川崎市社会福祉協議会　ボランティア活動振興センター

地域福祉情報バンク通信

2022年 秋号
季刊（№56）

発行：川崎市社会福祉協議会ボランティア活動振興センター　地域福祉情報バンク
川崎市中原区上小田中6-22-5　川崎市総合福祉センター 6階
電話：044-739-8720／FAX：044-739-8739／Email：jyoho@csw-kawasaki.or.jp

2022年秋号の内容は…

★「チャレボラ2022」を開催しました！
★「ウェルビーイング」に関する図書の紹介
★ふくみみ登録団体「特定非営利活動法人 川崎ダルク支援会」の紹介
★新着図書・DVDの紹介

…など、今号も情報満載でお届けします！

「チャレボラ2022」を開催しました！

小学生から大学生までを対象とした「夏休み福祉・チャレンジボランティア体験学習」略して「チャレボラ」。地域の福祉・ボランティアに関心をもってもらうことを目的として始まり、今年で16年目となります。子どもや高齢の方・障がいのある方とのふれあい、災害ボランティア体験、地域イベントのお手伝いなど、37のプログラムを用意しました。開催直前にコロナ感染者数が急増した影響もあり、最終的には32プログラム178名の参加となりましたが、参加者からは「楽しかった」「また参加したい」という声が多く上がりました。プログラムの一部を参加者の声とともにご紹介します。

知ろう!体験しよう!災害時のボランティア（川崎区）

- ボランティアは現地に行かなくても、力仕事が苦手でも、出来ることがあることを知りました。
- 今回学んだ事をいかして少しでも困っている人の役に立てたらいいなと思いました。
- 参加してみて、人のことを思いやる心と勇気が必要でとても大切なんだと思いました。

災害時のボランティアとして、写真洗浄や床板剥がしを体験！

車いす、高齢者疑似体験、白杖体験をしてみよう!（多摩区）

- 自分を助けてくれる人がいると、安心できることがわかりました。
- 高齢者の方や障がい者の方の体験を通して、日々暮らすことの大変さを改めて感じました。

保育園などで子どもたちと触れ合うプログラムも大人気！

視覚障がい者へのお手伝い！ 声掛け誘導体験（宮前区）

- 小さいことでも声掛けをしてあげるといいんだなと思いました。
- 視覚障がい者の方のサポートをするには、その本人の気持ちがわかる必要があると思いました。
- 自分も「見えない・見えづらい」体験ができてよかったです。

「他のボランティアもやってみたい！」という意見がたくさんあったよ。

市社協キャラクター
ななふく

チャレボラは来年も開催予定！ご参加お待ちしています。

「ウェルビーイング」に関する図書の紹介

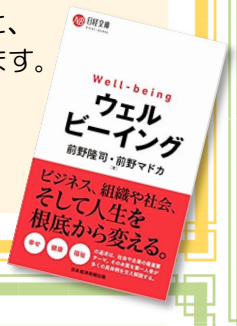
～地域福祉情報バンクで貸出しています～

「ウェルビーイング」という言葉をご存じですか？　直訳すると「Well=良好」「Being＝状態」で「良好な状態」という意味です。それは「新たな幸福の概念」のことで、身体的・精神的・社会的に満たされた状態が、長期間持続することを指しています。

モノの豊かさよりも、心の豊かさを求める人が増えつつある中で、自分が「どんな時に」「何に対して」幸せを感じるのか…。 今回ご紹介する本には、幸せになるためのヒントがたくさん詰まっています。
皆さんも「ウェルビーイング」を意識して暮らしてみませんか。

ウェルビーイング

ウェルビーイングとは何か、基本的知識をわかりやすく解説した一冊。ウェルビーイングの広がりで、社会やビジネス、人間の生き方がどう変わるのか、その影響の大きさと、研究の最前線、実現策が理解できます。
（前野隆司、前野マドカ:著/
日本経済新聞出版/
2022年発行）

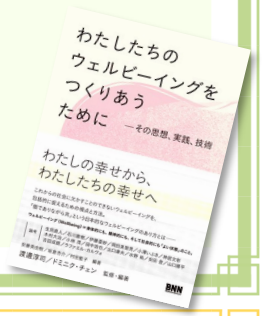


むかしむかし　あるところに ウェルビーイングがありました
日本文化から読み解く幸せのカタチ

日本ならではのウェルビーイングとは何か？時代や文化によって異なるウェルビーイングについて「古事記」や「日本昔ばなし」などの日本文化から読み解く。「推し」の存在や「移動」の多様性がどのようにウェルビーイングにつながるのか。その考察も面白い！
（石川善樹、吉田尚記:著/
KADOKAWA／
2022年発行）

わたしたちのウェルビーイングをつくりあうために―その思想、実践、技術

ウェルビーイングとは何なのか、そしてそれをどのようにつくりあうことができるのかについて解説。「わたし」のウェルビーイングから、「わたしたちの」ウェルビーイングへ。「個でありながら共」という日本的なウェルビーイングのあり方を探求。
（渡邊淳司、ドミニク･チェン:監修・編著/ビー･エヌ･エヌ/
2020年発行）



ソトコト　2022年7月号
続・ウェルビーイング入門

「社会や環境がよくなって、そしておもしろい」をテーマとした未来をつくるSDGsマガジン。個人もまちも、ご機嫌な状態をつくるには？様々な分野でウェルビーイングに関わる活動をされている方から、多様なウェルビーイングを感じることのできる一冊。
（ソトコト編集部:著/
ソトコト･プラネット/
2022年発行）

99.9%は幸せの素人

最新の脳科学・心理学に裏付けされた「科学的に自分で自分を幸せにする」すごい裏ワザを全収録！ あなたのこれまでの常識を科学的にひっくりかえす驚きの真実が満載！
（星渉、前野隆司:著/
KADOKAWA/
2020年発行）

友だち募集中！

川崎市社会福祉協議会の
LINE公式アカウントができました。
イベントのお知らせや、ボランティア・災害に関する情報など、市民の皆様に役立つ情報をお届けします。
川崎市社協オリジナルキャラクター「ななふく」の
LNEスタンプも販売中！

第6回　かわさき福祉情報サイト ふくみみ登録団体紹介

特定非営利活動法人　川崎ダルク支援会

特定非営利活動法人 川崎ダルク支援会は、2004年に川崎市高津区に設立。主に薬物とアルコールの依存症者を支援し、家族からの相談も受けている団体です。高津区に通所施設、中原区と高津区に入所施設があり、すべて男性専用施設となっています。

スタッフは皆、依存症経験のある当事者で、ピアスタッフによる回復支援が特色です。

かつては川崎ダルクの利用者であり、現在は精神保健福祉士の岡崎理事長にお話を伺いました。

理事長の岡崎さん

DARC（ダルク）とは？

1985年に日本で初めて誕生した薬物依存症者のために作られた施設で、全国各地にあります。

Drug（ドラッグ）
Addiction（依存症・行動嗜癖）
Rehabilitation（リハビリ）
Center（施設）
文字の頭文字をとってDARC（ダルク）といいます。

依存症で苦しんでいる方に伝えたいことは？

「依存症は回復できる！」ということです。やめられないのは病気の症状なのだから、自分の性格や意志の弱さということではありません。自分を責めてしまうと誰にも相談できなくなってしまうので、あまり悪いことだと思わないでほしいです。

依存症は回復しても再発しやすい病気なので、自分が困っていることや苦しんでいることを正直に話せる場所を見つけてほしいと思います。その一つとして川崎ダルクの存在を知ってもらえると嬉しいです。

依存症から抜け出したい、ダルクに興味があるという方は、まずはご連絡ください。電話・メールで受け付けています。

コロナ禍で以前と変化したことは？

以前は開催されていた集合イベント（フォーラムやセミナーなど）が少なくなり、オンライン開催が増えました。利用者も職員も、川崎ダルク以外の人と会うことで、それぞれの頑張りや成長を感じ、励みになっていたので、対面での出会いの機会が減ってしまったことはとても残念です。

家族会とは？

講師による家族セミナーや家族同士のグループミーティングを通して、共依存からの回復を目指しています。薬物依存は法律を犯しているという理由で、世間には理解されにくく、差別や偏見があります。他の依存症に比べ相談できる人が少ないのも特徴です。そのため、同じ境遇の人が集まる家族会は、依存症者の家族にとって貴重な居場所になっています。

コロナ禍で、家族会の活動ができない時期がありましたが、家族セミナーなどをオンライン開催に切り替え、依存症者家族の居場所をなくさないように努力しました。オンライン開催にあたっての広報活動や機材購入には川崎市社協の助成金も活用させていただきました。対面が理想ですが、今の時代に合わせた方法で活動を続けていくことも必要だと感じています。

家族会には、川崎ダルクに通っていない人のご家族でも参加できますので、お困りの方はぜひご相談ください。

地域に向けた活動は？

市内の中学校や高校などで講演活動（薬物予防教育・体験談など）や、地域のゴミ拾いなどをしています。

コロナ前は、年間20回以上、老人ホームや障害者施設、地元のお祭りなどでエイサー（琉球太鼓）の演舞を披露していました。また、高津区民祭では保護司会と一緒に啓発活動なども行っていました。

今後は川崎ダルクのフリースペースを地域の人にも開放し、利用してもらえるようにすることも考えています。また、身近な問題として、ネット依存やゲーム依存で困っている家族を対象とした講座なども考えていきたいと思っています。

明るいスタッフの皆さん

川崎ダルク

特定非営利活動法人　川崎ダルク支援会

〒211-0044　川崎市中原区新城4-1-1　新城NHビル2F
Tel　044-798-7608
Mail　info@darc-kawasaki.org
URL　http://darc-kawasaki.org

イメージキャラクター
ドラビット

こちらまで
お問い合わせください。

新着図書の紹介

蔵書検索は『ふくみみ』で！
http://k-fukumimi.com/

【図書】（書名／著者・編者名／出版社）

●格差と分断の社会地図 16歳からの〈日本のリアル〉／石井光太／日本実業出版社

●令和4年度改正法施行対応版 社会福祉施設・事業者のための規程集／東京都社会福祉協議会

●現場で役立つ！社会保障制度活用ガイド2022年版／福島敏之、「ケアマネジャー」編集部／中央法規出版

●認知症の人を元気にする言葉かけ・不安にさせる言葉かけ／尾渡順子／中央法規出版

●記憶とつなぐ 若年性認知症と向き合う私たちのこと／下坂厚、下坂佳子／双葉社

●介護って難しいと思ってたけど実際やってみたらめちゃくちゃやりがいのある仕事だった／人生のかけらプロジェクト実行委員会／幻冬舎

●ぼけますから、よろしくお願いします。おかえりお母さん／信友直子／新潮社

●80歳の壁／和田秀樹／幻冬舎

●母さん、ごめん。2　50代独身男の介護奮闘記 グループホーム編／松浦晋也／日経BP

●ユニバーサルデザインの基礎と実践 ひとの感覚から空間デザインを考える／身体と空間特別研究委員会／鹿島出版会

●コレぜ～んぶUDなんです!!／伊藤順子／幻冬舎

●図解でわかる 障害福祉サービス／二本柳覚／中央法規出版

●障害のある青年たちとつくる「学びの場」／伊藤修毅／かもがわ出版

●自立生活楽し!！知的障害があっても地域で生きる親・介助者・支援者の立場から／佐々木和子、廣川淳平／解放出版社

●やさしくわかる はじめての手話／手話教室 華乃樹／ナツメ社

●図解でわかる 対人援助職のための 精神疾患とケア／植田俊幸、田村綾子／中央法規出版

●イラストでわかる 対人援助職のためのコミュニケーションと面接技術／須藤昌寛／中央法規出版

●人と人をつなぐと、教育も社会も変わる／長沼豊／キーステージ21

●ボランティア活動の責任／溝手康史／共栄書房

●子どもたちに学びの場を「無料塾」の挑戦／皐月秀起／幻冬舎

●妻はサバイバー／永田豊隆／朝日新聞出版

●ゲーム依存からわが子を守る本 正しい理解と予防・克服の方法／花田照久、八木眞佐彦／大和出版

●デジタル依存症の罠 ネット社会にどう対応するか／香山リカ／さくら舎

●自分の「異常性」に気づかない人たち 病識と否認の心理／西多昌規／草思社

●空気が読めなくても それでいい。／細川貂々、水島広子／創元社

●キミは、「怒る」以外の方法を知らないだけなんだ／森瀬繁智（モゲ）／すばる舎

●人生、山あり谷あり家族あり／岸田ひろ実／新潮社

●気づけない毒親／高橋リエ／毎日新聞出版社

●カルトの子 心を盗まれた家族／米本和広／論創社

●カルト宗教信じてました。「エホバの証人2世」の私が25年間の信仰を捨てた理由／たもさん／彩図社

●こうして社員は、やる気を失っていく／松岡保昌／日本実業出版社

●マンガでわかるLGBTQ＋／パレットーク、ケイカ／講談社

●ファンを作る力 デジタルで仕組み化できる、2年で25倍増の顧客分析マーケティング／藤掛直人／日経BP

【DVD】（題名／製作・販売／仕様）

●権利擁護と成年後見～ネットワークを駆使した地域での取組み～／アローウィン／26分

●「気になる子」への支援アプローチ1 ペアレント・トレーニング、ABAトレーニング／アローウィン／38分

●相談援助～様々なニーズの解決のためのアプローチ 第1巻 認知行動療法／アローウィン／50分

●あなたに知ってほしい がんのこと 1／NHK厚生文化事業団／62分

●あなたに知ってほしい がんのこと 2 ／NHK厚生文化事業団／58分

地域福祉情報バンクは平日8：30～17：00まで開所しています。毎月第4水曜日は、川崎市総合福祉センター(エポックなかはら)の保守点検日のため、17：00以降に1階受付窓口での図書・DVDの返却ができませんのでご注意ください。
また、12月29日（木）～1月3日（火）の間は、年末年始休館日のため、全館休館となっています。

約一年ぶりの「ふくみみ登録団体紹介」となりました。伝えたいことが多すぎて、文字が多くなってしまい申し訳ございません。限られたスペースで、読みやすく、わかりやすい紙面作りを心がけていきたいと思います。
読書の秋です！新しい本を用意してお待ちしています。（ま）
「地域福祉情報バンク通信」についてのご意見・ご感想などを、是非お寄せください。次号は1月5日発行予定です。