



利用者の声

岡部 亮介さん

ボランティア連絡会の元会長。数年前まで運転ボランティアも行ってた。ボランティアを「する側」から「される側」に。

話すこと、歌うことで
声を出し、「ココロを健康」に

退職してから、新しく友人を作ることや話相手を作ることは難しいと思いますが、このサロンでは話を聴いてくれる人もいますし、みよしのハーモニカクラブの皆さんの伴奏と一緒に、昔懐かしい歌を歌うことができます。声を出す、ということは「ココロの健康」につながりますし、認知症の予防にもなります。高齢者の私たちにとって、こういった活動が地域にあることは嬉しいですね。



歌の伴奏をしてくれる「みよしのハーモニカクラブ」の皆さんも町内のボランティアグループ。依頼があれば演奏を行い、年間その数はなんと140回を数えるそうです。

→ボランティアが傾聴し、参加者のココロに耳をしっかりと傾けます。



いつまでも
乙女の「ココロ」を

サロンではネイルアートを施すコーナー（写真右最上部）もあり、「爪をきれいにすると気持ちも若返ります。年をとっても、いつまでも乙女の

主体の傾聴ボランティア活動は、介護予防や高齢者の閉じこもりの対応として、全国的にも注目されています。

「年をとると、外出する機会が少なくなると、家に閉じこもりがちになってしまいます。ひとり暮らしの高齢者は、特に話相手がないので、寂しさや孤独を感じ不安になります。そこで、何かできることはないかと考え、誰でも気軽に集まり、おしゃべりできる場があったらいいな、と思ったことが形となり、8年前に「なごみサロン」を立ち上げました。」と話してくれたのはサロン担当の金沢さん。地域に密着し

04 傾聴ボランティアなごみ

高齢者のココロに
耳を傾ける

地域の皆さんが集まり、お話しをしたり、歌うなどして住民交流を深め、ストレス発散にもなるサロン「傾聴ボランティアなごみ」が定期的開催されています。



誰でも気軽に集まれる
地域に密着したサロン

「年をとると、外出する機会が少なくなると、家に閉じこもりがちになってしまいます。ひとり暮らしの高齢者は、特に話相手がないので、寂しさや孤独を感じ不安になります。そこで、何かできることはないかと考え、誰でも気軽に集まり、おしゃべりできる場があったらいいな、と思ったことが形となり、8年前に「なごみサロン」を立ち上げました。」と話してくれたのはサロン担当の金沢さん。地域に密着し

傾聴の意味と必要性

「誰でも気軽に参加できるサロンを定期的に開催し、会話を楽しむことや歌うことで、集まった皆さんが、ココロをリフレッシュできるお手伝いをしています。また、高齢者や障がいのある人の自宅や福祉施設に訪問し、お話し相手をする活動も行っています。」

皆さんは「聞く」と「聴く」の違いをご存知ですか？「聞く」ことは自然と耳に入ってくることを言いますが、「聴く」は「注意深く耳を傾けて聴くこと」という意味があります。参加者のお話し相手をするボランティアの皆さんは、サロンに訪れる地域の皆さんの「ココロ」にしっかりと耳を傾けているのです。この住民

「将来を考えると不安になるときがあったり、自分の存在が意味のないものだと思うときがあります。このサロンでお話しすることで、生きているという実感がわきます。だから、このサロンがある日を、いつも「ココロまち」にしています。」昔はよく町のあちこちで、「井戸端会議」をする姿が見られましたが、最近はその光景も見かけなくなりました。しかし、このサロンで皆さんが笑顔で話している姿は、昔よく見た「井戸端会議」をする近所の光景にそっくりでした。



三芳町社会福祉協議会
〒354-0041 三芳町藤久保 185-4 商工会館1F
☎258-0122 FAX:258-0180
メール:miyo-sha@mc.jnc.ne.jp
HP: http://miyosha.seesaa.net/

三芳町社会福祉協議会
をご存じですか

三芳町社会福祉協議会は、住民福祉の増進を図ることを目的とした住民主体の自主的な福祉団体です。地域社会における社会福祉や生活の改善・向上に関連のある公私機関・団体及び住民の参加・協力のもとに活動を行っています。

現在、福祉ボランティア活動登録31団体、趣味・技術ボランティア17団体が社会福祉協議会に登録しており、ホームページでグループの一覧が確認できるほか、ボランティア活動の紹介などを定期発行の「社協だより」で行っています。興味のある人は、左記へお問い合わせください。



「共助」の取り組みを、分かりやすく紹介する入門冊子「新！現役宣言。『共助』実践虎の巻」が県から発行されています。県ホームページからダウンロードできるほか、社会福祉協議会で配布中。園県民生活部 共助社会づくり課 ☎048-830-2815

公助・自助・共助とは

地域で暮らす人たちの「生活の困りごと」の解決や「生活に望むこと」の達成を目指す「取り組み」と「仕組み」を地域福祉と呼びます。地域福祉は、行政などが住民を支援する「公助」、自分自身で生活を支える「自助」、地域で暮らす人たちが支え合う「共助」によって成り立っています。

昨年の10月には、地域災害対策として、「藤久保小学校エリア避難訓練」を行い、「公助・自助・共助」の実際の動きを確かめました。住民が協力しながらトイレやテントを組み立てる作業や炊き出しなどが行われ、「助け合うココロ」の大切さを再認識することとなりました。