

西宮市社会福祉協議会
山口支部北六甲台分区
分区長 生田 收



もの広場」がオープン
一斉にオープンする。
ニュース、おでん、いか
、ポップコーン、チキ
、北六甲台の各団体が
それぞれに工夫を凝
らして出店している。
二四回目を迎える盆
踊りである。テントの
どの位置にどのグ
ループが何を販売す
るかも定着している。
盆踊りという年に一
度の地域の最大イベ
ントに合わせて多く
の団体や組織が一斉
に動き出す。子供たち
の手書きポスターが

雲に覆われた午前中の空模様は嘘のようにに晴れ渡っている。北六甲台小学校のグラウンド中央に設置された櫓を中心に四方に盆提灯が吊るされ、周囲をテントが囲んでいる。会場はすっかり準備が整い開会を待つばかりだ。各屋台では開店準備に忙しい。

五時半には「子どもの広場」がオープンし、六時には夜店が一斉にオープンする。焼き鳥、生ビール、ジュース、おでん、いか焼き、とうもろこし、ポップコーン、チキンナゲット、フランク、ポテト、ハンバーガー、ソーダ、ゲームコーナー、北六甲台の各団体がそれぞれに工夫を凝

六時半、司会者が開会を告げる。主催者代表の自治会長の開会あいさつと来賓紹介の後、いよいよ盆踊りである。櫓の上ではいつもの住民有志たちが巧みなバチ捌きで音頭を取る。「炭坑節」をはじめ「アラレちゃん音頭」や「河内男節」など定番六曲が用意されている。この日に備えて多くのメンバーが、お師匠さんについて練習を重ねてきた。揃いの浴衣を着た皆さんを中心に曲目が進むにつれて踊りの輪が広がる。幸幼稚園の園児たちの愛らしい踊りが花を添える。会場入り口近くに設けられた敬老席では、お年寄たちのなごやかな懇談風景もみられる。

八時半にはこれも恒例となった抽選会が始まる。五等から特等までの抽選が手際よく行なわれ、発表される。八時四十分には無事閉会あいさつとなる。プログラムで予定された時間通りの見事な進行だった。

盆踊りは、巢立っていく子供たちにとっては故郷の良い思い出となり、お年

恒例の盆踊りが生み出す
地域交流とふるさと意識への
貴重な貢献を想った。

(日高)



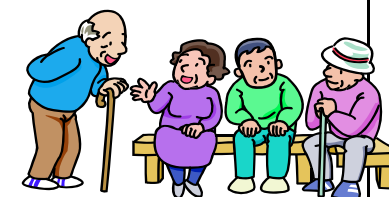
山田万里子



今回はボランティア体験談ということで、永年ボランティアに携わっておられる、橋本清さんと蘆田敏郎さんにお話をいただきました。

今日初めてこの研修会に参加された方もおられました。そんな人たちがボランティア活動をしてみようかなと、一歩踏み出す気持ちになって頂け

会場 北六甲台小学校・体育館





車椅子体験の日は、梅雨の合い間の晴天で、正門、下足室、体育館前、プール横、正門出入りのコースを、二ヶ所からスタートし、効率よく廻りました。十数名のボランティアが、所要所で声をかけ、事故のないよう見守りました。子供たちは三人一組で乗る人、押す人、危険のないよう付き添う人の三パターンを一周ずつ計三周しました。炎天下を仲間と一生懸命協力しあっている様子に感心しました。

アイマスク体験は、二階教室から廊下、下り階段、下足室、上り階段、教室というコースを、マスクをした人、介助する人の二人のペアで廻りました。慣れた校舎内ですが、慎重に一步一步を進めていました。目の不自由な人の気持ちが理解できたようです。

後日、実際に車椅子を使用されている方と盲導犬との学習も予定されているとお聞きしました。こうした体験を通して困っている人を、自然に手助けできる優しさと頼もしさが身につけられれば素敵だなと思います。

北六甲台小学校福祉体験学習 子供たちの車椅子、アイマスク体験

小野寺 和子



六月二五日に北六甲台小学校で車椅子体験の、六月三〇日にアイマスク体験のお手伝いをしました。四年生の福祉体験学習の一端とのことでした。四クラス一〇名位と、人数も多く年齢も低い体験者たちが、どの程度理解し学習できるか心配でした。しかしさすがに元氣な四年生たち！こわごわながらも不由な役とサポート役を交互に一生懸命挑戦していました。

福祉講座 夏の健康管理

瀬戸 泰博



快活でテンポの良い話しぶりに時間の経つのも忘れて聞き入りました。

また全体の時間配分は、最初の一分間が講義で、その後椅子に座ったままの軽いストレッチ系の筋肉体操が十五分、質疑応答が十五分という配分でした。

途中で冷たいお茶のサービスもあり、賑やかにも楽しく予定の三時までの時間を過ぎしました。

近畿地方の梅雨明けはまだとの予報通り、朝から小雨が降ったりやんだりの蒸し暑くうっとうしい天気でした。浅井さんの司会のもと横瀬副分区長の挨拶で福祉講座「夏の健康管理」が始まりました。講師は西宮市山口健康センター所属の柳田保健師でした。

私なりに印象に残った点は以下の通りです。

(一) 夏場は体調を崩しやすい、秋にかけての体のケアやメンテナンスが大切な時期です。そのためにはバランスの良い食事を心掛け、夜の快適な睡眠と昼間の適度な運動が健康管理に大切です。

(二) 夏場に多い熱中症対策では午後二時から四時頃の戸外活動が要注意です。体温の上昇により汗とともにビタミン、ミネラル、ナトリウムなどが流出するため、筋肉痛やコムラ返りがおきやすくなります。また水分不足による血管障害は脳梗塞の要因にもなります。麦茶、ほうじ茶などによる水分補給に留意しましょう。

(三) 夏場の食事は一汁三菜を心掛け、蛋白質、脂肪、ビタミン、ミネラル等をバランスよく摂取するように努めましょう。暑くて食欲がないからと冷たいソーメンばかりではダメ。うなぎや、レバー、納豆、オクラ、山芋なども添えてみましょう。

(四) 夜も短時間でもグッスリと深い眠りで疲労回復をはかることが大切です。熱帯夜などで寝苦しい時には、エアコンや扇風機を上手に利用しましょう。

講義の後のストレッチ運動は、疲労回復や加齢に伴い弱った足腰の活性化に役立つものと実感しました。椅子に座ったままできるので、暇を見つけてやってみようと思いました。

今回参加された皆様も講座内容を参考に、健康やかに過ごされますようお願いします。

社協会員会費

ご協力ありがとうございました

個人	494口	247,000 円
企業	18口	90,000 円
合計		337,000 円