

採れたて!!

わかごぼうのニュース

合併号

No.87&88

発行 2021年 7月
八尾市パーソナルサポートセンター
大阪府八尾市本町 1-4-1-201
TEL:072-999-7900

ワクチン、襲来!!!

高齢者の方達から新型コロナウイルスウィルスのワクチン接種スタートと、ニュースでよく見かけるようになり、自分達の年代にワクチンが回ってくるのは一体いつになるのだろう...と考えていた矢先、職場で上司に「来週、ワクチン注射受けてね」と言われ、ポカン状態に。医療関係で働いているので、職員は全員対象らしい。こんなに早く受ける事になり、少し申し訳ないなあ...と考えていたら上司が「まあ、副反応の覚悟はしておいてや」とほつり。怖い怖い。ドキドキしながら、副反応で動けなくなってしまう時の事を考えて、前日に何食分かの食事を作りためておいた。

ワクチン接種当日、いつ以来かもわからないぐらいに超絶ドキドキしながら、注射を受ける。取り敢えず接種直後に起こる大きい副反応は回避できたみたい。恐れていた腕の痛みやダルさも言うほどでもなく「何や...こんなもんか」と安心してその日は就寝。翌日、自分の考えの浅はかさを知った。接種した、ひだり腕から激しい鈍痛。

しかも、腕が上がらない...。過去に受けた事がある予防接種とは比べものにならないぐらいの痛みと腫れ、熱っぽさにその日は何もする気力がなく、只々横になって時間が過ぎるのを待っていた。よき食事を作っておいた...と、自分を褒めたくなった。

ワクチン接種から二日目、その日は連日続く雨の合間、唯一晴れの日。洗濯日和はこの日だけ。何としてでも洗濯を!!と思い、洗った洗濯物を干そうとした時、腕が上がらない事を激痛で再確認...。普段何気なくしている事がここまで辛いとは...!!恐るべし、ワクチン...と、心中で呟いた。

でも、その日の夜から、徐々に痛みが引いて来てくれたので、本当にホッとした...。

これなら、明日からまた頑張れそう。でも、二回目のワクチン摂取の方が、副反応は強いらしい...。

ちよつと現実逃避したくなった... (笑)

ワクチン接種に安心して油断しない様に、キチンとマスクや手洗い、うがい等の対策を続けて行くと思う、今日この頃だった。



わかごぼうは

失敗できる場所

家とは違う場所へ出かけた。でもいきなりは不安。お話できなくても一緒に過ごしてみよう。失敗しても構いません。そこからたくさんのお話を学べるから。

折り方、おぼえていきますか?

折り紙をしました。幼い時はよくやった方もいるでしょう。大人になって折り方を覚えていたのか?今回はオーソドックスに「鶴」を折ってもらいました。綺麗に折れたでしょうか?



折り方で性格が出る

丁寧にゆっくりと

○やってみて

僕は、久しぶりに折り紙を折りました。一回目と二回目は上手に折れませんでした。三回目は上手に折ることが出来ました。次は、鶴以外にも挑戦したいです。

分らないところを教わりつつ折りました。両端を揃えて真っ直ぐに折るのが難しかったです。

わかごぼうに 来ませんか?

八尾市社会的居場所構築

- ☆参加対象になる方
- ◇社会参加を望みながら不安を感じている方
 - ◇これからの自分を考えたい
 - 家族以外の人との関わりが薄い方
 - ※また、その方のご家族・親族の方もご相談いただけます。(込み合う場合がございますのでご予約下さい。)

今を変えたいけど、どうしたらいいかわからない。そんなあなたに答えるための社会的居場所です。



開催時間：毎週木曜日14:00-16:00
開催場所：わかごぼう
八尾市南本町7-6-23
※JR八尾駅から徒歩15分なので自転車推奨

お問い合わせ & 参加申込み
電話：072-992-6921
✉ : wakagobou@yaops.jp
電話受付時間：9:00-17:00 (祝日除く月~金)

自分のペースで参加できます。



ウラもあろよ

易者身の上知らず

わかごぼうが再開した6月。

久ぶりに会うメンバー達と、1ヶ月に及ぶ居場所の休止期間中どう過ごしていたかを聞けるのは楽しみだなと思っていたのですが、いざ話を聞くと「べつになんもない」「なんにもしていません」「全く話が広がらず、沈黙が続いていました。その時ふと思いつきました。

皆さんはビッグファイブというものはご存知でしょうか？ビッグファイブとは人の性格的傾向を外向性、協調性、勤勉性、情動性、創造性の五つに分け、各性格の尺度を百二十問にもなる質問から各々の性格的傾向を導き出すものです。僕はこのテストを思い出し、話のタネにでもメンバーで性格診断を行うことにしました。

● やってみて

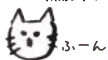
今日僕は1ヶ月ぶりに居場所が再開することを知りわかごぼうに来ました。話すことがなくだんまりしていたら、スタッフの方から性格診断をしようと言われたので、自分の性格を知るために百問以上の質問に答えました。質問の内容が難しかったので、あまり考えず直感的に答えていきました。

テストの結果は、『打たれ強い性格で不真面目』という診断結果でした。自分の中ではストレス耐性は低いと思っていたので、この結果はあまり自分に当てはまらなかったなと思いました。



わかごぼうニュース編集

わかごぼうでは、毎月参加者が企画した活動内容を参加者自身でコンテンツにしたニュースを編集して発信しています。



是非次号もご覧ください

参加した意味と経験

《前回のあらすじ》

「八尾キメラ」にボランティアスタッフとして参加したわかごぼうメンバー、午前の部が終わった時点でへるへる、午後の部は一体どうなる!?

束の間のお昼休憩が終わわり、皆、自分の持ち場に着くと、午前と違いすぐさま子供たちが受付に溢れかえりました。午後はスタートからフル回転の予感です。一度お昼休憩を挟んでいるとはいえず徐々に参加したメンバーに疲れの色が見え始め、メンバー同士で役割を変わり、休憩を挟んで何とか子供たちを捌いていきました。そしてやっと最後のグループが終わり、スポーツけん玉体験が終わりまりました。休む間もなく後片付けを行いこの日のボランティア体験は終了しました。

● ボランティアスタッフをしてみよう

途中、合間合間にけん玉を教わっている子供たちを見ていましたが、名人が教えるのが上手なのか、子供たちの吸収力が高いのか、初めてけん玉を触った子や、出ていかなかった子が、けん玉教室が終わるころには、ほとんどの子がコンコンツとリズムカルにけん玉を成功させていてびっくりしました。それと僕たちボランティアスタッフは変わりが利くので、役割を変わり休憩をする事が出来ましたが、けん玉を教える名人には変わりがないので、午前午後とぶつ通しでけん玉を教えている名人は凄いなと思いました。(小並感)

私は子供と関わる仕事をしてみたいと思っていましたので、ボランティアスタッフに参加しました。前日も仕事があり、まあまあ疲れている状態で当日を迎え、ボランティアが出来ると不安になりましたが、最後に「助かりましたありがとうございます」と言われ活躍出来良かったと思えました。参加してできた事は、積極的にけん玉に行きたい子供たちに声をかけることが出来たこと。もう少しと感じたのは、子供達に対し緊張してしまい声掛けが不自然だったように思いました。思った以上に大変でしたが、良い経験が出来て良かったです。

当日に来る筋肉痛は

若さの証拠なのか?

今日はわかごぼうで借りている農園の清掃日でした。通常ならば、わかごぼうに参加しているメンバーに事前に「何日の何時」に集まってくださいと通達するのですが、今回の緊急事態宣言でわかごぼう自体休止しているため、通達が十分にできていない状態で当日を迎えることに。唯一出来た通達はわかごぼう参加者だけが見られるサイトで知らせるだけでした。雑草の処理等で人員がいる清掃ですが、待ち合わせなしで何人集まるのでしょうか?

結果、当日参加者はおらずスタッフ二名だけで、前日までの雨でイキイキとした雑草に立ち向かうことに。雨が降っていたので土が緩く雑草は抜きやすかったのですが、水を得た雑草たちは広範囲に広がりを見せ、農作業になれたスタッフ二人でも中々に重労働でした。とにかく雑草を無心に刈り取り続け、あらかた刈り終えて終了。

やはり朝の七時に農園清掃は慣れた人間でも中々にハードです。わかごぼうメンバーの参加が少ないのも仕方ないのかもしれないですね。次回はしっかりと通達して参加してもらいたいです。

これからのわかごぼう

今月号は緊急事態宣言の影響で休止していた為、六月七月号を合併号として発行しています。

緊急事態宣言は解除されましたが、感染がなくなる事はないと思われているので、今後も感染リスクを抑えながら活動していきます。外出企画はしたいものですが悩ましい…。みんな似ている。ひとりはよくない。つながる力を身に着けよう。社会的居場所わかごぼう新規参加者募集中です。

