

げんき

八王子センター元気広報



発行：八王子センター元気
(八王子市高齢者活動コーディネートセンター)

代表：横山 普平

〒192-0062 八王子市大横町 11-35

大横保健福祉センター 3F

TEL/FAX : 042-627-9179

<http://cg9179.world.coocan.jp/>



令和3年度に向けて 「人生後半がおもしろい!!」

代表 横山 普平

令和3年度が始まりました。昨年度はコロナ感染症の拡大で八王子市の指示により全ての事業が中止となりました。部門の会議をはじめとする諸会議も大幅に縮小、定例会は3月のいちょうホールでの開催のただ1度だけでした。また事務所運営についても開設曜日の限定や時間短縮するなど多くの皆様にご不便をおかけし、高齢者の「生きがいづくり」への使命を十分には果たせませんでした。

しかし“感染しない、感染させない”を目標に活動してきました結果、お陰様で内部からの感染は出ませんでした。皆様のご理解ご協力のおかげと感謝いたします。

さて、令和3年度の活動は定例会で決定された「基本方針」に基づき全ての事業を開催する予定です。実施に当たりコーディネーターの皆さんは今年こそは、との思いは強く、登録ボランティアの皆さま、ご利用施設の皆さま、八王子市高齢者いきいき課及び関連諸団体の皆さまのご支援ご協力をいただきながら実施してまいります。今後も事業の開催は全てコロナ対策を十分に取入れた対応で実施いたします。最初の活動は5月20日(木)の「拓け!センター元気」から始める予定で準備を進めて参りましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大で3度目の緊急事態宣言が発出されたの

を受け、急遽中止することといたしました。楽しみにお待ちしております皆様には心よりお詫び申し上げます。

7月から「楽しく身につくボランティア養成講座」の4講座を開講します。①健康たいそう ②ちぎり絵

③ハーモニカ ④福祉アート、各々月1回の開催で令和4年3月まで続きます。例年傾聴ボランティア養成講座を6月に開催していましたが、今年は、後半に延期の予定です。その他「シニア元気塾ボランティア入門講座とコーディネーター養成講座」「懇談会関係」「むかし若ものふれあい作品展」も実施予定です。関係諸団体主催の行事にも参加したいと考えています。

「人生後半がおもしろい!!」今年度も元気に活動し高齢者の社会参加と生きがいづくりを目指して活動してまいります。関係諸団体、ご利用いただいている施設、登録ボランティアの皆さまには日頃のご協力にも増して、今年度も更なるご支援を賜りたくお願い申し上げます。



令和3年度 八王子センター元気 組織・担当役員紹介

(代表) 横山 普平

(副代表) 駒木 朝彦

佐藤 静子

(会計) 服部 園子

(事務局) 松尾 禎夫

(開拓) 小田切 千代彦

(研修) 鈴木 久夫

(傾聴) 若月 レイ子

(養成講座) 望月 明美

遠藤 宏子

磯 貞男

為永 登美子

稲荷 裕

木下 敏夫

鈴木 美代

高橋 千重

大場 節子

功刀 正義

大山 竹彦

土井 和恵

谷川 幹郎

徳村 ふみ子

石黒 康弘

(懇談会) 猪又 陽子

(広報) 伊藤 純二

(ふれあい作品展)

若宮 正璋

(招きセンター元気)

瀧見 浩之

(監事) 狩野 雄一郎

(相談役) 鹿又 ワカ

竹内 豊子

鈴木 郁子

太田 律子 茂木 恵美子

須藤 誠 小川 陽子

渡辺 洵

伊藤 涼子

八王子センター元気は、八王子市から委託を受けて高齢者の社会参加を支援するボランティア団体です。
「げんき」は八王子センター元気が発行しています。

発行日：奇数月15日 年6回発行



コロナ禍におけるボランティア活動

～ボランティアの想い・施設の対応をお聞きしました～

“笑いは健康の源！笑顔は人を幸せにします”覚えていますか？腹話術ター坊のジイジ（祖父）です。昨年は3～4月沢山のオファーをいただいております。突然お会いすることができなくなりました。中止！外出自粛！楽しみに待っていた方々には辛い思いをされたかと。未知との遭遇。誰も答えの出せない明日。でも大丈夫です！春爛漫の4月、羽村堰の満開の桜を見てきました。青空に咲き誇る変わらぬ美しさに安心しました。皆様に早く笑いを届けたい！皆様の笑顔にお会いしたい。お元気で！待っていてください。森口 成男 記



新型コロナウイルス感染症が蔓延する前は、折り紙を通じて18か所の施設でボランティア活動をしていました。コロナ禍の影響で難しくなりましたが、今でも2か所の施設を訪問しています。また、いくつかの施設に、「季節の作品」をお届けしたところ、ご利用者の皆様より喜びの声を頂きました。「折り紙でのつながり」がしっかりと根付いていることに喜びを感じ、活動の励みとなっています。「人生100年時代」これからも、楽しく！元気に！ボランティア活動に取り組みたいと願っています。江坂 千恵子 談



幸 楽 壺 番 館

藤井 徹平 様

幸楽壺番館では新型コロナウイルスの対策は「どうしたら出来るのか」を考えるようにしています。これまでと違う日常に戸惑うご入居者様が多い中、少しでも楽しみを増やしたいと考え、ご好評で要望が多い健康体操は続けていくことにいたしました。感染症対策の徹底にご協力をいただいているおかげで、感染者を出すことなく継続できております。今後も「コロナ禍でも出来ること」を増やすため、ご入居者様の声に耳を傾け、センター元気の皆様のご協力を得ながら健やかに笑顔でお過ごしいただけるよう努めてまいります。

山 水 園

大久保 喜代次 様

コロナ禍にあり、そして今後は「変異株」が心配される日常であります。コロナ感染症が拡大されてない時が今や平和で楽しい日々が懐かしく思えます。当施設も利用者様の安心安全が最優先であり、職員もまた十分な感染症対策を行っています。ボランティア受け入れから活動に関しては、コロナ禍にある為、現在は「休止」させて頂いているのが現状です。今後、コロナ感染が「終息」し、以前のようなボランティア活動を一日も早く「再開」出来たらと心から願っています。ボランティアの方々も十分注意して頂き、以前のような利用者様を笑顔にしてくださる活動を楽しみにお待ちしております。

デイサービスセンター たんぽぽ

米山 知恵 様

コロナ禍で一番感じたことは、利用者の方、ボランティアの方にとって自粛生活となり、社会との繋がりが減ってしまったことです。利用者の方にとっては、デイサービスが唯一社会との繋がりの場となりました。私たちも感染対策をしながら、ボランティアの方が来られなくなっても以前と同様のプログラムを職員が実施してきました。今までボランティアの方と一緒にやってきた経験があったからこそ乗り越えてこられたのだと思います。

デイサービス 翼

中村 陽子 様

第一回目の緊急事態宣言が出た頃、当事業所でも外部との接触を極力控えるためボランティアさんをお断りすることになってしまいました。緊急事態宣言が明けた頃、利用者様の希望もあり感染症対策をしっかりとったうえで受け入れを再開することとなりました。少人数での受け入れということで現在でも麻雀・囲碁のみに限定してお願いをしています。受け入れに際し、来所時の検温・消毒・マスクの着用のお願いや、当事業所の換気、ご利用者様のマスク着用、麻雀・囲碁で使用した物全てを毎回アルコール消毒する等感染症対策を徹底しています。このような状況下でボランティアに来て下さる皆様には感謝の気持ちでいっぱいです。これからも安心して来て頂けるように感染症対策に努めてまいります。



第 9 回 拓け！センター元気 中止のお知らせ

「第 9 回 拓け！センター元気」を 5 月 20 日（木）に YouTube のライブ配信方式で開催すべく準備を進めて参りましたが、新型コロナウイルス感染症に関する緊急事態宣言が再発出されましたので、感染拡大防止の観点から急遽中止することといたしました。既に広報「はちおうじ」やチラシ等で開催案内をご覧になり、心待ちにしてくださっていた皆様にはご迷惑をおかけいたします。心よりお詫び申し上げます。

拓け！センター元気実行委員会

受講生募集

第 11 回 楽しく身につくボランティア養成講座

高齢者施設などで披露する特技を持ったボランティアを養成する講座です。“一芸”をもっている人は高齢者施設、シニアサロンなどでご利用者の皆さんに 活気と笑顔をはこびます。同時に披露する本人もワクワク、楽しい時間を過ごすことで元気をいただきます。本年度は以下の 4 講座を開催いたしますので積極的にご応募ください。

- ① 健康たいそう 講座
毎月第 2 木曜日
13:30～15:30



- ② ちぎり絵 講座
毎月第 1 火曜日
13:30～15:30



- ③ ハーモニカ 講座
毎月第 1 木曜日
10:00～12:00
(楽器をお持ちください)



- ④ 福祉アート 講座
(臨床美術)
毎月第 2 火曜日
13:00～15:00



- ◆開催日 令和 3 年 7 月～ 令和 4 年 3 月（月 1 回）
4 講座共各々 10 回（予定）
- ◆講座会場 八王子市大横保健福祉センター（八王子市大横町 11-35）
八王子市子安市民センター（八王子市子安町 2-6-1）他
- ◆参加資格 八王子市在住でおおむね 60 歳以上でボランティアできる方
- ◆定員 各 10 名～15 名（応募者多数の場合は抽選）
- ◆参加費 300 円×10 回 + 材料実費
- ◆応募〆切 6 月 15 日（火） 必着
- ◆申込先 八王子センター元気 〒192-0062 八王子市大横町 11-35
- ◆申込方法 往復はがきに「ボランティア養成講座」と受講希望講座名、氏名（ふりがな）、郵便番号、住所、年齢、電話番号を記入して
返信面には宛名を記入
- ◆問い合わせ 八王子センター元気 電話 042-627-9179

第 24 回 お父さんお帰りなさいパーティー（通称オトパ）に参加して

3 月 13 日（土）「第 24 回 お父さんお帰りなさいパーティー」が、コロナ禍の影響によりオンライン方式で開催され、八王子センター元気も出展団体として参加しました。従来八王子労政会館で展示説明していた各団体の紹介はオンラインでの動画配信（事前に制作して提供）で行われ、何時でも、誰でも観られる状態になっていました。

前半はオトパ発足以降関わりの深かった方々 4 名のリレートーク（内 2 名は八王子センター元気の伊藤涼子、須藤誠の両名）から始まりオトパとの関りについての思い出話など披露されました。後半は Zoom の双方向機能を使って出展団体に一般参加者を加えての団体紹介や質疑、意見交換などが行われました。

功刀 正芳 記



八王子センター元気
事務所からの参加風景



新コーディネーターの皆さんに抱負を伺いました

コロナ禍のもと、散策を日課に入れた閉じこもり生活は沈みがちになっています。人はどんな状況下においても、人との交わりが健康と元気の源になっていると深く思うようになりました。ボランティア活動で元気と喜びを与えてくれる仲間、それを支えるコーディネーター活動の役割の中で、仲間を増やし私も喜びと元気を得たいと思っています。センター元気の役割を知り、そのうち関係団体との連携の中で輪を広げていければ良いなと思っています。



石黒 康弘 記



シニア元気塾コーディネーター養成講座を修了し、職場や家庭とは別の楽しさや学びの面白さを再発見しました。また、多くの方と出会い、地域の中で心豊かに活動されていることにも感動致しました。コロナ禍に負けることなく、諸先輩のご指導を仰ぎながら、経験を積み笑顔で活動できるよう努力していきたいと思えます。どうぞ、よろしくお願い致します。

河野 明子 記



会社退職後、シルバー人材センター／大学の嘱託／電気工事会社に勤務。この間、住民協や町内会の役員、志民塾 OB 活動、自費出版と多忙を極めました。一昨年、古希を迎へ第二の人生として「高齢者の抱える課題」を思索。

①社会参加の生きがい活動 ②認知症予防 の二点に至る。利他の実践としてボランティア活動を選択。自身の社会性やスキルを活かせる場(八王子センター元気)に出会えた。「お一人様」となっても元気で活動している姿から「人とのつながり」の大切さを実感。信頼関係と協働の下、活動している毎日です。

爲永 行雄 記



私の八王子センター元気との出会いは、八王子駅南口総合事務所で開かれていた展示会でした。用事があって行き、偶然見せて頂いたのですがびっくりしました。皆さんとても元気で潑刺としていらっしゃいます。そこで声をかけて頂きコーディネーター養成講座を受講することになりました。初回から大勢の方々が親切にお世話して下さいました。残念なことにコロナで中断もありましたが、9月末無事修了証書を頂きました。“老いても社会参加を”この言葉が心にしました。皆さま、これからどうぞよろしくお願い致します。

松村 綾子 記

八王子センター元気 令和 3 年度 主なイベント日程

今後の新型コロナ感染状況によっては中止・延期等の変更があります。都度、ホームページで確認ください。

- ・拓け！センター元気 (中止)
- ・楽しく身につくボランティア養成講座 7月～R4年3月
- ・シニア元気塾「ボランティア入門講座」 9～10月
- ・むかし若ものふれあい作品展 11月
- ・傾聴ボランティア養成講座 11月
- ・シニア元気塾「コーディネーター養成講座」 R4年2～3月

八王子センター元気 定例会報告

令和 2 年度の定例会は新型コロナ感染症拡大の影響で永く中止を余儀なくされ、3月16日にいちようホールで初めて開催された。出席者は82名。入り口で手指消毒、検温、さらに三密防止対策等を施して審議を行った。主な決議事項は以下の通り。

- 1) 令和 3 年度八王子センター元気役員選任
- 2) 令和 3 年度八王子センター元気活動方針
- 3) 令和 3 年度八王子センター元気業務分担
- 4) 令和 3 年度交通費単価の件

次回の定例会：6月15日(いちようホール)

八王子センター元気 令和 2 年度 活動実績

項 目	令和 2 年度	令和元年度	平成 30 年度
事務所運営日数	169 日	244 日	244 日
当番参加者数	306 人	659 人	596 人
登録コーディネーターの人数	186 人	190 人	192 人
登録ボランティアの人数	562 人	663 人	702 人
新規コーディネート件数	65 件	573 件	445 人
コーディネーター及びボランティアの活動総件数	2,289 件	11,523 件	11,969 件
ボランティアの活動箇所数(延べ数)	201 ヶ所	1,387 ヶ所	1,331 ヶ所