



バトンをつなげる～ボランティア活動者の声～

鈴木和夫さん



地域でボランティアとして活躍している「活動者」をリレー方式で紹介します。今回は「フラダンスサークル モキハナ」の池田睦美さんからバトンを引き継いだ、傾聴の会「ぞうの耳」の鈴木和夫さんに、活動内容や活動をはじめたきっかけなどをお聞きしました。

現在どのような活動をされていますか？

主に高齢者施設などを訪問し、利用者さんと一対一の傾聴活動を行っています。

活動をはじめたきっかけは何ですか？

久しぶりに「小学校の恩師」に再会した際に、恩師から「鈴木さんと話していると楽しい」と言われ、もしかしたら話し相手に向いているのかと思いました。そんな時に文京区社会福祉協議会が「傾聴ボランティア講習会」を実施することを知り、講習会に申込みしました。そして、講習会を受講していくことで、やはり自分に向いているという思いが強くなり、講習会修了後に傾聴の会「ぞうの耳」に入会し、現在も活動を続けています。



活動をする上でやりがいを感じることは何ですか？

一対一の傾聴では、昔を思い出しながら話す話題を選び、楽しい時間を一緒に過ごせるよう心掛けています。傾聴のお相手が帰り際に笑顔で手を振ってくれることや、施設の職員さんからお礼の言葉をいただくことが、やりがいになっていると感じています。

これから何かはじめたいと思っている方へのメッセージをお願いします

ボランティア活動に特別なスキルは必要ありませんので、これから何かはじめたいと思っている方は、気軽にボランティアセンターに連絡することをお勧めします。また、傾聴活動に関しては、ボランティア活動の機会が増えてきていますので、興味のある方は「傾聴ボランティア講習会」に参加していただき、我々の仲間になって欲しいと思います。

令和6年度の「傾聴ボランティア講習会」は、3月初旬に募集予定です

次回は鈴木和夫さんよりバトンを引き継いだ「ボランティア音楽会 あおぞら」の熊倉あい子さんを紹介します。

文京ボランティアセンター TEL 03-3812-3114 FAX 03-5800-2966 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp



どっとフミコムでは、ボランティア情報やワークショップ・イベント、文京区で活動されている団体の紹介など、様々な地域活動の最新情報を見ることができます。気になる情報は、どっとフミコムのサイトでチェックしてみてください！

<https://d-fumi.com>



ご相談ください

ボランティアに関心がある方、興味を持った方、

やってみたい! してほしい 話を聞きたい!

など、ボランティアについての質問や問合せ、ご相談を下記の文京ボランティアセンターまでご連絡ください。

発行 社会福祉法人 文京区社会福祉協議会 文京ボランティアセンター <https://www.bunsyakyo.or.jp>

〒113-0033 東京都文京区本郷4-15-14 文京区民センター地下1階 開所日時 月～金曜日 9:00～19:00

TEL 03-3812-3114 FAX 03-5800-2966 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp 土曜日 9:00～17:00

ぼらんていあニュースは、封入ボランティアの皆さんのご協力のもと、お届けしています。いつもご協力ありがとうございます。*祝日年末年始を除く

春号 令和6年



ご自由に お持ちください TAKE FREE

ぼらんていあ ニュース

あなたらしく。 はじめる、つながる。 きっかけ応援誌!

TOPICS

- 1 防災体験ツアー報告
- 2 ボランティア募集情報
- 3 音訳・朗読講習会修了者インタビュー
- 4 バトンをつなげる～活動者の声～

この度の令和6年能登半島地震で被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。

皆様の安全と被災地の一日も早い復興をお祈り申し上げます。

災害時に、自分ができること、考えてみませんか。

中央大学工学部ボランティア「リコボラ!」のメンバーが、本所防災館の防災体験ツアーに参加しました。



左から鈴木さん、深井さん



震度7の揺れを体験



毎時50mmの雨、風速30mの暴風雨を体験



わずか20cmの浸水でドアが開かなくなることを体験

体験で印象的だったことは？

深井さん:地震揺れ体験が印象的でした。震度7相当の揺れは人生で経験したことがなく、実際に体験すると歩く立っはもちろんのこと、座っていても揺れに耐えうることが難しと分かりました。

鈴木さん:暴風雨が身体的・精神的にも追い込まれていくと感じたことや、わずか10～20cm程度の水深でドアが開かなくなってしまうことを身をもって体験できて良かったです。備えすぎて困ることはなく、自分の身を守る以外にも周りを見て助ける余裕が生まれるために、対策を行っておくことが重要だと改めて感じました。

体験したことをとおして、災害ボランティアとしてやってみたいことはありますか？

深井さん:能登半島地震災害のこともあり、自分に何ができるか考えていましたが、今日さまざまな体験をしたことで得た知識(自分の身を守る方法)を来るべき災害に向けて、周りの人に伝えていきたいと思っています。

鈴木さん:事前準備の大切さを感じたため、どんなものを用意すると良いか、どれくらいあると良いかなどを多くの人に広めていきたいと思っています。

災害時にボランティアサークルとして、どのように活躍したいと思いますか？

深井さん:災害が起きるとすぐに被災地に向いて協力したい気持ちになりますが、被災地では混乱が起きていてボランティアを受け入れられる状況でないこともあるので、まずは情報を精査しながら「募金」など、被災地以外でもできることから貢献していきたいと思っています。

鈴木さん:被災地にいる人にとって良いことを最優先に考えたい。何が必要なか、どんなことがあると嬉しいかなど、被災地の方に寄り添う活動がしたいです。そのためにも慎重に情報を見極めたいと思います。

文京ボランティアセンター TEL 03-3812-3114 FAX 03-5800-2966 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp

ボラテア 地域の居場所ボランティア募集

「こびなたぼっこ※」「氷川下つゆくさ荘」は、子どもからお年寄りまで様々な年代の方が集まり、お茶やコーヒーなどを飲みながらおしゃべりをしたり、本を読んだりなどして自由に過ごすことができる地域の憩いの場です。参加者と交流しながら、お茶やコーヒーなどの提供をしてくださるボランティアを募集していますので、ご興味のある方はお気軽にお問合せください。

① こびなたぼっこ※

- 日時** 毎週月・木曜日 13:00～16:00
- 場所** こびなたぼっこ※(文京区小日向1-18-22)
- 内容** お茶やコーヒーなどの提供、交流、カフェの準備、片付けなど
- 問合せ** 文京区社会福祉協議会
地域福祉推進係(平日8:30～17:15)
電話:03-5800-2942 担当:宮野



こびなたぼっこ※の外観

② 氷川下つゆくさ荘

- 日時** 毎週水・木曜日 10:00～12:00
第1・3水曜日、第2・4木曜日 13:30～15:30
金曜日 10:00～12:00(不定期)
- 場所** 氷川下つゆくさ荘(文京区千石3-3-7)
- 内容** お茶やコーヒーなどの提供、交流、カフェの準備、片付けなど
- 問合せ** 文京区社会福祉協議会
地域福祉推進係(平日8:30～17:15)
電話:03-5800-2942 担当:大山



氷川下つゆくさ荘の外観

ボラテア 子どもたちのお散歩会の見守りボランティア募集

子育てサロンNEKKO(ネッコ)では、子育て中の方が週1回、小石川植物園に集まり、お散歩会を開催しています。園内を一緒に散歩しながら、子どもたちの見守りをしてくださるボランティアを募集していますので、ご興味のある方はお気軽にお問合せください。

- 日時** 毎週水曜日 10:00～12:00(雨天決行)
- 場所** 小石川植物園(文京区白山3-7-1)
- 内容** 散歩中の子どもたちの見守り
- 対象** 自然が好きな方、子どものやりたい気持ちを温かく見守ることができる方
- その他** 入園料500円は各自でのご負担をお願いしております。
- 問合せ** メール:bunkeyonekko@gmail.com



園内を散歩している様子

音訳・朗読講習会

修了者インタビュー



文京ボランティアセンターでは、視覚障害のある方を支援するボランティアを育成するために「音訳・朗読講習会」を令和5年10月から12月まで全10回実施しました。今回は講習会修了後、音訳ボランティア団体に加入し、新たな一歩を踏み出そうとしている網島さんからお話を伺いました。

講習会に参加したきっかけは何ですか？

健康者がどうやって情報を得ているかという、およそ8割が目から得ていると聞きます。私は視覚に障がいはありませんが、近視と緑内障があり、それだけでも日常生活に不便を感じる事が多々あります。しかし、視覚に障がいを持った皆さんは、目から情報を得ることができません。もし自分が目から情報を得られなくなったらと考えると、日常生活を送る上での困難さは想像が付きません。そんな思いから視覚に障がいを持った皆さんに対し、少しでも役に立てればと思い「音訳・朗読講習会」に申込みしました。



網島さん

講習会に参加してどんなことを感じましたか？

講習会の回数は全10回でしたが、とても密度が濃く感じました。音訳は「主観を入れることなく」「書いてあることを忠実に音声化する」ことが原則だということや「上手に読む」ことではなく「正しく伝える」「正しく伝わる」ことが大切だということ意識することから始まり、読みの練習など、沢山のことを勉強させていただきましたが、改めて日本語の難しさや普段、如何に日本語をおざなりにしているかを痛感させられ続けました。

また、音訳の技術だけではなく、視覚に障がいを持っている当事者の方から生活上の困りごとや、接し方などを聞くことができたので、視覚に障がいを持っている皆さんを理解する上でもとても勉強になりました。

今後この経験をどのような形で活かしたいですか？

「音訳」は「朗読」とは異なります。文京区内には複数の音訳活動団体があり、区報など日常の情報を扱う団体、小説など娯楽作品を扱う団体、医学書を扱う団体など多様です。私は「音訳講習OB会」という団体に入会しました。

今後は団体の活動を通して講習会では身につけることのできなかったことを学び、「音訳」を必要とされている皆さんのために、少しでも貢献できるように経験を積み重ねていきたいと思っております。

※音訳とは「目の見えない、見づらい人に伝えるために、文字などを音声化すること」です。
※令和5年度 音訳・朗読講習会は終了しました。



音訳・朗読講習会で録音を体験している様子