

# たんぽぽ

第18号  
平成21年3月1日発行

編集・発行  
常総ボランティア連絡協議会  
常総市新石下4365 総合福祉センター内  
TEL.0297-30-8789 FAX.0297-30-8790

## 初の試み！ボランティア・社協・ケアマネ合同開催！ ～ボランティア・地域ケアシステム研修会～

2月14日、ボランティア・地域ケアシステム研修会が常総市生涯学習センターにて開催されました。

「誰もが安心して暮らせる地域社会」を実現するためには、ボランティアや社協や様々な福祉サービス提供者が別々に活動するのではなく、積極的に交流し相互理解を深め一緒に地域活動を行っていくことが大切です。そこで、昨年まで別々に行っていた研修をひとつにしました。とても、好評でした。それから、「これで終わりではなく、今後の広め方が大切なので考えていく必要がある。」と、貴重な意見もありました。

★★サークルの発表は、「まちの研ぎやさん」「常総石下母親クラブ」から報告がありました★★



「さびた刃物に生命を吹き込む」まちの研ぎやさん。



「まちの子はみんなわが子を、合言葉に」常総石下母親クラブ。



今年も、要約筆記と手話通訳をお願いしました。昨年以上に見やすくなった「きぬ」の要約筆記！



## ～講演：「ケアをする人、受ける人のための防災対策」を聞いて～

サークル発表の後、防災科学技術研究所の内山庄一郎氏による講演会がありました。

防災意識を高めてもらうために、ボランティアでサバメシ(サバイバルメシタキの略)を多くの人に伝えている方です。一番伝えたいことは、命を守るための防災・・・

そのために、心がけることを解り易く話してくれました。



多くの感想が寄せられました(全部載せられず、すみません)

- ・身近な大切な話でとても役に立つ話だった。話し方もわかりやすかった。
- ・耐震改修が大切だとわかった。しかし、常総市は診断補助のみなので改修までいかないのが現状。
- ・ケアとは無関係だったような。もっと、実際のことで話を聞きたかった。
- ・自分の知識がいかに間違っていたかを知ることができた。
- ・自分でできることから着実に実行し
- ・安全ゾーン(逃げ場)のある家具の配置は安全で費用もかからずによくできるなど参考になった。
- ・いざという時、どうするか家族で確認してみたい。
- ・近所の交流が、災害時に大きな力になることがわかった。
- ・地震の際の対応方法を改めて確認できた。壊れない家が火災を防ぎ、いざという時に慌てないための備えもよくわかった。

## 参加者の声

### ～サークル発表を聞いて～

#### ◆◆常総石下母親クラブ◆◆

- ・母親自身が立ち上げたことに意義を感じて、是非ネットワークに協力したい。
- ・活動日が平日なので、働くお母さんは参加困難で残念。スライドでの発表でわかりやすかった。
- ・空いている公共施設を改修して児童館にしたら、と思う。
- ・地域に根ざした活動。ストレス発散にもなり、知恵を得ることもでき素晴らしい活動だと思う。

#### ◆◆まちの研ぎやさん◆◆

- ・男性の方が多いサークルで、まとまりを感じた。とても、組織化している。
- ・年をとっても仕事、人に頼りにされること、やりがいを持てることがあることがとても大切。これからも、永く続けてほしい。
- ・機会があればお願いして、切れる包丁で料理がしたい。また、技術の教育を受けられる機会には参加したい。
- ・ボランティア精神で、元気に頑張っている姿に元気を貰った。今度、お願いしたい。

## 「みんなの広場」ボランティア募集！

4月から水海道ハイツ(水海道山田町)1階集會場で毎週土曜日、誰もが気軽に集える場所「みんなの広場」(仮称)を開きます。

そのときに、見守りボランティアとして参加してもいいよ～と言う方々を募集したいと思います。時間が有るから行ってみようかな～くらいの軽い感じできて下さい。お話をしたりお茶を飲んだり・・・

4月からの本格始動の前に、3月21日(土)午後1時30分より水海道ハイツ1階でも集まっています。ぜひ見に来てください。

【連絡先】社会福祉協議会 TEL 30-8789

担当：深谷



## ♡サークル活動報告

### 国際雪台戦で盛り上がりました！

#### 障害者の自立をめざす会・プリズム



▲メイド姿がきまってるでしょ！

2月7日～8日、障害者の自立をめざす会とプリズムで新潟の小出国際雪台戦に参加してきました。

7日はスキー場で雪遊び・スキー・スノーボードを満喫、8日は5人1組で4チームがエントリー、雪台戦に臨みました。あまりにマジな戦いに選手たちは唖然！！それでも1チームが2回勝ち抜いて決勝戦に進みました。

また、コスチューム写真コンテストにはメイド服で参加したり、楽しい一日を過ごしました。(プリズム 横島智子)

### 「北風になんか負けないぞ！」

#### 第3回 お父さんのための親子遊びセミナー開催 常総石下母親クラブ



▲モンキーブリッジで遊ぶ子供達

毎回、東関東子育てサポートセンター代表の木村利行先生をお迎えして開催されるこのセミナー。

今回(2月21日)は、26組の親子とボランティアさんの総勢90名で、外遊びを思う存分楽しみました。

木と木の間にはロープを張って、ターザンロープやモンキーブリッジ。ネイチャーゲームの宝探しでは、北風の中、大人も子どもも元気に走り回っていました。火おこし体験やかまどでのご飯炊き&けんちん汁作り。外は寒かったけど心も体もあつたまる楽しい1日でした。(編集委員 大津)

### 平成21年度 茨城県手話通訳者養成講座のお知らせ

期間 平成21年5月～平成23年2月 計60回  
会場 水戸市、つくば市  
対象者 養成講座入講試験合格者(下記参照)  
定員 各会場20名  
受講料 13,000円/年(別途テキスト代)

#### ◆◆入講試験◆◆

日時 平成21年4月18日(土) 10:00～

会場 県立聴覚障害者福祉センター「やすらぎ」  
または筑波技術大学  
受験料 無料  
応募締切 平成21年4月4日(土) 必着

#### 【詳細・問い合わせ先】

・茨城県立聴覚障害者福祉センター「やすらぎ」  
手話通訳者養成講座係  
TEL029-248-0029 FAX029-247-1369  
・社会福祉協議会 担当：深谷 TEL30-8789

常総ボランティア連絡協議会

## サークル紹介



▲会員16名と送迎担当の民生委員2名で楽しく活動しています。

## ひばりの会

■ひばりの会はひとり暮らしの高齢者に福祉給食を、月1回菅生公民館で行っています。

参加者は、いつも全員出席の快挙！取材した日は、10月からスタートした地域包括支援センター主催の「認知症や寝たきりにならない予防法」の指導を受けている方たちを交えての大食事会でした。メニューは「カレーライス、フルーツサラダ、中華スープ」5つのグループに分かれての会食は、コップに生けた紅梅とすいせんの花が会を和ませ笑顔とおしゃべりがつきませんでした。「車で送迎してくれるので、足が悪くても来られるし、ボランティアの方やお友達とのふれあいがうれしい！」の声。ひばりの会さんの愛情たっぷりの食事会でした。(編集委員 木村)

## いきいきヘルス会

■高齢者の介護予防のために作られたシルバーリハビリ体操の普及活動を行っています。

体操は、「いきいきヘルス体操」と「いきいきヘルスいっぱい体操」で構成されており、関節の柔軟性を失った部分や筋力の落ちた部分を強化維持して、転倒等を予防し、活力ある生活を送れることを目的とした体操です。会員は県より指導士の認定を受けた23名です。主に各種団体、老人会の会合の折等5,6人の会合でも出かけて行って「つまづいたり」「食事会中むせたり」しない様、わかりやすく音楽に合わせてみなさんと楽しく体操しています。(鈴木うめ子)



▲背筋を伸ばして気持ちいいな。

### お母さんが困っています ～付き添いボランティア募集～

水海道小学校下校後、水海道児童センター(水海道天満町)での学童保育を希望しているのですが、移動に付き添いが必要なお子さんなので、どなたかお手伝いしていただける方を探しています。

内容 4月から小学校から児童センターまでの徒歩での付き添い(新1年生の男の子)  
日時 月～金曜日 午後3時ごろから30分程度  
※できる曜日だけでも結構です。  
【問い合わせ先】  
社会福祉協議会 TEL 23-2233  
(担当：荒井)

編集委員から…

### わたげのおしゃべり

編集委員が発足して、もうすぐ1年！素敵な5人の仲間のおかげで、楽しく活動しています。サークルを越えた出会いに感謝です。不況のせいなのか？歳をとったせいなのか？私の中で、幸せの基準が大分変化したんですよ。正直、しんどい事も多いけど、とにかく元気で1日過ごせてありがたいなって。さあ、今日も頑張るぞ！(柴崎)