

# ボランティアだより

編集・発行

大阪狭山市ボランティアセンター  
大阪狭山市今熊1丁目85番地  
TEL 072-367-6601  
FAX 072-366-7407



## 手話ボランティア養成講座

聴覚障がい者の母語である「手話」について楽しく学びます。入門・基礎の講座なので初心者の方も大歓迎です。手話を始めるきっかけとして一歩踏み出してみませんか。



- 【日 時】令和3年4月6日～令和4年2月8日  
毎週火曜日の13時30分  
～15時30分(全42回)  
※5/4、11/23、1/4は休講
- 【会 場】市立公民館 講習室
- 【対 象】市内在住又は、在勤・在学の方
- 【受講料】1,100円(別途テキスト代3,300円)
- 【定 員】10人  
(申込多数の場合抽選。  
本講座受講が初めての方を優先)
- 【締 切】3月9日(火)必着



## ボランティア交流会

### 参加者募集中!

大阪狭山市でボランティア活動する人やボランティアに関心のある人が気軽におしゃべりすることのできる交流会を開催いたします。ボランティア活動のことをもっと知りたい人、自分の活動をPRしたい人、興味があるけど…まずはどんな活動があるか聞いてみたい人、誰かとお話したい人、どなたでも参加できます。ざっくばらんに交流しましょう♪

- 【日 時】令和3年3月19日(金)  
10時～11時45分
- 【場 所】市立公民館 多目的室
- 【対 象】市内在住又は、在勤・在学でボランティアに関心のある方
- 【参加費】無料
- 【定 員】25人(先着順)
- 【締 切】3月12日(金)必着



## 春のボランティアジュニアスクール

今年も「春のボランティアジュニアスクール」を開催します。福祉センターの周辺にある「マーク」を探して、意味や由来などを調べて、みんなで楽しくボランティアや福祉について学びます。

- 【日 時】令和3年3月14日(日)①9時30分～12時、②13時30分～16時  
※どちらかの時間帯を選択してください
- 【場 所】福祉センター さやま荘・さつき荘
- 【対 象】市内の小学3～6年生
- 【定 員】各回20人(申込多数の場合抽選)
- 【参加費】100円(資料・おやつ代)
- 【持ち物】筆記用具、飲み物
- 【締 切】3月5日(金)必着



上記の講座や交流会等に関するお問い合わせ・お申し込みはボランティアセンターまでお願いします。

## コロナ禍でも心と体を元気に保とう

令和2年11月25日（水）、市立公民館で大阪狭山市ボランティアグループ連絡会主催の研修会「免疫力を上げよう！すぐに出来る健康体操」を開催しました。

コロナ禍で運動不足や健康に対する意識が高まり、ボランティアグループ連絡会の企画会議でも、健康や免疫力アップについての学びの希望が多かったため、ボランティア活動者向けの健康体操の研修を開催しました。

講師は、日頃から市内で体操やダンスの指導を行っている、大島 麗子さん（日本アメリカンダンス協会）にお越しいただき、参加者30名と一緒に楽しく身体を動かしました。

音楽に合わせたダンス体験も交えた研修となり、参加者からは「家でも続けていきたい」「みんなで楽しく身体を動かして良かった」等の感想がありました。

ボランティアや地域活動を行う上で、身も心も元気であることや、人と会って一緒に何かをするということの大切さを改めて感じた研修会でした。

※開催にあたって、消毒や検温はもちろん、扉と窓を全開にして換気を行い、全員がマスク着用するなど感染症対策を行っての実施となりました。



## 災害ボランティア登録者募集中

大阪狭山市災害ボランティアネットでは、災害ボランティアとして活動する意欲のある個人を対象とした「災害ボランティア登録制度」を設け、登録者を募集しています。

ご登録いただくと、発災時には災害支援ボランティアのご依頼、平時は災害ボランティアに関する講座や訓練のご案内をさせていただくことがあります。

「登録」ですので、実際のボランティア活動の依頼をさせていただいたとしても、必ずしも応えなければならない義務はありません。自分が出来るとき、出来る範囲で助け合うことがボランティア活動です。また、泥かきや家財の運搬のような力が要る活動だけでなく、炊き出しやお話相手など様々な形の災害ボランティア活動があります。お気軽にご登録をお願いいたします。

自然災害は日本全国どこでも起こりうる可能性があります。それはコロナ禍であっても例外はありません。新型コロナウイルス感染症の影響で、人の移動が制限される可能性もあることから、身近な支え合い（ボランティア）が今後ますます重要になってきます。

あなたのご登録・ご協力をお待ちしています。



【登録方法】いずれかの方法で登録をお願いします。

- ① 社会福祉協議会の窓口で登録用紙を記入し提出する
  - ② ホームページの登録フォームから登録事項を入力する
- 大阪狭山市社会福祉協議会 <http://www.osaka-sayama.or.jp/>

## 表彰受賞 おめでとうございます！

これまでのご功績に敬意を表するとともに、今後益々のご活躍をお祈り申し上げます。（順不同・敬称略）

令和2年度  
大阪府社会福祉ボランティア表彰  
(令和2年11月25日)

お多福会（南京玉すだれ等の活動）

大阪狭山桜太鼓（和太鼓演奏等の活動）



(QRコードを読み取ると入力フォームのページへ移動します)

### 見学に行ってきました！『あったらいいな...』が実現した場所『ワークレッシュ』

ボランティアグループ「つくしの会」は例年、一人暮らし高齢者会食会や高齢者福祉施設のお出かけクッキング等の調理を通したボランティア活動を行っています。新型コロナウイルス感染症の影響で例年通りの活動が難しい中、新しい出会いや活動のきっかけ作りにと、令和2年11月12日（木）、新たな場所で再開された「NPO法人 ワークレッシュ」の見学へ行ってきました。

大野台にある民家で認可外保育施設と、障がいのある子ども達の放課後等デイサービスを運営しており、とてもアットホームな雰囲気の中で活動しています。みんなで団らん出来るスペースはもちろん、赤ちゃんがスヤスヤ眠っている部屋、学校から帰ってきた子どもがひとりでホッとできる部屋もあり、それぞれの場面に合わせた居心地の良い空間をつくっています。

子ども達が主役の子ども達のためのコミュニティスペースかつ、保護者の方やスタッフさん、ボランティアの皆さんにとっても「あったらいいな〜」を実現させた「居場所」です。子ども達が、たくさんの



人と関わりながら、自然に触れ、様々な生活体験をし、生きていく力と思いやりを育てていく場、心が自由になる「居場所」になっています。

今回、お話を伺った代表の和久 貴子さんの熱い熱い想いが伝わってきて、訪問したつくしの会のメンバー全員が、ワークレッシュの意義や和久さんの情熱に心を動かされました。

同時に、NPO法人としての経営の大変さもわかり、このような有意義な活動が、安定して継続できるように、様々な支援も必要だと感じます。活動の趣旨がよくわかり、とても良い交わりのときとなりました。

これを機会にワークレッシュのことを周りの人たちへ伝えたり、何か協力できないかを検討していきたいと思えます。

〈つくしの会 松島〉

**NPO法人 ワークレッシュ**  
 大阪狭山市大野台7-18-3  
 TEL 072-366-6960

利用者・スタッフ・ボランティア  
募集中です！

年齢・校区を問わない  
子どものための、子どもの家

～子どものためのコミュニティスペース～  
**ワークレッシュ**  
**REOPEN**  
 2020年7月

会員募集!

**豆** ボランティア  
知識

### 「エレベーターに鏡が付いているのはなぜ？」

エレベーターの中に鏡がついていることがありますが、何のために付いているか知っていますか？身だしなみを整えるため？

実は、「車いす」を利用する方のために設置されているのです。車いすに乗ってエレベーターを利用する際、降りる時に後ろ向きで出ることが多くなります。後方が見えづらいと、人やドアにぶつかる危険性があります。そんな時に大きな鏡で確認できるようにと配慮して設置したことが始まりです。

日本エレベーター協会のホームページにも、鏡が設置されている理由として「車いすのお客様が乗り込んだ状態で、かごの中で回転ができない際、後ろ向きで出るときに後方を確認するため」と記載があります。

最近のエレベーターは、中に手すりが付いていたり、低い位置に階数のボタンが付いていたり、ボタンに点字が付いていたり、音声が出てお知らせしたりと様々な立場の人に優しい配慮がされているものがあります。みなさんもエレベーターに乗る際には、よく観察してみてくださいね。

# ほのぼのメモ

みなさんは最近、心が震えて「感動」する体験はありましたか。様々な出来事やアート、言葉に触れ、人の心は動かされます。コロナ禍により生活の様々な場面で、閉塞感を感じる現代。私たちは心の癒やしや活力をより求めているのかもしれない。今回の「ほのぼのメモ」は、編集委員が感動した体験を紹介します。

昨年の師走、素晴らしい貴重な体験をした。言葉では言い表せないほどの感動を受けた。

それは「ピアノの詩人」と言われる盲目のピアニスト 辻井 伸行さんの「ショパン・リサイタル」を聴きに行った時のことである。

拍手が鳴り止まない。アンコールが何度も何度も続く。そのたび舞台上に現れ、曲を弾き、終ると四方に深く礼をする。こんな光景がなんと五回も続いた。それほどみんな拍手をせずにはいられない思いだったのだ。祈りのような美しい曲「ノクターン」から始まり、輝きに満ちたワルツの曲が次から次へと続き、後半は最高傑作として人気のバラードを弾き、全八曲を演奏した。

どの曲も優しいメロディから入り、途中首を振りながら力強く弾く演奏は、聴く者を惹きつける。指先は繊細な動きで、「どうしてこんなことが出来るのだろう」と胸が熱くなり涙が出そうになった。彼こそ神が授けた「天才」だと思った。二時間ほどの間、夢の世界にいるようだった。

帰る電車の中、あの美しい音色が耳から離れなかった。

〈鳥山〉



大阪狭山市で様々なボランティア活動を行う人へインタビューをしています♪  
第1回目のさやまのボランティアさんは、「大久保 弥生」さんです。

## さやまの ボランティアさん インタビュー



大久保 弥生さん

### ＊どんな活動をしていますか？

主に、ベルバタフライというミュージックベルのボランティアグループに所属して福祉施設等で音楽演奏活動をしたり、パステルでアート作品づくりや絵本の読み聞かせをする活動をしています。

また、ボランティア活動以外にもピアノやドラムの演奏指導や、アート絵本づくりを子ども達に教えたり、大阪狭山市文化協会でアート推進の活動にも取り組んでいます。

### ＊活動をはじめたきっかけは何ですか？

約20年前、音楽教室をやっていた時に、私自身の生活の悩みや音楽教室の在り方のプレッシャー等で精神的にしんどい時期がありました。そんな時に、知り合いの方に誘われて福祉施設へボランティアとしてミュージックベルの演奏へ参加させてもらうことがあったんです。聞いてくれた方がとても喜んでくれて、その様子を見て私も元気をもらえたと、「人も自分も楽しむことのできる音楽をしたい」「今までたくさんの人に支えられてきたので、私も恩返しをしよう」と思い、様々な活動を続けています。

### ＊活動のやりがいや魅力を教えてください

やっぱり、活動先で「また来てね～」と言ってくれたり、喜ぶ表情や言葉を頂いた時がやりがいを感じます。次の活力やワクワクに繋がりますね。

### ＊今後の夢を教えてください

大阪狭山市には、現在の陶器のルーツである「須恵器（すえぎ）」の窯跡群が残っています。その須恵器の土を使った焼き物で楽器を作ってみたいな～という夢があります。

また、音楽とアートで繋がるコミュニティスペース「結の音」で、みなさんを笑顔にする活動に力を入れていきたいです。

大阪狭山市の文化や歴史を子ども達に伝えていきたいですし、好きな音楽を通して、楽しみながら自分の出来ることを、様々な人たちのお力を借りながら頑張っていきたいです。

## 編集後記

昨年末からコロナ禍の状況が悪化し、厳しい年明けとなりました。ステイホームの静かなお正月は三日間、テレビで駅伝をしっかりと観て過ごしました。

新型コロナウイルス感染症もすぐには収束しそうになく、まだまだ自粛生活が続きます。各自が手洗い・マスク・三密を避けて、食事・運動・睡眠に気をつけて、病気に負けない身体づくりで、自分の目標に向けて頑張ります。

〈楠田〉