

# ボランティアの広場

\*ボランティアに関するご相談、お問い合わせ、講座のお申し込みは、町田ボランティアセンター(電話:725-4465)へ\*

広報部会員が取材しました

## ボランティアの「顔」 Vol.39

### 「フラ」への お誘い・アロハ ～フラサークル・レイモミ～

三井さんが代表を務めるレイモミのモットー、アロハの心の「ALOHA」とはA=アカハイ(親切)、L=ローカヒ(調和)、O=オールオル(やさしさ)、H=ハアハア(謙虚)、A=アホタイ(忍耐)です。

アロハの心と微笑みで、会員の健康増進とコミュニケーションを図りながら、町田市内外のイベントへの参加や福祉施設でのボランティア活動をしています。レイモミとは「真珠のレイ」という意味です。現在会員13名で月2回活動しています。

三井さんは60才の頃、「これから何が出来るかなあ〜」と思うようになりました。そんな時、本会主催の傾聴ボランティア養成講座に応募し、3年目でやっと抽選に当たり受講することができました。その講座で知り合った方から「フラを通じてボランティア活動をしているけど、練習を見てみたい?」と誘われ、何だか楽しそうなので早速入会したのが、フラのボランティア活動の始まりです。

福祉施設にお伺いするたびに、最初は固い表情をしている方が、手とか身体を動かしている間に、だんだんやさしい顔、そして笑顔になり、「また来てね!」と言ってもらえる事が一番嬉しく、逆に元気を頂いて帰るそうです。

「ボランティアは、リラックスした気持ちで肩肘をはらず、まずは参加し行動されてみるのはいかがでしょう?そして、ご自身の趣味(手芸、マジック、絵手紙など)を生かされるのも良いのではと思います」

「これからも「フラ」への熱い思いと「傾聴」をやるということを大切にボランティア活動を続けていきたい。皆さんも一緒に!!ボランティア活動はご自身の為に!!必ず「元気の源」が得られると思っています」と、いきいきと力強く語られました。

東日本大震災で被災され町田に在住の方も、今年3月よりメンバーに加わり、パワーアップして頑張っています。

**連絡先**  
三井 電話042-735-8383  
(メンバー随時募集中)

(聞き手 満留)



「フラ」でハワイを感じながら



三井 豊子 さん

## 受講生募集

### ちよつとここから!ボランティア!! 小山 ～地域版ボランティア入門講座～

ちよつと身近な地域からボランティア活動をはじめてみませんか?無理なく気軽に始めるためのきっかけづくり講座です。お気軽にご参加ください!

- 会場** 小山市民センター(小山町2507-1)
- 対象** ボランティア活動に興味・関心がある小山地域にお住まいの方
- 日時** 10月16日、23日、30日、11月6日(全4回)  
※いずれも木曜日の午前9時30分～正午
- 内容** ボランティアデビューに向けた準備、先輩ボランティアの体験談、ボランティア活動先紹介 など
- 定員** 20名
- 参加費** 1,080円(税込み)
- 申し込み** 10月10日までに、町田ボランティアセンターへお電話(725-4465)いただくか、社会福祉協議会ホームページの専用フォームからお申し込みください。

### 平成26年度(秋期)傾聴ボランティア養成講座

「傾聴ボランティア」とは、相手の方の話を、身体と耳を傾け、心を込めて聴き、相手の気持ちを尊重・共感することにより、相手の不安を解消し、穏やかに過ごすことができるように手助けするボランティア活動です。養成講座では、「傾聴」を疑似体験しながら学習していく講座になります。講座終了後は、多くの方々、ボランティア活動で活躍されています。

- 対象** ・市内在住・在勤の概ね55歳以上で、全6回出席出来る方。  
・講座終了後、市内でボランティア活動出来る方。  
・本講座を初めて受講される方。
- 日時** 10月9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木)  
11月6日(木)、13日(木) 全6回 午後1時30分～4時
- 場所** ボランティアセンター講習室
- 定員** 30名(応募者多数の場合は抽選)
- 参加費** 3,240円(税込み。振り込み手数料はご負担ください)
- 申し込み** 往復はがきに、①氏名(ふりがな)②年齢③住所④電話番号⑤応募の動機を必ず明記し、下記の連絡先へ9月12日(当日消印有効)までにご送付ください。詳細は、ホームページをご覧ください。連絡先までお問い合わせください。
- 連絡先** 〒194-0013 町田市原町田4-9-8  
町田市市民フォーラム4F 町田ボランティアセンター  
「傾聴ボランティア養成講座」 電話 725-4465

### 災害ボランティアコーディネーター養成講座(実践編)

大規模災害時に開設される災害ボランティアセンター(以下、災害VC)の運営は社協職員が中心となりますが、地元ボランティアコーディネーターの役割が欠かせません。この講座では実践編として、災害VC運営訓練(ロールプレイング)、避難所運営の方法について学びます。

- 内容** 災害VC運営訓練(ロールプレイング)、避難所運営ゲーム
- 講師** 宮崎賢哉氏(防災教育コンサルタント、社会福祉士、災害救援ボランティア推進委員会主任)
- 日時** 9月27日(土)午前10時～午後1時
- 場所** 町田市市民フォーラム4階 社会福祉協議会会議室
- 定員** 20名(申し込み順)
- 対象** 以下の条件を満たす方  
①災害ボランティア、災害ボランティアコーディネーターに興味・関心のある方  
②過去に災害ボランティアコーディネーター養成講座を受講した方、または、被災地で災害ボランティア経験等があり、災害ボランティアについて基礎的な知識を有する方。
- 参加費** 540円(税込み)
- 申し込み** 電話で町田ボランティアセンター(725-4465)まで

## 募集しています! さあ、あなたの出番です ボランティア

～詳細は町田ボランティアセンターまで～

### ●高齢者への支援

- ・ デイサービスけんちゃん家/矢部町 [利用者のお話し相手、食器洗い、レクリエーション手伝い]
- ・ 高ヶ坂ひかり苑/高ヶ坂 [行事・レクリエーション(ペーパークラフト、編物、喫茶店、園芸、書道)などのお手伝い、シーツ交換、話し相手]
- ・ デイサービスふわりの家成瀬/南成瀬 [傾聴、マジック、音楽演奏、一緒に歌を唄う、さしこ、編物などの趣味活動、レクリエーション、片づけなど]
- ・ レストヴィラ南町田/金森 [利用者の見守り・付き添い]
- ・ リアンレーヴ本町田/本町田 [コーラス、フラダンス、演芸、ハーモニカ演奏、書道、絵手紙、手芸、編物、料理教室などをしてくださる方]
- ・ 清風園/金井 [シーツ交換、車イスの清掃]
- ・ グループホーム花物語まちだ/山崎町 [利用者のお話し相手、傾聴、書道の先生、10月13日(祝)の納涼祭での出店の手伝い]
- ・ ぬくもりの園グループホーム/下小山田町 [話し相手、外出の付き添い、歌、音楽演奏、麻雀の相手、手品、紙芝居、ハンドベル、趣味活動の手伝いなど]
- ・ オネスティ南町田/鶴岡 [お茶の出し入れや食器洗いなどのキッチン係、シーツ交換、書道、フラワーアレンジメント、麻雀・囲碁・将棋などをしてくださる方]

### ●障がい児・障がい者への支援

- ・ コーラスサークルアイ/成瀬台 [視覚障がい者の方々と一緒にコーラスに加わっていただける方]
- ・ 都立町田の丘学園/野津田町 [12月11日(木)の校外学習引率]

### ●その他

- ・ 森の遊歩隊/玉川学園 [ひざや腰に痛みがある方や糖尿病の方等々が森や山にハイキングに行く際の送迎車の運転をしてくれる方]

～ここで掲載している活動以外にもまだまだあります。

町田ボランティアセンターでは、ボランティア活動に関する相談・活動先の紹介を行っていますので、是非ご相談下さい。

【開所日】日・祝日をのぞく月～土(午前8時30分～午後5時15分)



もっとボランティア!今すぐアクセス

<http://www.machida-shakyo.or.jp>

## 町田市民ホール♪コンサートガイド お申し込みは 042-728-4300

当代きっての名人「小朝」。  
従来の「落語家」の枠にとらわれない、  
目覚ましい活躍は、ご存じのとおり。  
今年も小朝がみなさまに  
元氣と笑いをお届けに参ります。

# 春風亭小朝 独演会

10月23日(木) 開演19:00

入場料 3,500円 6歳から入場可 好評発売中

