

YAO CITY

祝 第100号 ボランティアだより

発行：八尾市社会福祉協議会・八尾市ボランティア連絡会



YAPPYです♪

第4回 ふれあいフェスタ 2024

従来のボランティア同志の交流、啓発、市民のふれあいに加えて、今年は多くの子ども達が様々な体験に参加できるような工夫をしました。

10月6日(日)10時からサポートやお(2F)では、多目的ホール、会議室などを使って様々な催しが行われました。

なんと言ってもメインは、ステージでの演目だと思います。15団体の出演があり、踊りや体操、ゲームや脳トレなど、身体だけでなく頭も使うものから見て聞いて楽しいものなど、多種多様で、どれも素晴らしかったです。



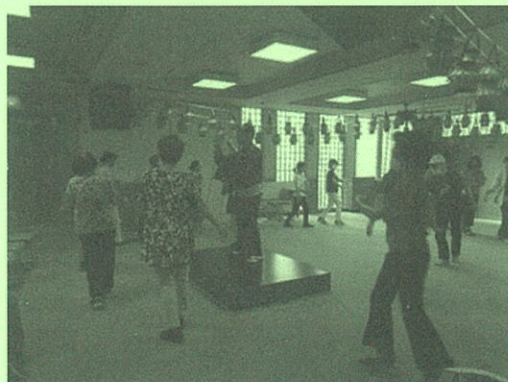
懐かしい音楽を聞いて、あの頃、何をしていたかなあ〜と時間旅行をした人もいたでしょうか？上手に出来なくて悔しい思いをしたでしょうか？

今年で4回目となり、あわただしいなかにも余裕が感じられました。

フィナーレは、やっぱり河内音頭！
ボランティアの花咲く八尾の街！

体験エリアでは、押し花、花炭、おりがみ、バルーンアートなど、工作物、傾聴や録音、点字、手話など地味な活動ですが大切な働き、そしてサイコロ脳トレ、おもしろ算数パズル、ディスプレイゲーム、介護用品の展示など、盛りだくさんの内容でした。

気に入った催し物はあったでしょうか？
カッコいいお姉さん、お兄さん、可愛い子どもさんも出演してくださいました。



八尾視覚障がい者福祉協会 タンデム自転車同好会

9月11日(水)
in 久宝寺緑地

～爽快な風を感じて～

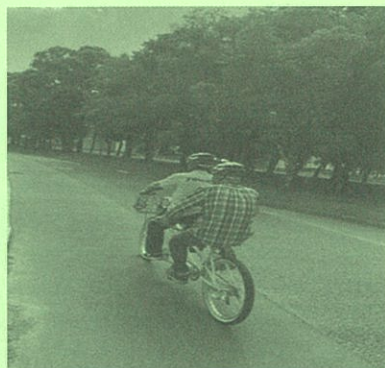


視覚障害の方と一緒に自転車に乗る同好会があると聞き、取材に行ってきました。

2人乗りのタンデム自転車で、久宝寺緑地内のジョギングコース1.4kmを2周自転車で走行します。視覚障害の方にタンデム自転車の後ろに乗車してもらい、公園の爽快な風を感じてもらおう同好会です。約8年前に八尾中央ライオンズクラブから自転車を寄贈されて、久宝寺緑地公園で活動出来るようになりました。

この日は3人の視覚障害の方がそれぞれのガイドヘルパーさんと一緒に参加されました。自転車の前側にはガイドヘルパーさんや、ボランティアさんが交代で乗り、後側には視覚障害の方が乗られます。

体験ボランティアに来ていた大学生の方は「走行中に2人で会話することができたのがよかった。」と話されていました。



ボランティア募集!

★日程：毎月第2水曜日(1.8月除く)

★場所：久宝寺緑地

★内容：タンデム自転車(前側)と一緒に乗る



お問い合わせはボランティアセンターまで

=ともに歩いてゆく～誰もが主人公！=



ボランティア講座

in サポート八尾

9月25日(水)ボランティア講座に参加しました。すでにボランティア活動中の方や、「これから何かボランティアを始めたいな～」とお考えの方など19人が集まりました。

講師は、ふくしと教育の実践研究所 SOLAの新崎 国広氏です。印象に残ったのは「助け上手、助けられ上手」です。ボランティアに関心がある人は、助け上手だと言えるでしょう。ちょっと苦手なことや、一人では難しいことは、積極的に「ちょっと手伝って～!」と周りの人に協力を求める「助けられ上手」になることも大切と教わりました。それが一人暮らしの高齢者の孤独や、貧困な子育て世帯の孤立を防ぐことにつながるのです。

講座中に手話も教わりました。手話で「ボランティア」と表現するには、両手の人差し指と中指を下に向け、指を交互に動かして前に進め

るという仕草です。これは、二人が並んで歩いていく様子を表しており、「共に協力して何かをする」という意味合いが含まれています。

つまり、人が出会い、一緒に並走して歩いて行く姿です。ボランティアとは、ともに歩いて行く。そして誰もが主人公になれる!ボランティア活動に踏み出す一歩となりました。



=令和6年度=

福社会館2階

フレイル予防教室

要介護にならないために

【花水木の会】

<9月18日(水) 参加者32名>

フレイル予防教室の第1回目がボランティアグループ「ひまわりの会」(会場の準備・後片付け・受付等への協力ボランティア)の協力のもと開催されました。

この日の講師は、ボランティアグループ「花水木の会」です。

手の指を使った脳トレ(右手と左手の動きを一緒にしたり、ひとつずつ指をずらして速さを変えたり、左右で違う数字を表していくという動き)の説明を受けながら、みんな一生懸命取り組んでいました。スムーズについていかれた方もいらっしゃいましたが、初めてだとなかなか難しい…。そのしんどさを繰り返し練習することで、習得していけるそうです。できた時には以前より少しでも脳が活性化していると考えるといいですね。

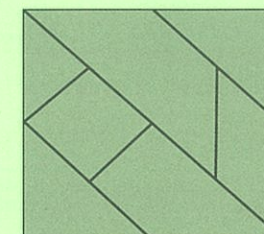


皆さんも何かの機会にチャレンジしてみてください。今回は、指やタオルを使っていつもと違う動きをすることで、刺激が与えられた脳の活性化につながる方法を教えていただきました。家で一人でもでき、「集中力・瞬発力・運動神経」の向上につながるものをこれからも折に触れて試しながら、お互い体も脳も元気で過ごせる様子ががんばりましょう!!

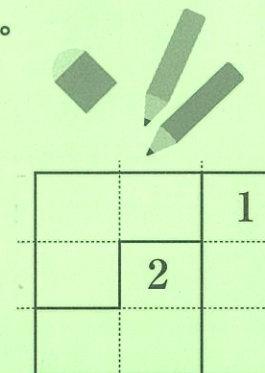
【SA 八尾柏原】

<10月16日(水) 参加者29名>

最初の算数マジックは本当に{?}でした。手始めの迷路は何とかなりました。次の清少納言知恵の板は難しかったです。二人で協力しても中々うまくいきません。



清少納言知恵の板



方陣パズル

方陣も三つの数字を入れるだけなのに悩みました。マッチパズルはたった一本を動かすだけなのに等式になりません。最後の計算シーズンで難しさから脱出出来ました。分からない問題は堂々とカンニングをしたり、教え合ったりと短時間で緊張と落胆、達成感を味わいました。

日頃から数独や漢字の練習をしている方もありました。さすがです。

最後に講師のお言葉です。「迷路の線は真ん中を真っすぐ通り、しっかりした線を引きましょう。問題をよく読み、解答を見る前にもう一度挑戦しましょう」

一緒に脳の活性化が認知症予防に繋がることを証明しませんか。

フレイル予防教室は、高齢者の方が要支援・要介護にならず健康寿命を延ばすことやボランティアグループの活動、啓発を目的として開催しています。ボランティア連絡会所属のボランティアグループが講師となり実施をしています。

令和6年度 精神保健福祉ボランティア講座

参加無料

こころの病は、誰もがかかる可能性があります。とても身近な病気ですが、目に見えないため、周囲から理解されにくい特徴があります。講座を通して、こころの病、精神障がいについて理解し、お互いが助け合い、思いやりの気持ちを持ってボランティア活動をしませんか？

日時	内容	講師	場所
1月20日(月) 13:30~15:30	精神疾患について	八尾こころのホスピタル 医師 大村 夕美氏	八尾こころのホスピタル別館 (天王寺屋 6 丁目 59 番)
1月29日(水) 13:30~15:30	社会資源について ~福祉の制度や施設について~	地域活動支援センター I 型ちのくらぶ 精神保健福祉士 松本 みを氏	サポートやお (青山町 4-4-18)
2月7日(金) 13:30~15:30	ボランティアについて	遊びの工房 もくもく屋 田川 雅規氏	サポートやお (青山町 4-4-18)

※1/30~2/6 八尾市内の障がい者施設で1日ボランティア体験(希望者)

◆申込期間: 令和6年12月4日~令和7年1月10日 ◆募集人数: 30名(先着)

◆申込先: ボランティアセンター(925-1045)

〈お知らせ〉

NEW グループ紹介

「ココナッツこねちゃんズ」がプラットフォームに登録されました。以下は、グループからのメッセージです。



ハワイ音楽とフラダンスを一緒に楽しんでもらえればと思います。

祝 厚生労働大臣表彰

要約筆記グループ さざんかが受賞されました。おめでとうございます。

八尾市社会福祉協議会

Instagram
始めました!



ボランティアセンター 移転します!

令和7年5月上旬予定。
場所は、社会福祉会館(本町2-4-10)です。詳細につきましては、社会福祉協議会ホームページなどでお知らせいたします。



〈お問い合わせ〉

八尾市社会福祉協議会 ボランティアセンター

〒581-0018

八尾市青山町4-4-18

八尾市在宅福祉サービスネットワークセンター内
(サポートやお)

電話: 072-925-1045

FAX: 072-925-1161

Mail: syakyoyao@mth.biglobe.ne.jp



(サポートやお)

近鉄八尾駅・山本駅・高安駅よりいずれも徒歩20分

発行: 八尾市社会福祉協議会・八尾市ボランティア連絡会

編集委員: 館邦夫、藤後聡子、伊東朋子、西尾裕子、上東百合子、鶴園輝雄、八木妙子、辻田保子