



ほかほかふれあいフェスタ2025 障害者週間キャンペーン

11月29日(土) 12:00~ サンデッキ相模大野で開催

たくさんの拍手に包まれて、パフォーマンスを披露♪



恒藤実行委員長の「市民一人ひとりが支えあつた社会を目指しましょう」との挨拶後、まず、ヒップホップダンス「S. N. D. F」から始まった。このグループは幼児から大人まで約80



相模原市は、市民の皆さんに障がいや障がいがある人に対する理解を深めていただき、障がいの有無にかかわらず全ての人が共に支えあつて生きる共生社会の実現に向けて「ともに支えあい生きる社会」のキャッチフレーズのもと各種事業を推進している。ほかほかふれあいフェスタ実行委員会は、相模原市の趣旨に伴い11月29日にほかほかふれあいフェスタ冬バージョンとして「障害者週間キャンペーン」を開催した。当日は前日と比べ気温は5度低く、寒い中でのスタートとなったが、相模大野のサンデッキでは歌やダンスなど4団体がパフォーマンスを繰り広げ、生活介護サビース事業所「のびやか」さんの自主製品の木工品や陶芸品の販売、また、障がいや福祉について理解を深めるためのチラシや冊子を通行人に配り啓発活動を行った。

名が4グループに分かれて軽快な曲に合わせて踊るもので、幼児たち4人の踊りは素晴らしい。特に小さな子が3人の踊りを見ながら合わせていく、このしぐさが面白く観衆も見とれていた。また、3人はこの幼児の動きを見ながら避けて踊り素晴らしいダンス。この4人は成長して素晴らしいダンスになると思った。その他ソーラン節5人、中、高校生5人、高学年2人が踊ってくれた。

次はOSバンド演奏「ウクレレマイスターズ」。メンバーは元座間養護学校の仲間、ウクレレ3人、ギター1人、ドラム1人と高く澄んだ声のボーカルの女性の6人構成。歌は『図書館の女』『ひまわり』『アイノカタチ』『アパンマンの歌』『またあつ日まで』など、8曲。皆、素晴らしい。

3番目は「よさこいソーラン」(一心)。最初、団長から挨拶があり、今年はインフルエンザが流行っており半



分くらいしか出られないと挨拶があった。確かに10人程度だったが、迫力はすごい。『渡り鳥』、3人で旗振りな子どもたちも大人と一緒に演技をしてきた。

最後はバンド演奏「チョップスティックス」。ボーカル、ギター、クラリネット、ドラムなど、リズム感あふれた演奏だった。このチームも相模原中央支援学校の仲間、リーダーの人は今宮崎で小学校の先生をしているらしい。一人大学生らしいボーカルに尋ねたところ彼は高校の先生で4年目26歳でテンポの良い歌を二人は歌ってくれた。素晴らしい曲ばかりだった。

最後になりますが、若者サポーターの6名の参加の皆様、最後までボランティアをしていただきありがとうございます。お陰様で最後を締めくくることができました。皆様ありがとうございました。(高橋)

★写真は「若者サポーター」の皆さんに撮影していただきました。

いつも人気!「のびやか」さんの自主製品





各グループとも熱心に情報交換を！

参加者は15名、住所の近い3グループに分かれて、グループリーダーには傾聴委員が入り最初に自己紹介をしました。名前と住所から入り、話をするうちに実際の活動で

「傾聴ボランティア懇談会」開催される！



11月28日(金)あじさい会館6階ボランティア活動室にて久しぶりに傾聴ボランティアの仲間が集まり「傾聴懇談会」が開催されました。同じ活動に参加していてもなかなか本音で話し合う機会がないことから、傾聴ボランティアメンバーの懇談会を開いてほしいという希望を沢山いただき開催することになりました。

年々一人暮らしの方や認知症のため話相手がいらないなど傾聴のご希望がケアマネージャーやご家族の方から多数寄せられるようになり、傾聴ボランティアのメンバーも33名となりました。ボランティア協会の傾聴ボランティアも10年を超え、運転ボランティアと並び二大活動です。

午前10時から渡邊亮さんの司会により開始、合わせて次の配布資料の説明がありました。

- ①懇談会次第 ②参加者名簿 ③事前アンケート結果(欠席者も含めた全員の活動に対する感想、聴きたいこと) ④傾聴ボランティア活動の基本姿勢
- ⑤傾聴活動報告書の記入例 ⑥傾聴活動フローチャート ⑦傾聴ボランティアと担当利用者の名簿

困っていることを早速出し合いました。それぞれのケース毎に自分ではこうしているとか話し合い、グループ討議の結果を発表し合いました。

★Aグループ

・話題がないとき

↓小中学校の思い出を話してもらう。

・認知症の方には

↓興味のあるようなことを話す。

・レポートつくり悩む

↓報告書の記入例はありがたい。(原則は自由)

・健康状態で待たされる

↓補聴器がなかなか装着できない。

★Bグループ

・女性の利用者には女性のボランティアがよい。

・3名チームなので欠席された方にフォローが必要。

★Cグループ

・今後このような懇談会を開催してほしい。

・連絡先が事務局になっているが実際は利用者や傾聴担当につながっていない。

次に傾聴ボランティア活動の基本姿勢を高橋功さんより説明いただきました。

①相手の言うことをよく聴くこと。

・沈黙や気持ちに耳を傾ける。

②相手のあるがままを受け入れる。

・自分の考えを述べたり、アドバイスをしない。

③自分ができる範囲を学ぶ。

・自分で解決しようと思わず常に責任者に報告相談する。

・利用者の状態を把握し、責任者を通して専門家にうつす。

・利用者の状態を把握し、責任者を通して専門家にうつす。

・利用者の状態を把握し、責任者を通して専門家にうつす。

・利用者の状態を把握し、責任者を通して専門家にうつす。

・利用者の状態を把握し、責任者を通して専門家にうつす。



1月の記念日は？

小倉義男

1月6日は、まくらの日です。

千葉県柏市に本社を置き、枕を中心とした寝具のインターネット販売などを手がける「まくら株式会社」が制定。毎日使う生活の中でも身近な枕に日頃の感謝を込めて、その大切さを見直すのが目的。

日付は枕を英語でpillow(ピロー)と呼ぶことから1をピンの「ピ」と読み、6を「ロー」と読んで「ピロー」となる1月6日に。

【出典(一社)日本記念日協会より参照】

※枕は自分に合ったものが一番ですね。



小倉画

なお、当日都合により参加できなかった方にも後日資料を配布することになりました。体験発表表では松原俊さんから認知症で同じ話を毎回責めに傾聴することの大切さと、渡邊亮さんから会話の少ない方への傾聴活動例を紹介いただきました。

(荒谷)

クイズに挑戦

○×問題です。○か×で答えてくださいね。

①「ウモリ」は頭を上にして立つことができる。

②松坂牛の読み方は「まつざかぎゅう」である。



市内活動グループ訪問記

おしゃべり

聞こえない人・聞こえにくい人も
安心して暮らせる相模原に！
聴覚障害への理解やコミュニケーション
方法を広める『手話通訳』という活動



11月15日～26日の12日間、デフリンピックが東京で開催された。この大会は、聴覚障害のあるアスリートのための国際総合スポーツ競技大会で、「デフ」は「耳が聞こえない」という意味。オリンピックと合わせて「デフリンピック」という名称となった。今回の東京大会は、初の日本開催であり、開催100周年となる記念大会でもあったため、各地で大会の盛り上げや周知活動が行われた。相模原市では、開会に先立つ11月20日に「アリオ橋本店」にデフリンピックキャラバンカーが登場し、式典が行われ、子供連れの家族等の買い物客に、機運を盛り上げるPR活動が行われた。(写真参考)



競技のルールはオリンピックとほぼ同じだが、スタート音などの代わりにフラッシュランプや旗を用いるなど、視覚的な工夫によって競技の進行がなされる。選手やスタッフが円滑にコミュニケーションを図るためにはさまざまなサポートが必要だが、なかでも選手と指導者やスタッフとの意思疎通・情報交換などには「手話通訳者」が欠かせない存在だ。このことから、相模原市の情報保障の実態を取材することになった。



話し方も笑顔もととても優しい森さん

ーシよりの一人として講演会・会議など公共団体主催の場や、病院や学校、冠婚葬祭など個人の依頼に応じて活動している。

相模原市の年間派遣件数は年度によってバラつきはあるが、大体1000件前後を19名の手話通訳者で対応している。個人によって引き受けられる件数はさまざまだが、平均してひと月に5～6件をこなしている計算だ。

講演などは内容によっては専門用語の下調べなどかなりの時間を費やしているという。

森さんは「どんな職業の方も同じだと思いますが、事前準備は必須です。例え下調べしたことの、僅かしか使えなくても、準備を厭う通訳者はいないと思います。また、日ごろの研鑽も欠かせません。」

通訳の現場は様々ですが、そこで出会う利用者さんも様々です。通訳の仕方も一様ではありません。学校での通訳、病院での通訳、講演会や会議、また、警察や裁判所など、求められる通訳が異なる場合があります。経験を積んでいくことも大切ですし、事例検討を含めた研修も重要です。通訳者同士の意見交換や支え合いもよりどころとなります。そういう意味で、みんな日ごろからできる範囲での研鑽を積んでいると思います。

また、専門職としての活動に加えて、他の団体と連

要請に添えてくださったのは「相模原市登録手話通訳者の会」代表の森以津美さん。現在相模原市に登録されている手話通訳者19名相模原市ホームページ

携しての活動も行っています。相模原市には、聴覚障害者に対する理解を深め、生活環境の向上を目指して組織された『クローバーの会』という団体があります。これは、当事者団体である「相模原市聴覚障害者協会」「NPO相模原市難聴者協会・土の会」と支援者団体である「相模原市登録手話通訳者の会」「相模原市登録要約筆記者の会」の4団体で構成されており、相互に連携しながら、社会への周知や要望を行政機関に提出したりしています。

私たちは高齢・障害者支援課という部署から派遣依頼を受けていますが、数年前から支援課に派遣コーディネーターが配置され、また、聞こえない職員の配属もあり、その影響で手話で会話のできる職員が増えたりと、以前と比べると風通しは良くなったように感じます。「これを更に進めて…」と、話は通訳者の労働環境や当事者の抱える問題などに及び、さまざまな話題が出てきた。限られた紙面の都合上、すべてを紹介できないのが残念だ。

最後にこれから目指す方向を伺うと、「通訳者の働く環境やみんなが住みよい社会を目指して活動してゆきたい」とのこと。「誰もが手話通訳者のような専門性を目指さなくても、例えば挨拶程度の簡単な手話を使える人がもっと増えれば、と思います。最近ではスマホでの筆談でもコミュニケーションは取れます。コミュニケーションの方法はいろいろあるのですから、もっとお互いが関わりを持てるような社会になって欲しいと思います」

大切なのは伝えあい、関わり合うこと。それが障がいに対する壁を乗り越える第一歩だと、ボランティア協会の一員として、今、自分のできることを探していこうと思った。(恒藤・小川)



理事会報告

12月10日(水) (理事7名出席)

1. 報告・連絡事項

〈広報委員会〉

・ぼら通11月号を11月25日に発送。参加者は若サポ5名、員5名。

・ホームページとFacebookにぼら通11月号を掲載。

〈HCC委員会〉

・福祉有償連送登録更新のため、相模原市に関係書類を提出済み。本申請は1月に予定。

〈事務局委員会〉

・令和8年4月に開催の桜まつりへの体制について。

〈講座検討委員会〉

・春講座(令和8年2月開催)への準備・検討と、夏講座について。夏講座は令和8年6月5日12日19日の3回シリーズでテーマは「傾聴」について。講師から快諾いただいた。

〈傾聴委員会〉

・11月28日(金)に傾聴ボランティア15名が参加し懇談会を開催した。

〈映像企画実行委員会〉

・11月講座でHCC活動の動画を使用した。

・1月18日開催の「新成人を祝う会」のビデオ撮影を若サポと一緒に予定。

2. 外部会議報告

・相模原災害ボランティアネットワーク運営委員会・相模原市社会福祉事業団理事会・リウンシムへつまつり

3. 審議事項

・今後のボラ協の事業等についてHCC委員会や理事会で継続審議をおこなっていくことを確認した。

次回理事会 2026年1月14日(水) 13時30分より



相模原ボランティア協会 2026年1月の予定

| 日 | 時間 | 内容 |
|-------|--------|--------------------------|
| 8(木) | 13:00~ | 広報委員会・ぼら通部会 |
| 9(金) | 13:30~ | 高齢者住まい探し相談会(緑区) |
| 11(日) | 16:00~ | 幸せの黄色いレシートキャンペーン(イオン橋本店) |
| 14(水) | 13:30~ | 理事会 |
| 15(木) | 10:00~ | 講座検討委員会 |
| 17(土) | 13:00~ | 事務局・ハンディキャップ合同委員会 |
| | 15:00~ | ハンディキャップ委員会 |
| 21(水) | 14:00~ | 映像企画実行委員会 |
| 27(火) | 10:30~ | ぼら通1月号印刷 |
| | 13:30~ | ぼら通1月号発行 |



※事務局年始の休みは1月4日(日)までです。

事務局からのお知らせ

▼年末年始のお休み

事務局は

12月27日(土)から
2026年1月4日(日)

までお休みとなります。

新年は1月5日(月)から業務
を開始します。

よろしくお願いします。

ボランティア協会後援
講座のご案内



「デフリンピックの過去・現在・日本の未来」

- ・デフリンピックについて(歴史など)
- ・日本でおこなう意義について
- ・デフリンピックが終わった後のレガシーについて

講師：河原雅浩 氏

一般社団法人 神奈川県聴覚障害者連盟理事長

公益財団法人 神奈川県聴覚障害者協会事務局長

主催：NPO 法人れんきょう

(相模原市障害児者福祉団体連絡協議会)

参加費：無料(先着100名)

開催日：令和8年2月1日(日)

会場：相模原市民会館 3階 第1会議室

時間：開場午後1:00 開演：午後1:30

講演：午後1:30~4:00

質疑応対：午後3:30~4:00

*手話通訳・要約筆記あり



会員のひろは

会員の皆さまへ、自由に語っていただくコーナーです。

やわい声かけを

小倉 義男
おぐら よしお



中央区光が丘の小倉と申します。

縁あって、ぼらんていの「今月の記念日」の記事を、もう3年以上になると思いますが、書かせてもらっています。毎月今月はどんな記念日にしようかと、頭を悩ませております。

実は私は、13 年ほど前から緑内障にかかり、最初はまだ左眼が普通に「見えていた」ので、あまり不自由さを感じておりませんでした。が、段々と左眼の方も悪くなり、今では家の中では柱などにぶつかりながらも、何とか一人で歩いておりましたが、外に出るとなると、なかなか難しい状況になってきました。

今年になって、ようやくガイドヘルパーもつくようになり、安心して外出できるようになりましたが、急に近くへ買い物や用事で出かける場合やガイドが見つからない場合となると、無理して出かけるようになりたくなさそうです。

相模原市では2024年に『相模原市人権尊重のまちづくり条例』が定められ、障がい者も健常者も共に支え合い尊重し、誰一人取り残さない共生社会の実現を目指しています。

実際に障がい者という立場になってみて初めて、以前よりは生きやすくなってきたのかなと感じるくらいこの頃です。

先ほど書いたように、街に一人で出かけるような時、視野が狭いので信号がなかなか見つからず、まごまごしていたら、「もう書になってますよ」とか、日差しがまぶしくて車道の方へ出そうになっていた時に「そこは車道だから危ないよ」と声をかけてくれる人がいました。本当に助かりました。

ただ、人によってはぶつかっても何も言わずに通る過激な場合もあります。困っている人がいたら、もっともっと優しく声をかけてくれる社会になればいいなと思っております。

ただ私は、人に助けてもらうばかりでなく、自分でできること
↓
soon は何でもやるつもりです。

助け助けられる共生社会の実現に向けて、できることは少ないと思いますが、一歩ずつ進めていけたらいいなと思います。

そのためにはお互いに、まずは優しく声をかけ合うことが大切だと思っています。

クイズの答え



①は、○
「ウモリは歩いたり、立ったたりする人がいけません。」

②は、×

「おひつかり」です。

情報

ぼらんていあ通信の発送作業や、ほかほからあいフェスタ、また障害者週間キャンペーンなどのイベントでお手伝いいただいている「さがみはら若者サポートステーション」さんが、文化祭を開催します。

おいでよ！ ホットな文化祭

～ここはみんなのショールーム～

日時：2026年1月31日（土）

時間：10時～15時30分

場所：ソレイユさがみ

セミナールーム（メイン会場）

セミナールーム2（サブ会場）※12時まで

居場所「ホット」は、サポステの若者たちが日々集い、さまざまな活動を行っているベースキャンプ。展示などでホットの活動を

紹介！

若者の文化祭を楽しんでくださ～い！

ホットのメンバー製作品！



ボランティアセンターからのお知らせ！

① デイサービスの日課活動のお手伝いボランティア募集！

デイサービスのご利用者さんと一緒に、チラシを折って箱作りをしてくださる方を募集します。お話をしながら楽しく活動してみませんか？

日 時：水曜日もしくは木曜日 午前10時～11時30分

場 所：中央区相模原3丁目



② いるかフェス開催します！観覧者大募集！

福祉施設等に出向いて、パフォーマンスを披露してくださっているボランティア団体等の皆さんが、一堂に集結します！マジックやフルーツカービング、歌やダンスなど盛り沢山の8団体！参加費無料です！是非お気軽にお立ち寄りください。（事前のお申し込みは不要です）

日 時：令和8年1月31日（土）開場 13:30 開演 13:45～閉演 16:00

会 場：あじさい会館ホール

詳細(チラシ)



※ 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

怒られた..



山口尚美画

《11月のイラスト

..怒られた..》

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用させていただきます。

＜11月の寄付者＞

8名の方からご寄付をいただきました。

＜11月の寄付金＞

総額 41,390 円でした。



編集後記

この世で特に恐ろしいものを順番に並べたことわざ「地震・雷・火事・親父」は、子どもの頃から「なるほど」と感心していた。「親父」の意味には諸説あるようだが、最近の私は「地震・雷・火事・雪」だと勝手に決めている。

先日、相模原に住む外国人を対象に防災講座が開かれた。ちょうど青森県東方沖でM6.5の地震が起きたばかりだったので、ニュースを耳にした参加者も自分のこととして受け止め、いろいろと考えるきっかけになったようだ。ただ南アフリカ出身の参加者からは「南アフリカでの災害は人だ！」という感想が。傷害事件がたいへん多いとのこと、防災には自然災害だけでなく、人的災害もあるのだと、なんだか複雑な思いだった。

(恒)

今年も「ぼらんていあ通信」を愛読いただきありがとうございました。広報委員会は新しいメンバーに恵まれ、また多くの方々に取材させていただく機会をいただき、そのおかげで「ぼらんていあ通信」も委員会メンバーも、少しずつではありますが成長しているのではないかなと感じています。

そんな思いを抱きながら迎えている2025年12月です。来年もどうぞよろしくお願いいたします。よいお年をお迎えください。

広報委員会 同