

さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく



2018春号

座談会 ボランティア体験が残したもの

文芸

訪問記

歩く

認定 特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会

猿面岩

日向 尋

富士にみなもとを発し

山中からはるばる流れ来て

青根の谷あいに注ぐ流れ

噛み砕かれ温んだ柔ら水に

身を潜め まなこを細め

桜花を眺めながら

ゆったり流れに身をまかせる



山々を駆け巡っていたときの勇姿に

思いを馳せながら

懐かしさに身を任せ

今はじつとして水にたゆとう

猿面の巨岩の頼もしさよ



巻頭詩	日向 尋	1
もくじ		2
座談会	ボランティア体験が残したもの	3~8
相模原の史跡	下溝さいかち原	9
ふくしワンポイント情報			10~11
障がい者の詩		12~13
大野中高齢者支援センターを訪ねて			14~15
人物シリーズ 41	藤井 智 さん	16~17
手話シリーズ 35		18~19



パズルにチャレンジ		20~21
私が選んだハイキングコース		22~23
	—城山湖を周る:西本		
神奈川のご当地グルメ—和菓子編 I		24~26
まんが「わくわくさん」		26
相模原ボランティア協会 (PR)		27
編集後記・奥付		28

ボランティア体験が残したものの

平成三十年三月五日
相模原市民会館にて

福祉の現場で働いているみなさん

熱田辰雄さん

小野澤和美さん

桑嶋大樹さん

澁谷久美さん

司会／相模原ボランティア協会

西本 敬

◆今やっていること

司会／今日はお忙しい中、お集まりいただきありがとうございます。皆さんは、うんと若い時代にボランティア活動のご経験のある方々ばかりです。楽しいお話が聞けるものと期待しています。まずは自己紹介を。

熱田／私はある市の福祉職で三十九年やってきました。今は再雇用で生活保

護のケースワーカーをしています。

澁谷／ボランティア協会では、小倉という名前の方がなじみがあると思います。ボランティアをしていて、その後、新卒で療養型の病院に就職して、それからデイサービスに入り、現在は住宅のケアマネージャーをしています。

桑嶋／中学時代にボランティア協会と関わりがありまして、そこで、障がいのある方とかに携わることがありました。その後、いろんな職に就きましたが、現在は総合病院の療養型のホームの介護士をしています。

小野澤／学生の時にボランティアの泥沼に入り込んで(笑)、普通の大学を卒業して、福祉の世界で生きて、ちよつと離れたんですけど、また、福祉の仕事をしたいと思つて、今は包括で働きながら、社会福祉士で後見活動をやっていきます。

◆かつての活動は

司会／ごく簡単に四人の方に自己紹介をしていただきました。ここで若い頃

を思い出しながら、その頃どんなボランティア活動をされていたのか、活動をするようになったきっかけとか、活動の感想とかお聞かせください。熱田さんどうぞ。

熱田／私の場合は障がいのあるお子さんの勉強をしていて、実際に友達と一緒に、当時当市にフレンドヘルパーという新しい制度ができたので、第二陽光園が事務局での実習計画ということで、障がいのあるお子さんの勉強や遊び相手をマンツーマンでやってみないかということが始まりました。大学二年から四年までやりました。自閉症が今



ほどわかっていない時代でしたが、週に一回、一時間くらい遊んだり、知的な遅れのある小学校のお子さんの学習支援を月に一回行っていました。

澁谷／自宅にあったボランティア協会を出している冊子をたまたま見て、「ボランティア」という言葉が横文字でかつこよさそうと魅かれて、昭和六十年頃だったと思いますが中学一年生の時にボランティアセンターの事務局に行つて「ボランティアやりたいんです」と言つたのが最初の一步で、コーディネートの方が、中学生で珍しかったのか、すごくこまめに同世代の方の重度四肢障がいの方の土曜日の放課後どこか、一緒に出かけて遊ぶとかのサークルに誘つてくださったりとか、別のグループで脳性マヒの同世代の方と土曜日午後とか日曜日に一緒に出かける活動などを紹介いただき、何度か出かけるうちにどっぶりつかつてしまうようになりまし。

いろんな活動を紹介してくださつたと思います。他の中学校の先生達が

ボランティア協会のレクリエーション行事、なかよしクリスマス会とかに参加されて、こういうのがあるよと勧められて私もそういうのに参加するようになり、そこで、西本さん達と会うこととなつたのです。そして、「高校生になつたらボランティア協会においで」と誘われて、高校生になつてからボランティア協会に入りました。

桑嶋／小学校四年生くらいの頃かと思いますが、住んでいるところの近所に大学生のお兄さん、お姉さんと一、二時間何かをして遊ぶというのがあつて、ボランティアつてこうなんだと思つて、中学二、三年生の頃、雑誌を見て、「来る人」というのが書いてあつて、自分でも行けるんだなと思つて行つたのが最初で、それは市体育館でやる卓球大会の審判をするというので、そこから始まつて、一泊二日でキャンプに来ませんかボランティアセンターの人に言われて、それからなかよしクリスマス会などに行くようになりました。

司会／桑嶋さんもボランティア協会の

会員になつたんですね。覚えてますよ。その頃とあまり変わっていませんね。

桑嶋／そうです。髪形も変わっていませんし。(笑)

小野澤／僕の場合は皆さんみたいに前向きな動機があつたわけではなくて、進路を選ぶ時に、他人と違うことをやりたいと思つて、たまたま福祉という言葉が目について、大学に入つてみたら、周りがすごく問題意識もつている者ばかりで、自分みたいなノンポリはいなくて、「こんなやつらについていけない」と思っていました。そんな時



に、先生から、「お前の地域ではいろんなことやっているから、一度行ってみる！」と言われて、今の立体駐車場のところに市社協がプレハブみたいな建物の時代で、そこで、出入りし始めました。いろいろやらせてもらいました。いろいろな所を見てあるいたのがすごい印象に残っています。

司会／あじさい会館ができる（一九八一年）前ですね。

◆どういつ進路に?◆

司会／みなさんとボランティアとの出会いのところがわかりました。で、熱田さんはその後どういう方向に？

熱田／もともと大学の時代に障がいの仕事がしたいと思っていて、私自身も少し足の障がいがあったんで、関心があつて、子ども達と遊ぶのが楽しくて、それで、市役所に福祉職で入ることに

なりました。小学校に上がる前の子どもさんの施設で約十年働きました。その後、福祉のケースワーカーとして働きました。ほんとに。まあ、その時代からいうと四十二、三年その世界にいると言ふことですね。当時、実際にギターを持つて歌を歌つて、めぐりめぐつて今もボランティアをしています。子供たちが喜んで一緒に楽しめる歌つていうことでもしまして歌を歌つてきたんです。

司会／退職後が楽しみですね

熱田／ええ、この後も障がい福祉の世界で頑張ろうかなと思つています

司会／渋谷さんはそのあとどのようなかたか。

渋谷／私の人格の八割くらいはボラ協とか社協とかで出会つた方々に作つていただいたというくらいで、ボラ協のいろんな行事で異年齢の方とか、いろんな障害の方と出会つたとか、高校生になつて、夏休みのヤングボランティアスクールに六日間参加して、最後、ほんとにこれで終わるのが寂しくて、それだけの出会いのきつ

かけを作つている社協の職員は「すごいな」と思つて、将来はできれば相模原社協に入つて、そういう人と出会うというようなきつかけづくりだとか、ボランティアスクールだとかというのを企画したいと思ひました。高校三年、短大二年、ずーつと思つていて、最初は療養型の病院で、病棟レクというのを選んで入つて、思ひのほか楽しかったですね。九時五時で終わる仕事だったんですね。そのままずっと日勤帯で終われるデイサービスで働いてきて、途中、出産育児もありましたけど、今も根幹のところは変わつていなくて、ケアマネージャーをしています。

桑嶋／小学校時代に障害のある友達がついて、その子の手伝いをすごいやりたいつて、その子のお父さんとお母さんに言ったことがあつて、車いすを押したりとか着替えとかを近くで見ているつてなつた時に、じゃ進路どうするのつてなつた時にちようど介護福祉士というのができるよ、というのを高校の先生に聞きました、この辺にある福祉系の専門学校に行つて、最終的には老人ホームのほうに行つたん

です。その後八回ぐらい職種を変えているんですけど、最終的に今、病院の介護士になっています。



小野澤／大学も遊んでいるのがメインだったので、就職戦線も乗り遅れちゃって、先生のとつで、養護施設あるけどどうかと言われて、何にもわかんないような奴が、苦勞して子供を施設に預けなくてはいけなかった人に、説教たれるというかそういう人たちの指導をしなければならぬというジレンマを抱えつつも…、子供と一緒に生活できない人たちの生活を見ていろいろ変わってきたのかな。でも三年で疲れてしまつて。それでも、そ

の後も知らない子が寄つてきたりして、こいつら俺たちのことわかるんだというような感覚が妙にうれしかったのね、そういうのつて仕事に無駄じゃないつて思つて、続けたかつたんですけど、ちよつと離れて仕事してたんです。今はむしろボランティアというかサポセンで皆さんと遊ぶようなのがメインになつてんのかな。

司会／サポセンで遊ぶというのはどんな感じですか

小野澤／もう十年以上も前ですけど、こどもが小学校の時にPTAの会長やらされて。PTAの会長つて親も子供も驚くようなイベントを持つてきてなんぼみたいな世界があつて、そこで面白い活動をやつている人と知り合つて、その人からいろんなものを教わつて道具を金を出し合つて買つたりして、そこでの活動がボランティアつていうかメインとなつています。

◆やるならこんな感じで

西本／今、お聞きしてて、若い時のボランティアの経験が自分の中の骨組みとなつて組み込まれて、思想というか哲学と

なつている皆さん、それぞれ素晴らしいと思うんですけど、これからの若い世代の方々に自分の経験を通して何か伝えたいというか、こういう風にしてもらえたいとかありましたらお聞かせいただきたいと思ひます。

熱田／わたくし的にはやはり無理をしないというのが大事ですね。やつて楽しいこと、私ボランティアという言葉はあまり好きじゃなくて、するされる関係ではなく一緒にいてエネルギーをもらつたり、楽しくて、お互いがいい時間を過ごせる。

お互いが楽な関係にあるということがすごく大事なんで、無理をしないで自分の好きなことで何かつなされるものがあったらいい、私の場合はたまたま歌とギターであり、一緒に楽しめるものがあつてよかつたなと思つています。たぶん皆さんいろいろとそういうものがあると思うので、踊りとかダンスが得意であれば障がいのある方達とダンスと一緒に楽しむとか、本当に無理のない視点で展開できたらいんじゃないかなと思ひます。

渋谷／ご高齢の方もそうですし、障がい

を持たれている方もそうですし、今それらの方が過ごす環境というのが、私たちがボランティア活動を始めたときに比べると、全然違うじゃないですか。介護保険サービスタたり、福祉サービスタたり、整っているから、そこで隙間でボランティアさんが入り込んで何かをするというところがなかなか機会が少なくなってきたのはいるのかなと思うんですけども、実行委員会とかでやっているときによく言われるのが、ただ行事を作っていくだけじゃなくてその過程が大事なんだ。ただのイベント屋になっちゃいけないんだよ、ズーッといろんな人たちから意見が出されていたのが記憶に残っているんですね。確かに少子化ではあるけれども、福祉に関心のある学生さんが、まったくいないわけじゃないんですね。うちの息子も福祉科に行ってますけれども、一クラス三十人がピタリ埋まったりとか、職業に結び付く子も一定数いるので、いかに新しい方を取り込んでいくかということ、紹介する側や受け入れる側にイベント屋じゃないゆとりがないと若い方



とか、新しい方とか離れちゃうのかなと思うんですね。私も学校の帰りに社協の事務局に行って「こんにちは」って言って、そういつたお付き合いをして下さる方の存在、私のためにちよつとした時間を割いてくれたことが大切だと思えます。学校とか会社以外の居場所が一個でも二個でも増えるといいのかなと思います。**桑嶋**／誰でも参加してもいい、手伝ってください。イベントで販売の手伝いをしてくださいというのでもいい、参加することによって、高校生なんかはバイトではない別の世界を見る事が出来ます。いろいろ

経験できますよね。自分の適性を見つけることができるのではないかと。いろいろ体験するきっかけがあるといいですね。

小野澤／私はボランティアというところと抵抗があるんです。自分は福祉の社会にいます。ボランティア精神はないのかと言われることがある。コストがかかっているのはいろんな人に分かって欲しいというのがあります。そんな中、障がいの人とか、認知症の人とかと一緒に遊ぼうよとか、楽しもうよとかいうことで、ハードルを下げてあげるのが良いんじゃないかと思えます。

司会／たしかに今日は皆さん大体同じことを言っておられると思います。やはり楽しいことがあるから続くんですよ。**小野澤**／ボランティア、楽しいことあるから一緒にやろうよといいと思います。とは言っても私らみたいにある程度年をとると感覚で動くようなところがありますが、若い人たちはきちんと言葉にして伝えるということを意識してやっていないかと、若いやつに見捨てられるじゃないかと。(笑)

◆これから

司会／渋谷さんが大人の余裕が大事と言われていましたが、自分の地域でも若者と事業をするとき、結論ありきではなく、若い人が自分らであれこれ考えていくのを待つ姿勢が必要で、これが結果に繋がると思います。さて、最後にこれからの自分がどうしたいかといったことについてお話ししていただきたい。

熱田／ボランティアという言葉でなく、しつくりしているのが「ジョイニング」という言葉があり、広げたいと思っています。放課後児童デイというので月一回、一時間歌を歌っていますが、楽しい時間です。若い人たちは人とつながることを怖がっている。若い人たちと一緒に楽しむ、ボランティアをやることで楽しみなながら人の繋がりが出てくる。

渋谷／ボランティア協会で高校生の時から活動してきて、子育てが落ち着きつつあるので、復活しようかなと思ったのは西本さんとか山本さんとか学生のように活動されたい方が今でもお元気ぞ

活躍されていることを知って、またやってみようと思ったのがきっかけです。人生出会い語り合いで、今でもそういう出会いの素晴らしさを求めて、これからの自分のライフスタイルの一部として、ボラ協の活動に参加していきたいです。

桑嶋／中学校など体験講座があるが、学校毎でなく二、三校合同でやってみたらどうか。特に障がい者と出会っても声をかけにくい。どう接したらいいかも分からないと思うので、障がい者団体と学校との連携がとれるならそういうのをやってみたいですね。今でもいろんなことはやっているとありますが、それを連携して二、三校合同とか区単位でとかやってみるのはいかがでしょうか。自分も手伝えるならやりたい。

小野澤／ボランティアかどうかわかんないですが、若い人たちが地域でやろうとしていることがある程度お金の面でも評価される仕組みが作れないかなあというのがあります。自分が考えていること、やろうとしていることが社会的に意味のあることで、それで生活していくだけの

お金がもらえたら、こんな幸せなことはないと思います。今はそういう関係の本を読み漁っているところです。例えば、里山の地主と相談し、土地を開放してもらい薪を切ってもらって遊びながら、みんなで泥だらけになって遊ぶながら、畑をやつて、地域がいきいきとし、金ももらえたらいいなあと妄想しています。そういうことで評価されて地域も変わって行くと思いかと思います。仕事も、もう少しで暇になるんで、そういうことをやってみたい。

司会／今日の顔ぶれはいいと思つていましたが、期待通りにいいお話をどうもありがとうございました。

おわり



相模原の史跡 下溝さいかち原

このページでは相模原の史跡を紹介する。まずは「さいかち原」に建立されている碑文を紹介する。

「この地は遠く雨降丹沢の麗峰を仰ぎ、眼下に相模川の清流を望む景勝さいかち原である。その名称の由つて来る崖上数樹のさいかちは永禄十二年武田信玄小田原進攻の際

戦勝を祝い植えたものといわ

れる。そして中腹一帯の横穴は敗軍の将士の自刃の処と伝えているが、それはまた横穴式古墳の跡でもあり遺物遺骨が発掘されている。この山河秀麗の眺望は市民のよき憩いの場となり、また深く懐古の情を誘うに足るものがある。歳次恰も永禄己巳より四百周年に当るに際し、建碑して当時戦没の将士の霊魂を慰めかつは改葬する古墳出土の人骨の冥福を祈ると共に永く名勝の保存を期するものである。

昭和四十三年戊申十月三日

相模原市専門委員 座間美都治撰



碑とさいかちの木

明治期にさいかち原に住んでいた農民が自宅裏の崖の中腹に甘藷の苗床を作るため大きな石を取り除いたところ、奥から白い煙が出てきた。煙は三日三晩絶えることなく、その後穴に入ると二体ずつの人骨が出てきた。村人たちはおさい銭をあげたが、地主がおさい銭を私したところ、その妻が病気になったので、驚いて祈禱者に相談し、供養のために小さな碑を建てたという。

以上のような伝承はあるが、横穴は元々あった古墳であり、もし、永禄十二年の敗戦将士の人骨とすれば、ここは二重の史跡ということになる。

この崖の中腹の洞穴は、七世紀後半の横穴式古墳の跡と推定されている。相模線沿いの河岸段丘一帯には多くの横穴式古墳がある。現在では崖崩れや道路改修でほとんど埋まってしまったという。人骨、直刀、金環などがでてきたこともある。



原当麻～相武台前のバス路線があり、1回／時間運行している。

下溝駅からは約700m

※座間美都治著「相模原の史跡」を参考にした。



このコーナーでは、福祉に関する身近な情報を紹介いたします。今回は、子育て支援に関する施策です。

ファミリーサポートセンター

安心とゆとりをもって子育てができるように、「子育ての手助けを受けたい利用会員」と「子育ての手助けを行いたい援助会員」を結びつけ、子育てを市民相互に応援しあう有償の会員組織で、子どもの預かりや送迎などの援助活動を行います。

〈問合せ先〉

- ・ファミリーサポートセンター事務局
- ・中央区富士見6の1の20 あじさい会館2F(相模原市社会福祉協議会内)
- ・042(730)3885(直通)

NPO 法人相模原保育サポートポッポくらぶ

子育ての手助けをして欲しい人と、子育ての手助けをしたい人が会員となり、地域の子育て家庭の育児を支援するため、有料で保育などの援助を行います。(子育ての手助けを受ける方のお宅での保育サロン、子育て講座など)

〈問合せ先〉

- ・特定非営利活動法人 相模原保育サポート「ポッポくらぶ事務局」
- ・南区鶴野森1の28の4のB2の302

- ・電話・FAX 042(746)7785

産前・産後支援団体

産前・産後間もない家庭の負担軽減のため、家事援助などの支援をしている社会福祉法人や市内のNPO法人等です。

〈問合せ先〉

- 社会福祉法人相模原市社会福祉協議会ふれあいサービスセンター

- 福祉推進課 042(756)5098
- 緑区事務所 042(775)8601
- 相模湖地域事務所 042(649)0202
- 南区事務所 042(765)7065
- NPO法人ワーカーズ・コレクティブはっぴー
- ・緑区二本松1の10の22
- ・042(771)8061
- ワーカーズ・コレクティブおひさま
- ・中央区上溝240の72
- ・042(810)0332

子育て短期支援事業「ショートステイ事業」

保護者の病気、出産などで、家庭で子どもを養育することが一時的に困難な場合に、乳児院や児童養護施設等で宿泊を伴う預かりを行います。所得に応じた自己負担のほか、食事代などの実費負担があります。

申込みは、お住まいの区の子ども家庭相談課で受け付けています。

〈問合せ先〉

- 緑区子ども家庭相談課

- ・042(775)8815
- 中央子ども家庭相談課

- ・042(769)9221
- 南子ども家庭相談課

- ・042(701)7700

コミュニティ保育

家庭で子育てをしている保護者が、地域で親子のグループを作り、親子同士の交流を深めながら、育児の知識や技術を高める活動です。対象は、0歳児〜小学校入学前までの幼稚園 認定こども園、保育所等に入園していない子どもです。現在活動しているグループについては、お問い合わせください。

〈問合せ先〉

- 保育課 042(769)8341(直通)

ソレイユがみ事業「子育ておしゃべりサロン」

はじめて子育てをしている親同士の積極的な交流の中から、子育て・家庭・地域等での人間関係等に関する悩みやストレス等を話し合う場として毎月1回開催しています。

「子育ての大変さ、楽しさ、喜びを共有する場」を提供し、子育てに関する情報を交換する環境をサポートします。ソレイユがみプレイランドで毎月第3月曜日に開催

- ・緑区橋本6の2の1

シテイプラザはしもと内(イオン橋本店6F)

- ・電話 042(775)1775
- FAX 042(775)1776



ふれあい親子サロン

乳幼児や保護者を対象として、こどもセンター等で、月1回(8月除く)、保健師、保育士の他、民生委員・児童委員、主任児童委員、子育てサポートなど地域のスタッフが育児のヒントや親子遊びを提供するほか、乳幼児の身体計測も行っています。詳細は広報さがみはらや市ホームページでお知らせします。

・担当課…こども青少年課

・電話…042(769)9811(直通)

子育て広場

乳幼児とその保護者、妊娠中の人とその家族などを対象に保育所や子どもセンターなどで、気軽に訪れ遊んだり、子育ての情報交換などをしたりすることができ、子育て広場を提供しています。子育ての不安や悩みなども相談できます。

【地域子育て支援拠点事業】

「子育て広場たんと」

伊勢丹相模原店本館6Fベビー&キッズ

コミュニティテラス

電話…080(5431)0971

実施時間…午前10時～午後3時

毎週 月～金/第2・4土曜日

(祝日や店舗の休業日はお休み)

「子育てサロン&交流広場かみみぞひだまり」

上溝商店街(中央区上溝5の1の11)

電話…080(5935)8040

実施時間…午前10時～午後4時

毎週 月～金(祝日はお休み)

「バンビのぼれぼれ広場」

中央区鹿沼台1の7の7 トラストテック

相模原ビル4F

電話…042(776)2286

実施時間…午前10時～午後3時

毎週 月～金(祝日はお休み)

「子育て広場緑のおうち」

緑区橋本台1の22の18

電話…042(703)5136

実施時間…午前10時～午後3時

毎週 月～金(祝日はお休み)

※右記のほか、悪天候・年末年始・夏季もお休みがあります。

〈問合せ先〉 こども青少年課

電話…042(769)9811(直通)

【こどもセンター】

① 大島こどもセンター

(毎週月・水、午前10時～正午)

② 橋本こどもセンター

(毎週火・金、午前10時～正午)

③ 大野北こどもセンター

(毎週金、午前10時～正午)

④ 向陽こどもセンター

(毎週水・金、午前10時～正午)

⑤ 清新こどもセンター

(毎週月・木・金、午前10時～正午)

⑥ 並木こどもセンター

(毎週水・木・金、午前10時～正午)

⑦ 富士見こどもセンター

(毎週火・水・木、午前10時～正午)

⑧ 陽光台こどもセンター

(毎週木、午前10時～正午)

⑨ 横山こどもセンター

(毎週火・木、午前10時～正午)

⑩ 大沼こどもセンター

(毎週月・金、午前10時～正午)

⑪ 大野台こどもセンター

(毎週月～金、午前10時～正午)

⑫ 大野南こどもセンター

(毎週月・水・木、午前10時～正午)

⑬ 鹿沼台こどもセンター

(毎週月・水・金、午前10時～正午)

⑭ 上鶴間こどもセンター

(毎週火、午前10時～正午)

⑮ 相武台こどもセンター

(毎週木、午前10時～正午)

⑯ 鶴間中和田こどもセンター

(毎週月・水・金、午前10時～正午)

※祝日や小学校の長期休業期間(夏休み等)は、変更があります。

※実施日等に変更になる場合があります。

〈問合せ先〉 こども施設課

電話…042(769)9227

この記事は、相模原市発行「子育てガイド」を参考にして作成しました。

魂の詩を贈る

増田寿昭

「がんばりますか？」と聞かれたら

「がんばりますよ！」と答えたい。

「苦しくないか？」と聞かれたら

「苦しくないよ」と答えたい。

「しあわせですか？」と聞かれたら

「しあわせですよ」と答えたい。

たとえ「心」が病んではいても、

「魂」までは病んではない。

天は喜び 地は地獄

坂本隆夫

チャラン ポンポン ピーヒャララ

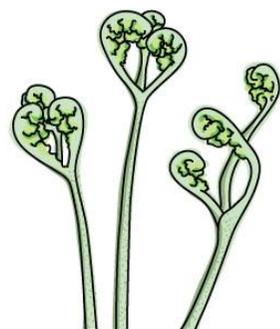
トンチン カンチン 夢があり

海も 空も 世界を

結ぶように ささいなことは 忘れちゃえ

手と手を つなごう 人種を 超えて

地球は 丸いさ 地球儀 回る



サンキュ グラシ アスだよ

オブリガドで 人の心は 十になる

地獄さ 餓鬼なり 畜生 修羅さ

悪 打ち みんなで 笑いあうのさ

人は 平ら 天は喜(き)

命見つめ 他の声を 聞き 悟るかな

他人のためなる 菩薩があれば

強さの 心は 仏となるよ

宇宙(そら)に とどけ 心よ

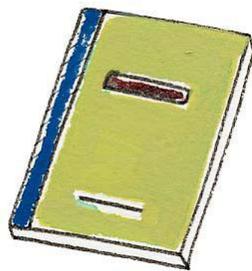
辛い時は 静かに 仏を 湧きだすのさ

さらりと 変わるさ 自分の命

自分と 周りは 一体不二なり

自分と 周りは 一体不二なり

第十一章 「病とのゝわが闘争一」



このコーナーでは障がい者の皆さんの作品を紹介しています。

市内地域包括支援センター

二十二か所を訪問 その22



大野中高齢者支援センター

九月三十日（火）午前、気持ちよい秋の日差しの中を横浜線古淵駅から近い旧道八王子道の
大野小学校並びの商店街中程にある大野中高齢者支援センターにおじゃましました。

職員は管理者の中川さんをはじめとして、男性二人、女性三人の五人で運営されています。お話を伺ったのは介護福祉士の宝寄（ほうき）龍



お話を伺った
宝寄さん



大野中高齢者支援センターの外観

（りゅう）太（た）さんです。

このセン

ターは

今年四

月の開

所で今
お話を伺った
宝寄さん

までの

大野中地域

包括支援センターの場所は大野台高齢者支援センターに名前がかわり、大野中高齢者支援センターは古淵・鵜野森地区担当として、この場所に新しく出来ました。市内全体では四カ所増えて二十六カ所になり、より地域に密着出来るようになりました。開所当時から地域との関係づくりと周知拡大に努めています。電話だけではなくはわかってもらいにくく、民生委員や自治会の方からの細かい情報や声か

けをしていただいで少しづつ相談件数も増えてきているそうです。古くからの住宅も多く、古い団地もあり高齢化率は二十〜二十二%ぐらいです。

利用率はまだ低い方です。体の健康面は勿論ですが認知症の心配や金銭トラブルで困った時などにも相談できます。相談は本人の気持ちが一番ですが一人でも家族といっしょでもよい。小さな事でも「困ったな」と感じたらずぐ相談することです。民生委員さんやかかりつけ医にも相談すると、このセンターにつながります。六十五才からは介護保険を受ける権利があります。遠慮せずに「センターは支援の仲立ちをしてくれる所」と考えて相談してください。

このセンターの活動は——介護予防

教室として口腔予防、足腰体力テスト、転倒骨折予防、体操、料理などを行っています。また認知症の予防と付き合い方、うつと閉じこもりの予防についても教室や相談を行っています。認知症の人には「地域の目」が必要になります。そのためには若い世代の人たちにもセンターを知っていただけるよう、積極的にチラシの配布も行っています。

そのあと見せていただいたのが介護福祉用品。機能とファッション性を備えたいろいろな杖、歩行器、風呂いす、簡易トイレなどさまざまな器具が展示してあります。近くの人は一度見学するのもいいのではないのでしょうか。

(山崎・植野)

大野中高齢者支援センター

相模原市南区古淵三一二八―一

電話 〇四二―七〇一―〇五二―



この施設訪問の記事は、以前「ぼらんていあ通信」に掲載されたものを転載したものです。内容について一部古いものがあるかもしれませんが、記事作成当時の内容ですので、ご容赦ください。



機能とファッション性を備えたいろいろな杖

わくわく編集委員及び印刷・製本ボランティアさん 募集！！

編集委員として、企画から取材・座談会など幅広くボランティアに関する情報を、できるだけ新鮮なまま読者に提供できるよう活動していただける人材を募集しています！

また、編集に携わるのは無理でも印刷や製本のお手伝いならできるかも・・・というボランティアさんも大募集です！

お気軽に、まずは電話をしてきてください。お待ちしております。

連絡先 〒252-0236

相模原市中央区富士見6-1-20

相模原市立あじさい会館中央ボランティアセンター内

相模原ボランティア協会 わくわく編集委員会 まで

TEL 080-3175-2139 (小倉)

今回は

特定非営利活動法人

文化学習協同ネットワーク

常務理事

藤井 智 さんを

ご紹介いたします。

JR橋本駅近くの「さがみはら若者サポートステーション(サポステ)」をお訪ねしました。

協同ネットは



三鷹に本部のある、「地域で子どもの発達を支えること」や「若者の社会参加を支える

こと」に取り組む団体です。相模原では「サポステ」の他、困窮家庭の子ども若者支援の事業や、津久井での体験農場の運営を行っています。農作物は三鷹の法人本部にあるベーカーリーで加工して販売しています。

「若者サポートステーション」は厚生労働省事業の委託事業として全国に一七三カ所開設されている、総合相談窓口です。社会的自立をめざす15歳〜39歳の若者とそのご家族が対象です。二〇一六年度は、全国で一四、一五七人のサポステ利用者が就職し、就職率は六一・九%でした。「さがみはらサポステ」も全国一七三カ所の一つです。

電話やメールでの問い合わせから「さがみはらサポステ」の利用が始まります。初回面談を予約し、ご本人の状況やニーズを面談でお聞きして、

「支援プログラム」をご利用いただきます。就労や進学の後も、フォローアップのプログラムがあります。協同ネットの相模原スタッフは25名。また、一〇〇名以上の学生ボランティアが参加しています。「サポステ」の他、市内四カ所に子ども・若者のための「居場所」をもち、「学び直し」や「職業体験」等のプログラムを展開しています。

藤井さんがこの仕事についたきっかけは、学生時代のアルバイトからだそうです。

【出身は

東京板橋で生まれ、大宮市に移り、四歳から十九歳まで過ごし、大学入学。現在は川崎市に住んでいます。

【ご家庭は

妻と五年生になる息子と新一年生になる娘と四人家族です。

「趣味は

自転車旅行。国内あちこちまわって
いました。子どもたちがまだ幼いので、
成長したら一緒に走りたいと思っ
ていますが、現在この趣味は休止中。二
十代の頃はよく映画を観に行っ
ていました。

祖父が絵描きだったので、実家には
絵が多く残っていますが、私自身は全
然絵にうといです。

最近読んだ本は

仕事の関係が多いです。教育学や社
会学に関するものが多いですね。

中学校時代からずっと読んでい
るのは、遠藤周作です。「沈黙」や「母な
るもの」が印象に残っています。

音楽は

ジャンルを問わず「いいな」と思っ
たものを聴いています。若い頃は年に
三回は民謡のライブに行っていました

た。車で移動中には忌野清志郎を聴く
のが好きです。

これからの自身は

今の働き方が、人間にとって幸福な
ものなのか、そのことを問わなければ
ならない時代だと思っています。非正
規就労ではキャリアアップも展望で
きないで、時間を切り売りするよう
に働いている。いらなくなったら「雇
い止め」など、安定して継続して働く
ことも難しい時代です。

本来、働くことは人びとにとって喜
びだったはず。そういう「働く場」
を、若者たちとつくっていききたい。法
人としては、これまで農場・ベーカ
リ・ICT事業を立ち上げてきました。
これにプラスして保育の現場をつ
つていけないかなと考えています。ま
た、自前の「働き場」だけでなく、中
小企業の経営者団体と、若者が働く場

で育ち、継続して働いて行ける仕組み
づくりに取り組み始めました。一方的
に若者個人に「変われ」というのでは
なく、働く場・企業や社会も変わって
いくことを目指しています。

全国の仲間の中で「経済を市場から
とりもどす」と言った人がいました。
人びとが「はたらく」ということが、
金に支配され、金と金の関係でしかみ
えなくなっている現状を人と人との
協同のいとなみをとりもどしていく。
そのなかで、人とともに生きることや
働くことが、なかなか良いものだなあ
と、誰もが実感できる世の中になっ
ていけばいいなあと思っています。

四十代。しっかりとした理念を持ち、
現場をふまえた活動。これからもま
ます幅広い活動を！

聞き手

山本 和子

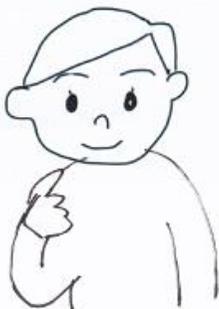
「母」

右手の人差し指を、頬の輪郭にそって上から下へなでおろし、右手の小指を立て、甲を前方に向けて、肩の前においてから、目より上に上げる。



「わたし」

右手の人差し指で自分の胸を指す。



今回は、自分の周りの手話の基本的な単語を覚えていきましょう。
単語を覚えることで、簡単な会話を楽しみましょう。

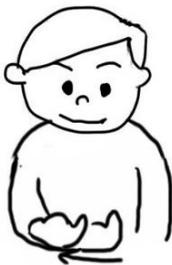
「父」

右手の人差し指を、頬の輪郭にそって上から下へなでおろし、右手の親指を立て、甲を前方に向けて、肩から目より上の位置にまっすぐ上げる。



「祖母」

右手の人差し指を、頬の輪郭にそって上から下へなでおろし、右手の小指を軽く曲げ、他の指は握り、右手を上げ、小さく回転させる。



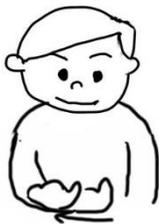
「祖父」

右手の人差し指を、頬の輪郭にそって上から下へなでおろし、右手の親指を軽く曲げ、他の指は握り、右手を上げ、小さく回転させる。



「娘」

右手の甲を相手に向け、小指を立て、胸の少し下に置き、その形のまま、前方下へ軽く弧を描きながら小指を出す。



「妻」

右手の小指を立てて、胸の中央に置く。手の形はそのままです。右へ移動させる。



「夫」

左手の親指を立て、胸の中央に置く。立てた親指を胸から左へ移動させる。



「家族」

顔の前で両手の小指を合わせ、屋根の形を作り、左手はそのまま、その下で右手の親指と小指を立て、1~2回ひねる。



「子どもたち」

両掌を下向きにし、おなかの前に置き、子供の頭に手を置くようにして、両手をそれぞれ外側に動かす。



「息子」

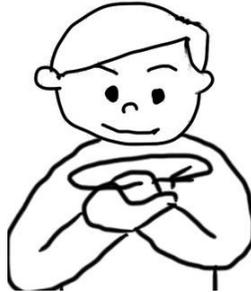
右手の甲を相手に向け、親指を立て、胸の少し下に置き、その形のまま、前方下へ軽く弧を描きながら親指を出す。



いかがですか。これで自分の周りの関係者を表すことができますね。

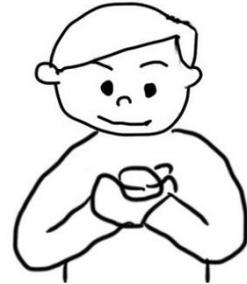
「仲間」

両手を握り合い、胸の前において、握手した手で、時計回りに大きく水平に円を描く。



「友達」

両手を握り合い、胸の前において、わずかに前へ動かす。



いかがでしたでしょうか。まずは、実際にやってみてください。

「愛する」

小指を立てた右手の上に左手を置き、手の甲を上にして水平に円を描く。



「～です」

両右手の手のひらを前方斜め下に向け、胸とともに軽く前方におろす。



パズルにチャレンジ 解答編

前号の問題は2月開催のピョンチャン冬季五輪の種目を考える問題でした。競技が終了した今、もう解答はわかりますね！

	①ろ	ん		②か		③す		④ぺ
⑤く			⑥あ	い	す	だ	ん	⑦す
ろ		⑧あ		て		い		⑨の
⑩す	け	る	と	ん		る		ー
か		ぺ			⑪ふ			ぼ
ん		ん			く		⑫は	ー
と			⑬こ	ん	ご	う		ど
⑭り	れ	ー			う		⑮え	⑯し
ー			⑰ば				あ	ん
	⑱ら	ー	じ		⑲か	ー	りん	ぐ

ヨコのかぎ

- ① クロカンと射撃両方やるばいあす〇〇競技
- ④ 〇アで氷の上を滑るフィギュアの競技
- ⑥ 男女が組んで氷の上
- ⑨ 〇〇ディック、かかとが固定されないスキー
- ⑩ ボブスレー1人乗りの戦い。
- ⑫ フリースタイルスキーの種目〇〇〇パイプ
- ⑬ 男女〇〇〇〇や〇〇〇〇ダブルスなどという。
- ⑭ ショートトラックやクロカンである。陸上でもある。
- ⑱ 飛ぶ距離が大きい種目。〇〇〇ヒル

タテのかぎ

- ② 旗門を通りながらスピードを競う。数種目ある。
- ③ フリー〇〇〇〇。モーグルなどの種目がある。
- ⑤ 陸上でもあるスキー競技
- ⑦ 大きな板に横向きになって乗る。
- ⑧ かかとを固定して滑るスキーのスタイル
- ⑪ 飛ぶのと距離の両方で戦う。
- ⑮ 〇〇〇アル、フリースタイルの種目のひとつ
- ⑯ 1人のフィギュアスケートは〇〇〇ルという。
- ⑰ スピードスケートの団体戦。〇〇ユート

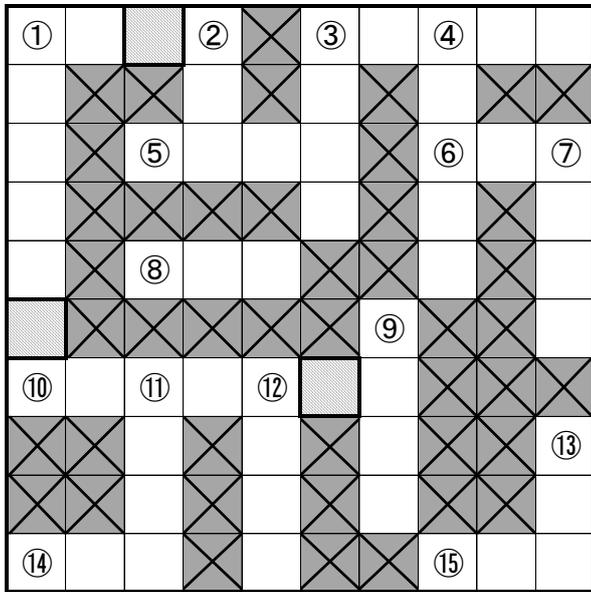
濁音は濁点ありなしどちらでも読めるということ

□の3文字を集めましょう。
目が回ほどくるくと走る
ショートトラック



パズルにチャレンジ 問題編

今回の問題は歴代内閣総理大臣のお名前です。今まで96代の総理がおられます。歴史の勉強にもなるかも！



ヨコのかぎ

- ① 515事件で暗殺された。「話せばわかる」
- ③ 今太閤といわれたが、晩年は…。〇〇〇〇
〇えい
- ⑤ 平民宰相であった、は〇〇〇〇
- ⑥ 日本列島不沈空母の〇〇〇ね首相
- ⑧ 日英同盟、日露戦争のころ、〇〇〇たろう
- ⑩ 総理の後に大蔵大臣になられた珍しい例
- ⑭ 現役軍人のまま総理へ、そして開戦。とう〇〇〇
ひでき
- ⑮ 226事件時の総理。その後東條内閣倒閣に動いた。

タテのかぎ

- ① かつて千円札といえば、そして初代の首相。
- ② 所得倍増計画、麦を食えで有名
- ③ DAIGOの祖父。経世会を創始
- ④ 東日本大震災時の総理。原発事故に…。
- ⑦ リクルート事件後に総理。在任69日間
- ⑨ 郵政改革のこいずみじゅん〇〇〇〇
- ⑪ 515の後総理に、226で射殺された。
- ⑫ 大正デモクラシー全盛期に首相
- ⑬ 敗戦後の日本の枠組みを構築。大磯

濁音は濁点ありなしどちらでも読めるということ

□の3文字を集めましょう。
初めての昭和生まれの首相。
□□□としき



私が選んだハイキングコース（城山湖を周る） ～定番のハイキングコースを楽しむ～

昭和40年に完成した城山湖は相模原市民に大変親しまれている場所です。そこで、改めて湖一周のコースを歩いてみました。

<城山発電所>

わが国初の大規模な純揚水式発電所で、地下230メートルに4台の発電電動機・ポンプ水車があります。夜間の余剰電力を利用して、津久井湖の水を城山湖に汲み上げ貯留します。電力需要の多い時間には、城山湖から津久井湖に発電により放流します。公営電気事業唯一の純揚水発電所で、最大出力250,000kWを有し、消費地に近い供給予備電源として重要な役割を担っています。（神奈川県HPより）

①コミュニティ広場を出て、城山発電所の南側の道を西に歩くルートと、広場の東側にある細い階段道を上がって、発電所の北側の道路に出る二つのルートがあります。北側のルートは少し遠回りにはなりますが、湖を見下ろすソーラー展望台に寄り道してみることもできます。

②発電所の西側で山道に入ります。少し行くと左側に加藤武雄文学碑の案内がありますので、寄ってみましょう。加藤は地元川尻で生まれました。文学碑は加藤の女婿の丹下健三が設計しました。

③坂道をぐいぐい登っていくと峰の薬師への分岐があり、広場から30分ほどでふれあい休憩所に到着します。峰の薬師は小説で「姿三四郎決闘の場」として書かれて有名になった場所です。ふれあい休憩所からは湖をよく見ることができます。恐らく山側からでは最もよく見える休憩所でしょう。

④さらに上り下りを繰り返しながら進むと、20分ほどで松見平休憩所に着きます。ここが、周回コースのほぼ中央付近になります。ここは、少し広々としていますので、お弁当をいただく場所としてもいいかも知れません。

⑤大地沢への分岐をやり過ぎながらどんどん進んでいきます。20分ほどではなさき休憩所です。ここまで来ると木々の向こう側に湖面が近く見えます。

⑥少し歩きますと、いよいよ堰堤に出ます。ここがダムを形成するうえで最も重要な場所です。設置者の説明看板によれば、名称は本沢（ほんざわ）ダムとあり、ロックフィルダムという形式だそうです。

⑦道に沿って、雨降龍居山の向こう側をぐるりと回りこむと、航空神社の看板があります。10分ほど小山を上ると小さな祠がありました。戦争中に飛行機が墜落したためとか。ここからの東京、神奈川方面の眺めは素晴らしいです。広場に戻って、1周約2時間の行程でした。

（西本 敬）



城山発電所

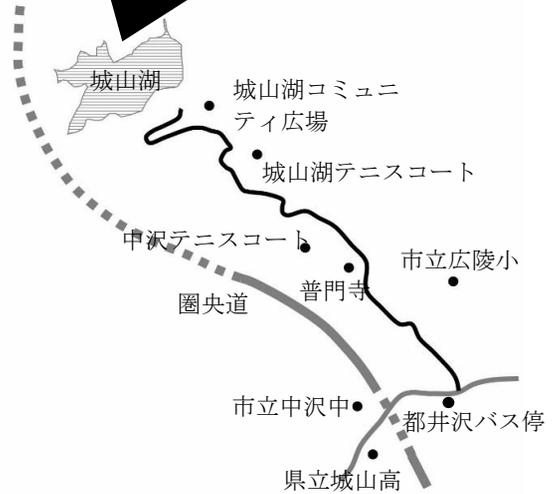


加藤武雄文学碑



ふれあい休憩所から見る

城山湖をぐるっと周る



城山湖へは都井沢バス停から2.5km、歩いて50分の道のりである。車2台が入れ違えるほどの幅があるため、車のスピードは速く、車に注意しながら歩きたい。都井沢は橋本駅北口から三ヶ木行きに乗車するが、1時間に5本程度のバスが出ており、20分ほどで都井沢に到着する。



松見平休憩所



はなさき休憩所から見る



堰堤から見る



航空神社

神奈川のご当地グルメ

くその16く

今回から神奈川のご当地グルメの和菓子を紹介してまいります。

「あじさい」

鎌倉の「あじさい」を表現した焼菓子です。アーモンドの芳ばしさとコンデンスミルクの優しい甘さがマッチした逸品です。

●一個 一五〇円（税込）

●六個入 一〇五〇円（税込）

紅谷本店

電話：〇四六七―二五―二二八七

<http://beniya-ajisai.co.jp/>



「囲碁のまちひらつか」

碁石の黒は黒ごまで表現し白は天然素材の本ゆずを使用して表現しました。綿帽子の砂糖がけをしているので、お日持ちがします。

(有) 井筒屋

電話 〇四六三―五五―〇〇五三



「昔ながらの手練りの羊羹」

白・茶・小豆本練・黒・栗

各一棹 一五〇〇円

株式会社 ういろう

電話：〇四六二―二五―〇五六〇

<http://www.uirou.co.jp/kashi2.html>



自家牧場の新鮮牛乳で

「牛さん最中」

搾りたての牛乳で作ったソフトクリームを、ジャージー牛の顔をかたどった最中の皮に詰めました。ミルクの香りがたまたま手作りの品です。

ミルクハウス イイダ牧場

電話：〇四六六―八三―六〇一〇

<http://www.iiboku.jp/>



伊勢原銘菓

「歌娘最中（うたひめもなか）」

太田道灌公にゆかりの深い山吹の花びらを象った最中。

黄金色の最中には小倉餡、若草色の最中にはゆず餡、桃色の最中には白餡とそれぞれの味を楽しむことができます。

（有）亀盛堂

電話：〇四六三一九五〇二四六



求肥入りと栗入りの2種類

「鶴沼最中」

地元のお客様はもとより、観光のお産品としても好評をいただいている銘菓。素材の風味を生かすよう心がけています。小豆に求肥入りと、白餡に栗入りの2種類があります。

御菓子司 華月

電話：〇四六六―三四―一三〇五



郷土芸能をモチーフに
江ノ島郷土銘菓
「天王囃子」

江ノ島郷土芸能「天王囃子」に使われる小太鼓をかたどり、銘菓に創製いたしました。千鳥餡の焼菓子です。

中村屋羊羹店

電話：〇四六六―二二―四二二四

<http://hw001.gate01.com/noriyoukan/>



「江の島タコせんべいシリーズ」

相模湾で捕れたタコを使用した「江の島タコせんべい」をはじめとして、茅ヶ崎周辺の土産品として販売している商品です。

（有）湘南ちがさき屋 十大

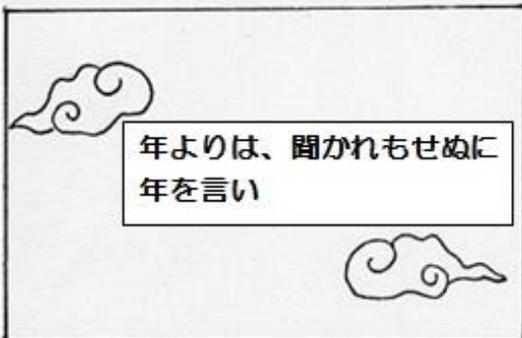
電話：〇四六七―二六―〇五六五

<http://www.chigasakiya.co.jp/>

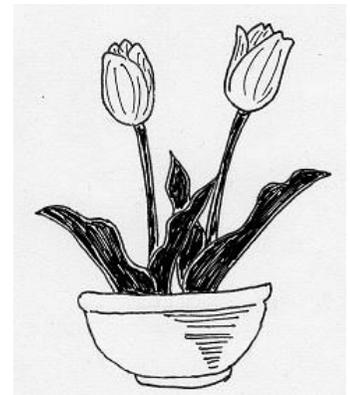
わくわくさん

作 髯野 克己
絵 鹿野 徹子

年寄りの自慢



※この情報は、「ホームページ」かながわグ
ルメガイド」から抜粋したものです。



ボラ協の傾聴活動を利用しませんか？

ご存知でしたか？ NPO法人相模原ボランティア協会では傾聴ボランティア活動を行っています。2014年3月に傾聴活動講座を開催し、講座修了者とベテラン会員を中心として傾聴活動グループを作り、活動登録者は現在約40名となっています。

既に市内の約30名の方々について約300回の活動実績があります。日頃、外出の機会が少なく、なかなか人と話す機会にも恵まれず、孤立しがちな方にお勧めいたします。

<傾聴活動の対象の方>

外部の人との接触機会が少なく、話しをしたくても機会に恵まれない方が対象です。高齢者、障害者を問いません。

<活動までの手順>

対象となる方の状況と希望される曜日や時間帯をご連絡ください。そこから、活動への取り組みが始まります。

初回訪問のうえで、ご利用者様の意向確認、協会側の対応可能性の確認を行い、2回目以降から1回/月の活動が始まります。2名体制での訪問となります。

<費用>

費用はかかりません。

<対象者の事例>

- ・一人暮らしの高齢者で、身体も不自由なため外出の機会が少い人
- ・障がいのために自由に外出できず、人と会う機会が少ない人
- ・要介護者との同居でストレスがたまりがちな人
- ・軽い認知症で家族以外の人との接触が望ましいと思われる人



利用のご相談は相模原ボランティア協会あじさい連絡所まで

相模原市中央区富士見6-1-20 あじさい会館中央ボランティアセンター内
電話/FAX 042-759-7982 担当者から改めて連絡いたします。

編集後記

☆四月、人の動きもあつて、新たな出会いの季節。いつになっても何か楽しい。

(西)

☆めまぐるしく変化する世界情勢。これからの日本の立ち位置はどうなるか心配です。

(和)

☆半年通つて入れ歯を新しくしたら、ご飯がバリバリ食べられるようになりました。

(髭)

☆わくわく四一号。何とか間に合いました。今回ほど、原稿の完成がぎりぎりだったことはありません。もう、このような綱渡りはしたくないです。

(倉)



さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく 2018春号 (第41号)

2018年4月22日発行

編集人 小倉 義男
西本 敬
髭野 克己
山本 和子
高橋 功
勝部 幸三

イラスト 鹿野 徹子

編集・発行・印刷

特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会

総合企画委員会内 わくわく 編集委員会

本誌に使用している用紙(表紙を除く)はイオングループから提供されたものです。

表紙の絵

障害者地域活動支援センター「ウッディショップきこり」の川口季美子さんの作品です。野山からの風が吹いています。「きこり」は木工作業を中心に木のハガキ(動物や花)を制作しています。また、毎年メンバーの絵をカレンダーにして好評を博しています。



さがみはら ぼらんていあ情報誌 **わくわく** 2018年春号（第41号 4月22日発行）
発行：特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会 広報委員会わくわく部会
〒252-0236 相模原市中央区富士見6-1-20 あじさい会館中央ボランティアセンター内
☎042-759-7982 URL <http://sagamiva.info/> e-mail: sagamiva@feel.ocn.ne.jp