

これからも、楽しく暮らせるまちへ

—地域で助け合い、支え合っていく—

超高齢社会への不安… その一つとして、筋力・体力・気力の低下、孤立化など、高齢になるにつれて起きる問題点があります。それを払拭するには、やはり人と人とのつながり。誰かと出会い、楽しくお話を…それが元気、活力を生み出す源。

これからも楽しく暮らしていく、その手助けをするために、地域で行われているさまざまな活動…今回、その一部をご紹介します。



輝く まち・ひと

Vol. 30

たわらもと傾聴

皆さんのお話を無償でお聴きする「傾聴ボランティア」を行っている団体です。

地域で求められる活動を通して、会員一人ひとりが人に優しく耳を傾け、良い信頼関係を築いていきます。



傾聴とは？

相手の話したいことに丁寧に耳を傾け、深い思いやりと温かい心でお聴きします。

「笑顔」「アイコンタクト」「頷き」…傾聴に必要な3つの大事な要素を心がけ、お互いに良い信頼関係を築いていきます。

それが、その人にとって「1人じゃない」安堵感、安心感につながり、ストレスを和らげ、笑顔につながるのです。



▲寂しい思いをされている人、外に出ることが少なくなっている人…
そういった人たちに、笑顔になっていただきたい！

私たちにあなたのお話、お聞かせください

自宅や、それ以外の場所でお話を聞かせていただいています。まずは、下記の連絡先にご相談ください。

傾聴ボランティアスタッフを募集しています。

人間関係が広がり、自己研鑽、社会貢献にもつながる傾聴ボランティア。講習会を受講すれば誰でもなることができます。詳しくは下記の連絡先にご連絡ください。

〒たわらもと傾聴 (代表：森村)

☎ 32-8348 / ☎ 090-3355-2524

阪手わいわいクラブ

地域づくり町民フォーラム（平成30年7月開催）に参加された6人が「年齢を重ねても、話し相手がいる、買い物を楽しめる地元にしたい」思いを持って、無理のない見守り活動をできるところから始めています。

阪手北「ワイワイかまい隊」活動がスタート！

「住み慣れた阪手北で安心して暮らしていくために」を合言葉に、助け合い・支え合い活動を広げていきます。

●対象者

阪手北自治会にお住まいの、1人暮らし高齢者、または高齢者世帯でお困りの人

●活動内容

ごみ出し、ついでの買い物、お話相手など…。ささいなご用でも一度お声をかけてください。



12 ワイワイかまい隊・活動の様子。頼まれたお買い物を済ませ、楽しく談笑。利用者は「おしゃべりして、楽しい気持ちになります」と話しました。3 定期的に会議を行い、課題を共有しながら今後の活動を考えていきます

ワイワイかまい隊について…

- 阪手北自治会にお住まいで、ワイワイかまい隊による手伝いを希望する人
 - 阪手北自治会にお住まいで、この活動に関心がある、手伝ってみたい人
- まずは下記の連絡先にご相談ください。

〒阪手北ワイワイかまい隊 (担当：小笠原) ☎ 33-6043



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

開館時間

午前9時30分～午後5時（土曜日のみ午後6時30分まで）

わいわいタイム

毎週水曜日：午前9時30分～午後5時

毎週日曜日：午後1時～午後5時

問い合わせ ☎ 32-0262

イベント情報

子どもおはなし会

図書館の職員とボランティアによる楽しいお話がいっぱいです。

日時	対象
6月5日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
6月12日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
6月19日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上
7月3日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上

場所 おはなしのへや(申込不要)

図書館からお願い

返却期限を守りましょう

●ブックポストのご利用を

図書館が閉まっているときは、ブックポストに本を返却することができます。

ブックポストは図書館南側、観光ステーション「磯城の里」、田原本駅前広場、笠縫駅前、道の駅レスティ唐古・鍵にあります。

●貸出期間を延長できます

「もう少し読みたいな」と思ったときは、返却期限内に電話か図書館ホームページで延長の手続きをしてください。期限を2週間延長することができます。

ただし、期限切れの本や予約のある本、CD・DVDなどは延長できません。



今月の新刊

息子のボーイフレンド

秋吉理香子著／U-NEXT

高校2年生の息子・聖将がまさかのカミングアウト。交際相手の雄哉は一流大学2年生でイケメンと、非の打ち所がない好青年。母・莉緒は2人の交際を認めるが、夫にはなかなか切り出せなくて…。



天外者（てんがらもん）

大谷道子ノベライズ／講談社

時は幕末から明治初期。人並外れた賢さと、未来を見据えた大胆な行動力で時代を切り拓いた、五代友厚という男がいた。2020年12月に公開された映画の世界を本でもう一度楽しみましょう！



これでおしまい

篠田桃紅著／講談社

人間は死ぬまで一生迷路に入っているんです。迷いと、自ずから何とかなるだろうという楽観的な考え方がいつもやり合っている…。107歳、世界的美術家が遺した「人生のことば」。



bonponさんの何歳でもおしゃれを楽しめる手作り服

bonpon 著／ブティック社

インスタグラムにリンクコードを投稿する仙台在住の60代夫婦・bonとponがデザインした手作り服の作り方。ふたりのコーディネートも紹介されています。

きみにもできる！
よりよい世界のつくりかた
ケイリー・スウィフト文
／廣済堂あかつき

だれもが、どこにいても、自分に合ったやりかたでよりよい世界をつくる活動ができるんだ。SDGs(持続可能な開発目標)につながる活動を、子どもたちの目線でイラストとともに紹介します。

そもそも血糖値って
なんですか？

福田千晶著／主婦の友社

健康診断で「血糖値が高い」「糖尿病予備軍」と言われた人が、高血糖改善のためにできる生活習慣の見直しについて提案します。

はやくちレストラン
もぎあきこ作／金の星社

いらっしゃいませ。ここは早口レストラン。「おまたせいたしました。ピリピリピーマンピリからピツァにハラペコペーコンペコペコペンネです。」みんなも早口言葉にチャレンジしてみてね。

