2丁目25-1 TEL・FAX 072-759-3269

メール [nalc.sasaeai@gmail.com](mailto:nalc.sasaeai@gmail.com) HP : [ナルク宝塚・川西] 検索 →

会員数 12月30日現在 143世帯・会員 202名・賛助会員 13名



### 新年のご挨拶

代表 厚東信之

明けましておめでとうございます。

お健やかに新年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

一昨年に続き、昨年も新型コロナ感染者の動向に一喜一憂して過ごしましたが、最近の国（厚労省）の対応は感染者が増加しても緊急事態宣言発令等することなく、相当柔軟に対処してきているように感じます。

ナルク活動においても、マスクをして密を避けながらではありますが、宝塚ちどりさんの喫茶サービスを除いて、各種同好会活動や家事援助・外出支援・仕事援助等もほぼ平常に戻りつつあります。

この1月15日には、3年ぶりに会員の皆様が顔を合わせての新春懇親会も行いました。今年の干支は癸卯（みずのとう）です。甲乙丙から始まる10干の第10番目、物事の終わりと始まりを意味することから、「これまでの努力が花開き実り始めること」のようです。

ナルクの活動は、高齢者同士の助け合いであり、高齢者が自立し生きがいを持って日常を過ごせるよう支援する大変意義のある活動であり、会員の高齢化は当然のこととして、本年も出来る事を出来る範囲で行うつもりです。

新しい活動会員が一人でも二人でも増えてくれることを期待しております。会員の皆様の周りには、色々な活動をされている方が多くいらっしゃると思いますので、ナルクへの声かけ・或いは「こういう方がおられる」という情報を寄せて頂ければ、拠点幹部が接触し勧誘を行います。

本年も変わらぬご支援・ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



### 【賛助会員の皆様の新一年ご挨拶】

(順不同：敬称略)

明けましておめでとうございます  
本年もよろしくお願ひ申し上げます

宗教法人 満願寺

若田 等慧

社会福祉法人 晋栄福祉会・宝塚ちどり

濱田 和則

株式会社MRD (悠友倶楽部・うぐいすの森)

来田 慎輔

衆議院議員

市村 浩一郎

川西市長

越田 謙治郎

兵庫県議会議員

北上 哲仁

猪名川町議会議員

丸山 純

川西市議会議員

西山 博大

川西市議会議員

福西 勝

前川西市議会議員

谷 正充

宝塚市議会議員

大島 淡紅子

宝塚市議会議員

岩佐 将志

米田建築株式会社

米田 憲一

## 【らくごクラブのご案内】

## 「お鍋を楽しむ冬！」

米田典夫(川西)

日 時：2 月 18 日(土) 11:30~13:30

場 所：ナルクの事務所

内 容：猪名川クリーン作戦終了後に事務所にてボタン鍋と二品を囲んで笑談会  
クリーン作戦への参加とらくごクラブへの参加は別々で自由です

参加費：1500 円

問い合わせ・参加申し込み:2 月 10 日までに米田：090-1896-8208 まで

## 【川柳を一句】

「三億円年末ジャンボどこへ行った」 失券野郎

## 【ググってみました(4)】

井上堅也(宝塚)

少し前に大阪の病院でコンピュータウイルスの被害があったとの話を思い出し、ググってみました。  
キーワード「大阪 病院 ウイルス」で検索、結果「大阪急性期・総合医療センターのコンピューターシステムが、2022 年 10 月 31 日、ランサムウェアの被害を受けたことがわかりました。

ランサムウェアとは何ぞやとこれをまた検索

## ランサムウェアとは

身代金を意味する「Ransom」と「Software」を組み合わせた造語で、マルウェア(悪意のあるコンピューターソフトウェア)の一種で、その様相は暗号化などによってファイルを利用不可能な状態にした上で、そのファイルを元に戻すことと引き換えに金銭(身代金)を要求するマルウェアのこと。

今回の病院のコンピュータシステムのウイルス感染は、病院のシステムにオンラインで接続されている給食業者のシステムを経由して侵入されたらしいです。ネットワークも便利ですが、広がれば広がるほど危険にさらされる機会が多くなるようで、怖いですね。(つづく)

## 【12 月の入会者】

事務局

※ ありませんでした。

## 【今後の行事予定】

事務局

2023 年 2 月 18 日(土)	猪名川クリーン作戦	9:30~11:00	事務所集合 9:10
	猪名川クリーン作戦終了後らくごクラブ	11:30~13:30	事務所
2 月 21 日(火)	兵庫地区連絡協議会	13:30~15:30	尼崎女性センター・トレビエ

## 【時間預託活動と点数】

事務局

	仕事 援助	家事 援助	受託 事業	送迎	事務所 当番等	コーディ ネート	講師	活動 合計	活動 会員数
12 月	3	18	22	0	39	1	4	87	15
4~12 月累計	348	128	226	16	448	11	28	1205	140

## 【12 月度の運営委員会】

## 「ZOOM 併用会議」

事務局

(11 月の活動報告)

・仕事援助(庭仕事:大野)

:利用者:10 名

:提供者:厚東・鶴崎・中尾・柴川・米田・伊藤の皆さん

- ・家事援助 : 利用者: なし
- ・介助・送迎 (大野・渡辺) : 利用者: 3 名  
: 提供者: 小倉・渡辺・田川の皆さん
- ・受託事業: 宝塚ちどり (平塚) : 喫茶サービスは 2020 年 3 月以降コロナ禍で休み  
うぐいすの森 (厚東): 小幡・北川・厚東・厚東 (恵)・柳田・狩野・田川・米田の  
皆さん…お疲れ様でした

## 〈議題〉

- 1) 今年の総括と来年度について (厚東)
- 2) 新春懇親会について (厚東・米田・中田) ……1 月 15 日 (日) キセラ 2 階大会議室  
12:00 開演ですが。運営委員は 10:30 分集合の上、配席・舞台作り  
弁当とお茶の用意、アルコールはなし、現在の出欠状況
- 2) 秋の庭仕事終了と寒肥作業について (大野・米田・厚東)  
……留守宅で残ったところ: 2 軒
- 4) 兵庫地区連絡協議会の件 (厚東) ……2 月 21 日 (火) 尼崎市女性センター・テレビエにて  
米田副代表も出席、他には?
- 5) 猪名川クリーン作戦とらくごクラブについて (中田・米田) ……2 月 18 日 (火) 9:10 分  
事務所集合。午後は事務所にてらくごクラブ冬の行事
- 6) 会報手配りの件 (厚東) ……川西の久代、東久代地区の寒川さんが車の運転が出来なくなったの  
で代替者を探す必要あり

## 【拠点エリア内の名所史跡のご案内】

## 「宝塚」

平塚久恵 (宝塚)

## 「西谷のダリヤ園」をご存じですか！

宝塚市では、令和 2 年に佐曾利園芸組合をはじめとした地域住民が中心になり、「ダリアを市花にしよう」と言う機運が高まり、ダリア生産者らが、市議会に「ダリアを市花にすることを求める請願」を提出。



すでに宝塚市には「すみれ」が市花として選定されているのは有名ですが、市内でのダリア栽培の歴史に加え、ダリア自体の華やかさや、「華麗」「優美」という花言葉もまた、宝塚市のイメージに相応しいものとして市議会本会議において全会一致で採択されました。その後、市は令和 3 年 (2021 年) にダリアを新たに市花として追加されました。ダリア園に関する歴史や詳細は次月にします。

## 【おでんを楽しむ】

米田典夫 (川西)

寒風吹きすさぶ冬にこそ温かい「おでん」が恋しくなりません。屋台で立ち呑みもいいですが、やっぱりおでん屋で店主のうんちくなどを聞きながら燗酒の一杯はやめられないです。



おでん屋での特等席はおでん鍋の斜め手前に限ります。できればどのネタがおいしそうなのか見極めるためにもおでん鍋の前が一番いいのですが、真正面は客も鍋に視線を集中させているから、なにか見られているようで落ちつきません。

出されたおでんはすみやかに口に運ぶべきで、フウフウしながら食べるのがおいしさのうちです。会話に夢中でおでんの存在を忘れるなどとはもってのほかです。注文時に欲張って 5 品、6 品と頼むのは「野暮というやつ」頼み過ぎるとそれぞれのネタの美味しさがわからなくなってしまいます。

とりあえず一杯といえばビールですが、おでんには燗酒がよく似合う、しかもおでん鍋と同じ鍋で暖められた燗酒はならばなおい。今時そんなおでんや屋はないか……。

旨いおでんとおいしい酒があればいつも以上に盃が進んでしまいますが、老人がカウンターで一人呑みをするなら「おでん 5 品に銚子 2 本」ぐらいが長過ぎず、早過ぎず、おでんの旨さも忘れずに、ほろ酔い気分でおでん屋に帰るだろう。嫁はんからのボヤキを聞かなくてすむし……。

## 【会員の広場】

## 「蛇を見るのが好き」

山下清子(川西)

私はテレビで蛇を見るのが楽しみです。今は外国の珍しい蛇まで見えてなおのこと。

私の父は「蛇をいろべ(いじめ)たらいかんぞ」と言い、蛇を見つけたら押んでいた。けれど男の子にとってはオモチャのようであった。私は蛇は嫌いだし触ることもしたことがない。

日本の蛇で毒を持っているのはハブか蝮しか知らない。私の田舎には蝮が時々いて父や兄は捕まえて焼酎漬にして薬にする。ある日近所の青年が肋膜炎を患って蝮酒を買いにきたので三合瓶に二本あげたら治ったという。

そしてテレビで蛇を見る。蛇の体が汚れているのは見たことがない。怖いが美しい、けれど出会いたくない。外国の暑い国の椰子畑で土地の若者が蛇に呑まれたのを見た。ミャンマーでは黒大蛇が猿の住んでいる岩山に登って行くのを見た迫力満点だった。これも人を呑むそうだ。

またヒマラヤの手前の高い山にいる蛇は1m弱の太い蛇で、体は白地に黒い太目の斜めチェックの模様がいった上品そうなものだった。この蛇は親と同じ形で一匹ずつ生まれてくるといふ。産まれる時を丁度見たのだが、一匹の親が一年に十匹産むといふ。毒はあると思っただけその説明はなかった。

日本の蝮も卵ではなく口から子を産むと聞いた事がある。

兄がいうには「ハメ(蝮) 落の根に噛みついて歯を抜いて子供を守り口から産むんぞ」と落取りに行こうとしていた私に注意をくれた。蛇の話はまだあるが……。怖いもの見たさは尽きないのだ。

## 文芸コーナー

## 【仁義同根】

吉田松陰一日一語



## 『訳』

仁と義は同じ根から生じたものであり、対象によつては名前が違っているだけである。つまり、父子の間では仁じんといい、君臣の間では義ぎといふ。それらの実際は、一つの真心から出たものである。

## 【言葉の由来】

『金輪際(こんりんざい)』

「絶対に」「断じて」とか、「どこまでも」と言ったニュアンスで使われます。もともとは、仏教から起きた言葉で、「究極のところ」とか「底の底」という意味でした。仏教の世界観によると、この世界は「三輪」に支えられています。下から風輪・水輪・金輪の三輪で、つまり、金輪の上に大地が位置しているのです。この大地と金輪の接するところが「金輪際」というわけです。ここは、人間世界から、いえば、もっとも深い底にあたることになります。人間の住む地のぎりぎりの果てといつてもよいでしょう。

## 【俳句】

『カピパラは柚子湯戦禍の子ら今は』

杉木妙子

## 【短歌】

『元旦の日差しやさしく注がれて白鷺の舞うゆるやかに舞う』

松野綾子

## 【川柳】

『朝乃山幕内復帰兆し見え』

お題「幕」

平塚らいつ

## 『編集後記』

今年卯年。「卯」という字は左右に開かれた門の形から出来たと云われており、閉じていた門が開き「とび出る」という意味があるとされているそうです。このような意味から、卯年は「飛躍する」年と云われたりします。今年一年が「兎の上り坂」となるよう期待しようと思っています。

\* 「兎の上り坂：うさぎは前足が短く後ろ足が長く、坂を上るのが得意とされることから、良い条件に恵まれて物事が順調に進むことのたとえ」

(井上記)