

さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく



2019冬号

座談会 運転ボランティアで思うこと

文芸

訪問記

ふくしワンポイント情報

認定 特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会

大仏さんが

日向 尋

金箔はとうに かなたに消え去り

剥きだしの胴合金が

大揺れ、大雨、大風に耐えてきたことを

七百年以上前に 建立されたという

伝えようとしておる

巨大な仏像 鎌倉の大仏

俯きかげんで

十一、三メートル 百二十一トンの巨体

背中を丸め 南を向き

海を眺めておる

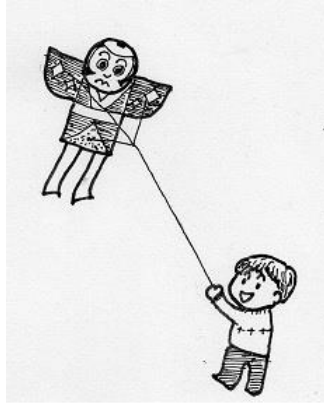
長谷のおさらぎに鎮座し

覆っていた堂も 今はなく

陽を浴びて 座っておられる



巻頭詩	日向 尋	1
もくじ		2
座談会		3~9
ハンディキャップボランティア号 運動ボランティアで思うこと			
ふくしワンポイント情報	—子どもの居場所づくり	10~11
相模原の尖跡	—神澤不動尊	12
まんが「わくわくさん」		13
障がい者の詩		14~15
相模湖高齢者支援センターを訪ねて		16~17
人物シリーズ 44: 吉留 勉さん		18~19



手話シリーズ 38		20~21
パズルにチャレンジ		22~23
私が選んだハイキングコース		24~25
—鎌倉古道・七国峠を歩く: 西本			
情報コーナー		26
協会のPRページ		27
編集後記・奥付		28

ハンディキャブボランティア号 運転ボランティアで思うこと

平成30年12月1日

あじさい会館ボランティア活動室にて

運転ボランティアの相模原ボランティア協会会員の皆さん

小川 進さん

加藤 修さん

児玉英明さん

下里作衛さん

司会／相模原ボランティア協会

西本 敬

◆活動参加のきっかけ

司会／今日はボランティア協会事業である福祉有償運送「ハンディキャブボランティア号」運転ボランティアの4人の方にお集まりいただきました。最初に自己紹介をお願いします

加藤／10年ほど前から活動を始めています。年齢は30代で橋本に住んでいます。よろしくお願いたします。

下里／平成28年から協会に加入して活動しています下里といいます。71歳で下九沢に住んでおります。

小川／小川進と申します。68歳で住んでいるところは小山2丁目、国道16号をはさんで南橋本の反対ですね。

児玉／東林間に住んでおります児玉と申します。年齢は80歳です。16年ぐらい活動しております。

司会／それぞれご紹介いただきましたが、ハンディキャブの活動をやってみようと思っただけとか、思いとかを簡単にお願いたします。加藤さんから。

加藤／10年ほど前に協会主催の基礎講座を受講した際、ボランティア団体の紹介もあり、自分は運転するのが好きだったので、障がいのある人の移送をする活動に興味を持ったのが初めですね。

司会／講座に出てみようと思っただけは？

加藤／パーキンソン病を患っていた祖母が週末とかに自宅に来て、親が面倒を見たりして、そういう福祉的なところに携わっている時があったので、そ

れを祖母だけじゃなくて他の人にもできることがあるのかな、ボランティアというものを1回勉強してみようかなと思ったのがきっかけですね。

司会／下里さんいかがですか

下里／会社を63歳で退職しまして、その後アルバイトをしたりしていたんですが、年金生活に入り、毎日家でぶらぶらして体も時間も持たずして、たまたま社会福祉協議会の広報紙「みんないい人」で車の運転のボランティアを見まして、これならできると思い講習を受けたことがきっかけです。

司会／それまでは地域とのかかわりはあまりなかったんですか。

下里／病気の関係の全国的な組織に入っていて、そちらのほうの活動もしていたんですが、地域で活動したほうがいいかなと判断しました。やってみると1日で終わるので、一つ一つ区切りがあるので気分的に楽かなと実感しています。

司会／小川さんはどうですか。

小川／女房が20年位前に要約筆記をやっていました。私は日本電気にあた

んですが、会社の都合で静岡の方の会社に転属になり、それと同時に女房も要約筆記をやめました。戻ってきて定年過ぎてしばらくいたんですが、土の会の理事をやっている友達がちよっと手伝ってくれないかといわれて、その



小川 進さん

時初めてボランティアをやらなきゃいけないなあと思って始めたのがきっかけですね。養成講座の時に故宮川さんから、運転があるんだけどお前やらないかといわれて、最初はさきの会の誘導・外出援助だけやってたんですけど、運転ボランティアと両方になりました。
司会／児玉さんががでしょうか
児玉／私は2001年に60歳で退職して、2002年の3月に市の広報に

ボランティアの基礎講座というのがあったんですね。ぶらぶらしていたんで、試しに受けてみようということでした。1週間ぐらいの講座でしたか、受けて終わりましたら司会者が興味ある方は事務所へ寄ってくださいということで、興味があつたので事務所に行きました。そしたらいきなり入ってくださいいよ、それでボランティア協会に入りました。最初は事務所の方が運転できますかといわれたので、できますよ、じゃあこういうのがありますというので、ハンディキャブを紹介されました。ハンディキャブがよくわからなかったんですけども、いろいろ話を聞いたらできるかなあということに参加しています。

◆活動の中のふれあい・思い

司会／それから長い時間活動いただいてご苦労様でございます。皆さんのきつかけをお聞きすると、それぞれ特徴があるんですけど、根底に流れるものは何なんでしょうね？そもそものいうところから気持ちに向くんでしょう

かね。下里さんの場合どうでしょう。
下里／全国的な組織の中で、病気の子の家族だったんで障害とかいろんなもののことについては勉強もしますので、身近に感じていたのかもしれないですね。それでお役に立つならばということが、今から思えばきつかけだ。

司会／知らないことには、自分にできるかと不安とかはありますか？

下里／最初のうちは不安もありましたが、一人で送迎するのも数こなすうちにだんだん慣れて来るし、利用者の方の自宅も行先も運行指示書で自分であらかじめ調べたりとかしているうちに自信ができてきますので。一番難しいのは利用者とお話すること、人との接触です。運行のことはだいぶ慣れました。

司会／加藤さんは若いのに感心ですね。何故ボランティアをやるうと言う気持ちになられたのでしょうか。

加藤／10年前に基礎講座を受けたのですが、自分の家族は親と兄弟がいると言う普通の家庭で障がい者と触れ合う機会はなかったのですが、小さいこ

ろからパーキンソンと戦っている祖母を見ていて、どこかしら福祉に対する気持ちがあったのかもしれない。でも、講座に行ったときはボランティアって何だろうと言う気持ちで3週間、講座を受けました。その中でそういう世界があることを知り、話し相手にならなければならぬ自分に務まるかなという気持ちはありました。運転の操



加藤 修さん

縦であれば人を乗せていくだけだからと軽い気持ちで入りましたが、実際に始めると責任を感じました。今振り返ると気軽な気持ちでやってみようという気持ちでした。

司会／加藤さんは小さい時から不自由

な方を見ていたからだと思いますが、普通だと経験がないので手ごわい感じがすると思います。児玉さんは仕事を終わらされた後、講座に行かれた訳ですが内容は「あなたにもボランティアが出来ます」と言う簡単なものですよ。児玉さんは仕事で活躍されてからボランティアに入って行かれたわけですが垣根は高かったですか。

児玉／私はさほど高尚な気持ちで入ったのではなく、申し訳けないことでした。ただ、実際にやってみると、えらいところに来たなという感じと、逆にやりがいも出てきました。

司会／その話はあとでお願いするとして、暇つぶしという発想ですが。暇つぶしと言ってもパチンコや近所の人と話すとか、山登り、旅行、温泉など行く人もいますが、たまたまボランティアに出会ったのですね。小川さんは垣根みたいなの、よしやってみようという事はいかがでしたか？

小川／実は私の父は傷痍軍人なので。小さい時には親が厳しかったので親か

ら逃げ回っていました。だけど僕の若い時に亡くなったので今から思うとかわいそうだったな、もっと親に親切にしてやればよかったなと思います。こういう移送サービスで状況的には自分の父と同じような方がたくさんおられる、そういうところから申し訳ない気持ちと楽しくやりたいという気持ちがあつてボランティアをやり始めました。

司会／どういう表現が適当かどうか分かりませんが、何か罪滅ぼしという気持ちがあるのでしょうか。子供だから父親の状況を見て怖いと感じ不安に思ってしまったのでしょうか。動機付けでなるほどなと思いました。

次に現在やって、こういう事は難しい、こういう事は逆に楽しいとか両方含めてお話しください。

◆貴重な体験

加藤／良かったことは、自分のデビュー直後、今は亡くなられた車いすの方を横浜に送ったとき、帰りにご飯を食べたいこうとファミリールレストランに行つて食事をしました。そこで私にご

馳走してくれました。あとで事務所に話をすると駐車料金すら払わない人が良く出してくれたねと、古くからやっている人にとつては伝説的な語り草となつていきます。若い自分が行ったから気分が良くなつて出したくれたのではないでしようか。どんな人でも気分が良ければそういうこともあるのでしようか。

あと一つは、私自身心臓に障害を抱えていて6年前に心臓手術をしたのですが、その病院はハンディキャブの利用者さんが心臓手術をして、その病院と先生が素晴らしいと話をされていた所でした。結果的にはその病院で執刀してもらいましたが、活動は自分自身にいい影響を与え人生を変えていくなと思えました。

司会／最初の話は若いのでかわいかったですね。いい雰囲気、良い話です。病院のことは車中の雑談の中で出て、結果的にはいいめぐり合いだったんですね。

加藤／紹介状を書いてもらい行つてみるとやはりいい先生だった。この先生

に任せたいと思ひ、任せたいとていい結果となりましたが、こんな良い結果になるとは想像もできませんでした。

◆安全ファーストとバウンス

司会／小川さんはやつていて思つていいことはありますか？

小川／普段から気を付けていることは、信号の変わり目の時、小さい横断歩道で信号がチカチカしてから15秒ぐらいで信号が変わる。私はチカチカしたらスピードを落とし止まるように心がけている。女房に言わせると運転がとろいねと言われます。

司会／でも、安全運転は大切ですからね。ただ、後ろの車を注意しないと怖いですね。後ろの人は、なんで行かないんだという感じで。下里さん、何か感じることはありますか？

下里／そうですね。皆さん感じてらっしゃることと同じだと思ふんですが、初対面の利用者の方とどういう風に接していったらいいのかということですが、まず自分を紹介したほうが相手も話しかけやすいのかなと、話題提供ですね。

そうすると案外会話がスムーズにいきます。男性の方は、特にその辺が難しいですね。でも、数をこなしてきたんで、うまくいっているからいいかなと思ふようになってきました。お互いに



下里作衛さん

リラックスしながら行けたらいいなと思つています。あとですね、ちょっと慣れない信号があつて、危うく赤で通過しそうなことがあつて、利用者の方に逆に「赤ですよ」つて言われて慌てて止まったことがあります。そういう一度危ない思いをしたところは忘れずに十分安全運転に努めたいと思つていきます。

司会／2つ信号が並んである所なんかは要注意ですよ。わたしもひやつと

したことがあります。

児玉／私の場合は職場が都内だったもので相模原の地理がまったくわからなくて、実際に事務所の方からリクエストがあった場合に、地図を見てもよくわからないんですよ、普通の地図では。仕方ないから番地と名前を教えてもらって、自転車で確認に行きました。これがしばらく続きまして、これが大変でした。最初に始める方は必ずこれが問題ですね。

司会／南区の道路は、特に難しいですね。

◆運転と様々な経験

児玉／先ほど下里さんから話がありました、利用者の方との会話ですね。これも私、最初苦労しましたね。私も割合お話しするの好きなんですけど、どこまでしゃべっていいのか、こういった話題がいいのかね、これではしばらくは苦労しました。

でも、良かったということはたくさんありますね。まず私は一番最初に感じるのは、福祉に関する知識が増え、

福祉に対する意識がどんどん上がっていったという感じがします。障がい者に対する対応とか、高齢者に対する対応とかですね。それから福祉行政の全体の流れというのですかね。そういうものがいるところから入ってくるんですね。例えば、ヘルパーさんや会ったり、ケアマネさんと会ったりすると、それに関していろいろな話が入ってくるんですね。そういう点で大変勉強になりました。それからですね、ボランティア協会に入ったおかげで他のボランティアに参加するチャンスが出てきましたね、3つぐらい入りました。男性ボランティアに入ってみようとい



児玉英明さん

うことで東林の団体に入りました。したら民生委員やらないかという話しになって、次から次へと広がっていったということがあります。

司会／まあ、暇つぶしどころじゃなくなっちゃいましたね(笑) 人とのつながりが広がったわけですよ。何もおやりにならないかた人と比べると、もう無限大ですよ。加藤さん、さつきもすごい経験があったんですけども、他にも何かありますか？

加藤／我々のやっている福祉の移送活動というのは、料金を考えたときに非常に低額の設定で、市社協などの助成によって、ずうっと歴史のある活動をやっています。それで、利用者の方々は感謝の気持ちをしごく持たれていて、実際声で聴いたりもするし、我々も今日1日活動してよかったなど、充実感にいつも浸ってられるということはいい点なのかなと思います。

司会／小川さん、何かそういう点でありますか。

小川／自分の車はそんなにきれいじゃないんですけども、福祉車両なんで

きれいにしなくちゃいけないなど、毎月洗車して清掃して、皆さんから好評です。車きれいだねとほめられることがあります。嬉しいですね。

司会／自分の車そこまでできないですよね。(笑)下里さん、そういう嬉しさとか、どうですか。

下里／利用者の方は安い金額で利用できるので、感謝していると言われます。それは毎回毎回よかったなと思います。2回／月の利用制限ですが、うまく使うといいですよと言います。利用者さんがご存知ない場合もありますので、雑談の中で伝えるようにしています。

◆これから「思う」こと

司会／さて、今後について、「こうしたい、ああしたい」というようなことがありますか？

児玉／利用者さんとのコミュニケーションのとり方として、こういう言葉は気をつけた方がよいとか、こういう話題を話すときはこういうやり方がいいよとか、ちよっとしたテクニクとかまあ傾聴みたいなことになりませんが、

そういうものを最初に指導した方がよいのではないかと思います。

それから、運転手の方に、年に1回くらいは運転の仕方の講座をした方がよいと思います。交通ルールであれば警察の方、整備だったら専門家の方を呼んでもいいのではないかと思います。

そうすれば、その場で互いの情報交換もできますし、そういうのがあったらいいと思います。

司会／小川さんはいかがですか？

小川／運転は個人々人でやっていますので、年に1回は運転手を集めて交流会をやったらいと思いますね。

下里／私も同じ意見で、多くのドライバーさんがいますので、雑談でもすると情報交換になって、自分にも役に立つし、勉強にもなって自分の活動にも役に立つと思います。ボランティア協会ではいろんな活動をしているので、運転以外の活動の手助けをできるなどにつながっていくといいのかなあと思っています。

加藤／そうですね、お三方が言われていることは身近なことですね。私はボ

ランティア協会のハンディキャブ委員会の委員長という立場で、実際に起きていることの報告を受けている立場ですが、そういう中で出てくるのが、ボランティアさんのやり方にも個性があるということなんです。その個性がいいんじゃないかと許容できることと、人をお乗せして走るについて、ちよっとどうなのかなということがあります。例えば、時間を間違えたりとか、協会所有の車と個人所有の車を利用することがありますが、それを間違ってます。たりとかがたまにあります。こういうことは、事前の段取り通りにやっていたりとかないといけないのですが、そういうところはボランティアと云えどもきちんとやっていたらいいところなんです。そこで、交流親睦もそうですが、意見交換もしてよりよい活動にしていきたいと思っています。皆さんと会って、話し合っていくことは今後の課題になると思います。

司会／利用者さんのお話もお説教になつてはいけないし、上から目線になつてアドバイスをしようと思うと、反

発をかってしまいますよね。

児玉／そうです。知ったかぶりをするのは良くないですね。相手さんによっては軽蔑されてしまいます。そういう点は気をつけています。

小川／利用者さんと運転者の間に共通の話題というのは結構あります。共通の話題を引き出していくと、いい関係が作れます。私の例ではすごく親しくなつて、活動とは関係なく、個人的に一緒に遊ぶこともあつて楽しく過ごしています。

司会／私たちが協会設立前の昭和54年（1979年）から造り上げてきた長〜い歴史ですが、いろいろと評価もあると思いますが、利用者さんには喜んでいただいている部分もありますので、是非続けていけたらいいかなと思つていますが、現場で活動されている皆さん同士の交流などは是非やっていただいたらいと思ひます。最後になにかございますか？

下里／私がこの活動で外出支援している方に、リハビリに通つておられる方がおられますが、通つておられる度に

リハビリの効果が出ているのか、症状が改善している方がいらつしやいます。奥様のご尽力もあるようですし、私がお手伝いしている以外にもリハビリに通つておられるようですが、その都度改善しているのを拝見すると、役に立っているんだなあとすごく励みになりますね。

加藤／私は委員会活動をしてますが、先ほどとは別の課題として、活動されている方々が非常に高齢化しているということがあります。私は30代ですが、今は70代が主力で、60代も数えるほどしかおられません。最近は何暇の時間のことであつて、60代の人もなかなかおられないのかも知れませんが、仕事か現役の方や、60歳で定年を迎えられた方など、是非、余つた時間をこういう活動に使つていただきたいと思ひます。運転ボランティアは決まつた時間にやるということではなく、自分が使える時間に活動することですから、気軽に、空いている時間に活動に参加していただければと思ひます。

下里／この活動をしていて、どこどこ

の何番地みたいな住所の場合、探すのは大変なんです。そうした時に、利用者さんのお住まいを探すのですが、これは脳の活性化にもなりますので、是非一緒にやりましょう。ご近所に聞いてもわからないこともあり、利用者さんに電話を掛けて、「ちよつとお顔を出してくださいよ」と言つてやつとわかることもあります。（笑）

児玉／この活動のメリットを申し上げたいのですが、利用者さんを送迎していただけますと、病院の数やどこにどういった病院があるのかがよくわかります。相模原は病院が多い中、評判も聞けて勉強になります。

司会／ありがとうございます。この座談会の記事を読まれた方は是非、暇つぶしのつもりで始まつても結構です。活動にご参加ください。そういう方が出てくだされば嬉しいですね。



今回から複数回に分けて、現在「ほらんていあ通信」に掲載中の「社協事業紹介」記事を転載させていただきます。よろしくお願いいたします。

子どもの居場所づくり

ボランティア協会員の皆さま、こんにちは！

相模原市では多くのボランティアの方々、自治会、地区社協、民生委員・児童委員の皆さまがそれぞれの地区で福祉活動に取り組んでいます。市と市社協も、多くの方々のご協力を得て様々な福祉事業を展開し「みんなで支え合い 地域の力が育む人によさしいまち さがみはら」を共通のスローガンとして、地域福祉の推進に取り組んでいます。

今号は七月十六日（月・祝）にあじさい会館ホールで開催される「子

どもの居場所づくりセミナー」を紹介いたします。

◎「いま、なぜ子育て支援？」

少子高齢化の現代では、高齢者支援の課題だけでなく、養育者を含めた子どもたちに向けた支援も大きな課題となっています。高度経済成長期以降の急激な核家族化の進行は、一つの家庭の構成人員を著しく減らし、家庭内で生活課題を解決する力を低下させてしまいました。また、依然長引いている経済の低迷などに起因する世帯収入の伸び悩み（場合によっては減少傾向）は、逆に急上昇している学費や塾の費用を含む子どもの養育費とバランスを取りにくい状況を起こしています。

こうした状況の中で、高齢者に対する福祉制度はある程度成熟期を迎えています。現在の社会状況に対応する子どもの支援方策は、ようや

くスタートラインに立つことができず、たるところです。

◎「学校？塾？勉強はどこですの？」

私（昭和三十六年生まれ 相模原育ち）が中学生のころ、クラス内で学習塾を利用する人はひと握りでした。もちろん地方、地域の状況により違いがあると思います。現在の様子はいかがでしょうか？一般的には中学生でクラスの六〇七割（学校によつては八割のところも）の生徒が通塾していると言われています。学習の場の本来論を論じることが必要ですが、もはや塾に通うこと自体がスタンダード化していると言えます。次に通塾の費用はどれくらいでしょうか？大雑把な計算上では、中学生一人当たり月謝二〇三万円と言われていています。この金額に世帯内の子どもの人数が掛かってくるので、例えば子どもが二人の家庭では年間四

十八万円〜七十二万円が必要となります。普段の養育費（学校の費用を含む）の他に、これだけの費用が現代の子育てには必要ということですよ。

◎地域で実践されている支援活動とは？

さまざまな家庭の事情で通塾が難しい場合、学力の格差が生じやすくなることは否めません。また放課後の過ごし方にも孤立傾向が見られ、同年代の仲間づくりにも支障が起きてきます。子どもたち本人の頑張りでだけでは解決の糸口はなかなか見つからず、将来への希望を見出せなかつたり、社会からの孤立感を日々感じるようになりやすいのです。

このような中、地域で取り組みが始まっているのが子ども食堂や無料学習支援等の「子どもの居場所づくり」活動です。この活動には地域住民やボランティア、NPO団体、地

区社協など多くの団体が取り組みを始めており、行政も積極的な支援を始めました。

市社協ではこうした活動を進めるボランティア等の団体に対し、助成事業による支援を実施しています。

平成二十九年度は十七団体が、子ども食堂、無料学習支援の他、夏休み等の長期休暇中の居場所づくり活動などを行いました。財源は市民からの寄付金による「子ども健やか育成基金」と共同募金の一部を充てています。多くの市民の善意が子育て支援、地域の子どもたちの育成を支えています。

◎今後に向けて

市社協では子どもの居場所づくり活動を広げていくためセミナーを実施します。

日時 平成三十年七月十六日（月・

祝）午前九時四十五分から

場所 あじさい会館ホール

内容 室田信一氏（首都大学東京准

教授）による講演と活動団体

（三団体）による事例報告

定員 百名 ＊参加費は無料

申込 六月十五日（金）より受付開

始

中央ボランティアセンター

電話 〇四二・七八六・六一八一

FAX 〇四二・七八六・六一八二

先着順の受付になります。

ボランティア協会の皆さま!! 子どもたちを取り巻く環境や生活課題を理解し、支援の在り方と今後の希望について御一考いただけると幸いです。

市社協 田所

この記事の内容は、平成三十年六月発行のぼらんていあ通信から転載したもので、中での募集内容等は既に終了したものですのでご注意ください。

相模原の史跡 神澤不動尊

このページでは相模原の史跡を紹介します。

橋本から田名バスターミナルに向かうバス路線に水場というバス停があります。上中の原団地、六地藏、榎戸を通って田名に向かう路線です。この水場で降車して相模川の方に降りていくと、この不動尊に向かうことができます。

お堂の階段下右側には小さな池があり、水が流れる清らかな音を聞くことができます。今降りてきた崖から湧き出た水でしょう。不動明王は、病氣平癒、安産、災害を未然に防ぎ人々に幸福をもたらす仏として広く庶民より信仰され、不動講として講中も生まれました。3月28日が不動様の縁日で、当日は余興もあり大変にぎわう一日だったそうです。境内の二基ある石燈籠は胴の部分60cmで、献燈者は、右左共に大貫又右衛門の名が読めます。この人は、大島村または長徳寺の

有力な大檀家であったと想像されます。また、俱利伽羅不動造立も同じ人物「大貫又右衛門」によります。河原に降りて行く道路の右脇には自然石に刻まれた芭蕉句碑があります。「しばらくは花の上なる月夜哉」
 どういう時代に誰によって建立されたのかは定かではないそうです。



神澤不動尊

お堂の中には俱利伽羅不動が安置されています。俱利伽羅尊が、剣にまとう形が不動明

王の象徴であるところから、この名が起ったといわれ、造立の目的は、滝口や清水の湧出する水辺に水神として祀られました。



俱利伽羅不動

特に農村では、水車小屋や田んぼの水量を守るため非常に信仰が篤く、その像容は、剣に四足をかためて巻きつき、まさに飲もうとするいかめしいものです。



※座間美都治著「相模原の史跡」と大沢公民館ホームページを参考にしました。

わくわくさん

作 髯野 克己
絵 鹿野 徹子

孫もトイレ。。。？



高齢者・障がい者の 相談は

介護保険に関する相談窓口

042-769-8321

介護保険課

給付・保険料 042-769-8321

認定 042-769-8342

緑高齢者相談課 042-775-8812

中央高齢者相談課 042-769-8349

南保健福祉センター

042-701-7704

城山保健福祉センター

042-783-8136

津久井保健センター

042-780-1408

相模湖総合事務所 042-684-3215

藤野総合事務所 042-687-5511

障がい者の相談窓口

緑障害福祉相談課 042-775-8810

城山保健福祉課 042-783-8136

津久井保健福祉課 042-780-1412

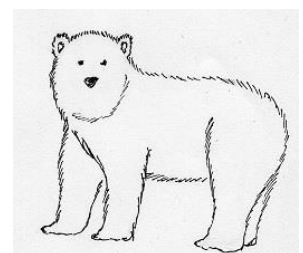
相模湖保健福祉課 042-684-3216

藤野保健福祉課 042-687-5511

中央障害福祉相談課

042-769-9266

南障害福祉相談課 042-701-7722



風

投野幸子

風は何故つめたいの？

雨は何故つめたいの？

私は風が好き 雨も好き

つめたくても大好き

つめたい風 つめたい雨

つめたい分 暖かさがどれだけいいか

分かるからさ

涙止まらない

三村忠貢

逢いたくて 夢を見た

あなたと暮らす

しあわせすぎて こわくって

目を覚ました その時から

涙あふれて 止まらない

ひとりぼっちの 夜明けまえ

愛しても 遠いひと

ベッドのすきま

温めてほしい 今すぐに

そうおもった その時から

涙あふれて 止まらない

ひとりぼっちの 夜明けまえ



夢うつつ さがしても

あなたはいない

二度とかえらぬ ひとなのと

目を覚ました その時から

涙あふれて 止まらない

ひとりぼっちの 夜明けまえ

宣告

坂本隆夫

崩れかかった 道路を前に

私は 今 たじろいでいる

今までの 経験では 何も 役に立たない

病も同じだ

躁鬱病という おかしな病に

冒されて 死をも 宣告される

勝つか 負けるかの 闘いだ

闘う 気力が ごくわずか 残っている

眠ることで 勇気が 湧いてくる 勝利！

人生！ 山あり 谷あり

二十数年の 闘病に

ずうずうしくも 生き抜いて やるしかない



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。

市内高齢者支援センター

二十六か所を訪問 その26

相模湖高齢者支援センター

大型連休の谷間、さわやかな五月がスタート。橋本から勝部理事の車で訪問先の相模湖高齢者支援センターへ向かいました。次第に車窓の外は緑が濃くなり、中に藤の薄紫の花が目にとびこんできました。約四十分で緑区与瀬の相模湖総合事務所に到着。玄関を入ってすぐ右手が支援センターです。管理者の遠藤亮裕さんがにこやかに私達を迎えて下さいました。相模湖が見渡せるとても静



管理者の遠藤亮さん

かで眺めの良い所です。

情報冊子「お達者ちょう」を見ながらお話を伺いました。(表紙のイラストは相模湖を右手に見ながら祖母が孫と手をつないで橋を渡っている図、運営法人の職員の方が描かれたそうです)

平成十八年に市から受託し、寸沢嵐にある介護老人福祉施設さがみ湖桂寿苑の隣に開設、今年四月現在地に移転しました。(JR中央本線相模湖駅から徒歩圏内) 五名の職員で相談業務、一名の職員で地域介護予防事業を行っています。相模湖地区の六十五才以上の高齢者は二千七百二十一人で高齢化率は三十一・七%(二十六年十月一日現在) 人口は年々減少しているそうです。

相模湖地区社会福祉協議会が支援しているふれあい・いきいきサロンが十六か所あり、集会所や自治会館で体操や食事等を通して仲間作りを行っています。今後は男性が集える場所、認知症の人も気軽に行ける場

所作りを支援していききたいと遠藤さんは語っていました。

元気で過ごすための教室や転倒骨折予防教室を開催。年四回ミニ新聞を発行。地域の運動会やおまつりで介護予防の啓発活動に力を入れているそうです。「健康なうちに私たちをうまく使って介護予防に力を入れて健康寿命を延ばしてほしいですね」との遠藤さんの言葉、胸にじんときびきました。(私も高齢の身、まだ健康と思っている今から介護予防にとめなければ...)

五十年前の東京オリンピック、十七年前の神奈川県でカヌー競技が行われたころが町が最もにぎわったかがやいていた時代だったとのこと。五年後のオリンピックの時も相模湖が競技会場のひとつになるといいですね。(勝部・小林・三十尾)

相模湖高齢者支援センター
〒252 - 0171
相模原市緑区与瀬 896
相模湖総合事務所 1 階
電話 042 - 684 - 9065



成この施設訪問の記事は、「平
て二十七号の「ぼらん
の転載したものです。」「
内容を載せて一部古いもの
があるかもしれないですが、記
事作成時の内容ですので、記
ご容赦ください。

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 広報委員会わくわく部会 まで

TEL 080-3175-2139 (小倉)

今回は、

「相模原ボランティア協会
理事・副会長

吉留 勉さん

をご紹介します。

あじさい会館二階ボラ協事務所でお会い
しました。

「ご活動は

相模原ボランティア協会は、一九八二年



に結成され三十五年を超える歴史を
刻んでます。

現在会員は一二〇人程度ですが、結
成当初は四〇〇人近くいたようです。
事業としては、

- ・ハンディキャブ運行事業
- ・ボランティア養成講座
- ・傾聴活動

・障がい者の社会参加と市民やボラ
ンティアとふれあう交流事業（ほか
他

ふれあいフェスタ・ボウリング大会）
・情報発信事業（ぼらんていあ通
信・ボランティア情報誌わくわくの
発行）

を展開しています。

私は一六年ほど前にハンディキャブ
ボランティア活動に入り、六年前に理
事になりました。協会は三年前まで財
政危機に陥っていました。二か所あ
った事務所を一か所に統合し、ハンデ
ィキャブ号も三台を二台に減らし、ボ
ランティアの自分の車で運行するセ

ダン型運行も実施して何とか財政は
危機を脱しました。

現在は運転ボランティアの人員不
足が大きな問題です。

私も現在運転ボランティアを続け
ていますが、協会全体としては運転ボ
ランティアの高齢化や病気等で辞め
ていく人がいますが、新しく加入して
くれる人がほとんどいません。反面、
高齢化社会の加速で当協会を利用し
たいという方はじりじりと増えてき
ていきますので、対応が難しくなってい
ます。

「ご出身は

出身は、鹿児島ですが、大戦があり
ましたので、生まれたのは台湾です。
鹿児島で小学校から大学まで過ごし、
NECに入社しました。なお、吉留と
いう姓は鹿児島に多いです。

相模原工場に二十五年、川崎の工場
を経て鹿児島県出水市の工場に単身
赴任で九年とNEC一筋で定年退職
しました。退職後、ホームヘルパー二

級の資格を取って、ボランティア活動に入りました。

ご家族は

現在は、妻と自立した子供二人、孫も三人います。

ご趣味は

退職後に一年間、男の料理教室に通ったので、料理は得意です。家庭でも食事は時々作ります。旅行がとても好きで夫婦でよく旅行をします。国内は北海道の利尻・礼文島、佐渡島や沖繩の石垣島・宮古島に何回も行きました。又巡礼ツアーにも参加し、秩父三十四観音、坂東三十三観音巡り、四国八十八か所巡りにも行きました。また、海外旅行も毎年夫婦で行っています。ヨーロッパ旅行が多いですが、去年は南米ペルーのマチュピチュに行き、今年は南イタリア、シチリア島に行きました。

また、スケッチが趣味で仲間八人と毎月二回ぐらい横浜や東京の公園等へスケッチに行きます。毎年、橋本の

画廊でグループ展を十年近く開催しています。海外旅行に行くのも海外のきれいな景色を帰国してから絵にする楽しみもあるからです。

読書は

藤沢周平の時代小説をよく読みます。テレビでも時代劇が好きで藤沢周平の時代劇を何回も観ています。

音楽は

ジャズ、ムード音楽、何でも好きで家にいるときは何かしながらでも一日中音楽をかけています。

これからのご自身は

ハンディキャブボランティア活動を十六年やってきて数多くの人たちの老後を見してきました。どういう老後を送るかは人それぞれ価値観が違うので、良い悪いを決めつけることにはできないと思います。しかし、高齢化社会の加速で高齢者が増加してきている中で高齢者がしあわせな老後を送るために当協会の活動がますます重要視されてきていると思います。ボラ

ンティア不足問題が大きいです。私も理事の任期があと半年ぐらい残っていますので、その問題解決に努力していきたいと思っています。

趣味のスケッチももう少し力を入れていきたいし、旅行もまだ行きたいところがいっぱいあります。スポーツジムにも通っています。残りの人生は短いので、悔いのないように過ごしたいと思っています。

~~~~~  
スケッチを見せていただきました。  
「スイスの農家」を描いた色彩の明るい素敵な絵でした。これからも趣味を生かし、ボランティア活動への問題を提起なさりながら活動を展開していただきたいと思っています。ありがとうございます。  
~~~~~

聞き手 山本 和子

取材年月日 二〇一八年十二月六日

「午前中」①-朝

右手を握り、傾けた頭をのせる。頭を起こすと同時に、右手をおろす。



「でも、しかし」

斜め下に向けた右手の手のひらをぐるりと回転させ、自分の顔に向ける。



今回は、手話の基本的な会話を覚えていきましょう。

基本的な単語を覚えることで、簡単な会話を楽しみましょう。

午前中は、朝と昼の間で表します。

「午前中」③-の間

左手を立て、おでこに当て、右手は手のひらを左上方に向けて体の横に置く。



「午前中」②-昼

右手の人差指と中指を立て、人差し指の付け根の横側をおでこに当てる。



「午後」

顔を時計に見立てると、午後は左側となるので、手をおでこの中央からそのまま時計の逆回りに倒す。



以下の単語を変えて、別の文章をつくれます。やってみましょう。

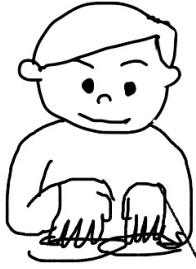
「暇」

両手の手のひらを自分に向け、腕を外側に開くようにして軽く下におろす。



「忙しい」

両手で自分の前にあるものをかき回すようなしぐさをして表す。



「いつも、毎日」

両手の人差し指と親指を回転させることにより、毎日繰り返される日の出と日没を表す。



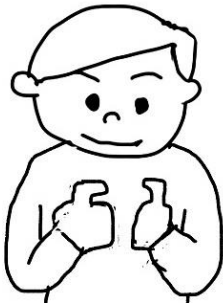
「一日中」

右手の人差し指を、左肩か右肩へゆっくり移動させる。太陽が昇って沈むまでの日様をイメージして表す。



「おはよう」②

腹を向かい合わせた両手の人差し指を軽く曲げる。(あいさつ)



「おはよう」①

「朝」+「あいさつ」で表す。



ちょっと息抜きで挨拶を覚えましょう。

いかがでしたでしょうか？会話がしたくなりましたね。

「こんばんは」

「晩」+「あいさつ」で表す。
晩は、夜で暗いということなので、目の前を両手を交差して塞ぐことで表す。



「こんにちは」

「正午」+「あいさつ」で表す。
{正午}は「昼」と同じ。
の両人差し指は、人をかたどったものの。



パズルにチャレンジ 解答編

今回の問題はさかなの名称でした。

細かな分類ではありません。

皆さんがよく知っている名前ばかりです。

①タ	チ	②ウ	オ	③キ	ン	④メ	ダ	⑤イ
コ		ナ		⑥ト	ビ	バ		サ
		ギ		ナ		ル		キ
⑦イ	カ			⑧ゴ	リ			
ワ						⑨カ	レ	⑩イ
⑪シ	ラ	⑫ウ	オ					ト
		グ		⑬シ	シ	⑭ヤ	モ	ウ
		⑮ア	イ	ナ		マ		⑯カ
	ナ			⑰ア		⑱メ	ジ	ナ
	⑲ゴ	イ		ユ				ゴ

ヨコのかぎ

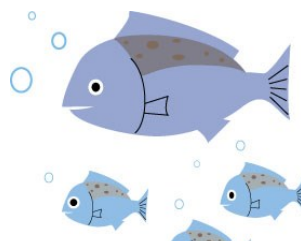
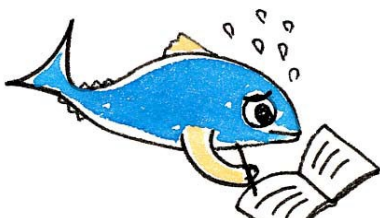
- ① キラリと光る武士のいのちに似てる
- ③ 赤いカラダに金色の目。煮物は絶品！
- ⑥ フジヤマの〇〇ウオと言われた水泳選手がいた。
- ⑦ 10本の腕。干したものは縁起物でもある。
- ⑧ ハゼ類の形をした淡水魚を指す一般名
- ⑨ 平たくて目が体の右に2つともある。
- ⑪ 半透明の細長い小魚。生食も可だが要注意！
- ⑬ 北海道の太平洋岸で捕れる柳葉のような魚
- ⑮ カサゴの仲間。〇〇〇メ。底生魚
- ⑱ 体はクロダイ似。イスラム教第2聖地と同名
- ⑲ 5月に空を泳ぐ、縁起のいい魚。尾頭付きがいい。

タテのかぎ

- ① 〇〇にゆうどうと言えはこれ！
- ② このところ価格が高騰している。シラス〇〇〇が捕れなくて。
- ③ 全長10cmの小魚。刺身もいい。ハマゴイとも。
- ④ 春告げ魚とも言われる。淡白な白身魚
- ⑤ 磯魚に由来とか？ 幼魚はウリボウとも。
- ⑦ マ〇〇〇、ウルメ〇〇〇、カタクチ〇〇〇
- ⑩ 1. 5mにも達する淡水魚。人の名前か？
- ⑫ ハヤと呼ばれることも。コイ科淡水魚
- ⑭ サケの仲間ながら一生を河川で過ごす。
- ⑮ ウナギとどこが違う？ 〇〇〇井が代表的
- ⑯ イ〇〇〇。幼魚を煮込んだ釘煮が有名だ。
- ⑰ 香りのよい魚とされる。6月1日解禁が多い。

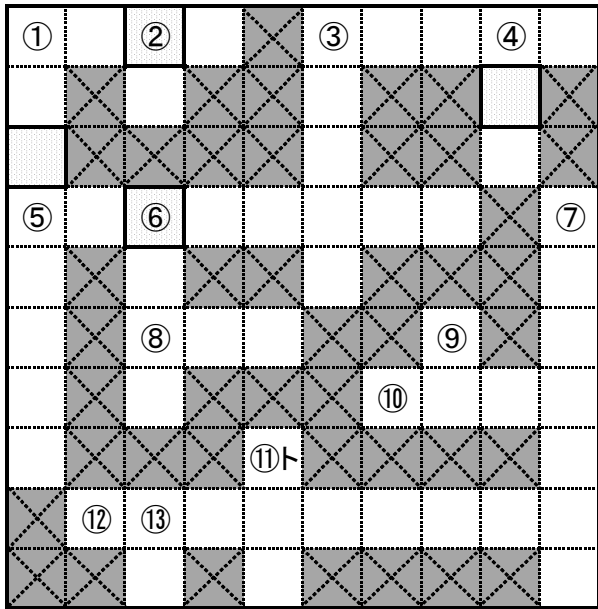
濁音、半濁音はどちらでもなしでもありでも読めるということ

□の5文字を集めましょう。
フグの仲間。皮はざらざらだが美味
カワハギ



パズルにチャレンジ 問題編

今回の問題は関東圏のスケート場です。
意外に知られていない場所ですが、探しましょう。



ヨコのかぎ

- ① 市原市にある屋外型スケート場。〇〇が〇〇
- ③ 日光市にある細尾〇〇〇〇〇ク
- ⑤ 千葉市にある通年利用可のリンク
- ⑧ 軽井沢のケラ池スケ〇〇〇ンク
- ⑩ 〇〇〇〇霧降スケートセンター
- ⑫ 県立のセンター。連山の名称が冠に

タテのかぎ

- ① 新潟市にある。ネーミングライツで名称となる。
- ② 〇〇たまアイスアリーナ
- ③ ニ〇〇〇〇〇アイススケート場
- ④ シチズンプラザ アイススケート〇〇〇
- ⑥ 地元です。銀河〇〇〇〇
- ⑦ 東毛地区唯一のスケートリンク。……トセンター
- ⑨ 〇〇のみやしスケートセンター
- ⑪ 〇〇〇えん 屋外アイススケートリンク
- ⑬ い〇〇ち青少年スポーツセンター

濁音、半濁音はどちらでも
なしでもありでも読めるということ

□の4文字を集めましょう。
高崎市郊外の
ニュー〇〇〇〇アイスアリーナ。
□□□□は何でしょう？



私が選んだハイキングコース ～鎌倉古道・七国峠を歩く～

「いざ鎌倉！」のための往還は各地に整備されていましたが、都市化の中で遺構は埋もれてしまったところも多い中、往時の雰囲気の色濃く残していると思われるのが、この七国峠（ななくにとうげ）を通る道です。住宅街からいくらかも離れていないのに、これほどの道が残されていることに驚きました。（ゆっくり歩いて全行程1時間半）

①JR 横浜線相原駅を出発点にしました。西口側に出て、北へ、線路に平行な道を歩み始めます。少しくねくね曲がる所もありますが、概ね北へ真っ直ぐに行くと、5、6分で住宅街が終わりそうな所で、歩いてしか行けない細い道を選択して、なおも北へ進みます。

②さらに進むと見落としそうな小さな橋があり、谷戸が広がり、畑地を進みます。谷戸の向こう側には、「こんな場所に！」と驚くようなうっそうたる里山が鎮座して私を迎えてくれました。山の麓で左に折れ、進みますと、出発から15分ほどで、右の山道に入って行きます。いよいよ山の中、なんだか嬉しくなります。

③森の中を登ること10分ほどで、尾根に到達します。尾根道を突っ切っていくと、すぐに山は切れて、みなみ野方面の街並みが飛び込んでくるビューポイントになります。

④尾根道に戻って、七国峠を目指して、細い山道を歩きましょう。ここは上りもなく、のんびり歩ける道です。風の音を聞きながら、季節によっては落ち葉を踏みながら歩きます。20分程で北側から鎌倉に向かっている古道の七国峠に出ます。

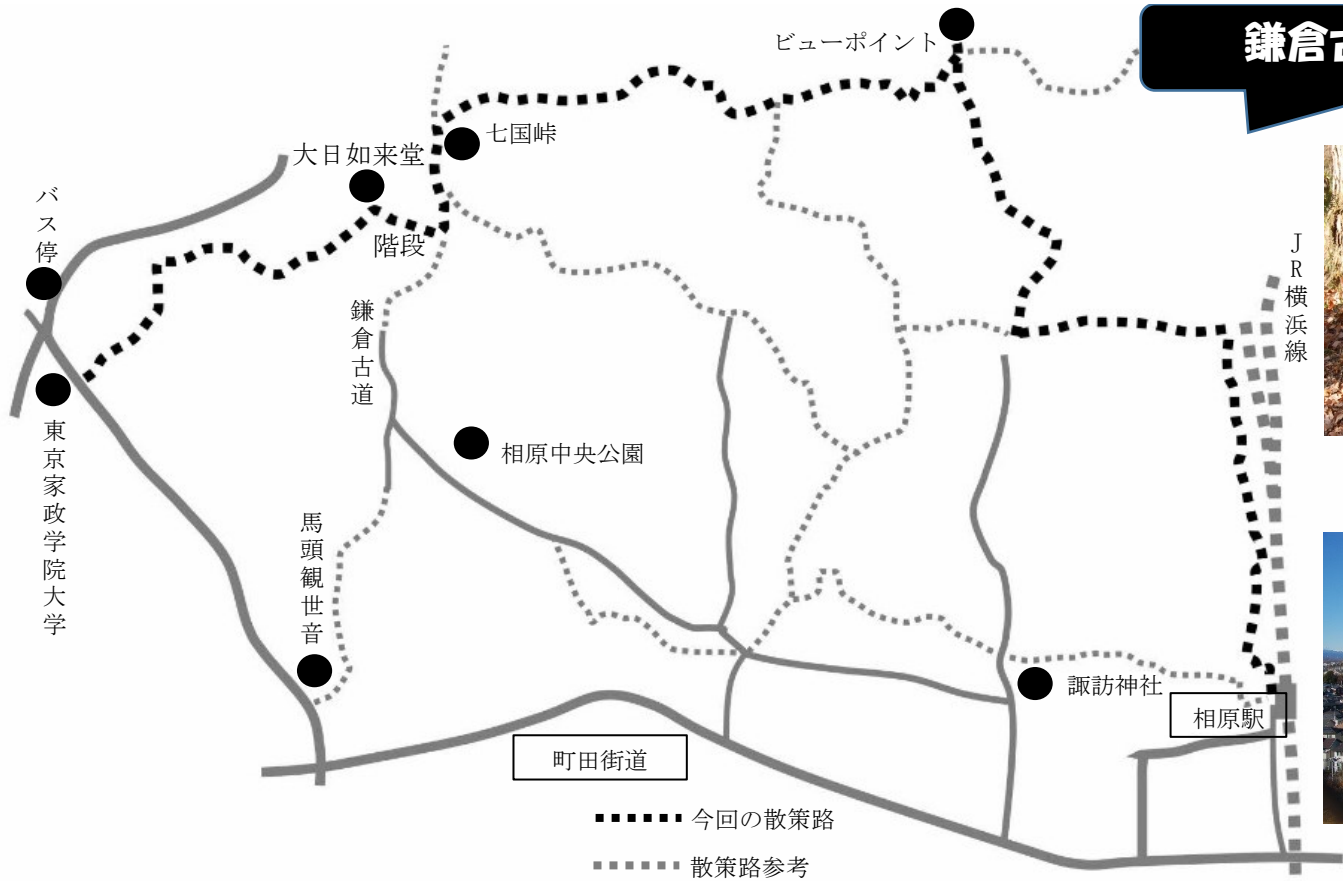
⑤左（南）に曲がると直ぐに三叉路があり、左上の段に「湯殿山供養塔」があり、左の道を選ぶと相原中央公園に下りて行くことになります。まっすぐの道をそのまま進むと、ありました！右に急激に上がっていく小さな階段道です。これを選択します。

⑥階段道は大変急で、段差もはっきりせず、上るのに息が切れませんが、126段あがると上の広場に着きます。ここが大日如来堂です。「名勝七国山関七州見晴台跡」の石碑があるが、今は木も多く、展望できない。

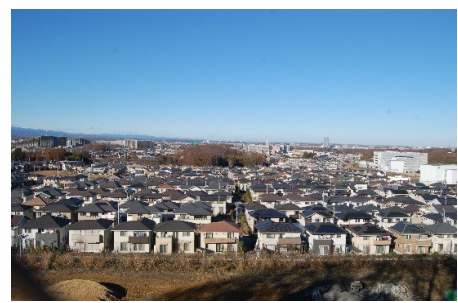
⑦如来堂の広場を進めば、下りとなり、道なりに歩いて家政学院大へと下りることが出来ます。ここから相原駅（1時間に2～3本）や八王子駅（1時間に2本程度）にバスが出ています。ただし、土日祝日は相原駅へのバスはないので要注意です。

（西本 敬）

鎌倉古道・七国峠を歩く



まだだフットパスと表示された
しっかりした道標がある



八王子みなみ野方面のビュー



大日如来堂と広場



大日如来堂への上り階段



大日如来堂の広場にする階段は
かなり急ですが、せっかくです
から頑張って上りましょう。



七国峠付近

—情報のページ—市内の公民館一覧—

今回は、約10年前に発行した「わくわく第3号」に掲載した公民館の一覧です。掲載当時は政令市前なので、区の追加と最新情報に修正しました。（この情報は、相模原市のホームページから抜粋）

No	名称	区名	住所	電話番号
1	大沢公民館	緑区	大島 1776-5	042-762-0811
2	橋本公民館	緑区	橋本 6-2-1	042-771-1051
3	相原公民館	緑区	相原 4-14-12	042-773-7800
4	城山公民館	緑区	久保沢 1-3-1	042-783-8194
5	津久井中央公民館	緑区	中野 633-1	042-784-3211
6	青根公民館	緑区	青根 1372-1	津久井中央公民館へ
7	相模湖公民館	緑区	与瀬 1134-3	042-684-2377
8	千木良公民館	緑区	千木良 991-1	042-684-4349
9	藤野中央公民館	緑区	小淵 1992	042-686-6151
10	沢井公民館	緑区	澤井 936	藤野中央公民館へ
11	牧野公民館	緑区	牧野 4232	藤野中央公民館へ
12	佐野川公民館	緑区	佐野川 2903	042-687-2606
13	上溝公民館	中央区	上溝 7-7-17	042-761-2288
14	小山公民館	中央区	向陽町 8-1	042-755-7500
15	田名公民館	中央区	田名 4834	042-761-1251
16	大野北公民館	中央区	鹿沼台 1-10-20	042-755-6601
17	星が丘公民館	中央区	星が丘 3-1-38	042-755-0600
18	清新公民館	中央区	清新 3-16-1（注1）	042-755-8000
19	中央公民館	中央区	富士見 2-13-1	042-758-9000
20	横山公民館	中央区	横山台 1-20-10	042-756-1555
21	光が丘公民館	中央区	並木 4-7-9	042-756-1117
22	陽光台公民館	中央区	陽光台 5-6-1	042-755-3451
23	大野南公民館	南区	相模大野 5-31-1	042-749-2121
24	新磯公民館	南区	磯部 916-3	046-256-1900
25	麻溝公民館	南区	当麻 1324-2（注2）	042-778-2277
26	大野中公民館	南区	古淵 3-21-1	042-746-6600
27	相模台公民館	南区	相模台 1-13-5	042-743-7871
28	相武台公民館	南区	新磯野 4-1-3	046-256-3700
29	東林公民館	南区	相南 1-10-10	042-744-0087
30	大沼公民館	南区	東大沼 3-17-15	042-744-7722
31	上鶴間公民館	南区	上鶴間本町 7-7-1	042-749-6611
32	大野台公民館	南区	大野台 5-16-38	042-755-6000

（注1）大規模改修工事中。工事完了まで公民館事務室は清新 3-16-6 清新小学校屋内運動場内に移転。

（注2）平成31年2月12日下溝 594-6 に移転

あなたもハンディキャップボランティア号に 乗ってみませんか

～協会PRのページ～

協会では運転や介助のボランティアをやっていただける方を募集しています。また、ボランティアをやってみようという方のために1日体験の機会をもうけています。地域社会へのデビューのチャンスです。どうぞチャレンジしてみてください。



車の運転ならま
かしといて下さ
いよ！

一人で外出が困難な方は車いす利用の方だけではありません。
ご自分の車で活動に参加できる方式（セダン方式）も採用して
います。この機会にどうぞご参加ください。

ご自分が持っている力を社会に
生かすチャンスです。ご一緒にま
せんか？

あじさい連絡所は、電話/FAXとも

042-759-7982 です。

連絡先

〒252-0236 相模原市中央区富士見 6-1-20
市立あじさい会館2階中央ボランティアセンター内
電話/FAX 042(759)7982 (相模原ボランティア協会)

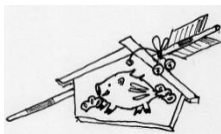
編集後記

☆平成の世もあと少し。私にとつては人生の後半、活発に動き回った時代でした。 (西)

☆冬来たりなば 春遠からじ」私の好きな言葉です。すばらしい「春」を待っています。 (和)

☆リハビリに励む毎日です。散歩の距離を少しずつ延ばしています (髭)

☆最近、風邪をひきやすくなっています。今年に入つて二回目です。風邪をひかない基礎的な体力をつけようこれから頑張つていきたいと思えます。 (倉)



さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく 2019 冬号 (第44号)

2019年1月26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
広報委員会 わくわく 部会

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」の内田雅輝さんの作品です。シンプルなタッチが見る者をほんわかとさせてくれます。「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** 2019年冬号（第44号 1月26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