

さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく



座談会 創刊10年記念座談会
[わくわく10年 今感じること]

文芸
訪問記
歩く

2018冬号

認定 特定非営利活動法人相模原ボランティア協会

冬

八木重吉

草は赤くなり

うつくしさに耐へず落ちてしまった

地はつめたくなり

霜をだして死ぬまいとしている

冬の朝

朝早く路を歩いてくると

霜柱が厚く持ちあがって

まだ日はあがらないが

空の裾ぐるつと薄赤るんでいる

冬陽

うつむいて歩いてくると

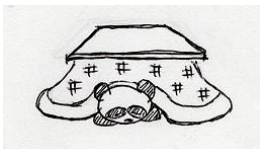
うすい冬陽が下駄のさきにおちている

見ればずうつとどこまでも

光が上にひろがっている

冬のおだやかな日に路を

あるくのはたのしい



もくじ 18冬号

巻頭詩		1
もくじ		2
創刊10周年記念座談会 わくわく十年 今感じること		3~9
ふくしフポイント情報		10~11
障がい者の詩		12~13
人物シリーズ40 坂本桃子 さん		14~15
まんが「わくわくさん」		16
相模原の史跡—大沼神社・大沼新田		17
大沢高齢者支援センターを訪ねて		18~19



手話シリーズ 34		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 (—茅ヶ崎里山公園散歩— :西本)		24~25
相模原ボランティア協会(PR)		26
わくわく変わりました。		27
編集後記・奥付		28

創刊一〇周年記念座談会

わくわく十年 今感づるや

出席者は特定非営利活動法人相模原
ボランティア協会 わくわく編集委員

小倉義男、高橋功、山本和子、

渡邊亮

司会／西本 敬

◆それぞれの役割

司会／最初にそれぞれの自己紹介と、「わくわく」でどの部分を担当しているか話していただきたいと思います。初めに山本さんから

山本／私はボランティア協会が設立された昭和五十六年当時のメンバーの一人です。総合企画委員会のメンバーとして「わくわく」の人物シリーズと冒頭の詩を担当してきています。

渡邊／山本さんと同じで、ボランティア協会を設立した当時のメンバーです。現在は講座の専門委員会と総合企画の

委員会に参加しています。「わくわく」では企画と座談会のテープ起こしを担当しています。

高橋／私は平成十一年にボランティア協会に入会し、平成十七年に理事になりました。その時に、災害ボランティアとか



高橋 功

神奈川県ボランティア連絡会とかを担当し、総合企画の委員会にも入っていました。「わくわく」の編集には途中から入りました。最初は手話を担当しその後は印刷の担当になっています。現在は、ボランティア協会の会長をしています。

小倉／私がボランティア協会の会員になったのは平成四年くらいのことです。長く社会教育の仕事をしていましたが、同

じ職場にいた渡邊さんから誘われたのがきっかけです。主に総合企画を担当しています。「わくわく」には創刊当時からかわつていて、自分でも記事を作ったりしますが、最終的な作業になる編集をやっています。

司会／私は今日の進行をさせていただく西本です。ボランティア協会では設立当時のメンバーで、現在は総合企画と講座検討委員会、傾聴委員会、そしてこの「わくわく」に関わっています。わくわくのなかでは、表紙の表裏の作成、座談会の最終的な編集、障がい者の方の詩の掲載、パズル、ハイキング、協会のPRなどを担当しています。

◆発刊にかけた思い

司会／わくわくの創刊号がここにありますが、二〇〇八年の三月十日に創刊しています。始めた時の思いとか話し合ったこと思い出すことがありましたらお願いします。

渡邊／発行を始めた時期は、城山町、藤野町と合併した当時で「交流のつどい」

とかがあつた時代ですよね。新たに相模



渡邊 亮

原市に加わつた四町とのつながりをきちんとしていこうよ、との意図から「わくわくする活動はないか」とかいいうのがきつかけだつたと思います。

高橋／二〇〇七年十一月二十三日に一泊で青根の緑の休暇村に研修に行つてます。その時に「津久井で起きたこと」との題で座談会をやつています。

司会／そうですね、あの時は相模湖町と藤野町のボランティア活動をやってらつしやる方々に、一緒に参加していただきました。

司会／ボランティア協会は外に発信することが少ないのではないかという思いも

あつて発刊することになったわけです。創刊号に代表編集委員の小倉さんが「創刊にあたって」の標題で文を寄せています。基本的な知識の掲載、最新の福祉情報、市内の福祉施設の情報などなどボランティアの関係で役立つ多様な記事を入れる「ボランティアの総合雑誌」を目指すと書いていますね。

渡邊／それまでに発行していた「ぼらんでいあ通信」との違いは、ぼらんでいあ通信が主に会員を対象にしているのに対してわくわくは会員以外の人を対象にこの情報誌を通して人のつながりが生まれることを期待した、という点でしょうか。

小倉／福祉のことを中心にしながら、ハイキングのことを載せたり紀行文を載せたり、漫画も入っていますけど、いろいろなことを盛り込もうと考えましたね

司会／さてそういういきさつで発刊するようになつて、この号ではや四十号、十年になります。

◆記事作りの面白さ、大変さ

司会／その記念の意味でこの座談会を

やつてみようかということになりました。実際にやつてみてどんなことを感じていらつしやるか、ご自身の担当のところも含めて感想がありましたら伺います。山本さんいかがですか

山本／私は最初からずーっと座談会のテープ起こしを頼まれていました。座談



山本和子

会の出席者にはいろんな方々がいらつしやつたので大変でした。言葉が聞き取れなくて、何度も聞きなおして…。

高橋／現在は今日の男性四人で分担しています。大変だつたでしょうね、約十五分担当するだけでも大変です。

司会／人物シリーズも山本さんが創刊

号から担当されていて。

山本／ええ、最初から全部です。最初のうちはよく知っている人たちだったんですが、そのうち全然知らない方になって来ました。この方に会ってくださいと。そうすると、その人に連絡をして、日にちを取りながら会いに行くわけですよ。ちよつと、初めてだからドキドキしながら会いに行くわけですが、でも、皆さん素敵な方でした。あとでお手紙を頂いたりして、よかったですと思っています。

初めのうちはダラダラと聞いていたけど、この頃は割りに質問を決めてるんですよ、どんな本や音楽が好きですかとかね。そうすると、その人の背景がわかってきます。昨日も行ってきたばかりです。楽しいですよ。

司会／山本さんの記事の内容が非常に濃くなってきたんで、ページを見開きの二ページにしようかという話になっていますね。かなりカットしても、だんだん文字が小さくなって来ていますので。

渡邊／取り上げる方々も随分幅広い分野になってきましたよね。山本さんのご

苦労も大きいと思います。

司会／ボンティア活動の分野だけじゃなくて、他の方面の方々もお願いするようになりました。ところで、小倉さんもういろと担当されていますが、いかがですか？

小倉／私は、最終編集をやっていますけど、八年ぐらい前から眼が悪くなりました。



小倉義男

て、最初の頃はよかったですですが、今は強度の近視のような状況で、物事がぼやけて見える。そんな中で編集頑張っています。

楽しかったのは、ハイキングです。境川を下るという企画をしまして、各駅を毎

回下りながら、たぶん十回ぐらいにわたって続けまして、最終的に江ノ島につきまして、ビールを飲んだ（笑）という、その頃はよかつたなあということです。今はもはや目的地に着くのが大変な状況です。

山本／私、巻頭詩の選定を担当していますが、初めの一年はね、ペンネームで西本さんが書いたんですよ、「日向 尋」という名前ですね。（笑）皆さん、知らないですよ。

春夏秋冬、四季で詩を探すのが大変なんです。日本詩人全集とか外国の詩人の全集とか持っていて、その中から出すんだけど、やっぱり新しい人を取りたいですよ。でも五十年以上たないと著作権でダメなんです。だから同じような人ばかりなっちゃうんです。そういう苦労もありますね。

渡邊／苦労っていうのは、たぶん読んでる方には分からないだろうけれども、すべて表紙の印刷から中身の印刷まで、それから製本まで手作りやっています。当初は製本作業がなかなか骨が折

れて、最初のうちは筋肉痛になりましたよね。（笑）ガツチャンガツチャンと留めてうまくいかなかったりして。今でも同じようにやっています、その労力を、皆さんに知っていただきたいですね。（笑）

司会／今はホチキス係、カット係とか分業化されていて手際がよくなりました。

渡邊／随分手馴れてきました。

小倉／最初は午後一時から五時頃までかかりましたね。（笑）今は二時半ぐらい。

渡邊／当初は五百部でしたが今は三百部に少し減りましたし。

渡邊／さっきの小倉さんの話しじゃないけど、ハイキングを通して編集に関わっている人も楽しむという側面もありますよね。私も、紀行文書く時ちよつと私事で恥ずかしいなあ、連続しちやうとちよつと嫌だなあというときもありましたよ。あいつ年中、旅行に行っているとか思われそうで（笑）

山本／私も一回広島に行ったことを書かせていただいたけど。あれは書かせていただいてよかったと思っています。

高橋／私ね、手話のページがありますが、指文字が大変で、結局は全部、絵のうまい小倉さんに代わってもらったんです。

渡邊／得手な人がやったほうがいいですよね。

山本／私はパソコン打たない人なんで、書き原稿を全部小倉さんに渡して、校正をやって仕上げています。ただ、相手の方にもう一回確認を頂いて、小倉さんに渡すようにしています。

司会／ハイキングを担当していますが、我が家でも役に立ってましてね、妻にお



司会／西本 敬

願いして、今日は一緒に歩こうなどと言いますと、「何よ、また取材なんですよ」と言われてしまいます（笑）

実際には自転車で行ったりとか、車で飛ばしていつて、ある部分だけ歩いたりとか。いろいろ工夫しています。でも、実際に歩いていて、途中でいろんな人と会ったりして。相模原の史跡も参考資料を図書館で見させていただいて、ここにしようということ、それは結構楽しいです。**山本**／私も人と会うのが好きですね。書くのも嫌いじゃないから、わりに楽しくやっています。

高橋／山本さんが人物欄を書かれるとき、自分で電話し自分でおせん立てをされているとは知りませんでした。

山本／企画会議の結果をもとに、相手の了承を得ていただき、その後は全部私がやります。相手に電話して日時を決め場所を決めて訪問します。いろんな人に会いましたが今まで嫌な人に会ったことがないですよ。

◆これからの「わくわく」について

司会／これからの「わくわく」についてどうしたいかということがあれば。

高橋／もつと読みやすいものにするため

にサイズをB5版にしたらというのがあります。また、福祉に関する事、介護の話などを分かりやすく取り上げたらどうか。相続のことなども取り上げたら：などという意見があります。

小倉／B5版にすることによって、字も大きくなるし、いいですね。

山本／相続や福祉の話なら本を紹介する方法もあります。

インタビューではこの冊子をご本人に数部お渡ししますが、さらにご自分の記事をコピーして配布する方もおられます。自分の人物像を他の方が理解する手助けになるということ。

渡邊／公民館でも普段あっている人から、わくわくを読んで館長は先輩だったのですねと言われたりして…。

山本／私自身、渡邊さんから紹介されインタビューした方のグループに入って活動するようになったこともあります。

渡邊／取材に応じてくれた人や人物シリーズで取り上げた方にはこれからこの冊子を送ってみたらどうか。その人から広がっていく可能性があります。



創刊号～第3号
2008年春・夏・秋号

渡邊／地区ごとにある地域づくり部会の動きみたいなのを書いてみたらどうだろう。子供に関するものが意外と乏しいのでそういう情報もいいかも知れない。
司会／座談会でも、参加者にはいろんな分野が人があるので話題が広がります。これからもこの「わくわく」を通して、情報交換と交流の輪が広がっていくといいですね。
(おわり)



「わくわく」バックナンバー

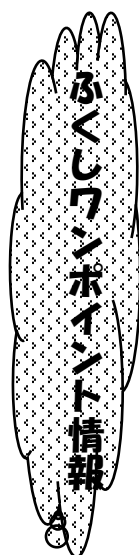
表紙の絵は2009年夏号から、ウディショップきこりの作品を使わせていただいています。

わくわく シリーズもののタイトル(1)

号	発行年	季節	座談会など特集記事	人物シリーズ 登壇者	ハイキング記事	さがみの味・相模原の史 跡
1	2008	春	津久井地域で起きていること	西本 敬	城山	
					おらあ三太だ！ 三太物語の町・津久井	
					石老山	
					藤野・五感の里ほか	
2	2008	夏	ざっくばらんに話し合おう	白濱豊子	木もれびの森	さがみ長寿いも
			相模湖町のぼらんていあ活動は		相模川・磯部など	手作り酒まんじゅう
					市立麻溝公園・ 県立相模原公園	
3	2008	秋	城山町のボランティア活動を語る	磯部節子	淵野辺からモナの丘	鶏肉とごぼうのかてご飯
					小松地区	シャキシャキサラダ 中華あじ
						にんじん畑から こんにちは
4	2009	冬	広くなった相模原市 サボセンの 将来像を考える	関口良三	八王寺七福神	さがみ長寿いも 長寿やまといも
					北公園	すいとん
						よもぎだんご
5	2009	春	男たちが語る男ボラのこと	高橋ツギ	甲州古道	里芋の肉巻きフライ
					松田山ハーブガーデン	芋ようかん
6	2009	夏	視覚障がいとボランティア活動	杉崎正子	相模川自然の村	すいとん
						なすの味噌炒め
7	2009	秋	障がい者地域作業所の現実と夢	桑野千佐子	北公園から相模川自然の村へ	大豆と野菜入りおこわ
					高田橋～塩田	ピラフ風 五目おこわ
8	2010	冬	障がい者スポーツよもやま	友田幸男	小松から城山湖へ	じゃがチーズ
					境川を行く パート1	いか人参
9	2010	春	配食ボランティア ふれあうこと	清水紳一郎	小仏峠から景信山	たくあんのバターライスと 葉めしごはんの一口お にぎり
					境川を行く パート2	即席しば漬け
10	2010	夏	津久井から広がること	山本和子	南富士 越前岳	
					境川を行く パート3	
11	2010	秋	藤野で頑張ってます	中島博幸	入笠山	さがみ菜チャーハン
					境川を行く パート4	やまといもクッキー
12	2011	冬	こころの病に寄りそって	山口尚美	藤野芸術の道	ひじきサラダ
					瀬谷八福神めぐり	大根のフラン
13	2011	春	子育てを応援する	石井吉彦	山梨県 日向山	里芋カレー風味 コンコンロール揚げ
					境川を行く パート5(1)	大根のピザ風味
14	2011	夏	災害ボランティアネットワークが目 指すもの	戸塚英明	南足柄市 矢倉岳	さがみーとぼーる
					境川を行く パート5(2)	大根の紅白梅花スープ
15	2011	秋	相模原のシティセールス 市民の 連携	鈴木節子	弘法山	ポパイ春巻き
					境川を行く パート6	大根とマグロのサラダ
16	2012	冬	大船渡 現場体験記	江頭善文	長池公園	かぼちゃとさつま芋の サラダ
					境川を行く パート7	野菜のコロッケ
17	2012	春	ハンディギャップ利用者2人に聞 く！	高橋 功	相武台下から海老名へ	竹の子ご飯
					境川を行く パート8	らっきょうとれんこんのサ ラダ
18	2012	夏	包括支援センターのいま	菅原茂浩	滝山城址公園	酒まんじゅう
					境川を行く パート9	なすのみそ炒め

わくわく シリーズもののタイトル(2)

号	発行年	季節	座談会など特集記事	人物シリーズ 登壇者	ハイキング記事	さがみの味・相模原の史 跡
19	2012	秋	視覚障がい者とパソコン生活	鶴巻 幹	藤野 生藤山	れんこんとらっきょう サラダ
					境川を行く パート10	大根ステーキ
20	2013	冬	いるかバンクって何？	田嶋いずみ	千葉県 伊予ヶ岳	すいとん(米の粉入り)
					境川を行く 総集編	大豆と野菜入りおこわ
21	2013	春	国際交流ラウンジを知ろう	佐々木ハルヨ	エビラ沢の滝	きんぴらごぼう
					光と緑の美術館	伊達巻(だてまき)
22	2013	夏	通学援助ボランティアのしごと	加藤 修	小山田神社	牛肉の八幡巻き
						パンケーキ
23	2013	秋	中途失聴・難聴者と手話	八木幹夫	湯河原 幕山	里芋の肉巻きフライ
					座間ひまわりまつり	芋ようかん
24	2014	冬	精神障害者と作業所	宗田真理子	武蔵国分寺跡	伊達巻
					相模国分寺付近	牛肉の八幡巻き
25	2014	春	大学と学生の地域福祉貢献	中山正和	二宮 吾妻山	すし飯
					厚木ぼうさいの丘公園	絵巻すし
26	2014	夏	田名地区のボランティア活動は今	笹野賢司	震生湖	パウンドケーキ
					古淵～相模大野、相模緑道緑地	上新粉のむしケーキ にんじん入り
27	2014	秋	夢に向かって／津久井高福祉科	瀧川美和子	あいかわ公園	じゃが芋もち
					相模大野～つきも野、相模緑道緑地	じゃが芋だんご
28	2015	冬	今、さがみはらの子育て支援は	篠田昭二	相模川自然の村から十兵衛山	鶏肉とごぼうのかてご飯
					寒川神社	
29	2015	春	高齢者支援センターが地域では たすこと	小林一郎	都立長沼公園	橋本宿
					長津田駅(駅ぶらり)	
30	2015	夏	精神障がい者が地域で生きること	千谷史子	陽光台から田名向原遺跡へ	上矢部の板碑
					十日市場駅(駅ぶらり)	
31	2015	秋	ボランティアセンターがめざすもの	服部裕明	青根コスモス園	龍像寺
					(寄り道ぶらり)	
32	2016	冬	新たな出発 NPOれんきょう	原 裕子	勝坂遺跡、中村家	淵辺義博居館跡
					市が尾(駅ぶらり)	
33	2016	春	どうする人材バンク	谷内孝行	相模三川公園	相原八幡・正泉寺 華藏院
					青葉台(駅ぶらり)	
34	2016	夏	若手経営者の社会貢献への挑戦	石井トシ子	大和 泉の森	呼ばわり山
					多摩境(駅ぶらり)	
35	2016	秋	ボランティアグループの課題と展 望	佐藤利章	横浜水道路(田名側)	谷口青柳寺
					多摩境～南大沢(駅ぶらり)	
36	2017	冬	ほかほかふれあいフェスタ・展望	渡邊 亮	水道路(東林間側)	田名八幡宮
					南大沢～京王堀之内 (駅ぶらり)	
37	2017	春	傾聴ボランティアがはたす役割	藤井恵美子	木もれびの森	上溝本町芭蕉句碑
					古淵～大沼(駅ぶらり)	
38	2017	夏	南区での活動のあれこれ ラウン ジ活動	松岡康彦	藤野やまなみ温泉周辺	古淵の大日堂
					JAXA, 市立博物館	
39	2017	秋	にぎわい処・・・ここから始まる地域の 輪	渋谷久美	愛川 三増合戦場	当麻の天満宮
					山下公園～桜木町(駅ぶらり)	
40	2018	冬	わくわく10年今感じること	坂本桃子	茅ヶ崎里山公園	大沼神社・大沼新田



このコーナーでは、福祉に関する身近な情報を紹介します。

◆介護保険のサービスを利用するには まず介護認定の申請を◆

どういう人が申請できますか？

日常生活を送るために介護が必要になつたら、まず要介護認定の申請をすることになります。六十五歳以上の人で、日常生活を送るために介護や支援が必要なか、四十歳から六十四歳の人で加齢に伴う病気（法律で決められた病気）が原因で、日常生活を送るために介護や支援が必要な人が申請できます。

どうして申請するのでしょうか

申請は、本人または家族のほかに高齢者支援センター、ケアマネジャーや介護保険施設（特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設）に代行してもらつてもできます。申請は次の

場所で受け付けています。

●緑区の橋本・大沢地区等にお住まいの人
緑高齢者相談課 緑区合同庁舎三階

電話〇四二・七七五・八八一二

●中央区にお住まいの人

中央高齢者相談課 中央区富士見六・一二
ウエルネスさがみはらA館一階

電話〇四二・七六九・八三四九

●南区にお住まいの人

南高齢者相談課 南区相模大野六・二二・一
南保健福祉センター三階

電話〇四二・七〇一・七七〇四

●城山地区にお住まいの人

城山保健福祉課 緑区久保沢二・二六・一
城山保健福祉センター

電話〇四二・七八三・八一三六

●津久井地区にお住まいの人

津久井保健福祉課 緑区中野六・一二・二
津久井保健センター一階

電話〇四二・七八〇・二四〇八

●相模湖地区にお住まいの人

相模湖保健福祉課 緑区与瀬八九六
相模湖総合事務所本館二階

電話〇四二・六八四・三二一五

●藤野地区にお住まいの人

藤野保健福祉課 緑区小淵二〇〇〇
藤野総合事務所二階

電話〇四二・六八七・二二五九

郵送の場合は、介護保険課へお送りください。

●介護保険課（認定班）

〒二五・五二七七 中央区富士見六・一二〇

あじさい会館四階

電話〇四二・七六九・八三四二

申請に必要なもの

介護保険認定申請書
介護保険被保険者証

医療保険証の写し（四十歳から六十四歳までの人）

かかりつけの病院名・医師名・住所・電話番号の分かる診察券やメモなど

申請から認定結果までの流れは別図のとおりです。

要介護認定申請から認定結果までの流れ

《訪問調査内容 74項目》

- 身体と動作の様子
- 日頃の生活状況、介助の様子
- 意志の伝達など認知機能の様子
- 物忘れなど心や行動の様子
- 社会生活への適応の状況
- 医療を受けている状況 など

要介護認定申請

主治医に意見書を書いてもらう
医学的な意見を求めるため、市が申請者の主治医に依頼し、意見書を作成してもらいます。

訪問調査を受ける
市の職員や、市から委託を受けた居宅介護支援事業所のケアマネージャーが申請者を訪問し、心身の状態を調査します。

一次判定(コンピュータによるもの)

一次判定は、訪問調査の認定調査票の結果と主治医意見書をコンピュータ入力して、要介護認定等基準時間等を割り出し、その時間に応じて自立・

介護認定審査会 による二次判定

コンピュータによる判定(一次判定)および調査票の特記事項、主治医意見書に基づき、保健・医療・福祉などの専門家からなる介護認定審査会で、要介護度を審査・判定(二次判定)を行います。

介護の手段に係る審査判定

状態の維持・改善可能性にかかわる審査

結果通知

申請者に結果をお知らせします。

非該当

自立

該当

要支援1
要支援2
要介護1
要介護2
要介護3
要介護4
要介護5

要介護度

要介護認定の申請後、調査員が訪問して調査を行うとともに、市はかかりつけ医から意見書を取り寄せ、専門家で構成する介護認定審査会で、要介護度等(どの程度介護が必要か要支援一から要

介護五までの七段階に判定)を判定し、申請者に結果を通知します。
新規の要介護認定の有効期間は、原則として六ヶ月間ですので、有効期間が終了する前には更新申請が必要になります。

す。更新申請は、有効期間が終了する六十日前からできます。対象の人には、終了する約四十日前に市から更新のお知らせをします。現在の要介護度の状態から変化があった場合は、有効期間の終了を待たずに、いつでも区分変更の申請ができます。区分変更申請の場合、認定の有効期間は、原則として六ヶ月間となります。

高齢者支援センターや介護関係の事業所、ケアマネージャーに相談して、介護度に応じたサービスを介護保険の適用を受けながら利用することが出来ます。介護サービスは、介護保険で利用できる一ヶ月の上限額(支給限度額)が要介護度によって決まっています。この限度額内であれば、介護保険サービスを原則として一割(一定の所得以上の方は二割)で利用できます。

この記事は相模原市のホームページを参考にして作成しました。

今は冬

坂本隆夫

今は冬

病に転動されている

長い 長い 道が 続いている

悲しさと悔しさが

繰り返して 追いかけて来る

エンドはいつ やつて来るのか

普通の 道に もどれるのか

冬は 長い

雪は 降ってくる

零下は 体を 寒くする

まどろみの 私 春は 近い

今年も また 梅の 芽が

たくさん でてきた

狭い 庭に 梅の木がある

桃 杏

季節を 乗り越え 咲いていく

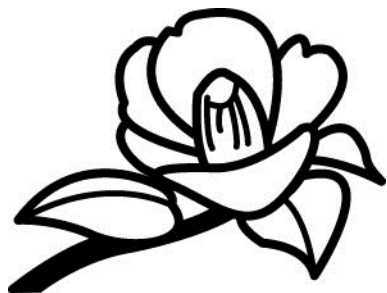
私は 冬から春へと変転していく
病は 長い しかし いつか 春がくる
何度 躁病と鬱病を

繰り返しただろう

何度 死を 考えただろう

負けない！ 断じて 負けない！

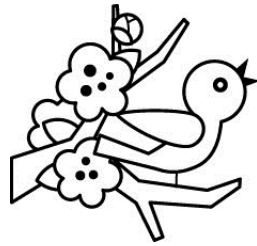
生き抜く 私に 勇気は ある……！！



小さな胸

投野幸子

その小さな胸を
そんなに痛めないで
青い空をあおげば
痛みなんてすぐ消えるよ
だからもう一度
前を向き
歩いていこうよ
その内い事あるから
小さな小さな君の胸に
いつかきれいな花が咲くよ
笑顔で歩いていこう



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。今回は、平成二十八年のまごころふれあいコンサート及び当誌掲載のために応募された作品からです。

人物シリーズ40

NPO法人地域研究舎

「じゃんぼ・じゃんぼ」と

「える・える」の施設長

坂本 桃子さんを

ご紹介します。

施設は

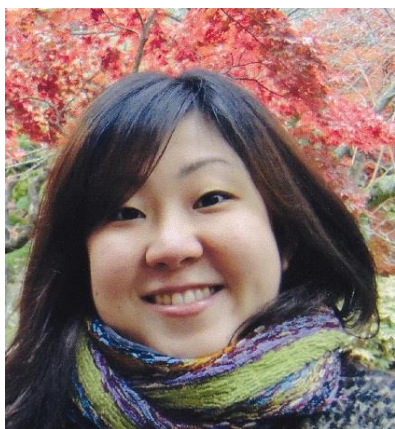
東林間にあります。

「じゃんぼ・じゃんぼ」は、放課後等

デイサービス事業所。

「える・える」は、日中一時支援

事業所です。



名前の由来は、

「じゃんぼ・じゃんぼ」

ジャンボという大きいという意味

と語源のスワヒリ語では「こんにちは」

という意味があります。誰もが大きな

声で「こんにちは」と言い合える地域

になるといいなという夢を込めてつ

けました。

「える・える」は、笑いあえるつなが

りあえるということです。今回は、「じ

ゃんぼ・じゃんぼ」を中心にご紹介し

ます。

まず方針は

① 障がいがある児童・生徒が放課後

の時間を楽しくのびのび過ごす場

所の提供。

② 多くの人との関わりあいの中で互

いに助け合い尊重しあいながら地

域社会で暮していくことを一緒に
考えていく。

③ 幅広い選択、自由な意思の決定の

機会を多く提供。

ということです。

設立は

平成二十六年四月。今年で四年目で
す。スタッフは六名。

現在、南区には同様の施設が三十二か
所あり、連携しながら児童福祉・障が
い福祉に取り組んでいます。

ご出身は

相模原の東林間で生まれ育ち、小学
校は鶴の台小。中学・高校は東海大相
模。大学は多摩美大建築学科。その後、
田園調布学園短期大学社会福祉学科。
そこで地域福祉学教授の小野敏明先
生（元相模原市社会福祉協議会職員）

と出会い、現在でもいろいろとご指導をいただいています。

そのあと、県央福祉会に就職しましたが、二十九歳頃、難病「EGPA」を発症しました。

現在は月に十日程の入院治療は必要ですが、さまざまな薬剤のお陰と一緒に働いてくれている仲間の力で一度はあきらめた夢に再び向かって社会参加でき、ありがたい限りです。

ご家族は

四つ年上の自営業の主人と二人暮らし。

実家が近いので母親とは行き来しています。」

ご趣味は

絵を描いたり、立体的なものを制作したりしています。

お相撲が大好きで「琴の若」現在の佐渡が嶽親方が十六歳のころから大好きです。

「鶴竜」は十年前からのファンです。年一回五月場所には必ず観に行きます。

最近読んだ本は

福祉の本が多いです。同じ本を何回も読みます。

漱石の「こころ」は、二か月に一回読みます。

音楽は

クラシックが好きです。ドボルザークの「新世界」は、グリーンホールでコンサートがあると必ず聴きに行きます。

劇団四季の「オペラ座の怪人」は十回以上観ています。

これからのご自身は

「四十不惑」といいます。地域福祉という道で迷ったり苦しんだりしながら、その道の中にある楽しさを感ずことなく突き詰めていきたいです。

淡々と毎日過ごし、この地域の福祉のために生きていきたいと思っています。

~~~~~

難病を患いながら地域のために活躍している姿に頭が下がります。

ご活躍を！

聞き手 山本 和子

# 広告募集！

ぼらんていあ情報誌「わくわく」では、読者への身近な情報提供として、幅広く広告を募集しています。

広告の掲載料金は、以下のとおりです。身近な広告媒体として是非ご活用ください。

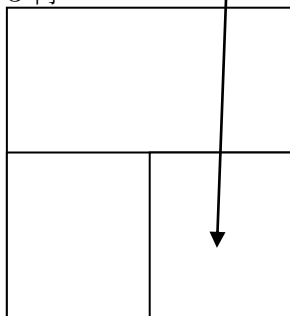
2段組で

B 7=3,000 円（一段の半分）

B 6=5,000 円（1段）

B 5=10,000 円（1ページ）

わくわく B 5判



原稿は、そのまま印刷原稿となりますので、汚れないようにして、下記の宛先に送付してください。

- ・ 広告掲出料の支払いは、「わくわく」発行後、掲載料の請求を行いますので、指定された方法でお支払いください。

送付先

〒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 御中 まで

TEL/FAX 042-759-7982

お問い合わせは 小倉まで

## わくわくさん

作 髯野 克己

絵 鹿野 徹子

### W 要介護...



## 相模原の史跡 大沼神社・大沼新田

このページでは相模原の史跡を紹介する。

南区東大沼二丁目十の五に大沼神社がある。最寄り駅はＪＲ古淵、国道十六号大野交番前から大沼信号に向かう途中にある。大沼神社の祭神の弁天はここから南側の大沼新田部落

の鎮守の神様として享保二十一年（一七三六年）に勧請されたという。他の説としては、古淵の鹿島神社からお移したともいう。この大沼神社の後ろには大沼があったというが、今はテニスコートや住宅がぎっしりと建ち並び、その面影はない。わずかに、神社を取り囲むようにして堀が残っているが、水はもはやない。

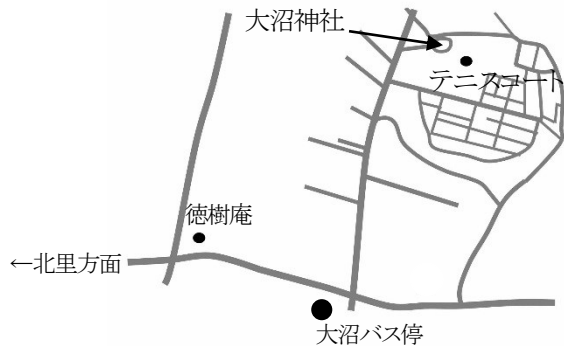
大沼新田の開発は散在していた沼の水をもとに元禄一二年（一六九九年）に始められた。この付近一帯は大沼、小沼、加沼など多くの沼があったのである。地質的には水を通しにくい粘土質の層が地表側にあり、水が溜まりやすかったのだという。



実際に

神社裏の大沼が消えたのは、戦後の土地開発によるものとい、地図を見ると、円形の沼の形が道路や住宅の配置

にはつきりと残っていて興味深い。



※座間美都治著「相模原の史跡」を参考にした。

バスは古淵駅発小田急相模原駅行の大沼神社前で、または相模原駅南口発相模大野駅北口（大野台経由、北里経由どちら）の大沼バス停で下車する。

## 市内地域包括支援センター

### 二十二か所を訪問 その21

#### 大沢高齢者支援センター

八月二十六日（火）昼すぎ、大沢高齢者支援センターを訪問しました。大沢地区は鉄道の駅（横浜線橋本）から離れていて公共交通はバスに頼っています。市役所方面への直通バスがないので不便でしたが、区制になって行政の拠点が緑区橋本になり多少不便が解消されたとのこと。

大沢高齢者支援センター管理者で社会福祉士の奥山博之（おくやまひろゆき）さんにお話を伺いました。当センターは介護老人保健施設グリーンヒルズ相模原（相模原市に最初に来た老人保健施設）の中にあり、隣には系列の晃友（こうゆう）内科整形外科・晃友リハビリテーション館、大

沢小学校や大沢まちづくりセンターも近くにあります。相模川自然の村公園、清流の里を初めとして相模原



社会福祉士の奥山さん

担当地域は大島、上九沢と緑区の下九沢・田名で高齢化率は二十一%と市内でまん中あたりです。県営・市営の団地が複数あり、一人暮らしの高齢者が引越してくることも多く、近くに身寄りのいない人もいて、民生委員がかかわっていきいきサロン活動や健康体操教室を行っています。外国の人も多数居住していて、今後、言葉の問題などが課題となってくると思います。

職員は六名で電話相談、訪問業務に当たっています。行事が盛んな地域で町の運動会やレクリエーション、子どものマラソンやわんぱく相撲大会などにセンター職員が救護班としても参加しています。

相模原市と北里大学、支援センターの協力でご近所健康づくりの会を作って介護予防に努めています。

奥山さんのお話の中で、今後は一

北公園など自然にめぐまれていて散策の場所には事欠きません。高齢者施設も多くあり老人福祉センター・溪松園を利用するにも便利な所です。



まつり」の横断幕が、玄関脇には「和



大沢高齢者支援センター  
緑区大島 1583-1 (グリーンヒルズ相模原内)  
電話 042 - 760 - 1210

人暮らしで身近に介護の中心になる  
家族のいない高齢者が増えるのでは  
ないかと言うことが身にしました。  
「グリーンヒルズ」のおまつりが年  
一回開かれるそうです。建物の最上  
階に「九月十四日 グリーンヒルズ

太鼓や模擬店」のポスターがかかげ  
られ、にぎやかそうです。

(杉崎・三十尾)

この施設訪問の記事は、以前「ほらんていあ  
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。

## 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  
を補充しています！

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、まずは電話をしてみてください。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



# 手話講座

## 34

川田さんも誘おう  
かと思っています。

今回も、日常的な会  
話の手話です。

手話の基本的な動作を掲載していきま  
す。

単語を覚え、  
簡単な会話を  
楽しみましょ

「女性」

左手の小指を立て、手の甲を相手  
側に向ける。視線は小指に向け  
て。男性の場合は、親指を立てる。



「田」

両手の人差し指、中指、薬指の  
3本を垂直に交わるように重  
ねる。



「川」

右手のひらを前に向け、人差し  
指、中指、薬指を立て、前にす  
っと倒す。



「いいですよ」

右手を握って小指だけを立  
て、あごの下に当てる。OKと  
いう表情で。



「思う」

右の人差し指を右のこめか  
みあたりにつける。



「誘う」

立てた小指の上に右手をかざ  
すようにし、右手をサッと横に  
ひきながら握りしめる。



### 「木」

両手の親指と人差し指を開き、木の幹の形を表すように、おなかから両肩の上に両手を開きながら移動させる。



### 「鈴」

右手で鈴をつまんで握るようにする。



鈴木さんも来たい  
と言っています。

### 「～したい」

あごの下かのどのあたりで右手の親指と人差し指を少し広げ、その2本指を下におろしながらくっつける。



### 「来る」

右手の人差し指を立てて相手の方に手の甲を向けて出し、自分の胸元にそのまま引き寄せ



る。

### 「言われる」

軽く握った右手を右前に出し、顔に向けてパッと開く。



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。

### 「よい」

握った右手を鼻先から少し前に出す。



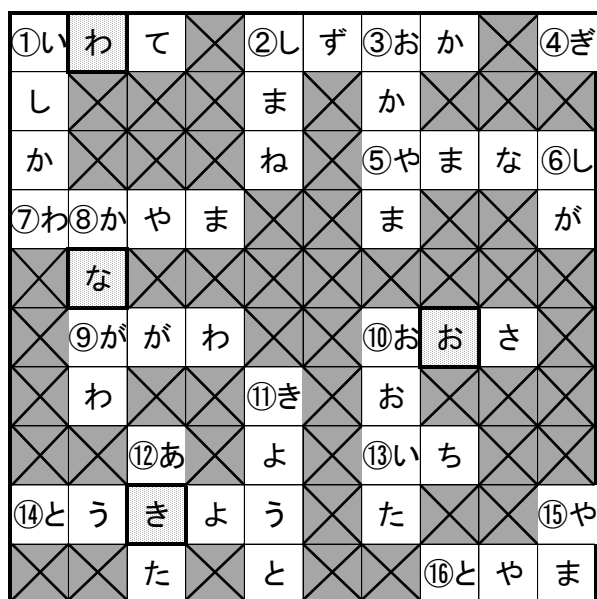
### 「どうぞ」

両手のひらを上にして少し開き、右前方に置く。そのままの状態  
で左側に異動させる。



# パズルにチャレンジ 問題編

今回の問題は国体のことです。国体のテーマは開催県ごとに決められます。ヒントから開催県を考えてください。(秋の国体を対象にしています。)  
(国体＝国民体育大会)



## ヨコのかぎ

- ① 希望郷〇〇〇国体。盛り上がったとか。
- ② わかふじ国体。日本一の山にちなんで
- ④ 〇ふで開催。清流国体
- ⑤ かいじ国体。どこかな？ ずばりですよ。
- ⑦ 紀の国〇〇〇〇国体でした。
- ⑨ 東四国国体。どの県でしょう？
- ⑩ 〇〇〇かで開催。なみはや国体
- ⑬ あ〇〇県で開催された「わかしゃち国体」
- ⑭ スポーツ祭 2013と言っていたなあ。
- ⑯ 2000年〇〇〇国体でした。

## タテのかぎ

- ① 県名そのままズバリ「〇〇〇〇国体」
- ② 神話からとった「くにびき国体」というテーマでした。
- ③ 晴れの国〇〇〇〇国体
- ⑥ びわこ国体ですからネ。
- ⑧ 県名＋ゆめ国体でした。覚えてますか？
- ⑩ チャレンジ！ 〇〇〇〇国体
- ⑪ いにしえの都。名前そのものにパワーあり。
- ⑫ 〇〇〇わか杉国体。杉が有名な県
- ⑮ 〇〇ぐちでは、おいでませ！ だそうです。

濁音は濁点ありなしどちらでも読めるということで

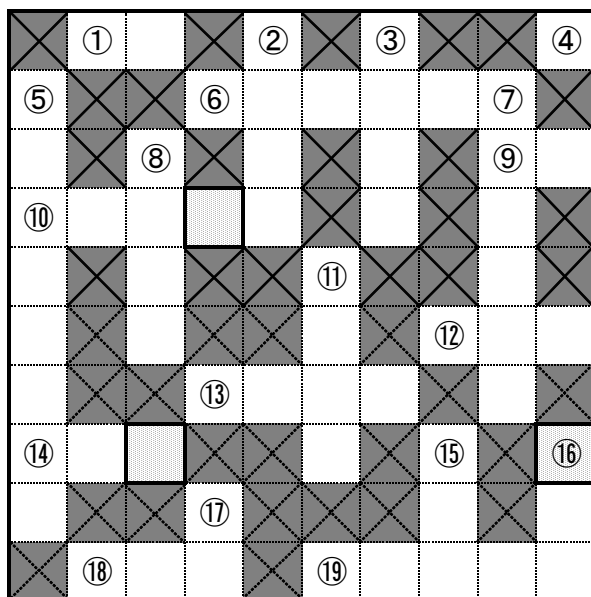
□の4文字を集めましょう。  
海邦国体と名づけられたのは  
□□□□ 県です。



# パズルにチャレンジ 問題編

今回の問題は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す。

調べてわかると、競技に詳しくなりますよ！



## 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。
- ⑮ 飛ぶ距離が大きい種目。〇〇〇ヒル
- ⑯ 氷上のペタンクのような競技

## 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  
□ヨ□□トラック



## 私が選んだハイキングコース（茅ヶ崎里山公園散歩） ～街に近い里山でのんびり～

2001年に一部開園して整備されてきた新しい公園ですが、少し昔の里山の景色をふんだんに見ることができます。子どもの遊び場もあって、のんびり歩くのにはいい場所かと思い、紹介します。

### ①公園入り口までの行き方

小田急線湘南台駅西口から湘17系統文教大学行きバスに乗車し、「芹沢入口」にて下車します。ICカード料金で大人268円、16分で到着します。1時間に4本程度が運行されていて、利用しやすくなっています。バス停から北方向に約300mで公園入り口、パークセンターに到着です。パークセンターには会議室や売店などもあります。

### ②どう歩こう？

広い公園をどう歩くかは自由です。南北1.2km、東西幅最大1km弱の細長い公園です。東側を進むか、中央付近を進むか自由です。以下にスポットを紹介します。

### ③子供の村付近

子供の村付近には多目的広場もあり、自然の斜面を利用した長～い滑り台があります。小さいお子さんが楽しそうに降りています。

### ④谷の村・谷の家

中央を進んだ所には谷の家（やとのいえ）があります。芹沢の池もあり、竹林もありで自然がふんだんにあります。この付近一帯が谷の村となっており、秋には地域の方々が植えた稲がたわわに実り、黄金の波を見ることができます。

### ⑤里の家・バーベキュー

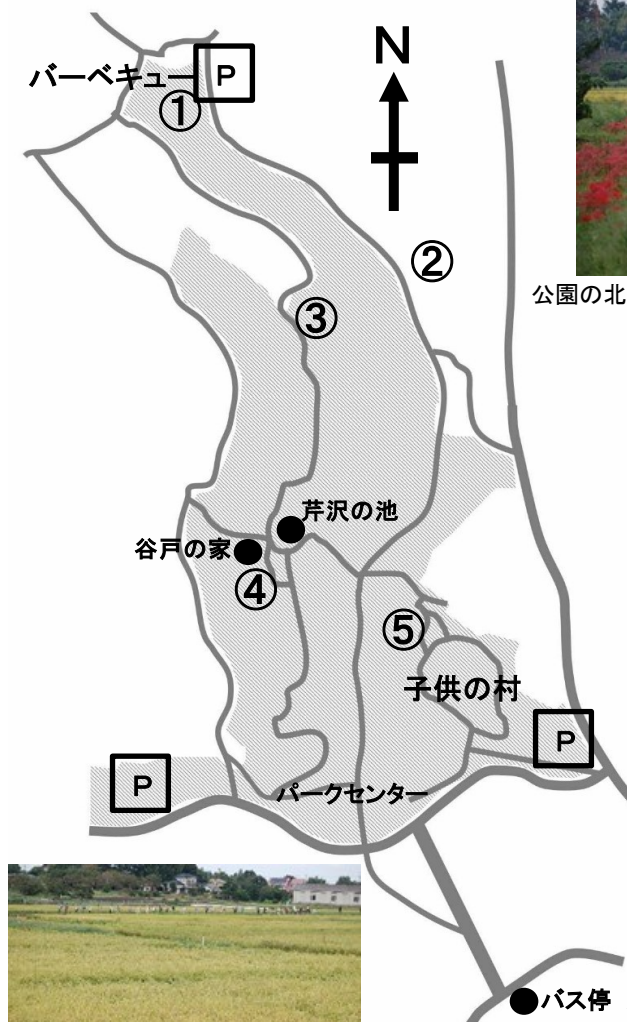
公園の最も北側に里の家があります。里の家にはキッチンルームや活動ルームもあり多目的に利用ができます。バーベキューは予約制で、食材、グリル、テーブルが用意されており、手ぶらでBBQが可能です。また、食材を持ち込むコースも用意されています。料金はテーブル使用料と食材各コースの合算となり、食材は1000円～3000円程度となっています。

### ⑥腰掛神社

公園の外ではありますが、東側に隣接して「腰掛神社」があります。日本武尊ほかをまつた神社です。「景行天皇の朝皇子・日本武尊御東征の際、此の地を過ぎ給ふ時、石に腰を掛け暫時此處に御休息せられ、西の方大山を望み指示して大いに喜び給ふ。後、村民永く其の靈跡を存せんとして社を建て尊を祀りしと言伝ふ。」という由緒があるそうです。

（西本）





公園の北側に流れる小出川は彼岸花の名所



① 里の家



② 腰掛神社

⇒ 湘南台駅西口方面(バス16分)

●バス停 芹沢入口



③ 里のシンボル田んぼ



④ 竹林の道



⑤ 中ノ谷池



あなたも傾聴入門講座に参加しませんか！

～協会 PR のページ～

## 傾聴入門講座 受講者募集!!

高齢者等に寄り添い、話を聴くことで心のケアを行う傾聴ボランティア活動を始めたい方や傾聴を現在のボランティア活動に生かしたい方のための入門講座を開催します。

日 時：①2018年2月15日（木）、②2月22日（木）  
③3月1日（木）全3回 すべて午後2時～4時

場 所：①②③おださがプラザ  
（相模原市南区南台 3-20-1）

内 容：①② 「傾聴を学ぶ」  
講師 荒木乳根子氏（田園調布学園大学名誉教授）  
③傾聴を生かしたボランティア活動の事例紹介

対 象：市内在住・在勤・在学の15歳以上（中学生は含まない）  
で全て出席可能な方

定 員：70人（申し込み多数の場合は抽選。選に洩れた場合はお知らせします。）

受講料：2,000円（3回分）

申込み：往復はがきで、**往**の裏に郵便番号、住所、氏名、電話番号（できれば携帯電話も）を記入し、**復**の表にご自分の住所氏名を記入。（2月8日必着）  
〒252-0236 相模原市中央区富士見 6-1-20 あじさい会館  
相模原ボランティア協会講座係

問合せ：相模原ボランティア協会  
電話・FAX： 042-759-7982  
Eメール：sagamiva@feel.ocn.ne.jp  
（後刻、担当者から連絡いたします。）

## わくわく変わりました！

冒頭の座談会でも取り上げましたが、相模原ぼらんていあ情報誌「わくわく」が創刊してから 40 号。春夏秋冬の季刊で発行してきたので、ちょうど 10 年となりました。

月日の経つのは早いものです。

最初から手作りを基本として、相模原の福祉・ボランティア情報を中心に、読みやすいものをとの思いから、4 コマ漫画やハイキングなど幅広い記事を掲載してきました。

10 年を区切りに大きく変更したのが、これまでの A5 版を B5 版に変更した点です。文字も大きく見やすいものとししました。また、内容も一部見直しを行いました。

今後も相模原のボランティア活動の情報誌として末永く愛される紙面づくりのため努力していきたいと思いますので、皆さんの励ましとご意見をお寄せいただけたら幸いです。

2018 年 1 月

編集委員 小倉義男

+



# 編集後記

☆十年間、このミミ雑誌と付き合ってきました。記事作りは大変ですが、できあがるとうれいしいものです。今回からB5版に。

☆四十号よく続けました。感謝感謝です。 (西)

☆冬の日。毎日のように太陽が顔を出していますが、これからも太陽の日差しが感じられる日が多いといえますね。 (和)

☆昨年から続いているこの寒さはどうしたことなのでしょうね。地球温暖化というので、暖冬になってくるのかと思っていたら、これでは逆に第二氷河期がやってくるのかと思ってしまう。 (倉)



さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

**わくわく** 2018 冬号 (第40号)

2018年1月20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「ウディショップきこり」の川口季美子さんの作品です。春の息吹がそこにあります。「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年冬号（第40号 1月20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  
☎042-759-7982 URL <http://sagamiva.info/> e-mail: [sagamiva@feelocn.ne.jp](mailto:sagamiva@feelocn.ne.jp)