

げんき

八王子センター元気



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ターセンター)

代表：伊藤 涼子

〒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/>



新春のお慶びを申し上げます！



八王子センター元気 代表 伊藤 涼子

明けましておめでとうございます！

清々しい夜明けとともに平成30年が始まりました。皆様にはどのようなお正月をお迎えでしょうか。歳と共に時の過ぎるのが早く感じられます。年齢が時速で例えられるとか……。八王子センター元気のコーディネーターは、時速60キロ以上の速さで日々を過ごしているということになります。今この時がどんなに大切であるか、今が一番若い時と自覚して歩みを進めなければと気を引き締めたい年頭です。

平成29年も120箇所を超すたくさんの施設諸団体の皆様にご利用をいただきましたこと、そして登録いただいているボランティアの皆様の、温かく誠実な活動に、心より感謝し御礼申し上げます。更に、今日の八王子センター元気があるのは、日頃のご指導・ご支援・ご協力をいただいている「市いきいき課」をはじめとする多くの友誼団体・諸先生のお蔭と感謝いたしております。本年もどうぞ変わらぬご交誼を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

平成29年度は、八王子センター元気15周年でありますので、主催事業に15周年記念と冠を付けてけじめとしてまいりました。その最終事業が2月に開催する「シニア元気塾コーディネーター養成講座」です。市の委託を受けてから4年目、八王子センター元気主催としてしっかりと根付いた講座になったのではないかと思います。今年も大勢の方々に受講いただけますよう、お待ち申し上げます。また3月には「楽しく身に付くボラン

ティア養成講座」が修了致します。7月から始まり季節を考えながらの長期にわたる講座でした。大勢のボランティアさんが技能をもって活動ができますよう、スタートラインに立っていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。



今年は新しい元号が発表されるようです。「平成」が何になるのか楽しみです。大正・昭和・平成と生きてきた高齢者にとって複雑な気持ちもあります。さて八王子センター元気も4月から16年目を迎えますと共に大きな飛躍のためのチェンジが待っております。コーディネーター一同がより絆を深め和やかに手を取り合って進んでいきますよう、ワンダフルな年になりますよう祈っております。

成年生まれの私たち 今年の抱負

二回目
の東京
オリ
ンピ
ック
を最
終
まで
元
気
で
頑
張
り
たい



犬も歩
けば
棒にあ
た
る。何
事にあ
ても積
極果敢
に、チ
ャレ
ン
ジの年
にし
ます



七回目
の成年
です。小
学校の
放課後
の見守
り、老
人施設
等のボ
ランテ
ィア活
動を健
康と感
謝の気
持で励
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



第10回三者懇談会

～グループ別討論で盛り上がる～

第10回三者懇談会が平成29年12月5日(火)子安市民センターで開催されました。



八王子センター元気は八王子市の委託を受けて、高齢者の生き甲斐づくりをめざし社会参加を支援する元気なボランティアピープルの集まりです。年々増える登録ボランティアの種類が昨年同月より14増えて、101になりました。これって！すごいことだと思っております。これだけ特技をもつ高齢者が我々の仲間におられる事は、今後のコーディネート活動に幅広く対応できます。これ

らを活用するコーディネート力の向上が今後の課題です。今回の懇談会にご出席の施設様は12施設12名、技能ボランティア80名、コーディネーター58名など総数105名（技能ボランティアとコーディネーター兼任を含む）の皆さまのご参加と同時に、スタッフとして参加の方々に担当者として心より感謝しております。なお、当日の討論されたご意見やアンケートは貴重な参考意見として記録に残し今後の活動に生かします。



丸山 紀公 記

H29 年度シニア元気塾コーディネーター養成講座 開催間近！

平成29年度シニア元気塾コーディネーター養成講座が2月1日より全6回で開催されます。対象者はボランティア経験者、またはシニア元気塾ボランティア入門講座の修了生です。



この講座は八王子市の委託を受けてセンター元気が企画・運営致します。目的は、高齢者活動コーディネーターの役割やコーディネート活動について学びます。また、高齢者の仲間作りを支援します。主なカリキュラムとしては、有馬先生の『コーディネーターの基礎知識と役割』・瀬沼先生の『高齢者のコーディネート活動を発展させるために』の講演、『私が見つけたコーディネーター像、

そして私は・・・』と題してグループワークなどを計画しており、明るく楽しい講座となっています。

磯 貞男 記



～開催日時 及び 会場～

- 日時：平成30年 2/1(木) 2/8(木)
2/15(木) 2/23(金) 3/1(木) 3/7(水) の全6回
- 時間：13時30分～16時
- 会場：大横保健福祉センター会議室
- 問合せ先：八王子センター元気
TEL/FAX：042-627-9179



第 9 回 むかし若ものふれあい作品展

主催：八王子センター元気 共催：八王子市社会福祉協議会

第 9 回となった「むかし若ものふれあい作品展」は去る平成 29 年 11 月 22 日（水）から 25 日（土）までの 4 日間「いちょうホール」の第一・第二展示室において開催いたしました。

今回は 39 の高齢者施設よりのご出展となりました。開催 2 日目には石森八王子市長がお越しになり各施設の作品をゆっくりとご覧になられました。



テープカットで開場

ご利用者の皆様のリハビリを兼ねてお作りになった作品は各施設共に素晴らしい出来栄えで、それぞれの特徴があり来場の施設利用者さん、一般の皆さんたいへん感動されておられました。4 日間の入場者数は延べ 2,400 名を超え、本年度も盛況裡に終了することができました。



石森孝志
八王子市長ご来場

ご出展いただきました 39 施設の職員の皆様には作品の飾りつけからご利用者の送迎、撤収片付け等々にご尽力いただきましたことを御礼申し上げます。

最後になります。が八王子市並びに八王子市社会福祉協議会及びご担当、そして関係団体の皆様さらに作品展開催



会場の様子

に際してご支援、ご協力をいただきました全ての皆様に厚く御礼申し上げます。誠にありがとうございました。

若原 彰 記



展示作品の一例

～作品展に参加して～

八王子市社会福祉協議会 船越直人様 寄稿

私は今回、共催団体である社協の担当職員として、初めて作品展に参加いたしました。4 日間で雨も降った日もありましたが、多くの皆様にお越し頂き本当に良かったです。伊藤涼子代表をはじめ、センター元気の皆様のお力であると思います。

作品は何か月も期間を要する品から、一つ一つきめ細かい品等、本当に施設利用者の皆様の気持ちがこもっていると感じる事ができました。また、利用者やそのご家族、関係者の皆様の笑顔で作品を観て回る姿もとても印象に残っております。作品展を楽しみにしている方は大勢いらっしゃる。作品展の大切さを実感できた時でした。

この度は私自身にとってよい経験になりました。本当にありがとうございました。



ボランティア活動の紹介 テイサービスセンター パレモの森

パレモの森は多摩御陵に近く、緑に囲まれた静かな環境にあります。設立は平成 21 年 2 月 1 日。施設の名前にこだわったとのこと。PAL(仲間)と EMOTION(感動)という言葉が一緒になってパレモに。ロゴもたくさん集まった笑顔を目印にととても素敵な発想に感動しました。



趣味活動を充実させることが大切と、藤手芸、刺し子、カラオケ、音楽体操、健康音楽、折り紙。利用者の

3 月	高尾の梅郷	4 月	富士森公園花見
5 月	綾南公園浅川鯉のぼり	6 月	真覚寺紫陽花
8 月	夏祭り	9 月	敬老祭
12 月	クリスマス会		

方々の立場で、散歩、お買い物、行事がとても充実しています。

ボランティアはセンター元気から伊藤代表の健康音楽、森口シニアタレントのマジック & 腹話術などで楽しんでいただいています。笑顔は健康の源、笑顔は人を幸せにします。パレモの森の高齢者を思いやる心に感動。センター元気は応援しますよ。

森口 成男 記

地域の活動博物館 ～ きっと見つかる！新しい仲間 ～

第 20 回「お父さんお帰りなさいパーティー」
3 月 10 日(土)13:00～16:30
於：八王子労政会館

シニアの方々を対象に、市民活動やボランティア活動など地域で活動する「きっかけの場」として行うイベント。活動に参加してもらうことで充実したセカンドライフにつなげることが目的。主催は八王子市民活動協議会・市民で構成される実行委員会。地域活動参加に関する講演や市民活動団体の出展ブースを見学した後、参加者・出展者全員参加の交流会が行われます。センター元気はブース見学を引率する「ガイドツアー」に多数のメンバーが参加して、気軽に楽しいツアーとなるよう盛り上げます。

鈴木 久夫 記

第 2 回大横保健福祉センターまつり 開催される

11 月 26 日(日)第 2 回大横保健福祉センターまつりが同センター主催により開催されました。

舞台での活動発表をはじめ作品展示、親子で楽しむふれあい工作、ふれあい体験健康チェックなど施設利用団体や施設事業を生かした盛り沢山のイベントに加え、上野原市名物の「せいだのたかじ」(小粒ジャガイモ料理)や八王子の援農ボランティアによる農産物の屋台出店、東京都はり・灸・マッサージ師会による無料施術などが行われ一日中賑わいを見せていました。

センター元気は 35 名がボランティアとして参加、舞台での活動発表の司会・演目披露をはじめ運営、ふれあい工作での支援活動、手芸、絵手紙、ちぎり絵などの作品展示に参加しました。



松尾 禎夫 記

みんなで笑って長寿でいこう！

第 6 回 シニアを元気にする
フェスティバル
1 月 27 日(土) 14:00～16:30
於：八王子労政会館

センター元気の友誼団体である“八王子高齢者コーディネーター会(ハコー会)”が創立 15 周年の記念事業として開催。「シニアの活性化」成果の発表を披露。今回は、センター元気所属の森口成男さんによる特別講演「シニアタレントで笑いの人生」の他、関係シニア団体の活動紹介、シニアならではの各種アトラクションが予定されています。参加費無料。

鈴木 久夫 記

お知らせ

1 月 16 日:1 月度定例会 (子安市民センター)	2 月 20 日:2 月度定例会 (北野市民センター)
1 月 16 日:傾聴初心者スキルアップ研修会 (子安市民センター)	3 月 20 日:3 月度定例会 (北野市民センター)
2 月 1 日～3 月 7 日:シニア元気塾 コーディネーター養成講座 (大横保健福祉センター)	3 月 20 日:楽しく身につくボランティア養成講座 修了式 (北野市民センター)
	4 月 17 日:4 月度定例会 (北野市民センター)