



じ
自

ゆう
遊

じ
時

かん
間

第 138 号

令和3年 8 月 1 日

- ◇ 令和3年度標茶町ボランティアセンターボランティアのつどい（研修）
「寄り添い心が通い合う話しの聴き方」について、7月3日（土）開催 ◇



—— 令和3年度標茶町ボランティアセンターボランティアのつどい（研修） ——

7月3日（土）、「寄り添い心が通い合う話しの聴き方」について、一般社団法人北海道地域福祉コンサル代表の菅原昌子氏を招き、ボランティアを始めた理由、話すことの大切さ、ボランティアをするために大切なことについて、実体験や実践してきたことについて講義をいただき、障害者施設の代表として、ボランティアを始めようとしたきっかけになったのは、私が結婚して7年目より、目の不自由な義理の父と妹と左半身まひのある夫の母と3人の障害者と暮らし始め、同居を始めたころは、3人が交代で介助する状態で、私も子供たちも落ち着かない生活が始まり、日々の家事や入院中のお世話、通院の付き添いなど本当に忙しい毎日でした。そんな暮らしの中で、心身とともに疲れた時に、話を聞いてくれる友達がいたことが私の救いで、話を聞いてあげるよと言ってくれる友達がいてくれて、話をすることで心が軽くなったり、体調も良くなったりしました。父と母を看取ってから、私はこころのボランティア養成講座を受講し、精神の方たちのボランティア活動を少しずつ始め、傾聴講座の聴くことを学び、色々な障害のある方や悩んでいる方のお話を聴かせていただきました。話すことがなぜ大切なのかということ、親しくさせていただいている精神科の先生が、人が悩んだり落ち込んだ時は、信頼できる人に話を聞いてもらうことが生きる力になると話されていて、人は話すことで思いを手放し、心が落ち着き、軽くなり、新たな考え方をしていけるのでないかというお話を先生からお聴きし、私が障害者と暮らしていたころは、自分の思っていることを、本人たちに言えないことが沢山ありました。言えないことを自分の中に貯めていくと体調を崩し、私の言わないことがしこりとなって何度も手術をしました。このことで、本当に言葉を言えずに貯めないで話すことの大切さを学びました。

ボランティアをするために大切なことは、自分の体調や心にゆとりがないと聴くお相手に対して、負担をかけてしまうということに気が付いたので、ゆとりがないとどうしても疲れているので、聴けないという状態になってくる、早く終わらせたいなという気持ちがあり、相手側に伝わるので、それで相手側は思うように話せない状況になり逆に消化不足になってしまう。自分がお話を聴かせてもらう時には、自分の体にも心にもゆとりを持って聴くっていうことを意識し、相手からの言葉を求めないということができるようにならないといけないので、自分の体調や心にゆとりがないと、せっかくお話を聴いたのにと、そういう風に思ってしまう、相手側にありがとうという言葉求めてしまったり、助かったよという言葉もらいたくてボランティア活動をしてしまうということは、それはどうしてそうなるかという、自分が本当にそういう言葉を欲しがっているからだと思っているから、自分の存在を求めたり自分がそういう風に見える自分の自信を取り戻していくためにボランティアをされている方も沢山お会いしました、それをされている方は、相手の方にとっては、不愉快なことをさせていることに気づかなかったりして、逆に、そのお話を聴いてもらっている方はとても疲れて体調等が悪くなったりする方もいらっしゃいます。お話を聴く時は、そういう言葉はいらなくて、自分にゆとりがある時は、相手の話す言葉をずっと聴くことができる、ありがとうという言葉や感謝の言葉はいらなく、必ずお話を聴く場合には、体調を整えてから一呼吸おいて、ボランティア活動することがとても大事なことになりますので、ボランティアをする皆さんも自分の体調を管理し、自分の力に余裕のある状態でボランティア活動をされてほしいと話されました。



—— 令和3年度釧路地区ボランティア研修会のお知らせ！ ——

1. 日 時 令和3年8月29日（日）13:30～15:30
2. 会 場 釧路センチュリーキャッスルホテル 3階鳳凰の間
3. 参 加 費 無料
4. 参加対象者 ボランティア活動実践者・ボランティアに関心のある方
5. 参加申込 8月19日（木）まで（事務局まで、電話・ファクスでお申し込みください）

※参加申込書は、ホームページのお知らせ・イベント欄で、ダウンロードできます。

6. 研修内容 講演

「『参加の力』が創る共生社会—市民の共感・主体性をどう醸成するか」（仮題）

講 師：社会福祉法人大阪ボランティア協会理事長 早瀬 昇（はやせ のぼる） 氏

1955年、大阪府生まれ。大学で電子工学科を専攻するも、交通遺児家族支援、地下鉄のバリアフリー化、市民活動情報誌の編集などの活動に次々に参加。大学卒業後、フランス、ベルギーの障害者グループホームでケアワーカーを経験した後、1978年に大阪ボランティア協会に就職。91年から2010年まで事務局長。「市民の参加の力」で社会問題を自治的に解決する環境整備をライフワークとし、現在、日本ファンドレイジング協会副代表理事、日本ボランティアコーディネーター協会副代表理事なども務める。著書に『「参加の力」が創る共生社会—市民の共感・主体性をどう醸成するか』『寝ても覚めても市民活動論』など。大の阪神タイガースファン。赤ワイン党。

【社会福祉法人大阪ボランティア協会ホームページより】



6. バス運行

- ・総合社会福祉センター 11：25～（集合時間）
- ・出発時間 11：45（町有バス）
- ・釧路センチュリーキャッスルホテル 15：35～（帰り出発）
- ・総合社会福祉センター 16：30（到着予定）

※町有バスを利用しないで、自家用車で行く方は事務局までご連絡ください。

※お弁当等は出ませんので、各自昼食を済ませてから集合ください。

【お問い合わせ】標茶町総合社会福祉センター内標茶町ボランティアセンター（事務局まで）

電 話 485-2503 ファクス485-1679

——令和3年度災害ボランティア育成研修の出前講座のお知らせ！——

1. 平時における防災・減災の啓発から災害に対する町民への意識づくり出前講座

標茶町において、2016年の台風の停滞による河川の増水や、2018年3月、2020年3月の大雨による雪解け水が急激に増水し、河川の氾濫や避難準備、避難勧告、避難指示等が発令され、新型コロナウイルスの感染症拡大の初期時に、感染症の不安を抱えながら町民の皆様が避難されたことは、記憶にも新しく、今後もそのような気候の変化による災害等が発生しやすくなってきております。また、2018年9月に発生した胆振東部地震による震災もあり、災害はいつ起こるか分かりません。平常時から災害に備えたネットワークづくりや地域の関係者と協働で支援体制を構築するため、住民が主体となり支え合う地域福祉づくりを町民みんなが進めていくことの大切さや必要性を確認し合うことを目的に、出前講座を開催します。

2. 実施期間 令和3年9月～11月

3. 対象地区 虹別・磯分内・茶安別・阿歴内・塘路地区

4. 対象者 町内会・地域会・ボランティア実践者・一般（災害ボランティアに関心・興味のある方）

- | | | | | |
|----------|--------|-----------|-------|-------------|
| 5. 日程・場所 | 虹別公民館 | 9月 4日（土） | ・参加申込 | 8月31日（火）まで |
| | 磯分内公民館 | 9月11日（土） | ・参加申込 | 9月 7日（火）まで |
| | 茶安別公民館 | 10月 9日（土） | ・参加申込 | 10月 5日（火）まで |
| | 阿歴内公民館 | 10月23日（土） | ・参加申込 | 10月19日（火）まで |
| | 塘路公民館 | 11月20日（土） | ・参加申込 | 11月16日（火）まで |

6. 参加申込 対象地区町内会・地域会へ順次ご案内いたしますので、参加取りまとめの上、お申込みいただくか直接下記までお申し込みください。

7. 内 容 ・講 座 13：30～14：30

講 師 ひがし北海道市民防災サポート 代表 辻 川 実 氏

演 題 「平時における防災・減災の啓発から災害に対する意識づくり」について

・意見交換 14：30～14：45

8. 閉 会 14：50

【問い合わせ】標茶町ボランティアセンター（電話：485-2503 ファクス：485-1679）

第52回福祉運動会の中止のお知らせ！

7月5日、福祉運動会打ち合わせ会議を開催し、福祉団体等の皆さんと福祉運動会の開催について協議し、今年度も新型コロナウイルス感染症拡大の影響を鑑み、令和3年8月29日（日）に開催予定していた福祉運動会を、苦渋の決断ですが、中止とさせていただきます。コロナが収束することを願い、もう1年我慢し、令和4年度に向け、皆さんが元気で運動会ができるよう準備などに努めてまいりますので、毎年、運動会の運営等のお手伝いや競技に参加されている皆様には、大変ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

ボランティアさんの募集！

布団乾燥サービス事業の車両の運転及び乾燥機操作等のボランティアさんや給食宅配サービス事業の調理、配送車運転、配送員ボランティアさんを募集しています。ボランティア活動を始めたい方や社会貢献したい方、ちょっとお手伝いしてもいいよという方は、下記までお問い合わせください！

【問い合わせ】 標茶町ボランティアセンター（電話：485-2503 ファクス：485-1679）

愛情銀行預託状況

（敬称を省略させていただきます）

（金銭預託）

令和3年6月15日～令和3年7月14日

住所	氏名	預託内容
常盤	阿部 信行	亡母の生前のお礼として

（物品預託）

住所	氏名	預託内容
川上	星 ツヤ子	タオル・シーツ他（しべちゃコスモス用ウエス）
沼幌	三神 秀太郎	花の苗（サルビア他） 350苗
富士	佐藤 由美子	未使用毛布・子ども用タンゼン他
開運	牛坂 ノブ子	ブルタブ 120g



三神様から寄贈いただいたお花の苗は、総合社会福祉センター中庭、玄関入り口等に移植いたしました。

皆さまの善意ありがとうございました

※愛情銀行物品預託について、フリーマーケット等がコロナ影響により出店できない状況が続き、預託品の置く場所に限りがありますので、預託の際は事前にお問い合わせください！

発行 社会福祉法人 標茶町社会福祉協議会

標茶町ボランティアセンター 電話：485-2503 ファクス：485-1679

ホームページアドレス：www.shibeche-shakyo.jp