ボランティア通信

ボランティア・センターおくたま

No. 128

社会福祉法人
奥多摩町社会福祉協議会
奥多摩町氷川199
（福祉会館１階）

電　話：(0428)83-3883
ＦＡＸ：(0428)83-2567
E-mail：borasen@okusyakyo.or.jp

ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ：http://okusyakyo.or.jp/

開所時間
月曜日～金曜日
午前8時30分～
午後5時30分

ドクター片倉のここだけの話

ボランティア・センター
おくたま
運営委員会　委員長
双葉会診療所　院長　片倉和彦

「記憶の引き足から記憶を引き出す」

2月下旬のことです。医療費の領収証を確定申告に使おうと引き出しを探していたら、青梅の病院の予約票が入っていました。2月9日と書いてありました。半年前の予約で、かつ頭の中では3月9日の予約と思い込んでいたのでした。こんな失敗、多いです。

小学校の時の通知表の通信欄は「ノート書けない、姿勢悪い、字が汚い、机の中ぐちゃぐちゃ、苦手克服が苦手」なのですが、今に至るまで引き出しはぐちゃぐちゃで、しかも小学校の頃はノート書けないぶん代わりに記憶していたのに今は覚えられなくなっています。

記憶力には3つの種類があります。覚える力、覚えたのを保つ力、覚えたのを引き出す力の3つです。覚える力は子どもの方が強い。記憶の保持という点では子どもの頃よりも今の方が覚えていることははるかに多い。で、年を取ってくると覚えているのに引き出せない記憶が多くなります。あの人の名前なんだっけ、と考えても出てこない。あとから思いだしたり。

東日本大震災のときに小丹波の福音の家キャンプ場で60人ほどの福島県大熊町の福島第一聖書バプテスト教会の教会員が1年間疎開生活をしていました。その年の4月の福祉バザーにはその方々も来ていて交流しました。片倉はその人たちに会うためにここ13年、毎年3月にいわきの教会に行っています。15年たった今回も、奥多摩に疎開していてうちの特養で一時期働いていた人に15年ぶりでお会いしたり、妻と子は奥多摩で過ごし自分は放射能だらけの原子炉で最初は一日に一分だけの直接作業をやっていた男性の体験談があり、牧師さんも避難していく妻と幼い娘にバスの外から手を振ってそれから原子炉にむかっていくお父さんの姿を今でも覚えていると話されて。忘れてはいけない記憶だと思います

ボランティア　リレートーク

奥多摩指圧奉仕会　宮野みどり

指圧奉仕会ボランティアとして、月1回デイサービスセンターに訪問して来ている人たちの肩や腕、背中などをもんでいます。

最初は、話しかけると「もんでもらわなくていいです」と言って、断られる事もありました。どうしようと不安になり、でも「肩だけさすらせて」と言ってもみはじめると、「気持ちいい」と言って喜んでもませてくれます。そんな時ホッとします。この頃は、もみながらいろいろな話が出来るようになり、とても楽しくて、元気をもらっています。90才以上の人が多く来ていて、すごく元気です。

私はまだ70代なのに数年前から、ひざが痛くなり、軟骨がほとんどないと言われました。手術もやりたくないし、どうしようと思い悩んでいました。指圧の先生にいろいろお聞きして、押してもらったり、ヘルシー体操、朝6時20分からのテレビ体操を毎日続けることにしました。あれほど痛かった足が、今では歩いても痛みが少しずつ減ってきています。

今年の2月からボランティアの時間が午後の1時からになり

次ページへ続く

ました。午後は、皆さん、休んだりゲームをしたり、ゆったりとした時間帯なのでおちついて指圧もできて、良かったと思っています。

ボランティアに参加出来る人が昔に比べて少なくなってきていますが、できるだけ声をかけ合い、若い人が1人でも多く参加が出来るよう願っています。

毎日、いろいろな人と対話をする中で、健康でいる事の大切さをしみじみ感じている今日、この頃です。

でも、ひざが痛いのは太りすぎかな（笑）

次は「コールやまぶき」で活躍されている森田紀子さんにバトンを渡したいと思います。

▲宮野みどりさん

奥多摩町身体障害者福祉協会
～会員を募集しています～

身体障害者福祉協会では、心のふれあいを図ることを目的に、会員相互の情報交換、親睦旅行、懇親会などの事業を行っています。（現在会員数21名）

〔対象〕身体障害者手帳をお持ちの方もしくは身体障害児のいる家族（保護者）の方ならどなたでも入会できます

会費：年額1，000円

※申し込み　問い合わせは

事務局・奥多摩町社会福祉協議会

83―3855

ボランティア団体のご紹介

社会福祉協議会に登録されているボランティア団体の主な活動先は、町内の福祉施設や諸団体の行事、社会福祉協議会の福祉事業など、多数活動されています。

個人ボランティアも、４６名の方が登録しています。今年度もよろしくお願いします！

団　体　名	主な活動内容
おくたま傾聴ボランティアふくろう	町内福祉施設での傾聴
奥多摩指圧奉仕会	指圧研修、指圧奉仕活動など
手話サークルもみじ	手話の学習、ろう者との交流など
民生委員・児童委員協議会	地域福祉に関する調査など
コールやまぶき	コーラスの練習・発表、町内福祉施設慰問など
食事サービスかたくりの会	配食サービス（配達、容器回収、容器洗い）など
凸凹たんぽぽの会ボランティアグループ	福祉バザーボランティアなど
点字サークルてん点	点字・点訳の学習、点訳本の作成など
栃久保ママさんクラブ	地域清掃、子どもの会・自治会への協力など
奥多摩ねこねっと	野良猫を減らす活動など

ボランティア養成講座受講生募集

「ボランティア・センターおくたま」では、ボランティア養成事業の一環として、下記の講座を開催します。ご興味のある方は、年齢、性別、経験は問いませんので、お気軽に申し込みください。

≪指圧講習会≫
【期　日】令和８年６月８日～１１月までの毎月第２・４月曜日
【時　間】午前１０時１５分～１１時４５分（全１０回）
【会　場】福祉会館　２階　和室
【受講料】無料　※但し、初回のみテキスト代として
　　３，０００円をご負担いただきます。
【申込受付】５月２９日(金)まで
【対象者】町内在住・在勤の方

▲手話講習の様子

≪手話講習会≫
【期　日】令和８年７月２日～１１月までの毎月第１・３木曜日
【時　間】午後７時～８時３０分（全１０回）
【会　場】福祉会館　１階　ボランティア室
【受講料】無料　※但し、初回のみテキスト代(すぐに使えるパーフェクト辞典)として２，４２０円
　　をご負担いただきます。
【申込受付】６月３０日(火)まで
【対象者】町内在住・在勤の方

≪今年度のボランティア養成講座実施予定≫
令和８年度に実施予定である点字講習会については、７月に発行する広報誌にて、受講生募集の詳しい内容を掲載します。

まごころ助成事業公募

町内で福祉に関すること、または青少年育成もしくは住民の健康づくりを目的に活動している団体を対象として、公募により助成を希望する団体を募り、団体活動の発展に寄与する「まごころ助成事業」の募集を行っています。

【対象事業】助成の対象となる事業は、単年度で完了する事業とし、団体の経常的な運営費は対象外となります。
①福祉向上または青少年育成もしくは住民の健康づくりを目的とした事業であること
②明確な企画（目的・内容・資金使途）であること
③先駆的・開拓的、緊急性の高いものおよび効果・影響などが期待できるもの

【助成金額】１団体への助成金額は、概ね５万円以内
提出していただいた資料をもとに、審査委員会で助成金額を決定します。申請件数が多い場合は、助成金額が申請どおりに通らない場合もありますので、ご理解をお願いします。

【申込方法】奥多摩町社会福祉協議会へ備え付けの申込書類を取りに来ていただくか、ホームページからダウンロードし、必要書類をそろえて奥多摩町社会福祉協議会へ申し込みください。

【募集期限】～５月８日（金）

【助成金の決定】審査委員会において助成団体および助成金額を決定し、令和８年６月上旬に決定通知をお送りいたします。助成金の交付は、６月下旬を予定しています。

※申し込み・問い合わせは、社会福祉協議会　電話８３－３８５５