



ハマいき通信

VOL. 3

発行日：平成23年2月

TVでも紹介
されました☆



93歳!?

いきいきポイント登録者で最高齢! 山口さんの活動をご紹介します! (港北区)



～ハマいき通信とは～

ヨコハマいきいきポイントに登録していただいたボランティアさんの声や活動状況等をお知らせしていきます☆

<目次>

93歳!?!いきいきポイント登録者で最高齢!山口さんの活動をご紹介します! 1

調理班・配達班の連携がお見事!「ふれあいランチ」の活動 2

お食事前の楽しみもあり!内容盛りだくさん☆「宮沢ひまわり会」の活動 3

ボランティア募集中!!始めの一步踏み出してみませんか?介護老人保健施設ハートケア横浜から♪ . . . 4

健康づくり、
介護予防に!

社会貢献、
生きがいくくり

いきいきポイント
マスコットキャラクター



いきいき案内人
健康ほうし君

高田地域ケアプラザでボランティアしている山口さんにお話を伺いました。

Q: ボランティアをされていてどうですか?
A: 他のボランティアさんや、職員さん、利用者さんとお話できて楽しい。
なによりも、自分が元気でいられます。
Q: いつまで続けたいですか?
A: 身体の動く限り、続けたいです。



ボランティアの喜びを語ってくれました!
控えめにお話されますが、頼もしいです!

★活動の様子★

お茶出しの前に、おしぼりを配ります。
お一人お一人に、袋から出して手渡していました。
細かな気遣いですね!

次にお茶を配ります。
ボランティアさんみんなで手分けして配っていました。
スムーズな連携に感心...

「役に立っているかはわかりませんが、
本当によく動いています!

ひとりひとりに
声をかけながら♪



見事な連携♪



笑顔が
素敵だよ♪



本当に素晴らしいですね!
これからもお体に気をつけて
素敵な笑顔のままでいて
ください!
ありがとうございました!!



配食サービスのボランティア団体さん☆

調理班・配達班の連携がお見事！ 「ふれあいランチ」の活動 (磯子区) (洋光台ケアプラザ)



メニュー: おいしい
「ロールキャベツ」★

常に動きっぱなしのみなさん！



配食サービスのボランティア団体「ふれあいランチ」のメンバーは、約30名！

毎週金曜日に配達するために、2グループに分かれて、各自隔週で活動していらっしゃいます。

調理班が作った手作りのお弁当を、配達班が利用者さんのご自宅まで配達。

私達が取材した日は、メンバーの分も含め、約80名分の昼食を調理していました！

12年の歴史があるという団体さんなので、手際の良さとチームワークは完璧です！

いつも
ありがとう



はい、どうぞ！

<メンバーの声>

- ★「誰かの役に立っている」という実感が得られる！
- ★利用者さんが楽しみに待っていてくれ「このお弁当が一番おいしい」と言ってくれるのが嬉しい！
- ★お料理の勉強にもなるし、メンバーと活動することで元気になれる！

「体調いかがですか？」等、声をかけながら配達します！利用者さんも本当に嬉しそう☆

募集中！

配達ボランティアを現在募集中です！



配り終わって、
ほっと一息、のひと時。

健康ほうし君の注目ポイント！



衛生面の管理の徹底！

なんといっても、「ふれあいランチ」の衛生管理の徹底ぶりは、模範的！

写真にもあるように、帽子、エプロン、マスク、手袋を全員が着用。何かあった時のために、検査も1か月間冷凍保存しているそうです！



スゴイ!!



お食事前のお楽しみもあり！
内容盛りだくさん☆
「宮沢ひまわり会」の活動
(瀬谷区) (南瀬谷小コミュニティスクール)

会食サービスのボランティア団体「宮沢ひまわり会」のメンバーは、約25名！
約45年の歴史があるとか。
毎月第2金曜日に活動しています。
小学校併設のコミュニティスクールにぞくぞくと高齢者が集まってきました。
調理室では見事な手際と連携ブレイで調理が進んでいます。
この日は、メンバー分も含め、実に90食！
その頃、ホールでは楽しい落語会が催されています。
落語の後は、いよいよお食事！クリスマスらしい鶏肉の香草焼きがメインディッシュでした。みんな笑顔♪
この日はクリスマスが近いこともあり、手作りのプレゼントも用意されていました！
昼食後にはみんなで歌を歌い、内容盛りだくさんでした。



調理場は、すごい熱気…！



みんなでワイワイ！
とってもおいしい♪

<利用者さんの声>

☆食事がおいしいから、つついおかわり！
☆月1回のお食事が、本当に楽しみ！
みんなに会えることも嬉しい！



健康ほうし君の注目ポイント！

遊び心が盛りだくさん！

「宮沢ひまわり会」では、お食事前にイベントが行われるのが恒例。コーラス、手品や舞踊の鑑賞、あるいは、防犯・交通教室など、毎回趣向を凝らしています。
サンタの形の折り紙はくじ引きになっていて、この順番でプレゼントが配られました。
遊び心が会話を盛り上げます♪



湊家 恋路さんの落語



ボランティア募集中！！

始めの一步、踏み出してみませんか？

介護老人保健施設 ハートケア横浜から♪

(西区高島)



「ハートケア横浜」は、一般棟104床、認知棟46床の介護老人保健施設です。入所サービス、ショートステイ、通所リハビリ、訪問リハビリ等のサービスを提供しています。

ボランティアに対する施設の理念は、**ボランティア様、ご利用者様、施設の三者すべてが満足すること。**

そんな「ハートケア横浜」では、現在、ボランティアさんが約20名活発に活動しています！

活動内容は、音楽演奏やマジックなどレクリエーションでの活動が中心。

今後は利用者さんと一緒にできるレクリエーション等を増やしていきたいと思っています。

また、ボランティアさんと施設職員とのコミュニケーションを活発に行い、年1回はボランティア交流会もしています。

「ボランティアさんは「地域の風」を運んでくれる大切な存在」と語っていただきました！

☆募集内容☆

随時受付中☆

★一芸ある方！

レクリエーションを盛り上げてください！！

例えば・・・

- 体操などの簡単なレクリエーション
- 将棋 ●簡単な工作
- マジック など・・・

★とにかくやる気がある方！

もちろん、「一芸なんて自信がない」と思ってる方も、一緒に歌を歌ったり、レクリエーションのお手伝いをしてくださる方など、大歓迎です！

※活動内容、回数等は、ご相談に応じます。

まずはご連絡ください☆

TEL：(440)0722

担当：川井



ボランティアの皆様、受入施設の皆様、活動取材させてください☆

ハマいき通信VOL.4以降の取材先を募集しています。ボランティアの方、施設の方からのご連絡をお待ちしております！

連絡先：社団法人かながわ福祉サービス振興会 ヨコハマいきいきポイント事務局

電話：(671)0294 Eメール：ikiiki@kanafuku.jp



《編集後記》

横浜市職員となり、当事業の担当になってからあっという間に時間が経ちました。ボランティアさんのお話を聞かせていただく機会も多くあり、日々勉強し、日々感動の毎日。たくさんの貴重な経験ができた社会人1年目でした☆

ボランティアさんの活躍が、「ヨコハマいきいきポイント」を支えてくれています。これからも『感謝』を忘れず、ボランティアさんに負けないくらい元気に頑張りたいと思います！

担当：中島 遥子

