



編集発行：寝屋川市社会福祉協議会ボランティアセンター  
電話：072-838-0400  
URL <http://www.neyagawa-shakyo.or.jp>

おもな Contents :

- ボランティア部会紹介  
～北小校区～
- 世界大会に出場!!  
～職員サイクルサッカーで
- 社協へ車いす寄贈



10月17日、堀溝小学校の3年生46人が、寝屋川市身体障害者福祉会 視覚部の土佐さんと関係者を講師に目の不自由な人たちについて学び、その体験をしました。幼少期に芽生えた「思いやり」が大きく育つことに願いを込めて開かれました。

大きく育て「思いやり」の心  
「気付いたこと」をいっぱい

↑サウンドテーブルテニスを体験「難しかったけど、楽しかった」と。

→介助やユニバーサルデザインなどを学んだあと、白杖、点字などの説明を受ける児童

～堀溝小学校体育館で～



知ってますか？  
「ヘルプマーク」



赤地に白い十字と  
ハーとのデザイン

このマークを見かけたら、電車内で席をゆずる、困っているようであれば声をかける等、思いやりのある行動をお願いします。

援助が必要な方のためのマークです

外見からは分からなくても援助が必要な方がいます。

サウンドテーブルテニス、クイズと視覚障害者用機器、アイマスク歩行体験、白杖体験の4種を順に経験し多くを学んだようです。

■児童から■

○声や音がないと相手に何も伝わらないことが分かりました。

○白杖の人のために点字ブロックがとても大切だと思いました。

■福祉委員から■

○今日の体験で学んだ「不自由」

由」について理解し、成長と同時に人に役立つ気持ちを育てたい。

■講師から■

○私たちは特別でなく、いつも町にいて、工夫を楽しみ、人の手を借りながら、ふれあいながら生活しています。

○今日の体験をとおして、「不自由」が目にとまる意識の大切さを感じてもらえると幸いです。

# 福祉委員会紹介

## 活動心満たされる思い 北校区V部会

ボランティア部会結成は昭和62年。「あいあいサロン」は平成23年7月からはじまり部会員数は12人。

### 主な活動

①毎月第4水曜日、誕生月のひとり暮らしの老人へ第三中学生による花束のプレゼント。

②毎年「敬老の日」には北小学校の児童が手紙を書いてひとり暮らしの老人宅へ届けます。手紙を受け取り、感動したお年寄りが小学校に返事を出したそうです。



す。小さな心の交流が繰り返され続けています。  
③2か月に1回の「あいあいサロン」では飲み物を提供して、楽しいおしゃべり会を開いています。  
各自治会12地区を順次回り、最初20人くらいから始まり、今では50人に。  
地域包括と協力して認知症予防体操や血圧測定後の健康相談などもしています。

④年に2回、春と秋にはバスツアー。皆さんに喜んでもらえるようにボランティア部会員が下見をして、食事内容などを企画検討し作り上げています。

その結果、募集受付後1時間で満席になるくらい毎回大好評で皆さんの「ありがとう、楽しかった」の言葉に励まされやがいを感じています。心が満たされる思いです。

今後の課題としてボランティア部会員の高齢化があります。若い年代層の獲得に、OB会を結成して検討中です。(取材 堀田)

お茶とお菓子を囲んで楽しいおしゃべりの時間が...  
会場奥では血圧測定や健康相談もはじまっています

# 世界大会に出場!!

# 社協職員 ~サイクルサッカーで~

社協地域担当職員の杉谷嘉彦さんが、オーストリアで11月24日から開かれるサイクルサッカーの世界大会に日本代表として出場。  
遠征を目前に杉谷さんは「サイクルサッカーに関心を持っていただけたらうれしいです。大会では一戦一戦を集中して取り組み、ひとつでも多く勝利し、Aリーグへの昇格を目指します」と意気込みを語りました。



サイクルサッカーの、自転車とボールを披露する杉谷さん

☆サイクルサッカー：ブレーキのない専用自転車で2人1組、14分間(7分×2回)の室内競技。前輪でドリブル、パスなど。サッカー

と自転車の要素が合わさって多角度から楽しむことのできるスポーツ。

# ご協力に感謝

いつも活動にご協力いただき、心より感謝しています。  
(ボランティア相談員一同)

## ボランティア活動調整報告

【当ボランティアセンター取り扱い調整分（施設・団体に限定）】

月	活動日	活動先 (施設・団体)	活動分野	活動内容	人数	対応 [ボランティア・校区・団体]
8月	2	地域ミニ・デイ「コロンブス」	高齢者	行事援助	2	個人
	2	寝屋川市視覚部会	障害者	行事援助	1	個人
	5	カルデアの家	高齢者	行事援助	8	梅が丘
	5	香里南之町東自治会	高齢者	行事援助	1	個人
	6	石津地域協働協議会	高齢者	行事援助	4	河北民謡同好会
	16	国松緑丘校区福祉委員会	高齢者	行事援助	4	アロアロ香里園
	18	ライブサポート寝屋川DSセンター	高齢者	行事援助	9	大阪睦会
	19・29	おおさかパルコープDS寝屋川	高齢者	行事援助	5	アロアロ香里園・個人
	20	ツクイ寝屋川	高齢者	行事援助	5	河北民謡同好会
	21・26	香西園デイセンター	高齢者	行事援助	13	個人・大阪睦会
	22	寝屋川南病院デイケアセンター	高齢者	行事援助	4	なんぼーず
	22	ラフィンデイズグレイス寝屋川	高齢者	行事援助	2	個人
	23	かがやきDS萱島	高齢者	行事援助	6	河北民謡同好会
27	たのしい家寝屋川	高齢者	行事援助	6	河北民謡同好会	
小計	16	14			70	
9月	2・29	DSきぼう豊野	高齢者	行事援助	10	仲よし会・個人
	4	下神田町喜楽会	高齢者	行事援助	7	わくわく音楽隊
	5・19	おおさかパルコープDS寝屋川	高齢者	行事援助	2	個人・個人
	5	ヒューマンライブ寝屋川の湯	高齢者	行事援助	4	すみれの会
	7・13・23	DSセンター寝屋川苑	高齢者	行事援助	18	栄光会・ハーモニカ同好会・歌体操寝屋川グループ
	7・9・12・13	めぐみDS	高齢者	行事援助	27	大阪睦会・さつき会・河北民謡同好会・美鈴会
	8・29	たんぽぽ保育所子育て支援センター	乳幼児	保育	4	明和
	8	寝屋川南病院デイケアセンター	高齢者	行事援助	2	個人
	9	ここから木田元宮	高齢者	行事援助	7	仲よし会
	12・29	木屋校区福祉委員会グループ援助部会	高齢者	行事援助	2	個人・個人
	12・20	かがやきDS萱島	高齢者	行事援助	3	百楽会・個人
	15	白井内科医院デイケア	高齢者	行事援助	12	さつき会
	16・18	香里寿苑DS	高齢者	行事援助	3	個人・個人
	17	東高柳自治会	高齢者	行事援助	1	百楽会
	18	FMCグループホーム香里園	高齢者	行事援助	5	美鈴会
	18	ひとり暮らし高齢者の会なるみ会	高齢者	行事援助	5	個人
18	サンセール香里	高齢者	行事援助	4	個人	
21	ラフィンデイズグレイス寝屋川	高齢者	行事援助	4	歌体操寝屋川グループ	
23	特養香西園	高齢者	行事援助	1	個人	
小計	30	19			121	
8月～9月 集計 延活動日数 46日 活動件数：33件 ボランティア数：191人						

## ～ボランティアに新しい風を！サロン de マンボ♪～開きます

平成29年度ボランティア講座：基礎Ⅱ

『音楽』の力を知る講座

日時：12月13日（水）13:30～15:00

場所：保健福祉センター5階 多目的ホール

内容：『音』を『楽しむ』とは？を知る

講師：金谷 ますみ さん



「ほうれんそう」の村井代表から社協の下川会長に車いすが手渡されました＝社協会議室

## 登録V「ほうれんそう」30周年記念

# 社協へ車いす寄贈

当ボランティアセンター登録の「ほうれんそう」が結成30周年の記念として、社協に車いすを寄贈しました。

代表の村井瞳さんは「30年間地道に活動を続け、グループの仲間が今まで、元気に楽しく過ごしてこられた

ことに感謝しています。これからも、みんなで「心ひとつ」に頑張っていきたいと思います」と話していました。

この車いすは「車いす貸し出し事業」に活用されます。

☆「ほうれんそう」

高齢者施設などに用い、主として介護用品や絵手の制作とおして介護、要介護者の援助に活動中

## 「知って得する豆知識」by モモちゃん



### 鍛えてなんぼ！ 筋肉&体力

20歳以上の読者の皆さん、一度は口にしたことありませんか？『あの頃に戻りたい』。

人の体は年齢と共に衰えていくもの・・・それは20歳を過ぎたらみ～んな始まるそうです。筋肉は使わないと劣化したゴムのように伸びも縮みもしなくなり、大きな怪我の原因にも・・・しかし！「年だから・・・」と諦めてはダメ！実は90歳代の高齢者でも継続的にトレーニングすれば体力もつき、心肺機能も鍛えられて健康維持をはかることができるのです！決してキツイ運動をする必要はなし！年齢にあった軽負荷な運動や深呼吸、ラジオ体操などを毎日少しずつでも続けることでOK！運動のコツはゆ～っくり、じ～っくり♪（急な動きは厳禁です）継続は力なり！健康長寿の体をゲットしましょう。

寝屋川市社会福祉協議会での実習を通して、社協の、分野にとらわれない強さやCSWさんの地域に対する熱い思いなどを感じ取ることができました。

この実習で学んだことは盛りだくさんでしたが、特に印象に残っていることはボランティアに対する自分の考えが大きく変化したことです。

地域住民さんのお話を聞く中でボランティアは人のためにや

## 実習で得た大きな気づき

関西大学 人間健康学部  
人間健康学科 3回生 古竹 直輝

いるのではなく、自分のために行うということに気づかされました。ボランティアを通して、横のつながりが増え、住民さん同士の交流が盛んになります。それが地域での見守り活動にもなるというボランティアの魅力を学べました。

この実習で学んだことをこれからの社会生活に活かしていきたいと思えます。ありがとうございました！