



生活支援コーディネーターは生活上の「困った」や「社会貢献したい」方の相談に応じています。住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、お手伝いをする仕事です。

お問い合わせは、高槻市社会福祉協議会まで

TEL : 072-668-6680  
FAX : 072-661-4901



秋・冬号のテーマは…

### 皆さんの何かやりたい！という気持ちを後押しします



今年2月に初めて開催した「ふたばサロン」。個別相談をメインに実施しましたが、「交流したい」「活動者の声がききたい」といった意見を聞いて、今回は活動している方の生の声を聴く場所として10月30日にふたばサロンを開催しました。コロナ禍ではありましたが、検温やアルコール消毒、換気といった感染症予防対策を講じながら行いました。ふたばサロンに参加したことがきっかけとなり、「自分にも何か出来るかも」と思ってもらえたのではないのでしょうか。

**当日のスケジュール**  
13:30 開会  
1部：地域活動者の発表  
2部：個別相談・交流会  
16:00 終了

1部では地域で実際に活動する方々の発表をインタビュー形式で実施。途中で参加者と登壇者が意見交換する場面や、終了後に個別でお話する姿もありました。

発表内容は始めたきっかけや活動から感じていること、参加者へのアドバイス等、エピソードを交えながらお話していただきました。登壇者は以下の皆さまです。

山口 育男氏



高齢者のちょっとした困り事をお手伝いする「生活支援サポーター」に登録中。PTAの活動、自治会の立ち上げ等幅広く活動中。

藤原 ミサ子氏



自宅を使って週2回カフェを運営。カフェ運営の傍ら、大学の講師としても働かれている。地域の座談会に参加し意見交換をすることも。

井上 敬士氏



様々なイベントの運営をお手伝いする団体「ハートワン」に所属。ボランティア連絡協議会、地域の防災委員等ボランティアに励む日々。



それぞれに携わっている地域の活動は異なり、始めたきっかけも三者三様です。裏面ではインタビューの一部を紹介します。



\* 登壇者の話は社会福祉協議会のホームページ内の「SCのブログ」にも掲載しています。ぜひご覧ください！



裏面

## 活動を続ける原動力や支えとは ～当日発表より～

山口 育男氏



### 活動のきっかけは子どもとの距離を縮めるため

単身赴任先から戻った時に対面した我が子がよそよそしく「ショックだった」とエピソードをお話されました。子どもとの距離を縮めるために始めたPTA活動をきっかけに、様々な活動に興味を持って始めています。

それぞれの活動は日常生活の延長線上にあり、「自分のため」になっています。

### 興味のある活動はまず「やってみる」こと

以前は障がい者施設でボランティア活動、現在は生活支援サポーターとして家具の運び出しのお手伝い等もされています。何か始めたいと思ったら「待っているだけではダメ」とお話しされ、地域のセミナーでも良いので参加してみることが大切だとアドバイスされました。

藤原 ミサ子氏



### 地域に支えられた経験から始めた活動

子育てと仕事の両立の中、保育園の送り迎えが難しい時にご近所のご夫婦に助けってもらったことがきっかけでした。経験を元に、地域の方と交流が出来る場にしたいという思いからカフェを始めたそうです。

### 続けるためには楽しむこと

「利益を気にするのではなく、楽しむこと」と話す藤原さん。自分への投資だと思って活動を続けているとのことでした。趣味の畑仕事や花づくりが役に立っており、カフェで提供している食事はご自身のお庭で採れた野菜を使っているそうです。

知らない人と話をするのが楽しいです。カフェが気楽に世間話ができる場所になればと思っています。

井上 敬士氏



人との出会いがあって始めた活動。自分から声を掛けていくことが大事。

### 人との出会いから始めたボランティア活動

定年退職後何もすることがなかった時に奥さんの助言でハローワークへ。そこでヘルパー2級講座をすすめられて受講したそうです。また、一緒に受講した方が手話を始めたことがきっかけで、手話サークルへ。人との出会いが活動に繋がるきっかけになったとお話されました。

### ボランティア活動から学んだこと

耳が聞こえない方と一緒にゲートボールをした際に、聞こえていなくても表情や態度、声掛けから嬉しい気持ちを共有出来たとお話しされました。「聞こえないだろう」と思わず、相手に伝えようとする姿勢が大切だと活動から学ぶことができたそうです。

## 参加者の声 ～アンケートより～

前向きに活動されている方の話を聞いて良かった

体験談は参考になった



これからのボランティアのあり方を考えさせられた

つながり、きずなこそが大切だと感じた

ふたばサロンに参加したことをきっかけに、ボランティアに興味を持ったという方や個人ボランティアに登録された方がいました。

今後も生活支援コーディネーターとして、「何かやってみたい」と思う方が気軽に相談出来る場を作り、必要な情報をお伝えしていければと思っています。

### 次回ふたばサロンの予定

日時：令和3年2月10日（水）13：30～16：30

※詳細は決まり次第ホームページや広報に掲載します

新型コロナウイルス感染症の予防対策を取った上で実施します  
(マスク着用、検温実施、室内換気等)