

ボランティアだより

かすみがうら市

四季の里

第20号

令和7年3月5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

研修会に参加して

おもちゃ図書館ひよっこ

深井 征一郎

12月12日、いわき震災伝承
みらい館で研修を行いました。
コロナ禍の間、会員同士の
コミュニケーションが稀
有になりました。久しぶりの
研修会なので大いに楽し
みたいと思っていました。

震災地の視察は初めての
経験です。しっかりこの目
で見てこようと思いました。阪
神淡路震災の時は、翌日出張
でその時に見てきました。身
体が震えたことを覚えてい
ます。

今回訪ねたところは、十七



12月12日(木)

場所：いわき震災伝承みらい館

参加者：56名

年前に来たところでした。家族で塩屋埼灯台を訪ねました。その時の風景はある程度覚えていますが、語り部さんの話を聞きながら風景を見ていましたが、あの時の風景とは大分違うように見えました。今は、被災の跡も無く素晴らしい街並みになっていました。地元の人々の苦勞・努力に感銘しました。震災伝承みらい館には震災の記憶と教訓がしっかり継承されていました。震災は、何時、どこでも起きることです。この研修は忘れることのできない研修になりました。昼食もおいしかったです。もう少し会員同士のふれあいの時間も欲しかったです。楽しい一日ありがとうございました。

令和6年度総会において

シルバーリハビリ体操指導士の会

村松 章好

私達、シルバーリハビリ体操指導士の会は、現会員数が六十名ほどの大所帯のボランティア活動団体です。市内の全域で積極的に、この茨城県発祥の介護の予防体操を展開して参加者住民に体操指導を行っています。いつでもどこでも一人でも道具も使わずにできますが、参加者同士と指導士とが、よりつながる事ができます。

これからの超高齢化社会では住民自ら学び、力をつけ、自らが社会に役に立つ行動を起こし、世代を越えた共助の精神で、官民一体となって乗り切るしかないと思い



総会時講演会



ます。今年度五月に開催された、ボランティア連絡協議会総会時の講演会において、長谷川幸介先生がコミュニティ作りについておっしゃいました。

その中で、この体操を通いの場として、我々体操指導士と住民の方々がつながることが出来ます。まずは近所の体操会場に来ていただく勇氣を持って自らが動き始めることです。

どうぞ皆さんご参加ください。

ボランティアで参加して

こぶし会 高坂美千代

去る十月八日、老人クラブ連合会芸能発表会がウエルネスプラザ体育館で行なわれました。雨でしたがバスの送迎もあり、136名の参加でした。連合会の佐藤会長さんからは「今までは千代田公民館で、昨年と違う会場ですが、皆さんの熱量を感じます。頑張ってください。」来賓の宮嶋市長さんからは「カラオケなどで声を出し、出かける機会を作る。これが健康のひけつです。お手本にしている若者が沢山います。」とごあいさつがありました。

カラオケ、舞踊、デュエット、民謡、マジックと二十二組。日頃



老人クラブ連合会芸能発表会

の練習の成果を皆さん發揮して拍手喝采！ 大とりは司会を立派に務められた菅原靖男さんでした。

私たちボランティアは、バスの送迎、出演者確認、お弁当湯茶準備、会場整理等でした。反省点は「お茶が熱すぎて飲みにくかった。」との声でした。

「家にばかりいるから声掛けたのよ」と知人を誘って来て下さった方もいました。

持参したテープをまちがえたり、出番を待っている舞台上で着替えたりとハプニングもありました。

来年も、元氣な皆さんにお会い出来る事を楽しみにバス利用の方々をお送りして、ボランティア活動は無事に終了しました。



朗読雑感

キャッチボイス 川西廣明

難視の方々に朗読の支援を行っていただきます。朗読は、まず聞き手に聞き取り易い読み方をしなければなりません。正確な発音、明瞭な発声ということになります。が、もう少し細かく言つと音の高低のことがあります。アクセントと言い換えてもよいですが、英語のアクセントが強弱なのに対して、日本語では音の高低でアクセントをつけます。地方によってアクセントが共通語と異なるのが訛りです。初心者、訛りは気にしなくてよいと指導されますが、実際に訛った発音をするとしつかりと訂正されます。かくいう小生も関西訛りがとれず、会員の皆さんから矯正不能と判断されていますが、他人の訛りはよくわかります。

朗読を始めてアクセント辞典なるものがあることを知りました。アクセント辞典（NHK）は語彙数が少ないですが、新明解国語辞典（三省堂）は語彙数も多く、アクセントが示されています。

どうやってアクセントを示すのか。NHK版では、横書きの文字列の上下に線を引いて音の高低を表し、「新明解」では、一拍語八（葉）／五拍語サツマイモを例に挙げて拍数に応じた高低の変化を数字で表しています。

日頃、共通語アクセントのつもりで使っているのが間違っていた、というのがけっこうあります。



みんなの広場

配食サービスお弁当紹介

令和6年10月と11月のお弁当です。11月は文化の日、七五三、
勤労感謝の日と祝い事の多い月なので、お赤飯にしています。



10月15日(火) 献立表

2班：買物当番

兵藤、町井、横田

献立

●きのこご飯

生しいたけ、しめじ、えのきたけ、
舞茸、人参、鶏もも肉、酒、醤油、
砂糖、米4kg

●コロッケ

じゃがいも、玉ねぎ、豚挽き肉、
小麦粉、卵、パン粉、油、
付け合わせ（キャベツ、プチトマト）

●小松菜のえのき和え

小松菜、えのき瓶詰



●煮物 大根、人参、さつま揚げ

●漬物 白菜、きゅうり、人参

●すまし汁 かにたま、豆腐、長ねぎ

●果物 季節のもの

11月19日(火) 献立表

1班：買物当番

吉田、川俣(ひ)、石井(か)

献立

●赤飯

もち米5kg、ささげ1合、
ごま塩1袋

●天ぷら

かき揚げ(春菊、人参、玉ねぎ、小えび)、
さつまいも、いんげん、ちくわ、
天ぷら粉、油

●煮物

大根、こんにゃく、さつま揚げ、人参、
とり肉、醤油、砂糖

●酢の物

きゅうり、わかめ、麩、酢、砂糖

●漬物 白菜、きゅうり、人参、ゆず、塩

●卵とじ みつば、わかめ、卵

●果物 みかん



おべんとう
おいしいよ

「ゆり」の活動

手話サークル「山ゆり」 袖山 幸子

私達の手話サークルには、手話通訳者、講座の先生、受講生とサークル外でも手話に関して活躍、勉強している人がいます。その人達から様々な手話に関する情報（例えば講演会のお知らせ）を得ています。又グループラインでは手話のテレビ番組の紹介もあります。それがサークル内の活動に役に立っています。

今、各地で手話言語条例が制定されています。手話も一つの言語。共生という社会を目ざしてサークル活動が微力ながらも役に立てればと思っています。

活動としては、四月の総会に始まり、小学校への手話体験教室（これは入念な打ち合わせのあとに出向いています。そして少し緊張もします）、食事会、クリ



学校での活動の様子

スマス会と楽しい行事もあります。コロナにより復活できていない行事もあり残念です。今後の活動を考えると、会員の高齢化が問題ではあります。皆さん、手話を学びませんか？サークルへの加入をお待ちしています。

編集後記

今年度も研修会が実施され、コロナ以前の活動が戻ってきました。各々のグループの会長を中心にして活発に行われています。

二〇二五年を迎え、超高齢化社会となり社会保障費の急増など問題が考えられます。ボランティアへの参加者の減少もその問題のひとつかもしれません。そんな中でも、ひとりひとりが身近な人に声を掛け、楽しい活動状況を伝えることも輪をひろげていくことに繋がるのではないのでしょうか。

編集委員一同

