

# 泉区ボランティアネットワーク通信

## ■ 第33回泉区社会福祉大会

新型コロナウイルス禍のいま自粛、三密で活動ができないことが多いと思います。社会福祉大会、ボランティアフォーラム、区民まつりなど大きな行事も中止になりました。「ボラネット通信」も昨年12月の25号以降、休止になっています。ただし、33回を迎えた社会福祉大会（令和2年2月28日）の中止でボランティア活動の個人、団体の功労賞授与式は行われませんでしたので、遅くなりましたがこの号で紹介いたします。

このコロナウイルスがいつまで続くのか先が読めないことで、イライラやストレスが溜まり出かけるのも控えGo Toトラベルと言われても出かける気がしません。一日も早くコロナが終息してくれることを願います。ボラネット委員会の定例会も9月から行っています。ボランティア会員の皆様が元気で活躍できる日を楽しみにしています。（中嶋光代）

### ボランティア個人、団体の功労者紹介

#### I. ボランティア活動功労者

団体：2団体……福祉増進のためボランティア活動を4年以上行い、功績顕著な団体

泉区ボランティアネットワーク	（泉区社会福祉協議会）
泉区災害ボランティア連絡会	（泉区社会福祉協議会）

#### II. 福祉団体自主活動功労

個人：14名……福祉団体での活動を5年以上行い、功績顕著な個人

藤本 由美子 （読み聞かせグループひだまり）	須藤 光男 （美化ボランティアグループ明るい会）
高梨 芳子 （読み聞かせグループひだまり）	副島 紀子 （泉区保育ボランティアグループ「マミー」）
森山 美緒子 （飯田八日会）	小林 友香理 （泉区保育ボランティアグループ「マミー」）
太田 房子 （飯田八日会）	福野 弘美 （おやこのいばしょタンタン）
渡邊 喜美 （NPO法人 あやめ会）	佐藤 美知子 （おやこのいばしょタンタン）
宮丸 哲夫 （おもちゃの病院ドクトル・ベアーズ）	田中 達也 （緑園サロン）
小出 知恵子 （おもちゃの病院ドクトル・ベアーズ）	國井 百合 （緑園サロン）

## ■ 泉区社会福祉協議会新配属職員紹介

令和2年4月から泉区社会福祉協議会に新しく職員が配属されました。よろしくお願ひします。

名 前	担 当 業 務
齋藤 佳代子	送迎サービス、子育て支援、広報・啓発、助成金、保護司会、更生保護協会、上飯田団地・上飯田・いちよう団地地区
黒木 麻里菜	福祉保健活動拠点、会員管理、表彰、庶務、自治会町内会分科会、学識経験者分科会、更生保護女性会

## 部 会 報 告

### ～高齢者支援部会交流会～

講演会は10月14日(水)午後、講師に“NPO 法人認知症予防スリーAよこはまかたつむりの会” 田村加代子先生をお招きし、泉ふれあいホーム多目的研修室にて出席者24名で行われました。田村先生は皆さんと一緒に円に入り、1m間隔のイスに腰をおろし、会は始まりました。



交流会の様子

「コロナ禍でそろそろ活動が始まりましたね。」と中嶋会長の挨拶。先生は、皆さんの顔を見渡して「皆さんお若いですね」と一言。会場が和みました。

まずは認知症予防について、人生100歳の時代2019年の日本人の平均寿命は、**女性87.45歳、男性81.41歳**です。**誰もが認知症になる時代、他人事としてではなく、自分事として捉えて欲しい。「ピンピンコロリ」は、まれ!**です。病気やけが等で不自由な身体で生きる平均期間は、男性9年、女性12年程度。加齢が大きな原因となる癌や心臓病、脳血管疾患、認知症です。

人の身体は使わないと退化してしまう。脳も例外ではない。他人と話したり、考えたり、感動したり、笑うことで脳の血流が良くなる。認知症の多くは、ある日突然発症するわけではない。認知症の手前にグレイゾーンがある。

早い段階で気が付けば認知症予防のチャンスです。認知症になった方への対応は否定しない。目を見て話しかけ、優しくられる。本人のペースに合わせる。水分、栄養、排便、運動の管理をする。

続いて、脳活性化ゲームを体験しました。イスの間隔を少しちぢめて、両手を組み、前に出して指を折り声を出して数え、左親指を折って両手で指折り数えたり。また、皆さん出身地を言って自己紹介、一周したらあらかじめ配っておいた紙を正方形にし、縦に3つ折りにし、それを横に3つ折り、9つのわくに好きな都道府県を書く。順番に1つの県を発表、同じ県なら斜線を入れ全部でたらピンゴです。歌もありの楽しいひと時でした。

\*スリーAとは「**あかるく・あたまを使って・あきらめない**」

(山内道子)

### ～障がい者支援部会交流会～

2020年10月22日午後、コロナ禍の中ソーシャルディスタンスを気にしながら、泉ふれあいホーム多目的研修室で、部会7団体中4団体(泉・朗読と語りの会、音声訳ボランティア いずみ、音楽スペースおとむすび、発達障害者ピアの会)の9名、泉区ボラネット中嶋会長、江尻監事、泉区社協宮森主事の12名が参加し開催した。



交流会の様子

冒頭、ボラネットの組織、事業計画等の概要説明の後、主題に入りました。

①勉強会「**発達障害者ピアの会 trovi 活動紹介**」:「発達障害」とは、脳内の情報処理がうまくいかず、日常生活に支障をきたす状態で、特定の分野では人並み以上に優れているが、他のことは極端に苦手という特性があります。

主にASD(自閉症スペクトラム、アスペルガー症候群、広汎性発達障害)、ADHD(注意欠陥多動症障害)とLD(学習障害)/SLD(局限性学習障害)等に分類されます。以前は、個性とみなされず、多くは幼少時に現れる症状が見過ごされていました。

大人になり、社会に出てからその特性からもたらされる失敗や困難さに苦しみ、医療機関を訪

ねても発達障害のことが余り理解されておらず、統合失調症など他の疾患と誤診されることが多いそうです。

しかし「発達障害」という言葉が知られるようになったのはごく最近で、未だ認知度が低いため、社会適応がうまくいかず、苦しんでいる人は多くいると思われます。

代表の川嶋五郎さんもそのような一人で、「大人の発達障害者」を中心に障害者自身の交流と理解ある支援者の集まりを目的に「trovi」を立ち上げましたが、なかなか仲間を見つけることができず、現在はこの状態を脱すべく広報に努めて居られるとのことでした。

②**グループの活動についての意見交換**：参加各団体からの活動報告等が行われた。

③**終わりの挨拶**：中嶋会長からご自身の活動報告を含めて挨拶された。（金川一之）

## 新 会 員 紹 介

### ～ 絵本を通じた多世代交流 “みんなの絵本のおうち” ～

私たちは2020年7月、いずみ中央駅徒歩1分の高架下に「みんなの絵本のおうち」をオープンしました。

15年間、親子向けに音楽と共に絵本を読み伝える『コンサートリーディング』を行ってきた「おはなしの風」が主体となり、相鉄のサポート、ヨコハマまち普請の助成を得て、新たに絵本事業、貸しスペース、小箱ショップ、カフェ、ランチ事業を展開しています。

絵本の効果を生かして、多世代交流が生まれることを目的とする「みんなの絵本のおうち」は、木の温もりを感じる壁一面の棚に約4,000冊の絵本が季節やテーマごとに飾られた空間です。

親子、シニアだけでなく、学生、ビジネスパーソンなど、あらゆる世代の方が絵本を通して自分を見つめ、ランチやお茶を愉しみながら、くつろぎと癒しの時間を持つことができます。コンサートリーディングの他に、キッズイングリッシュや親子一緒に絵本でギュウなど、様々な絵本事業を開催しています。

地域の方の得意や好きなことを表現する場として、様々なイベント開催、手作り作品を販売できる小箱も設置します。

誰もが主役となり、皆が笑顔になれる優しいまちの灯りの場を目指しています。

（森川美代子）



活動の様子

### ～ おはなしの風 ～

絵本の優しい効果を活かして、音楽と共に絵本を赤ちゃんから大人の方に向けて読み伝えています。

その活動の場としていずみ中央駅前に「みんなの絵本のおうち」をオープンしました。絵本に囲まれた暖かい空間で多世代の方々が交流できる場所にしていきたいです。（入会申込書より）

### ～発達障害者ピアの会 trovi～

発達障がい者の講演・ブログ発信、自助会を行っています。仕事をしているけど障がいがあり辛い、上司との付き合い方が分からないなど、精神障害者手帳3級の持っている当事者さんで、他の同じ当事者さんと、交流して、悩み事解決のヒントなどの情報交換を目的にしたグループです。[頁2の障がい者支援部会交流会の記事もご参照ください。]（入会申込書より）

## 団体活動紹介

### ～「団塊世代バンドJ&B」～

こんにちは「団塊世代バンドJ&B」と申します。平成19年（2007年）1月に横浜市泉区の「団塊世代パワーの泉」という事業でメンバーを募って発足しました。

結成以来かれこれ13年になります。多いときには10名以上のメンバーがいましたが、時の流れで現在の活動メンバーは5名です。バンド名「J&B」の由来は「熟年バンド」という意味で、「J&Bの唄とともに青春がやってくる。」をコンセプトに奏者・リスナーがともに楽しめる演奏を目指しています。

また、どんなリクエストにも応じることをもモットーとしており、レパートリーはJ-POP、歌謡曲、演歌、洋楽、ラテン等もなんでもござれです。

社会福祉協議会、泉区活動支援センター、個々の方々の依頼を受け、色々な施設や地域イベント、祭りなどで皆様に楽しんで頂きたいと思って活動しています。現在練習は毎週木曜日の夜に新橋ケアプラザで行っています。



バンド一同

## 編集後記

■ 25号が発行されたのが昨年（2020年）の12月9日。新型コロナウイルスの感染予防のため自粛、三密の励行でほとんどの会合、行事がストップ。ここで求められるのが「新生活様式」だ。

既成概念を払拭し、新たに自分の生き方を考えてみる。チャンスと見るべきか、どうかだ。私の好きな言葉に中国の欧陽修（中国の宋、政治家・学者）の「看多・做多・商量多」がある。文章のことで言えば「いい文章をたくさん読み、たくさん書き、たくさん考える」。これが上達の秘訣ということだが、日々の生活の中でも使える教訓ではないか。

■ 秋になると地元の柿が食べられる。「10月26日」が「柿の日」。

正岡子規の名句で「柿食へば 鐘が鳴るなり 法隆寺」が詠まれた日が10月26日だったから。子規の俳句に「三千の 俳句を<sup>さんぜん</sup> 閲し 柿<sup>けみ</sup>二つ」というのもある。（「三千」は多くのという意味。たくさんさんの投稿句に目を通し、ほっとした気持ちで好きな柿を二つも食べた）。柿は栄養価の高い果物。ビタミンCとβカロテンが豊富で免疫力を高め風邪の予防にも良いと言われている。

（宮田貞夫）

### ■泉区ボランティアネットワークへの問い合わせ・加入申込み■

泉区ボランティアセンター（泉区和泉中央南5-4-13 泉区社会福祉協議会内）

電話：045-802-2150 FAX：045-804-6042

Email：izumiku01@yokohamashakyo.jp

Facebook：泉区ボランティアネットワーク

泉区ボランティアネットワークHP：http://network.shakyo-iy.or.jp/

### 編集委員

発行責任者：中嶋光代

広報委員長：宮田貞夫

広報委員：歌川優子、江尻哲二、金川一之、山内道子、泉区ボランティアセンター