

さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく



座談会 さがみハート展にかける思い
文芸
訪問記
歩く

2019秋号

認定 特定非営利活動法人 相模原ボランティア協会

流れる

日向 尋

富士山に降りた水が もぐりこむ
伏流となり 磨かれて 流れる
三島楽寿園小浜池に 湧く
そこで 源兵衛川が始まる

長いこと 水は汚れ 寂れていた
人々は手分けをして 水辺を清めた
グラウンドワークが その中心にいた
水は生き返った 人に近づいた

見ろ 水の冷たさを

見ろ 子らが川をじゃぶと歩く
見ろ 大人が歩いているぞ
みな 川底が心地いいのだ



巻頭詩		1
もくじ		2
座談会 さがみハート展にかける思い		3~8
相模原の史跡—相模野基線北端点		9
情報のページ—障がい者に関するマーク③—		10~11
ふくひフンポイント情報		12~13
—地区社協・市社協設立経過②		
ぼらんていあ活動グループ訪問 その②		14~15
光が丘 いきいきサロン「青葉」		
文芸		16~17
人物シリーズ 47: 鈴木 純恵 さん		18~19



手話シリーズ 41		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 ~2つの公園を歩きたおす~		24~25
4コマ漫画「わくわくさん」・情報コーナー		26
協会のPRページ		27
編集後記・奥付		28

さがみハート展にける思い

令和元年9月11日

さがみはら市民活動サポートセンター

会議室にて

さがみハート展実行委員会の皆さん

副代表 岡村郁雄さん

(みどり会所属)

実行委員 江本 進さん

(油絵成峰会所属)

事務局 荻野 泰弘さん

(エヌピーオーかむ

相模原市立南障害者地

域活動支援センター)

司会／特定非営利活動法人

相模原ボランティア協会

西本 敬

◆さがみハート展とは

司会／今日は、さがみハート展の実行委員の皆さまにおいで頂きました。では、最初に自己紹介をお願いいたします。それでは岡村さんから。

岡村／私は実行委員会の副代表をしています。又、絵のグループみどり会の会長をしています。

江本／私は実行委員の江本と申します。あじさい大学で油絵を勉強し、そのOB会・成峰会に所属しています。

荻野／ハート展の事務局を担当しています。相模原市南障害者地域活動支援センターの職員をしている荻野と申します。

司会／荻野さんはお仕事で。

荻野／最初に精神障がい者の家族会から支援センターの方も手伝ってくれないかと相談があり、そこから地域活動支援センターの「カミング」と南支援センターが係わるようになりました。

司会／それでは、このハート展がどういうものか、ごく簡単に趣旨などを含め岡村さんよりご説明をお願いします。**岡村**／ハート展は、精神障がい者が詩を書いて一般の画家がその詩をイメージして絵を描いて一緒に展示するものです。

その目的は大きく分けて2つあります。1つ目は、精神障がいを持っている人



岡村郁雄さん

が詩を書くことの喜び、詩にどのような絵が付くかという楽しみ、そして多くの人から見てもらえる喜びなどで一般社会との繋がりのきっかけとなるのではないかと思います。2つ目は、市民の方が展示会などで作品を見てもらうことより、障害について、理解していただくことです。

司会／主要な展示会はどこでやってもらえるのでしょうか。

岡村／年に1回、JR相模原駅ビルの相模原市民ギャラリーで「さがみハート展」ということでやっています。

司会／展示される作品は何点ぐらいですか。

岡村／昨年は70点でしたが、今年は65

点です。絵のグループに詩を配布するときは、いろいろと考えています。詩には心の詩、具体的な詩等があり、絵になり易いもの、なり難いものがあります。なり難いものは、絵を描く方がイメージに苦心されるのではと、極力偏らないようにしています。小冊子は作成して販売・寄贈等でいろいろなところで見て貰っています。

司会／絵にしていたくグループはどれくらいあるのですか。

岡村／12、13グループあります。ほとんど、あじさい大学で学ばれた方達です。

司会／あじさい大学OB会の集まりみたいなものですね。

岡村／あとは中学生とか個人の方とか、いろいろな方々にお願ひしています。

◆わたしとハート展

司会／実行委員としてあるいはご自身の作品を出される立場から感じられることはいかがでしょうか。

江本／ハート展のかかわりですが、最初はあじさい大学で絵を学んだ関係で

岡村さんと知り合いになり、絵を依頼され、その絵を書く途中で実行委員というお話を頂き、現在は中学校の皆さんに活動への参加を推進するような学校関係の担当をしています。ほかに、展示会とか巡回展などのお手伝いをしています。

司会／OB会だけではなく若い層にもお願いされているんですね。それは中学校の美術部とかですか。

江本／はい、上溝南中と大野台中でお願いしています。私は民生委員の関係で校長先生とも知り合いとなり、このようなハート展があると言いますと、趣旨に賛同されて美術部の各学年で3点を展示することになりました。各学年とも夏休みの間に皆で工夫して頂いて展示することになりました。

司会／その中で大変なことや感じられていることはありませんか。

江本／ハート展の趣旨に賛同していますので、とにかくいろんなものを発展させて実績を作るようなことをするためにアイデアなんかを出していくのが好きなもので、そういう気持ちで取り

組んでおります。

司会／いろんな新しい企画などに取り組むところが面白いということですね。お待たせしました。荻野さんはちょっとお立場が違うようですが、どういふところを分担されているんですか。

荻野／ハート展の実行委員会にも精神障がい者の方、今は5、6名に携わってもらっています。主に事務局として精神障がい者実行委員のサポートしたり、絵の募集の部分ですね。最大70点を毎年集めていますので、募集の段階でいろんな関係機関に周知をさせていただいたりとか、詩を書いてみないかと声掛けをさせていただいたりとかの部分を主に担当しています。あと、当事者の関係ですね、当事者のメンバーは詩のグループとして活動しております、本展で飾る詩のパネルの作成とか、巡回展の準備だとか、やることを挙げたらきりがありませんが、そういう部分を当事者のメンバーと一緒にやってやっています。

司会／70点ってすごい数かなと思いますが、どういふ方法で募集されるん

ですか

荻野／もう11回目になるので、本当に楽しみにしていて、募集する前から今年の募集はいつからですかという声はかなり多くあります。おそらく、40点、50点は毎年出してくれているような方々が占めているかなと思います。また、新たにこの企画に賛同してくれて、興味を持って詩を出してくれる精神障がい者のメンバーが何名かいらっしゃるので、そういう方には声掛けをしたいと思います。出されるのに結構迷う方がいらっしゃるかなと感じていまして、精神障がいの特徴かもしれませんが、不安だったり、自分の思いを世の中に出すことが何になるのかとすごく悩まれてしまう方が正直言つて多いと思います。その辺は事務局として、冊子という形で残るし、精神障がい者の方に喜ばれていることですし、自分の思いが形になるというところで「是非出して」と声掛けをいつも行っています。**司会**／そういう活動を分担されていて、何か感想とか、面白みとかはありますか？

荻野／ハート展にかかわらせていただ

いて5年目に入るところですが、日常的に精神障がいの方の支援を行っています。その場面とは違う、心の中の思いというのを、このハート展の事業を通して感じる事ができることはすごく面白くてですね、日常支援している方が、実は心が繊細で、いろんな感性、感情を持つてこのハート展に詩を出してくれている方がいるんですけど、そういう場面を見られることが幸せというか、いろんな顔をこのハート展を通してみる事ができるので、それが普段の支援にも生かせる事ができていますし、逆により人間らしいところといえますか、人間味のある所を見ることができているので、それがうれしいなと思っています。

司会／岡村さんは、ご自身の感想や個人的な思いというものはありますか

岡村／そうですね、1回目はプロ画家と詩の方たちで展示したんですが、2回目から、画家の戸田みどり先生が我々にやってくれないかという声をかけられ、桜台小学校で展示しました。

ハート展については、障がい者の方もよかったよという声が聞かれますし、一般の方も、改めて今の自分の生活の状況が分かった、ハート展は大変でしょうけれども是非続けてほしいという話が聞かれます。非常にやりがいを感じますし、これからも続けていかなければならないと感じています。

司会／今、一般の方のお話がありましたが、一般の方が作品に触れることで気づきがあるということですか？

岡村／そうです。その声は、展示会場でも多くの方から聞かれます。また、アンケートでも多くの方から「感動した」「涙した」というような感想が聞かれています。

司会／江本さん、ご自身の感想といった点はどうですか？

江本／私、民生委員をやっていたんですけど、その活動で多くの障がい者関係のことを学びました。そんな意味で私の思いというのは、障がい者、当事者の心の内が社会に届く、それから障がいへの理解を深めていただきたいたいというために、いろんなアイデアを出し



江本 進さん

て、本展だけじゃなくて各地で巡回展をやって、より多くの人に見ていただいてご理解いただくと、そういうことが一番だと私は思っています。今年、上溝南中で教育の一環として全校対象に詩を配って夏休みの課題として絵を募集したんですね。その中から選ばれた作品を本展に出して頂くという、そういう学校の取り組み方が、まだ大人じゃない若い方に福祉というものに触れていただく、そういう学校の取り組み方に感謝しています。学校は校長先生が替わったりしますが、引き続きさらにやっていただけるといえるのは、このハート展を理解していただいている

からだをつくづく感じています。

◆これから思うこと

司会／なるほど。今のお話はハート展そのものがひとつの教育の機会としてすごく浸透しているというお話ですね。それはなかなか他の何かが真似できるものではないですね。大変いい面でのお話をたくさんいただきましたけれども、この先もつとこうしたいんだけれども、なかなかこの辺が難しいとか、そういう課題や今お感じになっているもので何かありましたら、荻野さんからお願います。

荻野／そうですね、課題としましては、さがみハート展を続けている実行委員のメンバーが専属でハート展の事業をやっているのではなく、皆さんお仕事であつたり、様々な活動をされている中で集まって運営している者たちでありますので、今後の存続ということが課題かなと思っております、特に私は精神障がい者の支援の立場にいる人間で、どちらかといえば精神障がい者の実行委員のメンバーをどう増やしてい

くか、どう継続してもらえるか、というところもちよつと気になるところです。毎年確認をしているのですが、ちよつと今年は体調が悪いのか、辞退させていただきという人もいれば、今年は久々にやらせてくださいという方もいたり、まあもちろん年齢もあがつてきたので体の面で不安があつて、活動をちよつと休止させていただきという方もいたりするので、存続という部分では、このハート展に関わつてくれる人たちをどう確保していくか、普及啓発という部分にも広くつながると思ふんですけれども、事務局としてもつとめつと頑張っていきたいなと思ふし、仲間をもつと増やしたいなというのが課題だなと思っています。

司会／切実ですね。よくわかります。岡村さんは、お立場が違ふところかどうかという課題がありますか。

岡村／そうですね。やはりハート展を進める上においては、1人に偏ると大変で進めるうえでは皆で取り組んでいく必要があります。例えば実行委員で役割分担ということで、今年から皆さ

んにそれぞれの役割をお願いして現在進めております。このことよってこの活動が維持されればいいなと思っております。

司会／後継者という意味では、皆さんはもともとあじさい大学の絵画のOBですけれども、このハート展だけについて考えた場合に、そういう経歴ではない一般の方にお仲間に入っていたかどうかというのはあってもいいんでしょうか。

岡村／それは全く構いません。賛同される方は是非お待ちしております。

司会／江本さんはどんな課題を感じますか？

江本／ハート展というのは、4月から詩を募集して、それをまとめることや展示用のパネルを作ったり、絵の作者に一人ずつ詩をお渡しする。それをどう渡していくか、中学生にはこの詩はどうかなど、選びながら進めたり、作品集冊子の編集とか、通常の絵の作品展だけでも大変なのに、詩の募集、絵を依頼する、それをまとめる、それから作品集を作るなど、普通の作品展

の2倍から3倍もかかるイベントということで、先ほどからお話がありましたように、これからさらに発展させていくためには実行委員会の組織を強化する、それが一番課題かなと思っています。もう一つはお金の問題ですね。今回は「ゆめの芽」さんから助成金をいただいています。継続と発展をしていくためにその辺の工夫が必要ですから実行委員の体制を強化することと予算面のどういう事を工夫しなくちゃいけないかなど、つまるところ課題かなと思っています。

司会／今、実行委員の方は総勢何人くらいおられますか？

岡村／全部で17名ですね。絵のグループと当事者の方と支援する方々ですね。**司会**／財政的な点ではいかがですか？今後どうすれば継続性が保たれるのでしょうか？ 小冊子は販売もされているのでしょうか？

◆工夫したいこと

岡村／そうです。まあ、今までは冊子

を印刷業者をお願いしていましたが、今年度は我々で作ってみようというところで、原価はだいぶ下がります、品質等の状況を見て、良ければ手作りを来年度から継続してやっていきたいと思っています。そうすれば、資金面も低く押さえられることになります。

江本／ゆめの芽の報告会では審査員の方から、賛助金を募るという方法もあるのではないかな。よくご説明すれば賛同いただける方もおられるのではないかなというアドバイスをいただきました。ただ、私たちもそういうところを知らないものですから、実行委員としてはいろんな方にご紹介をいただきながら、人と人とのつながりを大事にしながら、進めていければと考えています。

司会／この「さがみハート展」は趣旨が明確でわかりやすいですし、作品に触れることで「なるほど！」という納得感も得られやすいのではないのでしょうか。その点は楽しみです。

荻野／事務局としては、いろんな可能性を高めていきたいと思っているんですが、私たちの支援センターが関わっ

ている事業所さんもありますし、普及啓発で応援してもらえる仲間も増えていけばと思います。

司会／最後に、これだけということが何かございますか？

岡村／さがみハート展、今年は11月21日から25日まで開催します、是非、いろいろなどところで宣伝し多くの来場者があればいいなと思っています。

江本／この活動を通して、障がい者の方から、ありがとうございますというお手紙をいただくことがあります。これはうれしいことです。会場では鑑賞して涙を流されている方もおられます。こういうことは普通の作品展ではなかなかないことでして、私としてはああやってよかったなと思うところです。

また、ヨシやらなきやと思います。

荻野／私としては、詩と絵の両方の思いを感じてやっていますので、事務局としてどこまでマネジメントができていくかわかりませんが、今年度も11月に開催できるといことですが、沢山の方の協力があったることなので、大変うれしく思っています。今年のさが

みハート展の本展では、相模台クリニックのダイケアのメンバーさんがトーチチャイムの演奏をしてくださいますし、また、会場で大きなちぎり絵の作品を来場者の皆さんで作ってみようというということ、実行委員会で長い時間をかけて議論をしまして、来場者の皆さんに色をつけていただくことにしています。最終日にどうなりますかわかりませんが、新しい試みを行います



荻野泰弘さん

す。このように、精神障がい者の皆さんが様々な思いを詩にこめて発表してくださっていますので、出来上がった詩と絵画、そしてそれを掲載した冊子ともども、多くの方に見ていただきた

いです。また、ハート展のホームページも作っておりますのでアクセスしてご覧ください。

司会／どうもお話ありがとうございます。これからも力強い展示会として、歩んでいってください。心より応援しております。
(おわり)

第11回さがみハート展

期間：2019年11月21日～11月25日

午前10時～午後6時(初日は午後1時から、最終日は午後3時まで)

会場：相模原市民ギャラリー

第1展示室(JR相模原駅ビル4F)

相模原の史跡 相模野基線北端点

このページでは相模原の史跡を紹介します。

相模大野方面からであれば、JR相模原駅南口行きのバスで、北里東病院バス停で下車します。ほかに路線によつては、さがみ緑風園前あるいは麻溝台中学校入口で下車すること、より近いバス停となります。

史跡は入り組んだ場所にあり、道路も極めて狭いため、アプローチするには徒歩か自転車などであれば、難しいようです。車を置ける場所もまったくありません。

明治15年（1882年）3月15日に大地測量課長小菅工兵中佐は部下を伴って相模野にやって来て、ここに測量の基線を置くことに決定しました。同年6月に相模野基線の北端点が置かれたのです。一方、南端点は小田急江ノ島線東林間駅の西方の座間市内にあります。両者の間の距離を正確に測量した結果5209m697mmとされました。



相模野基線北端点

この条件にぴったりだったということになり、当初は二等三角点として使われる計画でしたが、測量結果がよかつ

この基線を底辺とし西の頂点は、厚木市中秋野の鳶尾山、東の頂点は横浜市港北区長津田にある高尾山とされました。底辺の距離を正確に測定することにより、南と北の基点からの距離が算出できるようになりました。この三角形は次々と広がっていき、全国的な三角網が拡大されていきました。

基線として使える場所の条件としては、広く平坦な原野であつて、見通しのよい、空気が澄んだ場所がよいわけで、当時の相模野は

ために一等三角点として採用されました。こうして作られていった日本の地図は、1925年には全国の五万分の一地形図として完成することになりました。

現在でも、進化していく測量技術を利用して、計7回の観測が行われてきました。東北地震の後での測量ではその前の数値に比べ1.5cmの差があることがわかりました。



※座間美都治著 相模原の史跡を参考にしました。

—情報のページ——障がい者に関するマーク③—

前回に引き続いて、障がい者に関するマークをご紹介します。見た覚えがあるものもありますが、意外と知らないものもありますね。この機会に覚えておきましょう。

(この情報は、相模原市のホームページから抜粋)

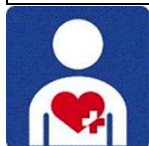
オストメイトマーク



人工肛門・人工膀胱を造設している人（オストメイト）のための設備があることを表しています。オストメイト対応のトイレの入口・案内誘導プレートに表示されています。このマークを見かけた場合には、そのトイレがオストメイトに配慮されたトイレであることについて、御理解、御協力をお願いいたします。

【図柄説明】 黒い人の絵の腰に十字マーク

ハート・プラスマーク



「身体内部に障がいがある人」を表しています。身体内部（心臓、呼吸機能、じん臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、免疫機能）に障がいがある方は外見からは分かりにくいので、様々な誤解を受けることがあります。内部障がいの方の中には、電車などの優先席に座りたい、近辺での携帯電話使用を控えてほしい、障害者用駐車スペースに停めたい、といったことを希望していることがあります。このマークを着用されている方を見かけた場合には、内部障がいへの配慮について御理解、御協力をお願いいたします。

【図柄説明】 青四角に白抜きで人。その胸に赤のハート。

障がい者雇用支援マーク



公益財団法人ソーシャルサービス協会が障がい者の在宅障がい者就労支援並びに障がい者就労支援を認めた企業、団体に対して付与する認証マークです。障がい者の社会参加を理念に、障がい者雇用を促進している企業や障がい者雇用を促進したいという思いを持っている企業は少なくありません。そういった企業がどこにあるのか、障がい者で就労を希望する方々に少しでもわかりやすくなれば、障がい者の就労を取り巻く環境もより整備されるのではないかと考えます。障がい者雇用支援マークが企業側と障がい者の橋渡しになればと考えております。御協力のほど、宜しく申し上げます。

【図柄説明】 丸の中にピンクの握手した手

—情報のページ——障がい者に関するマーク③—

引き続き、障がい者に関するマークをご紹介します

「白杖SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク



白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障がいのある人を見かけたら、進んで声をかけて支援しようという「白杖SOSシグナル」運動の普及啓発シンボルマークです。

白杖によるSOSのシグナルを見かけたら、進んで声をかけ、困っていることなどを聞き、サポートをお願いします。

【図柄説明】赤で白杖を持った人。SOS 表示。

ヘルプマーク



義足や人工関節を使用している方、内部障がいや難病の方、または妊娠初期の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成したマークです。

このマークを身に着けた方を見かけた場合は、電車・バス内で席をゆずる、困っているようであれば声をかける等の配慮をお願いします。

※相模原市内の8窓口でヘルプマークを配布しています。

詳しくは市ホームページをご覧ください。

【図柄説明】赤い四角に白色で十字とハートのマーク。

※これでひととおり障がい者に関するマークの紹介は終了です。

< 参考までに介護の方では・・・ >

介護マーク



「介護マーク」は介護中であることを周囲に理解していただくためのものです。

外出先でこのマークを見かけた際には、あたたかく見守り、可能であれば手助けをするなど、ご理解とご協力をお願いいたします。

ふくしワンポイント情報

今回も複数回に分けて、「ぼらんていあ通信」に掲載されていた「社協事業紹介」記事を転載させていただきます。よろしく願います。

地区社協・市社協の設立経過②

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、「みんなで支え合い地域の力が育む 人にやさしいまち 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。

前号に引き続き、「地区社会福祉協議会」と相模原市社協の前身である町社協の成り立ちなどについて紹介します。

社会福祉協議会について

町を挙げて社会福祉協議会の設立を目指し、上溝地区社協発足（昭和二十七年四月二日）直前の広報相模原第二十八号（昭和二十七年三月一日発行）では、その機能等について次のように紹介されています。

一 町村になぜ社会福祉協議会が必要か

我々の町や村には、役場、学校、公民館、警察署、婦人会、青年団、農協などがそれぞれの立場から、我々の幸福のために努力しているが、一度その立場を離れて、広くその町村の人々の幸福について考えた場合には、まだまだ未解決な問題が多く、そのどれを取り上げても相互に深く関連していて、総合的な方法で解決に努力しなければ、その目的を達することができ難いことに気付かせられる。しかも、我々が発見する問題は多く、それが解決に当てられる財源は少ない。そこでこれら問題の解決を一層効果的にするには、どうしても住民

全体が問題解決に当たろうとし、力を集めて、無理と無駄のないように活動する体制が必要である。その体制の一つが社会福祉協議会である。

二 町村の社会福祉協議会の特色

町村の社会福祉協議会は「その町村の住民の腹藏の無い意見、要望に応え、或いはその住民の要望するところを調査し、その当面の問題を解決するために、総合的に計画を立て、社会福祉事業施設その他これに関連のある諸機関を、夫々の特徴を尊重し、その能力を活用して、組織的な活動を展開するように仕向け、その効果的な結果を収めるための組織である」と言えよう。

そこでこの協議会の活動は

① 統制的活動でなく教育的活動を。協議会活動に参加する者が、その本来の使命を生かしつつ共通の問題を合理的に解決するために積極的に協力活動するように努めることが大切。

② 「施設中心」でなく。「その住民の要望を満たす」ことを目標に、各種関

係団体が、地域全体の幸福を高めるために活動し、自分の立場のみを固執しないことが望ましい。

③ 調査は実証的に。調査によって、町村住民の欲しているものを正しく把握することが必要、調査とは統計的方法ばかりではなく、座談会や関係者の談話からでもできる。

④ 問題解決は一步一步、町村には手の付けられない問題が多く、他方財源には限りがある。そこで、協議会の能力に依じて、まず重点的に、地域の人々の関心が高く、しかも短期間で解決可能なものから着手し、一つの問題が解決出来たという自信を持つことが大切。その自信が更に困難な問題に立ち向かう勇気を起こさせる。

⑤ 福祉計画の立案に専心せよ。協議会は福祉計画の立案に専心し、その実施は各団体をその特性に応じて活用することを通してなされる、もし事業を営む場合は、参加団体の共通の利益となるよう仕事に限定することが賢明である。

三 町村社会福祉協議会の組織について

組織はなるべく簡単なのが良い。会員は社会福祉の専門家だけでなく、町村各地域の代表者その他社会福祉に関連のある団体施設の代表者などの非専門家も加える。

問題は、これらの人々を通じて町村全体の福祉について住民一般の関心を高め、社会福祉の問題解決に積極的になるように努めなければならない。

いかがでしたか？前号と合わせお読みいただくと、全国初の実験地区として指定を受けた相模原町が、住民の総力を挙げて社会福祉協議会の設立に取り組んでいる様子が分かりただけだと思います。

次号もよろしく願います。

市社協 田所

この記事の内容は、平成三十年九月発行のぼらんていあ通信から転載したものです。

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)

ほらんていあ活動グループ訪問 その②

「光が丘いきいきサロン」青葉」

六月二十四日（水）昼過ぎ、青葉三丁目自治会館で開かれている「いきいきサロン青葉」訪問。和泉短大前のバス停までサロンの担い手の一人で私の友人の網野^{あみの}さんに迎えに来てもらい、会館へ。近くにJAのベジタベ^{さと}ーナ、介護老人保健施設青葉の郷^{さと}があり、向いは相模原ゴルフクラブのフェンスが続く静かな所だ。伺ったときは代表の方のリードでりんごの皮むきならぬ紙切りゲームの真

っ最中。三十秒



紙切りゲーム団体戦開始

でB5ほどの紙を手で切り裂いていかに細く長いテープ状にできるか、長さを競うゲーム。一度練習し

てからコツを教わり、二チームに分かれて団体戦。たいそう賑やか。ゲームをする^と対抗心が湧いてきて、若返りの素になるとのこと。

次は脳トレ。掛算の九九を数の大きい方から一人ずつ順番に言う。九九八十一、

九八七十一・・・（結構難しいものだ。

頭の中で小さい順に数字を並べかえて答えを出したのは私だけかしら）指先と頭をやわらかくして休憩。担い手のボラ

ンティアが午前中に作った混ぜごはん

とみそ汁、お菓子が配られ、私たちも一緒にいただいた。おいしかったです。ご

ちそうさま。調理した方から「炊いたご

飯にさんまのかば焼き缶詰、青じそ、梅

干しなどを混ぜただけなのでお家でも

簡単に出来ますよ」と説明があった。

歌集が配られ八月一日の自治会の夏祭

りで歌う歌の練習が始まった。東北復興

ソング「花は咲く」と子どもたちの太鼓

に合わせる民謡を一曲。皆さんで歌って

みて「鹿兒島小原節が太鼓に合わせやす

いわね」と決定。やぐらの上で披露されるそう^だ。当日が楽しみですね。

部屋には牛乳パックで作ったいたすがたくさん並んでいた。先月、サロンに来た方とボランティアの方たちで協力して作ったそう^だ。

キルティングの布でくるまれていてふかふかで座りごこちがとてもよい。高齢になると膝が痛くて正座が困難な方もいるので、担い手さんの心配りに感謝した。

会が終わってから代表の方にお話を伺った。平成十七年一月二十七日に第一回目のサロンを開き、今年で活動始めて十年目になるそう^だ。年間十回不定期に開かれる。担い手のボランティアは男性三名、女性五名。八月は自治会の夏祭りに参加、十二月はサロンの活動は休み。自治会の回覧で報告と次回の呼びかけをする。サロンの活動内容は新年会やクリスマス会などの季節に合わせた行事や軽い体操、ボランティア手作りの食事など。地区社協、自治会からの助成金と

参加者からの会費（百円～三百円）で運営している。開催案内を届けている方は男性六名、女性十四名（七十～八十才代）毎回十五名くらいの方が参加するそうだ。

利用者の中には連れ合いを亡くされて落ちこんでいた方もいて、サロンに参加するようになって元気を取り戻され、道で会っても顔見知りができたと喜ばれているようだ。

光が丘地区にはいきいきサロンが二十か所あり、地域ぐるみで高齢者を支えている様子が感じられた。

（植 野・三十尾）

このグループ訪問の記事は、「平成二十七年七月号の『ぼらんでいあ通信』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。

高齢者・障がい者のための住宅改修相談

高齢や身体障がい等により住宅の改修（段差解消、手すり取付け等）を検討している人のために、住宅改修相談員が、改修方法・内容等の相談・家庭訪問調査を行います。家庭訪問調査を希望される場合、あらかじめ中央高齢者相談課へ電話予約をしてください。

窓口相談開設日

- 一 緑高齢者相談課 毎週火曜日（祝日・年末年始を除く）
- 二 中央高齢者相談課 毎週月曜日・木曜日（祝日・年末年始を除く）

- 三 南高齢者相談課 毎週水曜日（祝日・年末年始を除く）
- ※予約優先となります。（予約を希望される場合は、中央高齢者相談課までご連絡ください。）

※訪問相談等により不在の場合もあります。

また、城山保健福祉課、津久井保健福祉課、相模湖保健福祉課、藤野保健福祉課での出張相談もお受けいたします。希望される場合は事前に中央高齢者相談課までご連絡ください。

時間

午前九時から正午まで、午後一時から午後四時まで

費用

無料

お問い合わせ先

- ・中央高齢者相談課 電話 〇四二―七六九―八三四九
 - ・緑高齢者相談課 電話 〇四二―七七五―八八一二
 - ・南高齢者相談課 電話 〇四二―七一〇―一七七〇四
 - ・城山保健福祉課 電話 〇四二―七八三―八一三六
 - ・津久井保健福祉課 電話 〇四二―七八〇―一四〇八
 - ・相模湖保健福祉課 電話 〇四二―六八四―三二一五
 - ・藤野保健福祉課 電話 〇四二―六八七―五五一
- ※この記事は、相模原市ホームページより抜粋しました。

ボランティア音頭

増田寿昭

もしもし そのの おばさん

重たい荷物は 大変ね

私が かわりに 持ちますよ

ニッコリ 微笑む ボランティア

もしもし そのの 白い杖

お店が わからず お困りか

私が案内 いたします

困ったときには ボランティア

もしもし そのの 車イス

階段 のぼれず お手上げか

私が この手を貸しますよ

頼りになります ボランティア

もしもし 空の お月様

今日も 一日 助け合い

明日も きつと いい天気

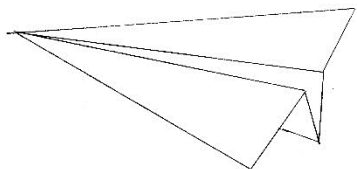
一日一善 ボランティア

毎日一善 ボランティア

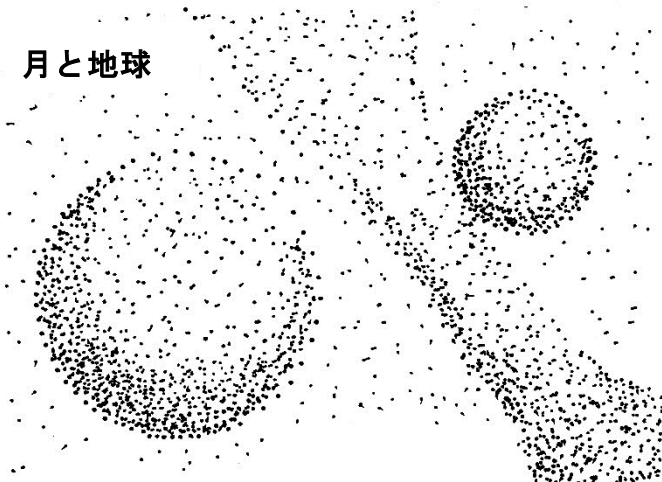


このコーナーでは
障がい者の皆さんの
作品を紹介していま
す。

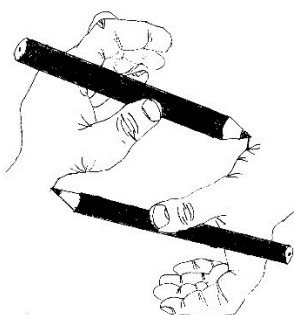
紙飛行機



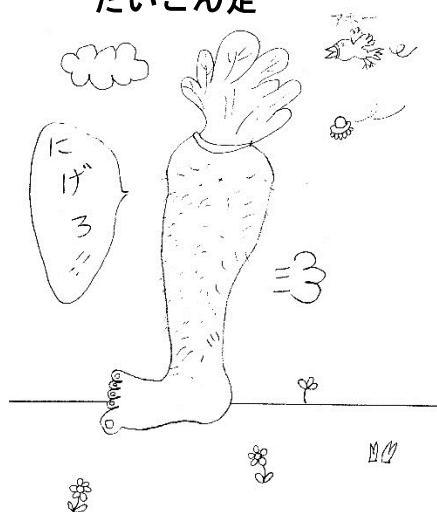
月と地球



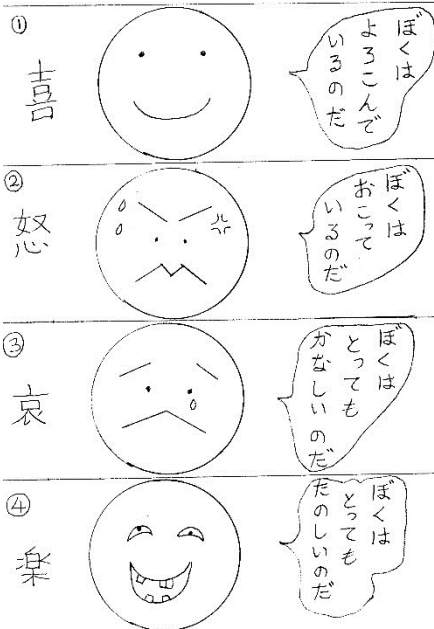
不思議な手



だいこん足



きどあいらく



今回は

社会福祉法人

らつく理事長

すすき すみえ

鈴木純恵さんを

ご紹介します。

北里大学東病院やさがみ緑風園に
近い麻溝台二丁目にある障害福祉サ
ービス施設「あみ」をお訪ねしました。

ご出身は

地元の相模原です。市内の県立高校
を卒業後、慶應大学病院の付属看護学
校に進みました。卒業後は「人とのか
かわりが厚い小児科か精神科」と考
えていましたので、北里大学病院が市
内にできるということで地元に戻って
きました。

ご経歴は

北里大学病院で
は本院の精神科の
開放病棟に勤務し
ました。
そこで精神科の
ことをいろいろ学

びました。後から考えると素晴らしい
チームで、個性的な人が多く、若かつ
たのでしっかりと勉強もし、しっかりと飲
み歩きもしました。
結婚後、産休明けからは外来に移り
精神科の病棟・外来の責任者を務めま
した。東病院が開院し精神科を広げて
からは精神疾患の治療センターに移り
デイケアに従事しました。

施設を始めたきっかけは

長く精神科にかかわってきて、患者
さんのいいところがすぐ見えてきて
「患者さんの持っている力をもっと引
き出したいな」と思うようになりまし
た。精神科の病名を与えられると、家
族も患者さんご自身も「今後どうなっ
ちゃうんだろう、お先真っ暗」という
状況が出てきちゃうんです。でも「そ
こは違うよ、将来もあるし、人生の選
択肢も与えられるし」という状況を作
りたいと思っていました。

北里大学病院のデイケアの中では社
会復帰支援Ⅱ就労支援をやっていたん
ですが、病院の中では限界があるなど
感じていました。そうした時に、総合
支援法ができ、「法律に基づく施設に

なつて職員としてしっかりと働く保障
ができたし、専門職も雇えるし、専門
的にかかわっていけば結果が出るだろ
う」という予測があったので、二〇〇
六（平成十八）年、五十八歳の時に喜
び勇んで病院を辞め準備に取り掛かり
ました。

その後の経過は

二年後の二〇〇八（平成二十）年の
八月に法人を設立し、翌二〇〇九（平
成二十一）年の四月には障害福祉サ
ービス施設「あみ」を、二〇一六（平成
二十八）年の二月には「くれあ」を開
設しました。「地域の人の役にも立ち
開放的な施設にしたい」との思いから
「チャリティショップ楽来麻溝台店・
陽光台店とレストランAMI」を運営し
ています。別法人ですが、グループホ
ームも運営しています。十周年を迎え
た現在、地域にしっかりと根付いてい
ると思います。

らつくの由来は

病院にいますと、病氣中心に物事を考
えてしまうんですけど、いいところを
たくさん持っていらいっしょやる方も多い
ので、「健康な部分を広げる」「就職

活動も含めて当たり前のことを、いろんな楽しいことを経験してほしいな」との思いから「らつく」としました。これまでに一七八人が一般企業に就職できました。専門家が集まったこういう施設があるからだと思います。

大切にしていることは

ここの職員を選ぶときに気を付けたことは、「上から目線では絶対ダメ」で、失敗してもいいから利用者さんを主体に考えて「利用者さんの働く力をどうやったら引き出せるだろう」ということを考えてくれる人、利用者さんの健康な部分に働きかけてくれる人、失敗しながらも利用者さんと一緒に成長してくれるような人を選ぶことです。そうして選んだら、皆、「こういう施設で働いたことがなかった」と言う人ばかりでした。職員は期待通りに成長してきてくれています。そのためには保障をしなければいけないので、設立の当初から職員も利用者さんとともに成長できるというシステムの構築をしつかりやってきました。

ご趣味は

仕事ばかりしていたので・今は韓

ドラかな、仕事で頭いっぱいにして家に帰ってきちゃうと、ゆったりとした韓ドラを見ると切り替わるかな、リラックスに丁度いいかなと・意外と社会問題を取り上げていて日本には無いドラマかなと思います。

あと、猫の額ほどの庭ですけど家庭菜園をやっていて、キュウリダイエツトをしようと思ってキュウリを、そのほかミニトマトとかナスとかを作っています。今年は台風でダメでした。

ご家族は

教員だった夫との間に娘が一人と息子が二人います。

今後の目標は

もう一つの目標は「住むところ」です。私が住んでいる地域（北里一丁目）も高齢化していて、独居の方も増えてきているんです。一人になっちゃうと、食事も作らなくなっちゃう。二階でグループホームをやりながら、一階でお食事を一緒に提供しながら独居の方も集まれる場所を作ればいいなって思っています。二、三年後くらいに作る事ができたらいいなと思っています。ダブルケアという言葉も少しずつ出

てきていますが、グループホームに入るために重度の自閉症とかダウン症の方とかでお母さんとのつながりしかない方を別れさせなきゃいけないじゃないですか、それはちよっと違うんじゃないかと。ずうっと一緒にいて、いい形で住めて、いい形でサービスが提供できるっていうのは今後の社会の理想かなと思います。

八十五十問題ではないけれど、家のドアを開ければ年取ったお母さんには介護サービスが、障害を持ったお子さんには福祉サービスが、それぞれ必要に応じて提供できるような住まい方がいいんじゃないの？という事で、将来的にはそれを作りたいと皆に言っています。

~~~~~

穏やかな笑顔が印象的な鈴木さん、お話を伺う中で、強い信念と滾るような情熱を感じました。これからご活躍を！

聞き手 渡邊 亮

### 「花」

両手の指を軽く折り曲げ、指先・手首を合わせる。指先を開くと同時に少し回転させる。



今回も、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、簡単な会話を楽しむことができます。

白い花を一本入れてください。

### 「入れる」

右手は数詞「1」のまま指をやや折り曲げた左手の手のひらを自分に向け、左手の手のひら側に右手を移動させる。



### 「1」

右手の人差し指を立て、指の腹を前方に向けて肩の前に置く。



### 「白」

唇を開き、閉じた歯を見せ、右手の人差し指で歯を指さし、右から左へなぞるように動かす。



### 「青」

頬をなであげ「顔が青くなる」様子を表します。少し口を開け、青の感じを出します。



以上のような単語の組み合わせで文章を表現します。バリエーションで色の単語を覚えましょう。

### 「ください、」

右手の手刀を鼻先に置き、右手を下げると同時に頭も下げる。





### 「黒」

髪の毛の黒から、髪をなでることによって表現します。



### 「黄」

おでこの前でトサカがなびくように表します。ひよこのトサカから黄色を連想します。



### 「赤」

「唇が赤い」ことから、唇を指差して表します。歯をささないようにします。



いかがでしたでしょうか？会話がしたくなりましたね。

### 「緑」②

「草」は、両手の手の甲を前方に向け、上下に動かしながら引き離す。



### 「緑」①

「青」と「草」で「緑色」になります。青は先ほどの「青」を使います。



### 「おはよう」②

「あいさつ」は、両人差し指が人をかたどったものなので、向かい合わせ、軽く人差し指を折り曲げる。



### 「おはよう」①

「朝」＋「あいさつ」で表す。「朝」は、右手の手のひらを顔につけ、グーの形にして下におろします。



参考までに  
あいさつのおまけです。

# パズルにチャレンジ 解答編

前回の問題は平成にデビューした女性ミュージシャンのお名前でした。意外に難しい。わかりましたか？

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ①ひ | ら  | ②は | ら  | ③あ | や  | か  |    |    | ④あ |
| と  |    | じ  |    | ん  |    |    |    |    | む  |
| と  |    | め  |    | ⑤じ | ま  | た  | ⑥に |    | ろ  |
| よ  |    | ち  |    | え  |    |    | ⑦し | い  | な  |
| う  |    | と  |    | ら  |    | ⑧や | の  |    | み  |
|    |    | せ  |    |    |    |    | か  |    | え  |
|    | ⑨た |    | ⑩め |    | ⑪り |    | な  |    |    |
| ⑫さ | か  | い  | い  | ず  | み  |    |    | ⑬な |    |
|    | こ  |    | さ  |    |    | ⑭だ | ひ  | か  | る  |
| ⑮な |    |    |    | ⑯あ | ん  |    |    | が  |    |

## ヨコのかぎ

- ① ずばり「ジュピター」はいい曲です。
- ⑤ 亜麻色…が良かった。〇〇〇〇ひとみ
- ⑦ 東京オリンピックの式典プランチームに参加
- ⑧ てろてろ、夕闇など〇〇じゅんこさん。
- ⑫ ♪負けないで。若くして……。残念！
- ⑭ うた〇〇〇〇。母も有名であった。
- ⑮ 〇お。ゲゲゲ。まんぷくの姉。ピアニスト。
- ⑯ 父はハリウッドスター

## タテのかぎ

- ① 台湾生まれ。ハナミズキは名曲だ。
- ② 奄美民謡歌手。ワダツミの木
- ③ ピアノ弾き語り。母は外国の人。父は日本人。
- ④ 昨年引退。平成の歌姫。沖縄サミットでも。
- ⑥ トリセツ、パツ、君って など。
- ⑨ まつ〇〇〇。父は九代目幸四郎だった。
- ⑩ くろき〇〇〇。沖縄県辺野古生まれ。
- ⑪ なっかわ〇〇。涙そうそうが大ヒット。
- ⑬ 〇〇〇わ……。マルチタレントのしょこたん。

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で

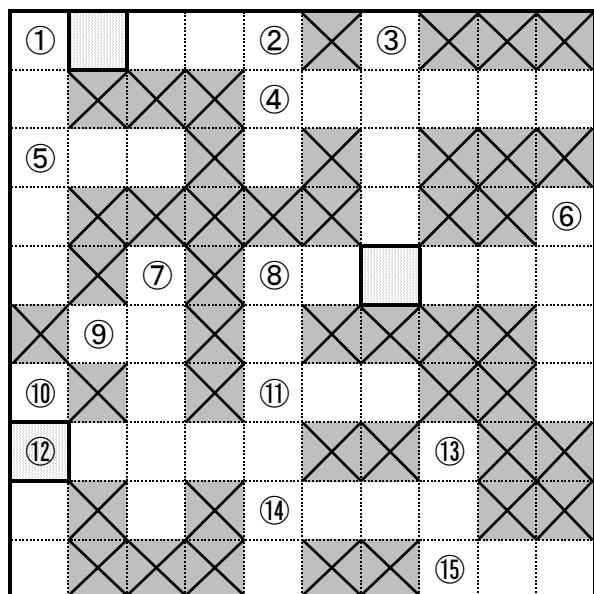
□の3文字を集めましょう。  
簡単ですよ。直虎さんでしたヨ。

し ば さ き こ う



# パズルにチャレンジ 問題編

今回の問題は難しいと言われるラグビーの用語です。  
知っているテレビ観戦ももっと楽しくなります。



## ヨコのかぎ

- ① 試合が終われば……。
- ④ ラインの外にボールが出た時の再スタートは？
- ⑤ 交差する瞬間にパスを出すことをいう。
- ⑧ ゴールポストの間の上にボールを通すキック
- ⑨ 前方に高く遠く蹴りだす〇〇パントキック
- ⑪ スクラムやラックで地面のボールを手で出す
- ⑫ FWでスクラムの3列目の左右で戦う
- ⑭ 反則選手を一時退場させること
- ⑮ モールやラックで相手側に倒れこんで妨害する  
オーバーザ〇〇〇

## タテのかぎ

- ① ボールを前に落としてしまうミス
- ② 敵地のある地域にボールを着地させること
- ③ ボールを着地させればトライがとれる地域
- ⑥ FW8人同士ががっちり組むあれのこと
- ⑦ 〇〇〇〇〇オンザボール。ボールの上乗る
- ⑧ トライの後のキック。〇〇〇〇〇〇ンキック
- ⑩ ボールを持つ人より前でプレイはしないこと  
〇〇〇〇ド反則だよ
- ⑬ ボールから手を離し地面に落ちる前に蹴る

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で。フ ブ プ 全部

□の3文字を集めましょう。  
パスを出した後、パスを受けたプレーヤーの背後を回るように外側に走り、またパスを受け取るプレーのことです。

□ □ □



## 私が選んだハイキングコース ～2つの公園を歩きたおす～

市内南区下溝あるいは麻溝台には県立相模原公園と市立麻溝公園、それに陸上競技場もあります。しかし、それら全体を紹介した案内は見たことがなく、ひとまとめで表現してみたくなりました。そこで、この2つの公園周辺を歩いてみました。

①出発地点は市立麻溝公園のセンター広場です。ここへのバスは古淵あるいは相模大野～女子美大、相武台前～相模原駅南口または北里大学病院などの総合体育館前が最も近いです。

②③まずは麻溝公園のグリーントワーを目指して進みます。エレベーターで上ることができるタワーは高さが38m、晴れた日には、丹沢方面、横浜方面はもちろんのこと、東京方面ではスカイツリーまで見るができます。ここからの眺望で全体感をしっかりと掴みましょう。

あじさいの小径を進み、南側の駐車場まで出ますと、(ここまでで約1000歩)次は、一般道の歩道を西に進みます。しばらく行くと、大きなスタジアムが見えてきます。相模原ギオンスタジアムです。サッカーチームSC相模原のホームグラウンドです。

④スタジアム脇にはウッドチップを敷き詰めたジョギングコースが整備されており、気持ちよく歩くことができます。(ここまで約2500歩)

⑤スタジアムの西側に回りこんだ後、サブグラウンドの東側を歩くと、花しょうぶ園の入口付近に出ます。(ここまで約3600歩) 6月頃は、それはそれは見事なしょうぶの花々を見ることができます。花しょうぶ園からは西北方向に細い道を歩きますと、小さな神社に出会います。山の神神社です。山の神神社はオオヤマツカミを御祭神とし、農業守護・発展の神様として古くから崇められているそうです。小さい神社ですが趣があります。また、すぐそばの下り坂は下の「せせらぎの園地」(旧フィッシングパーク)につながっており山の神坂と言われています。

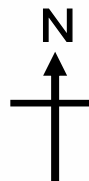
⑥神社からは一般道と駐車場を横切って、いよいよ県立相模原公園に入ります。このエリアにはブロッサムズ・カフェがあり、軽食も提供されます。ここからは、公園の北側の端を東に向かって進みますが、芝生広場で休んでもよし、森の木展望台に上がってもよし、ゆっくりしたら、いよいよ噴水の広場に行きましょう。

⑦噴水の広場を見下ろしながら、(ここまで約5300歩)公園の北の角からは森の小径「こもれびの径」を歩きます。ここはちょっとした里山の雰囲気です。先ほどまでの開放感はありませんが、何か落ち着く道です。この道をしばらく歩くと、出発点に戻ってきました。(全工程で約6600歩)

全部で約1時間  
(西本 敬)

## 2つの公園を歩きたおす

■■■■■■■■ 歩いた道



①センター広場



②グリーントワー相模原



③タワーから丹沢方面



④ウッドチップコース



⑤山の神神社



⑥芝生広場



⑦こもれびの径



# わくわくさん

作 髯野 克己  
絵 鹿野 徹子

## 免許返納それぞれ



## 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

南高齢者相談課 042-701-7704

城山保健福祉課 042-783-8136

津久井保健福祉課 042-780-1408

相模湖保健福祉課 042-684-3215

藤野保健福祉課 042-687-5511

### 障がい者の相談窓口

緑障害福祉相談課 042-775-8810

中央障害福祉相談課 042-769-9266

南障害福祉相談課 042-701-7722

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



## 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！

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。

## ご存知ですか？「傾聴ボランティア」

元気だった頃は、友達に会い、会合にも出ていたけど、最近はほとんど人に会うことがなくなりました。そのような方がお近くにいませんか？ 傾聴ボランティアがお役に立つかも知れません。お話ししたいことを聴いてくれるボランティアです。お宅に2名で訪問して、1時間、ゆったりとした楽しい時間をともにします。

### 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

☆地球温暖化が言われて久しいが、世界がバラバラになつていき、温暖化対策どころではなくなっている！ この猛烈な台風！

(西)

☆こんど白内障の手術をすることになりました。術後が楽しみです。

(髭)

☆未曾有の台風十九号の災害。被災地の皆様のご苦労は大変だと思えます。お見舞い申し上げます。

(和)

☆ラグビーW杯が始まって大変な盛り上がりを見せています。日本での開催ということもあるけれど、日本チームの快進撃も素晴らしいですね。

(倉)



さがみはら ぼらんていあ情報誌 季刊

わくわく 2019秋号 (第47号)

2019年10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  
広報委員会内 わくわく 編集部会

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」の原芳明さんの作品です。秋らしい色使いがうれしいですね。「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年秋号（第47号 10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](mailto:sagamiva@feel.ocn.ne.jp)