

げんき

講師紹介シリーズ(第二回)

五 姫 会

仲間と一緒にボランティア

喜んでくれる顔が嬉しい

五姫会は、「南京玉すだれ、鳴子おどり」で講師登録されていますが、レパートリーは非常に広く、賑やかなもの、明るい催しという依頼の場合には、必ず照会をさせていただく団体です。そこで今回練習日にお訪ねし練習を拝見した後、インターヴューをさせていただきました。

一、はじめは五姫会(いつひめかい)の名前のいわれは、平成七年(一九九五年)十一月に、

当時、自治会のカークラブに所属していた五人の女性(姫)が始めたことにあります。命名主は、会員のご主人で、センター「元氣」

に講師として登録されているNさんです。最初は南京玉すだれを踊って楽しむ会でしたが、皆

方向へと進んでいきました。メンバーも十名に増え、年齢層も五十代、七十代と広

がりました。

二、今の活動は

現在の活動範囲は、児童館、地元を中心とする自治会や老人会、病院、お祭り等もありますが、やはり高齢者福祉施設が圧倒的に多く、全体の半分くらいになります。スポット的な依頼もありますが継続的な依頼も多く、シーズンになりまして、メンバーを揃えるの



練習風景



南京玉すだれ

が難しい場合もおきています。皆さんに喜んでいただくために練習は欠かせません。毎月二回、土曜日に、長房市民センターに集まり、午前中三時間、みっちり踊りこみます。誰かが覚えてきたものを伝達し、全員が踊れるようになるまでレベアルアップします。全員が同じことをできるのが、五姫会の強みです。

健康体操等々、数多くの曲を観ていただけるようになりました。最近、マジック(手品)やバルーンアートを勉強する人も出てきて、ますますレパートリーが広がります。今後期待できそうです。

活動範囲が広がるのは、出たがり屋、やりたがり屋が多く、本番に強いメンバーにとって、夢をふくらませるものになります。

衣装・小道具等の出費はありますが、できるだけ手造りで工夫をし、これがまた楽しみの一つとなっています。

三、これから

ボランティアをするには仲間が必要ということ、余暇の有効利用と老化防止も兼ねて始めた五姫会ですが、喜んで握手をしてくれる顔を見ると嬉しくて、家族の理解と支援を頼りにして、今後も続けて行きたいと思っています。

――(文責 T/S)

講師と利用者との

意見交換の場として

― 第三回講師懇談会開催 ―

平成十八年十一月二十日(月)と二十四日(金)の二日間、第三回講師懇談会が、センター「元気」の主催で行われました。今回の講師懇談会では、日頃利用していただいている利用者と講師に、それぞれの実情報告と意見交換の場を提供することをテーマといたしました。

センター「元気」は発足以来四年余が過ぎ、登録講師百三十名、コーディネーター五十五名となり、発足以来の成約件数累計も百三十件(継続案件を除く)と順調に成長してきました。

一、開催に向けて

十名の準備スタッフが集まり第一回の打合せを開いたのは、平成十八年七月四日でした。以来、九回にわたる打合せを行い、開催日、目的、内容、参加のお願い、アンケート、当日の役割分担、プログラム等を決めていきました。

今回は特に利用者の参加に重点を置き、介護老人福祉施設、介護老人保健施設を中心に、八王子市教育委員会、八王子市こども家庭部等を直接訪問し、センター「元気」のPRファイルをお渡しするとともに参加のお願いをいたしました。その結果、二十日、二十四日両日には、八王子市役所高齢者支援課の谷田主査をはじめとして、講師二十名、利用者十三団体、コーディネーター四十四名の参加をいただきました。



一、講師活動体験発表
講師活動体験発表では、音楽療法の福田義子講師から、長年にわたり、気管支の悪い方や公害認定患者など、三歳から九十歳位までの幅広い人々に、腹式呼吸のやりかたを歌って覚える音楽療法の話をうかがい、音楽療法の何たるかを知りました。また音楽療法を通じて、年輩者を敬うこと、言葉遣いに気をつけることが大事なポイントであるとの話は印象的でした。太極拳の江添俊講師には多くの施設で指導をいただいております。太極拳

は決して難しいものではなく下腹部の丹田に気を鎮める→大脳が休む→中枢神経が活発化するという循環が重要とのこと、焦らず、休まず、諦めずに続けることの重要性を話されました。

三、利用者の意見発表

利用者として、介護老人保健施設から、「ゆうむ」、「南大沢ホロス柚木」、ぐらんぱぐらんま、多摩特養老人ホーム、八王子市高齢者在宅サービスセンター長房、ファミリーイン堀の内デイサービス、ファミリーマイホームデイサービスセンター左入の参加をいただきましたとともに、八王子市老人クラブ連合会、包括地域支援センター左入、由井学童クラブ、光明第七保育園から参加していただきました。非常に多くの貴重なお話や御意見をいただきました。全部を載せるには紙面が足りませんが、主なものは、次の通りです。

「老人クラブの利用は少ないが、もっとPRが必要。」
「学童クラブとしては講師登録の内容が渋いものが多く適当なものが少ない。学童保育のボランティアには保育所に直接話しかけ協に連絡するのがよい。」
「学童保育は家庭と学校の間位置し、躰けの社会化の時代になってきている。」
「八王子は傾聴には出遅れた。しかし最近その重要性が認識され施設からの要請が増えてきている。施設には話をしたい人を紹介してもらいたい。話をしたくない人に無理に対応すると双方ともにストレスになる。」
「包括地域支援センターでは仕事介護予防に移っており、デイサービスに行く前に地域のニーズを拾い上げようとしているので、今後センター「元気」との連携も必要となる。」
「施設でボランティア活動する時には(次ページへ)

相手の状態をスタッフに確認する。個人情報への対応はひとりでもやらないで施設スタッフと一緒に。傾聴は本来、施設スタッフが対応すべきと考えるので、スタッフと一緒にやってみよう。認知症の人の扱いは難しい、過去の生活歴を知って対応すべき。など

この後の懇談の時間には、講師、利用者、コーディネーターの間で、日常の活動の中での問題点、気づいた点について意見交換がなされ、有意義なものとなりました。

四、終わりに

今回の講師懇談会を振り返ってみますと、二時間余という時間の制約があり参加者全員に発言していただきませんでした。以前よりは中身の濃いものとなりました。

会議の後に行いましたアンケート調査では全員よかったとの回答を寄せていただきました。大多数の方が

ら講師懇談会の継続開催を希望されております。これも講師、利用者、コーディネーターの皆様の協力、ご支援のお陰であることを感謝するとともに、今後ますます講師の方々の活動の場を広げるために、もっと多様な利用者開拓に努めたいと考えております。

また講師懇談会を継続することの重要性をあらためて認識し、次回の構想を練ってまいります。(M/O)

利用者事前アンケート結果

(回答数 10団体、複数回答方式)

- センター「元気」を利用する目的

・継続的種目として	42.1%
・新しい種目として	26.3
・スポット種目として	21.0
・スタッフ種目の移転	5.3
・その他	5.3
- 関心・興味のある種目

第1順位－誕生日の催し物、傾聴

第2順位－季節の催し物

第3順位－歌を唄う、音楽療法、大道芸、腹話術

第4順位－歌を聴く、絵手紙、健康体操、楽器、書道、民謡・詩舞

第5順位－踊り、ちぎり絵、折り紙、手芸、太極拳、工作、マジック、布ぞうり作り、三味線、ペーパーフラワー、手話、ダンス、お手玉
- 公共の場所での発表について

(賛成意見)

 - ・利用者・家族の生きがいにつながり、活動の意気込みも変わり、笑顔も出るようになる。
 - ・活動内容を理解してもらえ。
 - ・情報交換の場となる。
 - ・市内中心部での開催が欲しい。

(反対意見) なし

(不明) 実際に見ていないので分からない。
- 施設同士の相互交流について
 - ・タテばかりではなく、ヨコのつながりもほしい。
 - ・情報交換の時間が取れない。
 - ・利用者間の交流も進めたい。
 - ・広い範囲の人にも知って欲しい。
- センター「元気」への意見・希望
 - ・職員だけでは新規のレクリエーションは難しいので助かる。
 - ・リタイヤする団塊の世代の受け皿になると良い。
 - ・講師への謝礼が出せなくて申し訳ないと思っている。
 - ・その他、感謝・お礼の言葉をいただきました。

講師事前アンケート結果

(回答数 68名)

- 出欠状況

出席 27名(うち、初めて出席 11名)

欠席 10名
- 講師登録

継続 58名、辞退 8名、不明 2名
- 1年間の活動状況

月1回(8件)－ケア体操、男女共同参画推進、朗読、傾聴、マジック、絵手紙、アコーディオン、二胡演奏

月2回(6件)－腹話術、歌司会、傾聴・話相手、食事サービス、ちぎり絵、音楽療法、

月4回(6件)－折り紙、機織り、混声合唱、茶道、テニス、説明ガイド

月6回(4件)－童謡・マジック、習字教室、ウクレレ、ダンス

月8回(2件)－囲碁、レクリエーション

月数回(不定期)傾聴、介護相談、パソコン指導

月多数回(多忙)音楽療法、三味線、書道、フランス料理

活動なし 4名
- センター「元気」への意見・要望
 - ・講師相互の情報交換コーナーがほしい。
 - ・講師グループとしての活動はできないか。
 - ・年1回の発表の機会がほしい。
 - ・センター「元気」の説明をしてほしい。
 - ・活動の機会が少ない。
 - ・事務処理をきちんとしてほしい。

気持ちと気持ちが通じ合う

ファミリーイン堀の内で誕生会

ファミリーイン堀の内で誕生会のコーディネートをしていただいて、二年となりました。継続的な活動は、センター「元気」の重要な一面です。今後も機会を見て紹介してまいります。

一、最初のきっかけ
ファミリーイン堀の内デ
イサービスセンターとの出
会いは、平成十七年二月十
五日の誕生会のイベントを
していただけなのかとの依
頼があり、お引き受けした
事に始まります。

私の所属している老人会
サークルの皆さんにお願い
しました。沖縄の踊り、リ
コーダー演奏、フラダンス、
南京玉すだれ、きよしのズ
ンドコ節等、とても喜んで
いただきました。初めての
誕生会のイベントとしては、
成功でした。

二、気持ちが大切
三月に入り、十七年度の
予定として誕生会のボラン
ティアをお願いしますとい
うお手紙が届きました。全
六回きちんと出来るか不安

でしたが、ハコー会の方や、
講師の方をお願い出来れば
と思い、お引き受けしまし
た。講師には、五姫会、オ
カリナ、腹話術、フラダン
ス、胡弓、アコーディオン
等の出演を、一月毎にそれ
ぞれ了承していただきました。

しかし、八王子は広く、
遠くからお出でいただく方々
もボランティア精神で快く
引き受けて下さいましたが、
施設としての気持ちを少し
でよいので伝える方法を考
えていただきたいとお願い
をしました。少ないのです
がと五千円をいただける事
になりました。

この時、センター「元気」
に相談しましたところ、セ
ンター「元気」で受け取る
のは好ましくないという事

で、ハコー会として受け取
り皆様に還元する方法が良
い、と言つ事になりました。
今度は、どう皆様に気持ち
を伝えれば良いかと考えた
末、出演者の人数で割るの
が一番フェアだと考えま
した。だいたい一人三百円
位、交通費にもなりません
が、気持ちです。

初めのころは、お金のや
り繰りに加えて、車の手配
が出来ずタクシーで来てい
ただいた方の車代等、公平
さにも気を遣いました。施
設の方でも気を遣って、着
替室、控室、お茶やお菓子
等も用意してくださり、心
遣いが伝わります。回を重



ねて行く内に、様子もわか
り、センター「元気」の講
師の方や、地域のボランティ
アに支えられて、無事一年
が過ぎました。

三、新しいステップ

平成十八年に入り、あら
ためて、依頼が入りました。
今年度も全六回お引き受け
しました。オレンジの会の
フラダンス、アコーディオ
ン演奏、腹話術等の講師に
お引き受けいただき、十二
月十四日を最終として、無
事終了しました。今年度も多
くの皆様のお力添えで、ご
満足していただけたと思い
ます。

十一月二十四日の講師懇
談会の折、代表の方が見え、
「同年輩のボランティアの方
々に利用者様も刺激を受
けて元気が出るといわれて
います」と、感想をお話し
下さいました。

二年間、誕生会イベント
のコーディネートに携わり、
ボランティアする方々から
も「施設の利用者の方から
元気を頂いて帰れるのよ」

と、同じ感想を頂いており
ましたのでとても嬉しく、
これからも微力ながら続け
ていければと思っております。
いろいろと不行き届きは
あるつかと思いますが、
皆様のお力添えで続けられ
る事だと思えます。

いつの日か、自分が助け
られ、楽しませていただい
たことを考え、今後も奉仕活
動を続けたいと思っていま
す。
(H/N)

編集員の記

今年は亥(い)年です。
動物では猪をあてます。古
くは豕(いのこ)と言つて
いました。

ことわざに、「豕を抱い
て臭きを忘る」というのが
あります。自分の欠点や醜
さは自分ではなかなか気づ
きにくい事をたとえていい
ます。身につまされる思い
がします。ほかに、「遼
東の豕」、「山より大きな
猪は出ぬ」等、勇ましいば
かりではない諺も多くあり
ます。――(T/S)