ぱらボラ

96.11.25
第6号

発行：東灘・地域助け合いネットワーク
〒658　神戸市東灘区住吉東町2-3-28　東灘区役所中庭事務所
TEL 078-843-4029　FAX 078-842-2907
e-mail　tasukeai@mxb.meshnet.or.jp



A研修で車椅子に乗ってみる。
96年10月21日



B研修で料理にチャレンジ。
96年11月14日



C研修で交流
96年11月21日

今月のトピックス（11月）

●深江浜仮設ふれあいセンターで“ストローおじさん”の楽しい演奏会・・・・・★
●ボランティアハンドブック「Working Together」改訂版できる
●さわやか福祉財団のインストラクター研修生、実地研修受入れ
●本庄中央仮設で茶話やかパラソルを開く・・・・・・・・・・・・・・・・・・★
●第30回、31回常任幹事会を開催
●瀬戸仮設ふれあいセンターで「ふれあい喫茶」がオープン
●当ネットワークのボランティア研修、新企画で再スタート・・・・・・・・★

活動レポート

◆おおうけでした、“ストローおじさん”

11月5日午後、深江浜仮設のふれあいセンターに、ステキな音色がひびきました。リコーダー奏者として有名な神谷徹さんは、15年前からどこにでもあるストローを切って、つなげて、穴を開け、タテ笛のように自由自在に演奏します。この日も、真っ赤な羽根が付いたストローから「赤とんぼ」が流れ、「シャボン玉」が演奏されると、本当にたくさんのシャボン玉が吹き出たり、集まった20名をこえる住民の皆さんからは、その都度、驚きの声と歓声があがりました。曲も、なつかしい童謡が多く、いつしか皆さんも一緒に歌っていました。なかでも、「ドラえもん」は、大がかりな装置になっていて、歌に合わせて頭の上で竹コプターがくるくる回るので、おおうけでした。

その後、生のニンジンを楽器にしてしまう実演もあり、楽しい一時でした。



◆本庄仮設で茶話やかパラソル

11月18日に本庄中央仮設住宅（東灘区青木）で「茶話やかパラソル」を行った。これは仮設住民の親睦を目的にしている茶話会で、10月までは、屋外にパラソルを設置していたが寒くなったため今月は空き部屋を使うことになった。



ボランティアがお茶の準備をしている間に住民の方が仮設中に声をかけて回る。「お年寄りは誘うと出てきやすいようですね。」とその中の一人。

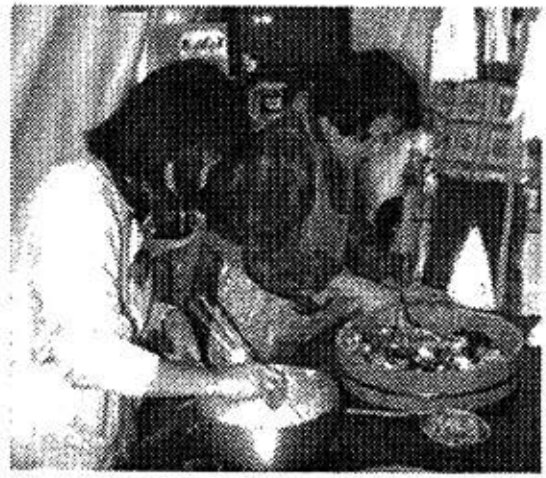
この日のボランティアの一人、金谷美幸さんは看護婦で、お年寄りの血圧測定をしながらやさしく語りかけていく。「こういうきっかけがあると、話もしやすいですね」また、住民の一人が指圧師で、ボランティアが指圧をうける場面もあり、なごやかな雰囲気だった。

◆おいしかった！！　ボランティア研修

ネットワークが行っているボランティア研修にはA（入門コース）B（選択コース）C（リフレッシュ）とあります。11月14日のB研修に参加しました。この日は「食生活サポート講座」で、講師は保健所の講習を受けたボランティアの太美さん、安井さんでした。

ボランティアに訪問した先での食事作りや各人の食生活改善の参考にと、メニューは、じゃことひじきの混ぜ寿司・青菜とツナのさっと煮・カイワレとエノキの清汁・梅酒ゼリーの四品。参加者9人で楽しく作り、試食をしながらフリートークをしました。それぞれ家庭での食事の工夫や買い物のコツ、また、ボランティアをしていて感じたことなどの話がでて楽しく、美味しい研修でした。

（ボランティア　出光直子）



ボランティア訪問日誌から
薬取り代行



今日は田村さん＝仮名・83歳＝の２週間に一度の投薬日です。田村さんは白内障で、足も不自由なため通院が困難な女性です。そこで、病院がわが家から歩いて５分という位置にあるため、田村さんの薬取りは私が引き受けて家まで届けることにしています。

受付が遅くなると混むので、きょうも、朝８時前に家を出て病院に行き、 眼科と外科にそれぞれの診察券を入れてきました。その後、ネットワークで朝のミーティングに参加し薬のできあがった頃を見計らって再び病院へ取りにいきました。

田村さんに、お届けに行くといつも「気の毒やなあ」と喜んでくれます。

（ボランティア　A．K）

１０月の新規登録ボランティアは２０名でした。

今月は、その中のお二人に初めてのワークの感想をお聞きしました。

【久保充子さん】

今日は81歳の方の病院への送迎に付き添いましたが、長生きするのも大変だと思いました。金銭的な問題もさることながら、孤独と闘うのは、本当につらいと感じました。家事などの介助と共に、心のケアを上手に助けてさしあげられるようなボランティアになりたいです。

【加藤美欧さん】

全然知らないお宅にうかがってお話ししたり、家事をするのはとても緊張しました。でも、いろんなお話しが聞けるし、自分のあいている時間と体力が他の方の役に立つと思うと充実した気分になるのでこれからも時間があれば参加したいと思います。



8、9、10月とみてくると、ありがたいことに参加ボランティア数が、どんどん増えているのがわかります。週一回でも続けていただきますように…。

	サービス内容	8月	9月	10月
家事	掃除・調理等	57	52	47
介護	介護一般・話し相手・様子伺い等	144	206	168
移送	車による通院・外出介助等	54	36	40
	車による引越・荷物運搬等	14	53	39
	小旅サービス	4	5	5
その他	室内の荷物運び・移動・その他	2	0	38
住宅改善	大工仕事・修理等	12	14	1
ふれあいセンター		19	19	35
茶話やかテント・パラソル		4	7	10
ふれあいサロン		6	8	16
心のふれあいの集い・心のオアシス		1	6	1
その他のイベント		2	4	1
サービス件数		319	410	401
一日平均サービス件数		12	15	15
参加ボランティア総数		553	613	696
一日平均ボランティア数		20	25	28
登録ボランティア数（累積）		1,302	1,328	1,349

12月のネットワーク・カレンダー　December／1996

日	月	火	水	木	金	土
(1) 活動休み ♡NW第7回幹事会	2 ♡NW月例リーダー会	3 ▲茶話やかタイム （手水公園仮設）	4 ♡ボランティア研修 B講座	5 ♡ふれあいサロン 月例ミーティング	6	7 ◇勤労市民ボランティア養成講座の修了生／研修受入れ
(8) 活動休み	9 ◆ふれあいサロン （浜中内科）	10 ◆ふれあいサロン （川島クリニック） ♤市長との「ふれあいトーク」（同上）	11	12 ◆ふれあいサロン （田中医院）	13 ♤奈良県明日香村社協交流会 ♡第19回東灘区ボランティア連絡会	14 ◎第1回ＣＳ神戸わくわくバザー ◇防災のまち東灘国際フォーラム
(15) 活動休み ◇三好ダンス教室／クリスマスダンスパーティ（六甲 北ふれあいセンター） ◇マリーンライオンズ／映画会（六甲アイランドにて）	16 ◆ふれあいサロン （能登医院）	17 ◆ふれあいサロン （河原医院）	18 ♡ボランティア研修 A講座 ◆ふれあいサロン （深山医院）	19	20 ♡第58回東灘区地域ケアネットワーク会議	21 ♡"体も心もホッカホカ"ボランティア・冬の交流会（ネットワーク・テントにて　12時~3時）
(22) 活動休み	(23)(祝) 活動休み ◇若芽の会／もちつき大会（深江浜仮設）	24 ◆ふれあいサロン （藤田外科）	25 ◆ふれあいサロン （有光医院）	26 ◆ふれあいサロン （宮地クリニック）	27 ◆ふれあいサロン （高瀬内科）	28
29	30	31	97年　元旦	2	3	4
5	6 ネットワーク始め	年末年始の休みです				

・このカレンダーは、東灘・地域助け合いネットワークの活動のなかで毎日の通常ワーク以外のスケジュールを載せています。
　（右のようにマーク分けしています）
・通常のワークというのは、お話し相手、通院送迎・介助、車イス外出介助、薬取り代行、買い物代行、などです。
・あなたにできるボランティア活動を、一緒にやりませんか。
・お電話、お待ちしています！　　☎843－4029

◆　ふれあいサロン（午後2時～3時30分）
医院の待合室で地域の高齢者の生きがいづくりとネットワークづくり。歌、体操、手芸など楽しみながらしています。
▲　茶話やかタイム（午前10時～12時）
昨年から区内仮設全域で通算65回行ってきた茶話やかテントは地域型仮設の空き部屋（ふれあいルーム）を使っての「茶話やかタイム」に移行しています。

♤　講演会、シンポジウムなどに出席
♡　各種会議・研修など
♧　取材・来訪者予定
◇　他団体の企画・事業に協力

いま、東灘・地域助け合いネットワークは こうなっています。

先月の「ぱらボラ」で紹介したように、東灘・地域助け合いネットワークでは新しくコミュニティ・サポートセンター神戸を設立しました。略して、ＣＳ神戸といいます。

これは、神戸市東部（東灘区および周辺）地域において、高齢者・体の不自由な方・震災によって日常生活に支障をきたしている地域の方々の生きがい創出のための地域事業、および地域活動の支援を目的としたものです。

現在のネットワークの事務所では手狭のため、歩いて10分ほどの場所にプレハブ２棟を建てて活動しています。代表には、ネットワークの代表幹事中村順子さんが就き、事務スタッフに今年４月からネットワークでスタッフをしている榎本まなさんと新人安部隆雄さんがはいりました。

この異動のため、ネットワークは、代表に芝崎信子さん、渉外担当として武田純子さんが入り、事務スタッフは原俊子さんと新人富田佳子さんの４人体制になりました。

お昼になると、ＣＳ神戸のメンバーもみんなネットワークまでやってきて、にぎやかに食事を共にしています。活動の方法は違いますが、震災後の新しいコミュニティづくりを支援する、という大きな目的を共にしてがんばっています。

●代表芝崎信子さんに、今後のネットワークの活動についてお伺いしました。

「従来の活動であるパーソナル・ケアと地域の仲間づくりを手伝うコミュニティ・ケアの充実を観点に、よりきめ細かく地域のニーズに応えながら活動を行っていきます。また、ボランティア研修も、他団体と情報交換をし、交流を深めたいと思います。今後の課題としてはまず、地元に根づいた活動のための地元ボランティアの確保、また来年以降の活動資金をどうするかも問題です。そのためにも新しい活動プログラムの開発を早急に、と考えています。今後ともみなさんのご協力をよろしくお願いします」

“体も心もホッカホカ”
ボランティア・冬の交流会
１２月２１日（土）
午後１２時～３時
ネットワークテントにて
会費１０００円



昼食ボランティア大募集！！（特に水曜日）

緊急

東灘・地域助け合いネットワークの事務所でボランティアの昼食を作ってくださる方を求めています。約３０人分を３人ぐらいで作ります。

ボランティアのワークから帰ってきた後でみんなで食べるご飯がとてもおいしいんです。ボランティアを支えるボランティアさん連絡お待ちしています。



献立例
○そうめん、切干大根、里芋煮
○肉じゃが、漬物、味噌汁

月一回でも大歓迎！
九時三〇分～
午後一時三〇分まで



どんな人⇔こんな人

支援者



■須藤明（すどうあきら）
■４８才
■東灘区本山中町在住
■（株）プロテック代表取締役

■当ネットワークがプロモーションビデオの制作を依頼した会社の社長さんである。仕事のかたわら、本山地区の「だんじり」を通じてできた青年会の仲間と共に５年前から「本山お笑い寄席」をチャリティーで続けている。震災直後、この青年会が素早く立ち上がり地域の人々の手助けとなった。「地域に目を向けて行く事が私自身の老後の生活を楽しいものにし、地域も良くなる。」そして、今回のビデオ制作を通して「ふれあいサロンのアイディアを既存の老人会にも生かせないだろうか。」と、"我が町"に向ける熱い思いを語ってくれた。

★ネットワークのプロモーションビデオ２本　ついに完成！

【A】『みんなの笑顔がみたいから』　１８分
〈東灘・地域助け合いネットワークの活動紹介編〉
震災をきっかけに立ち上がったネットワークの現在の活動を紹介。

【B】『ふれあいサロン』　１５分
〈ふれあいサロンの活動紹介編〉
医院の待合室を利用し高齢者のコミュニティ作りを目指す活動。
あなたの町でも始めませんか。

企画＊東灘・地域助け合いネットワーク
撮影・編集＊（株）プロテック
構成＊ギガブレインズ

◆このビデオは、研修・交流会などで使うほか販売も予定しています。

お問い合わせは、当ネットワークまで。

活動維持のためにご協力ください

銀行振込　さくら銀行　甲南支店
普通口座　3994604
口座名義
東灘・地域助け合いネットワーク　中村順子

郵便振替口座　01140-9-88648
名称　東灘・地域助け合いネットワーク

年末年始のお休みについて

●　年内は、12月27日（金）まで活動し、12月28日（土）～97年1月5日（日）までは休みとさせていただきます。
新年は、1月6日（月）よりスタートです。

冬休みにボランティアを、と考えていた方申し訳ありません。12月21日の交流会、また12月23日（祝日ですが）には、仮設でもちつきをしますので、こちらへの参加をよろしくお願いします。

編集後記

●今回初めての取材でした。語り尽くせない、紙面もボキャブラリーも足りない思いです。（上村光代）
●ストローおじさんの写真は？（竹内克仁）
●ふれあいサロンスタートから1年。「この日が待ち遠しい」近頃はこんな声が聞こえます。（村山メイ子）
●ネットワークの情報だけでなく、地域のみなさんのお役にも立てるばらボラをめざしてます。要望、ご意見などよろしく。（原俊子）