



ぼらんていあ通信

5月号
通巻 No.522

発行 / NPO法人 相模原ボランティア協会 2025年5月20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

あじさいフェス in SAGAMIHARA 2025

みんな来てね~!

に参加します!

日時: 6月8日(日) 10:00~17:00

会場: 相模原市あじさい会館

あじさい会館は2026年に開館45周年を迎えます。これを記念してのイベントです。日頃の活動の成果を披露するワークショップやステージなどがあり、ボランティア協会も展示とイベント部門に参加します。

イベント
コーナー

展示
コーナー

あじさい会館3F 講習室

13:15~14:20

「あじさい会館とボラ協~歴史と現在~」

ボラ協とあじさい会館の関わり/ボランティア協会の紹介動画
ハンディキャップ活動って何?/ボランティアの仲間たち紹介動画

あじさい会館6F 第2展示室

10:00~17:00

「相模原ボランティア協会の歩み」

当協会の歴史と活動内容を写真やポスターなどでご紹介します。

幸せの黄色いレシートキャンペーン '25 お買い物レシートが寄付金に

毎月11日は
イオン橋本店で!

集めています。時
間は1~2時間
もちろんお買い物
のみでの参加も大
歓迎です。

毎月11日のイオンにてイオン橋本店で買いたる黄色いレシートが発行されます。これを店内1階に設置された箱(写真)に投函すると、総額の1%がボラ協に寄付されるのをご存じですか?
24年度は4月27日に贈呈式が行われ、ボラ協からは松原理事が出席、ギフトカードにて寄付金をいただきました。当協会の大切な活動資金の一つで、主に印刷用紙を購入、この「ぼらんていあ通信」の用紙もこの寄付金で賄われています。
25年度も登録、今年は6月・7月・8月の各11日(イオンにて)に登録団体の会員が店頭立ち、レシート投函、回収を呼びかけるとなりました。コロナ禍で中断されていた活動です。参加していただく会員を募集しています。

ボランティア協会の
ボックスはここで~す!



○黄色のレシート発行、回収は毎月11日のみ。
○投函箱は1階食料品売り場のレジ外、昇りエスカレーターの手前(各階にも小さい箱がありますが、団体別になっています)
○投函口は昨年同様「N.O.5」(お間違いない)登録福祉団体は15団体
投函箱前で見ている、どうしてレシートが黄色いのかの団体に入れようかと迷っている方が多くいらっしゃいました。レシートを無駄にしないと思わず呼びかけたくなりました。いつもの買い物、ちょっと値の張る買い物は、少しでも足を延ばしてイオン橋本店へ出かけてみてください。お知り合いにも声をかけてください。
※回収活動の参加のご連絡は事務局へ (TEL042-759-7982)

後編

「認知症をもっと知る講座」たくさんの方の参加者を迎えて

先日では「認知症を正しく知ろう」のテーマで学んだことを掲載しました。今回は「認知症の方との関わり方」「認知症当事者の話」などをお伝えします。

*認知症の方との関わり方

認知症の初期症状は、新しいことが覚えられなくなる。記憶は①覚える②頭の中③思い出す。忘れてしまったことでも瞬間で思い出せることがある。その場合の物忘れは年相応の物忘れであり、認知症の場合、記憶が頭の中に保持されないのと思わせなご。

記憶障害相手に寄り添った対応を。

例えば

おごころはご飯を食べていると「記憶がない」。その時お嫁さんが、作っているから待っていてください。記憶は、嘘でもおごころに寄り添った対応である。

反対にお嫁さんは「おごころさん、美味いよ」といって食べたのに「いや、おごころのあまじいお菓子を正しく、食べたー食へな」といって口を閉じる。結果おごころは怒りの感情が起り、焦り、不安でストレスが大きくなる。おごころもお嫁さんもおごころも、どちらが悪いのではないがストレスが多くなる。認知症の悪化につながる。進行を遅らせるには、適切な医療（薬）、ストレスが溜まらないよう焦りや不安がない安心した暮らしを心がけることが大切だ。

*当事者の方のお話

・お一人目は50歳の男性(動画での参加)

39歳の時若年性アルツハイマー型認知症発症した。これまで営業の仕事をしてきたが、事情を話し社長の理解のもと早く働けなくなった。事務をおこなうことになった。

人と人との関わりが大切で介護者(お世話をする)ではなくパートナーと思えるようにしようと対等な立場で一緒にやろうと心がけるようになった。出来ない時は手助けを求めることができる。家族の困っていることと本人の困っていることは違う。認知症になると何もできなくなってしまう。行動を抑えてしまいが、できることを奪わなご欲しい。失敗したときはほめてあげてあげたい、と話された。

・お一人目は63歳の男性

(本人今回の講座に出席していただきました)

電機メーカーで営業の仕事をしてきたが認知症の症状が出たため退職。現在はサポートセンターで働いている。

物忘れの対策として「何かがメモを取る。食べた物やスケジュールなどメモを取る。メモを書いたか忘れないように、印をつけている。また進行しないように体を動かして歩いている。毎日一万歩から二万歩を。職場の淵野辺から橋本まで歩いて帰る。ももスポーツが好きで、スキーやゴルフ、テニスなどをしている。特にゴルフは接待でよく行きスニアはよくプレーしている。

トークコーナーでは参加者から、認知症はどのような気がしたのかと質問がありました。家族が気づいたことでした。

私達も自分事として認知症の症状や、物忘れが始まっても安心して暮らせる街に繋がってほしいと思います。認知症を正しく理解して寄り添った対応をしてほしい。本人は分かるようだが他人は分からないことがある。全部分からないことは問題の起る可能性がある。できることがある、できることは本人にやってもいい。できることが安心につながる。記憶が生活の頼りとなるが認知症によって分りにくくなり不安につながる。不安の中目の前の環境に適応しようとする。覚えていたことを忘れてしまふ。大切な人のために何かをしたい。周りの人に迷惑をかけたくない。大切な人の心を理解して関われるように思います。そんな相模原が優しい地域になりますように。

*相談機関の紹介

相談はまずかかりつけの先生に相談して必要に応じて専門機関を紹介してもらってください。

サポートしたい方へのチームオアシスの説明があり、以上で講座は終わりました。榎信先生、冗談を交えて、歯切れよく深刻な話題にもかかわらず楽しく伺うことができました。ありがとうございます。

(恒藤・石関)



市内活動グループ訪問記

オジャマシマ

阿波踊りグループ『東林間連』
華麗な阿波踊りの
うしろ姿をただうしろにおおー！



ほかふれフェスタのステージイベントには欠かせない『東林間連』の阿波踊り。華麗な阿波踊りで会場を盛り上げていただいている『東林間連』の広報担当 永山さんに日頃の活動などをインタビューさせていただきました。

◆設立年月日も設立されたきっかけは、

◆1992年に東林間商店街の活性化を目的とした「東林間サマーわぁーニバル」というお祭りを開催しました。当時はサンバと地域外の阿波踊り連(お隣の大和市中本場の徳島県)を招いて開催していたのですが、「地元のお祭りに地元の阿波踊り連を」という思いから、翌年の1993年に東林間連が立ち上がりました。

◆「東林間連」の名前の由来などがあれば教えてください。

◆地元東林間で一番最初に立ち上がった連としてシンプルかつストレートに東林間の名前を冠しました。



ほかふれフェスタ2024

◆現在の会員数は、

◆下は3歳から上は70歳超えまで、総数約60名の仲間
で活動しています。東林間連の特徴のひとつとして、小学生以下の子供が多いことがあげられます。子供から大人まで、世代を超えて楽しめるのが阿波踊りの魅力だと思います。

◆永山さんが参加なさった
きっかけや感想などをお
聞かせください。

◆子供が幼稚園のとき、
周りの父兄から誘われて
参加しました。正直な話、
最初は渋々だったのですが笑、今はどっぴりのめり
込み、踊り子をやりながら広報担当として東林間連
の魅力を発信しています。

◆練習はどのようになっていますか？

◆全体での練習日は毎週日曜15時〜17時で、場所は東林間近郊の公共施設や地元企業のスペースをお借りして実施しています。踊り以外にも鳴り物の練習をスタジオで実施したり、有志が集まって平日の夜に練習(通称：闇練です笑)したりしています。

◆ほかふれフェスタに参加なさったの感想をお聞かせください。

◆ほかふれフェスタに参加させて頂くようになって10年以上経ちます。毎年お客さんが多く賑わっているの、演舞をすることも楽しくしています。模擬店でのお買い物をするのも、ほかふれフェスタに参加する楽しみのひとつですね。

◆ほかふれ以外に参加なさっているイベントなどがあれば教えてください。

◆4月から10月まで、市内外のイベントやお祭りに



ほかふれフェスタ2023

多数参加しています。

4月：相模原市民桜まつり

6月：東林間AWA-STAGE〜絆〜

7月：経堂まつり／神奈川大和阿波おど

8月：東林間サマーわぁーニバル／高田寺阿波踊り

踊り

9月：開成町阿波おどり／希聖が丘商店会秋祭り

り／東林間まつり祭

10月：オタサカロードフェスタ／ほかふれあひフェスタ

あひフェスタ

◆会員募集など、読者に伝えたいことがあれば教えてください。

◆子供から大人まで、世代を超えて楽しめるのが阿波踊りの魅力です。

東林間周辺に住んでいる連員さんが多いですが、市外や県外からも参加している方もいますので、興味のある方はぜひお問い合わせください。



* 『東林間連』のお問い合わせ先

東林間連 WEB サイト： <https://higashirinkan.themedia.jp>

Facebook： <https://www.facebook.com/higashirinkanren>

Instagram： <https://www.instagram.com/higashirinkanren>

メール： higashirinkanren@gmail.com

相模原ボランティア協会 6月の予定

日	時間	内容
7(土)	13:00~	ハンディキャブ委員会
8(日)	10:00~	あじさいフェス2025
10(火)	14:00~	広報委員会・ぼら通部会
11(水)	13:30~	交流ボウリング大会実行委員会
	18:30~	ほかほかふれあいフェスタ実行委員会
21(土)	13:00~	ハンディキャブ・事務局合同委員会
24(火)	10:30~	ぼら通6月号印刷
	13:30~	ぼら通6月号発行
26(木)	10:00~	映像企画実行委員会
28(土)	9:00~	交流ボウリング大会

臨時理事会報告

4月19日(土)臨時理事会(理事の出席)

【審議事項】

- ・決算を確認し承認した。
- ・総会議案書の修正箇所を確認し、確定させた。
- ・議案書は4月22日に印刷・製本を行い、24日のぼら通一同封して発送することを確認した。
- ・総会の役割分担および集合時間を確認した。

次回理事会 5月31日(土)通常総会後に開催



6月の記念日は?

小倉義男

6月11日は、梅酒の日です。

高品質の梅酒の美味しさを多くの人に味わってもらうことを目的に、大阪府羽曳野市に本社を置く梅酒のトップメーカーであるチョーヤ梅酒株式会社が制定。日付は雑節の入梅の日としており、6月のこの時期に梅酒の原料となる梅の収穫がピークを迎えることと、この頃より梅酒を飲んで夏を元気に乗り切ってもらいたいとの思いが込められているということです。



小倉画

【出典(一社)日本記念日協会より参照】

お知らせ

交流ボウリング大会
開催のお知らせ

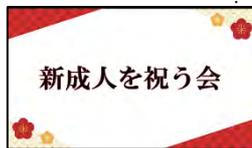
今年も相模原パークレーンズさんのご好意により、6月28日(土)9時~、障がい者団体の皆さんとボランティアが一緒に、ボウリング大会を開催します。

ぼら通来月号に大会の様子を掲載しますのでお楽しみに。



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" No.6
"新成人を祝う会" が完成しました

映像企画実行委員会では
さまざまな場所で活躍している
「人」「グループ」に焦点をあて、
紹介する動画を作成し皆さんにお伝えしています。



今回はさがみはら若者サポートステーションの皆さんと協働で作成したものです。

『障がい者新成人の会』の皆さんにより、1月12日に開催された"新成人を祝う会"におじゃまし、映像に収めました。

HPにアップしましたのでどうぞご覧ください。
映像企画実行委員会より

視覚障がい者の理解とガイド体験

開催日時：令和7年6月15日(日)
14:00~16:30

会場：南保健福祉センター2階 情報交換ルーム
内容：視覚障がいのある方への接し方と基本的なガイドの仕方を体験し当事者のお話を聴きます。
申込方法：電話またはメールで氏名、住所、電話番号をお伝えください。

申込受付：講座開催日3日前まで(申込順15名)*
申込みは

メール isozaakitoshihide@yahoo.co.jp

*問合せ先

電話 090-2478-9456 (磯崎)

主催：相模原誘導グループ ささの会

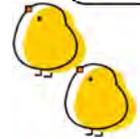
後援：相模原市社会福祉協議会

情報

活動紹介

ボラ協ではいろいろな活動を行っています。各活動の具体的な内容を、ご紹介します。

第1弾 傾聴活動とは！



傾聴ボランティア活動の状況

傾聴委員会委員長

西本 敬

ボランティア協会では日常的な活動として「傾聴ボランティア活動」を展開しています。この活動はまさに「耳を傾けてお話を伺う」といったものであり、ひとりで1週間誰とも話すことがない、様々な問題を抱えているけど、そのことを誰にも打ち明けることができないといった方々を訪問しお話しを伺うものです。

私たちは2012年に講座検討委員会の検討の結果、傾聴活動のための講座を開始しました。その回数は既10回におよびますが、毎回、田園調布学園大学名誉教授の荒木乳根子先生にメインの講師をお願いし、活動者の経験談などを交えて開催してきました。2014年に総合企画委員会の活動検討の後に恐る恐る活動を開始し、2017年には傾聴委員会を設置し、徐々に組織的な活動へと進んでまいりました。現在では年間延べ200人、実人数30人の利用者の方々に1回、延べ4700人の会員が訪問活動しています。

- ・話を聴くだけでもいいんです。スキリし心が軽くなる
- ・自己肯定感や自己有用感を味わう
- ・悩んでいる話を聞いて気持ちに整理がはかれる

・自分の存在を人に知ってもらえたいと思えるなどの効果を期待しています。
お住まいの地域や都合の良い曜日と時間帯を考慮しつつ、訪問先と訪問者をつまみ組み合わせることが苦勞はありますが、お聴きいただき、明るく表情になられた時の喜びを糧として活動しています。

活動なさっている方々に

- ①傾聴経験年数 ②傾聴人数 ③現在の受け持ち人数
- ④傾聴実施において印象に残ったこと
- ⑤傾聴について感じること

などをうかがいました。



*田中孝子さん

- ①10年余り ②7名 ③2名
- ④何処へも家族一緒に行動する仲の良い家族に出会ったこと。
- ⑤こちらが良かれと思っけていても、傾聴に何うことが負担になる方がいる。

*松原俊さん

- ①8年 ②14~5名 ③4名
- ④いつも傾聴を楽しみにしてくれていた方が、傾聴実施の3日後に亡くなってしまったこと。
- ⑤自分のためになること、教わることが多い。

*小磯明美さん

- ①1年 ②2名 ③2名
- ④決められた日時を平気で変更することが信じられない。
- ⑤感想を進言しても取り上げられてもらえない。

*荒谷進さん

- ①5~6年 ②6名 ③2名
- ④傾聴を実施していた方が認知症になり施設に入所するのを見ると、自身も認知症について考えさせられる。
- ⑤楽しみにしてくださる方がいる。

*小川総江さん

- ①グループができた時から ②10人位 ③3人
- ④認知症の方に出会った時。私は知識が無かったので、「一番輝いていた時の事だけを覚えている」「今さっきのことを忘れる」「幻視幻聴の世界に生きている」など、症状が様々だと言うことが利用者さんの姿やお話から知ることができました。
- ⑤傾聴は直に利用者さんと接するため、こちらの言動次第だと言うことを肝に銘じ、常に謙虚な姿勢を忘れないようにしたいと思います。そのためにも月に一回ぐらいのペースで良いので勉強会ができれば嬉しいです。

ボランティアさん募集！

① 車を使った活動ができる方募集！

子ども食堂への野菜の運搬や、引っ越しのサポートを必要としている方からの依頼が寄せられています。車を運転できる方に、ぜひお力を貸していただきたく募集しています。

地域の助け合いに貢献したい方、ご協力いただける方は、ぜひお気軽にお問い合わせください！



② 小さなお子さんの見守りボランティア募集！

障がいのあるお子さんが療育を受けている間、きょうだい（0歳児）を見守ってくださるボランティアを募集しています。お母さんが安心して療育に専念できるよう、温かいサポートをお願いしたいと考えています。

※ 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》
… 今日もカンバル！ 《

山口尚美画



お願い

通常総会のご案内

会員の皆様のお手元には2025年度の通常総会議案書はすでに届いていると思います。どうぞ総会にご出席いただきますようお願いいたします。

日時 5月31日（土）午後2時～4時

会場 あじさい会館6階ボランティア活動室



編集後記

先月、庭のシマトネリコの木をカットして（夫が）、小さな鳥の巣があることに気がついた。かわいい卵が4個！

あらまあ、カムフラージュの枝をカットしてしまい大丈夫かなと心配していたが、黄色い口ばしを大きく開けた雛が4羽無事に誕生！ 雛たちは日ごとに成長し、10日経ったころには柔らかな羽毛まで。

目の周りが白いメジロの親鳥2羽がせっせと餌を運んできていて、2〜3週間後くらいは朝、巣をのぞくと空っぽに！ 無事に巣立ったことを願うとともに、楽しい3週間に感謝です。（恒）