

わたし“らしく”地域のおてつだい

今回は、ご自身の特技や趣味を活かしたボランティア活動を行っている2名にお話を伺いました。

スポーツでつながる ～TSUNAGARI UNITED～

TSUNAGARI UNITEDでは、地域の子どもたちを見守り、寄り添うつながり作りを目指し、フリースクールやチャリティ大会を開催しています。

ひとりの親となり感じるこ

以前は、児童虐待のニュースを見ると心が痛み、何が原因で虐待が起きるのかよく分かりませんでした。実際に子育てをはじめると、児童虐待の背景は複雑で、まだ私が知らない世界がある気がしたんです。そこで児童養護施設へ見学に行き、子どもたちが集団で生活している日常を目にした時、今までそういった子どもたちのことを知る機会が少なかったことに危機感を持ちました。親の長時間労働や核家族化など…余裕のない社会がきっかけとなり、子どもたちにしわ寄せがいつているのかもしれないと感じました。



代表 遠藤 靖明 さん

小学校からサッカーを始め、現在は趣味として仲間と一緒にフットサルを楽しんでいます。



“やりたい”をかたちに

月に1度実施するフリースクールでは、家庭の事情で部活動ができない子どもや不登校で体を動かす機会が少ない子どもを対象にフットサルを行っています。

フットサルは、瞬時にまわりをみて行動するスポーツなので、体力と判断力が必要です。フリースクールでは、更に「パスするときは名前を呼ぶ」「同じチームで同時に動いていいのは2人まで」などの独自ルールを追加することで、子どもたちが頭で考えながら体を動かす機会になるよう工夫しています。子どもたちと楽しみながら、自分のやりたいことを実現することができ、とても有意義な時間を過ごしています。

自分にできることはなにが

まずは施設にいる子どもたちのことを知りたいと思い、月に1回、児童養護施設でフットサルを行いました。はじめて施設でフットサルを行った時、「この人は誰だ？」という子どもたちからの厳しい視線を感じましたが、子どもがゴールを決めた瞬間、満面の笑みで私にハイタッチをしてくれたんです。TSUNAGARI UNITEDの原点といえる嬉しい体験でした。

子どもたちに部活動

経済的理由により、部活動に必要な道具を用意することが困難な子どもたちへの支援を行う基金プロジェクト「Ambitious Foundation」を実施しています。詳しくは、右の2次元コードでご確認ください



音楽でつながる ～楓響ウインドオーケストラ～

主に相模原市内で活動している楓響（ふうきょう）ウインドオーケストラは、年に1回の定期演奏会の他、福祉施設や地域のイベント等でも演奏しています。

好きなことを楽しみたい

楓響は、「音楽を通じたボランティア活動」を目的に発足した楽団ですが、私が入団を決めた時は、ボランティア活動をしたいというよりも、ただ自分が楽しく音楽をやりたいという気持ちが強かったです。福祉施設へ訪問し演奏を行っているとき、「自分の演奏を聞いてもらえる機会が増えるのかも！」と、純粋に楽しみでした。



チューバパート 大場 崇義 さん

自然にできた“ボランティア”

実際に高齢者施設での訪問演奏を終えると、「演奏よかったよ」と泣きながら握手をして下さった方がいたんです。自分の好きなことで目の前にいる方が喜んでくれて…。私にも相手の為にできることがあるんだと感じました。

正直今でも、胸を張って「私はボランティア活動をしています！」と言い切る自信はありませんが、相手も自分も楽しい空間を共有し、市民の方に貢献できる楓響の活動は、今後も一生懸命続けていきたいです。



ブログ「楓響ウインドオーケストラ練習日記」より
(令和2年11月15日 投稿)



第23回 定期演奏会

- 8月20日(日) 午後2時から
- 相模原市民会館
- 入場料無料
- 090-4549-3028

ボランティア活動のご相談は、ボランティアセンターへ
特技や趣味を登録する制度「いるかバンク」などをご案内します ☎042-786-6181

ご連絡
お待ちしております

**無料
お試し体験
実施中!!**

やさしい心とあたたかな手をお届けします

てあて 在宅マッサージ

お申し込み・ご相談は
042-786-6390
FAX 042-786-6391

株式会社てあて
相模原市中央区高根1-2-7-1F

お問い合わせはホームページからどうぞ→

てあては医療機関と同等の感染症対策を講じ
皆さまに**安全・安心**をお届けいたします

詳しくは、
お問い合わせください

健康保険
が使えます

ただし申請には医師の同意が必要となります

受けられます

**医療
マッサージ
身体機能訓練**

ご自宅や入居する施設で

広告

地域デビュー応援します！ボランティアセミナー

- ① 9月1日(金) 午前10時～正午 ② 9月7日(休) 午後1時30分～3時
- ③ 9月27日(火) 午後1時30分～3時30分 ※いずれかにご参加ください。
- ① 南保健福祉センター2階 情報交換ルーム
- ② デイあやとり (相模原市中央区淵野辺2-16-24)
- ③ 緑区合同庁舎2階 情報交換ルーム
- ① 南ボランティアセンター ☎042-765-7085
- ② 中央ボランティアセンター 042-786-6181
- ③ 緑ボランティアセンター 042-775-1761
- ② ボランティア活動の基礎知識やエピソードをお伝えし、実際に参加できる活動を紹介し、②は高齢者福祉施設でのボランティア見学を行い、③はボランティア経験者による活動のお話や折り紙講座を行う予定です。ぜひご参加ください！(10月には、大野北地区でセミナーを開催予定です！)



『ふれあいサービス協力会員』入会説明会

日常生活にお困りの方に対し、掃除や洗濯、買い物などの家事援助や、通院、散歩の付添いなどを担っていただく協力会員を募集します。

・年齢：20歳以上

・資格：不要

・謝礼：活動1時間で800円支給



協力会員

☎ 城山・津久井・相模湖・藤野地区在住の方 ☎ 042-775-8601 (緑区事務所)

中央区・橋本・大沢地区在住の方 ☎ 042-756-5098 (市民活動係)

南区在住の方 ☎ 042-765-7065 (南区事務所)

日時(所要時間は、1時間程度)	会場
8月23日(水) 午前9時30分～	①緑区合同庁舎
9月12日(水) 午後1時30分～	②あじさい会館
10月20日(金) 午前9時30分～	③南保健福祉センター
11月14日(火) 午後1時30分～	

※各日とも①～③で開催します。(電話予約)

子育て支援の“ファミリー・サポート・センター”入会説明会

「保育所のお迎えが間に合わない時に代りにお願いしたい」、「リフレッシュをしたい」など、生後0か月からのお子さんを対象に地域の方が見守りや預かり、送迎等を行います。(有償)

利用したい、お手伝いしたい人を対象に入会説明会を行います。

※生後0～3か月未満は、保護者がそばにいないことが条件です。

日時(所要時間は、1時間半程度)	会 場
8月 2日(水) 午後 1 時 30 分～	緑区合同庁舎
8月 5日(土) 午前 10 時 30 分～	南区合同庁舎
8月22日(火) 午前 10 時 30 分～	あじさい会館
9月 6日(水) 午前 10 時 30 分～	緑区合同庁舎
9月16日(土) 午前 10 時 30 分～	あじさい会館
9月25日(月) 午後 1 時 30 分～	南区合同庁舎

・会場の都合によりご家族で代表者1名のみの参加をお願いする場合がございます。

・定員は、会場により異なります。参加申し込みの際にお問い合わせください。

・感染症予防の関係で、内容に変更がある場合がございます。

要申込
(定員あり)

相模原市ファミリー・サポート・センター事務局
☎ 042-730-3885
✉ famisapo@sagamiharashishakyo.or.jp



自治会に加入しよう！相模原市自治会連合会からのお知らせ

大きな災害が起こったときや、日頃安全に安心して暮らすための支えとなる「地域の力」。その中心的な役割を担っているのが自治会です。

さらに自治会に加入すると、市内を中心に自治会員応援店でお得な特典を受けることができる「自治会員専用割引(JichiPass)」が配布されます。詳しくはHPから！

詳しくは、

相模原市自治会連合会

検索



☎ 相模原市自治会連合会 ☎ 042-753-3419

あじさい会館休館日 (8月～11月)	
あじさい会館	8月6日(日)、9月5日(火)、10月7日(土)、11月17日(金)
あじさい会館南分室	10月7日(土)、10月8日(日)、11月4日(土)、11月5日(日)
あじさい会館緑分室	10月7日(土)

福祉情報 ポケット

視覚障がい者の理解とガイド体験

☎ 8月27日(日) 午後2時～4時30分

☎ 相模原市民ギャラリー 会議室

？ 視覚障がいのある方への接し方と基本的なガイドの仕方を体験し、当事者のお話を聴きます。

定 15人(先着順)

¥ 無料 ※電話またはメールにて要申込

☎ 相模原誘導グループ ささの会(担当：肥田)

☎ 090-8103-2126 ✉ ywfjj734@yahoo.co.jp

拡大写本ボランティア説明会

☎ 9月7日(水) 午前10時～11時30分

☎ あじさい会館 定 20名 ¥ 無料

？ 弱視の児童・生徒のために、文字を大きくした教科書づくりのボランティア説明会

☎ ハガキに「説明会申込み」と、氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・電話番号を明記の上、8月21日(月)(当日消印有効)までに、下記住所までお送りください。

〒252-0236 相模原市中央区富士見6-1-20
あじさい会館 中央ボランティアセンター内
相模原市拡大写本赤十字奉仕団

☎ 042-755-5536 (担当：櫻井)

権利擁護無料相談会を開催します！

弁護士による財産・相続・人間関係の困りごと・成年後見制度利用などの相談会

☎ 9月26日(火)・10月24日(火) 午後1時20分～4時

☎ 高齢者・障がいのある方とその家族(1人40分間)

☎ あじさい会館 ☎ 電話による事前申込み ☎ 042-756-5034 (10月24日開催分は9月1日より受付)

☎ さがみはら成年後見・あんしんセンター(あじさい会館2階)





助けられ王国さがみはら

～認知症とともに暮らす街～

市内の機関・団体が「世界アルツハイマーデー(9月21日)」に向け、認知症への正しい理解を深めるための様々なイベントに取り組みます。詳しくは「助けられ王国」ホームページをご覧ください。



「ぼけますから、よろしくお願ひします。」

～おかえり お母さん～上映会

2018年に公開された「ぼけますから、よろしくお願ひします。」のパート2。信友直子監督が実の両親を撮り続けるなかで、老老介護、認知症、看取り等々高齢化社会の問題をありのままに描いたドキュメンタリー映画(2022年公開)

☎ 9月16日(土) 午後0時45分開場・午後1時30分開演

？ 上映後に信友直子監督の「トークイベント」を開催

☎ 相模原市立あじさい会館1階ホール

¥ 1人700円

(鑑賞希望の方は、事前にあじさい会館管理事務局へ電話で申込・定員300名・先着順)

☎ あじさい会館管理事務局 ☎ 042-759-3963

「認知症サポーター養成講座」

？ 認知症サポーターになりたい方を対象に認知症の基本理解、接し方を学びます。①と②は同じ内容です。ご都合の良い日程にご参加を

①対面開催

☎ 9月15日(金) 午前10時～11時30分

☎ 中央公民館大会議室 ☎ 市内在住・在勤・在学の人

☎ 9月8日(金)までに電話で申込み

☎ 中央地域包括支援センター ☎ 042-730-3886

②オンライン開催

☎ 9月21日(水) 午後2時～3時30分

？ Zoom機能によるオンライン講座 ☎ 市内在住・在勤・在学の人

☎ 8月1日～9月15日までに、Eメールにて住所・氏名(ふりがな)、電話番号、メールアドレスを記載し下記へ送付

☎ キャラバン・メイト連絡会事務局(NPO法人Link・マネジメント内)

✉ sagami-mate.network@link-npo.com ☎ 042-707-1603



若年性認知症家族の会じゅりの会

「ほっこりタイム」

☎ 8月27日(日) 午前10時～正午

☎ 相模原市民会館4階 第5小会議室

？ 若年性認知症のご家族の悩みや不安等を共有しあう場です。

☎ 若年性認知症家族の会じゅりの会(担当：浜井)

☎ 090-9153-5707



ひとりで悩みを抱えないで

「ほっとタイム」

☎ ①9月4日(月)、10月6日(金)、11月8日(火)

②9月7日(水)、10月10日(火)、11月6日(月)

③9月8日(金)、10月はお休み、11月11日(土)

①～③いずれも、午前10時30分～正午

☎ ①相模原市民会館4階 第4小会議室

②南保健福祉センター2階 情報交換ルーム

③緑区合同庁舎2階

9月→ボランティア活動室/11月→高齢者交流室

？ 認知症のご家族の介護にお悩みの方等、誰でも参加できます。

☎ 認知症家族会 友知草の会(担当：本村)

☎ 090-6300-6977

広告掲載の申込みは、大道舎(042-750-0423)へ。掲載広告のお問合せは、各広告主へ。

住宅型有料 老人ホーム

ムート大島 ムート水郷田名

☎ 相模原市緑区大島 640-6 ☎ 相模原市中央区水郷田名 2-26-28

全30室 全41室

入居者が日々を自分らしく楽しんでいただけるよう、真心を込めた運営に努めております。

月額利用料 家賃 **46,000～64,000円**

敷金 100,000円 管理費 34,700円 食料費 37,800円

※介護保険料の自己負担、介護用品、医療費、おむつ代、その他の費用は別途ご負担いただきます。

お問合せ 株式会社エクシオジャパン

ムート大島 TEL. 042-785-2415

ムート水郷田名 TEL. 042-713-1485

相模原市南区東林間1-4-1 アクア福祉グループ



人に優しい物作りを目指します。

組紐を作り続けて94年、イノウエは1928年に創業した歴史ある会社です。

内職者募集中！

TEL 042-785-0136(代)

株式会社 イノウエ

〒252-0155 神奈川県相模原市緑区鳥屋750

E-mail info@inoue-braid.co.jp





自分のための「トレーニング&リハビリ」

気力より体力！

良し!と思った時がスタートです! 始めてみませんか? 「自分づくり」

●アスリートから一般の方まで幅広く対応できる●

プライベートジムです。

パーソナルトレーニング

最適なソリューションを見つけ一緒に目標とする体づくりを目指します。

コンディショニング

疲れた体を整えて、明日への活力に





BOICEGYM/アスリートサポート高村塾

相模原市中央区横山2-15-4 福田ビル2F

TEL. 042-851-4884 代表直通 080-5984-2682

E-Mail, boice.team.legend@gmail.com