

— 小山地区社協だより —

ほほえみ

第82号

～ともに生きる～

<http://www.sagamiharashishakyo.or.jp/chikushakyo/oyama/>

発行日・2024年11月1日
 発行・小山地区社会福祉協議会
 相模原市中央区向陽町8-1
 小山公民館内
 ☎ 042-755-0350
 編集・小山地区社会福祉協議会
 広報委員会

おやまハローボランティア

ボランティア
したいひとボランティア
グループボランティアしたい人とボランティアグループを
“結ぶ” サイトができました!!

小山地区のボランティア募集情報をまとめたホームページ“おやまハローボランティア”ができました。スマホやパソコンで情報を得ることができます！

ボランティアをしたいけど、どうすればいいのかわからない、どんなボランティアがあるの？
 そんなあなたを小山地区ボランティアグループは待っています。

また、小山地区の様々な団体からのボランティア情報も求めています。

登録を希望される活動・団体は、小山地区社会福祉協議会へご連絡ください。

ボランティア活動の輪を広げ、小山地区をボランティア活動で活性化しましょう！

こちらの二次元コードを読み取ってサイトにアクセス！
 ボランティア活動に関する問い合わせや、
 活動に対する心配や不安などの相談を受け付けています。

URL <https://oyama-volunteer.jimdofree.com/>Q1 ボランティアに
必要なものは？

A ボランティア活動は他者から強制されて行うものでなく、自分の意思で行う活動ですので、一番大事なことは「自発性」です。また、自分の利益を目的とせず、誰かのための行動をする「利他の心」も大切です。

Q2 体力に自信が
ないけど、大丈夫？

A ボランティア活動をするにあたって、無理をしたら長続きしません。無理のない範囲で長続きさせることが重要です。できる時にできる範囲で構わないので、長く続けることが望まれます。(でも、余力が生まれれば、自己成長のために少し背伸びしてみるのもいいですね。)

Q3 働いているけど、
できるの？

A ご自分やご家族の健康、その生活が満たされた上でのボランティア活動であってこそ、そのボランティア活動も満たされるものと思います。限られた少ない時間でできるボランティア活動も結構あるものですし、その活動に理解・賛同していただけるだけでも、活動されている他のボランティアの励みになります。



サロン代表者交流会

6月25日、11サロンの代表者及び小山地区社会福祉協議会の役員によるサロン代表者交流会が開催されました。

第一部では、しょうじゅの里相模原の松岡義人さんによる「もしもの時のために伝えておきたいこと (ACP)」と題した、講演を行いました。

第二部では、各サロンの紹介と情報交換会が行われました。

運営費、参加者募集の声かけ、毎回のテーマ決め、スタッフの高齢化等、いろいろな事に苦心されているとの報告がありました。

お暑いなか、ご参加くださりありがとうございました。



ひまわり交流会

7月4日猛暑の中、ひまわり交流会を開催しました。

今回は、懐メロを全員で唄い尽くそうをテーマに、昭和の名曲をしっかりと唄う曲、又リズムカルな曲とバラエティー(メリハリ)をつけ全員で唄い尽くしました。

参加した方々はしっかりとした曲は体をゆったりと、リズムカルな曲は体や手足でリズムを取り、楽しんで唄っている様子が伺えました。

休憩をはさみ、軽くストレッチ体操後、恒例のビンゴ大会、各自が好きな景品を受け取り、たくさんの笑顔に包まれて終える事が出来ました。

最後は参加者全員で又会いましょうと声を掛け合せて、会場を後にしました。参加者の皆さん次回お会いしましょう、待っています。



駄菓子屋さん

7月18日午後、天縛皇神社境内で恒例の駄菓子屋を開催しました。

前回同様大盛況で、楽しく過ごす事ができました。

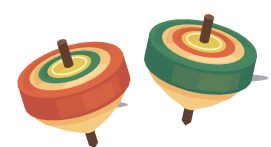
特に外遊びでは、けん玉・メンコ・こま回し等が人気でした。

当日はタウンニュースの取材もあり情報発信され、有意義な1日でした。

次回は遊びの種類も少し増やしてみたいと思います。



次回 12月19日(木)
14:00 ~ 16:00
天縛皇神社にて開催
(荒天中止)



7月30日

ジュニアボランティアスクール

障がいとは？～パラアスリートから学ぶチャレンジすることの大切さ～

廣田卓未さんに講師としてお越しいただき、障がいとは？接し方、思いやりを持つこと…などの講演を行いました。

クイズ形式で子ども達も楽しみながら相互理解を深められたと思います。

講演後は、参加したお子さんと一緒に廣田さんもチームに入り、ボッチャの対戦をして大盛り上がり！

車いす体験では、車いすに乗る役、介添え役を交代しながら、どういったことに注意したらいいかを考え公民館の中を回りました。

講演や体験を通して、障がいや“気づき”について考えるいい機会になったと思います。



廣田 卓未 さん

小学生の時に筋ジストロフィー(指定難病113)を発症。

現在は株式会社障碍社しょうがいしゃへ勤務しながら、「障がい」への理解、「ボッチャの魅力」などを伝える講演活動をしています。

ボッチャに魅せられ、2032年ブリスベンパラリンピック大会に向け、練習に励んでいます！応援してね！

9月25日

ボランティア交流会

6つのグループによる近況報告によると、コロナ禍以降活動が活発になってきている反面、どのグループも高齢化と担い手不足が課題となっているとのこと。

ボランティアをやってみたいけれど初めの一步が踏み出せない人に、地区内のボランティア情報を発信し続けていくことが大切だという話がありました。



街頭募金



10月1日、相模原駅で赤い羽根共同募金活動を実施しました。多くの方が足をとめ、募金にご協力をいただきました。

募金総額 **77,938円**

皆様のご協力
ありがとうございました。

募金は高齢者、児童福祉施設の設備等の充実、災害復興ボランティア支援等に使われています。

小山地区社会福祉協議会では、高齢者サロン運営や福祉啓発などの活動に使われています。

敬老事業顕彰

小山地区敬老事業実行委員会において、小山地区の為に貢献して頂いた4名の皆様が受賞されました。

鎌田 知慶様 左藤 如子様 竹内 博之様 永富 多美子様
おめでとうございます！



ボッチャをしてみませんか？

毎月第3水曜日13：30～小山公民館大会議室にて練習会を開催しています。予約不要。お気軽にお越しください。

また、ボッチャボランティアも募集しています！

詳細は表紙のハローボランティアホームページをご覧ください。

ボッチャ大会

11月23日(土)13：00～

向陽小学校体育館

持ち物：飲み物・体育館履き

※動きやすい服装でお越しください

参加費無料 全員に参加賞・上位チームには景品も！

申込期限：11月15日まで 下記までお電話、窓口にて承ります
小山地区社協事務局(小山公民館内) ☎755-0350 平日9時～17時



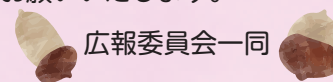
編集後記

秋も深まり、紅葉の便りが聞かれる季節となりました。

原稿を寄せて下さった皆様に心より御礼申しあげます。
【おやまハローボランティア】のホームページを開設しました。

ボランティア活動に関心のある方お待ちしております。

そして、今後とも広報「ほほえみ」ご愛読の程、よろしくお願いたします。



広報委員会一同

おやま生活サポートセンター NEWS No.10

最近の支援依頼の中に電話に関する支援依頼があり、いろいろと調査していると、耳寄り情報を見つけましたので、ご紹介します。

【耳寄り情報1】

NTT契約者が70歳以上である旨または70歳以上の方と同居している旨を申告すると、「ナンバー・ディスプレイ」および「ナンバー・リクエスト」の月額利用料と工事費が無料となります。上記を現在契約中の方でも、70歳以上である旨または70歳以上の方と同居している旨を申告すると、月額利用料が無料となります。

【耳寄り情報2】

相模原市では、特殊詐欺の被害を防ぐため、65歳以上の方を対象に、迷惑電話防止機能付き電話機などの購入費の3分の2の額(1,000円未満は切捨て)を補助する制度を実施しています。

補助上限額は購入したお店によって異なり、

「協力販売店」に登録した販売店(街の電気屋さんの一部) 上限6,000円、

「協力販売店」以外(家電量販店を含む市内の販売店) 上限2,000円です。

詳細はNTTや相模原市にお問合せください。



高齢者世帯や子育て世帯などを対象に
日常生活での困りごとをお手伝いします。
お気軽に右記電話へご相談ください。

☎ **090-5990-0294**

可能な限り自分のことは自分で対応した上で、それでも自分で対応できなくなり、頼れる家族などもない時には助けを求めよう。誰もがいずれ「助けられる人」になっていい。
互近助 願わくば元気なうちは出来る範囲で構わないから「助ける人」になれるといい。
人間どうし、どこかで迷惑を掛け合い、そして助け合いながら生きています。
「困ったときはお互い様」の気持ちで、ご近所どうし助け合い支え合いましょう。