

ボラセンスタッフ日記 ブイログ

頭の中の引き出し

August 4, 2012

まだまだ暑い日が続きますね。この夏の暑さのせいだけではなく、最近「ほら、あの人！」と人の名前が思い出せないことがあります。不思議な事に顔はわかるので、その後3日間くらい考え続けて、やっと頭の中の引き出しがギシギシと開き、「“あの人”は、〇〇××さんだわ！」と思い出し、一安心しています。

名前だけではなく、会話の中で「あの時、あのことを話せばよかった」と後になってから思うこともよくあります。でも、思い出した時には、話は次に進んでいたり、すでに終わっていたりするので、せっかくの情報も話せずじまり、ますます頭の中の引き出しは開きづらくなっていきます。

今は便利になり、ある程度の情報は自分の頭の中に入れなくても、インターネットが引き出し代わりになってくれますが、自分の体験談などのエピソードは自分自身の記憶に頼るほかありません。ある日何気なく読んでいた本に、情報が欲しい時に取り出しやすくなるいい方法が書いてありました。それは、覚えたことや体験したエピソードをアウトプットすることだそうです。人に伝えるために話したり、ブログなどに書いたりして、一度外に出すことで記憶することができるとともに、次回引き出しが開きやすくなるそうです。

さて、ちよだボランティアセンターでも、ブログ、Twitter、Facebook などを使って情報を提供しています。私も、この機会に情報発信をすることで自分の脳も活性化できるようにがんばりたいと思います。ブログ、Twitter、Facebook は、リニューアルしたちよだボランティアセンターホームページから見ることができます。ぜひご一読ください。



(おおはし)

この「ブイログ」は、当ボランティアセンターのスタッフが日々業務の中で感じるボランティア観、社会や地域でおきている出来事について、スタッフの視点で書き込む日記のような記事です。

ボランティア情報マガジン のあるところ 富士見地区 その1

- 富士見出張所(富士見 1-6-7)
- 区立九段中等教育学校 (富士見 1-10-14)
- 区立富士見小学校(富士見 1-10-3)
- 富士見みらい館(富士見 1-10-3)
- 韓国家庭料理&茶 ソウル (富士見 1-7-8)
- ふじみこども園(富士見 1-10-3)
- 理容 アmano(富士見 1-3-10)
- ヘアグレース (富士見 2-11-13 中央ビル 2F)
- ヘアサロン ヤマダ (富士見 2-6-12)
- 大原日本語学院(飯田橋 4-4-6)
- 輪急便株式会社(飯田橋 1-12-4)
- LE CHARDON(飯田橋 1-7-3)
- (株)サンワ コピーショップ (飯田橋 2-11-8)
- 東京しごと財団 (飯田橋 3-10-3)
- 理髪 シマツ(飯田橋 1-4-8)
- 越後へぎそば一真(飯田橋 1-5-7)
- 増田屋(飯田橋 2-8-4)
- ホテルメトロポリタン エドモンド美容室(飯田橋 3-10-8)
- (有)カットサロン ウシジマ (飯田橋 3-3-10)
- きしめん尾張屋(飯田橋 4-8-11)
- 尾張屋(飯田橋 4-9-11)
- 区立千代田保健所(九段北 1-2-14 千代田保健所保健サービス課)
- さくら水産(九段北 1-3-1)
- ファミリーマート九段北一丁目店 (九段北 1-3-5)
- 三輪田学園高等学校(九段北 3-3-15)
- 保育園ドルチェ(九段北 4-2-22 市ヶ谷スポーツプラザ 1F)
- 更科丸屋(九段北 1-7-6)

ご協力ありがとうございます。

募集中!

場所と気持ちを少しだけ貸してください。ボランティア情報マガジンを置いていただけたところを募集しています。



発行/社会福祉法人千代田区社会福祉協議会
ちよだボランティアセンター

〒101-0065 千代田区西神田 1-3-4 西神田庁舎 4階
開室日・時間 月～土曜日(祝日を除く) 9:00～19:00

TEL 03-5282-3716

FAX 03-5282-3718

E-mail volunteer@chiyoda-cosw.or.jp

URL <http://www.chiyoda-vc.com/>

※当センターのホームページは、(株)大塚商会様の社会貢献活動の一環としてご提供いただいております。