



発行：八王子センター元気  
 (八王子市高齢者活動コーディネートセンター)

代表：刃刀 正芳

〒192-0062 八王子市大横町 11-35  
 大横保健福祉センター 3F  
 TEL/FAX：042-627-9179  
<http://cg9179.world.coocan.jp>



**謹んで新春のお慶びを申し上げます**  
**広報誌<げんき>は発行 100号 に達しました！**

明けましておめでとうございます。  
 新年を迎え皆様にとって健康で幸多き一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。



代表 刃刀 正芳

八王子センター元気の広報「げんき」は、2003 年（平成 15 年）に創刊号を発行し、今回 100 号に達する事が出来ました。それも日頃ご指導ご支援を頂いています八王子市いきいき課様を始めとし市内諸団体、及び登録

ボランティアの皆様に加え、日々ご利用頂いています諸施設の皆様のおかげと感謝致します。

センター元気は、昨年 11 月に初めて開催した「ふれあい作品展 in 南大沢」は南大沢地区を主に、10 施設のご参加を頂き、施設ご利用の方及び近隣の地域の方々を含め、三日間で総数 440 名の来場が有りました。

特に森口成男さんの似顔絵コーナーは、市長様を始め 61 名の人数を数え、手にした方々は皆ニコニコ顔で展示品等見物しながらご満足のご様子でした。

また中央大学ドキュメンタリー制作グループとの接点もあり、グループで作成したビデオでは、当団体のボランティア活動の一端が紹介

されました。そして市いきいき課指導のもとセンター元気主催講座は健康ポイント(てくポ)の付与対象として認定されました。

市からの委託事業である「シニア元気塾ボランティア入門講座」は、本年より「シニア元気塾仲間づくりと楽しいボランティア活動」に改称予定です。

「シニア元気塾コーディネーター養成講座」「楽しく身につくボランティア養成講座」「傾聴ボランティア養成講座」も計画通り実施する事が出来ました。そして自主事業の「拓け！センター元気」「傾聴ボランティア懇談会」及び、ご利用施設様や登録頂いている技能ボランティア及びコーディネーターの三者による「三者懇談会」の開催、また純心大学看護学部での講座やマリア祭への参加、他地域密着型の加住介護フェア、大横センター祭りへ協力参加致しました。一月からはシニア元気塾コーディネーター養成講座が始まります。

今年の干支は巳(蛇)年です。

<脱皮して大蛇となる><蛇の道は蛇><臥竜蛇の勢い>等のことわざや故事がありますが、センター元気は今年一年「再生と変化」を念頭に活動してまいりますので、皆様のご支援ご協力をお願い申し上げます、新年のご挨拶とさせていただきます。

**巳年コーディネーターの今年の抱負！**



八王子センター元気は、八王子市から委託を受けて高齢者の社会参加を支援するボランティア団体です。  
 「げんき」は八王子センター元気が発行しています。 発行日：奇数月 15 日 年 6 回発行



## 「ふれあい作品展 in 南大沢」を終えて

令和6年11月6日(水)から8日(金)まで南大沢文化会館展示・多目的室に於いて「ふれあい作品展 in 南大沢」を開催致しました。今回例年開催のいちようホールから離れて南大沢地区にての作品展開催となり、初めての試みとなりました。参加いただいた高齢者福祉施設は10施設にも及び、3日間で440名を超える入場者を数えました。会場には初宿市長にも忙しい公務の中ご来場いただき時間をかけて各展示ブース

を見学、似顔絵も体験していただきました。

出展いただいた施設からのアンケートからは「素晴らしかった」「来年も是非開催してほしい」などの声を多数いただきました。

参加施設の皆様、協賛いただいた八王子市社会福祉協議会の皆様及び関係者の皆様のご協力に心より感謝申し上げます。ありがとうございます。

横山 普平 記

### ～ 参加施設様から感想をお聞きしました ～

#### 絹の道デイサービスセンター

主任 井本 正樹 様

今回初めてふれあい作品展に出展させて頂きました。施設内でしか展示する事のなかった作品がより多くの方に見て頂け、作成に携わったご利用者や職員にとって素晴らしい機会となりました。作品展に行かれた方から「良い思い出になった」「素敵な作品が沢山見れた」等のコメントも頂け、今後の参考にさせていただきます。



#### くらら南大沢

介護スタッフ 吉田 美佐子 様

日頃の成果を多くの方々に観ていただき、また他施設様の素晴らしい作品を観覧でき、充実した3日間でした。入居者様は「いろいろ作りたくなっちゃったわ」「こんな素敵な所へ連れてきてくれてありがとう」と笑顔で仰っておりました。南大沢地区での開催に向けて、八王子センター元気の皆様の並々ならぬご尽力に感謝いたします。



#### デイサービススマイル

スタッフ一同

初めて参加させていただき、利用者様と一緒に作品を作り上げていく貴重な時間を共に出来た事に感謝です。スタッフの皆様が元気に挨拶や声掛けをしてくださり、とても気持ちよく展示作業や片付けが出来ました。楽しい時間を過ごせ本当に幸せでした。



#### 南大沢ホロス由木

主任 菅野 真理子 様

利用者様には作品を三カ月ほど前から準備していただきました。見学された方たちからは、日頃自分たちが作っている作品と他施設の作品を比べて、「もっと作品を作って飾りたいね」と作品作りに対し意欲的になった方もいました。良い機会を与えてくださりありがとうございました。



#### 福寿園みなみ野

療養部長 中村 京子 様

施設があるみなみ野から南大沢までは、気軽に見学に行ける距離ではなかったので、利用者の参加は出来ませんでした。そこで、自分たちが作った作品が、どの様に展示されているのかを知ってもらう為に、自分たちのブースをデジカメで撮影し、施設に展示しました。施設担当者として、他施設の取り込みを間近で見ることが出来、次回開催時の参考になりました。センター元気の皆様、ご協力ありがとうございました。



#### ハッピーデイズ堀之内

事務職 野村 明子 様

当所から展示会に初めて参加させていただきました。搬入時からとても親切に皆さんに手伝っていただきとても助かり感謝いたします。他所の作品も多数観ることも出来て、とても刺激になりました。制作者ご本人も「素晴らしかったわ」と喜んで頂き刺激・励み・楽しみに感謝いたします！出来れば土日や開催期間の延長をお願いします。



### デイサービスゆぎの里

管理者 沼田 純平 様

この度は‘ふれあい作品展 in 南大沢’を開催されましたこと誠にありがとうございます。その参加者としてお声をかけていただき誠にありがとうございました。作品発表の場を提供いただけたことを改めてお礼申し上げます。当デイサービスでは毎月製作している壁面飾りや習字、絵手紙などを展示させて頂きました。展示会のお話を利用者様に説明した時の、皆様の恥ずかしながらもふつふつとやる気がこみ上げてくるお顔、展示会を見学しても興味深くご覧になっているお顔を拝見し、私自身とても良い体験になりました。利用者様からも「楽しかった!」とお声を頂きました。是非この貴重な展示会を来年以降も開催して頂きたいです。よろしければ当デイサービスにもまた参加のお話を頂ければ幸いです。



### バストライフ京王堀之内

施設長 富井 梨奈 様

今回は初めての参加をさせて頂きました。参加を決めてから、お客様と職員で協力を行い、アイデアを出し合いながら作品作りを開始しました。その中では、お客様同士の信頼関係も密になり、何よりも皆様で何かを成し遂げるという目標に向かってできたことは意欲の向上となりました。当日は見に行くことが出来ない方がほとんどでしたが、動画や写真をお見せすると、とても喜んでおられました。この様な機会を頂きましたことに感謝申し上げます。



初宿市長と似顔絵



### ニチイケアセンター由木

デイサービス管理者 白石 裕子 様

八王子センター元気が主催する「ふれあい作品展 in 南大沢」に参加をいたしました。今年は、南大沢で開催することを伺い、近隣でしたので参加することになりました。ニチイケアセンター由木では作品展の参加は初の試みとなり、利用者・スタッフ一同、試行錯誤しながら作品制作に携わりました。当日のブース設置については「センター元気」の皆様の協力によりスムーズにブースが出来上がり、とてもりっぱな展示ブースになりました。開催日に作品展鑑賞に利用者様をお連れしました。利用者様方は思い思いの作品の出来栄えに感動していました。今後も近隣で開催される場合は参加したいと思います。来年に向けて作品を考えております。



### デイサービスやまびこ

神澤 京子 様

この度はふれあい展示会へ出展させて頂きありがとうございました。展示会へ向けて、貼り紙や福祉アートのボランティアさんにご協力いただき、作品作りの時間を設けました。ボランティアさんに助けていただき、とても素晴らしい作品をご利用様に作っていただけました。作品を作られている時間、ご利用様はいきいきとした表情をされていました。次回も楽しんで作品を作り、出展させて頂きたいと思います。



展示会場





# センター元気への思いをコーディネーターに聞きました！

一期一会を大切に喜びを頂いている場

名前の通り元気の出る集いに一日でも長く元気で活動出来ればうれしいです

第二の人生新しい人との出会いに感謝

仲間がいるので長く活動しております今は折り紙をして施設の皆様に喜ばれる事で元気をもらっています

生き甲斐の一つ

暇つぶし天候見ながらセンター元気活動

いつも皆様ごくろう様です

皆楽しく仲良く元気よく活動が心のよりどころ

認知症防止と仲間の絆

参加のチャンスをお礼

センター元気が生まれて20年共に年を取りました。高齢者の居場所として設立されましたがなかなか事務所にいけなくなりました、でもセンター元気が続く限り応援しています。

八王子センター元気で皆様に出会えたことが最高の人生の締めくくり

センター元気に出席して今日も良い日

センター元気有難うお陰さまで元気です！

引きこもりたくないね、行き先がある、センター元気ありがとう

活動を通して多くの先輩方に接し大変勉強になっています

出会いと仲間づくりの場ボランティア活動で健康維持と活力の源となっている

職場にない自由な環境で仲間ができて楽しい！！互いに支えあう気持ちがうれしい

楽しく元気に過ごしていますこれからもよろしく

私の生きがいの場ですこれからもよろしく！

こんな私でも役に立てそう！

久しぶりに皆様に会えてうれしいです

ひきこもり老人を表社会に！

明日も元気

センター元気で友達が出来て楽しいです 悪友、良友

社会の一員として元気に希望(目標)をもって生きる仲間の輪に入れてもらいありがとう！

初めての参加チャンス有難う楽しかった頑張る勇気がわいてきた

このままで良いです

個性的な人々に囲まれて日々楽しく過ごせる場です！

センター元気は名前のごとく元気の出るところ先々よろしくね

マジックを10年

センター元気に電話当番に行ったこと事務所でいろいろお会いしお話し出来たこと思い出の一日でした

人のために役立っている！存在する意味がある！

入会した時よりだいぶ充実した大人になりうれしい身体が動くうちは通い続けます

人生最後の楽しみセンター元気で皆様と会える事





# 「げんき」100号発行によせて！！

「げんき」編集に携わった3名の方から投稿いただきました

## ・・センター元気広報の始まりは、2坪の倉庫から！！・・

広報「げんき」が2025年1月15日の発刊で100号を迎えることを真に悦ばしくもろ手を挙げて100号に寄せる記事の依頼を承諾しました。私は平成20年に68歳で仕事をリタイアして、八王子市が主催するシニア元気塾の基礎、実践講座を修了し八王子センター元気のコーディネーターボランティアに登録をしました。活動を始めた平成21年頃の事務所は、今の大横保健福祉センターの駐車場にあった市の結婚式場の入り口の待合カウンターと隣の2坪ほどの倉庫のような薄暗い部屋を市が提供してくれました。広報、シニア元気塾の基礎、実践講座、事務局会議等々活動のほぼ全てに首を突っ込みました。八王子センター元気に今必要なことは、若いリーダーを育成すること、特に女性のリーダーはジェンダーの面からも高齢者にとって重要です。「げんき」100号に寄せて、元気がますます元気になるよう祈念いたします。

北原 勲 記



「げんき」編集メンバー

## ・・「げんき」創刊号に立ち会う！！・・

私は、2003年8月にセンター元気コーディネーターの仲間に入れて頂きました。大岡代表から活動内容などの説明を受けたとき「げんき」創刊号の原稿を見せて頂いたことを今も思い出します。

その時の話では前年9月に業務を受託、ボランティア登録の依頼や分野別の名簿作成、介護施設などへの利用の働きかけをする中で広報紙の発行が急務であるとしてこの年の7月に代表を含む担当者の会議でパソコンや市の印刷機を使い、「市民に見える形でセンター元気の活動を紹介するため」手作りの広報紙発行を計画、名称は、「げんき」体裁はA4版縦書きで年間2～3回発行と決定、翌月の編集会議で「ボランティア活動の紹介」「利用申し込み手順」「分野別のボランティア」「センター元気設立の背景」に決定そして9月に創刊号として発行、市役所や市の施設などの窓口に配置、その他施設訪問時に説明材料として活用も始まった。この後、計画通り年2～3回活動結果の紹介を中心とした内容で発行していたが、2011年には予算も増額となり、年6回隔月発行となりました。今後も編集担当の一員として活動出来たらと考えています。

松尾 禎夫 記



「げんき」の編集会議

## ・・「げんき」のカラー化に尽力！！・・

八王子センター元気に入ってまもなく先輩から“広報担当、どう？”と声をかけられ、広報として活動が始まりました。その頃の広報紙はモノクロ印刷、紙面構成や表紙タイトルが今ひとつ、と見栄え不足を感じ、また記事がセンター元気関係者(ボランティア・高齢者施設・コーディネーター)向けに偏っていたので一般市民の人にも見ていただけるものと、取り組みました。初めにカラー化から始まり、写真を多用して見たくなる紙面構成、一般市民を意識した文言の取り入れを行いました。そして市高齢者いきいき課に相談し市内公共施設への定期配布を実現させました。またセンター元気主催のイベント(拓け！センター元気、むかし若ものふれあい作品展)は自身の趣味を活かして動画撮影編集・YouTube 配信、これらをホームページからの視聴を可能としました。現在の課題はスマホでのホームページ閲覧に不便があり、これを外部の力を借りながら出来るだけ早く改善し、市民を含むより多くの関係者に利用されるものにしたいと思います。

鈴木 久夫 記

八王子センター元気では 折り紙・ちぎり絵・絵手紙・簡単手芸・マジック・将棋・囲碁・歌唱・演奏・舞踊・演芸・書道・健康体操などのボランティアを募集しております。

電話・FAX：042-627-9179

