



ぼらんていあ通信

7月号
通巻 No.512

発行 / NPO法人 相模原ボランティア協会 2024年7月25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>



6月29日 交流ボウリング大会開催される

夜明けまでの豪雨もあがり、相模原駅前の相模原パークレーンズでボランティア協会主催の「交流ボウリング大会」が開かれました。新春から総会後の6月開催になって2年、今年は作業所、事業所、支援学校の卒業生など、若者男女41名の選手の参加をいただきました。

松原さんの「ボウリングは天候に左右されない良いスポーツ」とのあいさつで始まり、それぞれのペース、スタイルでゲームを楽しみました。

車いすの方はレーンの前に投げやすい角度に車椅子をつけてもらう、視覚障がいの方はガイドヘルパーさんに投球の方向を教えるってもらうなど皆さん自力でボールを転かし、得点を重ねます。

ストライクやスペアでなくてもピンがたたくと倒れると隣のレーンの人も総出でハイタッチをして大喜び。ストラ

イク連発の若者は、高等部ボウリング部出身のところでマイボール、マイシユース持参。「ピンにボールが当たると音が響いて気持ちがいい！」という声も。私も40年ぶりのゲーム、同じ組の聴覚障がいの方に投げ方や狙い方など教わりながらなんとか投げ切りしました。会場は歓声があちこちで聞こえ、知己ではなくとも無心に喜び合える場の良さを実感することができました。

点数や順位は関係ないかなと思いつつも、表彰された方にお声を掛けましたら、トロフィーを大事そうに見せてくださり。その笑顔がとても素敵でこちらも幸せ気分を味わいました。

会場を無償で提供してくださった相模原パークレーンズ様、ボランティアで介助や運営にあたってくださった皆様、心よりの感謝いたします。

(高橋・小山・杉崎)



参加者大募集!

ボウリング実行委員会(ボラ協・れんきょう)では、1984年以来、障がいのある方を囲んでのボウリング大会を毎年実施してきましたが、今年度より新たに福祉施設や子ども食堂・無料学習塾などを利用する青少年を対象としたボウリング大会を開催することを計画しました。

今年は、児童養護施設「中心子どもの家」の子どもたちや大学生とボウリングを楽しみます。

ボウリング大会「ちゅうりんぐ」 (子どもたちがネーミングしました)

8月6日(火)9:00~11:00、相模原パークレーンズ

(相模原駅南口下車徒歩2分)

そこで、子どもたちと一緒にプレーして下さる会員を大募集中です!

参加費: 1,000円(2ゲーム、シューズ・駐車場無料、1ドリンク付き)

ボウリングが大好きな方や、子どもたちと一緒に楽しんで下さる方は、8月2日(金)までにボラ協事務局にご連絡ください。ぜひよろしくお願いたします。

Eメール: sagamiva@feel.ocn.ne.jp

TEL/FAX: 042-759-7982



みなさんのご参加お待ちしております

NEW会員ご紹介!

よろしくお願
いいたします

傾聴ボランティア

あんどう
安藤 敬子

私が傾聴ボランティアをやるきっかけになったのは、広報紙で見つけた傾聴ボランティア講座に参加したのがきっかけです。昔から人の話を聴くのが好きだったので、興味があり参加しました。また開催場所もあじさい会館で近かったのも良かったです。

講座に参加して人の話を聴くことの奥深さを知ることができました。受容、共感の大切さ、実際に演習を通して聴き手の態度から話しやすく、色々話したくなることなど勉強することができました。講師の話も楽しく演習も初対面の人もやるため、少し緊張しましたが、和やかな雰囲気が進み、貴重な体験となりました。最終日に実際に傾聴ボランティアをやっている方が「心がほぐけて話してくれてくれた時、いい笑顔が見られた時は嬉しかった」と言っていました。私も利用者さんの笑顔が見られるような傾聴ができればいいなと思いました。

先月傾聴ボランティア体験のお誘いがあり参加させていただきました。利用者の方は、明るく元気のいい方でした。初めてのことであったので、どんな感じかなと思っていたのですが、先輩ボランティアの対応によって、利用者の方がよき話しやすくなっていたのが印象的でした。私も話に参加させていただき楽しかったです。

傾聴初心者で、難しいこともあるかも知れませんが、わからないことがあったら先輩に聴いて、私自信も楽しく活動してみたいと思っています。



傾聴のボランティアを始めたい方へ

じばい
小原まゆみ

私は平成17年にヘルパー2級を取得しました。

そして介護の世界に飛び込み14年程という月日が経ちました。訪問介護から始まり介護施設でも長く働かせて頂きました。日々忙しさに追われ今日まで生きてきましたが、ただ時間から時間まで働き、るくに御入居者様と腰を据えてゆっくるとお話を伺うという事はほぼありませんでした。

若い頃はお金を稼ぐのに必死でしたが、歳を取るに連れてこれだけ良いのか?と思う様になりました。

気持ちも仕事も余裕が出て来た頃から、もっと御入居者様のニーズに心を傾けてあげたいと思う様になりました。

そんな時に同僚のヘルパーさんから「私傾聴のボランティアをやってるよ」とお聞きして「あっこれだ!」と思いました。だけど御入居者様「いつも「後でね」「待って居てね」と言ってきた私に、ゆっくるとお話をきちんと聞いて差し上げられるかと心配でした。

取りあえずやってみよう!とボランティア協会事務局に電話をしてみました。とても親切で丁寧な説明でわかりやすかったです。あーいねなら私なんかにもできるかも?知れないと思いましたが。

そして初回「〇〇」様のお話を聴かせて頂きました。あつと1時間の時間でも楽しく達成感がありました。あーひとりの人の話をこれだけ聴いてあげられるって、とても貴重な大切なことなんだな~と思います。

私は今までになく、介護で求めていた本当の意味の傾聴を体験することができました。

世界中で知られるこのマーク、2つの違いは?

ヒント：意味は同じだけど、イメージが違うかも



正式名称

(左)：障害者のための国際シンボルマーク

(右)：アクセシブルアイコン

*日本財団パラスポーツサポートセンターより

*いずれも車いすユーザーだけではなく、障がいを持つ全ての方が利用できる建物、施設であることを明確に表す意味を持つシンボルマークです。

右のアクセシブルアイコンは、2014年に従来(左)のものをリ・デザインしたもので、アメリカのNGO 団体が始めた「アクセシブル・アイコン・プロジェクト」によって制作されました。マークをよりアクティブなデザインに一新することで、ポジティブな印象へと変え、障がいを持つ方があらゆる方面で活躍できることを推進する意味も込められています。

ボランティア活動グループ訪問記



持続可能なボランティア活動を目標として
新しく生まれ変わったボランティア
「ボランティア横山 フレイル会」

5月24日(金) シニアサポート活動「へんろぎ亭横山 フレイル会」を訪問し窓口の笹野賢司さん(さしのけんじ)にお話を伺いました。当日は、フレイル会(百歳体操)の活動口で、場所は皇宮横山団地の一角にある「横山団地第一集会所(ボランティア横山)」です。

◆会の発足は2017年12月です。

この「ボランティア横山 フレイル会」の前身は、「男性ボランティア横山ゼロソフテン」です。2001年横山地区社協が「お父さん出版会」のキャッチフレーズでボランティア養成講座を開催しました。その講座に参加した16名のお父さん方が学んだ講座の内容を生かして2002年10月に「男性ボランティア横山ゼロソフテン」を設立し、すまじか保育園の集会所をお借りして活動を始めました。ゼロソフテンの名前の由来は、設立年月の2002年10月をもじってゼロソフテンとしましたが、これだと設立年月がわかりやすいからとします。



笹野さん(右)とフレイル会世話役の柳田さん

賛同する人が集い、活動はできる事を無理せず、継続をモットーに、横山地区社協、高齢者支援センターなどの指導の下、地域の高齢者宅の草取り、剪定に取り組みました。また、高齢者や子どもの施設、横山小学校、保育園、公民館

などへの関わりを経験しながら地域に出向くことの活動なども取り組みました。

2012年の月に「高齢者の見守り合ふ事業」「ボランティア横山」を2018年の5月に「子ども立寄り学び処横山」を開設し、出向活動から立ち寄り活動に活動の移行を図りました。高齢化が進む中フレイルの改善と予防のために市が推奨する百歳体操にも取り組んでいて、参加者が主体で行っています。

「子ども立寄り学び処横山」では、小・中学校で30年以上の経験がある元教師の方々がサポートしていて、第1・2・3火曜日 16時30分~17時30分 第2・4日曜日 13時~15時に開催しています。横山地区の子どもたちの放課後の居場所として、宿題や復習などの学びの時間、囲碁・将棋遊びやおもしろ技術遊びの時間があり、参加したい小・中学生、大募集中です。



百歳体操

また「コロナ禍では2020年に「ボランティア横山」つながり箱」の冊子を作成し配布しました。A4版でカラー刷りのページもあり、各々の活動内容の紹介や間違いさがし、詩、俳句、短歌などが載っています。これは「コロナ禍で活動参加者のコミュニケーションが取れない時に」つながりが途切れることなく大変役に立ちました。

2022年、このような取り組みで発足以来20年間活動を続けてきましたが、賛同人の高齢化、新加入者がみられないなどから、このようにしてゆかかを協議し活動の合理化を考え、地域立ち寄り事業を利用者と共に運営する「同好会」として「ボランティア横山ゼロソフテン」へボランティア横山同好会として活動を移行して

た。2024年4月、様々な活動の継続・発展を目指す「ボランティア横山 フレイル会」としてシニア活動を1本化しました。毎月第1・第3月曜日の茶話会、毎週火曜日の合唱活動、毎週木曜日の健康囲碁、麻雀活動、毎週金曜日の百歳体操活動を開催しています。

20年の活動の節目節目では賛同人が目的に向かって、時には百歳した話(合い)を重ね一致団結して進めてきたつもりです。笹野さんは「手前味噌ながら本当に誇れる良い仲間が寄り合ひ、また参加してくださった方々が理解し盛上げてくれたおかげで活動できたことを書きたいと思います。感謝があらまかせ」と語ってくれました。他界された賛同人の話になった時には言葉に詰まる場面もありました。本当に良い仲間にお恵まれたのであ。

取材後、百歳体操の後に行われていたカラオケに私も仲間として参加して楽しむことができました。百歳体操の感想を伺いました。★歩むのが速くなる血行が良くなったようだ。★盛(び)ついたら、体と心も楽しくやっています。★誤嚥性肺炎に注意していただいたいと言われたがカラオケのおかげで喉の調子が良くなった。

★良い仲間ができて楽しい、なまじい皆さん楽しんで話していただろうと。笹野さんには「自身の戦争体験もお話していただき、相模原でも同じようなことがあったのだと、貴重な体験談話を伺うことができました。これからも継続、発展を目標として活躍ください。(恒藤・小山)



みんなでカラオケ

くつろぎ亭横山「フレイル会」
お問い合わせは窓口担当の笹野さん
TEL : 090-9312-6139

理事入報告

7月13日(土) 理事会(理事4名出席)

1、報告・連絡事項

《広報委員会》

・ぼら通の印刷は25日印刷・発行。またH25にもアップした。

《H25委員会》

・11号車の代替車両に関して、H25委員を中心に、分科会形式で検討する会議を開催する。

《事務局委員会》

・8月24日(土)開催の「ハンディキャブ運転者研修会」に向け準備をしている。

《講座検討委員会》

・11月に開催予定の講座の準備を進めている。

《傾聴委員会》

・傾聴ボランティア新規登録者との懇談会を開催し、9名が参加。また、新規利用の申し込みが増えている。

《映像企画実行委員会》

・若サポさん協働の「よさこいチーム絆」紹介動画が完成間近。

《その他》

・認定NPO行政報告・管理変更に伴うホームページへの公告を資料が揃い次第作業する。

2、審議事項

・8月6日(火)開催のこどもボウリング大会(仮称)について検討した。

・ほかほかふれあいフェスタ模擬店にボラ協も出店することを検討した。

・会計ソフト購入について承認した。

次回理事会8月30日(土) 11時より



相模原ボランティア協会 8月の予定

日	時間	内容
3(土)	10:00~	協会の在り方検討会議
	11:00~	定例理事会
6(火)	9:00~	子どもたちとのボウリング大会
7(水)	13:00~	広報委員会・ぼら通部会
17(土)	13:00~	ハンディキャブ・事務局合同委員会
24(土)	14:00~	ハンディキャブ運転者研修会
27(火)	10:30~	ぼら通8月号印刷
	13:30~	ぼら通8月号発行
29(木)	10:00~	講座検討委員会
30(金)	10:00~	映像企画実行委員会

①は(土)のバラ
②は(火)の房の上の枝に近い部分
ブドウは枝に近い部分の粒から熟していくため、上のほうが甘くなりま

クイズの答え



7月の記念日は?

小倉裁男

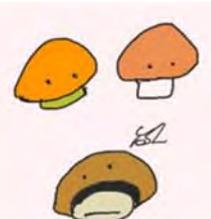
8月11日は、マッシュルームの日。

東京都町田市に本社を置き、マッシュルーム販売の専門店として知られる株式会社ワキュウトレーディングが制定。マッシュルームの美味しさ、栄養成分などをアピールして、多くの人にマッシュルームを食べてもらうのが目的。

日付は日本で初めてマッシュルームの栽培に成功し、キノコ栽培の父と呼ばれる森本彦三郎氏の誕生日(8月11日)にちなんだそうです。

小倉画

【出典(一社)日本記念日協会より参照】



クイズに挑戦

夏の果物クイズです。

① モモ、サクランボ、ピワ、ナシ、リンゴは、すべてある花の仲間です。その花とは何でしょうか。

ア スミレ イ ユリ ウ キク エ バラ

② ブドウの粒は、一般的には、房のある部分になっている粒が甘いといわれますが、その部分とはどこでしょうか。

ア 房の上の枝に近い部分

イ 房の内側に隠かくれている部分

ウ 房の真ん中あたりの部分

エ 房の下の先端たんの部分



5/27〜6/2 熊谷町災害ボランティアセンター

（災害）（運営支援体験レポート）

相模原市社会福祉協議会

福祉推進課 市民活動係

梶原賢一郎

特別企画

2024年1月1日に発生した石川県能登地方を震源とする地震により被害に遭われた皆様へ心よりお見舞い申し上げます。

私は、震災から5か月が経った時期に熊谷町災害VCの運営支援に行っていました。

社協間の相互支援協定に基づき、全国各地から北は北海道、南は沖縄まで、8つのブロックに分かれて被災地の社協に職員が派遣されています。相模原市社協は関東のブロックとして、2月・3月に熊谷町へ計3名、4月に七尾市へ計2名、そして5月に私たちが熊谷町へ派遣されました。私たちは神奈川県内の社協職員の名簿、熊谷町災害VC熊谷サニタリーの運営を任せられました。

現地の状況は、水道・ガス・電気はほぼ復旧していましたが、道路はまだ破損や隆起している箇所が多く、通行止めも見受けられました。現地調査の際には回りの道をしなければならぬということもあり、地震の凄まじさを痛感しました。

災害VCでは、被災者から寄せられる活動依頼に基づき、ボランティアが田舎に支援活



公費解体が進まず、未だ倒壊家屋が多く残る



動を行えるよう連絡調整を行っています。依頼者の被災状況や作業内容をボランティアに伝え、ケガなご活動してもらったための調整が主な業務です。私たちの名前は二重受付、データ管理、オリエンテーション、マッチング、現地調査、活動用資材管理、ボランティア送迎など、さまざまな業務を担当しました。特に依頼内容の聞き取りと現状確認を行う現地調査では、被災者の気持ちに寄り添いながら丁寧な調整を行っています。避難所から仮設住宅に移る人が多く、自宅での現地調査が必要のため、仮設住宅から自宅に来てもらうこともありました。

熊谷町の高齢化率は約50%で、高齢者のみの世帯も多く、片づけが進んでいないお宅も多く見受けられました。壊れた家具や家電の運び出し、損壊したブロック塀の撤去、破損した屋根瓦の処分などの依頼が多く寄せられ、高齢者の多くが生活への不安を口にしていました。熊谷地方では、築百年前後の木造家屋を代々受け継いで暮らしている方が多く、今回の地震で住宅のいたるところが傷み、半壊以上の判定を受けていることが多いです。「気候がよければ無縁だった町なのに、どうしてこんなことになったのか」と落胆し、目を潤ませる高齢女性の姿や、「大好きなこの町でこの先も暮らしていきたい。ボランティアさんの力で生活を取り戻したい」と話す被災



ボランティア活動前のオリエンテーションの様子 (左カ 梶原)

者の言葉が、私たちの活動の原動力となりました。

全国各地から熱い思いを持ったボランティアが集まっていますが、石川県では事前登録したボランティアのみを対象としており、募集人数に限りがあるため、参加できない場合もあります。活動は無料の送迎バスで、金沢駅を朝6時45分に出発し、被災地の災害VCまで行き、午後3時30分に金沢に向け帰ります。

ボランティアからは、「被災地の現状を目の当たりにして復興が進んでいないと感じた。もっと多くの方に現状を知ってもらいたい」「まだ手付かずの家もあり、現地で困っている方が多い」「限られた活動時間の中で、少しでも多くの作業ができるように段取りを考えて活動した」「片付けをしながら、依頼者の思い出の詰まった物について話を聞いた」「依頼者からの『ありがとう』の言葉が心に染み、来てよかったと思った」「道路の復旧やボランティア宿泊施設の整備が進み、もっと長期活動できるといいな」といった前向きな声が多く寄せられました。

熊谷町災害VCは今も継続しており、相模原市社協では7月26日から8月1日にも3名が派遣されます。石川県内では必要戸数の割近への仮設住宅が完成する中、災害関連死や孤立を防ぐための対策が課題となっています。

私は今回の災害VCでの活動が4か所目ですが、派遣職員として現地を感じたことや住民やボランティアとのやり取りなど、改めて貴重な経験を得ることができました。応援派遣職員やボランティアの思いを継承し、この経験を相模原市内の災害支援に活かして、今後の災害時にも迅速かつ適切な支援ができるよう、引き続き取り組みたいと思います。

ボランティアさん募集!

① 高齢者通所施設における高齢者のサポート

依頼者：千代田デイサービスセンター（中央区千代田2-4-1）

内容：入浴後のドライヤーがけ、お話し相手（午前・午後）
レクリエーションのお手伝い（午後のみ）

日時：月～日曜日 午前10時～正午 または 午後1時30分～4時30分のうち、
都合の良い曜日・時間（月1回から可）

その他：レクリエーション支援については、クラフト等の趣味のある方歓迎



② 障がい者支援施設が開催するお祭り「パステル祭」のお手伝い

依頼者：（社福）県央福祉会 パステルファーム ワーキングセンター（中央区田名5012-5）

内容：模擬店の手伝い、駐車場誘導、受付 等

日時：9月28日（土） 午前9時30分～午後3時30分

その他：動きやすい服装、エプロン、内履き、飲料水、雨具を持参/
駐車場あり・交通費なし/雨天決行



※ 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



《今月のイラスト》

《がんばれお母さん!》

山口尚美画



編集後記

暑い中ペランダの花木に野鳥が来る。ムクドリ、イソヒヨドリ、メジロ…。細い枝先に次々色づく実をねらい、跳びついたり、羽ばたきながらついでにぼんやり。そんな姿を室内からそっと見守っていた。
ところが、同じペランダのブルーベリーが色つき始めた。そうなるまで鳥はライバル。
「しばらく来ちゃダメ」人間は勝手なものだ。
(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。

<6月の寄付者>

2名の方からご寄付をいただきました。

<6月の寄付金>

総額 11,000 円でした。

