

# 令和5年度 やさしい在宅介護講習会



**日時** 令和5年11月1日(水)、2日(木) 各10時~15時

**会場** 岩見沢広域総合福祉センター

**目的** 認知症等、身体的介護が必要となった家族・大切な人を、自宅で介護をするために必要な基礎知識・技術を学び、家庭や地域で孤立することなく生活ができるようにする。

**受講者** 14名

## 内容

- 1日目は介護保険のしくみや保険料の算定、利用手順、どのようなサービスを受けられるか等について説明、介護に係る福祉用具の体験およびベッドからの移乗などの実践。
- 2日目はおむつの正しい使い方、食べる楽しみを支える口腔ケアの説明および介護者の体験談と意見交換。



講話「食べる楽しみを支える口腔ケア」



実践「介護に係る福祉用具の体験」



講話「おむつの正しい使い方」



「介護者の体験談」

## 受講者の感想

- わかりやすい説明で不明な点がハッキリしてよかった。
- 車いすの機種の多さや使い勝手の良さにびっくりしました。
- 正解はあるわけではなく利用者さんに合わせて実践することや残存能力を生かすことが大切。
- 普段見ることもないおむつの当て方を学び自己流でやっていたことがよくないと気づかされた。
- 歯の大切さや食べる楽しさを支える口腔ケアを再確認しました。
- 介護のネットワークをうまく利用すれば在宅介護でも最後まで対応できそう。
- 介護する側が穏やかであれば介護される方も穏やかに過ごせる。
- 講師の方もユーモアを交えて楽しく内容の濃い2日間で、受講者及び高田さん等スタッフの皆様ありがとう。

# おもいあし

〒068-0031 岩見沢市11条西3丁目 岩見沢広域総合福祉センター  
 岩見沢市ボランティアセンター TEL・FAX 25-5516  
 岩見沢市社会福祉協議会 TEL 22-2960



2023年も残すところ、あと1か月となりました。コロナ禍が明け、少しずつではありますが、日常が戻ってきました。ボランティア活動もかなり活発に展開されるようになり、成果をあげています。大変喜ばしいことと思います。と云いつつも、まだまだコロナ感染症の罹患者は増えて来ていますし、インフルエンザの流行や他の感染症も増加傾向にあり、油断はできません。体調に留意しながら、より充実したボランティア活動が出来ることを願っています。

## 児童・生徒のボランティア体験研修会

【日時】 令和5年8月9日(水) 10:00~12:00

【場所】 広域総合福祉センター

【目的】 児童・生徒を対象として、障がい当事者やボランティア活動者をはじめ様々で活動している地域活動者との協働の機会を創出し、ボランティア意識の高揚に努める。

【主催】 社会福祉法人岩見沢市社会福祉協議会 岩見沢市ボランティアセンター

【テーマ】 防災体験「ダンボールベッド・簡易トイレの設置体験 足を守る風呂敷シューズの製作体験」

【内容】 避難所でのダンボールベッドや簡易トイレの設置方法や使い方等を体験し、地震や水害などの災害が発生したときに備えよう。

## 参加者の感想

- 普段体験できないようなことができ、とても良かった。特に段ボールベッドや靴をつくることが出来て、有意義な時間を過ごせた。
- 災害に対処する対処法やハザードマップの大切さを学ぶことができて良かった。
- 災害について勉強する時は、災害食についてが多いが、今回はハザードマップや情報の入手の仕方を知ることができて良かった。
- 段ボールベッドの制作や簡易トイレの設置を体験できて良かった。
- 風呂敷シューズは少し作るのが難しかったが、体験できて良かった。普段は風呂敷は使わないけれど、風呂敷が1枚あれば便利だと思った。
- 今日体験したことや学んだこと全部が災害の時に役立つと思ったから、これからも忘れずに生活していきたいと思った。





# 令和5年度 精神保健 ボランティア講座

日程 令和5年10月12日・19日・26日 3日間  
 場所 岩見沢広域総合福祉センター 他  
 後援 南空知精神保健福祉協会  
 協力 精神保健ボランティアサークル友（YOU）

目的 精神障がいへの理解を深め、精神障がい者が豊かな地域生活を送ることができるようにその橋渡し役としての精神保健ボランティアを養成することを目的としています。

【講話】 「精神障害とは・精神保健の歴史について」 精神保健福祉士 三品齊氏

【講話】 「障がい当事者を支える家族とその思い」 NPO 法人ミナミナの会 中村末太郎氏

○障がい者と言われただけで偏見で見えてしまう。もっといろんな人が理解してもらえる様になるといいですね。私自身が理解しきれない事を思い知りました。  
 ○統合失調症の家族の方の声が聞いて大変さを知りました。生活の大変さも家族の協力があつて、少しずつ良くなってほしいと思いました。

【講話】 「精神科のリハビリを体験してみよう」 作業療法士 宮本実氏

【施設訪問】 「障がい当事者を支える地域の社会資源を知る」

- ☆ 岩見沢障がい者就労支援センターミナミナ と・わーく 川瀬宏義氏
- ☆ パティスリー SORAKA（そらか） 及び グループホーム

○作業活動や認知トレーニング等のリハビリは上手に作業できるようになることが目的ではなく、個々に応じた目的を達成するための手段として行っているという事を知りました。  
 ○ミナミナさんに通っている皆さんのお話では、どこかに所属している安心感、仲間がいて社会とつながりを持つことは人として幸せに暮らすために大事なことだと思います。

【講話】 「障がい当事者の声～地域における日常生活を通して～」

南空知地域生活支援センターりら 元井昭紀氏

【講話】 「ボランティアの心構えについて」 岩見沢ボランティアセンターコーディネーター

【団体紹介】 「精神保健ボランティアサークル友（YOU）の活動について」

○ピアサポーターの存在を初めて知りましたが、当事者の方の生の声が聞いて良かったです。障がいや病気ことをもっとオープンでいる社会になるとみんなが行きやすいと思います。  
 ○精神保健の理解を深めるため、様々な活動をしているサークル友（YOU）のやさしさと行動力。26年間も続けている事は本当に素晴らしいと思います。

第41回 いわみざわ百餅祭りが9月16～17日中心市街地にて開催され、ボランティアセンターの方達による車椅子等でのサポート。また、大臼でついた餅をお汁粉にして、2日間で約1200食が無料で振る舞われ、各日とも9名のボランティアが汗を流しました。



令和5年度

# 傾聴ボランティア講座



傾聴についての知識や技術、心構えを学び、地域や施設において活動する傾聴ボランティアを養成することを目的に開催いたしました。その結果、16名の方に受講いただきました。

日程 令和5年9月6日・20日・10月4日  
 場所 岩見沢広域総合福祉センター  
 協力 傾聴ボランティアサークル「ニコニコ」  
 講師 合同会社 うえるかむ 池田 ひろみ氏

第1回「傾聴の基本」～傾聴の心構え～

- ・傾聴とは耳を傾けてしっかりと相手の話を聞く事。
- ・話す人の「気持ち」に寄り添って聴く。
- ・あなたになら「話せる」「聴いてもらえる」と思える安心感を与えられるように丁寧に聴く覚悟

第2回「傾聴するためのコツ」～傾聴の技法～

- ・しっかりと話を聴くためのコツとして、話を続けやすくする「あいづち」、「うなづき」。審判しない、中立の「あいづち」「うなづき」を心がけよう。
- ・コトバは相手の人の心に届けるために丁寧に発する。

第3回「相手の心に寄り添う傾聴」～日常会話での傾聴の活用～

- ・相手のコトバを評価しないで中立の感情で聴く。
- ・効果的な質問の仕方として「開かれた」質問（相手がどのようにでも答えられる訊き方）「閉じられた」質問（うなづき、指差しでも答えられる訊き方）がある。相手がコトバに詰まった時には「閉じられた」質問を相手に感情を表現して欲しい時には、「開かれた」質問を試みる。
- ・傾聴ボランティアの留意点について。



【受講者の感想】

・自分が中立の立場に立って話しを聞くことの大切さ。それと普段自分がいかに無自覚に言葉を使っていることに気づきました。言葉と意思のつながりは大切ですね。  
 ・例題を入れながらの講話は自分の日頃感じなかった事など参考になりました。何か出来る事があると思って来ましたが、3回の講座勉強になりました。  
 ・軽い気持ちで参加させて頂きましたが、人と関わるには相手を大事に思い、相手の立場になり話し、中立、もしくはちゃんと聞いて居ますよと相手に伝わる様に話すことが大切だということに気づかされた。ありがとうございました。

## ～ ボランティアの窓 (vol.2) ～

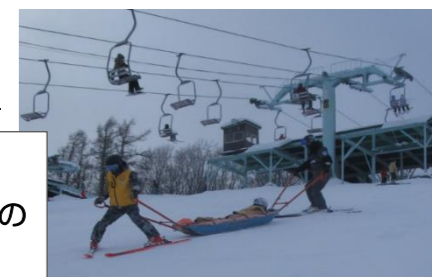
こんにちは、廣嶋です。今回は、岩見沢市スキーパトロール赤十字奉仕団と岩見沢更生保護女性会を紹介！  
 いよいよ寒くなり、初めての岩見沢の雪にドキドキしています。次回も、お楽しみに！



No.3 岩見沢市  
スキーパトロール赤十字奉仕団

シーズン前研修  
けがの処置

救助訓練  
アキヤボートの  
操作訓練



第41回 いわみざわ百餅祭りが9月16～17日中心市街地にて開催され、ボランティアセンターの方達による車椅子等でのサポート。また、大臼でついた餅をお汁粉にして、2日間で約1200食が無料で振る舞われ、各日とも9名のボランティアが汗を流しました。



赤い羽根街頭募金

No.4 岩見沢更生保護女性会

雑巾縫い

