

ボラ はあと



編集：能美市ボランティア連絡協議会

能美市ボランティア連絡協議会会員研修会

開催日：令和4年2月26日 会場：辰口福祉会館 交流ホール

PEP TALK!とは?

試合(本番)の開始前

監督・先生・上司など指導者

選手・生徒・部下など

前向きな背中の一押し

「ペップトークを学ぼう」

～大切な人に贈る前向きな背中の一押し～



講師：(一財)日本ペップトーク普及協会

認定講師兼中部ブロック代表 赤川 隼一氏

※ZOOMミーティングを使用したオンライン形式

2・3
ページ

- ・能美市ボランティア連絡協議会 会員研修会の報告
- ・研修会に参加しての感想
- ・「笑顔でつながろう！」パネル展示に参加して
- ・コロナ禍での活動や思いを伝えます
- ・能美市ボランティア連絡協議会活動を振り返って

4
ページ

- ・ニューフェイスリレー紹介
- ・令和4年度能美市ボランティア連絡協議会総会のお知らせ
- ・ボランティア掲示板
- ・きまっしボランティア (編集後記)

目次

あなたも活動をはじめてみませんか。いつでも **今** がはじまりです。

能美市ボランティア連絡協議会 会員研修会の報告

令和4年2月26日(土)
辰口福祉会館にて、
能美市ボランティア連絡協議会
会員研修会を
春まちほかほかプロジェクトに
併せて開催し、
46名が参加しました。



能美市ボランティア連絡協議会会長 中田 紀子

かつて失敗を誰かのせいにしたり、発言に自信が持てず落ち込みがちな青年に、知人のおばあちゃんが声を掛けてくれました。「貴方と話していると癒されて、元気になれる!」と…。悩んでいた青年は、その言葉で前向きになり、海外を旅し、様々な資格を取得、そして「ペップトーク」に辿り着きました。

この青年が研修会の講師 赤川隼一(あかがわじゅんいち)さんです。赤川さんは、現在、愛知県豊田市の職員であり、ペップトークの魅力を伝える幸夢員(こうむいん)としても活動していらっしゃいます。

さて、馴染みのないペップトークとは、もともとアメリカで試合開始前に指導者の激励のショートスピーチをする事をしています。ペップトークを話すために4つのステップの具体例を示してご紹介して下さいました。発表会を前にした子どもに、①受容、事実を受け入れる。「緊張するよね。」 ②承認とらえ方変換「あなたが本気の証拠だよ。」 ③行動してほしい変換「自分らしくね。」 ④激励背中へのひと押し「自分を信じていってらっしゃい。」という言葉掛けをします。私達も職場や家族、ボランティア活動の場面で「大丈夫!」「頑張れ!」などを気軽に使うことがしばしばあります。その際、本当に相手の置かれている状況や感情を受けとめているか? ポジティブな言葉を発しているのかを振り返る事ができました。また、「ネガティブな言葉はネガティブな結果に!」ということも多いに反省に至りました。そこでみなさんに質問です。「～するな。」「～しないで。」をポジティブ言葉に変換して下さい。「廊下は走るな。」「遅刻しないで。」「忘れ物しないでネ。」 さあ、してほしい事をしてほしい事に換えて伝えることはできましたか? ペップトークは相手もあなたも前向きになり、人と人とがつながるコミュニケーション術です。

最後に、研修会には会員のみならず、市民、市職員の方々が多数ご参加頂いたことを大変嬉しく思いました。ありがとうございました。



ペップトークの「PEP(ペップ)」は英語で、元気・活気・活力という意味です。

講師: 赤川 隼一氏

研修会に参加しての感想

能美要約筆記サークル みみずく
村西 優美

寺井民児フレンドサークル (T・M・F・C)
八朔 順一

講演会が始まる前に配付された資料を一読し読みました。そこに「ペップトークを学ぼう!」。初めて聞く表現で何のためにするものなのか、何の意味があるのかイメージがわかりませんでした。

講演が進むにつれて少しずつ理解でき、ポジティブな言葉とネガティブな言葉を今まで自分が他人とのコミュニケーション時に上手く使ってきたのか非常に疑問に思いました。

思い起こせば今までボランティアの仲間、職場の仲間、家族等々ではネガティブな言葉が半分以上占めていると思い反省しております。

この講演会を機会にこれからのボランティア活動及び地域の見守り活動に前向きな表現を大いに使いコミュニケーションを高めたいと思います。

最後にこの講演会の開催に尽力して頂きましたスタッフの皆様には、大変ご苦勞様でした。誠にありがとうございました。

講演を聴いて、改めて『言葉の力』の偉大さに感銘を受けました。要約筆記ボランティアの活動の中でも『言葉の力』は大切です。いつも言葉を取捨選択しながら、主に聴こえに不安がある人に「伝える」という活動をしています。日本語にはたくさんの言い回しがあり、その状況において受け方は無数の解釈となるため、言葉の選択は非常に重要です。相手を大切にできる思いやりのある言葉を選んで発信することは、自分の状態も満たされていなくてはポジティブな言葉はなかなか選択できません。情報のあふれる中でこそ、日ごろから肯定的な言葉を使う習慣が大事だと気づかされます。まずは家族や自分の大切な人をポジ語で笑顔にし、家庭のペップトークになり、ペップアップしていくことが第一歩だと思いました。そしてペップトークが地域や社会に広まっていくことで良い環境につながっていくことが願いです。

このような機会を与えてくださったことに最幸の言葉で感謝したいと思います。ありがとうございました。

「笑顔でつながろう!」パネル展示に参加して

能美市赤十字奉仕団 チーム20 西出 紀代美

今年のパネル展示は『笑顔でつながろう!』をテーマにボランティアグループ25団体、福祉協力校9校の計34件の活動が紹介されました。あわせて「能美たすかったわ〜大賞」の受賞作文の展示、「きらり★福祉の魅力」フォトコンテスト応募作品12件が展示され、会場がいっぱいとなりました。2月19日～25日までは能美ふるさとミュージアム、26日～27日は辰口福祉会館ホワイエと少しでも多くの皆様に活動を知ってもらえるようにと会場を移動し開催されました。

コロナ禍の続く中、各グループとも前向きに工夫しながら活動されている様子を感じられました。市外から来館された方は「ステキな能美市を見せていただきありがたい気持ちになりました。」また、市内の方は「色々なボランティア活動を見て心温かい人が沢山いることがわかって嬉しい。能美市に住んで良かった。」など多くの感想を頂きました。この展示をもっと多くの皆様に見ていただきたいと強く思いました。



各ボランティアグループ等の思いが詰まった素敵なパネルが展示されました

活動や思いを伝える

1分野役員 福田 攝子

高齢者・障がい者支援等

「こんにちは、お元気ですか?」と語りかけから始まる『音訳ボランティア』です。

視覚障がい者の目の代わりになって、広報のみ、議会だより(のみだより)、社会福祉協議会広報誌ほほえみを「音声」にして届けています。録音時にはマイク等の消毒、換気に留意しています。コロナ禍で人との交流が困難な状況下において、地域の情報を伝える事が大切であると思い、活動を続けています。

2分野役員 坂野 精進

芸能・生涯学習関連等・文化

コロナでこんな世の中が来るとは思っていませんでした。各ボランティアグループの皆さんも活動したくても、容赦なく中止や延期になるこの頃です。能美市ボランティア連絡協議会役員会でも苦労しながら、研修会等の企画を行っています。能美市内には91団体のボランティアグループがあります。私は皆さんの活動内容や活動に関する思いを知りたいです。コロナ禍が終息し、春が来ることを信じて待っています。

3分野役員 東出 岳也

環境・子育て支援・交流・更生保護・健康・防犯・その他

SDGsの考え方が、どのような形で環境保護に影響が出るのか興味の湧いた一年でした。残念ながら、正確に理解されているとも言えず、自分自身も理解に苦労しています。コロナ禍とSDGsの2つをきっかけに環境保護活動も変わっていくのかも知れませんが、その変化に順応出来る様に活動を頑張っていきたいと思っています。

能美市ボランティア連絡協議会活動を振り返って

- | | | |
|------|------------------------|---|
| 令和3年 | 4月17日(土) | 令和3年度 総会 |
| | 9月18日(土) | 分野別研修会 (3分野 環境・子育て支援・交流・更生保護・健康・防犯・その他) |
| | 9月26日(日) | 分野別研修会 (2分野 芸能・生涯学習関連等・文化) |
| | | // (1分野 高齢者・障がい者支援等) |
| 令和4年 | 2月19日(土)～27日(日) . . . | 春まちぼかぼかプロジェクト ボランティアグループの活動のパネル展示 |
| | 2月26日(土) | 会員研修会 |
| | 3月1日(火)～3月31日(木) . . . | 市役所 市民ホール ボランティアグループの活動のパネル展示 |





ニューフェイスリレー紹介



◆こども食堂 I・RO・DO・RI ひろば

代表 東出 智美



『こども食堂 I・RO・DO・RI ひろば』では、不登校・相談室登校の中学生を対象に、週一回、学校以外の場所で子どもたちが安心して自由に過ごせる居場所作りを行っています。学校では子どもたち一人ひとりに向き合うことが難しい中、この場所では子どもたちの話し相手や、やりたいこと・興味のあることを聞き、それを基に子どもたちが社会へ一歩踏み出すことができるよう、私たち大人がコーディネートしていけたらと考えています。

また、学校・家族以外の人と関わりを持てるようなイベントも企画し、いろんな人と触れ合う場づくりも計画しています。

役割を持つことにより自身を認める、他人に認めてもらうことで、学力以外の生きる力を育て、身につけていけるよう手助けができたらと思っています。

活動していく上で難しいこともあるかと思いますが、私たちなりに子どもたちに寄り添っていけたらと思います。

令和4年度

能美市ボランティア連絡協議会 総会のお知らせ

4月23日(土)13時30分より、辰口福祉会館 多目的ホールにて令和4年度能美市ボランティア連絡協議会総会を開催します。是非、ご参加下さい。

詳細につきましては、ボランティアグループの代表宛に、ご案内します。

- ※今後の予定につきましては、変更もありますことをご了承ください。
- ※新型コロナウイルスの感染予防に配慮し、消毒や換気などの防止策を行い開催いたします。



令和3年度総会 中田紀子会長より「今年も活動を頑張りましょう」とあいさつがありました

ボランティア 掲示板

ボランティア活動保険の 加入・更新はしましたか？

**昨年加入された方も
令和4年度の新たな加入が必要です。**

ボランティア活動中の様々な事故によるケガや賠償責任を保障するボランティア活動保険の加入・更新の時期です。能美市ボランティア・コミュニティ活動支援センターでは、ボランティア活動保険の加入を受け付けています。令和4年4月1日からは、補償開始日初日から保険適用となる特定感染症重点プランが追加されます。保険について詳しく知りたい方は能美市ボランティア・コミュニティ活動支援センターまでお問合せ下さい。

きまっしボランティア

編集後記

コロナ禍で日々不自由を抱えている中で今年度のボランティア活動が終わろうとしています。活動ができているグループ、できていないグループ、様々ですが春まちぽかぽかプロジェクトの中で実施したパネル展示や「ペップトークを学ぼう!」にはたくさんの参加がありました。ありがたいなあと思うと共にボランティア活動を通じて、できた仲間や喜んで下さる皆さんとの出会いがどれだけ大切なものかをしみじみ思う1年でした。ウイズコロナでも負けずに工夫しながら頑張りましょう! 栗山 よしみ

