

ばわわ 14号

ばわわとは？

ばわ 天白を元気にする力(パワー)

わ 地域をつなげる輪(わ)と和める(わ)たまり場づくり

そんな思いがひとつになって
ばわわと名づけました!

発行 社会福祉法人名古屋市天白区社会福祉協議会
情報紙「ばわわ」プロジェクト
〒468-0015 名古屋市天白区原一丁目301
原ターミナルビル3階
TEL:052-809-5550 FAX:052-809-5551
E-mail:tenpakuVC@nagoya-shakyo.or.jp
http://www.tenpaku-shakyo.com
編集 株式会社リベルタ
〒468-0011 名古屋市天白区平針2-1111 A2ビル207号
TEL:052-808-0429 FAX:052-808-0421
E-mail:libertad@mbp.nifty.com

情報紙「ばわわ」へのご意見、ご感想も
はがき・FAX・メールにて受け付けています。

視覚障がいその他の理由で活字のまま読むことの困難な人のために、営利を目的とする場合を除き「録音図書」「点字図書」「拡大図書」等の製作をすることを認めます。



読書の秋、芸術の秋、食欲の秋…、
あなたはどの秋を選びますか？
どれを楽しむにしても適度な運動で
健康を保つことが大切。
今号は「運動」をテーマにお届けします。

視覚障がい者が楽しめる スライントテニスで 仲間づくり

私たちと
ブラインドテニスを
しませんか？

ブラインドテニスサークル「やっとかめ」
まつやま たかはる
代表 松山能啓さん

パラリンピックに代表されるように、障がいを持ちながらもスポーツに取り組んでいる人は大勢います。視覚に障がいがある人も楽しめるスポーツのひとつとしてブラインドテニスがあります。今回は、天白区で活動しているブラインドテニスサークル「やっとかめ」を紹介します。

「もう少し右!」「前!」ボールの位置を知らせるかけ声がコートに響きます。毎月1~2回、天白スポーツセンターでブラインドテニスを楽しんでいる「やっとかめ」の皆さんの練習風景。通常のテニスボールよりひとまわり大きい専用のスポンジボールには、バウンドすると鈴のような音が出るようになっており、視覚障がい者はその音でボールの位置を把握します。

障がいの程度に応じてプレーを楽しむ

視覚障がいと言っても、その程度は様々です。全盲の人もいれば、弱視の人もいます。その程度に応じて4つの競技クラスに分かれており、クラスによっては条件を同じにするためにアイマスクを着用してプレーします。まったく視界が遮られた場合、頼りになるのはボールの音だけ。

そのため、試合は静かな中で行われます。試合には障がい者同士が対戦するシングルと、健常者をパートナーとするダブルスがあります。

仲間を支えられて心身ともに充実

視覚障がい者を対象にしたテニス講習会がきっかけとなって10年前に発足した「やっとかめ」。現在会員は17名。そのうちの5名が視覚障がい者です。代表の松山さんは失明してからテニスを始め、中心となってこのサークルを発展させてきました。毎月の練習に備えて週1回ジムへ通うなど体力づくりにも余念がありません。ネット張りやボール拾い、コートへの誘導を行うボランティアが、松山さんを始めとする障がい者の「運動をしたい」「テニスをしたい」という想いを支えています。初めは道具係として参加し、現在、指導員をしている大塚さんは、自らアイマスクを付けて「目が見えない」という感覚を体験しながら指導法を考えているそうです。春と秋に全国大会も行われますが、「勝ち負けよりも、まずは皆と楽しくプレーしたいと思っています」と話す松山さん。音を頼りに一生懸命ボールを追い続ける姿が印象的でした。

お知らせ

「やっとかめ」では会員(ボランティア含む)を募集しています。テニスは初めてという方も、まずは見学・体験にお越しください。
練習日時:10月14日(日)、28日(日)、11月23日(祝)、12月23日(祝)の正午~午後3時
練習会場:天白スポーツセンター第2競技場
(天白区植田三丁目1502)
問合せ先:松山 能啓 TEL:801-8901



ここはどこ？

ここは昭和50年代に撮影された天白区のある場所です。右上にある窯がヒント。答えはP.3です。



真心を込めて高齢者とふれあう福祉活動

御幸山中学校

御幸山中学校では10年以上前から、特別養護老人ホーム八事苑で年に一回、高齢者とのふれあいの時間を楽しんでいます。福祉やボランティアへの意識を高める目的で始められたこの活動は、生徒会を中心とする生徒たちの自主的な想いに支えられて継続・発展してきました。当日発表される合唱や劇、高齢者に渡すプレゼント(手作りのうちわ)の制作を、生徒たちが主体となって考え、実行します。今回は「ふるさと」や「花」などの合唱曲を披露。その後、上演した「桃太郎」では、劇中に生演奏をするなどの趣向を凝らしました。生徒会役員の皆さんに苦労した点をお聞きしたところ、「劇の演出イメージが役者にうまく伝わらなかったり、一生懸命作った小道具が練習中に壊れてしまい、何度も直したことが大変でした」とのことでした。その苦労を乗り越え上演したことによって、大きな達成感を得ることができたようで、皆さん充実感に満ちた表情をしていました。

最近では核家族化が進んでいることもあって、



夏を感じる手作りのうちわが喜ばれました

普段、高齢者と関わる機会が少ない生徒にとっては、高齢者に思いやりを持って接することの大切さを実感する貴重な場となっています。「限られた時間の中でも心を込めて高齢者と接することによって、少しずつでも高齢者への理解が深まれば」と先生たちは考えています。このように、活動を温かく見守り、サポートして下さる先生。そして、毎年楽しみに待っていて下さる八事苑の利用者と、当日の運営を力強くサポートして下さる職員の皆さん。様々な支えを受けながら、生徒たちは豊かな感受性と自主性を育んでいます。

和みスポット

力強いもちつきの様子が見られる「茶房もちつき庵」



ガラス張りの入り口からおもちつきの様子が見られます

名城大学天白キャンパス東側の閑静な住宅街に今年3月オープンした「茶房もちつき庵」。オーナーの実家から運んできたという杵と石臼で毎日おもちつきが行われ、作りたてのおもちを味わうことができます。つきたてのおちは市販で売っているおもちにはない、もちも

ち感と甘さが特徴で、甘味として、食事として、色々なスタイルのおもちを提案しています。オーナーの小野さん(写真右)は、「三世代で来ていただける店にすることが目標です」と言います。老若男女問わず好まれる「おもち」。今度の週末は家族みなさんで出かけてみてはいかがでしょうか。



杵と石臼で一日3回ほどおもちつき。つきたてを食べたいときは開店早々を狙って

営業時間: 午前11時～午後9時
定休日: 火曜日
住所: 天白区大坪2丁目804 ラフォーレ八事1F
TEL・FAX: 834-2138



メイドイン★天白



見ているだけで心が弾むようなビタミンカラーのお店

体と心の健康を提案する The Nature Shop かるな

野並に「The Nature Shop かるな」という、菜食食材専門のお店があります。菜食食材は昨今の健康志向への高まりもあって、非常に人気があります。

「かるな」の専務取締役である余語さんが菜食主義者になっ

たのも、きっかけはご自身の病気からだったと言います。血液の大病にかかってしまい、薬を飲んでも回復しないことから薬をもつかむ思いで菜食のみの食事にし、体質改善を試みたそうです。すると半年後には、薬を途中で止めていたのにすっかり回復。やはり、健康の基本になるものは「食事」なんだということを考えさせられる話です。店名である「かるな」とは古代インド語で「思いやり、やさしさ」という意味。体が健康になることで心も豊かになれるという意味が込められているのでしょう。

営業時間: 午前10時～午後6時
定休日: 月曜日
住所: 天白区野並4-96
TEL: 899-3337



この指とまれ! ボラン・ティ・ア・情・報

■天白文化小劇場ボランティア募集

天白文化小劇場で開催する事業を企画段階から当日の開催まで創りあげてみませんか。

■活動内容: 天白文化小劇場が主催する映画会、コンサートなどの事業の企画、広報、実施にたずさわる業務。来年1月に開催予定の映画会が最初の事業になります。

■募集対象: 18歳以上(高校生不可)の方

・事前説明会

■日 時: 10月2日(火)午後6時30分～8時

■内 容: 業務の説明、施設見学など

■会 場: 天白文化小劇場

■問合せ先: 天白文化小劇場 TEL:806-8060

■避難所リーダー養成講座2007 基調講演(入場無料)

■日 時: 9月30日(日)午後2時30分～4時

■場 所: 名城大学 天白キャンパス 4号館3301教室

■内 容: 「生かされたこと～震災後の日々の体験～」

■講 師: 古市忠夫氏(映画「ありがとう」のモデル。運慶のプロコルファール)

■問合せ先: 天白区役所総務課庶務係 担当/水谷

TEL:807-3811 FAX:801-0826

※駐車場はございませんので、ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

■プレストーク操作講習会のお知らせ

天白区視覚障害者福祉会では、視覚障がい者の方向けに名古屋盲人情報文化センターの協力のもと、プレストークの操作講習会を行います。

■日 時: 12月9日(日)午前10時～12時(予定)

■場 所: 植田南コミュニティセンター(予定)

■集合場所: 地下鉄「植田駅」改札口前(午前9時40分・時間厳守)

■内 容: デイジー図書を聞くための「プレストーク」(読取機)の操作講習

※指導補助ボランティアが1名付き添い指導します。

■対象・定員: 身体障害者手帳1・2級の視覚障がい者の方 10名

■申込締切: 11月30日(金)

■申 込 先: 天白区視覚障害者福祉会 浅井勇夫 TEL:833-7413

■福祉区民のつどい ボランティア募集

・前日準備のボランティア

■日 時: 10月27日(土)午後3時～

■内 容: 会場準備など

・当日のボランティア

■日 時: 10月28日(日)午前9時～午後4時30分頃(午前又は午後のみ活動可)

■内 容: 会場設営、駐車場整理、受付、募金活動の手伝い(着ぐるみなど)、福祉体験やゲームコーナーの手伝い、障がい者の参加補助など

■募集対象: 中学生以上・性別不問

■会 場: 天白公園及び天白生涯学習センター

■問合せ先: 天白区社会福祉協議会 担当/兼松

TEL:809-5550

■「サンタクロース」ボランティア大募集!

天白区社会福祉協議会では、天白区内の保育園、学童保育所、子育てサロンや高齢者、障害者福祉施設などのクリスマス会にサンタクロースを派遣する事業を行っています。派遣先では笑顔があふれます!この派遣事業のサンタクロースになってくれるボランティアさんを募集します。

■募集対象: 50歳以上の方、性別不問

■活動時期: 11月下旬～12月下旬

■活動内容: プレゼントを渡したり、施設利用者の皆さんとおしゃべりをしたりします。(手品などのパフォーマンスは原則行いません。)

■申 込 先: 天白区社会福祉協議会 担当/名畑

TEL:809-5550



あなたらしさを応援 有資格者募集

社協ホームヘルパー 「なごやかスタッフ」 になりませんか。

空いている曜日、時間に無理なく働けます。まずはお気軽にお電話下さい

社会福祉法人名古屋市社会福祉協議会
在宅福祉部 ☎052-731-9758
天白区介護保険事業所 ☎052-800-2255



介護のヒント お悩み相談

Q. 認知症高齢者を介護していますが、
悩みを打ち明ける場はありますか？

A. 秋からはじまる家族支援事業に
参加されてはどうでしょうか。

(1) 家族教室

認知症についての知識を習得するとともに、介護者の仲間と交流することによって、介護負担感を軽減できるよう支援を行います。

対象者: 太白区在住の認知症高齢者(65歳以上)を介護されているご家族で全6回参加できる方

開催日: 平成19年9月21日(金)、10月19日(金)、11月16日(金)、12月14日(金)、平成20年1月18日(金)、2月15日(金)

時間: 午後1時30分～3時30分

会場:

■ 植田・原・久方・平針中学校区の方
太白区東部地域包括支援センター内

■ 御幸山・南太白・太白中学校区の方
太白区西部地域包括支援センター内

定員: 各センター20名程度

参加費: 無料

(2) 家族サロン

介護の悩み等を気軽に打ち明けることで介護のストレスや疲労感の軽減を図るとともに、仲間づくりと継続支援を行います。

対象者: 太白区在住で、在宅にて認知症の方を介護されているご家族及び介護経験のある方

開催日: 平成19年9月28日(金)、10月26日(金)、11月30日(金)、12月21日(金)、平成20年1月25日(金)、2月29日(金)

時間: 午後1時30分～3時30分

会場: 太白区役所3階第3・4会議室

定員: 各回30名程度

参加費: 無料



**(3) 医師(もの忘れ相談医)による
専門相談**

介護者の不安解消を図るとともに、早期発見・早期治療を目的として、もの忘れ相談医による専門相談を行います。

対象者: 認知症高齢者、その家族等で、医師の専門相談をご希望される方

開催日: 平成19年9月19日(水)、10月10日(水)(東部のみ)、10月17日(水)(西部のみ)、11月14日(水)、12月12日(水)、平成20年1月16日(水)、2月13日(水)

時間: 午後1時30分～3時

会場: 各地域包括支援センター

定員: 各日2～3名 予約制(前日までにお申し込みください)

参加費: 無料

■あなたも認知症サポーターに!

認知症サポーターとは、認知症という病気を理解して、あなたの日常生活の中で、街で困っている認知症の方や介護に疲れている家族に、手助けやねぎらいの言葉をかけていただく方です。各種団体(町内会、趣味のサークル、PTAなどの定例会や会社の職員研修)に、認知症を知っていただく出前講座も行います。

問合せ・申込先:

■ 植田・原・久方・平針中学校区の方
太白区東部地域包括支援センター
太白区原一丁目301原ターミナルビル3階
TEL:809-5555 FAX:809-5551

■ 御幸山・南太白・太白中学校区の方
太白区西部地域包括支援センター
太白区大坪2丁目801(八事苑内)
TEL:839-3663 FAX:839-3665

答え【相生山根学童保育所】



答えは「相生山根学童保育所」でした。敷地の一角にある窯は、父母らの手作り。子どもたちが絵付けした湯飲みなどを焼

いています。



(P.1の写真提供: 相生山根学童保育所)



「顔合わせ会」でのフルーツバスケットの様子

メンバーの親睦を深める「顔合わせ会」開催!

昨年度の準備会を踏まえ、活動を再開した「ふれ愛ネット太白」。その第1弾として、メンバーの親睦を深めるための「顔合わせ会」を6月30日に開催しました。他己紹介ゲームでお互いのことを知りきっかけを作ると、その後のフルーツバスケットでは、フルーツの名前が呼ばれるたびにワイワイと大盛り上がり。最後は茶話会でさらに交流を深めました。当日は、障がい当事者の方13名を含む27名の参加がありました。

今後も「誰もが安心して暮すことのできる太白区」を目指して活動を展開していく予定ですので、この活動に参加してみたいという団体・個人の方は、お気軽にご連絡ください。

今年度も「太白区福祉区民のつどい」を開催します!!

日時: 10月28日(日)

午前10時～午後3時(小雨決行)

場所: 太白公園及び太白生涯学習センター

内容: 福祉体験・ゲームコーナー、福祉広場ステージでの演奏、授産製品の販売、フリーマーケットなど

ふれ愛ネット太白…障がい者関係団体や福祉施設及びボランティア団体等が中心になって「誰もが安心して暮らすことのできる太白区」を目指して活動しているネットワークです。

問合せ先

「ふれ愛ネット太白」事務局(太白区社会福祉協議会内) TEL:809-5550



**体操で体を動かし、
喫茶で楽しくおしゃべり**

【ふれあいサロン ひまわりの会】

「イチ、ニー。イチ、ニー」…軽やかなかけ声に合わせ、のびのびと体操を楽しむ参加者たち。喫茶室では、パンやコーヒーを片手に笑顔が広がります。

御前場住宅集会所を拠点にする「ふれあいサロン ひまわりの会」。地域の皆さんの団らんや交流、健康づくりの場にしたいと、代表の泉明子さんを中心に、1年ほど前に開設されました。

「この地区は元々、自治会活動が盛んな地域でした」と、元自治会長



手ぬぐい体操で普段使わない筋肉を伸ばします

の新谷義人さん。喫茶設備のある集会所の完成と、ボランティアへの機運の高まりが重なり、長年の夢だったサロンの開設へとつながりました。

「みんなで集まり、体操で体を動かし、おしゃべりで口も動かせる」。評判が評判を呼び、参加者は日々増えています。「肩が重かったけど、体操をしたら軽くなりました」「皆さんとお話ができて、楽しいです」と、笑顔がいっぱいのサロンです。

【サロンのご案内】

●健康体操教室・喫茶コーナー 毎月第1日曜日
午前9時30分～11時30分
参加費200円(パン・コーヒー・サラダ付き)、コーヒーのみは100円

●健康体操教室
毎月第3または第4水曜日 午前10時～11時30分
参加費:50円
会場:御前場住宅集会所第3集会所

一緒に赤い羽根共同募金活動をしませんか?

**自動販売機型
募金箱**

**『ハートフルベンダー』
設置協力店を募集**

おつりなどを赤い羽根共同募金に募金できる機能が付いた自販機「ハートフルベンダー」を設置協力していただける店舗・企業などを募集します。お店の自販機と一緒に設置、社内自販機として設置など。設置に費用はかかりません(電気代のご負担をお願いします)。募金された金額は、区内の社会福祉活動に使われます。



**赤い羽根共同募金の
協力店募集**

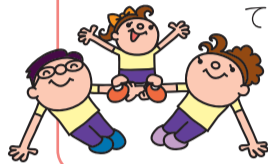
10月1日から12月31日までの共同募金期間中、店内・事業所内に「ポスターの掲示」や「募金箱の設置」等にご協力いただける「赤い羽根協力店」の募集をしています。主旨をご理解のうえ、ご協力いただける企業・商店の皆様は下記までご連絡ください。

【お問合せ先】 太白区共同募金委員会
TEL:803-5550 FAX:803-5551

ばわわ
子育て日記

No. 14 子どもといっしょに身体を動かしましょう!

小さな頃からたくさん身体を動かして遊ぶことは、身体感覚を鍛えるだけでなく、人とのコミュニケーションの方法を学ぶ上でも、その後の人生の役に立つはず。子どものときこそ思いっきり運動をさせましょう。ところで、毎日子どもと遊んでいますか? 親の都合で遊べないと言わないで下さいね。「習い事やサークルに参加しているから大丈夫」と思っているお母さん。それは親の希望で参加させているのではありませんか? 子どもにも子どもの都合があるのです。どこへ



でも子どもと行動していた私ですが、「全然遊んでくれないからつまらない」と娘に言われました。私が遊ばせていると思ってやっていたことも、娘の都合とは完全にズレていたみたいです。子どもからやりたいと言い出したからといって、子どもを放っておかないでください。親も一緒に時間を共有することが大切です。時間がないというお母さんは、夜寝る前に、布団の上でしゃれ合うだけでも立派なコミュニケーション運動になりますよ。身体がふれあうことで、心も安心できますよね。まずは今日からはじめてみてはいかがですか? (みとりん)

No. 6 体が覚えている記憶

ラジオ体操をグループホームの日課に取り入れてみたところ、入居者さんたちは自然に体を動かし始めました。自分のお部屋を覚えられなかった方が、完璧に体操を行われているのには驚きました。一度自転車の乗り方を覚えたら、何年も乗ってなくても自然にペダルをこげるように、体が覚えたことを「手続き記憶」といいます。これは認知症の方でも失いにくい記憶の一つです。しかし、認知症の方はこの記憶を呼び出すことに障がいがあるため、その動作を思い出せないことがあります。そんな時、介護者が認知症の方

の記憶に触れるきっかけを作ることができれば、その動作を思い出させることができます。今回の場合は、ラジオ体操の音楽と皆さんとの楽しい雰囲気、ラジオ体操の「手続き記憶」に触れるきっかけになったのでしょ。う。「まあ、運動はええわ」と、体操を断られた方のお部屋をこっそりのぞいてみると、ベッドの上で音楽に合わせて体操をしているではありませんか! 今度は、皆さんといっしょに体操ができるようにお誘いしてみようと思います。(モカ)



たくさんのご応募ありがとうございました!

今回、その中から選りすぐりの7点を選ばせていただきました。

手先足先 大きく振って 幸招き 宮田ゆり子さん

千の風 なって行きたや マリーグ 加藤君代さん

つなご手に 絆深めて 運動す 磯部登代子さん

天白の 井戸端

体操も 手藝も家事も 脳トシに 中沢益子さん

年とってき 曾孫にまけお はりまっつ 平針SMさん

なわとびが 十回できて 爆笑 シゲノマサコさん

アリエいになったよ 運動し 合コンだ! 杉島茂子さん

今回のお題 「運動」

次回のお題 「つながり」

皆さんからの投稿をお待ちしています。 締切: 11月1日(木) 〒468-0015 天白区原1-301 原ターミナルビル3階 天白区社会福祉協議会「ばわわ」川柳係 Fax: 809-5551

天白区共同募金 委員会からのお知らせ 赤い羽根共同募金のお願い

今年も10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まります。皆様のご理解とご支援、ご協力をお願いいたします。

10月1日~

連絡先

天白区共同募金委員会 〒468-0015 天白区原一丁目301 原ターミナルビル3階 天白区社会福祉協議会内 TEL: 809-5550 FAX: 809-5551

※ 赤い羽根共同募金の使いみちなどの情報につきましては、ホームページ (<http://akaihane.or.jp>) をご覧ください。



赤い羽根協賛児童生徒作品展のご案内

天白区の小・中学生のみなさまから応募していただいた多くの作品の中から、入賞した作品を展示します。どの作品も力作です。ぜひ、お越しください。

- 期間: 10月1日(月)~26日(金) 午前9時~午後5時 ※土・日・祝日は除く。最終日は午後4時まで。
- 会場: 天白区役所 1F市民課ロビー(天白区島田2-201)

善意の輪

次の方々より天白区社会福祉協議会にご寄付をいただきました。厚くお礼申しあげます。天白区の地域福祉推進に有効に活用させていただきます。(平成19年5月1日から平成19年7月31日 受付分 受付順)

- 天白エコアンサンブル 様
- 遠藤 専一 様

子どもの頃から運動は大の苦手。しかし、来年還暦を迎える身にとって「いつまでも健康でありたい」という願いは切実です。そこで一念発起。ラジオ体操から始めてみようと思います。勿論、継続することも大切ですが…。(M)

