



ぼらんていあ通信

11月号
通巻 No.528

発行 / NPO法人 相模原ボランティア協会 2025年11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>



秋講座 『外出支援!! 運転ボランティア講座』 開催される



立冬も過ぎ、初冬を感じさせる11月14日(金)、ボラ協の秋講座があじさい会館6階の第1展示室において開催されました。ボラ協の中でも設立以前から活動歴のあるハンディキャブ号の運行。通院や買い物など利用希望者が途切れない需要の高い活動ですが、定年制の導入などで運転手が不足し運行が危ぶまれる状況になりつつあります。

ボランティアをしてくる人も人を乗せて運転することにハードルを感じる方が多いのも事実。でも社会的ニーズの高さや運転手や利用者の方の声をしっかりと伝えて、運転ボランティアの担い手を増やしたいとの思いから今回の講座となりました。開始前に会場準備に集まったスタッフからは強い意気込みが感じられました。

定刻午後2時から西本敬理事の司会で開始。恒藤玲子会長からの受講者とスタッフへの感謝に満ちた「開会の挨拶」で始まりまし

た。

まず、相模原市健康福祉局 地域包括ケア推進部 地域包括ケア推進課からお招きした中里義紀さんから「相模原市の外出支援の取組」と題した市



中里さんのお話から相模原の現状が!

内の移動支援の必要性や現状、現在の取組、今後の取組などについての解説がありました。高齢者の増加、免許返納の増加、

また、移動に不便な地形などの背景、公共交通と身近な地域の福祉有償運送の位置づけやそれぞれの問題、また各地域の外出支援の組織などの情報もご紹介いただき、受講者ももとよりボラ協のスタッフも大変勉強になるものでした。この内容については市のホームページに「さがみはら移動支援ブック」として掲載されているとのこと。皆様もぜひ一度ご覧になってはいかがでしょうか。

次にボラ協のハンディキャブ運行事業について、加藤修ハンディキャブ委員長から現状の説明があり「ボラ協は利用者の金銭的にも心理的にも低い負担を目指している」との話は、運転手としてまた経理面を預かる事務局員として筆者も改めて心に深く刻みました。

これに続き、映像企画実行委員会の杉本榮治さんが中心になって作った新作のHC運行の紹介映像番組が小川紀江さんのナレーション付きで流されました。現役運転手、利用者の方のインタビュー映像も入っており、利用

者の方からの感謝の言葉やもつと運行を増やしてほしいとの要望など生の声を聴くことができました。

この後は現役運転手の小川進さん、草間千寿子さんのお二人に、西本さんがインタビュー。ユーモアを交えて、運転手の活動の手順や気を付けていることやよかったこと、続ける秘訣など次々質問。それにお二人がそれぞれ違う面から具体的に簡潔でわかりやすい言葉で答えられ、運転ボランティアが誇りをもって活動に当たっている雰囲気や活動の楽しさまでが感じられるインタビューでした。

最後に渋谷久美副会長から、一緒に活動して利用者さんの外出を広げましようという呼びかけの言葉で講座を締めました。

講座終了後に、具体的な活動開始時期もお話くださる方もいらつしやう、今は新運転手さんの誕生が大変楽しみです。(杉崎)



加藤ハンディキャブ委員長からの説明



運転ボランティアで活躍しているお二人にインタビュー



相模原市社会福祉協議会顕彰者に和田雅代さん

相模原市市民の集い社会福祉功労者に^{しゅげやひさみ}渋谷久美さんが表彰されました！



相模原市社会福祉大会も第56回。「市民みんないいひとの日」として11月1日（土）にあじさい会館で開催されました。今年度は「多年にわたり、「相模原ボランティア協会」の事務局運営に尽力され、地域福祉の推進に貢献」として和田雅代さんが表彰されました。

和田さんは平成26年に入会なさってすぐ事務局に勤務され、勇退なさったあとでもさくら祭りなどイベントのお手伝いに駆けつけてくださったり、ボウ協が市に協力して活動している「住まい探し相談会」に相談員として参加してくださったの活動を続けていらっしゃる。柔らかな笑顔で「癒し系」という言葉がぴったりの方です。



※本日はおめでとうございませう。ボラ協への入会は事務局だったそうですね。

て事務局に入りました。週一回ほどでしたが、次々と細かな仕事が尽きず、時間が来ても終わらず、忙しい思いをしました。大変でしたが、今は楽しい思い出です。

その後もいろいろな活動で協会に関わらせていただいています。

※とても澆漑としたお姿で活動なさっています
が、元気の秘訣はなんでしょう。

♣趣味としてズンバというラテン系ダンスを週3回、少々さぼりながらも続けています。
ほかに太極拳、フラダンスをやっています。

※さすがです！これからもご健康でご活躍を続けらるるようを祈ります。

*今年度ホランテニア協会の会員は、同じく一般表彰で水戸守敏男さん（さとの会）、感謝の部・多年寄付金尽力者で副会長の渋谷久美さんが表彰されています



11月9日(日)
あじさい会館ホ
ールにて令和7
年度相模原市社
会福祉功労者表
彰式がありまし
た。相模原市社

美さんが、長年のボランティアとしての活躍に対し表彰されました。表彰式でははじけるような笑顔の渋谷さんからは、活動が多くの人々の支えとなってきたことを改めて感じられました。

※おめでようございます。ボランティアを始めたきっかけを教えてください。

◆昭和60年頃中学生の時に自宅にあった小冊子の文中に「ボウンティア」という文字を見つけ、塾と部活の他にになにか個性的なことをしてみたい。と、ボウンティアセンターを訪れ脳性麻痺を持つ同世代のグループを紹介いただき、流石の場所に一緒に遊びに行っていました。そこから派生し車椅子で車を持つセンパイと夏之夜、みなとみらいの観覧車や湘南の海、浴衣に下駄で上蒲夏祭りに行ったり、青春時代の思い出です(笑)

※現在の活動を教えてください。

◆ボラ協の一員として活動しています。年間通して少しずつ、ほかほかふれあいフェスタのホール部の企画・準備・当日運営をおこなっています。そのほか、講座委員会・副会長として市社会福祉事業団の会議に出席しております。 ※趣味など個人的なことをうかがってもいいです。しゅっか。

◆表参道式に出席しその昔、市の福祉作文コンクールに応募したことを思い出しました。当時も50代になった今も「ボランティア活動は偉いこと・立派なこと・特別なことではない・肩肘を張らず声をかけることから第一歩」の思いを持ち続けています。

年齢だけ重ね、ノリは相変わらず中・高校生
の頃の「おぐちゃん」のままですが（笑）
これからも多くの方との出会いを楽しみに
ボランティア活動のきっかけづくりを皆さん
とつくりていきます。

※また、事務局員として活躍していただいている堀一恵さんも、大野北地区民生委員の活動に対し、福祉功労者として表彰されました。皆さまのご活躍を嬉しく思っています。

(杉崎)

今月はなぞなぞクイズです。

クイズに挑戦



①「もち」「だんご」「せんべい」にはくっつくけど、「ケーキ」「コーラ」「ビスケット」にはくっつかない。これなあに？

②いもごんが1つ持っていて、おひひは1つも持っていない野菜ってない？

ボラんていあ

市内グループ訪問記

里親会のふっせんかずらを訪ねて

Part2

10月27日相模原駅前の里親

会ふっせんかずらを訪ねました。
応対いただいたのは、里親リク

ルター内山さんと里親トレーナーの平山さん。今

回はふっせんかずらの具体的な活動を紹介いた
さしました。「ふっせんかずら」は相模原市から里親養
育包括支援センターとして委託を受けています。

相模原市には里親さんが100組以上いますが、
虐待、養育放棄、経済的理由など親と暮らせない社
会的養護を必要とする児童は約1800名います。そ
のうち里子さんは約50名です。いまだ約1300名の
児童が施設にいます。児童養護施設とは中心ごと
の家と相模原南児童ホーム等です。こちらの数字を
見ても里親が大変不足していることがわかります。
ふっせんかずらは、里親制度に関するサポートを
一貫して行っています。

1. 普及啓発・リクル
ト事業

さくら祭りやほかほ
かふれあいフェスタな
どを通じて里親制度を
知っていただき新規開
拓に向けたPRをして
います。また、里親希望
者の面接や家庭訪問な
どを行います。



ふっせんかずらの皆さん

2. 研修、トレーニング事業

里親になるための研修（基礎研修および登録
前研修）、5年毎の更新研修や里親登録前後の
スキルアップ研修を行います。

3. 委託推進事業

里親と子どものマッチングを関係機関と検
討します。里親と子どもが安心して里親家庭で
生活をスタートできるように交流の機会を調
整します。交流中、委託後も里親から話を伺い
ながら困りごとの対応等を一緒に考えます。子
どもの自立支援計画策定について里親や子ど
もの意見等が反映されるよう検討の機会をつ
くります。

4. 訪問等支援事業

日々の養育相談や、短期里親（さがみフレ
ンドホーム）活動の相談を、社会福祉士、保育士
心理士などがお受けします。レスパイト（一時
的休息）等の相談、調整をします。里親サロン、
里親同士等、交流の機会をつくらせます。学校
幼稚園等子ども関係機関とネットワークを作
ります。子どもの自立や里親会のサポートをし
ます。里親家庭で生活する子どもたちとのイベ
ント等交流の機会をつくらせます。



ふっせんかずらのHP

取材を通じて「ふっせんか
ずら」の皆さんの里親さんと
里子さんに向けた情熱をい
っぱい感じて里親養育包括
支援センターを後にしまし
た。

(高橋 荒谷)

里親の種類には

・養育里親

様々な事情により家族とは暮らせない子どもを一定期間
家庭に迎え入れ養育する里親。養育里親の活動内容の中に
長期養育・短期里親・緊急一時保護里親の活動がある。

・養子縁組里親

養子縁組によって親となることを希望する里親。

・親族里親

両親など子どもを現に養育する方が死亡・行方不明など
になった場合、その子どもの民法で定められた扶養親族者
およびその配偶者である親族が養育する里親。

・専門里親（養育里親の認定が必要）

虐待などにより、心身に影響を受けた子どもや、非行な
どの問題を有する子ども、身体・知的・精神障害のある子
どもを養育する里親。

お知らせ：申し込みは下記「ふっせんかずら」まで

1) 里親制度説明会

日時：2025.12.20（土）14：00～16：00

会場：緑区合同庁舎 4階集団指導室

内容：里親制度DVD、里親制度の説明、個別相談

申し込み締め切り：2025.12.17（水）

2) 里親による体験談

日時：2026.2.8（日）10：00～12：00

会場：ユニコムプラザさがみはら セミナールーム2

bono相模大野サウスモール3階

内容：DVDによる説明と里親さんからの体験談

申し込み締め切り：2026.2.5（木）



★社会福祉法人中心会 相模原市里親養育包括支援センター
「ふっせんかずら」

〒252-0231 相模原市中央区相模原 5-1-20 南栄ビル 402

TEL：042-704-8433／E-mail：minami-satooya@chusinkai.jp



理事会報告

11月12日(水)(理事7名出席)

一、報告・連絡事項

〈広報委員会〉

・ぼら通10月号を10月21日に発行。

・ホームページとFBにぼら通10月号を掲載。

〈事務局委員会〉

・幸せの黄色いレシートキャンペーン今年度の寄付金は2万7千円。

12月〜2月までキャンペーンへの参加をお願いします。

〈HC委員会〉

・福祉有償運送登録更新の経過報告。

・運転ボランティア講座への協力をすすめる。

〈講座検討委員会〉

・11月14日の運転ボランティア講座18名参加で準備中。

〈傾聴委員会〉

・傾聴ボランティア懇談会を11月28日に予定。20名参加で準備中。

・傾聴ボランティア講座は3月に予定(検討)。

〈映像企画実行委員会〉

・HC活動紹介の動画を作成して11月14日に紹介するよう準備中。

二、審議事項

2026年度通常総会について確認・検討をした。3月中旬までに各委員会の事業計画について予算づけが必要になる。

次回理事会は12月10日(水) 13時30分より



相模原ボランティア協会 12月の予定

日	時間	内容
8(月)	13:00~	広報委員会・ぼら通部会
9(火)	10:00~	講座検討委員会
10(水)	13:30~	理事会
11(木)	16:00~	幸せの黄色いレシートキャンペーン(イオン橋本店)
20(土)	13:00~	事務局委員会・ハンディキャブ合同委員会
	15:00~	ハンディキャブ委員会
23(火)	10:30~	ぼら通12月号印刷
	13:30~	ぼら通12月号発行

※事務局年末年始の休み 12月27日(土)~1月4日(日)

クイズの答え

- ①は「お」(頭に「お」がつくつかないか)
②は「いも」



12月の記念日は?

小倉義男

12月10日は、ベルトの日です。

日本服装ベルト工業連合会が制定。実用性、ファッション性、そしてギフト製品としても需要の高いベルトの良さをアピールするのが目的。日付は奈良の正倉院に収蔵されている日本最古のベルトの本体に紺玉の飾りが付けられており、紺玉は12月の誕生石のラピスラズリのことなので12月。12月に流れるクリスマスソングの「ジングルベル」の「ベル」に、10日の「ト」を組み合わせ「ベルト」とする語呂合わせから。

【出典(一社日本記念日協会より参照)】
奈良時代からベルトはあったのですね。驚きました。



小倉画

1. 寄付のお願い!!

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なんです。

12月までに寄付をしていただくことで今年分の確定申告に間に合います。

詳細は、当協会にお問い合わせください。

*認定NPO法人

相模原ボランティア協会

電話 042・759・7982



読者のひろば

ほかふれフェスタでボラ協ブースのお手伝いをいただいたボランティアの河本さんへ感想をつかいました。

はじめの二歩です

かわもこ まさみ
河本 正美

ここ数年大きな病気を3回もしてしまいました。(2回の手術と抗癌剤)他に元々の持病も肺に持っています。

長い間の我慢生活でちよつと自信を失ってしまい、何か人との繋がりが欲しいと思うようになりました。そんな折、ボラ協会員の方との短歌つながりで、玉こんにゃく売りのボランティアにご縁をいただきました。

当日、家を出る時はドキドキしていました。雨も降り不安でしたが皆様の笑顔に出会い私の心臓もホワホワにかわり、「私にもできるかな」と思えました！ボランティアの皆様は、本当にテキパキしていて回りの気遣いも細やか素晴らしいと感じました。そして何よりも「元気」でした。いつも健康の事を気にしなければならぬ私にとって羨ましいと同時に「お手本」なのかなと思いました。

イベントの中で参事を務めつつハッピーニングは正直おもしろかったです。「漫画の中の自分」みたいで最高でした。私とで半日で失社することになり、少しは役に立てたのか？と疑問ですが今まで経験ない出来事は本当に良かったです。また機会がありましたらよろしくお願ひいたします。私自身も病気に負けないように頑張ります。

あのがういづこもった。



「福祉のまちづくりの研修会」を受講して

相模原市福祉のまちづくり推進協議会委員

理事 荒谷 進

講師：EVO株式会社CEO／武蔵野大学ウエル

ビーイング学部客員教授 前野マドリ氏

11月9日福祉のまちづくり推進協議会が主催する「福祉のまちづくりの研修会」を受講して来ました。タイトルは「幸せとは？ー自分と地域の幸せを考えるー」前野氏はウエルビーイング(幸福学)の実践者です。もともとはPTA活動を8年間実践され「主人の慶応義塾大学名誉教授、武蔵野大学ウエルビーイング学部学部長の前野隆司氏と長く研究されてまいりました。

ウエルビーイングとは「健康、幸福、福祉」の良好な状態をいいますが、いま国家レベル、企業レベルで活動の広がりを見せています。幸せと健康は似ています。健康になるためには①健康についての知識を得る。②健康診断を受ける。③健康に気を付ける。(食事に気を付ける、運動をする、睡眠を取るなど) 幸せになるためには①幸せについての知識を得る。②幸福度診断を受ける。③幸せに気を付ける。(個人として改善する、職場で改善するなど) ウエルビーイングの基礎…地位財型(他人と比べられる金、モノ、社会的地位の財)の幸せは長続きしない。非地位財型(安全、環境、健康、身体、心的要因)の幸せは長続きする。

下記の心的要因(4つの因子)が大切です。

<幸せの4因子>

1. やってみよう(自己実現と成長)
2. ありがとう(つながりと感謝)
3. ありのままに(独立と自分らしさ)
4. なんとかなる(前向きと楽観)

<不幸の4因子>

1. やる気がない
2. つながりがない
3. 自信がない
4. 個性がない

*地域におけるウエルビーイングの向上

「近所付き合いは幸福度を高める(きめ細かい交流促進が必要)」。ボランティアや地域活動の促進が有効になる。幸せの2つの条件「生きがい」と「つながり」特に人とのつながりが重要です。

ウエルビーイングを育て言葉かけを心がける。①自分からの声かけ(挨拶、感謝)相手の名前を言葉のまえにつける。例、〇〇さんありがとう。②笑顔を忘れずに。③いつもフクフク。④良い点に目を向ける。⑤伸びしろを信じる。⑥何のため？まずは笑顔と挨拶、つながりを楽しみます。

干し葡萄を時間かけていただくことで五感を揺

るとか今日一日の「美しいもの」を探しましょう。印象に残りました。

先生は「一人ひとりが輝くPTA」をモットーに活動されてきたそうで、私たち「一人ひとりが輝くボランティア協会」を目指したいものです。



ボランティア講座のお知らせ

①ボランティア講座「まちのみんなで、子どもを応援しよう」参加者募集！

「地域の子育てボランティア」をテーマに、ボランティア活動の紹介や、情報交換会を開催します。
ゲストは「子育てそうだん広場 Haere mai (はれまえ)」さんです。

※紹介する活動は、大野北地区や中央区の活動が中心となります。

日時：12月5日（金）午後1時30分～午後3時30分

場所：大野北公民館1階 大会議室

【問合せ・申込み先】

大野北地区社会福祉協議会：☎ 042-861-4512

＜申込フォーム＞



②子どもの育ちを支えるボランティア養成講座 参加者募集！

乳幼児の見守りや、保育園・習い事の送迎、障がい児の登下校付添い、子ども食堂、無料学習支援など、地域で子どもの成長を支えるボランティアのための養成講座を開催します。

日時：12月20日（土）午後1時30分～午後4時

内容：講義「子どもの成長における地域の関わりへの期待について」（相模女子大学 中島健一朗准教授）

他、市内の活動事例、活動先紹介

会場：相模原市民会館2階 第2大会議室

【問合せ・申込み先】

相模原市社協 中央ボランティアセンター：☎ 042-786-6181

＜申込フォーム＞



※ 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

《今月のイラスト

…Bっぽくないのよね、この鉛筆》

山口尚美画



編集後記

相模原市から来年3月までに65歳以上で5歳刻みの方を対象に带状疱疹ワクチン定期接種の案内が来た。
ワクチンの種類は「生ワクチン」と「組み換えワクチン」の2種類があり、費用は「生」が4千円、「組み換え」が2回で2万円であるが、予防効果は「生ワクチン」だと5年で4割程度、「組み換えワクチン」は10年で7割程度と圧倒的に有利である。带状疱疹の後遺症に1年以上苦しむ友達や医師の勧めもあり、私は「組み換え」に決めました。
皆さんも案内が来たら考えてみてください。
(高)

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させていただきます。

＜10月の寄付者＞

29名の方からご寄付をいただきました。

＜10月の寄付金＞

総額229,016円でした。

