

皆さまのご支援をお願いします

私たち「神戸西助け合いネットワーク」は、震災復興の支援を目的に設立された団体です。詳しい活動の内容は、1頁に紹介しているとおりですが、その運営資金は、自らの活動（「給食サービス」や「リサイクル活動」、「木工製品」「竹炭製品」の製造、「デイサービス」「ふれあい喫茶」など）を通じて得られる「手数料」や「補助金」などでまかなっております。

設立当初は、全国から寄せられる「見舞金」や「カンパ」などもある程度見込まれたのですが、最近では、財政的に大変厳しい状況になっております。

正会員として支援して下さる方、ボランティアとして参加して下さる方など、多くのみなさんのご支援で運営しておりますが、会の目的に賛同し、側面的に協力して下さる「賛助会員」を広く募集しております。

- ・個人 年会費として 1口 5,000円 (1口以上)
- ・法人 年会費として 1口 50,000円 (1口以上)
(寄付金もよろしくお願い致します。)

【郵便局寄付金送金用口座】

【名 義】 神戸・西助け合いネットワーク
 【口座番号】 00960-7-108420

■ 当法人の事務所は、「名谷事務所」「南部事務所」の二カ所に設けております。

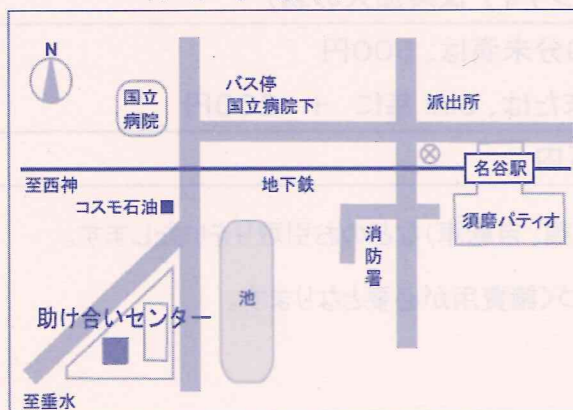
【名谷事務所】

住所 〒654-0155 神戸市須磨区西落合2丁目1-6
 電話 078-795-3786

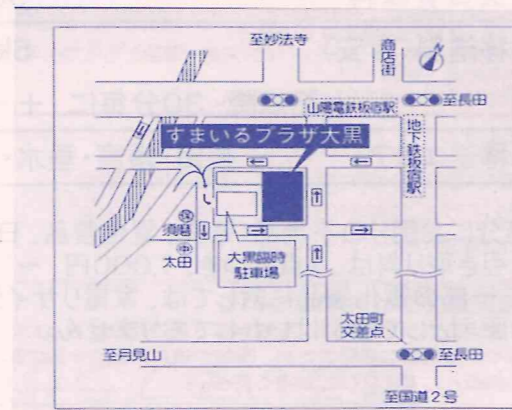
【南部事務所】

住所 〒654-0036 神戸市須磨区大黒町4丁目1-1
 (すまいるプラザ大黒 内)
 電話 078-737-0596

名谷事務所



南部事務所



NPO 法人:神戸西助け合いネットワーク

私たちの活動ニュース

平成 15 年 12 月 1 日
 電話 078-795-3786
 FAX 078-795-4498

発行： 〒 654-0155 神戸市須磨区西落合2丁目1-6 / NPO 法人 神戸西助け合いネットワーク

私たちは あなたの街の便利屋さん

● 私たちは「(生活)何でも 110 番」…みなさんのお手伝いをいたします。

私ども「神戸西助け合いネットワーク」は、阪神淡路大震災被災の被災者支援と一刻も早い町の復興を目指して、平成7年7月21日に設立され、被災者の自立支援活動を行ってきました。その後、平成15年1月15日に特定非営利活動法人(NPO 法人)の認証を受け、復興住宅に移られた被災者の人たちに加えて、一人暮らしのお年寄りや障害をお持ちの方などの支援活動を行っております。これからも地域の人々のお役に立つ団体として活動を続けていきたいと考えています。

(私たちの「しごと」の詳しいことは 7ページをご覧ください。)

■40名のボランティアがお世話をしています。

「外出不自由な方への『お弁当の配達』、『車での病院の送迎』、『電球の交換』、『庭の雑草刈』、『不用品の引き取り』、『ちょっとした大工仕事』、『ふすまの張替え』、『部屋の模様替え』・・・のお手伝いを多くのボランティアの人たちが親切におこなっています。」
 このほかにも、65歳以上の方を対象にした「生きがい対応型・デイサービス」(神戸市委託)や、復興住宅を中心とした「ふれあい喫茶」(兵庫県の元気アップ事業)なども、毎週おこなっています。



代表(理事長)の在里です
何でもお気軽にご相談下さい。

☆☆☆☆☆
 地域との関わりを深めることが出来る、楽しい活動に、あなたも、
 参加しませんか？ 興味のある方は一度お電話ください。

「すまいるプラザ大黒」が 7周年を迎えて

(主催：須磨区区民まちづくり会議、須磨区役所)

—— 施設の管理を委託され、地域の発展に貢献 ——

須磨区（まちづくり推進課）が運営する、旧大黒小学校跡地（建物）を活用した「すまいるプラザ大黒」（私たち NPO 法人が施設管理を委託されている）が、昨年オープンして、この 11 月に 1 周年をむかえました。これを記念した行事が、11 月 1 日（土）「すまいるプラザ大黒」にて盛大に開催されました。

当日は、セレモニーの後、グラウンドでは「模擬店コーナー」、「フリーマーケットコーナー」、



☞ 左の写真は、もちつきを体験しています。

「手作り提灯コーナー」などが設けられ、賑わっていました。

また地域交流室では、「いどばたコーナー」、

「喫茶コーナー」、「作品販売コーナー」、「木工教室」、「手芸教室」など多彩な出

店があり、多くの人たちが参加し、

楽しんでおられました。

ようよう釣の子ども ☞

この「すまいるプラザ大黒」は地域交流の場として、昨年オープンしたもので、設立当初よりこの施設管理を、当 NPO 法人（神戸西助け合いネットワーク）が任され、1 周年をむかえたものです。

これから、更に、地域交流の場として活用されるよう協力していきたいとおもいます。



皆様の暮らしまわりのお手伝いをいたします

電話：078-795-3786 (9:00 ~ 17:00)

皆さまのお電話をお待ちしています。

作業項目		
① 網戸の張り替え	大（高さ 1800mm まで、（網質は標準） 1枚	2,000円
	小（高さ 900mm まで、（網質は標準） 1枚	1,500円
② 障子の張り替え	大（高さ 1800mm まで、（紙質は標準） 1枚	1,800円
	小（高さ 900mm まで、（紙質は標準） 1枚	1,000円
③ 戸車の交換	戸一枚（戸車2個）	3,000円
④ 雨樋の修理	1メートル	1,000円
⑤ 水道パッキングの交換	1個	1,000円
⑥ 照明器具の球の交換	1個	1,500円

※ ①,② については 2~3日 お預かりいたします。

※ ③,④,⑤,⑥ については 材料費は別途頂きます。

◎ お見積もりが必要な作業（お見積もりは無料）

⑦ 植木の剪定	※ 松を除きます
⑧ 雑草の刈り取り	機械での作業、手作業による草抜き
⑨ 簡単な大工仕事	棚の取り付けなど
⑩ お部屋の家具の移動	タンスの移動など

※ 作業員 1人：1,500円 ~ 2,000円 / 時間、を基準として見積り額を決めます。

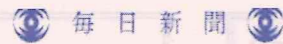
◎ 移送サービス（会員登録制）

・ 高齢者や障害をお持ちの方、移動が困難な方の外出のお手伝いをいたします。	
・ 原則は近距離を対象といたします。	
・ 会員登録料	500円（ボランティア保険加入の為）
・ 移送料（目安）	5km未満、30分未満は、500円 上記以降 30分毎に + 500円、または、5km 毎に + 200円
・ 移送エリア	長田・須磨・垂水・西 の各区内

・ 処分にお困りの不用品（家具、電化製品、日用雑貨、衣類、自転車）などのお引取りをいたします。
引取り料は、1点につき、1,000円 ~ 3,000円
※ 一部の電化製品に対しては、家電リサイクル法に基づく諸費用が必要となります。
原則として取引はいたしておりません。

「毎日新聞・神戸支局長賞」を受賞しました

—— 私たちの介護活動が評価されて ——



(第3種郵便物認可)

毎日介護賞・神戸支局長賞



神戸西助け合いネットワークに

このたび「2003毎日介護賞」を受賞しました。(平成十五年十月十五日付 毎日新聞記事より)

私たちが毎日お届けしている「昼食の配達サービス」(神戸市委託)の活動が評価されて、

介護の現場で地域に根ざした活動や、独創的な活動をしている団体、個人を表彰する「2003年毎日介護賞」(毎日新聞社主催、アメリカンファミリー生命保険会社協賛)で、神戸市須磨区のNPO法人「神戸西助け合いネットワーク」(在里代表)が毎日新聞神戸支局長賞に輝いた。同ネットワークは95年7月設立。阪神大震災以降、神戸市須磨区内を中心に、被災者や高齢者のため、炊き出しや安否確認を開始した。仮設住宅解消後は、外出が困難な高齢者の通院や買い物の手助けサービス▽昼食を希望日に届けるサー

食事配り利用者には喜ばれる神戸西助け合いネットワークのメンバー(左) 神戸市須磨区で

震災被害の高齢者支援

ビス▽畑を貸して野菜などを育てる「グループ農園」▽集会所を利用して楽しい語らいをする「ふれあい喫茶」▽被災者や高齢者に家具や家電などを販売するリサイクルバザーなど幅広い活動を展開。メンバー約50人は、大半が定年退職した男性で、さまざまな経験を生かして、高齢者を支援している。給食サービスを受けている鍛冶谷富子さん(84)は「雨の日でも風の日でも配達してもらえたら満足しています」と話していた。在里代表は「阪神大震災では支え合って生きる重要性を学んだ。日常的に支え合う環境をつくらなければ、何か起きたときに助け合うことができない。本当のコミュニケーションをつくるために、お年寄りが安心して暮らしていけるような社会にしたい」と力強く語った。【山下貴史】

連合兵庫の皆さんが“ボランティアの応援”

—— 「リサイクルバザー」や「イベント」に多数参加 ——

連合兵庫の青年委員会(委員長:中川徹さん)の皆さん方が、私たちが毎月最終土曜日開催しています「リサイクルバザー」に熱心に応援をいただいております。

7月26日には、38人もの人たちが応援をいただきました。

松下電器労組情報神戸支部、川崎重工労組阪神支部、(同)明石支部、川崎造船労組神戸支部、三菱重工労組高製支部、高菱エンジニアリング労組、兵庫県教職員組合(神戸、宝塚、芦屋、赤相の各支部)、播州労連、大阪ガス労組神戸支部、ユニチカユニオン坂越、トーヨーユニオン、フランスベッド労組、関西電力労組姫路地区本部、日産プリンス兵庫販売労組、ダイハツ労組多田支部、全通西神戸支部、(同)東播支部、神戸市水道労組、神戸交通労組高速乗務支部、(同)高速技術支部、(同)松原支部、JR西労神戸支部、連合兵庫事務局からの参加でした。

8月、9月の「バザー」にも神戸交通労組高速乗務支部から加地書記長ほか多数の応援がありました。

また、11月1日に開かれた「すまいるプラザ大黒」の1周年イベントにも、神戸交通労組(15名)、川重阪神労組(2名)の皆さんに応援をいただきました。

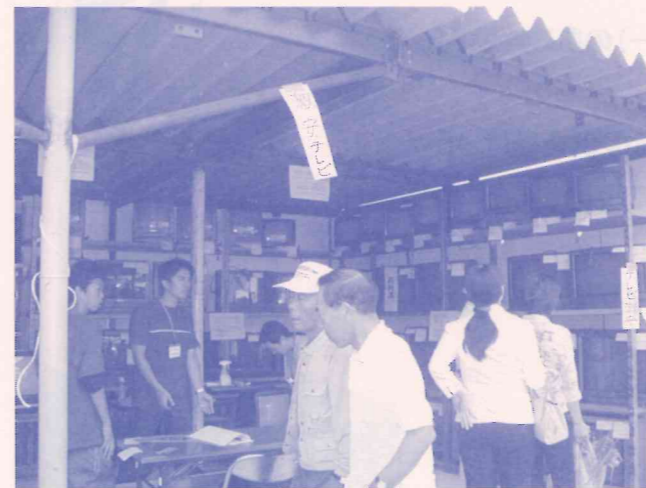
(紙面を通じまして、厚く御礼を申し上げます。)

☆ ☆ ☆

ボランティアに参加していただいた方から「いい経験をした。ボランティアの苦労が分かった。感謝してもらってうれしい。」等の感想を聞かせていただき、ありがとうございました。

(在里・記)

11月の「リサイクルバザー」は29日(土曜日)に開きます。皆さんのボランティアご参加、バザー用品のご提供などをお待ちしています。 [毎月、月末の土曜日に行っています。]



リサイクル・バザーの応援の連合ボランティアの皆さん



「すまいるプラザ大黒」の1周年記念のイベントも、協力いただきました。

ことしから「竹炭」の製造をはじめました

——「山里を荒廃から守ろう」の願いをこめて——

(この竹炭事業は『ハートフルファンド』よりの支援金で運営しております)

「竹炭」がいま話題になっています。

竹炭は、木炭より多穴質で、表面積は 1g あたり約 700 m²(畳 400 畳分)木炭よりも 4 倍の面積があるため、優れた吸収力と浄化力にすぐれ、カルシウムやカリウムなどのミネラルも豊富に含まれています。

(その効用については、5ページをご覧ください。))

いま、手入れ不足から竹林が荒れ始めています。美しい「里山」が失われています。

私たちは、これらの「里山の保全に少しでも役に立てばうれしい」との願いから「しみん基金・こうべ」のご協力により「はーとふるふあんど基金」の支援金をいただき、竹炭事業を始めました。

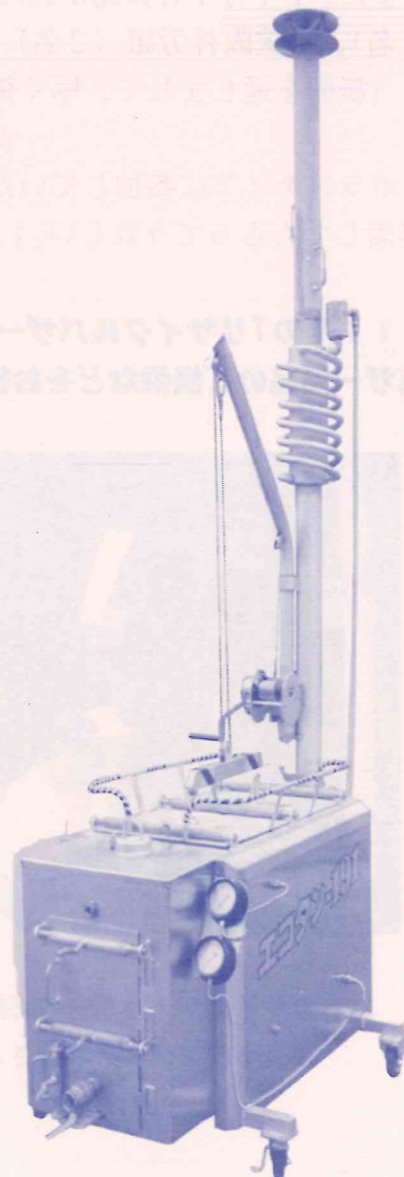
竹炭の製造は、この道の経験豊かな^{トモエ}巴製缶(株)の「エコタン191」を導入し、私たちの事務所(助け合いセンター)のある敷地内にて、製造しております。

「竹」は近隣(西区)竹林所有者の方々のご厚志による提供を受け、ボランティアの人たちが伐採し、短く切り、節を除去し、缶で炭化するという一切の作業をしております。

製造した「竹炭」は、私たちが毎月実施している「リサイクルバザー」でも販売し、大変好評をいただいております。

(「竹酢液(ちくさくえき)」も製産していますが、
精製中のため、販売はもう少し先になります。)

写真は、「竹炭」を製造する巴製缶(株)の「エコタン 191」



今注目の竹炭の不思議な力をお試し下さい。

私たちが最近手がけました「竹炭」は、いま世間で話題を呼んでおります。下記のような効用があるとされておりまして。

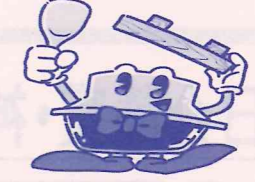
ミネラルウォーターを作ろう



《水 1 リットルに 5cm 3~4 片》

1. 流水でよく洗い、5 分間煮沸します。
2. ジャーやポットに入れ、一昼夜おきます。
3. 浄化した竹炭水は、コーヒー/お茶/水割り/料理用のほか飲料水としても使えます。
4. ミネラル分は 10~14 日で出てしまいますが、臭みを取るだけなら約 3 ヶ月使用できます。

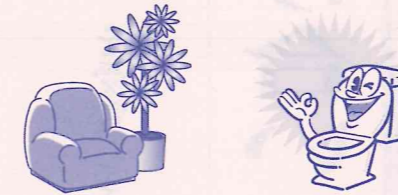
ご飯を美味しく



《お米 2 合に 5cm 1 片、5 合に 3 片》

1. 流水でよく洗い、5 分間煮沸します。
 2. 煮沸した竹炭をお米と一緒にに入れて炊きます。
 3. 炊き上がった後も入れたままにしますと冷えても黄ばみません。
- ※ 毎日水洗いして使用して下さい。

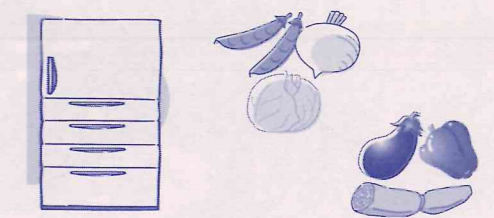
脱臭力・調湿力がバツグン



《スペースに応じて適量を》

1. 玄関/居間/台所/押入/トイレ/食器棚/下駄箱などに置きタバコ臭・アンモニア臭の消臭・除湿に効果を発揮します。
 2. 乾物入れクーラーボックスにも挿入OK
 3. 愛車の中に置くと、タバコ臭などを取ります。
- ※ 10日に一度よく洗い、天日に干して使います。

野菜・果物を鮮度よく保存



《5cm 6~8 片》

1. 冷蔵庫の中に置きます。
 2. エチレンガスを吸収し、カビ防止にもなり野菜・果物類の鮮度が長持ちします。
 3. 竹炭を入れた器の上に、すのこを敷き野菜や果物を乗せておくと鮮度が保てます。
- ※ 約 3 ヶ月ご使用になります。

お花や金魚が生き生き



《花瓶や水槽に、5cm 1~2 片》

1. 花が水を吸い上げやすくし、腐敗を遅らせてお花が生き生きとし長持ちします。
2. 金魚鉢に入れておくと、水がきれいになります。

※ 使用後は、砕いて土壌の活性化に利用。

竹炭・竹酢液風呂に



《風呂用粒炭約 250g 及び竹酢液 20cc》

1. 粒炭を流水で、もみすによく洗います。
2. 布袋に入れた竹炭を、水またはお湯を張る時から入れておきます。
3. 竹酢液を 20cc 入れます。
4. 水の分子の塊を小さくする働きがあるので身体が温まり、湯冷めしにくくなります。

「竹炭」は、私たちの「竹炭工房」で 月 2~3 回の割りで製造(竹の炭化)をしております。短く切って製品化し、100g 200g にして、販売しております。