

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：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/>



第13回 むかし若もののふれあい作品展 開催迫る！

令和3年 11月17日(水)～20日(土)

17日:12時～16時/ 18・19日:10時～16時/ 20日:10時～13時

いちょうホール 第1・第2展示室

～参加施設～ (施設名は一部略称あり)

あおば元八王子 アメイズ 八王子あんしん館 イリーゼ八王子 快杜・爽杜・悠杜・栄杜
幸楽番館 八王子心成苑 だん・だん 多摩特養老人ホーム ツクイ八王子片倉
ハynes憩の丘 初音の杜 福寿園みなみ野 ふれあいの里宮下 ほのぼの ゆうらく

昨年は新型コロナウイルス感染症まん延防止の為に中止いたしました。今年は何とか開催の準備が整いました。19の施設が参加、利用者の皆様が丹精込めて作られた作品の展示に期待しております。高齢者施設関係者の方々を始め、一般の皆様の来場も大歓迎です。例年来場者は素晴らしい作品の出来栄に感動されております。これを機会に展示作品を心ゆくまで楽しんで頂き今後の活動のお役に立てれば幸いです。なお、以下の2施設様よりご出展の意気込みを頂きましたのでご紹介します。

若宮 正璋 記

介護老人保健施設ハynes憩の丘

当施設の特徴は、重度の認知症に対応する認知症専門棟を設けいろいろな利用者様にも幅広く対応できる介護老人保健施設です。今はコロナ禍、緊急事態宣言、まん延防止等で外出できず、ボランティアの方も呼べないため、施設内だけのレクレーションが多くなり職員同士が工夫して、レクレーションを行っております。季節を感じる作品を出来るだけ作って皆様と「春だねー、秋だねー、」と会話させて頂いております。イベントを増やし納涼祭、敬老会、文化祭、クリスマス会等、企画し実行しております。時には、カラオケ、職員による演奏会をしております。



デイサービスゆうらく

ゆうらくは今年で開設14年目になります。1日の定員が25名のデイサービスです。毎日合唱や脳トレ・創作活動・運動ゲームや作品制作・カラオケなど行い、看護師の集団体操の他に個別体操も取り入れ元気に楽しく過ごしていただいております。昨年からコロナウイルスの影響でボランティアさんの活動が制限され思うように制作活動が出来ませんでした。牛乳パックやトイレトペーパー芯などエコ材料で手作りの作品づくりを行ってきました。昨年は、作品展が中止になりとても残念でしたが、作品展に向けて一生懸命に作ったものが多くありましたので、ゆうらく内で作品展を行いとても好評でした。今回は昨年の分も合わせて出展したいと思っております。



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 19 回 シニア元気塾 ボランティア入門講座 ～ コロナ禍での真剣なまなざし カリキュラム無事終了～

昨年は新型コロナの影響で中止となり、2年ぶりの開催にこぎ着けました。9月15日から24名の参加を得て開催しました。直前の日程変更に伴う講師・受講者との調整が生じましたが皆さま



のご協力により予定の講座を終了出来ました。

特に今年は会場確保に苦勞し、毎年の木曜定期開催が出来なくなりましたが、皆さん大変意欲的に参加していただきました。

今回も前回に引き続き“おもしろい！人生後半が・・・”をテーマに、「シニア世代の仲間づくりを支援し地域の居場所・出番をつかむための楽しい講座」となるよう企画しました。“高齢者の地域活動・

居場所づくり”、“ロコモシンドロームと栄養について”、“健康づくりと介護予防運動”、“美容福祉：おしゃれでいきいきシニアファッション”、“地域包括ケアとボランティア”等のカリキュラムで構成し、さらに、“ゲーム・軽運動等による仲間づくりの実践”、“高齢者福祉施設：ボランティア受入施設の心を知る”、八王子センター元気所属ボランティアの特技・経験談や社会人落語家の話芸など幅広い分野の講座となりました。



コロナ禍とはいえ、日程が進むにつれ隣り同士のコミュニケーションがとれ始め、雑談も漏れ聞き仲間意識が一層進んだものと思います。講座開催に当たり、ご講演・ご協力頂いた大勢の皆さまに深く感謝いたします。

鈴木 久夫 記

第 12 回 傾聴ボランティア懇談会 ～ 久しぶりの開催 活発な意見交換が・・・～

第 12 回傾聴ボランティア懇談会は密を避けるために10月に3回に分けた変則開催となりました。不要不急の外出自粛中にもかかわらず多数の出席を得て開かれました。

今回のテーマは“コロナ禍の中、皆さん如何お過ごしでしたか？”です。傾聴部門担当者会議でテーマを話し合い、“とにかく活動できなかった約 2 年の間に積みもつた悩み、不満、不安そして再開に向けての心構え等々を思いっきり吐き出して皆で話し合ってみよう”と決定しました。



横山代表からセンター元気の活動実績と現状報告の後、グループワークを行いました。当初の想定以上に活発に賑やかに意見が交わされました。懇談会2回目は伊藤憲彦先生に出席いただき、話し方、聴き方巧者の米沢藩主上杉鷹山公の「今は忍ばざるの心でとにかく自分の心を見直してみるとき」を引き合いに、傾聴のポイントが話されました。

グループワークではコロナ禍の中で籠もりがちの身体の不調や運動不足、気力減退を憂うなど

の悩みが大勢の方から出された一方、再開に向けて様々な工夫をこらし健康向上に努めているなど力



強さを感じる会でもありました。来年こそはいつも通りの懇談会が開催されるようにと祈念しております。

高橋 千恵 記

第 14 回 三者懇談会開催のご案内

施設担当者、技能ボランティア、コーディネーター三者による懇談会を開催いたします。多くの方に参加いただけるように開催日を3日間設けました。ご都合の良い日に是非ご参加ください。なお、コロナ禍により変更・中止となる場合があります。

★開催日 令和 4 年

1 月 12 日(水)、1 月 21 日(金)、1 月 27 日(木)

★時 間 13 時 30 分～16 時

★会 場 八王子市子安市民センター第1・第2会議室

★主 催 八王子センター元気

竹内 豊子 記

