

# No34 と き め き

この広報紙は、赤い羽根共同募金の配分で発行しています

## ◇ふれあい食事サービスを支える調理ボランティア◇

上山市社協では、調理ボランティアが作成した昼食を高齢者宅に届ける「ふれあい食事サービス」を実施し、一年が経過しました。利用者の嗜好や栄養のバランスを考慮した家庭の味の弁当がボランティアの手によって調理され、できたてを配食ボランティアが各戸にお届けします。

このサービスは、日常生活に不安のある65歳以上のひとり暮らしや高齢者夫婦のみの世帯、日中ひとり暮らしの人を対象に、1食400円で週1回（火・水・木の希望日）提供するもので、114人が利用登録しています。

弁当は調理ボランティア5人が半日かけて調理し、1日約40食が配達されます。調理ボランティアは6班編成で、ローテーションにより週3日間（火・水・木）の調理を担当しています。



作成の様子

＝調理ボランティアのみなさんからの声＝

### ◇1班リーダー◇



金子惇子さん

利用者さんのおいしく食べている姿を思い浮かべながら、衛生面を第一にみんなで仲良く、楽しく活動を続けたいと思います。

### ◇2班リーダー◇



長沢恭子さん

料理は皿に絵を描くのと同じだとよく言われます。一つ一つ心を込め、みなさんには安心、安全、おいしく提供できるように頑張っています。

### ◇3班リーダー◇



内野京子さん

弁当を作り始めて一年。衛生的な調理を心がけ、私たち3班スタッフは和気あいあい、楽しく調理させていただき、幸せに思っています。

### ◇4班リーダー◇



高橋恵子さん

「おはよう」の挨拶も、お互い緊張しながら始まったボランティア活動。気心も知れ、調理時間も短縮になった1年です。

### ◇5班リーダー◇



小島徳子さん

ふれあい食事サービスが始まり早一年になりました。食べてくださる方々のお顔を目に浮かべながら、楽しく頑張っています。

### ◇6班リーダー◇



渡邊和子さん

衛生面などに注意しながら、時々冗談などを言い合い、スムーズに活動している、楽しく仲の良い6班です。

食事サービスを希望される方は、お気軽に市福祉事務所(☎672-1111)にお申込みください。

# 市内福祉施設でのボランティア活動紹介

上山市には、高齢者や障がい者の福祉施設が多くあります。福祉施設には市内外よりたくさんのボランティアの方が訪問し、利用者みなさんに楽しいひとときと、たくさんの笑顔をプレゼントしています。今回は4施設でボランティア活動されている方をご紹介します。

## 特別養護老人ホーム蓬仙園 (高野)

- 個人 15名  
主な内容 洗濯物たたみ・習字・手芸・歌いながらリハビリ・デイサービスでのお茶出し
- 団体 大和の会  
主な内容 洗濯物たたみ  
連絡先 679-2366 (担当 神保)



**手芸の会**  
利用者のみなさんと手芸を楽しんでいます。

## 特別養護老人ホームみずほの里 グループホームみずほ (牧野)

- 個人 7名  
主な内容 洗濯物たたみ・音楽療法・絵手紙教室・粘土アート  
喫茶店の手伝い・メガネ洗浄・健康体操
- 団体 コスモス会・牧野地区婦人会・華の会・洗心庵  
主な内容 ベッドメイキング・布団カバー交換・エコ布切り・お菓子づくり 等  
連絡先 674-3388 (担当 栗野)



**中川和子さん** (個人ボランティア)  
喫茶コーナーで湯茶サービスをおこなっています。

## 介護老人保健施設 みゆきの丘 (弁天)

- 個人 5名  
主な内容 書道 カラオケ 入浴後のドライヤー  
歌謡曲の披露・メガネ洗浄
- 団体 コスモス会・愛好会 (歌と踊り)  
主な内容 車いす清掃・歌と踊り  
連絡先 672-8585 (担当 青木)



**黒田正夫さん**

(個人ボランティア)

月2回、利用者の方とカラオケを通して交流しています。

## 肢体不自由児者施設 県立総合療育訓練センター (河崎)

- 個人 1名  
主な内容 パソコンの指導  
連絡先 673-3366 (担当 高橋)



**五十嵐義和さん**


(個人ボランティア)

週1回、利用者の方にパソコンの指導をしています。

みなさん、利用者の方とおしゃべりを  
楽しみながら、また、自分の趣味を活か  
したりと、楽しく活動していました。み  
なさんも、ボランティア活動してみませ  
んか？

# 社会福祉施設の夏のイベントでボランティアしてみませんか？


喜びと笑顔があふれるボランティア！！

**蓬仙園 夏祭り** 

- いつ 7月21日(土)  
午後7時～午後8時30分
- ボランティア 午後1時～午後3時(中学生)  
午後5時～午後8時(高校生以上)
- どこで 蓬仙園(高野)
- 内容 会場準備 運営の手伝い
- 問合せ先 679-2366(担当 神保)

**こまくさの里 夏祭り**


- いつ 7月28日(土)  
午前10時～午後12時30分
- ボランティア 午前9時～午後2時(高校生以上)
- どこで こまくさの里(金谷)
- 内容 準備 出店の手伝い 運営の手伝い
- 問合せ先 673-2148(担当 山口)

**みずほの里 夏祭り** 


- いつ 7月29日(日)  
午後5時50分～午後8時
- ボランティア 午後1時～午後3時(中学生)  
午後4時～午後8時(高校生以上)
- どこで みずほの里(牧野)
- 内容 会場準備 利用者の付き添い  
出店の手伝い
- 問合せ先 674-3388(担当 三澤)

**県立総合療育訓練センター 夏祭り**

- いつ 8月1日(水)  
午後2時～午後4時
- ボランティア 午後1時～午後5時(高校生以上)
- どこで 県立総合療育訓練センター(河崎)
- 内容 入所児童の付き添い 運営の手伝い  
後片付け
- 問合せ先 673-3366(担当 高橋)

**長寿まつり(蔵王長寿園)** 

- いつ 8月24日(金)  
午後6時30分～午後8時
- ボランティア 午後5時～午後6時(中学生)  
午後5時～午後8時(高校生以上)
- どこで 蔵王長寿園(金谷)
- 内容 会場準備 出店の手伝い 付き添い
- 問合せ先 672-0561(担当 土屋)

**みゆきの丘 夏祭り** 

- いつ 8月25日(土)  
午後3時～午後5時
- ボランティア 午後3時～午後5時
- どこで みゆきの丘(弁天)
- 内容 利用者の方との交流
- 問合せ先 672-8585(担当 高橋)

※その他のボランティア活動についてはお気軽に社会福祉協議会(TEL 695-5095)にお問い合わせください。

## その他のイベントボランティア

**上山青年会議所**  
スマイルプロジェクト☆(きりり)かみのやま


いつ 7月28日(土)  
午後1時～午後8時30分

ボランティア 午後1時～午後6時(中学生)  
午後1時～午後7時(高校生)  
午前9時～午後4時(一般)  
午後2時～午後9時(一般)

どこで 体育文化センター脇グラウンド(長清水)

内容 会場準備 運営の手伝い 他

問合せ先 672-7721(担当 土田)



**山形育成園 ガーデンパーティー**

いつ 8月25日(土)  
午前10時～午後1時

ボランティア 午前9時～午後2時(高校生以上)

どこで 山形育成園(金谷)

内容 模擬店の手伝い・ゴミの分別他

問合せ先 673-2575(担当 富樫)

**上山ロータリークラブ 社会奉仕プロジェクト**  
～清掃活動と森の中のコンサート～


いつ 8月26日(日) 午前9時30分～正午

どこで 上山市公民館(市役所東側)

内容 グループに分かれての清掃活動・県警察音楽隊演奏会によるコンサート・参加者全員でふれあい昼食会

参加費 100円(保険代)

問合せ先 673-5959(担当 片桐)



### ◆はつらつボランティア紹介◆

#### 「とらんぴあん」



私たち「とらんぴあん」は、トランペット（伊藤萌）とピアノ（伊藤真理）の二人組のユニットです。今年で結成十周年を迎え、山形県内を中心に演奏活動を行っています。

「とらんぴあん」は、楽器の名前であるトランペットとピアノの文字をつなげて生まれたユニット名です。

これまでに、子育て支援センター、幼稚園、小学校、児童館、老人福祉施設、病院、お寺、旅館、音楽祭など、様々な場所で活動を行ってきました。お子様からご年配の方々まで幅広く、楽しみながら音楽をお聴きいただけよう、曲も童謡からクラシック、ジャズ、演歌、映画音楽などたくさん曲を用意しております。子どもたちのためにリトミック（全体でリズムを表現）を取り入れたり、みなさんと一緒に歌ったりと、常に聞いてくださる参加者の方々と共に「コンサートを盛り上げられるよう工夫しています。

笑いあり、感動ありのコンサートをもっと、これからも精力的に活動してまいります。



演奏活動の様子



高校の同級生同士

### ◆名取市での災害ボランティア活動◆

5月22日（火）、4名のボランティアが名取市小塚原地区の農家で、カーネーションのネット張りや除塩作業の災害復旧活動を行いました。昨年、小塚原地区は、1.5mの高さまで津波が押し寄せ、カーネーションハウスをはじめ農地が壊滅的な被害を受けたところです。

瓦礫が取り除かれたハウス内には、カーネーションの床枠が作られ、その上に除塩となる土壌改良材と堆肥を散らしていき、液体肥料を施すことで、カーネーションが枯れることを防止します。

午前の作業はカーネーションが倒れないように支えとなるネット張り、午後は約300袋の土壌改良資材を運搬し、袋を開け一つひとつ丁寧に、これから移植されるカーネーションの土壌を作っていました。

「被災地のためになればと思い参加しました。8月には美しい花が咲くことを期待します」と参加された方は活動を終えてとても満足そうでした。ご苦労さまでした。



土壌つくりの様子



カーネーションの土壌が完成

### ●サロンサポーター養成講座を開催します！！

地域の居場所（サロン）づくりや介護予防の一環として、サロンの運営をサポートする協力者を養成するための講座です。興味のある方、どなたでも参加できます。

No	期 日	内 容
1	8月 7日（火）	「サロンについて考えてみよう」～サロン活動で介護予防～
2	8月17日（金）	「サロンで役立つレクリエーション」
3	8月24日（金）	「サロンで心と体の元気アップ」（介護予防体操）
4	8月29日（水）	「歌って、笑って、楽しいサロン」（音楽療法）
5	9月 4日（火）	「つくってみよう これからのサロン」



レクリエーションについて

- ◆時 間：午後1時30分から午後3時30分まで
- ◆対 象：市内でサロンを実践している方、これからサロンを立ち上げようとしている方など、興味のある方

- ◆定 員：30人
- ◆申込み締切り 8月2日（木）
- ※今年度は1回のみの実施となります。