



なばりんく

4.5月号



うへまのふじいざろん《桔梗が丘6番町》

まちびと探し

今月の まちびとさん



個人ボランティア
に た まさたか
仁田 政孝さん

おもちゃ病院、学習支援ボランティア、災害ボランティアと幅広く活動している仁田さんが、ボランティアを始めるきっかけとなったのは、阪神大震災だったそうです。

その頃大阪に居住し責任のある仕事を任されていたため、現地に行けなかったことが、ずっと心に残っており、仕事を辞めた後に東日本大震災があり、ようやく災害ボランティアとして参加することができ、それをきっかけに「気になることは何にでも挑戦しよう。」と色々なボランティア活動をするようになったそうです。

「1日1日楽しく過ごす。」「人間関係を大切に。」「ちょっとした機会を逃さない。」と心に決めて仁田さんは日々楽しく活動されています。

また、これからボランティアをしようと思っている方へ「町内の草刈からでもいいので少しずつ関わりをもって欲しい。」「サークルやセンター活動を通して友だちを作り、ボランティアにも参加してほしい」と話してくれました。

「災害ボランティアセンター設置・運営訓練」を行いました!

大規模な自然災害発生時には、「ボランティア」が被災地支援の大きな力となります。名張市でもいつ災害が起こるかわかりません。

そこで、いざ災害が起こった時に「ボランティア」受入れなどの活動がスムーズにできるように、名張市と名張市社会福祉協議会が共催で、ボランティア講座(防災士養成)受講者を対象に「災害ボランティアセンター設置・運営訓練」を3月12日(日)実施しました。

今回は、主に、作成中のマニュアルを使用し、『ボランティア調整統括係』の動きについて訓練を行いました。

参加者からは「依頼主の要望に正確に対応できる人材を瞬時に判断することが難しい。」「ボランティアのリスク、作業の内容、マニュアル等すべてを理解し判断する必要があると思った。」「依頼内容が多岐にわたり判断が難しいと思った。」などの感想をいただきました。

皆さんも、災害時の備えは大丈夫ですか?



ボランティア団体活動紹介

ぼらんていあぐるーぷ ティンカーベル

結成して3年目を迎える「ぼらんていあぐるーぷティンカーベル」はハンドベルの演奏を中心に、人形劇の活動もしています。

はじめは、久しぶりの音符をみながらの演奏に戸惑うメンバーも多かったのですが、月2回の練習と、演奏会を重ねるごとに自信もつき、「何より聴いてくださっている皆さんの笑顔と『ありがとう』の声が後押しとなって、今まではレパートリーも十数曲と増え楽しく活動している。」とメンバーは話してくれました。

また、人形劇の人形や舞台も廃品等を利用して手づくりし、ハンドベルと一緒に楽しんでもらっているそうです。

活動場所も範囲が広がり、名張市内の市民センターや施設など、お声が掛ければ出向き演奏しています。

「もっとたくさんの人にハンドベルの音色を聞いてもらいたい。」とメンバーの皆さんは笑顔で話してくれました。



人形劇「おおきなかぶ」



ハンドベルの演奏中

ボランティア トーク リレーTalk!



武内 利子さん

私は、今までたくさんの方々を支えられ、助けられて生活する事が出来ていたのに、感謝の気持ちを忘れていたのではないかと、これでいいのか、今まで支えてくれた皆様への恩返しに何か出来ないかと考えました。

私は昔、保育所で読んでいた「紙芝居」をボランティアにしたいと思い早速、社協に相談し、つつじが丘の「おじゃまる広場」を紹介してもらい、その中で紙芝居サークル「ひこう船」を知りすぐに入会しました。

「ひこう船」の先輩方にやさしく迎えられ活動を始めてから約2年になります。まだまだ「紙芝居」を観てくれている人に感動を与えられる程の力はありませんが、先輩の方々と一緒に頑張っています。「紙芝居」を楽しみにしている人との出会いに元気をもらっています。



音楽工房



「緑のそよ風」

新緑が芽吹く季節となってきました。今回は昭和23年1月にNHKラジオで放送されました(作詞)清水かつら(作曲)草川信の童謡です。

1～5番まであります。春の暖かくのどかな歌詞と明るくウキウキする旋律がとても楽しいです。

歌っていると暖かい風を感じたり野原の風景が目につかんだりするようです。歌詞に「豆の花」とか「つまみ菜」とかが出てきて子どもの頃を思い出しくなりました。

ちょうどこの頃ですが外地から復員兵を乗せた列車が品川駅に着くたびに近くの「白菊児童音楽園」の子どもたちがこの歌で迎え、傷ついた復員兵の心を癒したそうです。

“みんなで唄いませんか”でお待ちしています。

4・5月の
“みんなでいっしょに
唄いませんか”

開催日：4月13日(木)
5月12日(金)

上記いずれも

◆時間：10:30～11:30

◆会場：名張市総合福祉センター
ふれあいホール

◆対象：市内在住の
子育て中の親子から
高齢者まで

※参加費無料・申込不要

介護者サロン “さくら喫茶”

開催日：毎月第3水曜日

◆時間：13:30～15:30

◆内容：小物づくりと茶話会

◆会場：福祉まちづくりセンター
(イオン名張店 3階)

◆対象：市内在住で、介護をされている方、介護に関わりのある方

※参加費無料・申込不要

名張市家族介護者の会「楓の会」活動のご紹介

名張市家族介護者の会「楓の会」の活動として、3月10日(金)に福祉まちづくりセンターで勉強会と昼食交流会を行い、13名の参加がありました。名張市在宅医療支援センターの北森さんを講師に迎え在宅医療について約1時間勉強し、その後、お弁当をいただきながら介護者同士の交流会を行いました。

介護をしている皆様、勉強会や交流会に参加してみませんか?名張市社会福祉協議会(63-1111)までお気軽にお問合せください。



手づくりレシピ紹介

ほうれん草とハムのおろしあえ

さっぱり美味しい!



※ほうれん草は柔らかめに茹でる。(小松菜でも)
大根は食べる直前にすりおろす。
(消化酵素アミラーゼが失われないため)

材料(4人分)

ほうれん草	150g	④	酢	小さじ1
ハム	4枚		オリーブオイル	小さじ1
大根	300g		塩	小さじ1/3

《作り方》1、ほうれん草は約2分間茹で、冷水にとり水気をしっかり絞って根元を除き5cmの長さに切る。ハムは食べやすい大きさに切る。
2、大根は皮をむき、おろし金でおろして軽く絞り ④を加えてよく混ぜる。
3、2に1を加えてあえ、器に盛る。

レシピ提供：里お達者クラブ

～サロンや地域の集まり、ご家庭で作ってみませんか～

おすすめ図書!

桔梗が丘南小学校で読んだ本をご紹介します。

満開の桜の中を一年生が胸を膨らませてときどきしながら入学いたしました。
保護者の皆様、ご入学おめでとうございます。私達も子供達と一緒に楽しく時間をすごせたら
と思います。

『ぼちぼちいこか』	(マイクセイラー)
『さるじぞう』	(日本昔話)
『あなからみえるよ』	(紙芝居)
『うばすてやま』	(日本昔話)
『あーん』	(谷川俊太郎)
『おまえうまそうだな』	(宮西達也)
『ぞうのせなか』	(あきもとやすし)
『もりのかくれんぼ』	(末吉暁子)



『そんなことってある?』

この本の題名は、最後まで走ったぼくのつぶやきです。
絵が、なつかしい昭和の頃を思い出させる作品です。
三世代の古き良き時代の、家族の様子がほほえましく描かれていて、心が和みます。

文 奥田 継夫
絵 西村 繁男
出版社 サンリード

協力：桔梗が丘南小学校図書館ボランティア

(同会は、本の整理、図書室(学校図書館)のディスプレイ、本の読み聞かせ、学校図書館ボランティアに関する研修、地域の絵本展に協力してりるボランティアです。)

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

福祉まちづくりセンター

ショッピングセンターリバーナ(イオン名張店)3階
電話番号 62-7388
ホームページ <http://www.nabarishakyo.jp>
発行部数：1,350部

《設置場所、協力店舗》

総合福祉センターふれあい、福祉まちづくりセンター、市民情報交流センター、各市民センター、子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、近畿大学工業高等専門学校、名張市役所、名張市立病院、名張市立図書館、総合体育館、協力店舗等(吉野豆腐、はなびし庵、なの花薬局夏見店、山平たばこ店、café*mjuk、books アルデ、サロンきずな、やなせ宿、ひまわり書店、大和屋、東整形外科、ワロリヤ本店)ふれあいサロン「ゆこゆこ」、コミュニティープラザナウラ、名張市教育センター

《名張市内の小学校、中学校の一部では、クラス掲示をしていただいています。》

★地域福祉活動情報受付中! 『地域で子どもや高齢者と一緒にこんな活動しています』『サロンでこんな活動しています』『地域でこんな福祉活動している人がいます』などなど・・・情報をお知らせください。社協職員が取材に伺い情報発信していきます!

次のなばりんくは6月1日発行予定です。