

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ターセンター)

代表：横山 普平

〒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/>

コロナ禍の中 無事終了

第17回 シニア元気塾コーディネーター養成講座

シニア元気塾コーディネーター養成講座は2月6日、参加者33名が明るく元気な姿でスタートしました。

3回目までは順調に進んでいましたが、新型コロナウイルス感染症が拡大し、その後八王子市「高齢者いきいき課」の指示もあり、なかなか講座を開く状況ではなく担当者の苦慮が続きました。それでも、なんとか「3蜜を避けて安全に安心して受講していただきたい」「受講者に修了証書を渡したい」と強い気持ちをもって準備しました。

9月24日に最終の講座を予定し受講者への問い合わせしたところ、「是非参加したい」と返事を頂き開催に踏み切りました。

受講者はお互いに懐かしい気持ちを持ち元気な姿で再会することができ、皆さん緊張しながらも時には笑顔を見せ講義に聴き入っていました。最後に、横山代表から修了証書を笑顔で受け取り講座が終了しました。



受講者の皆さんがこれからセンター元気に入られ活動しますので、皆さん温かい目で応援よろしくお願いいたします。

磯 貞男 記

新しく仲間入りしたコーディネーターの皆さん (写真は開講時撮影)

石黒 康弘 (南大沢)

鶴飼 世津子(松ケ谷)

宇佐美 博子(北野町)

小形 和子(中野上町)

加藤 順一 (中野町)

河野 明子 (小比企町)

佐々木 茂 (小比企町)

佐々木 路子(めじろ台)

佐藤 さき子(長房町)

高山 邦明 (下恩方町)

舘 光三 (柵田町)

為永 行雄 (犬目町)

辻 徳子 (小宮町)

中西 智子 (宇津木町)

永渕 裕美子(別所)

西 富江 (堀之内)

花形 久美 (北野台)

松村 綾子 (北野町)

松山 一子 (元横山町)

山崎 静雄 (柵田町)



センター元気 東京純心大学のオンライン授業にコラボ!

平成28年8月より、八王子センター元気と東京純心大学は地域社会に貢献することを目的に協働活動を継続しています。



今年度は、大学から授業科目「保健医療福祉システム論」の講師を依頼され、八王子センター元気の伊藤涼子氏が7月27日に62名の学生を対象に「地域包括ケアシステムの中のボランティア活動の実践について」をテーマに八王子センター元気のボランティア活動の実践をお話ししました。

授業終了後に学生から寄せられた受講感想や八王子センター元気へのエールを紹介します。○ボランティアは人とかかわることややさしい気持ちになれる ○実習への取り組み意識が変わった ○ボランティアに興味をわきいつかこのような場で活動したいと思った ○出会うはずのなかった人に出会い、笑いあえることがとても素晴らしい ○コロナ禍で大変な状況にありますがセンター元気の皆さんの活動を待っている方々が沢山います。くれぐれも体調に気を付け高齢者の皆様に元気を与えてください。等々・・・ 学生の意識向上とセンター元気の活動意欲向上につながるものとなりました。

駒木 朝彦 記

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 9 回 楽しく身につくボランティア養成講座を終えて

～4 講座 8 名に受講感想をお聞きしました～

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で例年より遅い 9 月に修了を迎えました。受講生の皆様、半年間の空白を取り戻すかの如く熱気と気迫に満ちた教室でした。

♥お手玉のボランティアは、お相手の方が一緒に楽しんでもらえたらもう最高の喜び！ また、あるお手玉の大会で多くの小学生が夢中でお手玉をしていた時、一部の生徒がその出来映えに悔し涙を流しながら取り組んでいる様子を見て、お手玉はこれからも永遠に続くエンターテイメントだと思いました。私も負けずに健康のために頑張ろうと思いました。

藤田 よし子

お手玉講座 鈴木幸子 先生



♥お手玉でどんな活動が出来るのかな、と興味津々でした。ある日「お手玉のご挨拶」を学んだ時です。なんと素晴らしい、誰でもできる、私のお手玉遊びの概念が大きく広がった瞬間でした。歌にあわせた動作を考えワクワクしました。これからは今回の学びを基礎に皆様と楽しんで活動したいと思います。

清水 和子

健康音楽講座 伊藤涼子 先生



♥「健康音楽」では、大勢の人を笑顔にする歌の力に感動し、勇気を沢山いただきました。初めは、音楽に合わせた体操かと気軽に参加したのですが、施設実習中心の緊張感のある内容にびっくり！ 力不足で挫折しかけてましたが、伊藤先生のご指導のおかげで続けることが出来ました。貴重な体験をさせていただき感謝しています。

井上 幸子

♥先生がボランティアで施設訪問時同行させてもらい、現場で先生の進め方を学びながら実習を重ねました。歌を中心に身体を動かしたり簡単な脳トレ・ゲーム等も取り入

れました。利用者様との会話、表情を注意しその場の雰囲気にあった曲を選び、年代、時代にあった曲が望ましいと先生から教えられました。「もう終わりなの」「楽しかった」「また来て下さいね」などと利用者様から言っていたことが最高のボランティア活動だと思っています。

鹿田 洋子

♥歳を重ねてきて何か世の中でお役にたてることはないかと思い、ボランティア養成講座「書道」に応募しました。受講されている方たちはとても熱心に書道に取り組んでおられました。先生も一人ひとりに合わせてご指導下さるので楽しく学ぶことが出来ました。高齢者施設での実習は、先生のお手伝いをしながら見て、学びました。

片岡 富子

書道講座 中村弘子 先生



♥この講座で、中村先生を始めたくさんの方々と出会えたことを大変うれしく思っています。月 1 回の講習では凜とした空気の中、集中した時間を過ごし、実習では先生の温かなご指導の下、次々と力作が生まれ、利用者の皆様の笑顔と共に私も充実感に包まれました。これからもこの経験を生かしボランティア活動を続けたいと思います。

益田 加代

福祉アート講座 小嶋恵美子 先生



♥福祉アートでは素敵なプログラムが用意されていて、小嶋先生のユーモア溢れる説明によって描いてゆくと、高齢の認知症の利用者さんも、初めての方でも、みんな個性豊かで素晴らしい作品を作ることが出来ます。先生の楽しい言葉で、場は笑い笑顔で明るくなり、みんなとても嬉しそう。一人ひとりが温かく応援されているようで、私も幸せな気持ちで参加させて頂きました。

花形 久美

♥「さあ、皆様！ 今日アートを楽しみましょうね」明るく元気な力強い声。小嶋先生の熱心な指導に導かれて、私たち受講生は、カラフルな色、ユニークな形の作品を次々に生み出し、アートの世界を堪能しました。この講座の素晴らしさは、教えていただいたノウハウを実際の現場（デイサービス等）で実践して、心の扉を開いてもらうことの難しさ、嬉しさを体験できたことです。ありがとうございました！

平井 忍

