



ぼらんていあ通信

3月号
通巻 No.508

発行 / NPO法人 相模原ボランティア協会 2024年3月22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: https://sagamiva.info

相模原ボランティア協会 「傾聴ボランティア講座」

～傾聴の大切さを学ぶ～

「カウンセリングの技法から学ぶこと
気をつけたいこと-1」



*** 講師** あらきろねこ 荒木乳根子先生
田園調布学園大学名誉教授
臨床心理士・公認心理士



3回にわたる傾聴ボランティア講座の第1回講座が去る3月12日(火)午後2時よりあじさい会館6階第1・2展示室で開催された。当日は寒いうえにあいにくの雨降り、恐らく参加者は少ないだろうと予想していたが、部屋に入り1番後ろの席にすわり周りを見回すと、何と人でぎっしり満員状態だったのでびっくり！これだけの人が集まることは傾聴というものがいかに人々に認識され、重要性が高まっている証拠でもあるので素晴らしいことでもあるのだ。

おかわのえ 小川紀江会員の司会で始まり、会長欠席のため恒藤副会長が「社会は複雑化していて、介護、福祉だけでなく企業でも地域社会でも様々な場面で傾聴力が求められていると思います。今日学ばれたことが、皆様の日頃の活動にお役立っていただければ幸いです」と挨拶した。

荒木先生は「本日も集まりの皆さんは、ボランティア活動に関心のある方ばかりだと思いますが、中でも傾聴に関心がある参加された方はどのくらいいらっしゃるか、手を挙げてみてくださいませいか？ 3分の1くらいの方ですね。これだけいらっしゃる今の世の中にあつて、傾聴の必要性が高まっているからだと思います」と述べられ講話に入りました。

★講義内容

傾聴の基本的態度とは受容と共感の気持ちを持って相手に向き合うこと、相手と信頼関係が成り立つよう努め、この人なら何でも話せるという気持ちになってもいいことが大切。話を聞いてもらっているうちに感情が整理され、自分を客観的に見つめられるようになる。

が生まれる。

また、問われた質問は、はい、いいえなど短い単語で答えられる質問で、開かれた質問は、はい、いいえでは答えられない質問。問われた質問と開かれた質問を上手に使い、相手が聞いてもらいたいと思っていることを表情、言葉の調子なども読み取られるように努める。聞き終わったら受け取った内容を繰り返すと相手も安心する。

演習では、3人1組になり、高齢者、介護者、観客者の役割を交代しながら演じた。皆さん戸惑うことなく交代しながら演じていき、むしろ楽しんでいく様子が見えた。

質問の時間になると、介護の仕事をしている人から「介護中の話の方はどういった点に注意すればいいか」の問いに対し、荒木先生は「この人と話している楽しさや、話の切り方をすればいいか、また「あまり話が続かない」と話を切った方がいいか困る時があるというふうな問いは、「なるほど、なるほど」というふうにもありますね」と言葉を挟むというふうな「なるほど」の言葉があった。

参加者の井上田鶴子さんに感想をつかぎ、「とても理解しやすい今日の課題が自分の活動に役立っているなと思った」とのことだった。

演習の時には、先生は皆さんの様子を見たり聞いたりされていた。とても親しみやすくてわかりやすい講義でためになったと感じられた。

何年も前から先生のお話を聞いてくるけれど、先生が以前と同じで若々しくも年をとった感じがしないのは驚くばかり。それこそ先生がかかわりわたり、決して威圧感を与えない話し方はとても素敵だった。(山崎)

* 第1回 第2回 第3回は次号に掲載

「第11回フロンティアへくまのり」開催報告

松原 俊

平成6年3月3日(日) 10時から15時まで相模大野の商業施設建設連絡通路で「第11回フロンティアへくまのり」が開催されました。

ポフンティア協会は「車いす体験」を担当し、傾聴仲間の水戸守委員に協力をお願いし、準備・活動をしてきました。当日は天候は晴天でよかったのですが、会場はビル風がすこく強風が吹き荒れていました。そのため我慢のイベントとなりました。

車いす体験は、まず利用者へ準備と心構えを説明しました。

1、利用者の体調を伺う。

2、車いすの構造を説明する。

3、操作方法を説明する。

4、各項目の安全確認を行う。

そして、体験後、感想を伺うことになりました。希望する体験については、車いすへの乗車か、介添え・補助か、自力走行を希望かを確認し実施しました。

体験者の年齢層は幅広く、子供たちは車いす



ともに歩くなかまたち/インタビューシリーズ さがみはらのボランティアたち-3 をホームページにアップしました!

このインタビューシリーズは様々な場所で活躍している「人」に焦点をあて紹介する番組です。

今回は、相模原ボランティア協会で活躍されている小川進さん、美津枝さんご夫妻にインタビューしました!

ボランティア協会のHPにアップしていますので、ぜひご覧になってください。

HP トップから

ともに歩くなかまたち/インタビューシリーズ第3弾をアップしました

をクリックしてくださいね。

情報企画実行委員会



4月の記念日は?

小倉義男

4月15日は、よい酵母の日です。

埼玉県鴻巣市に本拠を置き、酵母の製品を扱う株式会社日健協サービスが制定。酵母を摂取することの大切さを広くアピールするのが目的。

日付は4と15を「よ(4)い(1)酵(5)母」と読む語呂合わせから。同社では11月5日も「いい酵母の日」に制定しています。

酵母は免疫力を高め、様々な食品で活用されていますね。



【出典(一社)日本記念日協会より参照】小倉画

クイズに挑戦

動物世界1クイズです。

①世界1大きな動物はどれでしょうか?

ア)クジラ イ)ソウ ウ)サメ

②世界1速く泳ぐ魚はどれでしょうか?

ア)カシキ イ)サメ ウ)マンボウ

③世界1大食いな陸上動物はどれでしょうか?

ア)ソウ イ)サイ ウ)カバ

④世界1卵を産む動物はどれでしょうか?

ア)アスメ イ)カエル ウ)マンボウ



ボランティア活動グループ訪問記

ボヤマンマ

障がいのある方のための
「新成人を祝う会」を文子で11年
記憶に残る成人式に！
〜新成人を応援するまで〜



2月の半ば、もうあたりが暗くなった時刻に上簿の「(一般社団法人)相模原市手をつなぐ育成会」の事務局を訪問しました。そこで「新成人を応援する会」の代表、藤井恵美子さんが待っていてくださいました。藤井さんは「手をつなぐ育成会」の副理事長を務めていらっしゃいます。そして風間は保育士さんとして働いておられ、1日の仕事を終えてお話を伺う場を作ってくださいました。

＊「新成人を応援する会」を立ち上げるまでの経緯を教えてくださいませんか。

支援学校を卒業した子どもたちは、作業所や施設に通うなど社会に触れながら成長して20歳を迎えます。市では「はたちのついで」が毎年開催され、そこへ障がいのある成人も招待されるのですが、式典の間じっと座っているようにならない人に囲まれることが苦手な成人も多々います。以前は「静かにできないのでは」と別室に案内された会場に入れないうちもありませんでした。障がいがあっても晴れ着姿をみてもらいた



代表の藤井恵美子さん

い、成長の実感を
持っている場を共に
持ちたいという
家族の声が毎年
あがりましたが、
市もなかなか対
応できません。

ところで、市に申し込んだ場を用意してもらおうと活動するより、自分たちで場を作ったほうが早いと考え、11年前「この会を育成会の仲間たちと立ち上げました。すでに申し込んだ会を立ち上げていた横浜や川崎の例を参考にしながら、1年後には「新成人を祝う会」の開催にきつきました。

＊大変なエネルギーと実行力ですね。これまでどんな苦勞があったのでしょうか。

支援学校やれんぎょう、市民活動サポートセンターに協力していただき、仲間の会費を増やし、お金もないうち、記念すべき1回目は総合学習センターが会場、集まった成人は40名にもなり、参加者や家族の喜びの声は継続する力となりました。

次の年の計画準備は1年前から取り掛かります。後援依頼、資金集め、出し物の依頼、会場予約、当日の会の準備、参加者への参加呼びかけなどなご時間も労力もかからず、かなりの仕事量です。特に会場の確保は優先権もなく、毎年苦勞してきました。

また、参加者は学校卒業後と1つ1つともあり、連絡が難しく、市内の事業所や作業所一軒一軒電話をして開催を新成人に知らせています。市の広報やチラシの配布もしていますが、口コミで開催が伝わる方が多く、直前に知ったと申し込まれる方もいます。一生に一度の20歳のお祝い。取りこぼさず知らせたいと頑張ってきました。



＊今年のチラシにも「記憶に残る成人式に」とありました。会場の様子は、ほの通の20周年パーティーの会に出席したボラ協の加藤会長の報告が載っています。ボラ協は「新成人を祝う会」の後援団体の一つです。

今年は第10回、去る1月21日に式典と祝賀会という構成でけやき会館「大樹の間」で開催されました。10年前は祝賀会としてスライドショーやよびごやフラダンス、バンドなどの出し物があり、お菓子とジュースで乾杯も、新成人が楽しめる会となりました。

＊今期限りで主催の「新成人を応援する会」は解散することが決まったと発表され、大変驚き取材をさせていただきました。

この祝う会に向けての仕事量は多々、仕事を引き継ぐ会員が年々減り、今の形では続けるのができなくなりました。参加者の感謝や喜びの言葉は何よりのねらいです。資金も集まるようになってきましたが、運営の難しさから閉会が決まりました。

「新成人を応援する会」は今年度で閉会しますが、「新成人を祝う会」の開催は新しい団体を引き継がれることになり、これから続いていきます。

マンパワーの不足は何処の団体も同じく感じています。私たちも障がいのある方が身近にいらしたら、こういう会があるとお伝えしたいものです。周りに気兼ねなく参加できる「記憶に残る成人式」の精神。途切れず引き継がれていくことを願ってやみません。「新成人を応援する会」会員の皆様、長い間の活動本当にお疲れ様でした。(恒藤・杉崎)

★新成人を応援する会

〒252-0243 相模原市中央区上溝 1887-1
相模原市手をつなぐ育成会事務局内
☎: 042-759-4310
代表 藤井恵美子

理事会報告



3月16日(土)理事会(理事の名出席)

報告・連絡事項

★広報委員会

・ぼらん通部会11月号(ぼらん通)3月20日印刷・発送。
若サポから8名とスタッフ1名参加。

・ぼらん通3月号は3月21日印刷、22日発送予定。
・情報部会オンラインタビュリーシリーズをホームページにアップした。

★HCC委員会&事務局委員会

・HCC交流会について案を練った。運転ボランティアに登録の方はほぼ全員参加予定。

・市民桜まつりの福祉バザーについて。

★講座検討委員会

・春講座初回80名参加。

★傾聴委員会

・3月18日委員会開催予定。

★映像企画実行委員会

・若サポさんと協働でよむこいチーム絆さんの動画を撮影中。

＜連絡事項＞

・3月3日ボランティアふくしまつりに参加(ポーン相模大野の隣南区地域福祉交流ラウンジにて)。

・3月10日相模原災害ボランティアネットワーク主催熊鷹半島地震義援金街頭募金に参加(相模大野駅ペDESTリアンテックにて)。

次回理事会は4月13日(土) 11時より



相模原ボランティア協会 4月の予定

日	時間	内容
11(木)	13:00~	広報委員会ぼらん通部会
13(土)	10:00~	ボラ協のあり方検討会議
	11:00~	理事会
20(土)	13:00~	ハンディキャブ・事務局合同委員会
	10:00~	臨時理事会
22(月)	13:30~	監査
	10:00~	傾聴委員会
23(火)	10:30~	総会議案書印刷・発送
	10:30~	ぼらん通4月号印刷
	13:00~	ぼらん通4月号発送



相模原災害ボランティアネットワーク主催
熊鷹半島地震義援金街頭募金に参加
渋谷 久美

3月10日(日)相模大野駅ペDESTリアンテックで行われた熊鷹半島地震義援金街頭募金活動にボランティア協会も参加しました。
小さいお子さまから高齢の方まで多くの方があたたかいお気持ちを寄せてくださいました。



ボランティア協会 事務局員 募集

募集中

ぜひ、ご協力ください!! 待っています!!

協会の事務局員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

①事務局: 週1~2日、1000~1500

ハンディキャブ運行調整、活動や相談の受付、日常的な事務処理、会計処理など

②庶務: 週1~2日、1日5時間程度

特定非営利活動法人の事務処理、運營業務の事務処理など、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・問い合わせ先: 協会事務局 042-759-7982

報告

さがみはら市民活動サポートセンター開催の
利用者懇談会と交流会に参加

当協会は市民活動サポートセンターに団体登録をしい「J」ピー機や、打ち合わせなどには部屋をお借りするなど利用させていただいています。

2月18日に開催された利用者懇談会と交流会に小野事務局委員長と西本理事が参加しました。

おの あきお
小野 明雄

2月18日のサポセン利用者懇談会に参加しました。いつもながら市民活動の幅の広さ、参加された各団体の熱心さに圧倒されました。基調講演は松下氏の「J」について、団体継続で事業継承をどうするかの内容でしたが、ボラ協の課題としても考える必要があるものでしたが、時間が短く、深堀出来なかつたという印象でした。

以前に参加した地域活動マッチング相談会では、ゆめクラブ(老人会)の方が、高齢化とゆめクラブの組織数が反比例しているとの報告がありました。抱い手不足は深刻だと思えます。

私自身、市民活動、地域活動の方が身近で、関わりやすさとも感じていますので、ボラ協も仲間を増やすために一層の努力が必要と思えます。

※サポセン

→さがみはら市民活動サポートセンター

さがみはら市民活動サポートセンター
利用者懇談会 交流会の部

にしんこ たかし
西本 敬

けやき会館2階の大研修室での懇談会に続き、17時から18時30分まで、市民会館4階のあじさいの間において交流会が開催されました。およそ30団体が参加して卓卓に着座し、乾杯の後、食事と歓談(さうじ)、特殊なビンゴゲームで知らない同士が会話を交わすなど、単なる名刺交換だけではなく、交流を深めるための仕掛けもあり、楽しい雰囲気です。

最後は、来年度も頑張ろうと誓い誓い合ってお開きのになりました。



利用者懇談会の様子



参加者募集

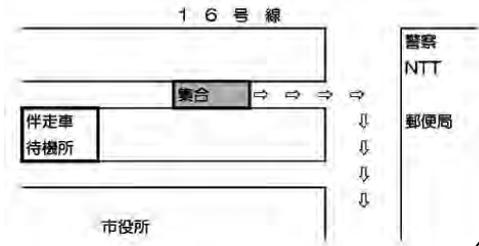
パレードに参加しよう♪

相模原市民桜まつりでは、当協会もハンディキャブ号2台を伴いパレードに参加しPR活動を行います。

日時：4月7日(日) 午前10:40集合

集合場所：16号線から1本市役所寄りの小路

参加をよろしく
お願いします!



クイズの森



- ①はのクミラ。「シロナガスクミラ」というクミラで体長がおよそ30m、体重が150tです。
- ②はのカジキ。「バショウカジキ」というカジキで時速100kmで水中を泳ぐことができます。
- ③はのソウ。ソウは1日に2000〜3000本の草や果物を食べ、水も100L以上飲みます。そのため餌を求めて何十kmも移動します。動物園では、ソウの食費は1日に約1万円かかるといいます。
- ④はのマンボウ。マンボウはおよそ1個の卵を産むといわれています。ただし、大人のマンボウになるまでにほとんどが死んでしまいます。

★けやき体育館で開催する福祉バザーにもお立ち寄りください!★

ボランティアさん募集！

① 発達障がいのある子どもの遊び相手や見守り

依頼先：放課後等デイサービス「Apple Junior」（場所：JR 相模原駅近く）
 日時：月～金曜日の午後2時～5時のうち、好きな曜日・時間
 内容：発達障がいのある子どもたち（主に小学生）の遊び相手や見守り



② 福祉施設の日課活動のお手伝い

依頼先：特別養護老人ホーム「泰政園」（場所：中央区中央5-3-18）
 日時：「週1回」、「午前7時～午後6時のうち1時間以上」が目安ですが、好きな曜日・時間に活動可能です！
 内容：お話し相手や食事後の食器の後片付け、レクリエーションのお手伝い

※日課活動ボランティアは、他の福祉施設(複数)でも募集中です。詳細は、お問い合わせください。

※ 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
 FAX 042 (786) 6182
 メール svc@sagamiharashishakyo.or.jp



山口尚美画

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。

<2月の寄付者>

切手グループからご寄付をいただきました。

<2月の寄付金>

総額 250,000 円でした。

会員登録新のお願い

4月1日から2024年度の会員登録
録手続を開始させていただきます。
 会員の方には、更新のご案内、現在の
 会員登録録票、郵便振替払込票を同封
 してしますので、引き続き会員登録を
 お願いいたします。

事務局

編集後記

13 年前の3月11日、広報委員数
 名はあじさい会館4階でぼらんの
 編集をしていた。はじめて経験する
 揺れに思わず皆で机の下にもぐっ
 て頭を押さえた。社協の職員がヘル
 メットをかぶって宮城県で大地震
 と伝えて館内を回ってきた。交通機
 関は止まり、電話もつながらず、や
 っとの思いで家に帰りました。
 毎年この時季「ななやん」です。

(三)

