

Let's ボランティア

第1号

(発行)
赤穂市社会福祉協議会
ボランティアセンター
〒678-0232
赤穂市中広267(総合福祉会館内)
TEL: 0791-42-1397
FAX: 0791-45-2444
http://ako-shakyo.jp
E-mail: ako-vc@ako-shakyo.jp



あなたも始めよう！

～“ちょボラ”習慣～

○ “ちょボラ” ってなあに？

「ちょこっとボランティア」をすることを略して言われます。

ボランティアというと「登録するなんておおげさだし・・・」「参加名簿に記入すると義務みたいで嫌だ」と思われる方もいると思いますが、もっと気楽に、日常の中でちょっとやるだけから始めてみませんか？小さな活動も集まれば大きな力になります。

○ 例えばどんなことがあるの？

困っている人を見つけたら助ける。といってもそんな機会なかなかないと思われるかもしれませんが。

ですが、少し意識するだけでそういった人は身の回りにたくさんいることに気がきます。

駅の階段で重そうな荷物を持った高齢者、あちこち見まわして道に迷っている人、満員電車でつらそうに立っている妊婦さん、信号待ちしている視覚障がい者、そんな人たちに一声かけてみましょう。

最初にちょっと勇気を出すだけで、きっと相手も自分も笑顔になれるはずです。

まだまだたくさんの“ちょボラ”があります。少し日常生活で意識するだけで、ボランティアの最初の一步は誰にでも踏み出すことができますよ！



使用済みの切手、書き損じのハガキ等を集めて、募集しているボランティア団体に送る

インターネットでのクリック募金や、ネットショップで買い物をした金額の一部が寄付に回るもので協力する

環境に配慮した商品を選んだり、なるべくゴミを出さない生活を心がける等の小さなエコ活動

赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金等の街頭募金への参加



ボランティアグループ紹介

赤穂市ボランティアセンターには43グループ（平成26年6月1日現在）が登録し、様々な活動を行っています。

～ヘルスボランティア たいようの会～

たいようの会は、平成12年8月にボランティアセンターに登録し、以後託児ボランティアなど様々な活動を行ってきました。現在は毎月2回、第2・4水曜日に老健あこうでの喫茶手伝いや毎月1回、福祉会館の中庭の清掃などを中心に活動を行っています。

平成22年3月から始まった老健あこうでの喫茶手伝いは、利用者・職員の方々に大変好評で、定着した活動となっています。活動内容は、3時のおやつの時間に利用者それぞれに合わせた飲み物を提供していきます。コーヒーの砂糖やミルク、中にはトロミが必要な方もおられるので、間違いがないように手際よく準備されています。利用者からは「月1回、おいしいコーヒーが飲めるので嬉しい」「ボランティアさんとも顔なじみになり、覚えてくれている。甘さも調整してくれるので飲みやすい」といった声が聞かれました。喫茶手伝いを始めた当初は課題も多く、職員との話し合いを重ねたそうです。「どうしたら利用者に喜んでもらえるのか」と施設とボランティアで話し合ったことにより、現在の喜ばれる活動に繋がっています。

喫茶手伝いが一段落すると、すぐに反省会という名のお茶会が始まります。会員の近況に耳を傾け、お互いの情報交換を行います。その笑い声は部屋を飛び出して廊下にもまで響き渡り、こうした時間が「たいようの会」の明るさを生み、その明るさが周りの人々に伝わっていくのだと感じました。



～一華会～

一華会は、平成16年7月にボランティアセンターに登録し、絵手紙を通じて施設の利用者と交流を行っています。

この日はデイサービスひまわりからの依頼を受け、利用者10名を対象に、作品展に出展するための作品作りが行われました。絵手紙を描き始める前に、毎回線を描く練習を行います。中には手が震えて直線を描くことが難しい方もおられますが、絵手紙では震えた線が逆に作品を引き立てることができます。

描くものは毎回変わり、この日はカーネーションやたけのこ、かぼちゃ等が準備されていました。それぞれの方の思いをお聞きしながら、会員が色の配合を手伝い、二人三脚のように作品が作られていきます。

活動を始めて1年足らずですが、施設の職員も驚くほどに利用者の皆さんは上達されおり、1時間足らずで渾身の作品が出来上がりました。

出来上がった絵手紙は、お孫さんに送って季節のおたよりを届けている方や、「今まで描いたものを大切にしまって、あとでゆっくり見返しています」という方もおられました。

1枚1枚に込められた思いが、色鮮やかな絵となって届けられています。

～今、会いたいボランティア～ (No.1)



「とりあえず東北へ行き、
明るい人々に
会ってほしい」

関西福祉大学 社会福祉学部3回生 田中一雄さん

2011年3月11日に起きた東日本大震災。何気なく参加した被災地への支援活動をきっかけに、現在まで様々な形で支援活動に参加されてきた田中一雄さんにお話を伺いました。

事務局：活動を始めたきっかけは何だったのでしょうか。

田中：きっかけは、関西福祉大学の学生団体「kusw～絆～」に参加し、2012年9月にボランティアバスの運行を企画し、宮城県七ヶ浜町を訪れたことです。それまでは報道等を通して被災地の現状を見ていましたが、「何かボランティアしたい」「東北に行ってみよう」という思いで企画から携わりました。

事務局：そこではどのような活動をされたのですか。

田中：七ヶ浜町の仮設住居を訪問し、みなさんのお茶会や子どもたちと一緒に遊ぶことを企画しました。そこでは30名程の方にご参加いただき、被災当時のお話をたくさん聞かせていただきました。お話を聞く中で、被災当時の話を笑い話のように話される方もおられ、そうでもない前に進めない、心の傷の深さに触れた気がしました。



事務局：それから1年後、NHK（Eテレ）の「東北発☆未来塾」に応募し、参加されたそうですね。

田中：1週間南三陸町へ入り、各地から参加している若者10名と「自分に何ができるのか」を考えました。被災地を見ていると「なぜ被災時に何もできなかったのか」という思いを抱きましたが、仲間と話さうちに「まだ遅くない。今からでもできることはある」と考えられるようになりました。今後の活動をする上でも、非常に自分を成長させてくれた1週間だったと思います。

事務局：そこで出会った仲間と制作したパンフレット「まずもって あづま〜れ！南三陸」について教えてください。

田中：「まずもって」というのが、南三陸町では「とりあえず」という意味です。内容としては、震災から2年半以上経過してもなお、被災地に行くことができていない方に、「このパンフレットを見て南三陸町のことを知り、人・土地の魅力を知ってほしい！とりあえず南三陸町に来てほしい！」という思いが込められています。パンフレットの制作には半年ほどかかり、4,000部を発行しました。制作には多くの方々にご協力いただき、現地の人の温かさに触れることができました。

事務局：最後に、これからの目標を聞かせてください。

田中：今の目標は、「災害があった場合、すぐにかかけられる人を増やす」ということです。今、私は支援する側ですが、もし自分が被災した場合は助けられる側になります。その時までには自分が何をできるのかをしっかりと考え、助けあいの行動に移していきたいと思います。

田中さんが制作に関わったパンフレット「まずもって あづま〜れ！南三陸」は福社会館に若干部数ですが置いてあります。是非手に取り、南三陸町の魅力を知ってください。また、田中さんに直接お電話いただくとも郵送していただけます。（送料着払い）



お問合せ（田中さん：090-7130-3777）まで



8月は夏のボランティア体験月間



♪ サマーボランティアスクール 2014 ♪

目が不自由な人はどうやって生活しているのかな？
点字学習（午前）とサウンドテーブルテニス（午後）を体験して理解を深めよう！

と き：8月6日(水)
午前10時～午後4時（予定）
※9時40分 受付開始



と ころ：総合福祉会館
対 象：市内の小学3年生～中学3年生
定 員：20名
参 加 費：500円（昼食、保険代含む）
※当日徴収
講 師：ボランティアグループ「赤穂点灯会」、
赤穂市視覚障害者福祉協会
申込締切：7月28日(月)
※定員になり次第締め切り
持 ち 物：飲み物・汗ふきタオル



♪ 夏休み手話教室 ♪

手話ってむずかしいのかな？
歌やゲームを通して、楽しく学ぼう！
おひとりでも！お友だちと！ご家族で！
ご参加お待ちしております！！

と き：①8月9日(土)、②8月23日(土)
午前10時～11時

と ころ：総合福祉会館
対 象：手話に興味がある人
定 員：20名
参 加 費：無料
講 師：赤穂ろうあ協会 中村千穂氏
申込締切：7月28日(月)
※定員になり次第締め切り



お電話（☎42-1397）またはご来館のうえ、お申込みください

個人ボランティア募集中！

赤穂市ボランティアセンターには43の登録グループ(平成26年6月1日現在)がありますが、個人登録ボランティアも多数いらっしゃいます。

～例えばこんなボランティア募集中～

介護特別食の調理

栄養士作成のレシピを使い、「減塩・減糖」の介護特別食の調理を行います。

- 日時…毎週月曜・木曜（どちらかでも可）
午前9時～午後1時
- 場所…総合福祉会館

福祉体験学習の補助ボランティア

市内の小・中・高校で行われる福祉体験学習（車いす・アイマスク等）の補助を行います。

- 時期…学校等からの依頼があれば随時

母子・父子家庭向けお弁当の調理

「ひとり親家庭サポート事業」として、毎月第3土曜日に、母子・父子家庭、ひとり暮らし視覚障がい者を対象にお弁当の調理を行います。

- 日時…毎月第3土曜日（8月・1月は休み）
午前9時～午後1時
- 場所…総合福祉会館

その他にもさまざまな活動がありますので、あなたにぴったりの活動を探すお手伝いをします！

（お問合せ）
赤穂市ボランティアセンター（総合福祉会館内）
TEL：0791-42-1397
FAX：0791-45-2444
E-mail：ako-vc@ako-shakyo.jp

編集後記

今年度より新たに年2回発行することになりました。「Let's ボランティア！」の第1号です。毎月の社協だより等では紹介しきれないボランティア情報を発信していきますので、ご愛読よろしくお願いたします。

（事務局 荒尾）