

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：鈴木 久夫

〒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



代表 鈴木 久夫

明けましておめでとうございます。
平成最後の年となりました。皆様におかれましてはどのようなお気持ちで新年を迎えられたでしょうか。

去年は、「半端ないって」「災害級の暑さ」「スーパーボランティア」などの流行語も生まれ、起伏の大きい1年でした。歳を重ねると1年が早く感じられ、私達は人生100年時代に向かってまさに「ボーっと生きてんじゃねえよ!」を感じながらの毎日です。

「八王子センター元気」の現状をみますと、ボランティアの登録者数は700名余、コーディネーターは170名余、ボランティア活動の新規成約件数は年約400件で、着実に実績を挙げています。

本年度の活動を振り返ると、5月の「拓け！センター元気」から始まり12月の「三者懇談会」まで毎月センター元気の主催事業が目白押しで、関連諸団体及び関係者のご協力をいただいで実施出来ました。さらに「お父さんお帰りがささいパーティー」などの外部団体が主催する事業にも、コーディネーター各人の積極的参加を得て盛り上げに寄与出来たと思います。本年は、2、3月に「シニア元気塾コーディネーター養成

講座」、昨年7月から毎月技能をみがいてきた「楽しく身につくボランティア養成講座」が3月に修了式を迎えます。一人でもボランティアの方が増えることを期待しています。



八王子市の委託を受けて高齢者の生きがいづくりをめざし社会参加を支援する活動団体「八王子センター元気」は地域周辺を見てもまだまだ数少ない特異な団体と思います。人生100年時代に向かってますますその必要性・重要性が認識され、活発で有意義な活動が求められるものと思われま

す。次年度は、八王子センター元気設立17年目に入ります。これからも、ボランティアの皆様、常日頃ご支援下さっている市高齢者いきいき課及び関連諸団体の皆様から従来に増してのご協力をいただきながら、私たち高齢者世代がますます元気に明るく過ごしていけるよう、コーディネーター全員が知恵と力を出し合って活動していきたいと思



猪年生まれの私たち 今年の抱負



コーディネーター登録して8ヶ月、事務所当番にもようやく慣れました。これから頑張ります！

傾聴ボランティアで施設の皆様と共に、猪突猛進、前進していきます！

2020年東京オリンピックのボランティアに挑戦したいですね！

ボランティアを始めて18年、年女ではじけます！

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「むかし若ものふれあい作品展」に想う

施設利用者の皆さまが一生懸命に作る手芸、ちぎり絵、折り紙、絵手紙、書道等々の作品を一堂に集めて展示会を開き利用者さまの喜ぶ姿を想うボランティアの思いを実現したのが、この「むかし若ものふれあい作品展」です。

平成 21 年に始まり今年 10 回目を迎えました。

「いちようホール」第 1・第 2 展示室を使い、39 施設の利用者さまの作品を集めると華やかで、素晴らしい作品展となりました。

11 月 21 日～24 日(4 日間)の来場者延べ人数

利用者	施設職員	一般	合計
1,733 名	547 名	647 名	2,927 名



テープカットで開場



大勢の皆様がご来場

昨年度より来場者の人数が増えたのは、一般の来場者が多かった事と、非出展施設さまの参観があったことによるものと思われま

す。どちらも、私共にとって喜ばしい事です。特に、一般の参観者が多かったことは、高齢者施設に関心が広がっている事をしめす指標になり、我々高齢者の活動が市民の皆様にも知られるようになったと喜びに堪えません。また、そのアンケートの中に様に作品の素晴らしさを褒めていただき、お褒めの言葉を利用者さ

まに伝えることを楽しみにしております。

イベントは、八王子センター元気が主催し、八王子市社会福祉協議会(ボランティアセンター)が共催。これは資金面だけでなく、人的支援や備品の貸し出し等有難い援助をうけ成り立っております。

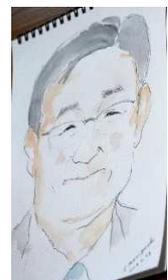


展示作品の一例

施設の感想はアンケートでいただきましたが、様に利用者さまの喜びの言葉が述べられており、中には来年の作品展の展示作品に及んでいる施設も見受けられました。

また、市長はじめ多数の皆さまにご観覧いただき、お礼申し上げます。

今回は、ちぎり絵、似顔絵、書画の実演を行い大変ご好評をいただきました。市長の似顔絵に拍手が起こったことを申し添えます。



石森孝志市長ご参観・似顔絵スケッチ

最後に、ご参加いただきました施設の皆さま、社会福祉協議会の皆さまのご協力に心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

北原 勲 記



第 9 回傾聴ボランティア懇談会

11 月 6 日第 9 回傾聴懇談会を子安市民センターで開催しました。新たな試みとして、利用施設の方々をお迎えし傾聴に関する現場での悩み、疑問、体験、課題など活発な意見交換が行われました。数ある意見のなかで、施設様より「言葉はなくても傍に寄り添っているだけでお年寄りには安心していますので、出来る事なら毎日でも来て



高齢者いきいき課 立川課長

ほしいのですよ」と暖かいお言葉をいただき励みになりました。利用施設、ボランティア、コーディネーター三者が一体になりコミュニケーションを図る事で、より良い関係を築きあげる必要性を確認して、懇談会を終える事ができました。お忙しい中、参加していただいた皆様、本当にありがとうございました。皆様の益々のご活躍を願っております。



土井 和恵 記

三者懇談会に参加して (コーディネーター・技能ボランティア・利用施設)

12 月 4 日第 11 回三者懇談会を子安市民センターで開催しました。三者懇談会は、特技を持つボランティアを必要とする各種施設や団体に紹介するコーディネート事業で、この三者が一堂に会して、三者間のより一層の円滑な活動の推進を図るため、現状を話し合い、ご意見や要望等を出していただくことを目的としています。当日は 11 グループに分かれて施設の方々の自己紹介から始まりました。グループ別の懇談は、意見、要望、提案、感想など、日頃口に出したい事柄が、水蒸気が発散するかのように発言され、両隣のグループからの声が混じり合い聞き取れない程の熱気に囲まれ、耳に手を当て声の方向を確かめる状況でした。施設様から感謝の



言葉があり嬉しい反面、施設様とボランティアから盛りだくさんの要望がだされました。それぞれの施設現場の状況からのメッセージだと思います。それだけ熱心に問題を抱えて活動されている証でしょうか。付箋紙（意見、要望、感想等を書いた紙）はたちまち模造紙に花を咲かせておりました。グループ別懇談後、付箋紙内容の発表があり、要望、意見、提案等が提起され、問題解決のヒント、助言、反省等が話し合われました。その中には宿題テーマになったものもありました。人生百年時代、高齢者が高齢者を支える時代が目の前に来ています。三者懇談会は何よりも、参加し、意見を出し合う事が円滑な活動の推進の基になると思われました。最後に大変お忙しい中ご参加いただいた施設様、ボランティアの皆様本当にありがとうございました。

石原 莞爾 記

第 22 回お父さんお帰りなさいパーティー (通称オトパ) (予告)

「きっと見つかる! 新しい仲間~地域の活動博覧会」

オトパは、リタイア世代の方々に八王子市内での市民活動を通じて地域貢献しながら、楽しい仲間づくりをして「いきいきとした第二の人生」を過ごしていただくきっかけづくりの場です。行政も含め約 40 の市民団体が出展。軽食をともにし自由に情報交換ができる交流会も実施。八王子センター元気は、当日ブースでの展示やご来場者の案内をするツアーガイドとしても参加します。

日時;平成 31 年 3 月 9 日(土) 13:00~16:30 会場;八王子労政会館

主催;オトパ実行委員会(八王子市民活動協議会+八王子市協働推進課+市民実行委員)

駒木 朝彦 記



ボランティア活動の紹介 「そよ風」の介護付有料老人ホーム **八王子ケアコミュニティそよ風**

「八王子ケアコミュニティそよ風」はJR八高線小宮駅前の道路を小高い丘に向かって軽い坂道を約300m、頂上付近の右手に静かな佇まいの当施設があります。

設立は2003年とのこと。外装、屋内ともにきれいで行き届いた感じがしました。

管理者の木村様にインタビューをしました。「施設では利用者の皆さんに喜んでいただくために季節ごとにイベントを計画しています。一例としてクリスマスには職員によるハンドベル演奏会、夏祭りには工夫をこらし運動会も併せて実施しています。また作品制作もいろいろと行っており、利用者様の指先運動を兼ねた“こけ玉作り”は大変人気があります。職員の皆さんはとても元気で最高



60歳のベテラン職員も若者に負けじと張り切って活躍されています」とお話しをいただきました。

八王子センター元気は2006年から主にデイサービスを利用される方々に対して14時～15時の時間帯に訪問して30名余の利用者さんを対象にいろいろな種類のボランティア活動を行っています。活動内容は傾聴、マジック、演芸、音楽、健康体操等です。利用者の皆さんと一緒にひとときの安らぎの時間を過ごさせていただいています。



私は音楽ボランティアとしてハーモニカとウクレレの伴奏を行い、昔の文部省唱歌とか昭和20年から40年頃に流行った懐かしの歌を皆さんと合唱したり大笑い体操(気分すっきり体操)などを行っています。利用者の皆さんと世代が近いので歌う曲もお互いに波長が合っており親近感を持った活動が出来ていると感じています。

福島 武 記

定例会での 技能ボランティアパフォーマンス紹介

新規登録ボランティアの方々を本年6月より定例会議事終了後時間を設け、紹介をしています。多くのコーディネーターが出席する定例会でのPRを兼ねた演技紹介はコーディネーターとボランティアが面と向かう絶好の場であるので、利用施設からの申込みに対してより広範なボランティアの紹介が可能となり、今後のコーディネート活動の活性化に役立つものと期待しています。お申し込みは八王子センター元気まで。

切刀 正芳 記

紹介月	お名前(敬称略)	団体名	演技内容	備考
6月	渡部 正利	(個人)	大正琴	傾聴ボランティアも
	下野 公枝	シルクハーモニー	ハーモニカ	7名で活動。大横まちなか避暑地
7月	高野 保男	(個人)	折紙(で各種花を制作)	傾聴ボランティアも
8月	茂木恵美子	すみれハンドベルの会	ハンドベル	9名で活動。大横まちなか避暑地
9月	浦 民雄	おひさまハーモニー	ハモニカ、カリケ、尺八	8名で活動。大横まちなか避暑地
10月	高橋 祐治	遊坊	紙芝居、けん玉	大横まちなか避暑地出演
11月	山崎 建男	八王子お江戸隊	南京玉すだれ、皿回し	6名で活動

お知らせ

2月7日 シニア元気塾コーディネーター養成講座開講式(大横保健福祉センター)
 2月19日 定例会(北野市民センター)
 3月9日 お父さんお帰りなさいパーティー(八王子労政会館)

3月19日 定例会(北野市民センター)
 " " 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16日 定例会(子安市民センター)
 5月21日 定例会(子安市民センター)

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・手品・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。お問い合わせ 電話・FAX: 042-627-9179

