ふれあいネットワーク

ハートフル通信

令和2年8月1日

第21号

編集・発行
朝日町社会福祉協議会
富山県下新川郡朝日町泊418
tel.0765-83-0576
fax.0765-83-1589
http://asahiwel.com

心がいっぱい
朝日町ボランティア
マスコット
ハートフルちゃん

オール朝日町で支える　安心生活のまちづくり（町社協の基本理念）

朝日町社会福祉協議会では、新型コロナウイルス感染症対策で緊急事態宣言が発令されている中、感染予防に留意しながらお宅を訪問したり、支援者からの情報収集を行ったりしました。

お宅を訪問すると「あんまり出歩けんから人と会うことも少なくて」と不安そうにおっしゃる方もおられました。ご近所同士で、最低限声を掛け合っているものの、交流の機会が減っているようです。

そこで、「人と会って交流するのが難しいのであれば、手紙を送り、文通することはできないだろうか」と考えました。

一方で、ボランティアの皆さんも活躍の場が少なくなり、モチベーションの低下が心配されます。そこで手紙はボランティアの皆さんの協力で、心を込めて手書きしてもらうことにしました。

手紙には返信用の封筒も同封し、書ける方には返信をお願いしました。

特集　心を込めて手紙を送ろう
～新型コロナウイルス禍でも心温まるボランティアを～

新型コロナウイルスの感染予防のため、ふれあいいきいきサロン（以下、サロン）は活動を自粛せざるを得ない状況でした。

いつもサロンに参加している方は、どのように過ごしているのだろう？気が滅入っていないだろうか？心配…。

そこで、いつもサロンに参加している方60名に手紙を出すことにしました。

絵葉書ボランティア

絵葉書を受け取り温もりを感じてもらえたら本望です。

ボランティアグループ　四季彩

代表
吉本敏子さん

毎月第２木曜日に五叉路クロスファイブで絵葉書を描いています。ボランティア活動として、毎月、有磯苑の入所者に誕生日カードを送っています。

今回は、６月・７月・８月にわたって心を込めて絵葉書を描きました。

誕生日カードには、「お誕生日おめでとうございます」のメッセージと色鮮やかな花や鯛など季節の物が描かれています。

あまり外に出ないようにしていたので寂しかったです。こうやって気にかけてもらえると嬉しいです。

返信の手紙の中には、押し花が添えられてあるものもありました。

岡本ヒサさん　山崎幸子さん

手紙を書くボランティア

塚田実知代さん

私は仕事の関係もあり、人とコミュニケーションを取ることを大切にしています。今回、新型コロナウイルス禍で人と話したり、集まったりすることができない中、手紙を送り「気にかけています」ということを知らせるのは、良いことだと思い協力しました。

以前は頻繁に書いていた手紙も、メールが普及した頃から書かなくなりました。

このボランティアで久しぶりに書いてみて「やっぱり手紙って、いいな」と思いました。

知り合いではない方に手紙を書くのは難しく、当たり障りのない言葉になってしまいがちです。でも、私自身のことは構えなく書くことができました。例えば、自粛生活中の城山ハイキングや野菜づくりのことなどです。「手紙が届いて喜んでくださったらいいな」と想像しながら書くのは、楽しかったです。そして、手紙を送った方から返信が届いたのは、もっと嬉しかったです。何しろ「無事な便り」があったのですから。

塚田さんの他にも６名の方に手紙を書いてもらいました。また、おはようサロンの参加者の皆さんにも、切手の貼り付けなどを手伝っていただきました。

６月の手紙にはラベンダーを添えました。

お手紙交換（文通）をしてみて

返信の手紙には「サロンの再開を楽しみにしていること」や「日々の暮らしで気を付けていること」などの思いが書いてありました。

しかし、中には「病気が悪化して辛い」という相談もありました。そんな相談には、職員がお話を聞きに伺いました。

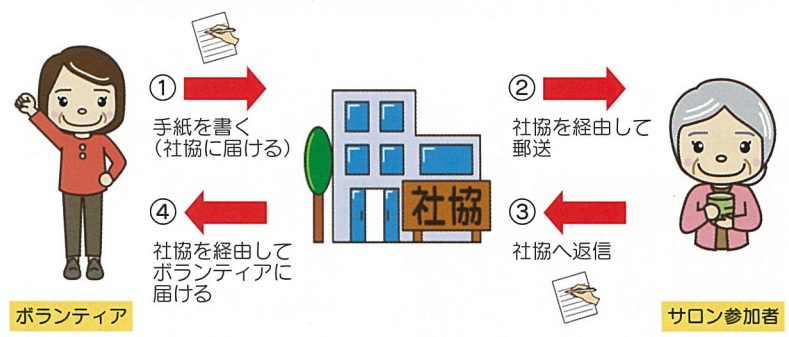
「文通」というコミュニケーションで「相談」の役割を担うことができることに気づきました。

また、自粛生活中でもできるボランティア活動を紹介することで、ボランティアの皆さんのやりがいにもなりました。

自粛生活中はあまり人と会うことができませんでしたが、その中でも工夫し積極的に取り組むことで、サロン参加者やサロンの活動者、ボランティアの活動者との関わりも深まり、その中で様々な情報を得ることもできたようです。

日ごろの関係をより深めることにも繋がったように思いますね。

お手紙交換（文通）事業



①～④のやり取りを、１回／月×３ヵ月間行います

▶裏面は「福夫と協子の社協ものがたり　水分補給をしよう！」

この広報紙は共同募金の助成金により発行しています。

福夫と協子の社協ものがたり

水分補給をしよう！

福夫さんと協子さんの家を覗いてみました

福夫　ばあさん、水やお茶を飲まんだら体に悪いぞ
協子　水飲んだらトイレにばっかり行っとらんなんが嫌やわ
福夫　そいこと言わんと、オラと一緒にお茶飲もうよ
オラ、毎日気をつけてお茶飲む時間決めとらよ
起きた時、朝食、外出前、昼食、散歩前後、夕食、入浴前後、寝る前に飲んどるがや
お茶出してあげるから一緒に飲もうよ♥
協子　お茶出してくれるがなら、どんだけでも飲むっちゃ♥
ありがとうね♥

お互いを気遣って素敵な夫婦ですね。
水分補給をする時間を決めたり、声を掛け合って水分補給したりするのも良いですね。
マスクをしていると、喉の渇きが感じにくくなります。こまめに水分補給をしましょうね。
1日1,500mL（コップ7～8杯）は飲むように心がけましょう。

みなさん、ボランティアサポーターを知っていますか？

朝日町の地区社会福祉協議会には、それぞれ1名のボランティアサポーターが配属されています。

ボランティアサポーターは、ふれあいいきいきサロンや地域行事への協力、また、朝日町社会福祉協議会のボランティア事業の協力をしながら、**ボランティア活動の推進役**として活躍しておられます。

「ボランティアをしてみたいけどどうしたらいい？」「これはボランティアに手伝ってもらえるかな？」そんな日常の思いを、身近なボランティアサポーターに伝えてみてはいかがでしょうか。

町のボランティアサポーター

【敬称略】

境	髙島　友子	宮崎	水島　千秋
笹川	竹内　恭子	泊一区	岡崎　悦子
泊二区	平木　好美	泊三区	古沢　悦子
五箇庄	吉江　廣子	南保	中嶋千代乃
山崎	赤川　洋子	大家庄	小川由紀子

任期：令和2年4月1日～令和4年3月31日

～ボランティア登録してみませんか？～
- 活動先の紹介や活動する時の悩み相談にのります。
- ボランティア活動保険に無料で加入できるので安心して活動できます。

ひろがれ！サロンの輪

泊二区

向陽会館では年間４回ふれあいいきいきサロンを開催しています。

この日は、麹屋進ん馬（こうじやしんば）さんをお招きして落語を聞いた後、体をほぐすためにパプリカダンスを踊りました。パプリカダンスはどんな年代の方でも親しみやすいダンスです。参加者は「楽しかった。体を動かしたら楽になった」と言い、より一層笑顔になりました😊

どなたでも、ふれあいいきいきサロンを開催することができます。詳しいことは、朝日町社会福祉協議会までお問い合わせください。

体を大きく動かしパプリカダンスを踊りました♪

新人職員の紹介

4月から朝日町社会福祉協議会の職員になりました、石浦穂香です。初めての職種のため、戸惑いの多い毎日ですが、先輩職員に助けていただきながら、少しずつ学びを深めています。

毎日仕事に励む中で、社会福祉協議会は多くの方と関わるので、本当にたくさんのことを学ばせていただける場であると感じています。これからも人との関わりを大切にし、地域の方々に寄り添うことができる人になりたいと考えています。

まだまだ未熟ではありますが、支えてくださる方々への感謝を忘れずに仕事に取り組みますので、よろしくお願いいたします！

石浦穂香さん
（いしうらほのか）

趣味・好きなこと
- 刑事ドラマを観ること
- 夜景、星を眺めること

みら～れTVで介護予防をPRしました。孫役として出演しました。ボランティア事業と赤い羽根共同募金を担当しています。

朝日町社会福祉協議会の賛助会員寄付を募集しています

●個人	1,000円（一口）／年額
●団体	2,000円（一口）／年額
●事業所・企業	5,000円（一口）／年額

【申込方法】
朝日町社会福祉協議会の窓口にて納入。
（開所時間　平日８時30分～17時15分まで）

～心あったかエピソード～

先日、とある男性が小銭を寄付してくださいました。コツコツ貯めた小銭だそうです。大切に活用します。

編集後記

この春は「普段の暮らし」がいかに幸せであるか分かりました。ソーシャルディスタンスを保ったり制限のある毎日ですが、人との交流を大切にしながら暮らしていきたいですね。今できることを頑張っていきたいものです。　（濱田）