



ぼらんていあ通信

6月号
通巻 No.463

発行 / NPO法人 相模原ボランティア協会 2020年6月23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/

活動の再開



会長 高橋功

約2か月ぶりに緊急事態宣言が解除されました。当協会理事会では、解除を見越して6月1日から再開するにまで準備を進めてきました。先ず、事務局委員会には6月1日再開するための事務局員の出勤表の作成と事務局員との連絡、HC委員会では運転手への連絡と利用者へは事務局開所とHC活動の再開をはがきて連絡しました。さらに傾聴委員会では、傾聴ボランティアを再開するために利用者の担当のリーダーに、利用者へ再開の可能性について話し合ってもらいました。

6月1日に事務局を開所すると一斉に申し込みの電話、その日だけで13件の申し込みがありました。HC活動は第2週から始まっています。傾聴活動はまだ様子見する人もいますが19人のうち半数くらいが再開します。ただ、あじさい会館などの貸室は7月10日以降に再開の予定ですが、三密や身体的距離(ソーシャルディスタンス、2m)の問題もあり理事会や委員会の開催が危ぶまれています。

今年度予定していた事業のうち中止した事業は、7月予定の『ボランティア養成講座』、次に10月予定の『ほかほかふれあいフェスタ(ほかふれ)』は、ホール部会・コースや楽団員の身体的距離が保てるか

どうか、会館部会：各室の三密の問題がある、広場部会：三密は無いが身体的距離が保てない等、開催するのは難しいと判断し本部会議で中止を決めました。

この会議の時にアドバイザーとして出席された中央ボランティアセンターの井上氏から大阪社会福祉協議会の作った冊子「**集まなくても つながる方法**」一密を避けながらできること・これからの事・電話・手紙・届け物で、オンラインで、うちでできること」を頂きました。その中にも自分の書きこみを第一に考え、市民とのつながりを絶やさないために何が出来るか?電話で・手紙で・オンラインで。さらに、今だからこそ考えられる一繋がり方の選択肢とありました。最後に、人と人が思いやりの心やこれまで積み重ねてきた活動への思いを再認識しながら様々なアイデアやチャレンジを共有して繋がりがつくりの新たな一歩を作っていくべきじゃと結んでおきました。

今後のボラ協の活動については、「コロナ感染症の第2波、第3波がある」として活動の中止、障がい者団体と協働する12月の障害者週間におけるPR活動やボウリング大会の開催も危ぶまれます。しかし年度当初に上げた地域の傾聴ボランティアとのネットワーク造りを講座にも広げていきたい。今年は7月の講座が無くなったので地域のボランティア団体との協働で養成講座が開催できないかを探って行きたいと思

お知らせ



います。さらに、大阪社協の集まらなくてもつながる方法を考えたとき、ボランティア協会のPR、HCや傾聴の活動、障がい者団体との協働、ボランティアの初歩的知識とボランティアなどの幾種類かのDVDを作り、小・中学校、施設、地域ボランティアとしてボランティアセンターにも使って頂けるようなものが出ないか、皆さんと考えていきたいと思ひます。出来れば特別委員会を作っても良いと思ひます。企画は協会員でもその制作は外注になると思ひますので、経費が必要かと思ひますが休止期間の費用や講座中止の費用などを充当しながら若干赤字になってもやる価値はあるのではないかと思ひます。ただこれは個人の試案ですので皆さんの考えを被露頂き前向きに検討していきたく思ひますのでよろしくお願ひいたします。

最後となりますが、皆様のですますので健勝をお祈りいたします。(NONO. 6. 15)

。今月のぼらんていあ通信について、ほらんていあ通信4月号、5月号はページ数を減らし、会員の皆さまのみに発行をさせていただきました。今月から、ボランティア協会の現状をお伝えさせていただきます。会費は変わらず、会費外の皆さまもお送りさせていただきます。今後とも、ほらんていあ通信をよろしくお願ひいたします。(広報委員会 ぼらんていあ通信部)

特集

緊急事態宣言下の様々な活動について



会員の皆さんや各委員さん、また、ほらんていあ通信をカセット版にして読者の皆様にお届けした「あけびの会」さんなど、沢山の皆さまに、緊急事態宣言下のこの数が月ごとのように過り過ぎていたのか、また、今後の活動などについて伺ってみました。

Twitter

ほらんていあ通信版 ツイッターコーナー

十文字を見せながら

金原健一



峠の坂道を家族連れや友人と思われる人がお喋りをしながら歩いていきます。子どももさんが「あ、ひまわりだよ、あじさいも、キレイだね」の会話を聞くと嬉しくなります。畑の端に植えられた花々をみて喜んで頂けるのは、とても微笑みこぼす光景です。

新型コロナウイルスの学校や職場が閉鎖、イベントもすべて休止状態となり市民生活に大きな影響を与えています。感染防止策に協力して外出を控えていた方達が寸暇の喜びを得ているのでしょうか。農事に励みながら考えを巡らせています。4月8日、緊急事態宣言を受けHIC運行が休止になりました。多くの方は通院のために利用されている。それが今、休止になったの様にHICの自助努力を促しているのがかたじけなく。

HICの運行が再開された時には、特別な事はできませんが安全運転と衛生面に自分なりに吟味学習して、穏やかな一日の支援になるよう心掛けたいと思います。



かねて

金原

事務局より

事務局の再開

事務局担当・小野 明雄



「お久しぶりの再開」となりました。まだまだ感染の心配が続いています。感染予防対策には十分配慮したいと思っております。

緊急事態宣言の発令による事務局の閉鎖は4月8日から14日間及びしました。再開準備の最後の1週間を除き、副会長さんで適う程度当番を担う形をとりましたが、会費及びHIC・傾聴の利用会員の皆様には大変ご迷惑をおかけするようとなりました。

この間、何り通の発行による情報を皆様にお届けできたことに感謝しております。利用会費入のお知らせも3回送りました。これらにより、皆様のご理解が得られ当番の私たちは対応に困ることが少なかったことが印象です。会長、事務局の皆様への応援にも感謝です。

実際には放りっぱなしの対応で、滞った事務処理、事務局の皆様はご苦労なわけておられると思います。

幸せの黄色いシートキャンペーンの事務処理を担当が当られていた杉本さんが退職された、今年度からの担当が篠田さんに代わりました。

HICの継がのり20日ほどは済みましたが、HICの1年度初めの動きの多い時期です。何かお返しのようがなすも、HICの運営アセス。よく頑張ってください。

HIC委員会より

ハンディキャップも 運行を再開しました

HIC委員会 加藤 修

緊急事態宣言の発令により中止してまいりましたハンディキャップ活動ですが、6月1日より運行受付を再開しました。再開にあたり6月7日(日)に臨時の委員会を開催し感染防止策を中心に今後の運行対応を協議しました。

詳細は関係者を通じてご案内しますが、活動時の励行・留意点は以下の通りです。

- ①運転者・利用者は当日の朝検温をする(運転者は健康チェックシートに記録)
- ②乗車する人全員のマスク着用及び手洗いの実施(アルコール消毒)
- ③運転時は窓を開けて換気を実施(実施程度は天候や利用者の体調等を考慮する)
- ④運行終了時にハンドルやドア等を消毒

検温以外は運行を中止する前からも取り組んでいた事項になりますが、右記感染予防策は運転者・利用者皆様ごとの取り組みが欠かせません。

安心・安全な運行確保のため、感染予防策の励行へのご協力をよろしくお願い致します。



Twitter

ぼらんていあ通信版 ツイッターコーナー



吉留 勉

「コロナ禍で集じもの

スポーツジムに行ったり、旅行したりの日常が突然変わってしまった。マスク、トイレットペーパーの買い占め狂騒曲、同時に外出自粛で集じもの生活になった。集じもの影響らしいが、なんとパンの材料が買えなくなったではないか。

前からホームベーカリーで朝食用のパンを焼いていたのだが通販で取り寄せていたミックス粉の価格が暴騰して手が出なくなりました。それで自分でミックスしようとスーパーに行ってみると強力粉と下ライーストの棚が空っぽだ。他のスーパーを回っても無く、毎日見に行ってもっと最近入手したが、こんな物でも買えた時は無性にうれしかった。

集じものり中だから始めたことがある。BOSTONにて駆ピアノ(空港ピアノ)という好きな番組があり、ショパンの美しい曲等を滑らかに弾く人がうらやましくて自分もやってみようと思いついた。家には娘が使っていたピアノがあるのだが初心者なので楽器店でローム製の6千円しかしないものだがなかなか音色が良い優れものである。しかし右手と左手が思うように動かないし、楽譜のへ音記号は頭に入らないし、苦戦の連続である。それでも最近になつてやっとゆつくりだが「ハーゼのために」の3分の1はひびき弾けるようになった。ちゃんと弾けるようになるのは生まれてから無理解かなと悲観的である。

今週3か月ぶりにスポーツジムに行ってきた。なんだか身も心もさっぱりした。早くコロナが収束して自由にいたい。

アマテラス様よろしくお願ひします。



あけびの会さん

新型「コロナ禍中の ボランティア活動の顛末



朗読サービスマジックあけびの会(城山)
宗田 真理子

合併後、相模原市録音奉仕会の要請を受け、ぼらんていあ通信力セット版の作成を始めました。録音マニュアルに従い、2010年4月号No.341号からのスタートでした。以前は「ハンディキャプだより」もお知らせしていました。テープ読者数に変遷はありますが、現在の月号No.463号をお届けしています。振り返れば10年です。その10年間に、まさかの「コロナ禍」です。その上、城山地区では公共施設再編に伴い、12月まで活動拠点であった城山保健福祉センターは3月15日から城山公民館となり、3階録音室を引き続き利用できなくなりました。

活動場所が確保でき安心したのも束の間、「コロナ」により、公民館も社協関係も貸室利用ができなくなりました。

あけびの会の活動は、地域発行広報「初旬」城山情報「公民館報」「高齢者支援センターだより」「社協だより」、月末「ほろ通」の録音テープ作成です。困った筆句の苦肉の策、宗田自毛ハマークを

持ち込み、自宅ラジカセを使い、メンバーを呼び寄せ、3密を避け、マスクを着けながら、米軍機、バイク、インターホン、12時のチャイム等に一時中断し、何とかマスターテープを作成しました。

テーマ音楽テープを忘れ、ロミ味線で「ラララ…」とリアなテープもありました。3月、4月、5月、6月初旬までメンバーが力を合わせ、無事にテープをお届けすることができました。協会では、ほら通作成も大変であったと察します。原稿をFAXや郵送していただき遂行することができました。

6月19日以降は公民館で「録音テープ作成協力は、録音サービスマジックあけびの会、今月の読み手は…」では次の号まで「きげんよう、なつみなら」で締めとなります。



毎月、大変お世話になっています。

広報委員一同

相模原ボランティア協会 7月の予定

日	時間	内容
5(日)	10:00~	ハンディキャブ委員会
11(土)	10:00~	定例理事会
18(土)	13:00~	事務協委員会
20(月)	13:00~	ぼら通7月号印刷
21(火)	13:00~	ぼら通7月号発行

理事会報告

理事会に替わる正副会長会議を13日(土)に行い、諸事業などについて確認した。



7月の記念日は？

小倉義男

7月7日、七夕はご存じと思うので、「恋そうめんの日」です。

古くから「七夕」の日には、そうめんを食べ、無病息災を願う風習と、風水では麺類は「恋愛運を高める食べ物」とされていることから、七夕の日とそうめん、恋愛のステキな関係を結びつけて、奈良県にある三輪そうめん山本(現：三輪山本)が「恋そうめん」をつくり、記念日登録したそうです。ステキな記念日ですね。

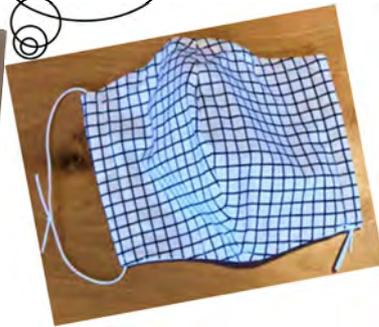


(o^o)

小倉画



このおしゃれなマスクは、会員の杉崎正子さんの手作りです。マスクを手作りされた方がいらっしゃいましたら、ぜひ写真をお寄せください！



ちょっと休憩！

思わず笑ってしまうサラリーマン川柳。令和最初のベスト10から、上位3位までを掲載。ちょっと一服していただければ♪

- 第1位 我が家では最強スクラム妻・娘
- 第2位 パプリカを 食べない我が子が 踊ってる
- 第3位 話聞け！ スマホいじるな！「メモですが」



クイズに挑戦！

ウイルスは、いつの時代にも！ ア〜カの文を、時代の古い方から順に並べ替えてください。(桐朋中学校入試問題より)

- ア、この頃、インフルエンザが世界的に流行し、日本でも「**スペイン風邪**」と呼ばれて多くの方が亡くなった。この時、第一次世界大戦が行われていた。
- イ、この頃、「**コレラ**」が日本で流行した。ちょうど日本が修好通商条約を各国と結び、異国船の往来が盛んな時だったので、人々の中には、外国人がこの病をもたらしたのではないかと考える人もいた。
- ウ、この頃、「**痘瘡**」(皮膚にできものが出来る病気)が流行した。平城京の人々にも広がり、多くの役人や貴族が命を落とした。
- エ、この頃、香港で「**ペスト**」が広まっており、原因調査におもむいた北里柴三郎はペスト菌の発見に成功した。子の時、日清戦争が行われていた。
- オ、この頃、「人々が病に苦しむ、これを**銭病**と呼んだ」という記録が残っている。宋銭の輸入とともに流行した病のため「銭病」と呼ばれたものと考えられている。この頃、平清盛を中心とする平氏が中央の政治を行っていた。
- カ、この頃の日本の流行病の様子を記録や文書から知ることはできないが、人骨を調べてみると「**結核**」が流行していたことがわかっている。この頃、有力者は古墳とよばれる墓に葬られていた。

会員のひろは

様々なボランティア活動をな
している会員の皆さま、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。

傾聴と薬膳の主人公

織田 静子

私は昨年から、傾聴ボランティアのお仲間に入
らせていただきました。このお話を伺いお願
い致します。

講習会では、耳と目と心で聞く傾聴の大切さ
を教えてください、いざ実践という時にコロナ
ウィルスの影響で、ご利用者様にお会いしたの
はまだ一回だけですが、帰り道は心も温かな
幸せな気持ちになったのを覚えています。早く
世の中が落ち着いて、訪問をさせていただく日
を楽しみにしています。

実は今まで、有償ボランティアで薬膳料理の
調理師をしていました。この度、薬膳の事も書
いてほしいとお話がありましたので、少し触
れさせていただきますと思います。

私は病院で管理栄養士をしていた時、薬膳に
出会いました。それまでは、カロリーやたんぱ
く質などを重視して献立を立てていましたが、
どうしても、すしめしを治らない患者様も居ら
れ、どうしたら良いのだらうかと悩んでいた時
に、ある先輩にお声をかけていただいたのが始
まりでした。



薬膳は、中医学が基になっており、食品に
はそれぞれ性質(温める食品、冷やす食品な
ど)があり、帰経(どの臓器に良いか…)や、
効能(目が良い、血の巡りを良くするな
ど)があり、それを生かして食生活に取り入
れる事により、病気ではないけれど何となく
体の調子が悪い、気持ちが晴れないといった
病気の予備軍状態を、徐々に改善する事が出
来る(未病を治す)という事を知りました。
これは現代栄養学にはない考え方だった
ので驚きました。又、季節の変化やその人の
体質や、体調に合わせて、それによって五臓の
機能を高め、自然治癒力を高める事が重要だ
とされています。例えば、風邪でも悪寒の
時には、ねぎや生姜を使い体を温めます。悪
寒がなく喉の痛みの時は大根や梨で、喉の粘
膜の炎症を抑えるなど、その人の体調に合わ
せた食材を使います。
薬膳も知れば知るほど奥深いものがあり、
知らない事も沢山ありますが、自分の体調の
変化に耳を傾け、早く気づくことが出来た
ら、そして未病のうちには治す事が出来たら、
元気で健康な百年時代も夢ではない様な気
がします。

このマークは？

「子ども用車いす(小児用介助型車
いすマーク)」です。子ども用の車いす、
および同目的で使用しているベビーカ
ーに携帯される事を目的として、一般
社団法人 mina family が考案、制作、配布しているマーク
です。



子ども用車いすは、一見するとベビーカーに似ているこ
とから『車いす』だと認識されず、さまざまな場面で誤解
される事も多いそうです。ベビーカーのように、畳めない
ものも多く車体重量だけで10~90kg ほどあるものも
あり、また、数十万円するほどの高価なものも多く、車い
すのかわりにやむなくベビーカーで代用しているケース
も多いそうです。

外出先や交通機関、商業施設などで、より理解を得られ
るよう啓蒙が推進されています。

クイズの答え

400	800	1200	1600
弥生	古墳	飛鳥奈良	平安
		鎌倉	室町
			江戸
			明治大正昭和

- カ 結核
- ウ 疫瘡
- オ 銭病
- イ コレラ
- エ ペスト
- ア スペインかぜ

時代の古い順から

- カ、「結核」古墳時代
- ウ、「疫瘡」奈良時代
- オ、「銭病」平安時代
- イ、「コレラ」江戸時代
- エ、「ペスト」明治時代
- ア、「スペインかぜ」大正時代

いつの時代にも with ウィルスですね！

ボランティアさん募集！

高齢者通所施設での日課活動



内容 入浴後のドライヤー掛けやお話し相手など（対象者は女性です）

日時 月曜日～金曜日のご都合の良い日

10:00～11:30

場所 テイサービス泰政園

（中央区中央5-3-18）

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



《今月のイフスト

…つわ～お、

勝手にお掃除して

～わ～する～》

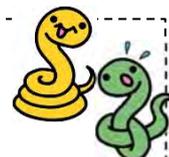


なお

会員登録新ごころ
6月1日より事務局を再開し、感
染予防対策に注意しながらHCC運
行、傾聴活動を再開しております。
事務局は通常勤務をしております
ので、会員登録更新がまだお済み
でない方は、登録更新の手続きを、
よろしく願います。
(事務局)



あら、ほんと？



ヘビも友達をつくる、「動物の友情」に新研究！

ヘビに対して、冷たい、孤独といったイメージをもつ人は多いかもしれない。だが、その考えは誤りのようだ。少なくとも、ガーターヘビに関しては。ガーターヘビは、カナダの平野部からコスタリカの森林地帯にかけて生息する、毒をもたないヘビ。今回新たな研究で、このヘビと一緒に過ごす仲間には明確な好みがあることが判明した。つまり、彼らには「友達」がいるのだ。

進化生物学者は、「ヘビが友達を作るというのは、人間が友達を持つ理由とは、まったく異なるものかもしれない。動物がわざわざこのような協力関係を結ぶのには、何らかの利点があるはずで、例えば、ヘビが友達同士で絡まり合っているのは、熱を逃がさず、捕食者から身を守るのに役立っていると考えられる。何であれ、ヘビは、不可解なはぐれ者などではなく、大半の人が考えているよりも、高い社会的知性と優れた社会的能力を有している」。

ナショナルジオグラフィックHPより

編集後記

写経を初めて12年になります。
毎朝の行事が済み8時30分頃より40分位写経を
してします。今年は今日(6月13日)で133枚で
す。

写経、何のために？ 最近写経後の一日はめった
りし過ぎる様な気がします。皆様も般若心経を誦
つてみませんか。良い一日が過ぎますよ。(勝)