



ぼうんていあ通信

1月号
通巻 No.530

発行 / NPO法人 相模原ボランティア協会 2026年1月27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>

題で用ひ、本日もまたお見舞いに来られたのですから、お見舞いにこだわる所がござります。

A black and white portrait of Setsuko Kuroki, an elderly woman with dark hair and glasses, wearing a light-colored zip-up top. To her right is a vertical column of Japanese text.



せない存在、ボランティア活動の重要性がありたぬて注目される一年となります。

切手グリーフから
ご寄付をいただきました！

1月16日(金)に、ヨガグループの会員が多額の「お歳暮」を貰った件を申し上げます。

だぞつています。また、講座検討委員会、映像企画委員会、広報委員会、ボウリング大会の実行委員会が設けられ、ボウリング大会などでの実行委員の選出とともに、来年度の活動に向け、それで新たな企画を進めていただいている。

企画の端緒からその会話や活動を通して、一人ひとりの小さな行動が優しい社会の実現につながっていくことを日々学ばせていた

だらしていながら、誰もが安心して暮りゆく社会の実現に向かって、ボランティア協会が少しでも力を発揮できると願っております。

田代、多幸の母と結婚していられたので、この新聞の跡をめぐらせる。工部省は新報「世界」に付してこの新聞が「世界」に連れておられたのである。参考の形でそれがあつたが、ボーフントイヤー時代の一回で、それが今、一編も残しておこなつたかね？」



5名のメンバーのうち、
当日は残念ながら2名の方
が体調不良でお休みで
したが、3人の方からし
っかり寄付金をいただき
ました。

ヌマツ・カイ

単純作業が好むが、メンバーハイレベルでこなすのが難点。

*みんなに会えるのが楽しみ！元気で顔を見

講座のお知らせ

南ボランティアセンター主催

「傾聴ボランティアセミナー」

聴くからばかりじゃない「ボランティア」講座

この講座ではボランティア協会傾聴委員の渡邊
むと橋代さんが「傾聴ボランティア活動を理解す
るために」の内容で講演します。

目的 傾聴ボランティア育成の場として、ボラ
ンティア参加の一歩を踏み出しつつ、ボラ
ンティアの場として、
対象者 先着30人
市在住で傾聴ボランティアに興味があ
る人

日 時 2月16日（月）午後2時～4時

会 場 南保健福祉センター2階
高齢者交流室

問ふ寄せ 南ボランティアセンター

042-765-0801

レクチャーのほかに「いかがバンク登録者の傾聴
体験談」や、「いかがバンク登録制度」の説明があり
ます。

傾聴活動に興味がある方は、ぜひご参加ください！



(西本・恒勝)


新規会員登録の方でも登録できます


今年も壁がいるある日のための「新成人を祝う会」
の映像撮影のため、わがみせり若者サポートステー
ションのएवंの壁を越し壁像企画実行委員が参加しま
した。

1月18日（日）13時から、文化会館大樹の間で開
催され、参加した新成人39名は、皆で壁を越えて
笑顔が溢れています。

市長からのお祝いメッセージ動画を始め、市議会議
員などたくさんの来賓の方々も、口を運んでいた
ことを心から祝って下るのが感じられます。

第2部の「スライドショー&ライブ&歓談」で
は、相模原ウイング・アンサンブルのキレのある演奏
や、ほかほかられあいフェスタでも参加いただいたい
る「クレレマイスター」からは、新成人からの「クレ
レ」を披露。最後には「エビカ一
クス」の歌で、新成人も手拍
子やタنسで口を楽し
ていました。

制作した動画は、協会HP
にアップしますので楽しみに
して下さい。

(西本・恒勝)

漢草クイズです。

クイズに挑戦



- ①昔から漢方薬として使われたいたナツメの葉
をかむと不思議な感じが起ります。それは?
(ア)眠くなる (イ)甘みを感じなくなる
(ウ)痛みを感じなくなる (エ)眠気がさぬる
- ②クチナシは昔から実の部分が薬として使われ
てきましたが、次のうちクチナシの実がデザイン
されたかるせのはじれでしょ?か。

- (ア)相撲の重配
- (イ)将棋盤の脚
- (ウ)茶道用の茶器
- (エ)和太鼓の台

2月の記念日は?

小倉義男

2月12日、レトルトカレーの日です。

1968年この日、世界初のレトルトカレーが発売されたこと
から発売元の大塚食品株式会社が制定。その商品名は「ボンカレー」。また、2018年に発売から50周年となり、今多くのカ
レーファンに愛され続けているため「ボンカレーの日」としても、
記念日登録されています。

【出典(一社)日本記念日協会より参照】

レトルトカレーには、いつも
おせわになってます。

助かりますよね。

(小倉画)





オジャマシフ

星が丘駿馬隊～
アーティストの未来に繋げ体験を



外の朝の冷たい空氣の中、十曜日の星が丘小学校は
静かです。でも、練習場所の体育馆に入るのはいつも
ステイック音がカツカツカツとコズムゾン鳴り響いて
います。リズムを刻むのは指導の秋山里砂先生。変
わつていて速さに合わせて横一列に揃えて歩く子ど
もたち。最後は走るのみで速歩になり、終わるとわっ
と歓声が上がる。体を鍛める歩行練習とのことです
が、アタヒは思えなこのびやかな気分が館内に溢れて
います。

「暁が丘鼓笛隊」は創立23年田。上瀬まつや桜ま
つばなじのお祭りや地域の行事、市内の全鼓笛隊が集
められる大々盛況や鼓笛合戦などでの場で練
習の成果を発表します。ボランティア協会では、
昨年10月のほかほかられあフェスタの際にあじわ
い会館ホールで演奏していただいたのが縁です。
今日は新年最初の練習を中心とし、相馬さんお一人
の保護者の方の「素因で見学」です。

隊員は星が丘小だけではなく、作の口小、光が丘小、富士見小など市内の小学生。6年生で卒隊ですが、練習では中高生が参加する事もあるのです。今日せめて体験みて2年生からの年生まで、練習女子の名。体験時間もこの間で、かくはんで遊びながらお仲の団体です。

練習は毎週土曜日の朝から13時、日曜練習のあと、10時から午前で歩行練習。続けて曲を口あわしながらドリルの練習です。縦に横に斜めにと並び位置を変えていくだけではなく、足元のストップやハイド、クロスと複雑なところもわたりは順序に進んでこります。先生がさわると一緒に移動しながら頭をかけてこます。曲終わって全員で顔を上げてポーズを決めるのもかっこいい！

楽器部編成は肩掛け型でペレーカーが付き、音色も変えられるキーボードをメインにグロッケンを加えてメロディパート、リズムパートはバスドラム、スネア

秋山先生は、市内のほかの鼓笛隊の指導を歴任したり
つしてまた大ぐつゝん。運営し申しますのでセントラルメー
シヨン（隊列）移動をめざす二つの指導をなしてこ
ります。

ナミもだんだん語を聞かれていた
○入るのと遅つたものかわば?

・チラシを見て・友達に誘われ
つた・練習が楽しそうだった

○繋がる・接する・
・接続する・接觸する・接觸する
・接觸する

○「だからひとつみたじ里な」。
・「わが庄子の歌」主題歌、アニメ映画の曲など次々と。
「庄子の曲」など実話を題材としたものや、選

秋山先生はアーチーもたぬ正義感じねえ、若マシハ皆の圖

いお姉さんのようにしか見えません。「学校では味わえない体験をして、人生の経験値を高めていいってほしい」「卒隊した子が結婚式に呼んでくれる。そのまた子どもが入隊してくれる」とが嬉しい」とのお話には指導への深い思いを感じられました。自分も子どもたちがこんな鼓笛隊に入りたかったと思つました。

市内の鼓笛隊は、いじも入数
が不足。読者の皆様、小学生
のお子さん、お孫さんがいっ
したりぜひお近くの鼓笛隊へ
入隊をお勧めください。



星が丘鼓笛隊

代表 高橋さん

LINE 公式アカウント

Email

Youtube 効ウツ

<https://page.line.me/407xrrpc>

hoshigaoka.koteki.2024@gmail.com

<https://youtube.com/@星が丘鼓笛隊>

ぼらんていあ通信

2026.1.27

理事会報告

1月14日（水）（理事7名出席）
1. 報告・連絡事項

〔広報委員会〕

- ・ぼら通12月号を12月23日に発送。参加者は若狭ボの名前で。

〔事務局委員会・HCO委員会〕

- ・昨年の講座に参加した1名がHCO運転手として入会1名は入会手続き中。

- ・年末に向け事務局員等の源泉徴収、寄付者への受領証明書の配布について確認した。

〔HCO委員会〕

- ・福祉有償運送登録更新申請を1月20日提出。
- ・HCO活動の今後の在り方にについて検討したい。
- ・南区での講座開催について提案した。

〔講座検討委員会〕

- ・6月17日～30日間の傾聴講座を開催する予定。

〔傾聴委員会〕

- ・傾聴ボラ活動の個人情報の取り扱いについて確認した。

〔映像企画実行委員会〕

- ・前回作成した動画の補完について検討する。

〔外部会議報告〕

- ・相模原市賀詞交換会、市民桜まつりバザー打ち合せ

3. 審議事項

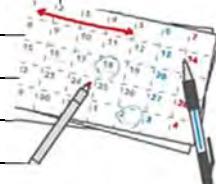
- ・交流ボウリング大会の実行委員長は鈴木理事に決定了。

次回理事会は2月19日（木）13時30分より



相模原ボランティア協会 2月の予定

日	時間	内 容
10(火)	13:00～	広報委員会・ぼら通部会
11(水)	16:00～	幸せの黄色いレシートキャンペーン（イオン橋本店）
15(日)	10:00～	サポセン利用者懇談会&交流会
19(木)	13:30～	理事会
21(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
24(火)	10:30～	ぼら通2月号印刷
	13:30～	ぼら通2月号発行
26(木)	10:00～	講座検討委員会



令和8年相模原市賀詞交換会が

1月6日（火）10:30～市民会館ホールで開催され、恒藤会長と荒谷理事が出席しました。

*オープニングセレモニーの田名中学校 吹奏楽部の演奏は素晴らしいです！



公益社団法人相模原青年会議所

2026年度新年賀詞交歓会が

1月20日（火）18:00～
Party Room by Mondo
で開催され、荒谷理事が出席しました。

今年も

「あじさいフェス 2026 in SAGAMIHARA」が

6月6日（土）・7日（日）

に開催されます。

ボランティア協会も参加します。詳細が決まりましたらお知らせしますので、皆さんもぜひ予定をあけてご参加ください。

お知らせ

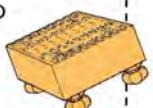


①は②甘みを感じなくなる
ナツメの葉に含まれる成分には、舌にある甘みセンサーをブロックして、食べ物の甘みを感じなくさせる作用があります。

②は①の将棋盤の脚

将棋の対局中、他人はあれこれ口出しがしてはいけない、という意味を込めて、将棋盤の脚には「クチナシ（口無し）」がかたどられています。

クイズの答え

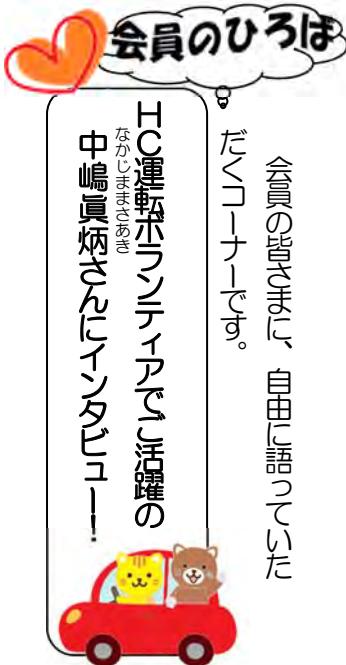


ぼらんていあ通信

会員のひろば

だくフーナード。
工の運転手のソントイヤーの活躍の
なかじまわあき

中嶋眞理子さんによる
インタビュー



NO→の井上工の運転手ソントイヤーとして入会。定年後、介護士や野球の審判など口々を廻る中嶋さんは、やはり家族に近いが、まだこうしたをしてあの世に行こう。したく、人生ハイスマイナスのだと、普段ボランティア活動を開始。

工の車、13号車を日々巡回して運行。病院などへの送迎が主だった。

中嶋さんは、送迎の間は、なるべく利用者さんに快適に過ごしてやりたが、ただおしゃべりが多くて運転がおつかにならぬので、音楽をかけて楽しんでいたらしいと教えていた。

あの時、つかぬ回りで姉に連れ添われて病院に行かねば車イスの男性」、ソースのソ・フレンコワ（前奏曲）をかきながら、全く詠歌しなくて彼は、メロディーを口あそんだり手を動かして楽しんでいた。彼の姉は彼がクラシックが趣味だなってたく知らなかつたと驚いていた。また彼は、中嶋さんがかけるクラシックを全部知っていた。チャイコフスキーやい、ベートーベンなどやねん、しっかり好みを伝えてくれる。

中嶋さんの「車内で音楽をかけるのは利用者なんだためではなく、自分のためにいつでもいい」と言つといふかすじ。この時間がなければクラシックがうは聽かないからだらう。

井たる30代の女性の利用者が乗車すれば、乗車料金は音楽をかかれて歌の椅子を自分で選定される。『歌入りなこと』、おも椅子を自分で選ぶ。あくまでアベマニア特集をかかねじ、「おめでつこー」とい回りをやうじた。音楽は人の心を揺さぶかせるだけしない感つた。高校の音楽教室で壇上にあつた「音楽は命と感づかる音楽である」とこの音楽を思て出つたやうだ。

クリシックだけではなく、「風」の曲や、童謡、唱歌など利用者さん好みの曲をかかれて、CDはねむねや橋本図書館に行って、利用者さんのが希望したものを選んでいた。

中嶋さんのボランティア以外のトライも面白い。女児の孫のため、セーターを購入しようとしたらが気に入つたものがなかなかつたので、自分で編む物教室に3年通つた。孫は成長し、着たのは半口だけだったが…。

また、これまでにないにも興味をお持ちで読書もその一つ。高校生になつて東京で大学生生活を送つていた時、暇だから読書ばかりしていたとか。中嶋さんは、本を選ぶ基準も独特だ。名著と言われてつる本の中でも題名からこその、中嶋さんはいつかつらうのを選んで読んでいたなど、ピカアな中嶋さんは、HPカード。

今も絶対お勧めの本がある。20世紀のアメリカ人作家ベスト100の人「選ばれし作家アイン・ランダの「水源」が、読むとやから讀んでいただきたかった。いつか車の運転手として、勉強になりました。樂しい

中嶋さんは、運転から車の運転が心地よい感じ、工のボランティアをはじめてHPカードに向つた。

ある日、NEXUSのソラカラの男性の隣がいるのかの話が流れ、車バス生活をついた中嶋さんは、母親が毎日通勤して、車バスで通勤してこらからだ。しかし、自分は自分でやることをやればいい、でもほんことは他人の力を借りてもいいんだといつ考へて確信を持った彼は、高校生になると同時に自立したり、一人でアパート暮らしをした。その生活を分析した結果、食事は4日間で400円、アパート代は18日間入らなくていい。も平氣。また、彼が外出した時に他人の力を借りなくてはいけないトイレでは、一人でいる人に頼むと70%の人が手伝つてくれぬ。一方グループにいる人に頼むと90%の人から手を貸さないだつたのだ。グループにいる人は、他人にかりじてことしのを原せようとするから協力してくれる人が多くなることわかる分析。こつやつて彼は自分の生活・行動範囲を広げていった。彼は、東大の医学部の助教授、小児科医として活躍中。中嶋さんは、工の利用者やいたしまして、活動をつづけていた。でもなにしは人に頼んでここじやなにかー、ここに思つて、工のボランティア活動をしてつづけた。

最後に、中嶋さんは、読書の題やんへ向かたメッセージを回つた。

「ひどな問題でも、勉強するのだけれど、哲學を必修しかねで徹底的しゃべりや」

かつてこち中嶋さんは、勉強になつました。樂しい

インタビューをあつたといつぱりいました。（恒藤）

ボランティアセンターからのお知らせ！

①登下校付添いボランティア合同説明会 参加者募集！

障がいがあり、登下校に付添いを必要とする児童・生徒の保護者に代わって、登下校に付添うボランティアを募集しています。ボランティアに興味がある方、ボランティアを頼みたい保護者、学校関係者等、詳しく知りたい方向けの説明会です。お気軽にご参加ください！

※ボランティアは月1回から参加可。事前に障がい児の接し方の説明やお試しあり。

日 時：2月14日（土）午後2時～4時

場 所：相模原市民会館2階 第2大会議室

申 込：2月12日（木）までに右の二次元コード

または電話 042（786）6181 にて



申込フォーム



②障がい者施設でのお手伝いボランティア募集！

知的や身体に障がい者がある方が通所するB型事業所で、作業を行う利用者さんの見守り、お話し相手、利用者さんと一緒に昼食の準備等をしてくださる方を募集しています。

和気あいあいとした雰囲気の事業所です！

日 時：月～金曜日 午前11時10分～午後2時50分の間で都合の良い時間

（正午～1時は一緒に昼食を取っていただきます）

場 所：中央区相模原4丁目



※ 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…
乾かすの大変…



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。

<12月の寄付者>

3名の方からご寄付をいただきました。

<12月の寄付金>

総額20,000円でした。



山口尚美画

なお

今年は何か咲くか今からとて
いた。
の薄紫の間から100本近く咲
色のチューリップがネモフィラ
溝のひよこ保育園が花だんを作
てくれた。自然を感じるのは近く
の横山公園。野球場の近くに上
い。今年は何が咲くか今からとて

編集後記

「ヒアリングループマーク」
です。ヒアリングループが設置
されている施設等に掲示されて
います。
補聴器や人工内耳に内蔵され
ているTコイルを使って、マイ
クを通した音声を直接補聴器や
人工内耳へ伝えることができます
で、発音者の声や音楽をクリア
に聞くことができます。



このマークは？