

シニアフレンズ福岡

SENIOR FRIENDS FUKUOKA NEWS

〓 今年度上期〓 シニアボランティアの活動

約四〇箇所、延べ七二〇人

平成21年度上期四月〜九月、延720人のシニアフレンズ福岡のボランティアが、福岡市内を中心とする約40箇所ボランティア活動を行いました。

活動場所は公民館、留守家庭子ども会、保育園、小学校、中央児童会館、老人いこいの家、各種高齢者福祉施設、貴賓館、障がい者スポーツセンター、ほかに史跡現地探訪会など。

活動内容は、絵本の読み聞かせ、人形劇、紙芝居、皿回し、手品、歴史講話、史跡案内、けん玉指導、胡弓演奏、オカリナ演奏、太極拳指導、わらべうた、歌謡体操、手話ダンス、リサイクル工作など多種多様です。

ボランティアはグループごとに活動することが多いのですが、最近では、グループと個人、またはグループ同士で組んで

出向くケースも生まれています。たとえば二胡演奏と手品など、意外なコラボに人気があるようです。

楽しいボランティアを呼んでみたい方は、「シニアフレンズ福岡」実行委員会へお気軽にご相談ください。

九月三日に開講した「傾聴ボランティア養成講座」は、十一月五日に終了しますが、

修了生は高齢者福祉施設で、ボランティア活動を始める予定です。傾聴ボランティアの需要は高まっていますので、その活躍が期待されます。

来年の三月三日、シニアフレンズ福岡の楽しい活動発表交流会を福岡市立中央市民センターで開催します。内容は次号でお知らせします。乞うご期待！

もくじ

- ・今年度上期ボランティア活動状況の報告など …… 1
- ・シニア傾聴ボランティア養成講座 …………… 2
- ・新規ボランティア登録団体紹介
- ・【寄稿】ボランティアの楽しみ（岡村勝征） …… 3
- ・ラレーヌ・デ・ヨカッタと二胡（野田泰子）と童謡（古賀久美子）、草ヶ江小学校でコラボレーション
- ・【寄稿】ボランティア活動のやりがい（後藤幸雄）… 4
- ・【お誘い】あなたもボランティア登録しませんか？

「シニアフレンズ福岡」事務局の所在地（中央市民センター内）



地下鉄「赤坂」2番出口および西鉄バス「赤坂門」バス停から徒歩5分。国道道路「警固町」バス停から徒歩3分。駐車場の駐車台数は31台。

高まるニーズ

シニア傾聴ボランティア養成講座
(全八回)

コミュニケーションが重要視される今日、上手な「話し方」から、心を傾けて聴く「傾聴」へと関心が広がっています。「傾聴」という言葉から、皆さんはどんなことを連想されるでしょうか？

近年、高齢者福祉施設では会話ケア・話し相手ボランティアのニーズが急速に高まっています。これに応えるためこの講座を企画いたしました。

九月三日の開講式、受講者三〇名(応募者一〇〇名よりの当選者)は、二人一組になり初対面の相手の外面・内面を10箇所誉めることから始まりました。親密になるきっかけができたことにより、テンションが上がり、相手の方を知りたい意欲を高めることができました。

口で訊く、耳で聞く、心で聴くという傾聴の心構え、信頼と受容、共感などロールプレイングを多く取り入れ、認知症サポーター講座、高齢者福祉施設での傾聴実習を踏まえ、ボランティア活動を始めようと基礎スキルを高めています。

受講中の参加者の感想をいくつか紹介します。



- ・日常生活において傾聴の重要性を痛感することが多い。緊張感があり大いに参考になりました。
- ・自分をゆったりさせ、相手を素直に受け入れる生活の必要性を感じています。



シニア傾聴ボランティア養成講座の受講風景
(福岡市立中央市民センター・視聴覚室)

- ・老いた親の介護等を考え、三年前から勉強を始めました。傾聴を学ぶことにより日常に少しずつ取り入れている自分を感じます。お話しする相手がとても身近に感じて下さるよう嬉しそうです。
 - ・漠然とした「傾聴学」という言葉が具体的に核心に迫る講義で私の中に確実に形を成していきつつあります。
 - ・自分自身の生活が肯定的になりました。
 - ・第一に、参加してすごく楽しいです。たくさん刺激と感動とパワーを頂きました。
 - ・ロールプレイングで誉められるにあたり、自分はダメだと思っていることを誉められ、後でじわーと微笑む自分！初めての体験かな？
 - ・信頼・受容・共感で頑張ります。
- シニア傾聴ボランティアは、シニアならではの共通の社会的体験を持つことから高齢者福祉施設では特に歓迎されます。これからの活躍に大いに期待したいものです。

メンバー募集中

●ハートフル手話ダンス

手話ダンスは、音楽に合わせて手で歌詞を表現しながら、足を使うのでボケ防止にもなります。毎回、講師の金子先生から、ご指導頂き楽しく活動しています。先生と共に、福祉施設等へのボランティア活動にも参加させて頂き、華やかな衣装を着て、手話ダンスを披露しています。興味のある方は、どうぞご連絡下さい。一緒に手話ダンスを楽しみましょう！

○会員数 十人(現在 全員女性)

○講師 金子イシエ先生(手話ダンスサングァー主宰)

○活動日 第二・四 木曜日 十時～十二時

○場所 中央市民センター 音楽室又は和室

○会費 月 一,〇〇〇円

○連絡先 シニアフレンズ福岡事務局まで

(TEL〇九二一七一一四一五五二一)

新規ボランティア登録団体紹介

・赤坂古文書会

筑前黒田家の古文書(嘉永六年)を解説中。

・舞鶴古文書会

筑前黒田家の古文書(嘉永七年)を解説中。

・NPOシニアネット福岡

シニア対象パソコン教室を四箇所で開催中。創立十一周年。

・ちんどんオーケストラ(NPOシニアネット福岡)

シニアオーケストラ楽団を編成し、公民館、高齢者福祉施設で活動。結成七年。

※詳しい活動は、次号でお知らせいたしますので、お楽しみに！

寄稿

ボランテニアの楽しみ

ラ・レーヌ・デ・ヨカッタ代表

岡村勝征

皆さんにお尋ねします。人のためにと思ったボランテニア活動が、かえって迷惑をかけたか、いやな思いをされたりしたことがありませんか？これでは、せっかくの善意も台無しですね。人の熱意や好意を生かし切るのは、実は難しいことなのです。私達の活動もこれまで空回りすることが多かったのです。

こんなことにならないように、ボランテニアとは何かを考えてみましょう。ボランテニアの言葉の元はラテン語の「VOLUNTARI」(ボランティア) 志願兵です。自発的に志願し、郷土を守るために闘う人から出発した概念です。大きく翻訳すると「自分の心の奥底から湧き上がり、噴出する善意で活動し、皆に喜ばれること」がボランテニア活動であります。要は、人と人が助け合う心が必要なのです。今では「何かしてあげているから、当然喜んでくれるはず」という勘違いが、私達の空回りのもとだったと反省しています。皆さんはどう思われますか。



ふれあいフレンズ広場 H21.10.1
福岡市立中央市民センター・音楽室

さて、私達のグループ「ラ・レーヌ・デ・ヨカッタ」は、「よかつた」を織りなす会という意味です。活動を初めて三年が経ちました。フォークダンス・手品・紙芝居・折り紙

・ゲームなどメンバーが得意技を教え合い、学び合って習得してきました。全員が先生であり、生徒であります。そして、活動の終わりに、今日は「ヨカッタ」と声を掛け合っています。

主なボランテニア活動は児童会館や小学校の留守家庭子ども会などで、子どもたちと一緒に遊びながら楽しいひとときを過ごしています。フォークダンスを踊ったり、童謡を歌ったり、バルーンアートや紙飛行機・折り紙などを作る子どもたちの歓声の渦の中にいられる幸せを味わっています。先日、子どもたちがお札にと、お菓子の「レイ」を作ってくれて、私達の首に架けてくれたときは、思わず涙ぐんでしまいました。子どもは天使だと再認識しました。こんな喜びもあるので続けられるのです。

最後に、これからボランテニアを始めようとする方々へ一言だけ申し上げます。ボランテニアには「ガンバリ」は禁物です。気負わず、マイペースで、楽しみながら行うことです。「やりたい」「やらせてほしい」という気楽な気持ちで活動し、皆にも喜んでもらうことです。これといった特技は必要ありません。自分ならではの役割が必ずそこにあります。

また、ボランテニアには「決まった楽しみ」もありません。「人の役に立って満足」「自分が自分らしく居られる」「時間を有意義に過ごせた」「みんなが喜んで」「交流が楽しかった」「好きなことが思う存分やれた」など様々。ボランテニア活動の中でいろいろな楽しみにきつと出会えます。出会えたそのとき、そつと「ヨカッタ！」という感謝の言葉を言って下さい。明日への人生を創造する糧となること請け合いです。

それでは、楽しいボランテニアの道を歩きましょう。世界が変わりますよ!!

♪コラボレーション♪ 二胡・童謡・手品・紙飛行機づくり

|| 野田泰子&古賀久美子&
ラ・レーヌ・デ・ヨカッタ ||

八月二十日(木)午後一時半、草ヶ江小学校の「留守家庭子ども会(福岡市中央区)に、「ラ・レーヌ・デ・ヨカッタ」(フォークダンス・手品などのメンバー)と共に野田泰子さん(中国楽器二胡)、古賀久美子さん(童謡)が出向いた。ボランテニアのグループと個人によるコラボレーションだ。観客は低学年中心の八十五人。開始前、騒々しかった子どもたちも野田さんが二胡を奏でると、その哀調を帯びた音色に静かに聞き入った。二胡に触って教わる子もいた。次にパンダの縫いぐるみを両手に持った古賀さんが、中国語で歌ったり、手話を交えて「小さな世界」を全員で合唱し会場を盛り上げた。

次は「ラ・レーヌ・デ・ヨカッタ」の手品。中島義文さんがビニールホースの中から次々とヒモが結ばれてくる技を披露、須佐美智子さんは、破った新聞紙を元通りに戻したり、新聞紙の中に注いだはずの水がなくなったのを確認したあと、再び水をカップに戻す。岡村勝征さんは、大きな円形の筒に二本のヒモを通し、そのヒモを両方から引くと筒が落ちてしまう。すばらしい手品の数々に



驚きの声が上がった。最後に堺宣子さんが準備した広告紙を使って全員で紙飛行機をつくった。会場は、紙飛行機の乱舞と歓声で大いに盛り上がった。子ども達にとつて、夏休みの楽しいひと時だったようだ。

寄稿

ボランティア活動のやりがい

ちゅうおうきんぐ会長

後藤 幸雄

私は、歴史ガイドのボランティアグループ「ちゅうおうきんぐ」に所属して、主に中央区の史跡などの案内をしています。案内の方法はグループの例会(会員三〇人)で案内箇所を選び、二時間半から三時間のコースを設定します。案内箇所は毎回、神社、仏閣、古跡、伝承、風物など十数カ所に及ぶことが多く会員で分担します。

歴史ガイドの楽しさは、何を案内するか、どんなコースを作るか、というところから始まります。グループでわいわい、がやがや下見を繰り返し資料を作りますが、詳細は各人に任せ、リハーサルを行います。

私の場合、たとえば「旧町名を歩く」コースの「養巴町」を担当したとき、まず養巴町の場合、町名の由来、それにまつわるエピソードなどについて調べます。養巴町は現在の大名一丁目にあり、黒田藩の外科医鷹取養巴の屋敷があったことに由来しますが、町名として後世に残ったのは「カツパのきずぐすり」の物語があったからです。その物語というのは、「ある夜の夜のこと、養巴のお内儀が廁に入ると何者かの手が下からすーっと伸びて、お内儀のいさらいを撫でた。肝太のお内儀はぐつと堪え、翌日は短刀を持って入った。案内の定、また手が伸びてきたので、お内儀が短刀で切りとると曲者は、ぎゃつと叫んで逃げた。調べてみると河童の手であった。河童は、翌日から何度も謝り

に来て、手を返してもらった。河童は、そのお札に骨接ぎの秘薬の調合を養巴に教えた。養巴の名声は遠近に広まった。」というものです。

私は、ついでにその物語の周辺のことも調べてみます。まず河童はどうやって入ったのか、廁の構造。どこに棲んでいたか、養巴の屋敷の南側には薬院川(のちの泥川。国道道路)、北側には中堀があります。川と堀の水の状態、歴史も調べます。さらに河童は想像上の動物と今は言われていますが、当時はどうだったのか、いささか粋狂にすぎますが、これも楽しみの一つです。

さて、次は案内ですが、「市政だより・中央区版」に「中央区よかとこ歴史探訪」として募集していただきます。募集人員は三〇人。案内の仕方は、担当者それぞれです。自分の調べたことを多くの方に聞いていただける、こんなうれしいことはありません。調べた事実と伝承に自分の感慨をちよつぱり、つけ加えることを許してもらっています。

調べる楽しさ、伝える喜び、これが私のボランティアガイドのやりがいです。ですから、私のボランティアは何かのためというより、自分の楽しみ、喜びのためです。こんな場に参加できることを大変幸運に思っています。案内や下歩きをしながら、その時代時代の町の成り立ちや姿、そこでの人々の暮らしぶりを想像するのも楽しみの一つです。ずっと以前「里ん毛うばし」の小さな碑を路傍に発見したときは、飛び上がった喜び合いました。この文字から見える時代、林毛の野左衛門なる人物、どうしても調べてみたい、そんな思いが湧き上がりました。

町を歩き、埋もれたものに心動かし、その想いを人に伝える、こんなボランティアは、私にとって、やりがいのある活動です。

あなたも、ボランティア登録しませんか?

登録無料

シニアの皆さん、自分の知識や経験、技能、特技をボランティア活動に活かしませんか?

「シニアフレンズ福岡」は、シニア世代のボランティア活動を支援するため、ボランティア登録制度を設けています。ボランティア活動を希望される方は、グループであれ、個人であれ、ご遠慮なくご相談下さい。(※登録料などの費用は一切不要です)。

「ボランティア登録申請書」に必要事項を記入のうえ「シニアフレンズ福岡」事務局へ提出してください(必要事項は①住所②氏名③生年月日③電話番号④ボランティア内容です)。

【問合せ先】

「シニアフレンズ福岡」実行委員会事務局

シニアフレンズ福岡 第五号

平成二十一年十月

編集発行 「シニアフレンズ福岡」

実行委員会事務局

〒810-0042 福岡県福岡市中央区赤坂二一五-八 福岡市立中央市民センター内 TEL (092)714-1552 FAX (092)714-1550