

ボランティアセンターからのお知らせ



♪ 新しく『プラットフォーム』に登録されたグループ ♪

【 愉快的仲間 】

河内音頭健康体操を中心に会員の交流や、親睦をはかりながら、マスク等を作成し、施設へ配布したり、認知症予防ゲーム等で楽しく喜びを感じながら活動しています。

【 えだまめっこ with さくらんぼキッズ 】

多胎妊婦や多胎児を持つ保護者が悩みや不安を語り合える環境を整えたり、多胎児支援の充実を図り、全ての子ども達の健全育成のために活動をしています。



新しく『ボランティア連絡会』に登録！

要約筆記グループ さざんか

要約筆記とは・・・

聴覚障がい者に対して情報を伝える方法です。話の内容をその場で文字にして伝えますが、話のスピードにより全てを文字にすることが出来ないため、内容を要約しながら伝える支援方法です。誰もが同じように得られる情報社会を目指しています。



傾聴ボランティア講座

傾聴ボランティアとは・・・

相手のお話を聴き心に寄り添うコミュニケーション方法です。人とのつながりが希薄となっている中で、話を聴いて欲しいという方が沢山おられます。傾聴講座で新しい自分を見つけて活動しませんか？

- ・日時 10月20日(水)・10月28日(木)
11月5日(金)・11月12日(金)
11月19日(金) 合計 5回
13:30～15:30(受付13:15)
- ・場所 サポートやお 2階 多目的ホール
- ・人数 12名(応募多数の時は、抽選)
- ・申込 10月11日(月)まで(TEL/FAX・窓口)
※八尾市内で傾聴ボランティアとして活動出来る方が条件になります。

社会福祉法人 八尾市社会福祉協議会
ボランティアセンター

〒581-0018
大阪府八尾市青山町4-4-18
八尾市在宅福祉サービス
ネットワークセンター内(サポートやお)

電話:072-925-1045
FAX:072-925-1161
syakyoyao@nth.biglobe.ne.jp

編集委員：大下 地恵子、二葉 登代子、舘 邦夫、藤後 聡子、
米田 好宏、鶴園 輝雄、瀧上 雅子、西尾 裕子、室 江身子



サポートやお ボランティアだより

第87号
2021年9月20日

★発行 社会福祉法人 八尾市社会福祉協議会、八尾市ボランティア連絡会
★住所 〒581-0018 八尾市青山町4-4-18 在宅福祉サービスネットワークセンター内

ダーツで、カッコいいシニアライフを！！

八尾市ウエルネスダーツ協会

ダーツといえば、某テレビ番組のダーツの旅が有名ですが、今回紹介するのは、ウエルネスダーツというゲームです。介護予防の現場で、より楽しみやすく安全に運動できるように開発されました。



体験会が、7月25日(火)に開催されるというので取材させていただきました。会場に少し遅れて着いたのですが、スタッフの方がダーツのはじまりについて話しておられたように思います。今日は男女合わせて18人で、男性が多く参加されていました。そしてゲームの方法やルールについて説明のあと、いよいよゲームの始まりです。

この日は、6チームで2手に分かれての総当たり戦で、1チーム3人の編成です。一般のダーツボードの10分の1の重さで、運びやすく柔らかい素材で造られています。矢も先端はプラスチック製で安全です。みなさんが、楽しんでおられる様子が、見ている私にも伝わってきました。ボードの高さは中心まで158cm、スローラインの距離210cmで、性別や年齢に関係なく、どなたでもハンディなしで対戦できます。

先輩のスタッフから心がけというか、アドバイスというか、体験談を聞かせていただきました。それは作戦が重

要なのと、若い人には口で勝つ(歳には勝てん！)、自分のおきたいところにおけない、あと1点、あと1ミリ、イジワルなゲーム、力が入るとはずれますし平常心で投擲(とうてき)できるか等々。

ほとんどのスポーツは足し算ゲームですが、このウエルネスダーツは、引き算ゲームです。課題点があり、今日は151点です。先に、ちょうどゼロにしたチームが勝ちです。

集会所に集まって地域の様々な年代の人と楽しみながら交流できます。自宅で家族と楽しむこともできます。

大学等の研究機関が、増大する医療費を抑制する可能性のある画期的なスポーツとして注目しています。

【ウエルネスダーツが認知症予防とされる4つの根拠】

- ①引き算ゲーム
- ②脳内物質の分泌
- ③手足、指先の適度な運動
- ④楽しさの持続性

このように、身体を使う、頭を使う、そしてこれが大切、仲間との会話がはずむことから、認知症予防、フレイル予防、健康増進につながるようです。「各地で講習会、体験会を開催していますので参加してください」とのこと。

“新しい風吹き 楽しきシニアライフかな！”

【問合せ先】 五十嵐 (080-1422-2868)



広がれボランティアの輪 (69)

誰でもすぐできる ディスコン

八尾市ディスコン協会

ディスコンってどんなスポーツ？

赤と青の2チームに分かれて、1チーム6枚の円盤を投げ、どちらが前方のポイントに近づいているかを競う簡単なスポーツです。(氷のない室内のカーリングのイメージ)初めての方でもベテランの方と対等に、誰でもいつてもドラマチックな競技展開を楽しむことができます。

昨年度前半は、新型コロナウイルスの影響で活動場所が使用できず活動ができませんでしたが、10月から再開され、それぞれ久しぶりの再会・投盤(プレー)で大いに盛り上がりました。コロナ禍の活動の為、感染対策を徹底し、55名で活動しています。

段々と厳しい情勢となっておりますが、今後ボランティア活動として、老人ホーム活動・地区老人クラブ活動・障がい者活動・介護予防活動支援・八尾市ディスコン大会等が

実施できる日が待ち遠しいものです。

ディスコンに関心をお持ちの皆様、両会場とも随時見学・体験可能ですので、新しい出会いと楽しい時間の共有で健康寿命への高まりを実践してみませんか。

【活動場所】社会福祉会館 第2月曜 13時～15時
第4水曜 17時～19時
龍華コミセン 第2・4木曜他 13時～15時
(変更有り)



広がれボランティアの輪 (70)

フラ・ヴァーナス

笑顔に会える日を楽しみに・・・

八尾市シルバーリーダー養成講座第15期有志により結成、現在はウクレレハウスの仲間と共に活動しています。コロナ禍以前は月3回の練習、年間30回以上のボランティア活動、イベント参加などかなり忙しくしていました。高齢者介護施設訪問では、最後に利用者の皆様に握手と声かけで喜んでくださる姿に、こちらもボランティアとして大きな励みになっていました。

大阪道頓堀、アクロスプラザ八尾など、地域イベント参加は晴れの舞台でした。毎年5月5日の久宝寺緑地でのイベントは、青い空の下、緑に包まれてのフラはとても気持ちの良いものです。

しかし、楽しかったボランティア活動も、コロナ禍で一変してしまいました。

昨年、緊急事態宣言が解除された11月に、1度だけ介護予防教室のボランティアがありました。最少人数でという事で、4名で参加しました。感染予防のマスクは、

笑顔で踊るフラが無表情になってしまうので、フェイスシールドをして踊りました。マスク姿の皆様の表情がみえなくて残念でしたが、久しぶりに私達と踊って身体を動かして良かったと喜んで頂けました。私達も久しぶりのボランティアで嬉しかったです。

今は練習のみですが、1日も早く皆様の笑顔に会いたいです。



コロナにまけない・よりそい・つながるボランティアで世界を広げよう！

ボランティア体験プログラム

ボランティアを始めてみたい方、新しいボランティアに挑戦したい方、ぜひご参加ください。
11月30日までの期間に、施設・団体でボランティアを体験してみませんか？
参加ご希望の方は、事前説明会にお越しください。



	施設・団体名	日時	場所	募集対象者	活動内容
1 高	デイサービスセンター やまなみ	10月1日～11月30日／月～土／9時～17時(相談応)	都塚	高校生以上／2名	利用者様とのコミュニケーション、物づくりの補助やレクリエーション活動の参加、散歩の付き添いなど。
2 高	街かどデイハウス 田んぼ	8月1日～11月30日／月・火・水・金／9時半～16時 (8月13日～16日除く)	南木の本	中学生以上／1名	施設内の清掃、昼食の準備のお手伝い、配膳のお手伝い、利用者との会話及び健康観察、介護予防教室のお手伝い等。
3 高	地域密着型通所介護 エスプリ介護 デイサービス	8月1日～11月30日／月～土／10時半～15時半	恩智南町	大学生以上／1～2名	定員14名のデイサービスです。利用者様との交流(配膳、配茶、レクリエーション補助、整容等)をお願いします。
4 高	お元気さまデイサービス センター愛の輪	8月1日～11月30日／月～金／14時～15時	中田	高校生以上／4名	高齢者との交流相手、散歩、レクリエーションへの参加、創作活動を共に楽しんで高齢者のお役に立ちたい方ならどなたでも可能です。
5 障	社会福祉法人 恵生会 四季の森	①8月1日～11月30日／月～日／9時半～14時半	楽音寺	高校生以上／1名	企業受託班、リサイクル班、創作班、デイクア班の4つの中から、1つの作業班等の日中活動に参加していただきます。
6 障	社会福祉法人 大阪肢体不自由児者 父母の会連合会 ベーカリー えいか	10月1日～11月30日／月～金／8時50分～15時	南本町	専門学生以上／1名	工房内での作業等の支援をしていただきます。
7 障	共働作業所 風	8月1日～11月30日／月～金／10時半～14時(8月13日除く)	八尾木東	高校生以上／5名	施設内の清掃、昼食の準備のお手伝い、配膳のお手伝い、利用者との会話及び健康観察、介護予防教室のお手伝い等。
8 児	放課後デイサービス はな花	8月1日～11月30日／月～土／13時～16時	安中町	高校生以上／1名	障がいを持つ児童へのプログラムやイベントでのサポートと見守りを行います。
9 他	一般社団法人 AN SHINH (アンシン)	8月1日～11月30日／火～土／10時半～19時(相談応)	西山本町	高校生以上／1～2名	個性・特性のある児童と共に、精神的安定をはかる取り組みにご参加いただけます。誰もが心豊かに過ごせる共創社会の現場をご紹介します。
10 地	シルバーアドバイザー 八尾・柏原 (SA八尾・柏原)	①8月16日・9月13日・10月18日／月／10時～12時 ②10月30日／土／10時～15時	社会福祉会館2階	①専門学生以上／4名 ②専門学生以上／5名	①定例会を参観、ボランティア活動内容を理解して興味を持っていたく。 ②毎年開催している「ふれあいまつり」(おもちゃ、小物、押し花、おりがみ、自然素材の物づくり、スリーA、マジック、ディスコン、パズル等)に参加して活動内容をご理解し、興味を持っていたく。
11 地	河内雅会	8月1日～10月17日／第1～3日曜／9時～12時	東山本新町会館	専門学生以上(女性)／5名	河内雅会は河内音頭の扇踊り又創作踊りを中心に各種団体と協力し、健康で明るい街づくりを目指しているボランティアグループです。
12 地	バルーンやお	8月25日、9月22日／水／13時半～15時 ※グループでの参加歓迎	サポートやお	中学生以上／10名	バルーンアートづくりのボランティア活動に必要な基礎技術の練習と楽しさを体験していただき、ボランティア活動参加を推進する。
13 地	八尾市献血推進協議会	7月3日・8月7日・9月4日・10月2日／土／13時～15時 ※10分前にオリエンテーション	LINOAS 2階 東側通路	18歳～25歳／2名	LINOAS 2階の献血会場にて、献血協力の呼び込み応援ボランティア活動です。プラカードを持ち、立って行っていただきます。

※種別【高…高齢者 / 障…障がい者 / 児…児童 / 他…その他 / 地…地域福祉】

※受入れ時間内で時間の調整は可能です。ご相談ください。 

事前説明会(要申込み) ボランティア体験お申し込みの方は必ずご参加ください。

◎説明会日程(所要時間は、1時間程度)
10月5日(火)13:30～

◎場所 サポートやお(青山町4-4-18) 2階 会議室



※日程の合わない方は、個別に対応しますので、ご相談ください。

サポートやお ボランティアセンター
TEL:072-925-1045
FAX:072-925-1161

