

平成26年  
5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26年5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.katuradai.com>

桂台 支えあい連絡会

検索

皆様、ハマロード・サポーターという組織をご存知でしょうか？ ハマロード・サポーターとは、身近な道路の里親と呼ばれ、地域のボランティア団体や企業と行政が協働して、身近な道路の美化や清掃等を行っていきこうという制度です。

ここ、桂台地区でも熱心に活動されている方が多くいらっしゃいます。去年は、ボランティアの方たちが、銀杏の木が植えられている植栽柵の中に、新たに低木のサツキを植えてくださいました。暑い夏で水やりも大変でしたが、1年たって花の咲く季節になると、とても楽しみなものです。

ところが、その植栽柵の中に、タバコやお菓子の袋ゴミなどをポイ捨てする行為が、最近増えているように感じます。環境美化に努めている人がいる一方で、そのようなことをする人がいるのは、残念で悲しいことです。みんなの街をみんなで綺麗にしようという気持ちがどんどん広がっていくように、ケアプラザもこの活動に参加したいと思っています。

## 5月の おしらせ



### ◆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：5月9日(金) 23日(金)

13:30~15:00

場 所：桂台地域ケアプラザ 相談室



### 平成26年度 「Garden Garden Greenbook」 オープンガーデンの お知らせ

~ガーデニングでコミュニケーションの  
輪を広げましょう~

4月号で特集したガーデニング！会員7名の方々のステキなお庭を訪れてみませんか？ 百花繚乱、個性あふれるお庭の数々が豊かな暮らしを演出します。お庭の場所については、ケアプラザまでお問い合わせください。(地図あります)

日 程：5月23日(金)、24日(土)

10:00~17:00まで

問合せ：桂台地域ケアプラザ

☎897-1111



### ◆上郷西地区世代間 交流サロン◆ 第11回「ぬくもり」開催

美味しいお食事や興味深い内容が満載です。心あたたまる、楽しい時間を一緒に過ごしませんか？

日 時：6月15日(日) 11:00~15:00

内 容：お食事…セットでなんと300円！

コンサート…お子さんによる本格的ジャズライブ他  
体験コーナー…思わず夢になるおもしろゲーム多数  
手作り品展示即売会

展示…上郷小学校1年生の絵画など

場 所：桂台地域ケアプラザ (全館で開催)

問合せ：桂台地域ケアプラザ ☎897-1111

※6月のスペシャルデイ(ケアプラザのデイサービス利用の皆様へ日頃の感謝をこめて月1回「桂台スペシャルデイ」を企画)は、「ぬくもり」との共催で行います。ご家族の皆さん、地域の方々、どなたでもふるってご参加くださるようお待ちしております。



# おもちゃ文庫“ぽこ”を ご存知ですか？

桂台地域ケアプラザには、小さなお子さんが安心して過ごせる楽しいプレイルームがあります。かわいい愛称「ぽこ」として地域の子どもたちに愛されて早10年余り。大人になっても、ふっと思い出し、再び我が子とともに訪れてほしい……。そんなかけがえのない、ゆったりとした癒しの空間「ぽこ」をご紹介します。



## ◆ どんなおもちゃがあるのでしょうか？ ◆

### \* 自然のぬくもりが伝わる木のおもちゃ “プラステン” \*

リングを「握って」「つまんで」棒に通す、というシンプルな動きが指先の器用さ、集中力や創造力を養います。子どもの発達に応じた遊び方ができることで、おもちゃの王様と呼ばれています。



### \* 色とりどりのフェルトで作られた 布絵本やエプロンシアター \*

ボランティアグループ「手作り工房ちくちく」の皆さんが丹精こめて制作されています。

### \* 乳幼児の誰もが夢中になる “くるくるチャイム” \*

発売から21年以上のロングランを誇ります。「ポトン」「クルルン」「ポロロン」の繰り返し楽しく手や指の運動能力、追視力が身につきます。



### \* 浮いたり、泳いでいるような 気分になれるボールプール \*

手足や体の隅々がボールに触れることで、「触覚」が刺激され脳に伝わって、知力や運動神経の発達を促します。



### \* 冒険心をくすぐり、 創造の世界を広げるキッズハウス \*

## ◆ だれが、いつ利用できるの？ ◆

未就学のお子さんと保護者の方々どなたでも……。お子さんの遊び場はもちろん、ママのストレス発散の場、仲間作りの場としてもぜひご利用ください。最近では、おじいちゃんやおばあちゃんが、お孫さんのもみじのような手を携えて来館されます。相好を崩して見守っている姿がとっても印象的です。

\* 平日（月曜～金曜） 10：00～13：00 フリータイム（一般のお子さん）

13：30～17：00 わんぱくタイム（障害をお持ちのお子さん専用）

## ◆ 支援者さんはどんな人？ ◆

そっとドアを開けると支援者さんがにこやかに迎えてくれます。  
では、素敵な支援者の皆さんに登場していただきましょう。



### <鈴木睦子さん>

“子どもが好き”というだけで支援者をさせて頂いてもう10年以上になります。たくさんの親子との出会いがありました。我が子に優しく穏やかに話しかけ、何か行動することに対してもじっくり見守っているお母さんを見ると、こんな感じで子どもに接していたかなと自分の子育てを思い出し反省です。（もう遅いですが……）街なかで、“〇年生です”“今度中学生になります”といった話を聞くと子供たちの成長の早さ、時の流れの早さに本当に驚いてしまいます。“ぼこ”は子どもの“プレイルーム”だけでなく、お母さんたちの“癒しの場”でもありたいと思っています。

### <石川規代さん>

私が支援者として関わるようになって1年半が過ぎました。ドアの外からかわいい声が聞こえてくると、誰が来てくれたのかな～と、ドキドキワクワクします。

約10年前は、逆の立場でした。私も子供が小さかったとき、“ぼこ”を利用していました。今日は何をして遊ぼうかな？お友達はあるかな？と、子供と一緒にワクワクしながらドアを開けたのを今でも覚えています。ぬくもりのあるおもちゃと支援者さんがいてのんびり時間が流れる……子供はもちろん私にとってもホッとできる場所でした。そんな思い出の場所で、またかわいい子供達と過ごすことができ、とても嬉しいです。

### <霜山真美さん>

私が子育てを始めた頃はちょうど「公園デビュー」という言葉が流行り出した頃でした。その時住んでいた近くの公園には毎日沢山のベビーカーが並び、砂場へ行くのも勇気のいることでした。そんな中、この桂台に引っ越してくることで、静かなのんびりとした公園にほっとしたのを覚えています。でも、今度は誰にも会わない日が続く少し寂しかったのも事実です。初めての子育て、不安なことも楽しいこともわかりあえる友達が欲しい、あの頃私が思っていたことを同じように感じているママがいたら少しでもお手伝いしたいと思っています。いつでも開いていて誰かがいてくれる、子どもの成長と一緒に感じて喜び合える、小さいけれど居心地のよい空間を見つけに来ませんか？

### <安武裕子さん>

お手伝いさせていただいて、私自身の子育て時代と違う点、若い人たちの子育ての悩みなど、自分の娘や孫に接する時、とても参考になります。「ぼこ」を卒業したお子さんも、成長ぶりを聞くと本当に嬉しく思います。親子で遊べる所が増えています。まだまだ親子二人だけで家の中に居る方がいらっしゃると思います。先輩ママから参考になることも聞けるので、ぜひ遊びに来てね。

### <山田美子さん>

私が初めて“ぼこ”に来た頃、入口にある沢山のスリッパを見ただけで尻込みをして部屋に入れなかった〇〇君が、今はもう小学校の高学年になり、街であうとたくましさを感じられる少年になっていてビックリ！あの時の〇〇ちゃんもかわいらしい少女に！自分の住んでいる街にたくさんの孫がいるようで勝手に嬉しがっています。新米ママもパパも“ぼこ”を見に来てください。まだお座りもできないから、人見知りをするから等は全く気にしなくて良いです。少し大きなお子さんを見ているだけで成長し、小さなお友達には優しくできたりと、お家では気づかなかった発見があります。楽しいおもちゃと私たちおばさんが待っています。

### <山本克子さん>

つい最近までこんな素敵な場所があるなんて全く知りませんでした。初めて知った時から、ここの活動に関わりたくと支援者になりました。まだ、来庫されたことのない方も、子育て中「ちょっと話を聞いてほしい」と思った時、“ぼこ”でお子さんと遊びながら、私たちと気軽におしゃべりしてみませんか。顔見知りになったら、街で出会った時に笑顔であいさつができる関係になりたいです。これからもお母さんの子育てを応援し、子供たちの成長を見守っていきたくと思っています。

# 桂台ケアプラザ・地域活動支援員、始動!

桂台地域ケアプラザでは、地域活動を長期にわたって続けている数名の方に地域活動支援員のご協力をご依頼することにしました。その任務の一つは、地域活動に一步を踏み出そうとしている方へのご相談窓口です。

今や女性も働く時代になり、定年退職をした後に地域に貢献できるボランティアを始めたいのだけれども、どんな活動があるのか教えてほしい、と相談を受けたこともあります。もちろん、男性の方も然りです。

定年後は皆様、それぞれ再就職する方、趣味活動に没頭したい方、今までには出来なかった長期の旅行など、様々なプランをそれぞれがお考えだとは思いますが、そのような時期が一段落したり、その傍らに地域活動やボランティア活動などの社会貢献になるような活動も行いたい!と考える方はとても多い(特にこの地域は)ようです。けれども、いざその時になってみると、どこに相談したら良いのかわからない、そんな悩みがあるようです。そのご要望にお応えして地域活動についての相談窓口を開設しようと考えた次第です。その第一号が上之町にお住まいの小華和絃記さんです。

今回は、その小華和さんにインタビューを行いましたので、ご紹介します。

## —小華和さんは、これまでにたくさんの地域活動をなさっていますが、そのきっかけはどのようなことでしたか?

きっかけは、一枚のチラシでした。定年退職して、家でブラブラしていても仕方ないと思って、散歩しては、あちこちの掲示板なんかを眺めていました。ある日、「地域づくりの会・会員募集」のチラシがポストに入っていました。それが、最初のきっかけになりました。それから、性格もあつたんだろうと思いますが、頼まれたら断れない方で、今日の取材もそうです。

## —その後は、栄区の地域福祉保健計画に関わられて、保健活動推進員、上郷西地区社会福祉協議会と切れ目なく地域活動をされていますね。

最初は地域の役員を義務的に引き受けたわけですが、これも始めると、なかなか面白いものでした。人のつながりもできるし、いろんな人の考えも聞けますしね。平成17年に栄区地域保健福祉計画ができて、それをわかりやすく表現したコマの絵がありますが、地域の活動を的確に表しています。街づくりは、みんなが協力して、そのコマを回し続けることです。それを続けないとコマは倒れてしまいます。つまり、地域が停滞してしまうということです。自分もそこに参加してきたからこそ、今があると思っています。私自身の励みにもなっているコマの絵です。

## —文化活動についても関わっていらっしゃいますね

栄区文化協会に関わっています。秋の芸術祭や春の文化祭の日程計画を立てたり、予算を組んだり、プログラムやポスターを作成したりしています。遊彩会というグループでは水彩画を描いています。最初は、上手でなくても自分の好きなことを自分流にやるのが大切だと思います。

## —最後に、小華和流「地域活動で学んだ7つのこと」を紹介します

1. 待っていても何も得られない。
2. 迷う暇があつたら、一步踏み出せ。
3. 「出会い」と「キッカケ」を大切に。
4. 他人流に生きようとするとストレスがたまる。
5. 小さいことに手を抜くな。
6. すぐに結果を求めない。
7. 「温故知新」と「臥竜点晴」

とても示唆に富んだ、7つの教訓ですね。この言葉の行間には、小華和さんが経験された、たくさんの知恵が詰まっているように感じます。地域活動に関して、尋ねたいことがある方は、小華和さんをはじめとした地域活動支援員がお話をうかがうことができます。是非、ご連絡ください。

## 地域活動支援員・相談会のお知らせ

地域活動についての相談会を実施します。どんな活動があるのか、ご興味がある方は、お気軽にお申し込みください。

日時：5月20日(火) 10:00~12:00

6月20日(金) 10:00~12:00

この日以外の日程でも、マンツーマンでお話をうかがいますので、お気軽にご連絡ください。(桂台ケアプラザ ☎897-1111)