



ぼらんていあ通信

11月号
通巻 No.456

発行 / NPO法人 相模原ボランティア協会 2019年11月19日
連絡所 〒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
TEL/FAX: 042-759-7982 Eメール: sagamiva@feel.ocn.ne.jp HPアドレス: http://sagamiva.info/

おめでとうございます

令和元年度相模原市社会福祉協議会
顕彰者に金原健一さんが選ばれました



11月2日(土) あじさい会館ホールで
開催予定であった「第50回相模原市社会福祉大会」が、甚大な被害をもたらした先日の台風の影響により中止となりましたが、社会福祉活動に尽力されたとしてボランティア協会会員の金原健一さんが、社会福祉協議会から表彰されました。社会福祉協議会は、津久井、相模湖、藤野の3地区に災害ボランティアセンターを開設し、被災地区の住民の方々に對するボランティアを中心とした支援活動に取り組んでおられ、その支援に注力が必要のため、大会を開催することは困難との判断から決定されたそうです。
金原さんは、平成23年に入会され、HC運動ボランティアなどで活躍されています。
健康に気を付け、これからも楽しく活動していただけるよう、よろしくお願いたします。



コース別講座も順調に進んでいます！

音訳ボランティア



ボランティア協会主催の3回の基礎講座を経たあとのコース別講座 音訳コース(9月10日・11月19日までの全9回)の7回目「録音の実際」を見学させていただきました。

けやき会館3階会議室で午前10時から12時まで開かれ、録音奉仕会ひばりの会長石川由紀子さんの他会員の人が講師を担当して、自宅で録音する場面のやり方などについて学んだ。パソコンとマイク、イヤホンなどを使う。パソコンには録音に使うソフトが入れている。

今日のテキストは視覚障がいの方にお届けしている広報さがみはらと新聞から選んだ読みやすい記事だ。声の大きさは5メートル先まで届くくらいに出すのがよい。まず発声練習から始まる。読み方にもいろいろルールはあるが、基本は記事の見出しは原文通り読み、本文は原文にこらわらず、聞く人に分りやすく工夫してよいそうだ。仲間と相談しながら読み方の工夫や聞き取りやす



マイクにむかって緊張の面持ちで録音に挑戦

ルはあるが、基本は記事の見出しは原文通り読み、本文は原文にこらわらず、聞く人に分りやすく工夫してよいそうだ。仲間と相談しながら読み方の工夫や聞き取りやす

い内容にかえてからマイクに向かう。一人ひとりで、そばに講師についてもらいマイクに向かって、自分なりの読み方で録音してみる。途中で読み間違えたり一旦止まりの修正出来るようになっていた。皆さん緊張しながらも、原文を自分なりの言い回しに変えてから、録音に臨んでいた。

合間に聞いた講師のお話では、●ゆっくり読む必要はない、聞きやすいのがよい ●文節をまとめて読むようにする ●口頭のおしゃべりの感覚で読むようにする ●度胸が慣れ だと聞いた。
受講生の今後の活躍を期待いたします。(植野)

視覚障がい者への支援 外出援助

(9月10日・10月8日 全5回)



相模原誘導グループさんの会の担当で行われました。

【第1回】日本点字図書館の島田さんによる「障がい者の現状及び障害について」を聞きました。16日はその会会員の研修も兼ねていました。

日常生活では9割が自からの情報である。朝起きて目が見えなかったら、大変なことです。心配はもちろんです。 ●移動に困る ●読むこと ●家事(調理、掃除等)。県内では視覚障がい者は1万7千人余り、そのうち重度(1・2級)の人は6割。

次ページに続く

見え方は、何も見えない、ぼんやりと、一部分のみ、光のみ等で病気や事故などによる途中からの人が多い。

基礎的な誘導訓練も行った。

【第2回】外出援助の実技 基本姿勢、階段の上り降り、いすへ座る等。

【第3回】電車、バスの乗り降り、これは一番気をつかうこと。バスに乗り相模原駅へ行き切符を買って電車で橋本駅まで、電車では乗る時の高い足幅など伝えることが大切。

【第4回】施設見学 録音奉仕会、点訳奉仕団 視覚障がい者情報センターを見学。

【第5回】スポーツ体験 けやき体育館でフラインドテニス体験した。

目まぐるしい環境の中で、障がい者が一人で外出することの大変さ。介助者がいっしょの安心感は大変大きいと思います。そのためにも安全に誘導することが大切。



アイマスクを付けて階段を降りる。誘導する方も緊張します。

今回は一人だけの受講者でしたが、ボランティア協会の杉本理事から修了証を受け、「なかなか難しいので、これから勉強して活動したいです」との感想。そしてその「やまの会」へ入会。期待しています。

(杉崎)



ぼらんていあ通信版

ツイッターコーナー

篠島 紀子



中学1年の時、合唱部の先生が声をかけて下さり、兄たちにも『音痴』とからかわれていたのですが歌うことは大好きだったので入部しました。

高校に入り、中学で一緒に歌った友人たちが誘ってくれたので何となく続けることになりました(本当は体を動かすことの方が好きで、軟式テニス部に既に入部していました)。

私の高校生活は、授業を終えすぐ合唱、そしてテニスです。合唱部員としてはあまり熱心ではありませんでした。でも県のコンクールで優勝したりして結構楽しんでいました。仕事に就いてからも合唱部の経験は役に立ったと思っています。

夫の仕事の都合で、私の体調の心配もあって、早くに仕事を辞め、いろいろな楽しみを探していた時に、高校の合唱部のOBOで「また、歌おう」と声がかかりました。年に10回程度、関東地方在住のメンバーが集まり、高校時代に歌った懐かしい歌から歌いました。

普段しつかり声を出している生活ではないので、年々このように高音が出なくなっています。それでも思い切り声を張り上げると、スッキリしますし、和声がピッタリ合った時の爽快感が何とも言えません。

この何年間は、年一回富山県南砺市に帰り、発表会をしています。富山県在住の人や関西在住の人、上は80歳越え、下は60歳位の約50名のメンバーが集まります。旧交を暖め合うのも楽しいものです。

発表会前日から全体練習でみっちりの練習し合われます。当日は地元ケーブルテレビにも収録に来、放映されました。地方誌には『奇跡の合唱団』と書かれました。

12月の記念日は？

小倉義男



小倉画

12月の記念日は、12月7日、ラグビー国際試合記念日です。

ラグビーは、慶應義塾の英語教師クラークと、ケンブリッジ大学の留学を終えた田中銀之助が塾生に直接教えたのが最初とされています。

1901年のこの日には慶應のラグビーチームが横浜で外国人チームと試合をし、5対35で敗れたということですが、これが日本ラグビー史上初の国際試合とされています。先日のラグビーW杯での日本チームの活躍。まだ印象に残っていますね。(o~o)

ほかふれつエスタ参加団体訪問記



病気の理解と子どもたちへの支援の輪を広げよう！ 難病やおこし活動の浅沼さんコミュニティメンバー



大型台風19号が関東地方を直撃するにあたって急遽中止になったほかふれつエスタ2019の参加団体の1つで、今年もラーメン店を出す予定だった特定非営利活動法人 チーム浅沼屋 for children and ALSの理事長として活動している浅沼さん。11月の日(水)午後2時からあじろい会館NPOで、社会福祉協議会の井上さんにも同席して、直接お話を伺いすることができました。

◆淵野辺でラーメン店を営む浅沼さんですが、病気を告げられた時のお気持ちや、
「50歳の誕生日の日にALS(注)と告げられたんですね。何とこの自分がってショックが大きすぎて絶望的になりました。落ち込んでしばらくは何もやる気がしなかったですわ」
◆気持ちや切なさを抑えてボランティア活動を再開するのは、



笑顔いっぱい！ラーメンを作っている浅沼さん

「こんなことでは未来がない。1年で車いすと言われたけれどまだ動けるから何か人のためになることをしたいと考えるようになりまして。幸い息子が店を継いでくれた、お父さんは好きなことをすればいい、と背中を押してくれました。彼がいるから私は活動できるんです」

◆今年4回は入退院を繰り返して、毎日点滴を打つというお話を聞いてびっくりしますが、グループとしての活動するに至った経緯は、

「ALSという病気のことを多くの人が知ってもらい、同じ病に苦しんでいる人を勇気づけたいという思い、子どもたち、特に養護施設に居る子どもたちに喜んでほしいような活動がしたいという思いから、まず中学の同級生だった東洋大学の福祉関係の先生に相談したところ、賛同しすぐに田田や相模原在住の同級生たちに呼びかけてくれ、大勢の仲間が応援してくれ30人のグループとなりました。子どもたちを店に招待したり施設に出向いたり月1回のペースで活動し、平成30年5月にはNPO法人となり活動の幅も広がりました」

◆お手製のラーメンを食べた時の子どもたちの反応は、

「店に来て外食するのとは、施設で生活する子どもたちにとっては良い社会経験になったという感じです。自分でメニューから選んでお腹一杯食べ満足げな様子を見て子どもたちを見るのは嬉しいものですね。また、障がいのある子と親の会の皆さんを招待したこともあります。周囲の目を気にせず安心して連れて行けるお店があったよかったです、親御さんから言われた時は嬉しかったです」

「他に、ラーメンの湯切りや、餃子作りなどの体験学習もやっています。最近では他の飲食店の店主さんともぜひやってみたいというお話をあげていて、ラー



招待した子どもと優しく握手する浅沼さん

メン屋同士でコラボしたいとあります」

◆地域に根差した活動の輪が広がってきたのです。今後の希望は、

「動ける限りの活動が続けたらいいと思います。子どもに関わることはやっぱり全部楽しみたいです」

現在相模原市に3つある児童養護施設の子どもの多くが、18歳になると施設から退所して地域で暮らしていただくことになります。浅沼さんは「そうした子どもたちにとっての『こころ』も相談してほしいな」とおっしゃる。見守っている大人が近くにいるんだということをお伝えしたいと言っておられた。

浅沼さんの柔和なお顔立ちと優しい眼差し、秘められた強い信念に深い感銘を受けた。

(注) ALS (筋萎縮性側索硬化症)

(植野・山崎)



*問い合わせ先



NPO 法人チーム浅沼屋 for children and ALS

理事長 浅沼一也

〒252-0242 相模原市中央区横山2-8-5

Tel 090 - 3229 - 8410

*活動に賛同し、寄付なされたい方は上記記載の住所に直接お持ちいただくか、下記銀行口座に振り込みをお願いします。

振込先 三井住友銀行 町田支店 105,000円

普通預金 8262371

特定非営利活動法人

チーム浅沼屋 for children and ALS

理事會報告



11月9日(土) 定例理事會(理事會7名出席)

1. 報告事項

◆広報委員会

- ・台風被害に対する災害ボランティア募集記事をぼら通及びHCCに掲載。

◆講座検討委員会

- ・HCC運転者増加に繋がる講座を模索。

◆HCC委員会

- ・HCC更新手続きは10月31日に書類一式を市に提出、運営協議会11月29日予定。

◆事務局委員会

- ・ぼら通に寄付のお願いを掲載。

◆傾聴委員会

- ・新規入会6名を迎え交換会を開催。

◆総合企画委員会

- ・ネットワーク作りについて継続検討

◆その他

- ・ほかほかふれあいフェスタ(秋)が障がい者週間キャンペーンの一環として相模大野で開催される。

- ・新春ボウリング大会の第1回実行委員会を開催。

- ・台風被害状況ならびにボランティアセンター立ち上げ状況(大貫理事)

2. 審議事項

- ・HCC関係者懇親会の実施が承認された。

- ・HCC10号車入のカーナビ設置が承認された。

外部会議報告

「相模原市地域福祉推進協議会」

11月19日(土)開催

理事 石関清美

誰もが住み慣れた地域で生き生きと安心して暮らしていく事が出来る様相模原市の地域福祉を推進するための指針となる計画。

福祉サービスなどを利用しながら、地域の人々とのつながりを大切に、支えあいの関係を築いて地域全体を明るく元気にしようという取り組みです。

私達は、第3期地域福祉計画に基づいて施策の実施状況について、第4期地域福祉計画の策定について調査審議意見交換をして来ました。

10月1日に令和元年度第4回相模原市地域福祉推進協議会が開催され第4期相模原市地域福祉計画(答申案)についての最終検討を行った。

その結果をふまえて内容の修正を行い、10月4日小野会長より市長に計画の答申を行う予定とした。

クイズに挑戦

動物園の生き物クイズです。

①動かない鳥として有名な鳥は、次のどれでしょうか。

ア エミュー イ コウモリ ウ 鷲 エ ハシロロコウ

②もともと生息していた土地で、お釈迦様さまの乗り物として信仰されていた動物は、次のどれでしょうか。

ア マレーバク イ オオアリクイ ウ トラ エ ヒゲマ

③野生のなかまは、一日のほとんども木の上で暮らしています。この動物は、次のどれでしょうか。

ア シマリス イ オランウータン ウ パク エ フライオン



相模原ボランティア協会 12月の予定

日	時間	内容
11(水)	16:00~	幸せの黄色いレシートキャンペーン
14(土)	10:00~	定例理事会
16(月)	13:00~	ぼら通12月号印刷
17(火)	13:00~	ぼら通12月号発行
21(土)	10:00~	ハンディキャップ委員会
	13:00~	事務局委員会
	13:30~	総合企画委員会

※事務局年末年始の休み 12月28日(土)~1月3日(金)

※12月28日(土)はあじさい会館の全館休館日です。

クイズの答え

- ①はエ ハシロロコウ
- ②はア マレーバク
- ③はイ オランウータン



会員のひろば

様々なボランティア活動をなす
している会員の皆さまに、その活動
の紹介や経験したことなどを語っ
ていただくコーナーです。

今日も楽しくなろう

小山 美智



他の活動で知り合った方に誘われて、今シニア世代のお料理グループの仲間に入れていただいています。みんながいろいろなから作って食べて楽しんでお昼の時間を過ごしています。対象は男性女性関係なしシルバークラブです。月2回の活動のうち1回に参加しています。メニューは代表が考えたり、皆で作って食べたい品目だったりと、その季節の催物や旬の食材を使ったメニューです。それを代表が試作、ご家族の試食を経ている試行錯誤の結果、レシピができていきます。このレシピは代表がご家族の協力をいただいているので、一回感謝します。あそびながらです。

当日は代表が買い出し、必要な品物(調味料、フキン、洗剤など)を持参されます。私は皆さんより少しだけ早く行き、参加者の受付、グループ分け(サイコロの色でグループの組み合わせを決める)、毎回違うメンバーになる(おしゃべり)。レシピ表にのっている食材をグループ別に分けたら、調味料が使いやすくなるように準備したのを手伝っています。このように始めます。ここからは私もグループに入り皆さんと一緒に代表の

メニューについての解説、手順の説明の後、調理開始です。グループごとに口頭紹介「よろしくお願ひします」と挨拶。わいわいと始まりです。「えっ、いかにするんだっけ?」レシピ表を見直したり「切の方間違ったみたい...」「いや、わよ、大丈夫よ、1つすれば「ああ、いいわね。」そこは主婦歴、主夫歴ウン十年のシニア達、臨機応変でなんとか進行していきます。もちろんレシピ表を参考にしますが、グループごとにそれぞれ特徴ある料理ができます。わいわいと楽しく調理ができました。「いただきます」「言葉で、味についてはもちろん作る過程についての話を、わいわいしながら食べます。それぞれの家庭での作り方、切の方など特徴がある参考になります。

「あー、お腹いっぱい」「おいしかった。みんなにいい満足の笑顔です。」「うちもこうでした。後片付けもボランティアさん達、皆でやればあつちい間も短いです。」「お疲れ様でした」「あつちい間も短かったです。」「また来月もよろしくお願ひします」と解散。その後少し残って最後の後始末、片付けを私も終ります。今日も楽しくわいわい過ごせました。

いつもボランティアという、サポートしなけれはと苦しくありますが、少しお手伝いをした後、一緒に参加者の活動の、この時間が私にとって、いつも楽しい時間です。これからこの楽しい時間を続けていこうと思っています。



イベント情報

福祉のまちづくりの研修会

(講演会形式)

テーマ

地域で福祉人材を育てる

～神奈川県立津久井高等学校

福祉科からの発信～

講師 林 睦子

(神奈川県立津久井高等学校 福祉科総括教諭)

まちづくり・若い世代とのつながり(生徒発表)

日時 12月7日(土)午後1時30分～3時30分(午後1時開場)

会場 相模原市立あじさい会館 ホール (相模原市中央区富士見)

電話 042・759・7599・7666(6)

主催 相模原市福祉のまちづくり推進協議会

申込方法

電話 ファックスまたはEメールでお申し込みください。申し込み順で、定員となら次第締め切ります。

電話での申し込みは、土・日・祝日を除く、午前8時30分から午後5時まで。

ファックス、Eメールで申し込みの際は、代表者の氏名連絡先、参加人数、「福祉のまちづくりの研修会」と記入のうえ、地域福祉課宛にお送りください。

申込締め切り

令和元年12月6日(金)まで

*手話通訳・要約筆記が必要な方は11月20日(水)までにお申し込みください。

【問合せ・申込み先】

相模原市役所 地域福祉課(事務局)
電話 042-769-9222(直通)
ファックス 042-759-4395
Eメール chikifukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp





ボランティアさん募集!

高齢者施設での日課活動のお手伝い

- 内 容 入浴後のお茶出し・ドライヤーがけ
簡単な洗い物（湯のみ茶碗など）
時間帯によってはレク参加・お手伝いなど
- 日 時 日曜日～土曜日の午前9時30分～午後5時30分の間
ご希望の曜日・都合の良い時間帯
※駐車場が少ないためお車で来られる方はご相談ください
- 場 所 相模原ケアコミュニティそよ風（中央区矢部1-5-20）

連絡・問い合わせ先

相模原ボランティア協会あじさい連絡所 : 電話 042(759)7982
相模原市社協 中央ボランティアセンター: 電話 042(786)6181



《今月のイラスト
…はあ、今夜は何を作ろうかな?》

編集後記

フランスに娘と行って来た。モンサンミッシェルに向かう北西部の緑豊かでのどかな田園風景の中を延々と走るバスの窓から、遠くに霞んで見える奇妙な形(コンクリートのとっくり)の建物に気がついた。原発だと思った。フランスには世界一多数を保持する原子力発電所がある。そのひとつだろつ。地平線に霞んで見えるそれは日本人の私にはなんとも不気味に見えた。

一方、シベルニーのモネの家の駐車場にもパリの街中にもパーキングメーターよろしくEV車の充電器が設置されていた。これには感動! そんな旅でした。

(小)

ご寄付をありがとうございました。

皆様のご寄付は当協会の運営に有効かつ大切に使用させていただきます。

<10月の寄付者ご芳名>

古矢野 榮 様

その他10名の皆様からからご寄付をいただきました。

<10月の寄付金>

総額 61,760円でした。