ボランティアだより
かすみがうら市
四季の里
第13号
平成30年2月16日
発　行

発　行 ―――― かすみがうら市ボランティア連絡協議会
編　集 ―――― かすみがうら市ボランティア連絡協議会広報委員会
事務局 ―――― かすみがうら市社会福祉協議会内 ☎029-898-2527

平成29年度ボランティア連絡協議会研修会

←　この写真の記事は2ページにあります。

平成二十九年度研修旅行に参加して

ボランティア連絡協議会会長　高﨑　正

今年は、秋にもかかわらず異常な雨が各地で続く中、研修旅行の日は良い天気でした。

栃木の「いちごの里」でバイキングの美味しい昼食をいただいた後、茨城の八千代にある（株）エフピコのリサイクルセンターで「使用済みのトレーが再生原料になる行程」を見学致しました。私達の生活より毎日出る多くの食品トレーがスーパーに持ち込まれた後、処理工場に集められ、粉砕、化学処理等が行なわれ、再度原料として生まれ変わり、更に新しいトレーとして加工されるとの事です。

国内で発生する廃棄トレーのうち再処理されるものは二十％程度との事。元をたどると石油製品であり、資源の少ない我が国では皆の協力で再生率を上げる必要があるのでしょう。

我が家で、各種廃棄物をスーパー等に持ち込むゴミ処理担当のジィさんとしては非常に勉強になりました。

エフピコ関東の職員の方の丁寧な説明

会員の皆さんは真剣に聞き入ります

七夕配食

牛渡ボランティア
藤井　美江子

七夕とは、中国伝来の乞巧奠（きこうでん）の風習と日本の神を待つ「たなばたつめ」の信仰が習合されたもので、奈良時代から行なわれてきた様です。何事も謙虚に受け止め、一生懸命に働かないと、良い事は起こらないという戒めも込められています。七夕は代々伝えていきたい風習の一つです。

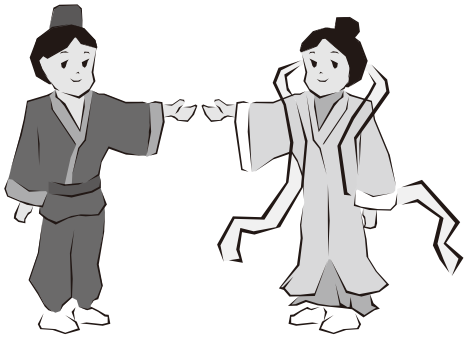
そんな七夕に因んで、七月一日に、恒例の七夕配食を行ないました。

食品の傷みやすい季節なので、おかずの詰めかた一つにも私達は細心の注意を払います。野菜の天麩羅、小海老のかきあげ、煮魚、根菜の煮物、酢の物等々、どれも彩り良く仕上りました。

受けとった人の蓋を開けた時の笑顔、口に頬張った時の「美味い！」を想像しながら、心を込めて作りました。長寿と健康を願う短冊をさげた笹の枝を添えて届けました。

天のお星さま達、今年は少し頑張りが足りなかった様で、七月七日の夜は曇り空でした。

七夕配膳



七夕飾りつけの様子

第十二回 かすみがうら祭

千代田地区のバザー

いきいきセブン　的場　トシ子

十一月三日、夜中の雨も明け方にはすっかり上がり、日中は上天気になりました。

毎年、バザーの件では、会員の皆さんから「協力する品物が無くて困る」と言われながらも、各グループの努力で、沢山の品々が集り、今年もバザーの店が開かれました。

集合時間を待たずに品物を並べるのに大わらわの最中から、品選びするお客様もあり、九時の開会を待ち遠しい人達が押し寄せました。山のように在った品物が午後三時頃には殆ど売れて、売る人も会計もボランティア精神を全う出来た満足感で今年の祭りのバザーを終えました。

皆様ご協力いただきまして感謝申し上げます。

かすみがうら祭出店の様子（千代田地区）

かすみがうら祭出店の様子（霞ヶ浦地区）

チャリティーショーに参加して

下大津ボランティア　坂本　初枝

かすみがうら市女性団体代表者連絡協議会主催による「第十三回女性団体チャリティーショー」が十一月十一日（土）市体育センターにて開催されました。当日は多くの出演者や来場者が集い、盛大に催されました。

私達ボランティアは、昼食時に楽しみな豚汁作りに参加しました。朝早くから準備に入り、地元の野菜を沢山使い、お昼には温かい美味しい豚汁が出来上りました。

皆さんから、「楽しみに待っていたよ」「おいしかった」「ごちそう様」との声をいただき、私達会員一同は気持ちが和みました。

当日は秋晴れにも恵まれ、楽しい一日を過ごすことが出来ました。

みんなで助け合い

愛ネットワーク　生方　眞一

愛ネットワークは、障がいを持った方々が社会生活を送って行く上で「自分で、やる事はむずかしいが、少し援助があればよりよい生活が出来るんだけど」という思いを実現する為に集まったメンバーにより、平成十三年四月一日に結成されました。メンバーには様々な分野を得意とする人達が集まり、障がい者の希望を聞きながら手助けをしております。

障がいを持ちながら自宅で社会生活を送られている方や障がい者施設に入所されている方々で、施設の生活援助の他に色々な個人的な希望を持っておられる方の援助などを行なっております。

具体的には家庭で車椅子生活をされている障がい者に対し、手の届きにくい部分のお手伝いをしています。又、施設の障がい者に対しては、手紙の代筆や趣味としている創作活動のお手伝いなどをしています。この時に作られる「詩」「絵画」「感想文」「習字」などは、施設の文化祭などに展示されます。

以上のように障がいに負けないで色々な場で生活を送られている障がい者が、生きとした心で暮らせるようお手伝いをしています。

介護予防してますか

シルバーリハビリ体操指導士の会　椎名　浩一

最後まで誰にも迷惑をかけずに健康で自立した生活を送りたいと願うのは、皆同じではないでしょうか。その為には介護予防をして健康寿命を延ばすことです。その介護予防の最良の方法はシルバーリハビリ体操をやる事です。この体操は介護予防という明確な目的をもった体操で、いつでもどこでも一人でも出来る体操です。

かすみがうら市では五十名の指導士が三十ヶ所の会場で活動しています。転倒予防、膝痛予防、腰痛予防、肩こり肩痛予防等の体操と嚥下体操をやっています。これからの時代は、自分の身体は自分で守るしかありません。ふだん体を動かしていない方は是非一度会場に来て下さい。体調が良くなるばかりではなく、お友達も出来ます。今までとは違う世界が待っています。何事も一歩ふみ出す事が、健康で長生きするコツです。

どこでやっているかなど詳しい事は、「かすみがうら市地域包括支援センター」におたずね下さい。

シルバーリハビリ体操の様子

みんなの広場

『絵本』と

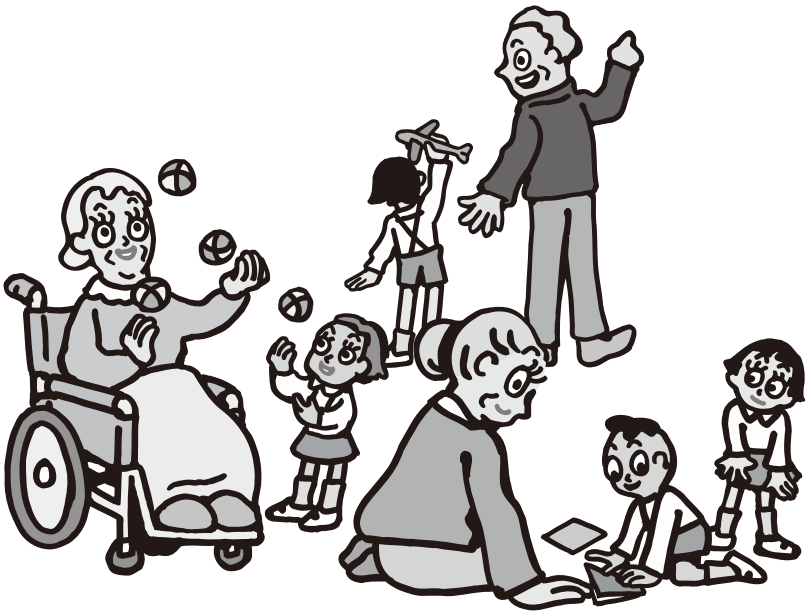
宮嵜　瑞枝

「子供の頃、部屋のすみで遊んでいると、決ってもっとまん中で遊びなさいといわれた。でも部屋というものは、まん中とすみとでは時間の流れ方も空間の質も全然ちがうわけで、絵本のなかのそれとは、明らかに部屋のすみの方が近い」（江國香織著「絵本を抱えて　部屋のすみへ」より）

絵本との出会いは、子供たちの心にこんなふうにして訪れるものだろうか。こうして「一人」を知り、自分の居場所を得てその心地良さと喜びを感知し、限りない物語の世界へと導かれていく。

親の「読み聞かせ」から離れた子供が、その時得た「感覚」は多分、後に人が構成されていく上でその生涯を支えていくに違いない。子供たちには沢山の物語を知ってほしい。

触れることで闇にみちた人の喜怒哀楽も含め、同時にひきつけてやまない生きることの素晴しさを語ってくれるに違いないと思うのです。



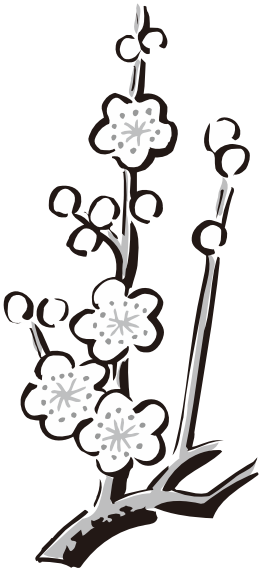
編集後記

二十九年度の広報紙「四季の里」十三号を、皆様に見守られ、これまで通りお届けできます事を大変うれしく思います。

九月に、前広報委員長が逝去されました。その意志を引き継いで、これからも皆様に、わかりやすい「四季の里」が届けられます様、みんなで頑張っていきたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

先日、足利市の吉祥寺をお参りした時

「生きている限り苦しみはやってくる
　だがそれは生きている証し
苦を受け入れて　命を燃やす」という言葉に出逢いました。

これからも、変化にとんだ毎日が多々あると思いますが、会員みんなで、対立ではなく協調を主に知恵をだし、かすみがうら市にふさわしいボランティア活動ができればと願っております。

広報委員長　佐久間　美津江