



八王子センター元気
TEL & FAX
042-627-9179
八王子市大横町11-35

八王子センター元気

二十二年運営体制決まる

平成二十二年三月十七日(水)開催の八王子センター
元気定例会で、規約改正、業務分担表の一部改正、お
よび役員人事が一部を除き決定され、二十二年運営
の基幹が決められました。

一、規約改正

会計期間は四月一日から
翌年三月三十一日迄であ
ることを明文化しました。

監事は役員会の構成員で
はないことを明確にしま
した。

二、業務分担表の一部改正
「講師・指導者の開拓」
と「利用者の開拓」とを
分離しました。

傾聴ボランティア養成講
座の実施を、「主催事業」
から「講師・指導者の開
拓と育成」に移管すると
ともに、傾聴に関する業

務を一括担務すること
としました。

三、役員人事

次のとおり決定しました。

- 代表 狩野 雄一郎
副代表 伊藤 涼子
柴田 忠寛
伊藤 玲子
西岡 博子
大沢 清志
小野 泉
業務担当 清水 正健
鹿又 ワカ
亀山良三
監事 富永 哲夫
渡辺 洵

四、業務分担と責任者

- 会計 伊藤 玲子
事務局 大沢 清志
小野 泉
講師・指導者の
開拓と育成 鹿又 ワカ
利用者の開拓 清水 正健
主催事業 伊藤 涼子
研修・教育 亀山 良三
広報 柴田 忠寛
監事 富永 哲夫
渡辺 洵

(二十一年度実績)

二十一年度活動実績値は
下表のようになりました。
主要な点は次の通りです。
コーディネーターが百名
を超えました。
設立以来の成約件数が四
百九十九件となり、五百
件直前となりました。
コーディネーターの活動
状況調査がまとまりまし
た(調査率60%)。

Table with 2 columns: Activity/Category and Count. Includes rows for '運営日' (144 days), 'コーディネーター数' (76 initial, 103 final), '登録講師数' (277 initial, 288 final), '新規成約件数' (122 this year, 499 total), and '活動状況' (19 welfare, 2 other, 122 total).

講師紹介シリーズ 第十回

福祉レクリエーション・ワーカー

村野 典子さん

センター元気で仲間作り

村野典子さんは、福祉レクリエーション・ワーカーとして活躍される一方、センター元気のコーディネーターにも登録し、地域、年代を超越して活動されています。

私の一日、一週間がまたたく間に過ぎていきます。

高齢者施設に入所した、かつての仲間の話し相手や、外出の介添えの依頼、コミュニティ・サポーターとして、独居高齢者宅の訪問などです。

それらの活動の中で得た福祉レクリエーション・ワーカー資格を「センター元氣」に講師登録させていただきました。

福祉レク・ワーカーとして、デイケア・センターでは、オカリナ・ボランティアさんとともに、健康ケア体操を通所者に勧めて楽し



オカリナ演奏も



さあ、元氣よく

上げました。包括支援センターのご協力を得て、ご近所の方々三十名が参加され、毎月一回の親しい集まりが続いています。

そもそもこの世界へ入ったときっかけは、仁和会病院でのボランティア活動でした。三十余年前のボランティア活動は、「物好きかお金持ちがやるもの」と誤解されがちの時代でした。ましてや、老いた義父母を看ながらですから、当たり前か

談に訪ねたきっかけから、八王子市高齢者福祉課にパート勤めの経験もできて、さらに福祉の世界に近寄り行つたのです。

いつの間にか「古来稀な誘いに応じて、故郷山梨の小・中・高のクラス会には、幼馴染の顔見たさに、いそいそと出かけます。体育系の子供時代そのままに、三十八歳から始めたボランティア活動、それを基礎に

した福祉レク・ワーカーとして、仲間作りが続いています。

年齢を重ねても活動できる喜び、施設の方にも入所者にも感謝。いずれ立場が逆転し、入所者の側にまわっても、いつも周囲に「ありがとう」と、敬意をこめて言えるようになりたいと思っています。(村野典子)

ナンバープレース答え

9	6	3	2	7	1	4	5	8
7	1	5	4	8	6	2	9	3
2	8	4	5	9	3	6	7	1
3	2	1	8	5	7	9	6	4
8	7	9	6	2	4	3	1	5
5	4	6	1	3	9	8	2	7
1	5	8	3	6	2	7	4	9
4	9	2	7	1	8	5	3	6
6	3	7	9	4	5	1	8	2

2	5	7	8	9	4	3	1	6
9	6	8	1	2	3	4	5	7
4	3	1	5	6	7	8	2	9
7	8	2	3	5	6	9	4	1
5	9	4	7	1	2	6	8	3
3	1	6	4	8	9	2	7	5
8	2	3	9	7	1	5	6	4
1	4	5	6	3	8	7	9	2
6	7	9	2	4	5	1	3	8

# オトパに参加、PRに努

平成二十二年二月二十七日(土)、八王子市民活動協議会主催の第九回「お父さんお帰りにさいパーティー」(オトパ)に参加しました。今年は新しい企画が数多く盛り込まれました。

- 一・企画運営のための実行委員会が組織されました。
- 二・紹介団体数が絞られませんでした。
- 三・初めて参加する人はリボンを着けてくれました。これで、誰に説明すればよいのかわかりやすくなりました。
- 四・初めて参加する人は数人ずつのグループに分かれ、実行委員の方が案内してくれました
- 五・パーティでも実行委員の方がうまくリードし、和やかな雰囲気を出していました。

以上、気がついたところを書きましたが、初めて参



パーティも和やかに



PRに努める

加する人も満足できたと思いますし、紹介団体のほうも十分説明ができたと思います。もちろん、センター元気もきちんと紹介させていただきました。(柴田)

二十一年度は、三十六名という多くの新会員を迎えましたが、そこから四名の方に、その志、心意気を語っていただきました。

(岩城 邦子さん)

この度「元気塾」で、講師の方々と諸先輩のお話を伺う機会を得ましたことは、私にとりまして一歩前進できた喜びと共に、同じ講義を受けた新しい友人とボランティア活動ができることを嬉しく思います。センター元気でも先輩の教えを身に沁みて感じながら、まだまだ学ぶことがたくさんあることを知りまして、今は一つのボランティアをさせていただいています。受け入れる人が不愉快にならないように自分自身を置き換えて見て頑張っています。自信がつけば、もっと活動の場を広げていきたいと思っています。これからもご指導いただければと思います。よろしくお願ひします。

(江坂 千恵子さん)

一年前まで、現在の自分を想像することは、とても出来ませんでした。

昨年一月、主人が四年間の闘病生活の末、他界致しました。いろいろ雑用に追われ、少し落ち着いたとき、広報で基礎講座のことを知り、分らないまま、時間をつぶせるならと応募致しました。たまたま同じ講座に折り紙をなさる方がおられまして、手取り足取りで教えてい

いただきました。それ以後、講座

一時間前に出てきて教えていただくようになりました。楽しくて毎日教えていただいた折り紙を折り、次の講座で皆さんにお持ち帰りいただくようになりました。講座のお手伝いをなさる先輩方の体験話にとっても眩しいものを感じ、これなら自分にも人様のお手伝いができるかな？と思えるようになりました。今とても楽しい日々を過ごさせていただいています。利用者様にお会いして、今日はこれを折らせていただきますと申し上げますと、難しい、とても折れないと皆様おっしゃいますが、完成されたご自分の作品を手に、とても楽しそうにいい笑顔で、孫に見せると大事そうになさっておられるのを見せていただき、センター元気に所属させていただいて本当に良かったと思っ

(高橋 昭さん)

米の一年生をどうぞよろしく。

最近の報道によれば、昨年の九月末で、日本の高齢者人口が22%を超えたとのこと。高齢者が話題になる時は常にその背景に「高齢者」世の中の厄介者、社会のぶら下がり」という負のイメージをもって語られる

ように感じるの、小生のひがみ根性でしょうか。こういう時だからこそ、閉塞感に苛まれて

いる社会の状況を打破し、新しい時代の幕を開けられるのは我々高齢者であるという気概を持って、我々一人ひとりがそれぞれにできる形で積極的に社会に貢献する姿を示すことで、「高齢者」社会の木鐸、先達」という正のイメージに変えてゆくことが求められているのではないのでしょうか。その流れをこの八王子から作っていく努力をしていこうではありませんか。

(北原 勲さん)

『ボランティア』とは、自ら進んで行う人・志願者・志願兵・義勇兵等、英語では重い言葉のようだ。軽く労働奉仕的に捉えていたが、襟を正さねばならない雰囲気を持つ言葉であった。強制的な徴兵制から、自由意思で志願兵となる、こんなところから『VOLUNTEER』は出てきたようだ。『老兵は死せず、ただ消え去るのみ』はマッカーサー元帥の有名な言葉であるが、我々は高齢者となつてなおボランティアに向かう心意気がある。明るく楽しく、手を携えてボランティアを楽しもう。

ナンバープレース 2問

制作 鈴木 郁子

	6	2					
		5		6	2		
			9	3			1
3			8			6	
			2				
	4			9			7
1			3	6			
		2	7			5	
				5		8	

2							1
		8			3		7
4	1					8	2
7				5		9	1
5	4	7	1	2	6		3
	6		8				5
8	3					5	4
1			6			7	9
	7						

「げんき」について、皆様のお声をお聞かせ下さい。  
 送り先 〒192-0062 八王子市大横町11-35  
 八王子センター元気 広報担当  
 文字数 300字以内  
 連絡先 必ずお名前と連絡方法をご記入下さい。

<ナンバープレースの遊び方>  
 タテの列、ヨコの列、太線で囲んだ  
 ブロックのいずれにも、1から9の  
 数字をひとつずつ入れて、空いて  
 いるマスを埋めてください。

**端午の節句とは？**  
 起源は古代中国に遡ります。物忌みの月(五月)には、厄払いの行事として行われていました。日本では、奈良・平安時代から続く古い行事です。端午とは、もとは月の端(はじめ)の午(うま)の日という意味で、午(こ)と五(ご)の音が同じなので毎月五日を指すようになり、やがて五月五日のことになったとも伝えられます。

当時日本では、季節の変わり目である端午の日、病気や災厄を避けるための行事が行われていました。古く中国では、この日に薬草摘みをしたり、蘭を入れた湯を浴びたり、菖蒲を浸した酒を飲んだりという習慣があったことから、日本の宮廷でも様々な行事が催されました。

武家時代は武士の間では尚武(しょうぶ)武を尊ぶ)の気風が強く、「勝負」と尚武をかけて、端午の節句を尚武の節目として盛んに祝うようになり、やがて江戸

時代に、將軍家に男の子が生まれると、門前に馬印や幟を立てて祝いしました。時代の変遷の中で、薬草を摘んで邪気を払うという端午の行事が、男の子の誕生の祝いへと変わっていったのです。

この風習は武士から一般の人々に広がり、紙製の兜や人形、幟、鯉のぼりが飾られるようになり、男の子の節句になりました。

現在でも飾りは地方さまざまです。食べ物としては、柏餅やちまきを思い出します。

(田代 巨夫)

**編集員のつぶ**

**蛸の光**  
 「編集員の記」として小欄で記事にしておりますが、ふと気になりますのは、この「げんき」を読まれる方はどんなふう感じて読まれているのかなあ、と考えることがあります。「センター」にふとした縁でお世話になり、ここを人生第二、第三の予備校と位置づけ、

仲間の皆さんに助けられ、微力ながら活動させていただいてありますが、早いもので、蛸の光の歌詞ではありませんが、「いつか年も暮らつ...」五年になりました。いつかは訪れるさよならの日までには何かの声を聞くことができればと期待しつつ頑張っております。

(佐藤 照雄)

**オタクのすすめ**  
 ひとつのことを何十年も好きでいられる人のことを「オタク」といいます。好きなことは徹底的に調べ尽くし、失敗が続いても、壁を乗り越え問題を解決していく粘り強さを持っています。独創的なものを生み出すのは、口八丁手八丁の人ではなく、オタク的な人なのです。一般的に言うところのオタク的な人は多かれ少なかれ変わり者ですが、社会を前に進めるのは、こういう人たちです。目先の効率では測れない人たちです。福祉の世界こそこういう人たちが求められているのではないのでしょうか。

(柴田 忠寛)