

# げんき

八王子センター元気広報



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：切刀 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/>



## 八王子センター元気は「人と人」「人と情報」 「人と資源」を大切に活動してまいります!!

代表 切刀 正芳

令和7年になり早くも仲春の候となり、色とりどりの花が咲き心華やぐ季節となりました。

八王子センター元気広報誌「げんき」は、本年1月には創刊から100号に達し、八王子市内全域に発行されている「タウンニュース社」の紙面に「節目の100号」と題した記事で紹介されました。

2月にはシニア元気塾コーディネーター養成講座が終了し、17名の方にコーディネーター登録をいただき、22期生としてセンター元気仲間の一員として既に活動しております。

また3月には楽しく身につくボランティア養成講座45名の方々に、修了証書を授与致しました。これらの講座からコーディネーターとして登録した方々及び、楽しく身につくボランティア養成講座の修了生の皆さまの活動が今後大いに期待されます。

今年度の活動につきましては、定例会にて承認された事業を基に進めてまいります。一部部門名及び講座名の変更を行いました。部門名の変更は養成講座及び傾聴・技能ボランティア活動支援を「傾聴部門」と「技能部門」に改称しました。

講座名の変更は従来シニア元気塾ボランティア入門講座でしたが、「仲間づくりと楽しいボランティア活動」に変更いたしました。

部門名の変更は傾聴と技能部門の登録ボランティアの方々にコーディネーターの活動が行いやすくなることへの期待と、ボランティア入門

講座は硬い募集表現から易しい表現にして応募しやすさに期待し、名称変更致しました。

今年度の市からの受託業務である各種講座や研修等は前年通りですが、センター元気の自主事業のうち「むかし若者ふれあい作品展」は、改装されたいちよう



ホールにて10月に開催を予定しております。また前年初めて開催した「ふれあい作品展 in 南大沢」も好評につき本年11月に南大沢文化会館にて開催を予定しております。二か所でのふれあい作品展はいずれも社会福祉協議会の協賛をいただき開催致します。

近年少子高齢化に呼応するように社会では就労年齢が伸びております。ボランティア団体であるセンター元気の活動をさらに持続可能なものに発展させる為には、市及び諸団体、福祉施設、登録ボランティアの方々との連携を深めながらセンター元気のコーディネート業務をいままで以上に充実させてまいります。

最後になりますが高齢者団体であるセンター元気の活動の中心にあるもの、それは「人と人」「人と情報」「人と資源」の結びつきです。それを継続していくことが大切と考えますので、今後も皆様のご支援ご協力をお願い申し上げます、ご挨拶とさせていただきます。

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



# 令和7年度 新体制で活動を開始しました

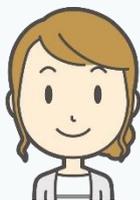
## 八王子センター元気 令和7年度 担当役員

- 〔代表〕 切刀 正芳
- 〔副代表〕 伊藤 純二 竹内 豊子 磯 貞男  
瀧見 浩之 若月 レイ子
- 〔会計〕 土井 和恵 松田 聡子 池田 美絵
- 〔事務局〕 佐藤 静子 谷川 幹郎 竹内 豊子
- 〔ふれあい開拓〕 若宮 正璋 鴨居 光男 磯 貞男
- 〔研修〕 鈴木 久夫 石黒 康弘 鈴木 美代  
安田 宗作 磯 貞男
- 〔傾聴〕 遠藤 宏子 藤田 幸江 若月 レイ子
- 〔技能〕 服部 園子 高橋 律子 爲永 行雄  
若月 レイ子
- 〔広報〕 伊藤 純二 小野 泉 鈴木 郁子  
竹内 豊子
- 〔むかし若ものふれあい作品展〕  
大山 竹彦 青木 弘文 馬場 玲子  
山本 千鶴子 瀧見 浩之

- 〔拓け！センター元気〕  
須藤 誠 橋本 正子 澁谷 司郎 瀧見 浩之
- 〔ふれあい作品展 in 南大沢〕  
横山 普平 岡本 悦江 猪又 陽子 磯 貞男
- 〔監事〕 渡辺 洵 松尾 禎夫
- 〔相談役〕 鹿又 ワカ 狩野 雄一郎 伊藤 涼子  
鈴木 久夫 横山 普平



## 新役員から抱負を伺いました



コロナ禍に「傾聴ボランティア養成講座」(19期)を受けたことが、センター元気との出会いでした。その後「コーディネーター養成講座」(21期)に声をかけられ、修了後はいくつかの部門でお世話役を務めました。右往左往するばかりでしたが、先輩方のアドバイスや同期の仲間からの励ましをいただいて、どうにか一年が過ぎました。学ぶことの多い毎日です。不慣れな私ですが、社会参加できることに喜びを感じ、楽しくボランティアができればと願っています。

会計担当 池田 美絵 記

昨年コーディネーターとしてデビューし、養成講座部門でのお世話役や事務所の当番など初めての事ばかりで、何も分からずオロオロした1年間でした。今役員になってちゃんと務まるか不安でいっぱいな私です。でも少しでも役に立つように周りの方々に教を乞い先輩方を見習い一生懸命に頑張りたいと思っています。コーディネーター2年目の経験の浅い私は、失敗もあると思います。でも同じ過ちをしないよう心しておきますので皆さん応援をよろしくお願いいたします。



傾聴担当 藤田 幸江 記



センター元気との出会いは、「19期傾聴ボランティア養成講座」を受講した時からです。話下手なのですが人の話を聴くことならできるかもしれないと思ったからです。他者との関わりの基本である傾聴を学べたことは大切な体験となりました。その後「21期コーディネーター養成講座」を受講し、ボランティアとは、コーディネーターとは、など基本を教えてくださいコーディネーター登録を少しずつ活動を始めています。今回技能部門の役員を戸惑いながらもお引き受けしました。未熟ですが1年間努力していきます。調和と穏やかな心を目指し活動していきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

技能担当 高橋 律子 記



# 「八王子センター元気」に入って・・・そして今思うこと

仕事をやめて、これからどのように生きていかを考えた時、ボランティアをして、少しでも世の中の役にたちたいと思いました。知り合いから傾聴の事を聞いていたので私もと思った時、広報に傾聴ボランティア養成講座募集がありました。コロナが大変な時期で実習も出来なかったの



で、はじめて施設に行かせてもらった時は、本当にドキドでした。何もわからなかった私ですが、先輩方の優しい助言と同期の方の言葉に力をもらいました。今年は手術をしたので、ゆっくりした速度ですが、センター元気の一員として、皆さんと力をあわせて活動していきたいと思ひます。



福島 恵子 記

私は、主人の退職を機に八王子に住む事となり、友人もいない土地での生活が始まりました。そんな時広報でセンター元気の「ちぎり絵講座」を知り受講しました。施設での実習でちぎり絵をされる方々のお手伝いに関わり、作品ができ嬉しい笑顔を見つけた時に、人のお役にたてる喜びを感じました。その後「コーディネート講義」を受講し、そこで先輩の方々が長年築かれた信頼と実績で、今のセンター元気があるのだと思ひました。今は、皆様のはつらつとして元気なお姿に触れ私も微力ですが、この精神を引き継ぎ、人のお役にたてたら幸いだと思ひています。また、お陰で同期の方々と知り合え、同世代の方と交流できる事に感謝しています。



その後「コーディネート講義」を受講し、そこで先輩の方々が長年築かれた信頼と実績で、今のセンター元気があるのだと思ひました。今は、皆様のはつらつとして元気なお姿に触れ私も微力ですが、この精神を引き継ぎ、人のお役にたてたら幸いだと思ひています。また、お陰で同期の方々と知り合え、同世代の方と交流できる事に感謝しています。



三上 知子 記

人生の最終章を迎えている私ですがまだ体と足は大丈夫、これからどう生きていこうかと考えている時、センター元気の存在を知りました。私にも何かできるかしらと興味を持ちました。センター元気の活動は未知の世界ですが勇気を出して飛び込みました。先輩たち男性、女性が熱心に取り組まれている姿に感動しました。



縫い物の好きな私は簡単手芸に取り組みました。先輩たちは優しく親切で丁寧に教えてくださり、和やかに作品作りできます。ボランティア初日、不安いっぱいでしたが施設の方々の温かい迎えとお手伝いで、作品を完成。施設ご利用者様の嬉しそうな顔を見て私にもっこり、心温まる1日でした。今後も微々たる力ですがご利用者様とともに手芸を楽しんでいきたいと思ひます。



足立 久子 記

## 【お 知 ら せ】

定例会： 5月20日(火) 各日いずれも  
6月17日(火) AM10時~12時 子安市民センター  
7月15日(火)



# 地域デビューパーティー802に参加して

八王子市民活動協議会主催「第4回地域デビューパーティー802(通称“チデバ”)」が3月2日に八王子市学園都市センターで開催されました。八王子センター元気は実行委員会メンバーとして企画段階から携わり、当日は運営面及び記録撮影等で協力しました。イベントホールの展示ブースでは簡単手芸や書道等の作品を展示し、活動の一端をPR、参加者や一般の入場者から好評をいただきました。また、ステージでは八王子センター元気推薦のボランティア団体ラ・ラシークが楽器演奏を披露しました。



式典では初宿八王子市長のご挨拶をはじめ、当地のコーディネーターで活躍中の中野智行さんの「見つける！繋がる！～ココロのご近所さん」をテーマにした講演で満席の場内が笑い拍手で盛り上がりました。

チデバは地域の活動に参加してみたい、自分の経験や技能を役立てたいという市内で活躍する市民団体を紹介し、会員を募集している団体・個人とマッチングするイベントです。市内44団体が参加し、八王子センター元気は応援したい・興味を持った団体として当日のアンケートで多くの方からご支持をいただき最高の評価をいただきました。

イベント最後は八王子盆踊りでおなじみの「太陽おどり」で無事終了しました。



イベント最後は八王子盆踊りでおなじみの「太陽おどり」で無事終了しました。

若宮 正璋 記



## 報告 八王子センター元気 年度別 活動実績

	単位	令和6年度 (2024年度)	令和5年度 (2023年度)	令和4年度 (2022年度)	令和3年度 (2021年度)
事業所運営日数	日	243	243	243	242
事務所当番の参加者数	人	522	540	561	590
登録コーディネーターの人数 (年度末時点)	人	167	161	189	179
登録ボランティアの人数 (年度末時点)	人	481	493	477	459
新規コーディネート件数	件	601	714	317	174
コーディネーター及び ボランティアの活動件数(延べ)	件	8,712	8,114	7,088	5,339
ボランティアの活動施設数(延べ)	件	921	695	666	478

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・お手玉・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。 お問い合わせ 電話・FAX：042-627-9179

