

平成23年
10月号

桂台地域ケアプラザ

地域交流プログラム

発行日/平成23年10月1日
編集・発行/横浜市桂台地域ケアプラザ
発行責任者/石塚 淳

お問い合わせ先

地域交流部門 897-1111

HPアドレス

<http://www.katsuradai.com>

桂台 支えあい連絡会

検索

本日は、桂台中学の防災講座4回目！ 集大成の日でした。「今回の震災について全校すべての生徒に考えるきっかけを与えたい」という野中校長先生の言葉を、横浜栄・防災ボランティアネットワーク、湘南桂台自治会、桂台ケアプラザの協力のもとに実現できた事は、とても大きな出来事であり、第一歩だと思います。思えば、数年前から「この街を大事にする心を育むには防災活動から」とか「いざという時には中学生の力も必要だよ」とか言いながら、なかなか一緒に活動する機会がなかったのですが、今回は全校生徒と一緒に4日間も防災について共に学ぶ事が出来ました。最終日の今日はグループディスカッション！ 被災地の中学生が書いた作文についてみんなで考えました。みんながそれぞれに体験した3.11、当日からその後の日本の状況の中で、誰もがこれまで以上に命の重みを感じていることだと思います。言葉で言えた事も、言えなかったことも、さまざまな事がそれぞれの心に残った防災講座ではなかったでしょうか。

10月のおしらせ

“豊かな老後のための講座”

(3~4回)

～アクティブシニアライフをめざして～

これからの長いシニアライフを実りあるものに…

日 時：11月16日(水) 14:00～16:00

講 師：堀池 喜一郎氏

参加費：300円

募 集：60名

※詳細は地域交流プログラム11月号
および別途チラシにて。乞うご期待！



桂台スペシャル デイのお知らせ

桂台地域ケアプラザ・デイサービスでは、利用者の皆さま、そして地域の皆さまに日頃の感謝を込めて、月に一回「桂台スペシャルデイ」を行っています。毎月素敵なプログラムを企画していますので、是非、お気軽に足をお運び下さい。ご希望の方は、桂台地域ケアプラザまでご連絡をお願いします。

日時：平成23年11月13日(日)

14:00～15:00

内容：～たまゆら(琴の演奏)～

琴、尺八、十七弦の演奏、琴にあわせた紙芝居など
楽しく興味深い和の世界へ皆さんを誘います。

場所：桂台地域ケアプラザ デイルーム



子育てママのエクササイズ

～心もからだも軽やかに リフレッシュタイム～

毎日の子育てでお疲れさま。いい汗流して日頃のストレスを解消。
さわやかママに変身で～す。

日 時：10月31日(月)

10:30～11:30

募 集：未就園児の親子10組(定員次第締切)

(お子さんは同室にて見守りいたします)

申込み：電話か直接ケアプラザへ

龍先生の健康相談

ケアプラザ協力医の龍先生による無料の健康相談を下記
日程で行っています。身近な病気の相談など丁寧に対応
してさせていただきます。(予約優先)

協力医：龍 覚先生(上郷医院院長)

日 時：10月14日(金)、28日(金) 13:30～15:00

場 所：桂台地域ケアプラザ 相談室

～思索の秋に「担い手の発掘について」考える～

台風とともに暑い夏も終わりを迎え、誰もが活動しやすい秋になりました。地域でも文化祭や体育祭、芸術祭が花盛り！人が動く季節ということで、今回の特集は、ボランティア活動や地域福祉活動における担い手の発掘をテーマに取り上げてみました。横浜市のどの地域でも、担い手、人材不足が課題となっています。8月号にご紹介した地域活動のヒント集などが作成されるのも、その課題がここだけの問題ではない事を証明しているように思います。簡単にエイヤツと解決する事ではありませんが、思索の秋！私たちに考えてみましたので、ここにご報告します。

先日、栄区の地域保健福祉計画推進部会で「担い手の発掘」をテーマに話し合いましたが、この討議の中で、実際に活動の担い手の方たちから、活動に参加したきっかけを聞く機会がありました。以下、その発言の一部やこれまでボランティアさんたちと関わってきた中で気になった一言などをご紹介します。担い手の発掘を行うためのヒントを考えてみました。

Aさん— 最初は何をやるのか具体的にわからなかったけれど、顔見知りの活動者から声をかけられ参加した会議で「こんなに地域の中で活動している団体やボランティア活動があるのだ」と目を見開かされ、今に至っています。

ヒント1 地域活動やボランティア活動は、参加して初めて理解できる事が多いのも事実。参加する意思があっても機会に恵まれなかったり、一方それまであまり関心がなくてもあることがきっかけで、急に関心が高まったりする場合があります。交流イベントなどを行い、気軽に地域活動に触れるきっかけを提供したり、興味のある方には、その活動を行うことで生じるメリットをわかりやすく伝えることが大切ですね。

同じような例でこんな方も

配食ボランティアをしているBさんの場合— 「きっかけは子どもの小学校のPTAの役員仲間がボランティアをされていて誘われたこと。始めはお断りしたんだけど、ある時どうしても人が足りなくて、1日だけって頼まれて行ったら、なんとなく楽しくて…それまでのお付き合いと違って少し年上の人が多いんだけど、それが新鮮な感じで…色々教えていただいたりもして。ここで教えていただくメニューは家でも好評で。楽しくやってるって感じです。」

逆に声をかける側から、こんな意見も…

この人はと思って声をかけても、すぐに「ウン」と言ってくれるわけではありません。信頼してくれるまでに何度も話をしたり、飲みに誘ったりして初めて理解してくれます。一緒に活動してくれるまでに1年以上かかった事もあります。（ご自分が納得するまで話を聞いて活動に参加した方は、とても頼りになりそうですね）



Cさん—転居した事を機に「この地域をよく知りたいな、友だちもつくりたいな」と思い自治会の役員さんに声をかけたのがきっかけでした。



ヒント2 転居してきたばかりの時は何かと不安が大きいもの！ その時に頼りになるのは、やはりご近所さんや、自治会の役員の方たちですね。「地域活動は世代を越えた仲間づくりの場ですよ」そんな一言が、転居者の不安を解消するばかりか、活動者を増やすきっかけにもなるのですね。

そのほかにもこんな例が…

老人施設で介護ボランティアをしているEさんの一言—「認知症の母の介護をしていたけれど、自分ひとりでは介護ができなくて結局施設にお願いする事になってしまいました。母は施設に入ってしばらくは混乱していましたが、今は落ち着いて面会に行くとニコニコしています。振り返ると、自分自身が介護でイライラしていたことが母にも影響していたのかと思い、申し訳なく思っています」

Dさんは、さらに続けて「今行っている、ボランティアはかつての自分のためでもあるんです。当時の自分は精いっぱい！ 施設に預けたことを後悔していた時もありましたが、みんなが笑顔でいられる今でいい…。今は、かつての自分と同じような立場の人がいると、声をかけさせていただいたり、大変な時に早く他人の手を借りるように勧めたり…。空いた時間には、母にできなかったことを他の方にさせていただいたり…と。母と周りの方へのお返しでもあるんです」

今年から桂台デイサービスのボランティアを始めたDさんの一言—「ボランティアをやっているのは、仲間作りと健康づくり！ 家でテレビなんか見ているよりも、よっぽど身体に良い。以前は血糖値や血圧が高かったけれど、ボランティアを始めてからすっかり良くなった。同じくらいの年齢のドライバーさんとも仲良くなりましたよ」

ヒント3 活動に参加するきっかけは人それぞれですが、Dさんはボランティアいきいきポイントの講習会への参加を通じて、Eさんは施設が地域に配布していたチラシを通じてボランティア活動を始めたそうです。ボランティア講座をやってもチラシを撒いてもそんなに効果がないよ！ という声も聞こえてきそうですが、自分なりの動機を既に持っている方には、やっぱり情報を提供する事が大切ですね。

担い手不足はこの地域でも共通の悩みようです。けれども実は地域には（特に栄区には！）まだまだ眠っている力があるように思われます。「人によって地域活動やボランティアを始めるきっかけや続ける理由は様々です。それぞれの方の動機を大事にしながら、「常に地域活動に参加できるきっかけを提供しつづける地道な努力が大切なのだ」と言うことが今回の結論でした。

最後に、一面でもご紹介していますが、「豊かな老後のための講座 ～アクティブシニアライフをめざして～」が11月16日から始まります。第1回は「セカンドライフをどう生きるか」、今回の講座は、団塊世代の60代の方たちを頭において企画しています。仲間づくりの一助にもなる講座にぜひ参加（参加を促して）みてはいかがでしょうか？4回目は異行趣？交流会（いろんな活動や趣味などを行っている仲間との交流）も検討していますのでご期待ください。

愛・ひかりフェスタ開催 ～日頃の感謝をこめて～

愛・ひかりフェスタの時期がやってきました。今年のフェスタは10月30日(日) 10:00～14:00(雨天決行)、社会福祉法人訪問の家にて開催いたします。当日は模擬店での物品や食べ物の販売、フリーマーケットなどを行います。そして、パフォーマンスエリアでは一日を通して様々な出し物があり、とても賑やかな雰囲気です。地域に支えられてきた訪問の家から、感謝の気持ちと恩返しの意味を込めて行う“愛・ひかりフェスタ”名里理事長からのメッセージをどうぞ！

第2回 愛ひかりフェスタ

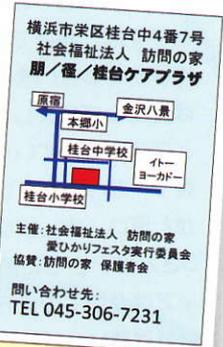
今年も楽しい！ もっと楽しい！
たくさんのイベントや模擬店で皆さまをお出迎えします

10月30日(日) ↑雨天決行
10:00～14:00

- 模擬店で楽しくお買い物!**
手作りパン、焼き鳥、フランク、手打ちソバ、餅...etc
- 抽選会で運だめし!**
1回100円で超豪華な景品をゲット!
- 体験コーナー「ハートでアート 第2弾」**
創作の輪を広げ、あっと驚く大作に!
- 歌や演奏などのライブパフォーマンスが充実!**
出演予定: kk mobile (金管アンサンブル)、桂台中吹奏楽部
桂台小和太鼓クラブ、B.B.Q. (アメリカンフーク)
サファリパークDuo (こどもジャズ)、みのりバンド

※イベント内容は予定です。変更される場合があります。

13:30～14:00 チョコレーツ
古里ヒロコ (トロンボーン)、前塚小鳥 (トロンボーン)
cheata (ドラムス)、柳原ありさ (ベース)、フジワラミエ (ピアノ)
昨年の大好評を受けて「東京プラススタイル」のトロンボーン奏者・古里ヒロコさんが今年も出演決定！ 女性5人のジャズグループです。華やかでダンサブルなステージをお楽しみに！



会場には駐車場がございません。また、近隣店舗の駐車場などに駐車されると一般のお客様の迷惑になりますので、ご来場の際は公共交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。

「フェスタの前身である愛ひかりバザールは、26年前に朋の保護者会が主催する形で第一歩を踏み出しました。そして、障害のある朋のメンバーもグループ毎に模擬店を出すようになり、規模もどんどん大きくなっていきました。また、回を重ねる毎に地域の方々の協力も増え、日頃の活動の発表と来場された皆さんとの交流の機会となりました。昨年は25年目の節目にあたり、これまでの振り返りと、これからについて検討した末、初心に戻る意味も含め、『愛・ひかりフェスタ』へとリニューアルすることとなりました。お世話になっている地域の皆さまへ感謝の気持ちを込め、メンバー、家族、スタッフも一緒に楽しめ、そして交流できる一日にしたいと考えました。さあ、今年はフェスタ2年目です！ 当日は、盛りだくさんの内容で楽しみながらも心和む秋の一日を過ごしていただけるよう準備しています。皆さまのご来場を！心よりお待ちしております。」

