地域福祉活動情報紙 No.6

なばりんく

2.3月号



小学5年生の夏休みに初めて参加した「ふれあい活動」がきっかけで、ふれあい隊の活動を始めた真里奈さん。初めて通所介護事業所「ふれあい」で高齢者の方に接した時は、緊張して何を話したらいいのかわからず、"どうしよう"と考えて近くにあったオセロゲームを使って会話をしたそうだ。それから毎年「ふれあい活動」に参加し、「おじいちゃんに『ありがとう』と言われたことが嬉しくて"高齢者のお世話をする仕事をしたい"と思うようになった」と話す。

また、昭和保育園の行事「夏のお楽しみ会」やおもちゃ図書館事業の「クリスマスパーティ」にもボランティアとして協力している。

そのほか、小学6年生から友達と一緒に世代間交流事業実行委員会のメンバーとなり、世代を超えた会員の人たちと一緒に企画から何度も会議を重ね、「鮎つかみと竹筒ごはん作り」などの事業に参加したり、時には新しい友達を誘って現在も活動を続けている。

高校1年生となった今は、将来を考えて介護福祉コースで勉強中だ。 『本当は介護福祉士の資格を取って福祉施設の現場で働きたいと思っていたけど、体が丈夫じゃないのでケアマネジャーの資格を取って高齢者の方に関わる仕事をしたい。』と可愛く微笑みながら夢を語ってくれた。

※ふれあい隊:夏休みに市社協が実施する小中高等学校のふれあい活動に参加し、 継続的な活動希望者を「ふれあい隊」としてボランティア登録しています。

今月の まちびとさん



ふれあい隊

いけがみ まりな
池上 真里奈さん (16)

地域ピックアップ!

~川西・梅が丘地域~「民生委員が演奏する てづくりコンサート」



地域の高齢者等の見守りとつながりづくりを目的に 地域の民生委員を中心に実施している『梅北ゆうゆう サロン』(梅が丘北)と『梅・南茶亭サロン』(梅が 丘南)の合同企画として、12月16日(金)に梅が 丘市民センターで『民生委員が演奏するてづくりコン サート』が開催されました。このコンサートには、民 生委員だけでなく老人会や地域づくり委員会、ボラン ティアも協力し80名が参加されました。

満員となった市民センターは、普段サロン活動の裏

方をしている民生委員がオカリナ、 アルトサックス、ギター、大正琴と

バラエティに富んだ楽器で、『北国の春』や『見上げてごらん夜の星を』などを演奏し、一緒に唄う人やリズムに合わせて手拍子する人など、訪れた人それぞれにコンサートを楽しんでおられました。

今後も地域内のつながりづくりの一つとして、年1回程度の合同企画を実施していくことを検討しているとのことです。







サロン活動紹介 美旗地域『池の台ISクラブ』

池の台に住む65歳以上の方を対象に地域で孤立しないように、交流を通して安心して暮らせるようにと毎月第3日曜日、池の台集会所でサロンを開催しています。参加する高齢者に楽しんでもらうために地域の民生委員や区長が活動をサポートしています。サロン名の『IS』は『池の台』の

「『I』と、『シルバー』の『S』から取って付けたそうで くす。

1月22日のサロン新年会には、16名の高齢者の方が集まりました。民生委員の「元気体操」から始まり、一言づつ今年の抱負を述べ、おいしいお弁当に舌つつみを打ちながら会話もはずみました。食後は、「ビンゴゲーム」や「カルセロ」最後には「カラオケ」で楽しいひと時を過ごし、皆さん新しい年の集まりに大変満足されていました。

ケンカしても嫁さんと絶えず言葉を交わすように心掛けている。 嫁さんが100でも150歳 へでも長生きして欲しい!!



ひ孫ができてその 成長が著しいので 楽しみ。長生きし たい!!



ボランティアリレーTalk!

まつむら けいこ

松村 桂子さん (名張市ボランティア連絡協議会副会長



給食ボランティアグループ『ひだまり』をお手伝いするようになって10年ほど経ちます。最初は大鍋で調理するのに大変でしたが、今では多い時は120食余り調理することにも慣れてきました。得意料理は・・・?ですが、お弁当を食べた人に「美味しかった」と言われると疲れも消えてしまいます。

カラオケボランティア『ドレミの会』は、高齢者介護施設に定期的に訪問するボランティアですが、それまで人前で歌を歌うことがなかったので戸惑いながらの訪問でした。童謡唱歌や聞き覚えのある懐かしいヒット曲を練習して、訪問回数が重なると施設利用者さんと顔なじみになり、あのお父さんこのお母さんの元気な顔を見ることができ"来て良かった。また来月も来よう"と思いながら帰ります。今では"ボランティアがあるから元気でいられるのかな"と思っています。

音楽工房。

「~白樺青空南風こぶし咲くあの丘北国のあると」

まだまださむいですね。春が待ち遠しくなってきました。ところで皆さん、昨年の紅白歌合戦はご覧になりましたか?22年ぶりに千 昌夫さんが出場され、「北国の春」を歌われましたね。「北国の春」は昭和52年の曲で、アジア各国でも歌われる国際的なヒットとなりました。

千 昌夫さんの故郷、岩手県陸前高田市が、東日本大震災で被災し、いろんな支援を行ってきた千 昌夫さんは、リハーサルの時に「いつも歌っている『北国の春』とは違う、被災地への思いを込めて歌いたい」。そして「暗くならないように歌で明るく、来年も頑張りましょう。という気持ちで・・・」と、語っておられたようです。

皆さんも歌で明るく、笑顔で過ごせるように、「みんなでいっしょに唄いませんか」に気軽に参加してみませんか?お待ちしています♪



2月・3月の

"みんなでいっしょに唄いませんか"

◆ 日時: 2月21日(火)

10:30~11:30

◆日時:3月21日(水)

10:30~11:30

◆会場:名張市総合福祉センター

ふれあい

◆対象: 名張市内在住の65歳以上の方

※参加費無料・申込み不要

2月、3月の 介護者サロン "さくら喫茶"

開催日時・場所

・ 2月 9日 (木) 桔梗が丘公民館

13:30~15:30

3月 9日(金)総合福祉センター

13:30~15:30

ふれあい

いずれも参加費:100円 【申込み不要】

日頃、家族の介護をされている方、**"疲れ"**溜まっていませんか?**"さくら喫茶"**でちょっと一息つきませんか!



☆お茶、コーヒーや紅茶、お茶菓子等を 用意してお待ちしています。 ご都合のつく時間に是非お越しください。

主催:名張市社会福祉協議会

協力:名張市家族介護者の会「楓の会」

教えて! あなたの母国料理 ~サロン、地域の集まりやご家庭で作ってみませんか!~



ボボティ 材料(4人分)

- 牛ひき肉 500g
- ・玉ねぎ 大1個 みじん切り
- •バター 25g
- ・ニンニク 2かけ つぶす
- •おろししょうが 2cm分
- ・ガラムマサラ 小さじ2
- ・ターメリック 小さじ1/2
- •クミンパウダー 小さじ1
- ・コリアンダーパウダー 小さじ1
- クローブ 2個
- •乾燥ミックスハーブ 小さじ1
- ・干しあんず(好みにより) 50g
- ・フレークアーモンド 25g ・チャツネ 大さじ3
- チャツネ 大さじ3パセリのみじん切り 大さじ4
- ・ローリエ 6枚(付合せに2枚)
- •牛乳 250cc
- •卵 大3個

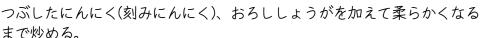
南アフリカ料理 レシピ提供:タペロさん

ボボティ

『作り方』

- ①オーブンを180℃に予熱する。
- ②フライパンにバターを溶か

し、みじん切りにした玉ねぎと



去年の8月に日本

に来て、桔梗丘高

校で外国語指導

助手をしています。

- ③別の大きなフライパンを準備し、油をひかないで牛ひき肉を強火でキツ ネ色になるまで炒める。
- ④ボールに牛乳と卵を軽く混ぜ合わせておく。
- ⑤③のフライパンを火からおろし②と、④以外の全ての材料を加えよく混ぜ合わせ、大きな耐熱皿に入れスプーンの背で押しながら形を整える。
- ⑥ローリエを乗せ、④を流し入れオーブンで30~40分焼いたらできあがり。 ★南アフリカの国民食です。ご飯と一緒にどうぞ!!

レシピ提供・協力:ゆうあい日本語の会(同会は、主に外国人に対し日本語教室を開催し、学習指導を通じ国際交流と学習者の生活面での助言、手助け

※この度、日本語を教えるボランティアさんを募る為に「ニホンゴ事始め」 受講生を募集します。2月8・9・10・13日に総合福祉センターで開催します ので、興味のある方はお問い合わせください。 (68-1228 宮川)

名張のむかしを歩もう!

木屋町は昔から木材の歴史が古い商売の街です。もともと名張の地場産業は木材産業です。木材の種類は杉や檜の建築材、電柱そして松材。松はパルプ材として大手製紙会社の方が使用され、県外に搬出されていました。昔は木屋町周囲には特に製材所と木材を取り扱う素材業者の店舗が建ち並び、大正11年7月に伊賀鉄道が上野町~名張町間全長22.4kmが全線開通し、「西名張駅」が開設されました。「西名張駅」は現在アスピア北側道路付近に位置し駅前は広大な木材市場となり周辺には木材業者のほか運送業者、木材協同組合、病院、木屋町温泉、青果市場等の店舗ができ木屋町も繁盛期を迎えました。また、高北農機製作所(現株式会社タカキタ)も



木屋町にありました。その後、参急急行電鉄(株)となり昭和5年11月平尾に「名張駅」が新設されました。この時大阪電軌参急線は伊賀鉄道を買収し関西急行となり、昭和16年には近畿鉄道と改名されました。伊賀線は木材及び松パルプ輸送と通勤や通学の交通手段に活躍し、町民に感謝されつつ惜しまれながら昭和39年3月をもって廃線となりました。近鉄本線は昭和6年3月には大阪~宇治山田を結ぶ137.3kmが開通し、名古屋方面及び伊勢方面へはより一層便利になり、楽しい時代になりました。

※ おきつもを語る会 中山 正明

協力:おきつもを語る会(同会は、名張の昔について、見聞や体験で得た習慣、行事など座談会を通じて参加者と共に語り合い、資料にまとめ冊子にするなどして、多くの人に名張の歴史や文化を伝える活動を行っているボランティアグループです。)

発行:社会福祉法人 名張市社会福祉協議会

名張市丸之内79番地

名張市総合福祉センターふれあい内

電話番号 63-1111 FAX番号 64-3349

ホームページ http://www.nabarishakyo.jp Emailアドレス volunteer@nabarishakyo.jp

発行部数:1,150部

《設置場所》

総合福祉センターふれあい、市民情報交流センター、各公民館・市民センター、こども支援センターかがやき、武道交流館いきいき、名張郵便局、錦生簡易郵便局、近大高専、名張市役所、名張市立病院、総合体育館、協力店舗(いいの、吉野豆腐、大為陶器、はなびし庵、矢の五薬局夏見店、山平たばこ店、cofé*mjuk、booksアルデ、サロンきずな、やなせ宿、フッまわり書店)

※設置協力店舗募集中です!