

そら



栄区福祉保健ボランティア情報紙

発行 社会福祉法人横浜市栄区社会福祉協議会
作成 そら編集委員会
栄区桂町 279-29 ピアハッピー栄
(栄区福祉保健活動拠点内)
☎ 8 9 4-8 5 2 1 Fax 8 9 2-8 9 7 4
E-mail : office@sakaeku-shakyo.jp
URL : http://www.sakaeku-shakyo.jp

傾聴ってな・あ・に？

傾聴とは字の通り、相手の話に耳を傾けて話を聴くことを指します。ただ聴くだけではなく、相手の気持ちに寄り添い、相手に関わっていくことが求められます。

施設やご自宅へ訪問して行う活動の他、他区では電話を利用して傾聴を行っている団体もあります。

栄区ボランティアセンターにも近年、「傾聴」の依頼が増えています。具体的には下記のような相談が寄せられています。

自宅で母の介護をしています。外出する機会が減ってしまい、自宅にいる時間が長くなってしまいます。母の気分転換にもなるので、お話相手になってくれるボランティアさんはいないでしょうか？

自宅で母を介護する息子さんからの依頼



通所している方のお話相手を探しています。

障害者施設 職員からの依頼

【暮らしに役立つ傾聴 講座開催決定！】 =====

栄区には傾聴の活動を行うボランティア団体が3つあります。傾聴の会 栄そよかぜ、傾聴の会「みんなの広場」、「ミミバジル」。今年度、3団体と一緒に「暮らしに役立つ傾聴講座」を開催します。知って役立つ話の聴き方、学んでみませんか？

日 時：2018年8月29日（水）10時～12時

場 所：栄区福祉保健活動拠点

対 象：栄区内在住で、傾聴活動に興味のある方

定 員：30名（応募多数の場合は、抽選とさせていただきます）

費 用：無料

講 師：傾聴の会 こうなん 篠崎 延子氏

申し込み方法：お電話またはFAXにて①名前②住所③電話番号をお知らせください

申し込み先：〒247-0005 栄区桂町279-29

栄区ボランティアセンター 「暮らしに役立つ傾聴講座」係

締切：8月10日（金）

TEL：894-8521 FAX：892-8974



ボランティア現場レポート～ブループラネット～

ブループラネットは会員8名。さり気なくお手製の藍染Tシャツのユニフォームとアクセサリをまとい、高齢者施設や障害者施設などを訪問してアロマトリートメントを中心に活動をしています。とある施設からの依頼がきっかけで始まった活動ですが、その後、紹介や口コミなどで依頼を受け、ほかの施設へと広がってきたのだそうです。

今回は「ふぁみりーさぽーと泉」での様子取材させていただきました。

こちらの施設へは月1回、たくさんの方に利用してもらいたいという思いから曜日を固定にせず、施設側と相談しながら日程を決めているそうです。

時間は午後1時30分～3時頃までで、その日の希望人数に対応しており、取材当日はスタッフ2人で8人の方を一人当たり15分前後で対応していました。

はじめにたくさんある香りの中からご本人の好みや体調、季節などに合わせて作ったアロマオイルを少しずつ手や足に塗りながら、丁寧に入念に、滑らかな手つきでマッサージをします。仕上げに蒸しタオルで温めて余分な油分を拭き取って終了になるのですが、マッサージ後の手には冷えないようにタオルで包むなど細やかなところまで気を配っていました。



利用者の方もはじめは緊張した面持ちでしたが、他愛のない会話をかわしながら施術を受けていると少しずつ気持ちがほぐれ笑みが増し、マッサージの効果で手もみるみるうちにツヤツヤ、しっとりしてくるのが分かります。終了時にはとても朗らかな笑顔で「とっても気持ち良いですね～」「バッチグーよ～」「女子力アップしたかしら～♡」などと、満たされた表情になるのが印象的でした。

足をマッサージしてもらっていた方は、末梢神経が温まるから保温効果があるため「足のほうから身体中が温かくなって時間が経っても気持ち良いんですよ」と微笑んでおられ、「お店だと入りづらいけど、ここでやってくれるから嬉しいわ」ととても喜んでいました。

代表の奥代さんは、マッサージの際には「手(体)を触れるのは心に触れるのと一緒だから、初めのタッチはお互いにとても緊張するので“慎重に”を一番に心がけています」とおっしゃっていました。



会員同士のスキルアップと活動に興味のある方や入会希望者のために毎月第2・第4土曜日午後1時～3時、豊田地域ケアプラザで講習会を開いています。ここでもお互いをマッサージする練習、たくさんの方に慣れる練習を中心に行っているようで見学は自由です。興味のある方は直接豊田地域ケアプラザへ、または栄区ボランティアセンターへお問い合わせの上いらしてくださいとのことでした。

また、さかえ区民まつりではぼらんていあ村のブースでバスボム作りの体験が出来るそうです。アロマには気分を癒すだけでなく色々な効果があることを聞き、すごく奥深いものだなと感じました。

今回は活動中、施術中も取材をさせていただき、利用者の皆さまの生の声を聞くことができる貴重な機会となりました。ブループラネットの皆さま、ふぁみりーさぽーと泉のスタッフと利用者の皆さま、本当にありがとうございました。

【そら編集委員 小川・野村 記】

ボランティア募集

ボランティア活動をご希望の方はTel045-894-8521
栄区ボランティアセンターにお電話ください。お待ちしております。



団体名： ボランティアいでたち

- ◆活動内容 : 暮らしを支える（庭木剪定・くさとり・襖張り）、施設での手伝い、イベントの手伝い、家具の転倒防止対策、パソコンサロン、視覚障害者支援（誘導・点字誌作成と配布・SPコード支援）など
- ◆活動日 : 限定しない
- ◆活動場所 : 栄区福祉保健活動拠点・区内依頼者宅など
- ◆募集対象者 : ボランティア受入、体験学習受入体制が整っています。あなたも仲間に入りませんか。
- ◆団体からのお知らせ : 栄区の男性ボランティアグループいでたちが「大地震に備え大切な命を守る家具の転倒防止」のお手伝いをします。（問合せは栄区ボラセンまで）
- ◆代表 : 林 眞

団体名： 配食サービスグループ「ゆう」

- ◆活動内容 : 食事作りが困難な高齢者に、昼食用の手作りお弁当を届けます。
- ◆活動日 : 毎週木曜日
- ◆活動場所 : 桂台地域ケアプラザ内の調理室
- ◆募集対象者 : ①調理担当で活動時間は9時～12時
②配達担当で時間は11時～12時30分（10軒程のお宅へ配達をしていただきます）
両方とも月1回のボランティアを募集しています。
- ◆団体から一言 : 高齢者の「いつもおいしいお弁当をありがとう！」の一言が励みになっています。
- ◆代表 : 谷 朋子

団体名： 配食サービスの会 みつ葉

- ◆活動内容 : 在宅高齢者の生活支援と見守りを目的とした配食活動をしています。
- ◆活動日 : 毎週水曜日（年末年始を除く）
- ◆活動場所 : 笠間地域ケアプラザ内
- ◆募集対象者 : ①調理担当で活動時間は13時～16時
②配達担当で時間は15時45分～17時
- ◆団体から一言 : お一人暮らしの高齢者と高齢世帯に手渡して温もりを添えてお届けする安心の見守り配食サービスです。
- ◆代表 : 増田 眞理

善意銀行へのご寄付、ありがとうございました

善意銀行へ金品のご寄付をありがとうございました。

区内の様々な団体や施設等へ配分を行う財源として、活用させていただきます。



栄区福祉保健活動拠点 マスコットキャラクター

「そらちゃん」

◆寄付者一覧 ※敬称略／受付順

(平成29年10月13日～平成30年5月10日)

かつら愛児園／栄区美術家協会／手作りパン教室 ライラック／上山 由美子

横浜農協本部農業まつり実行委員会／大船ルーテル教会学校／さかえ シニアバンド

みどり会／ハイツ集い処／横浜市栄スポーツセンター／さかえ地域通貨プロジェクト・イタッチ

ぬくもりこすがや／橋詰 斉／栄区民謡連盟／長沼ことぶきサロン

イベント情報

第32回 栄区更生バザー ～ふれあいと対話が築く明るい社会～

栄区更生保護女性会は、青少年の非行や犯罪を予防したり、過ちを犯した人たちの社会復帰活動の支援を行っています。栄区更生バザーは、このような活動をささえる事業資金を作ることを目的として開催しています。

日時：8月26日（日）午前10時～12時

場所：栄区役所新館1階及び4階

ご寄付の品物がありましたら、ご協力ください！

なお、衣類につきましては、新品又は洗濯済みの物のみ受付けます。ぬいぐるみ、人形、CD、本、ビデオテープ、男性用スーツは受付けておりません。

ボランティアをはじめたい方も！

ボランティアをお願いしたい方も！

ボランティアセンターへご相談ください♪

栄区ボランティアセンター（栄区社会福祉協議会内）

受付時間：月～土曜日 午前9時～午後5時まで

TEL：045-894-8521

FAX：045-892-8974

音声訳版をご用意しておりますので、

ご希望の方は栄区ボランティアセンターまでお問合せください。

