

げんき

八王子センター元気広報



発行：八王子センター元気
(八王子市高齢者活動コーディネートセンター)

代表：刃刀 正芳

〒192-0062 八王子市大横町 11-35

大横保健福祉センター 3F

TEL/FAX : 042-627-9179

<https://cg9179.world.coocan.jp/>



二つの「ふれあい作品展」開催迫る!

今年も昨年に引き続き10月にいちようホールにおいて「むかし若ものふれあい作品展」、11月に南大沢文化会館において「ふれあい作品展 in 南大沢」の二つのふれあい作品展を開催いたします。今年度南大沢地区においては4日間開催のご要望が多く、いちようホール開催に合わせ初めて4日間開催と致しました。参加される施設はいちようホールでは昨年と同じ27施設(初めて参加2施設)、南大沢では1施設増の10施設(初めて参加2施設)となりました。

この作品展は八王子市社会福祉協議会の協賛をいただき、高齢者福祉施設のご利用者の皆さまが一年をかけ、丹精込めて作成した作品を展示する作品展です。作品は折り紙、絵手紙、ちぎり絵、書道、塗り絵、簡単手芸など多岐に渡り素晴らしい作品が展示されます。昨年の参観者はいちようホールでは1,100名の方に、南大沢文化会館では3日間で600名の方に参観いただきました。一般市民の方の参観はもとより、中でもご利用者のご家族の皆さまから、このような作品展の開催“ありがとう”との声をたくさんいただきました。このような励ましの声を励みに今年も八王子センター元気では全力で開催に取り組んでまいります。ご期待ください。

横山 普平 記



第18回「むかし若ものふれあい作品展」10月開催

開催日：令和8年10月7日(水)～10日(土)
会場：八王子市芸術文化会館(いちようホール)第1・第2展示室
時間：7日12時～16時 8日・9日10時～16時 10日10時～15時
主催：八王子センター元気 協賛：八王子市社会福祉協議会



～参加27施設～(施設名は敬称略、一部略称あり、展示ブース順)

桜並木 あおば元八王子 快杜・栄杜 偕楽園ホーム・第二偕楽園ホーム・初音の杜・テイサービス中野
ブレザンメゾン八王子高倉 やまびこ めじろテイホーム 檜の里 やわらぎ 笑う門
シルバービレッジ八王子 シルバービレッジ八王子西 恩方ホーム スマイル エクリプスみなみ野 ゆうらく
幸楽吉番館 八王子心成苑 アメイズ 福寿園みなみ野 くらら南大沢 イリーゼ八王子 真秀の里

第3回 「ふれあい作品展 in 南大沢」 11月開催

開催日：令和8年11月4日(水)～7日(土)
会場：南大沢文化会館 展示・多目的室
時間：4日12時～16時
5・6日10時～16時
7日10時～15時
主催：八王子センター元気
協賛：八王子市社会福祉協議会

～参加10施設～

(施設名は敬称略、一部略称あり、展示ブース順)
南大沢ホロス由木 くらら南大沢 ぷりま小規模多機能
ハッピーテイズ堀之内 笑う門 ミモザ下柚木
ゆぎの里 カーロガーデン桜
ニチイケアセンター由木 多摩シルバーハウス

八王子センター元気は、八王子市から委託を受けて高齢者の社会参加を支援するボランティア団体です。
「げんき」は八王子センター元気が発行しています。

発行日：奇数月15日 年6回発行



第 16 回 **楽しく身**につくボランティア **養成講座**

講師、お世話役より中間報告をいただきました

《書道講師ご紹介》

講師 鳥羽 真弓 様

この度八王子センター元気の書道講座を担当させていただきます鳥羽真弓です。私も皆様のように社会貢献ができればと引き受けさせていただきました。私は病院勤務を定年退職し、現在も看護師として介護施設で勤務しています。書道は医療の場でも認知機能の改善に効果的であるという報告もされています。この講座は一年間ではありますが楷書と行書を中心に学習し、皆様の社会活動のお助けができればと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



《書道講座》

お世話役 三浦 由美子 記



7 月に講師の鳥羽真弓先生を新たにお迎えして、16 名の受講生の方とスタート致しました。先生は、長年婦長としての経験があり、ご指導に關して的確かつメリハリのある声かけで、一つ一つ丁寧に、分かりやすく教えて頂いています。書道は 2 つの課題(お手本)を、楷書と行書で根気よく仕上げていく、積み重ねの作業です。皆さん静寂の中、集中して先生からのご指導のもと、仕上げていきます。

技術と心構えが磨かれ、今後のボランティアとしての活躍が楽しみです。

《やさしい似顔絵講座》

お世話役 望月 明美 記

「やさしい似顔絵」講座が 5 月より受講生 20 名の参加で始まりました。まだ 3 回の講座ですが各月全員の出席です。講師の森口先生のユーモアを交えた楽しい雰囲気が進んでいます。我々もお世話役として皆さんと徐々にコミュニケーションを取ることができればと思っております。これから先の方が長くなりますが 20 名の受講生全員が最終月まで受講されるよう、そしてこの講座に参加して良かったと思ってもらえるようお願いばかりです。



《朗読講座》

お世話役 河崎 孝江 記



新講座開始、ボランティアにどのように生かすかが楽しみです。青羽先生のご指導の元、腹式呼吸と発声練習から、個人的なイントネーションやクセ、方言など、発声の気になる部分への助言あり、専門的な指導です。毎回朗読作品らしいものを読む体験を通し、間の取り方、思いの伝え方などの指導を受けます。声に出して読むことで、文字を追うだけでなく表現力や味わいを重視し、感情や情景を込めて聴き手に伝える表現方法で楽しみです。



東京純心大学で講義を行いました！！

去る 7 月 10 日、東京純心大学に保健福祉行政論の講義に参加するため久しぶりのアカデミックな体験に胸をときめかせながら訪問いたしました。横山さんはセンター元気の活動についてわかりやすく説明、若宮さんはボランティア実践体験を、私はボランティアを知るきっかけ及びコーディネーターに至るプロセスについて話しました。短い時間ではありましたが、学生の皆さんにとって、すでに学ばれた地域包括ケアシステムが机上の学びだけでなく、よりリアルなものとして感じていただけたら幸いとの思いを胸に、また、学生さんのフレッシュな魅力に刺激を受けた楽しいひとときとなりました。

森本 佳子 記



～八王子センター元気の活動にご協力を頂いています～

* 施設様のご紹介 *

デイサービス うらら 様

式分方町にあります「デイサービス うらら」は 2006 年 11 月に開設し、今年で 21 年を迎える通所介護施設です。現在 23 名の職員が在籍、登録数 110 名のご利用者様の支援にあたっています。職員が工夫しながら企画・開催している運動会や納涼祭・敬老会などのイベントや季節の移り変わりを感じられるドライブ、バラエティ豊かな余暇活動の中でもカラオケ（毎日やってます！）や麻雀はご利用の皆様から大変好評をいただいています。



八王子センター元気の皆様にはイベントや麻雀で日頃からお世話になっており、そのご支援に大変感謝をしております。これからも皆様にお力添えを頂きながら、ご利用様が生活の中に楽しみや生きがいを感じる心豊かな毎日を送ることが出来る様に支援を続けてまいりたいと思います。

生活指導員 高島 麻衣子 様 記

SOMPO ケア ラヴィーレ堀之内 様



京王堀之内駅から徒歩 3 分に新築移転した「SOMPO ケア ラヴィーレ堀之内」は、アクセスが良く面会に便利な介護付き有料老人ホームです。毎月の演奏会や、日々の「わいわいサロン」でのゲーム・トランプに加え、地域交流も盛んです。通所支援ベルテール八王子堀之内園の皆さんとの心温まる交流会や、傾聴ボランティアさんとの話しなど、笑顔があふれる楽しい時間が日常を彩ります。

「施設のポイント」

- ・駅近の好立地：京王堀之内駅から徒歩 3 分。ご家族が気軽に立ち寄れます。
- ・綺麗な新館：2 年前に新築移転し、快適で清潔な空間が魅力です。
- ・充実のイベント：毎月開催の演奏会で心が躍るひとときを。
- ・わいわいサロン：日々のレクでゲームやトランプなど好きなことを楽しめます。
- ・ベルテールとの交流：地域の子供たちとの温かいふれあい。
- ・傾聴ボランティア：じっくりお話しを楽しめる充実した時間。

副ホーム長 吉田 正子 様 記

八王子市高齢者在宅サービスセンター中野 様

『人と人とのつながりを大切に』

八王子市高齢者在宅サービスセンター中野では、「地域の皆さまとともに歩む施設」を目指し、さまざまなボランティア活動を受け入れています。

利用者様にとって、ボランティアの皆さまとのふれあいは、日々の暮らしに彩りを添える大切な時間です。会話やレクリエーション、季節の行事、昔ながらの知恵を教えていただく活動など、一つひとつの交流が笑顔を生み、生きがいにつながっています。また、活動を通して利用者様から人生経験や知恵を学ぶ場面も多くあります。教える人、教わる人という関係ではなく、お互いを尊重し、支え合う関係が自然に生まれています。

「地域で誰かの役に立ちたい」「新しい仲間と出会いたい」という方は、ぜひお気軽にお越しください。これからも地域との絆を大切に、誰もが笑顔になれる施設づくりを進めてまいります。

センター長 大川 富美 様 記







その一手がやさしさの贈りもの 囲碁・将棋・麻雀の ボランティア急募！

囲碁・将棋・麻雀
のボランティアが
不足しています！

ボランティアの
経験は不問！
強さは二の次です

地域社会への
貢献 生きがいづくり
時間の有効活用で
一石三鳥！



- ① まずは技能ボランティアとして登録して頂きます
- ② 諸施設様よりご依頼があればご連絡いたします
- ③ 日程や場所や時間等ご都合が合えば活動開始です

お問合せ：042-627-9179（八王子センター元気）
e-mail: center9179@nifty.com
その他の特技をお持ちの方もお気軽にご連絡ください

◆ お知らせ 定例会：9月15日（火）・10月20日（火）

八王子センター元気では折り紙・ちぎり絵・絵手紙・簡単手芸・マジック・将棋・囲碁・歌唱・演奏・お手玉・舞踊・演芸・書道・健康体操などのボランティアを募集しております。電話・FAX: 042-627-9179

