認定特定非営利活動法人　相模原ボランティア協会

ぼらんてぃあ通信

12月号
通巻　No.457

発行 / NPO法人　相模原ボランティア協会　2019年12月17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/

ほかほかふれあいフェスタ2019　障害者週間キャンペーン開催
出演者と観客で会場を盛り上げる！

11月30日（土）12時～14時40分まで、相模大野駅北口サンデッキで障害者週間キャンペーンが繰り広げられた。司会は実行委員会幹事の鈴木富士馬さん。まず高橋功ほかほかふれあいフェスタ実行委員長から開会の言葉があった。

「国際障害者デー（12月3日）と障害者の日（12月9日）までの1週間、障がい者福祉への理解を深め、障がい者の地域社会への参加促進を目的として障害者週間と定められています。そこでキャンペーン推進を図るため、ほかふれ冬バージョンを開催します。障がいのある人ない人差別のない平等な社会を作り、市民全体が融和和合して、明るい社会を築いていければと祈念しております。本日出演してくださる皆さま、観客の皆さま、寒い中ありがとうございます。ゆっくりとお楽しみください」と述べられた。

プログラム1番は車椅子ダンス。揃いの赤いTシャツで10人の車椅子に乗る人、支える人がともに曲に合わせ楽しそうに踊っているのは、「相模原障害者とダンスを楽しむ会」のメンバー。会の代表古矢野さんによると、平成7年に結成されもうじき25年になるそうだ。昨年厚生大臣賞が贈られたのは耳新しいニュース。

次は相模原中央支援学校の7名の先生方による「銀河3世バンド」の演奏だ。今年はさんしんも加わり沖縄風テイストも出ていた。演歌からポップスまで幅広い演奏が持ち味。流行りのパプリカの曲では子どもたちが踊る姿もほほえましかった。開校時からバンドを率いている渡邊先生によると、当時流行っていたルパン3世に、近くにあるJAXAから銀河をつけてバンド名にしたそうだ。練習時間をひねり出すのが大変だそうで、今日のように外での演奏は気持ちいいと言ってらした。

3番目に登場したのは結成して15年になるSNDFというグループの少年少女によるヒップホップダンス。軽快なリズムに合わせかっこいいダンスを次々に披露。観客も思わず体を乗せている。

次は相模原よさこい合同連（「風舞龍」と「笑楽」）により威勢のよいよさこいソーラン踊りだ。チーム名の入った大きな旗振りの人も加わりきれのよい踊りが会場いっぱいに繰り広げられ最後は両チーム合同の総踊りでさらに迫力溢れるソーラン踊りで寒さを吹き飛ばしてくれた。

プログラム最後は、TAKUMIさんによる大道芸だ。たくみさんは矢口中学校出身で高校1年から大道芸を始め20歳になったばかりで相模原市公認のパフォーマンスとなった。話術も巧みだが技術もたいしたものだ。サイコロを積み上げる芸もすごいが、揺れ動く板の上に飛び乗りジャグリングをやってのける芸には拍手喝采だ！

閉会の辞で鈴木秀美副実行委員長が「また来年お会いしましょう！」と呼びかけてキャンペーンを締めくくった。

時節柄寒いのは致し方ないが日差しもさす好天に恵まれしばし寒さを忘れ素晴らしいパフォーマンスを楽しませてもらった。今年は木工製品やポップコーンの販売もあった。司会の鈴木さんが演目の合間に繰り返しキャンペーンの趣旨を説明されていたのと、出演者のみなさんの熱意が伝わって、障害者週間キャンペーンの目的は十分果たされたように思われた。

（山﨑）

今年のコース別講座も最後となりました

「高齢者支援コース」全5回

9月2日～10月21日　市民会館他

高齢者支援コースの修了式が10月21日（月）に市民会館で行われた。基礎講座のコース説明会のときは4名が講座内容やシルバー友の会の活動説明に耳を傾けていたが、夏休みをはさみ9月2日に参加したのは1名のみ。少しさみしい講座になってしまった。

1回目は特別養護老人ホーム相陽台ホームで看護師をされている西川さんによる「高齢者の身体と心について」

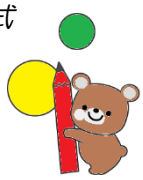
どんな時に齢をとったと感じるかと投げかけられ、身体能力の衰え、心の変化など考えた。

2回目の実技（リネン交換と衣服の着脱）は台風のため中止。

3回目は傾聴ボランティアの会相模原の瀧川さんを迎えて「傾聴について」

「聞く」と「聴く」の違いは?の問いから始まり、傾聴とは相手に共感し、自分の考えは出さず、相手の思いを聴くことに心身を傾け、相手の思いに寄りそうこと。戦争体験等高齢者の話を聴くことは自分の生きる糧になる。（講師の瀧川さんはシルバー友の会と同じ頃にできた障がい児支援のグループ「クローバー」の活動経験があり、平成15年に傾聴ボランティアの会相模原を設立された）

今後の活動を期待して修了式



4回目はデイサービス施設・ずっとわが家上溝本町で体験実習。朝9時すぎに施設の送迎バスで到着した30名近くの利用者と夕方4時頃帰宅されるまで一緒に話し相手やレク活動に参加した。

残暑の中始まった講座は期間中に2度の台風を経て10月21日に修了式を迎えることができた。

（受講生の感想）実習では…利用者さんと一緒にラジオ体操をした後、5～6名の方と多目的室でカラオケを楽しんだ。満遍なく大勢と接し傾聴活動も体験しようと思ったがむずかしかった。

受講生の川腰（かわこし）さんは田名ボランティアセンターで活動している方で、高齢者家庭の庭の草取りをよく頼まれるそうだ。

修了式では高橋会長から修了証を渡され、傾聴活動の体験談を話していただいた。初対面のときは自己紹介と故郷の話から始めると話のきっかけがつかめるのでは。月1回の訪問で相手の方が心を開いてくれるまでに半年程かかりました。ボランティア活動を続けるにはまず自分の健康が大事、食事のこと、災害のことなど話は尽きなかった。

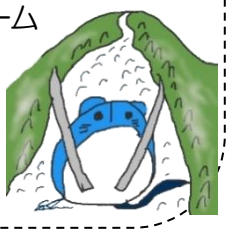
シルバー友の会の高齢者施設での活動の様子やレク活動のボランティアの要望が多いことなど伝えて終了。この講座が田名地域での活動の参考になればと思います。

（三十尾）

1月の記念日は？

小倉義男

1月12日は「スキーの日」です。1911年1月12日にオーストリア陸軍のレルヒ少佐が、新潟県高田（現在の上越市）の陸軍高田歩兵第58連隊の青年将校に、日本で初めてスキーの指導を行なったことから、スポーツ用品メーカー・ミズノの直営店・エスポートミズノが1994年に制定。最近は、スキーのブームも去り、各スキー場も経営が大変なようですね。f^_^;



小倉画

ぼらんてぃあ通信版 ツイッターコーナー

Twitter

堀（ほり）　一恵（かずえ）

私の住んでいる地区（大野北）では、思い愛ネットワークという活動組織があり、民生委員とボランティアの方達がネットワーク員となり、一人暮らしの高齢者の見守りや、茶話会などを開催しています。私はネット員になり6年になります。私の所属する班では、年3回ある茶話会で、お昼にお出しする食事は、全てネット員達の手づくりです。10月の茶話会のメニューは、五目ずし・お煮しめ・酢の物・漬物・汁物・水羊羹でした。13名のネット員たちが協力して70人分を手際よく作ります。「美味しかったよ!」の一言がとても嬉しく励みになります。お食事の後は、お楽しみの演芸です。いるかバンクのイベント登録者の中から選

ボランティア活動グループ訪問記

オジャマシマス

第7回　上溝ふくしまつりの「点字体験コーナー」に参加

11月9日（土）上溝公民館にて
午前10時～午後3時

みんないいひと福祉体験講座のひとつとして相模原市点訳赤十字奉仕団（以下点奉）が点字体験コーナーに参加し、来場者に点字で自分の名前を書いてもらっています。5名で伺いました。東林公民館や相武台公民館でも以前から行われており上溝公民館は今年で7年目。小中学校の福祉体験講座にも毎年講師派遣をしているが地域のふくしまつりは学校の授業とは一味違って、そこで開かれているさまざまな催しに私達も交代で参加できることが楽しみのひとつでもあります。

朝から準備が始まり、上溝小学校鼓笛隊によるファンファーレでオープン。演芸大会や地元野菜販売、福祉バザー、福祉体験、障害者地域作業所の製品販売やスタンプラリーもあり、今年は特に盛況でした。

50音表を見ながら点字の説明

点字体験に参加した親子の一組、4才の男の子は平仮名だけ読めるそうでママと一緒に自分の名前を打ててうれしそう。プチプチと音を立てて点字が打てるさまにはまっちゃったという小学生も。福祉関係の仕事をしているというお父さんは専門的な質問をしていました。七宝（しちほう）作業所の製品販売に参加していた青年は50音表を見ながら用意した点字用紙（A5）1枚に全部打っていました。

プチプチと音を立てて点字を打ってみる

同じ会場で盲ろう体験も行っており、アイマスクと耳せんをして介助者と共に数メートル歩く、とても怖そう。点奉の仲間の一人は手話も勉強中で、盲ろう者の指に直接触れて手話のやりとりをする体験をして、相手の方に手話が伝わったと喜んでいました。実際に手話を使う経験ができてうれしそうでした。その他創作コーナーもあって、今回は折り紙で王冠のような鉛筆立てを作りました。以前サンタクロースの飾りを作ったこともあり、このように楽しい体験もでき、作業所の方たちと触れあうこともできる福祉まつりに参加できることは、地域の一般の方たちと交流もでき意義のあることだと思います。スタンプラリーの受付や事前準備をして下さった民生委員さん他上溝地域の皆様、お世話さまでした。ありがとうございました。今回点字体験をした人は150名余り、今までで最多の参加者でした。

（点字体験コーナーを担当して　杉崎・三十尾）

び、お願いしています。印象に残っているのは、『安来節保存会』で「体力を使う踊りなので、10分が限界。アンコール無しで」との事でしたが、安来節に大喜びのお年寄り達が、大きな声で「アンコール！アンコール！」結局、アンコールを2回も踊って頂き、演者さんには大変な思いをさせてしまいました。来て下さった方に楽しかったあ！と感じてもらえれば、ネット員も力をもらえます。これからも出来る事を続けていきたいと思っています。

クイズに挑戦

モチモチ食感で人気のタピオカに関するクイズです。

①タピオカの原料となるキャッサバは、次のうちどれの仲間でしょうか。
㋐イモ　㋑ナッツ　㋒トウモロコシ　㋓キノコ

②次のうち、タピオカの原料となるキャッサバについて正しいことはどれでしょうか。
㋐アフリカ原産である　㋑毒がある　㋒「王様の食べ物」と呼ばれた　㋓日本では栽培できない

③2019年の前半（1～6月）、日本のタピオカの輸入量は前年の同じ時期に比べて約何倍になったでしょうか。
㋐約2.3倍　㋑約8.3倍　㋒約1.3倍　㋓約4.3倍

クイズの答え

①は㋐のイモ　②は㋑の毒がある　③は㋓の約4.3倍

キャッサバは原産地のブラジルでは「貧者の食べ物」と呼ばれていました。日本でも静岡県などで栽培されています。なお、キャッサバにはシアン化合物の有毒成分が含まれているため、毒抜きの処理が必要だそうです。

理事会報告

12月14日（土）定例理事会（理事6名出席）

一、報告事項

◆広報委員会
・ボラ通1月号は1月20日印刷、21日発送
・災害ボランティア募集のホームページ掲載を終了
・「わくわく」冬号1月25日印刷・発行

◆HC委員会
・福祉有償運送更新について運営協議会の協議が終了
・HCポイント制の記録帳を作成する

◆事務局委員会
・ゆうちょ振替受払通知票Web照会サービスを採用

◆講座検討委員会
・春の講座決定
　○講座名「脱高齢者／生きがい講座
　　～高齢社会を生き抜くためのあなたの選択～」
　○講演講師　小野敏明先生（田園調布学園大学名誉教授）
　○日時　令和2年3月19日（木）午後2時～4時
　○会場　おださがプラザ多目的ルームAB

◆その他
・ほかほかふれあいフェスタ実行委員会開催（12月10日）
・歳末助けあい共同募金街頭活動に参加（12月2日）
・ハンディキャブ活動者懇親会開催（1月18日）

二、審議事項

◆新春ボウリング大会
・会計は別途会計でなく一般会計に合算を承認
・経過報告　12月13日関係先へ案内状発信・発送済み

三、その他

◆次期総会
・期日　令和2年5月17日（日）
・会場　あじさい会館第一展示室

＊次回理事会　令和2年1月25日（土）10時～

寄付のお願い

寄付者が税制面での優遇措置を受けられます！
寄付金控除制度の活用を

ボランティア協会では、来年度も、さまざまな事業を展開していくつもりですが、そのためには資金が必要です。

12月中に寄付をして下さると今年分の確定申告に間に合います。

詳細は、当協会に問合せ下さい。

＊認定NPO法人
相模原ボランティア協会
電話　042・759・7982

会員の皆様には10月号にゆうちょ銀行の払込取扱票（手数料協会負担）を同封しましたので、ご利用下さい。

よろしくお願いいたします。

（総合企画委員会）

相模原ボランティア協会　令和2年1月の予定

日	時　間	内　　容
10(金)	14:00～	広報委員会ぼら通部会
11(土)	16:00～	幸せの黄色いレシートキャンペーン参加
15(水)	10:00～	傾聴委員会
18(土)	10:00～	事務局委員会
	10:00～	ハンディキャブ委員会
	12:00～	ハンディキャブ活動者懇親会
20(月)	13:00～	ぼら通1月号印刷
21(火)	13:00～	ぼら通1月号発行
25(土)	10:00～	定例理事会
		わくわく48号印刷・発行

※事務局年末年始の休み　12月28日（土）～1月3日（金）

福祉のまちづくり推進協議会役員会報告

11月18日に福祉のまちづくり推進協議会の役員会があり、11月号で紹介した研修会の打合せをしました。

この協議会についてはこの研修会のチラシでの説明を引用します。

市内の社会福祉団体や民間奉仕団体等の様々な団体で構成され、すべての市民が心を通い合せ、生き生きと暮らせるまちづくりを進めようと活動している団体です。「福祉のまちづくりイベント」「福祉のまちづくり研修会」を開催、「福祉カレンダー」の作成・配布するなど福祉啓発事業を中心に活動しています。

イベントは9月の市民福祉のつどいの第2部として開催し、今年は津軽三味線の演奏とトークでした。

（同協議会役員・小野明雄）

理事のつぶやき

銘菓のお国自慢

大貫　栄

令和元年も残すところわずかになりましたが、皆さんは忙しい日常の中で、ほっと一息お茶を淹れるのは、香り豊かな珈琲ですか？それとも日本茶ですか？私は甘味の入らないストレートティーはどれも好きですが、お茶のお供にいただくお菓子は年を重ねるとともに、バターや生クリームを使った洋菓子よりも「あんこ系」がしっくりくるようになりました。ほかにも干し芋や干し柿、甘酒といった昔祖母や母が作ってくれた素朴なおやつはなじみのあるものですが、今や自然食品としてびっくりするほど高価で、手が届きません。かといって門前の小僧よろしく手作りできるかというと、時間的にも心のゆとり的にもとても…。

そこで、お腹と心を満たしてくれるのは、小さな贅沢を味わえる全国各地の銘菓です。残念ながら今はもう閉店してしまった伊勢丹相模原店のデパ地下銘菓コーナーを眺めるのは楽しいひと時でした。岩手かもめの玉子に仙台萩の月、新潟柿の種に笹団子、小布施の栗鹿の子、三重の赤福に広島のもみじ饅頭、福井の羽二重餅もいいですね。基本の素材、小麦粉や米粉、砂糖に小豆や地元の果物、木の実、乳製品などが加工され、菓子職人の技が光る珠玉のお菓子は素朴だったり、上品な佇まいであったりして、地元の人々の小さな誇りです。慶びの時、悲しみの時、お世話になったお礼にと、感謝の気持ちをのせて贈られる銘菓。もちろん自宅用にも。

私の故郷の福島県郡山市には昔から伝わるたくさんの銘菓があり、機会があればぜひご賞味いただきたいと思います。柏屋の「薄皮饅頭」、かんのやの「家伝ゆべし」に三万石の「ままどおる」がベスト3。帰省のたびに郡山駅のお土産コーナーでちゃっかり試食のはしごをするのも楽しみです。中でも嘉永五年（1852年）岩代国安積郡郡山本陣近くで、門前茶屋として薄皮饅頭を作り創業した老舗の柏屋は地元の人々に親しまれています。五十年前からは地域貢献として、子どもの詩を編集した「こどもの夢の青い窓」を発行したり、出来たてのお菓子をふるまう地域サロン「朝茶会」を定期的に開き、四百九十回を数えるそうです。朝茶会については故郷を離れてのちに知りましたが、「青い窓」は小学生の頃詩を掲載してもらった朧げな記憶があります。駅前本店ほか、分店各店も接客や店内ディスプレイが素晴らしく、購入品の包装を待つ間、文庫でお茶を頂きながらひと時を過ごすことができます。お菓子そのものの質もさることながら、プラスαの価値を地域に還元し続ける心意気が地域に根差し、ファンを増やしているのかもしれません。利益を上げたい企業だからできること、と言ってしまえばそれまでですが、それぞれのフィールドでできることをする、そんな活動がそこに住む人々を笑顔にし、地元愛につながっているのかなあ、と感じています。

食いしん坊の私は饅頭（こしあん派）をたべてしまい空箱しかお見せできないのですが><;（大貫理事のつぶやき）

歳末助け合い募金活動に参加！

十二月二日（月）午前十時半～
於　ＪＲ相模原駅改札口前

師走に入ったばかりの月曜日の朝、通勤通学で慌ただしく通り過ぎる人々に、或いは待ち合わせにと行き交う人々に向かって「おはようございます。歳末助け合い活動募金にご協力お願いします！」と呼びかけて来ました。参加者は社会福祉協議会、青い鳥（児童発達支援センター）、ボランティア協会のメンバー6人です。他のグループはＪＲ橋本駅と小田急相模大野駅でも活動です。

「台風の被害が今年は酷かったからね～」と話しかけてこられお礼を募金箱に入れてくださる老婦人、ベビーカーを押しながら募金にやってくる若いママ、学生さんもお財布の口を開けて寄付してくださった。

そんな方々にみんなで一礼して、見送ります。ずーっと立ちっぱなしで叫んでいると足元から寒さが上ってくるのを感じ始めたころ、社協の河原さんから「今日はお疲れさまでした。これで終わりにしましょう」と声がかかり解散。穏やかな令和二年でありますようにと願わずにはいられません。（小林）

ＪＲ相模原駅にて

ボランティアさん募集！

高齢者施設でのお話し相手

内　容：高齢者女性（80歳）のお話相手をお願いします
　　※難聴ですが、コミュニケーションは良好です
日　時：月１回、火曜日の午後１時30分から１時間程度
場　所：サービス付高齢者住宅ユノトレメゾンさがみ
　　（中央区下九沢67-1）

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

ボランティア協会 事務局員 募集

協会の窓口ボランティアとして活動してみませんか？
活動場所：協会事務局
　　あじさい会館２階中央ボランティアセンター内
活動内容：週1～2日、1日5時間程度
　　電話受付、ボランティア調整、簡単なパソコン作業
※些少ですが活動費補助制度があります。
　連絡先：協会事務局　042－759－7982

このマークは？

耳が聞こえない人が手話でのコミュニケーションの配慮を求めるときに提示したり、役所、公共及び民間施設・交通機関の窓口、店舗など、手話による対応ができるところが掲示できます。耳が聞こえない人等がこのマークを提示した場合は「筆談で対応をお願いします」の意味、窓口等が掲示している場合は「筆談で対応します」等の意味になります。

《今月のイラスト
…うわ～。きれいな落ち葉！》

事務局からのお知らせ

事務局は12月28日（土）から1月3日（金）までお休みとなります。
新年は1月4日（土）から業務を開始します。よろしくお願いします。
※28日（土）はあじさい会館休館日のため、28日から休みとなります。

編集後記

12月に入ると大掃除を少しずつ始める時期。暖かい日をみて網戸洗いから。今年は16枚の障子貼りをしよう。明るい陽ざしで気持ち良い新年を迎えたい。
今年は思いもよらなかった台風19号の大被害で、今も大変な生活をしていることでしょう。少しでも元気を取りもどし新しい年を迎えられますようにと願います。
令和2年が穏やかな年でありますように。
（杉）

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わせていただきます。
＜１１月の寄付者ご芳名＞
　大戸行政書士事務所　大戸敏勝　様
　尾野　輝男　様
その他１５名の皆様からご寄付をいただきました。
＜１１月の寄付金＞
　総額　８５，５８０円でした。

ボラ協会員数／　正会員 111 名 ・ 賛助会員（個人）1 名　（法人）1 団体 （12月11日現在 ）