

士別市ボランティアセンターだより ふれあい

● 発行 ●

士別市ボランティアセンター
士別市東5条3丁目
サポートセンターしべつ
士別市社会福祉協議会内
TEL 22-3012
FAX 22-3019

「第37回ふれあい演芸会」

昨年まで主催者であった「むぎの会」が解散し、実行委員会形式に変え継続し、第37回ふれあい演芸会が行われました。実行委員には、むぎの会OGを含む個人ボランティアとボランティアセンター合わせて26名が携わり、「受付・会場誘導」「出演者への声かけ」「接待」などの役割をむぎの会OGの方から教えていただきながら進行了しました。松浦実行委員長の挨拶から始まり22団体の出演者の皆様に、演奏や踊りなど様々な演目を披露していただき大いに盛り上がりました。

最後に「昨年と同じように開催ができ内容は同じだが形は少し変わりましたが、37年前に「むぎの会」が立ち上げた気持ちをそのまま受け継いで、今後も続けていきたいと思えます。準備・本番・舞台に立つ演者の皆さん、裏で汗を流す仲間たち、そして会場に来ていただいているお客さまがいて成り立っています。ありがとうございます。来年は新しい年号でまたお会いしましょう。」と加納副実行委員長が締めくくりました。



「上川ボラネット北部実践者交流会」



上川北部のボランティア活動を行っている方々が一同に会した「上川ボラネット北部実践者交流会」が11月18日（日）士別市で開催されました。

第1部は士別市いきいきセンターの森悠亮主査を講師に「サフォーク脳活塾体験会」を行いました。

「がんは万が一じゃなくて2分の1」の日本人が生涯までになる病気とCMされていますが、65歳以上の4分の1が認知症もしくはその予備軍「軽度認知症障害（MCI）」となるそうです。

健康な状態から認知症の前段階と言われる「MCI」になる事を予防するために、その知識や活動を通じて「認知症にならない生活」をおくるのが脳活塾の目的である事を説明いただきました。

脳に良いことは脳に刺激を与えること。ちょっとした条件はありますが60歳以上の介護認定を受けていない市民であれば誰でも参加できるので興味がある方は是非！

第2部は最近認知度が上がってきた、パラリンピック競技「ボッチャ」による交流を行い、ボラセンメンバーも審判としてお手伝い。とは言い、8割ぐらいの方が未経験者でルールの説明から実際のゲームまで体験しました。

なかなか思い通りの所に玉を投げられず、苦労される中にも笑いあり、楽しい時間を過ごしました。



2市2町 ボランティア交流会を終えて



2011年に土別市で開催された愛ランド以降、毎年継続している2市2町交流会が、土別から場所を変え、和寒町の主催で開催されました。

1時間目は、全日本玉入れ協会の裊田道悟氏より「全日本玉入れ選手権」開催のきっかけについてご説明があり、それは誰でも参加できて、ルールも単純なものが良いということで「玉入れ」を発案。平成8年から今も続いている全国区の大会となっています。研修ではその規定や具体的なルールなども教えていただきました。



2時間目は実際に体育館に移動し、4つのグループに分かれ玉入れ競技を行いました。かごの高さは初心者用に正式ルールより60センチ下げて行われ、玉の積み方、持ち方、投げ方なども丁寧に教えてもらったにも関わらず、かごは本当に高くそして遠くなかなか玉はかごに入りません。その上、玉を投げると同時に下肢の筋肉を使うため、ジャンピングを繰り返すこと数十回…終了するころには膝から下はガタガタ、クタクタ…恐るべし「玉入れ」たかが「玉入れ」侮るなかれと考えを悔い改めた思い出となりました。玉入れの後、体を使う交流として「ジャラ」「輪投げ」「風船リレー」を楽しくほのぼのと競い合いました。

3時間目は和寒のボランティア会員の方々による心のこもったお料理や飲み物をいただきながら、頭を使うゲームなどをグループ対抗で行いました。

全てのお料理が手作りということで驚きと感謝の気持ちでいっぱいでした。どのお料理もとてもおいしくいただいたのですが、特に噂の「地獄鍋」は肉がトロトロと、とろけるような口当たりでとても美味しかったです。

半日でしたが、体を使ったり、頭を使ったり、交流や情報収集を通して楽しく、面白く、嬉しく時間が過ぎていきました。

和寒のボランティアの皆さま、ありがとうございました。

第2回ボランティア指定校担当者会議



市内各小・中・高等学校の福祉・ボランティア担当教員を対象に11月28日「学校におけるボランティア活動を考える」と題し教育委員会 藤田泰昭氏に講話いただきました。

藤田さんの体験から、地域に関わる人材育成、ふるさどが好きになる活動としてボランティアは有効なツールではないだろうかとお話しされました。

ボランティアは自分の余裕を他のために使うこと。子供たちが大人になった時に地域でも活躍できる人材になれる様なボランティア活動をより一層進めて欲しいと感じました。

