



## 体験講座

### 「おとなの寺子屋」開催しました！

体験講座「おとなの寺子屋」は、中間市ボランティア講師派遣事業に登録されているボランティア講師の方にご指導していただく、大人を対象とした講座です。

#### マグカップの絵付け

講師：中島敬子さん  
3/2(木)参加者4名

夏休みわくわく教室では子ども達に紙すきと絵手紙の指導をしていただいた中島先生。今回は大人を対象にマグカップの絵付けをご指導いただきました。

受講者は、それぞれが用意してきたデザインを、配置や色合わせなどのアドバイスを受けながら一心に描いていました。マグカップは、先生が自宅で焼成され7日後には出来上がり、みなさん喜んで持ち帰られました。



#### 受講者の声

- \*とても楽しく絵付けをさせていただきました。
- \*先生に丁寧に教えて頂いたので楽しく学べました。
- \*集中して絵付けができました。また機会があれば参加したいです。
- \*先生にアドバイスをいただきながら、初めてでしたが楽しくできました。



#### ストレッチ

講師：佐野幸子さん  
3/3.10(金)参加者8名

地域活動スタートアップ講座を受講後、ボランティア講師として登録していただいた佐野先生にご指導いただきました。ダンスで培った知識を活かして、『高齢者の健康維持のためのストレッチ』を広めたいと、高齢者施設でもご指導されています。「皆さん若いわねえ」とおっしゃる先生の年齢を聞いて受講者はビックリ！思わず背筋が伸びていました。ストレッチとともに歩き方の指導も受け、講座中は笑顔が絶えず、みなさん楽しそうでした。



#### 受講者の声

- \*普段動かさない筋力を使った運動、大変勉強になりました。
- \*簡単に家で出来るストレッチなので役に立ったと思います。
- \*無理なく出来る事を教えて頂いたので、家でもできると思います。
- \*楽しくストレッチでき、家で毎日コツコツと筋力をつけたいと思います。
- \*先生のお姿にびっくりしました。私も今からです。歳を忘れました。
- \*普段あまり身体を動かさないのととても気持ち良かったです。

#### ハンドマッサージ

講師：柚上利香さん  
3/7(火)参加者7名

福祉皮膚美容士、アロマコーディネーターの資格を持ち、セラピストとして活動されている柚上先生にアロマオイルを使ったハンドマッサージをご指導いただきました。たくさんの方を癒し、笑顔の輪を拡げていきたいと、高齢者へのハンドマッサージやフットマッサージなどで施設訪問やイベントなどへも積極的に参加されています。アロマセラピーの講義の後、二人一組で互いの腕をマッサージし合い、大事な人へもマッサージできるようにと、しっかり学んでいました。



#### 受講者の声

- \*とても楽しく、ためになりました。あっという間の楽しい時間でした。
- \*人に対してマッサージをするので、力の加減が難しかったです。  
マッサージをしてもらった後は、腕が温かくなって心地よかったです。
- \*初めてでしたがいつもカサカサの手がとても潤って気持ち良かったです。
- \*人と接し、リラクゼーションや心のケアができるということは、素晴らしいと思いました。とっても良かったです。
- \*初めての経験でした。テレビを見ながら実践してみようと思いました。

# ボランティアさん紹介コーナー こんな活動やっています！ 第1回

中間市視覚障害者の会  
「つばさの会」

## 小学校の総合学習に参加！

つばさの会の皆さんは、障がい者への理解を深めるためのボランティア活動として、小学校4年生の『総合的な学習の時間』に参加され、視覚障がいを持つ人の生き方や生活についての講話を実施されています。今回は平成28年10月に行われた中間東小学校での様子を紹介します。

中間市ボランティアセンターに登録されている団体を紹介いたします。趣味や特技を活かして活動されています。

平成10年4月に市内の視覚障がい者が集まり、活動を始めました。視覚障がい者の福祉増進を目的に、みえる人・みえにくい人・みえない人、誰もが参加できる団体です。すべての人が支え合いながら希望を持って生きていける社会、自分らしく暮らせる地域の実現に向けて活動されています。

現在会員数 50名



点字の話 Uさん・パソコンの話 Sさん

クイズを出題！

- ・点字が生まれた国は？
- ・6点式の考案者は？
- ・日本で使えるようにした人は？

多くの子が全問正解！  
みんなよく勉強していました。



白杖の話 Yさん

駅、特に島型ホームは危険なので、「お手伝いしましょうか？」など、声掛けをしてくれると助かります。

クロックポジション(時計の方向で物の場所や位置を知らせる方法)や、白杖シグナル(白杖を頭上50cm程掲げていたらSOSのサイン。進んで声を掛けてください。)の話がされました。



日常の話 Sさん

すげ〜！

包丁も使えるよ♪

音声時計で、日時・天気・温度がわかるので、その情報で服装や行動を決めているそうです。包丁を使ってリンゴの皮むきときゅうりの輪切りを実演されました。

## 質問コーナー

たくさんの質問の中から2つだけ紹介します！



休み時間や終了後には、つばさの会が準備された道具に触れたり、点字を打ったりする児童達の姿が見られました。目の不自由な方と直接触れ合い、生き方や生活の理解を深めることができた貴重な『総合学習の時間』でした。

### Q. 見えなくて怖いことは？

Uさん: 行ったことのない所に行った時。

Yさん: 紙類の種類がわからない。(お金、書いてあること、大事なものかどうか)

Sさん(女): 暗闇。

Sさん(男): 雷。(稲光が見えないので、急に音がして驚く)

駅のホーム。(島型ホームは特に、4回線路に落ちたことがある)

### Q. 目が不自由になって一番大変だと思ったことは？

Uさん: 自宅の中はわかるが、方向がわからない。

Yさん: 読み書き。

Sさん(女): テレビが観られない。

Sさん(男): 薬の識別ができない。

## 募集しています！

特技や得意分野などを登録しませんか？ボランティア活動をしてみようと思う方、又、ボランティアをお願いしたい方はお気軽にボランティアセンターまでお問い合わせください。登録数: 団体・38、個人・44名

発行 / 中間市ボランティアセンター ※日曜・月曜は休館  
電話 / 093(246)2184  
住所 / 中間市通谷1丁目36番10号(ハピネスなかま1階)