

げんき

八王子市高齢者活動
コーディネートセンター
(センター元気)
八王子市大横町11-35
電話&FAX
0426-27-9179
運営日 月・水・金曜日
午前10時～午後4時

教えながら学ぶ尊さと喜び

第二回講師懇談会開催される

昨年に引き続き、第二回講師懇談会がさる一月二十日(金)と二十五日(水)の二日間にわたり、大横福祉センターの「竹の間」で開かれました。

二十日には八名、二十五日には十三名の講師の方々にご出席をいただきました。

今年度は、私共コーディネーターが初心にかえり、講師の皆様と利用者の方々の信頼関係をどのよう

人ホームの方から

・施設側の講師受け入れ体制について

・施設職員と講師の意思疎通について

・個人情報守秘義務等について

などの説明があり、大変参考になりました。

さらに、

・施設は若い職員が多く、入所している高齢者の立場や経験を十分に共感できないで苦労していること

・職員中心では、マンネリ化しがちな趣味講座もセンター元気の紹介講師

により多彩な内容になっていること

・入所者も元気を回復し、生き生きとして次回を楽しみにしていること

などをお聞きし、意を強くした次第です。

また、講師の体験発表では、私共が分からなかった苦労話を聞くこともできました。

・認知症の受講生に教える難しさ

・教えながら学ぶ尊さと喜び

・施設職員との意思疎通のはかりかた

等など、参考になりました。

た。

懇談では、各講師の方の経験や活動実績をざっくばらんに紹介していただきました。

・ボランティア活動の経験から、デイサービス利用者との長期入所者との違い

・入所者の心の問題のケアとして、傾聴ボランティアの必要性

・講師自身が脳梗塞を乗り越え、豆と接着剤で作るブローチの紹介と施設



25日の懇談風景

での講習経験

・自分の趣味を施設入所者と共有できる楽しさ

・介護予防と高齢者の生きがいづくり

・八王子の伝統工芸としての糸つむぎ

・参加者の皆さんの経験の豊かさに心を洗われる思いが致しました。

わずか、二時間余の時間でしたが、充実した時間をすごすことができました。

八王子市高齢者支援課からも支援と激励をいただき、センター元気の存在意義を再認識することもできました。

講師の方々の活動の場を更に広げるため、施設に限らず老人会、地域の各種団体等への利用者開拓の必要性を痛感いたしました。

(S・H)

(当日および事前のアンケート結果を二ページに、出席講師のプロフィールを四ページに掲載します。)

アンケート集計結果

今回の講師懇談会では、出席できなかった講師の皆様や利用者の方々のご意見を聞くため、事前のアンケートを実施いたしました。当日の出席者へのアンケートと合わせてご報告いたします。

一、講師への

事前アンケート

①回収状況

発送 109通 回収60通
回収率 54%

②出欠状況

出席 29名、欠席
11名、登録辞退 16名

③出席経験

初めて 15名、二回目
14名

④現在の活動回数

月1回～月4回(週1回) 19名、月5回～月8回 3名、月9回～月12回(週3回) 4名
⑤センター「元気」の利用回数 なし 30名、1～3回 12名、4回以上 2名

⑥要望事項

・講師とセンター「元気」
との関係の方向付け

・複数種目、複数講師の
組合せ紹介

・講師との情報交換
・もっとアピールし、マッ
チングの機会を増やす
二、利用者への

事前アンケート

①回収状況

依頼数 35ヶ所 回答
数 22ヶ所 回収率
63%

②センター「元気」に関する情報入手先

市等の関係機関 41%、
スタッフの紹介 27%、
メディア・第3者等
31%

③実施種目とその回数

月20回以上ー相談・傾
聴、文化・学習、
月10回以上ー手芸・
工芸、スポーツ・レク
リエーション

月9回以下ー音楽・踊
り、趣味・娯楽、書道・
華道、誕生日会・季節
の祭り

④実施の主体

施設のスタッフ 61%、
ボランティア 32%、
その他 7%

⑤センター「元気」の利用動機

新種目 39%、継続種
目 29%、スポット種
目 23%、その他10%

⑥センター「元気」を利用した感想

良かった 87%、普通
10%、悪かった 3%

⑦事務手続き

適切 100%

⑧講師紹介 見つかった

86%、見つからなかつ
た 14%

⑨今後の利用

継続的に利用 59%、
スポット的に利用 32
%、わからない 9%

⑩ご意見

利用者との良好な関係、
マンネリの回避、外部
地域とのつながり等、

多くのご好評をいただ
きました。講師の準
備不足・やる気不足と
のご指摘、交通費等の
支払の困難さ、活動分
野紹介の要望、今後の
活動への期待等が寄せ
られました。

三、出席者への

当日アンケート

①回収状況

出席者数 47名、回収
数 30名、回収率64%

②講師懇談会の評価

非常に良かった 43%、
良かった 53%、良く
なかった 4%

③良かった点

・講師・コーディネーター
の現状が理解でき、参
考になった。

④利用側が出席したのが良かった。

・活発な意見が出された。
・司会進行が良かった。
・良かった点

⑤時間が短かった。

・コーディネーターの話
を聞く機会がほしい。

・会議の流れを事前に知
りたかった。

⑤今後の必要性 必要

100%

⑥開催回数

年1回 47%、年2回
40%、年3回 10%

⑦今後の開催内容(複数回答)

講師の日常活動発表の
場 53%、今回と同じ
47%、センター「元気」・
コーディネーターの日
常活動発表の場 20%

⑧その他の意見・要望

・施設側の要望を聞き、
改善をしていきたい。
・講師からセンター「元
気」や利用者への要望を
出してほしい。
・講師を地域で活用する
等、営業開拓の必要性
・講師・コーディネーター
共通の研修
・センター「元気」の年間
取り組みを知らせてほ
しい。

(T・S)

男の料理教室、地域で展開

横山南市民センター

平成十七年二月六日に

センター「元氣」主催で行われた「輪を広げる男の料理教室」は好評で、参加者全員から今後も継続して実施するようにと

の期待が寄せられました。これを受け講師と地域の世話役が中心となり「七月二日を第二回目とし毎月一回、十一月迄（第六回目）の計五回開催する」という計画で継続の教室

をスタートさせました。

目的は「男性の自立と仲間作り」、将来は「趣味の会や会食会、配食サービス等へ育てられたら」という期待をもって。

推進するのは、講師の橋本さんと講師補助者二名、テーブルアドバイザー四名と計七名の女性に加えて世話役四名（男二人、女二人）です。

参加者は男性十六名（一テーブル四名）、会費は一人八百円です。

毎月一回講師と世話役との打合せ会を開き、前回の反省と次回メニューの策定、今後の運営について話し合っています。

又、献立は参加者からのアンケートを参考に、「男性が気楽にできる家庭料理」を中心としています。

会を重ねるたびに参加者の仲間意識が高まり、各テーブルのチームワークも抜群です。

テーブルアドバイザーの適切な指示のもと包丁捌きにも慣れ、和やかな雰囲気です。

最も楽しみなのは、お食事タイム。講師の橋本さんの味付けが抜群なこともあり普段は口うるさい参加者も大満足、楽し

い会話が料理の味を一層引き立てています。

また、おはぎ等の献立の時は、多めに作り家に持ち帰る等家庭サービスにも気を配っており奥様方にも好評です。

既に昨年十一月をもって、当初予定の第六回まで終了しました。

参加者からは「レシピがあればいろんな料理が作れそうだ」という自信と「皿洗い等の後片付けが苦ではなくなった」と

言う声が聞かれるようになりました。

十一月の料理教室終了後、参加者の希望もあり場所を近くのスナックに移し、懇親会を実施しました。そこでは参加者全員が得意の喉を披露、女性のコーラスも爽やか、最後は全員肩を組んでの大合唱となり仲間意識も大いに高まった次第です。尚、最終回終了後参加者からアンケートをとりました。皆さん更なる継続実施を希望されていることもあり、本年四月を第七回目とし二カ月に一度、十二月まで（第十一回）の計五回実施することと致しました。

献立は「そば打ち体験」をはじめ、「丼物」等男性が簡単に作れるものから「酒のつまみ」等の作って楽しくなるようなものまで揃えたいと考えています。

(M・T)



中野市民センター

〔第五回 自主開催〕

①実施日時

平成17年12月11日(日)

13時～16時

②参加人数

十九名

③講師

千野 薫さん

④献立

・さんまのポーポー焼き

・焼き豆腐と鶏肉の

すっぽん煮

・えのきだけの

わさび酢和え

・ごま酢だれ

⑤内容

今回は初めて、男性の講師を迎えての料理教室を実施。男が作りやすい献立であったので、参加者に好評。参加者には、地域のスエーデンの留学生も加わり、国際色豊かな料理教室となった。

(M・O)



出席講師のプロフィール

〔氏名〕登録内容。紹介

〔赤木美代子さん〕

朗読（花みずき）。施設では恋愛物等も盛り込み聞いてもらえるよう努力している。

〔石谷典夫さん〕

大工仕事の指導・日本舞踊・朗読。機械工学専攻。家庭のリフォーム需要は少なく、書道指導等への転換を考慮中。

〔伊藤憲彦さん〕

カウンセリング・傾聴・悩み相談・話し相手。傾聴活動が浸透してきている、要望があれば講習もする。

〔大木紀美子さん〕

折り紙。施設でのアシスタント経験で元気を貰っている。その経験を生かし講師登録をした。

〔萩原時次郎さん〕

裂き織り機の指導・折り紙・牛乳パックの紙漉き。継続して一緒にやっている盛りが上がってくる。

〔鹿又ワカさん〕

折り紙・シニアの生活設計相談・自分史作りのお手伝い・傾聴。

施設の若い職員はコミュニケーション不足になりやすく、高齢者と同じ目線で話をできる人が望まれている。

〔熊谷昭吉さん〕

竹細工・ブローチ作り・木工。脳梗塞にもめげず見事な竹とんぼ、豆で作ったブローチを披露してくれました。

〔後藤良雄さん〕

腹話術、声帯模写。九州・東京で八年ずつ、八王子で四ヶ月、年三十回以上出演の、役に立っている八十歳です。

〔小林安雄〕

囲碁（アシスタント）。施設では碁を打つ人は思ったより少ないが、楽しみながらやっている。

〔坂本貞夫さん〕

糸紡ぎ・機織り。平成八年糸つむぎから始め、旧浅川支所に織機六台を置き、小学生にも体験してもらっている。

〔坂本正人さん〕

書道。書道五十年、柔道六十年、子供に教えるような積りでやっているが、いろいろ教えられることが多い。

〔佐久間妙子さん〕

新舞踊。基本が大切なので、共に楽しみながら根気良く繰り返し教えている。

〔鈴木明美さん〕

特養ホーム職員。利用者は人に飢えている、地域の人に来てくれると有り難い。

〔高部峯子さん〕

朗読（花みずき）。朗読を聴いてくれるお年寄りがいい顔をしてくれると良かったと思う。

〔武田八千代さん〕

生け花（古流）。横浜でこうで生けているが、八王子でもやりたいと思い登録した。

〔田名網英治さん〕

社交ダンス。高齢者が対象なので、交互に脚が出ない人もいるが、気長にやるのが大切。

〔橋口治夫さん〕

レクリエーション指導、

園芸ボランティア。週1回、午前午後1時間ずつ。

〔宮崎元子さん〕

コーラス、童謡、唱歌、カウンセリング。十年前、独りで、週一回のカウンセリングから始めた。

〔守屋忠勝さん〕

カラオケ健康教室。老人会や施設の方と共に楽しんでいる。教え甲斐があり、楽しい。

〔紋谷智子さん〕

料理。子供向けのお茶の会等もやっており、喜ばれたり、元気を貰ったりして、今後も続けたい。

〔吉田年明さん〕

マジック、大道芸、踊り一般。慰問友の会として、平成十八年から、十五人で始めた。

〔渡辺重男さん〕

道徳教育。高齢者は、労わられることよりも敬われることが大切です。四書五経の道を説く。

編集後記

◎歳をとると、記憶力や体力が衰え、物忘れも多くなりました。しかし、先見性や判断力は若いとき以上に備わってきている筈です。老いの知性です。ボランティアとしての思い、夢を、自分自身やまわりから発見し、その思いを実現する。ないものねだりでなく、あるものの探しの時代です。

(H・O)

◎この度、編集のお手伝いをする事となり、これまでに発行された一七号を見直してみました。ふと、手にとって読んでみたくなるような、そんな広報誌が理想です。私たちのセンター「元氣」の活動が進展していく中で、この広報誌もさらに充実していくよう頑張ります。

(Y・Y)

◎オリンピックが終りました。メダルの数はともかく、選手の皆さんの健闘を称えたいと思います。同時に、スタッフ活動の在り方について、考えさせられました。

(T・S)