

# ボラマガ

～ボランティアセンターマガジン～

平成28年2月14日号

第28号

発行 社会福祉 神栖市社会福祉協議会 ボランティアセンター  
法人  
〒314-0121 神栖市溝口1746番地1  
TEL : 0299-93-1029 FAX : 0299-92-8750  
ホームページ <http://www.kamisushakyo.com/vc/>  
※ホームページではこの広報紙に掲載している写真をカラーでご覧になれます  
メールアドレス [mail@kamisushakyo.com](mailto:mail@kamisushakyo.com)



## 神栖市内で活動するボランティア フレンズモニカ

1月27日の午後、デイサービスセンターみのり須田(神栖市須田)の一室に、ハーモニカの音色が響きました。この日は、フレンズモニカの定例の訪問日です。“高校三年生”や“さざんかの宿”、“小さな世界”など、多くの人に親しまれている曲が披露されました。

演奏したフレンズモニカは、平成12年4月設立のボランティアサークルで、現在会員は10名です。ハーモニカ講座(神栖市の生きがい講座)でその音色や奥深さに魅せられた修了者が集まり、趣味を活かし、福祉施設等でのハーモニカ演奏を始めました。

ハーモニカの魅力は、持ち運びが簡単で、人が立てる場所があればどこでも演奏できることと、誰もが郷愁を覚える、懐かしい音色にあります。合奏で重なることによってその音は、さらに輝きを増します。

「楽しかった」の一言で、活動が続けられる

「“待っていたよ！今日は何を吹いてくれるの？”と訪問先で暖かく迎えられた時、演奏に合わせて体を左右に揺らしたり、大きな声で歌ったりして自分たちの演奏を楽しんでくれていることがわかる時、楽しかったと言ってもらう時などにボランティア活動の喜びを感じ、活動を続ける原動力になります」とフレンズモニカの皆さんは話してくれました。

皆さんが大切にしているのは、演奏した曲の反響を振り返り、季節感を取り入れた曲目を準備することと、「きれいな音」を届けることです。濁りなく澄んだ音を鳴らすためには、日々の練習が欠かせません。指導者の松本さんは「練習を休むと音が崩れるので、吹き続けることが大切です」と話します。演奏に自信がなければ、音に出てしまうそうです。そのため、メンバーの中には、1日2時間自宅で練習をしている方もいるとか。

裏面に続く

個人練習が続けられるのは、できなかつた曲が演奏できるようになった時の達成感もありますが、何よりも仲間がいるからこそです。グループでの音合わせや、同じ趣味を持つ仲間同士の会話も活動の楽しみです。ハーモニカを吹く仲間同士、何を伝えたいのか、どう感じているのかを音で表現し、交わす言葉が少なくても、理解しあえることもあるそうです。

今後の活動について代表の村岡さんに伺うと、「練習して技術を高め、曲のレパートリーを増やし、もっと皆さんの心に残り、喜んでもらえる演奏ができるようにしたいです。また、多くの人にハーモニカの魅力を知ってもらえるように、これからも活動を続けたいと思います。演奏の依頼があれば可能な限り応じます。」と話してくれました。



様々なハーモニカの音色を組み合わせることで、多彩な演奏ができます。



毎週木曜日に平泉コミュニティセンターでグループ練習を行っています。苦手な部分を繰り返し練習していました。

フレンズモニカへの活動依頼は、下記までご連絡ください。  
 神栖市社協ボランティアセンター  
 神栖本所 0299-93-1029 (担当：下田)

## ～ボランティア登録・ボランティア活動保険のご案内～

ボランティアセンターでは、ボランティア活動をしている・してみたい、個人・グループのみなさまにご登録していただき、ボランティア情報の提供や活動の支援を行っています。ボランティアに関する要望や依頼等があった際には、登録された情報をもとに職員がコーディネートをします。

現在、活動中の方やこれから活動を始めてみたい方など、ぜひご登録していただき、ボランティアセンターをご活用ください。

ボランティアセンターへ登録すると...



ボランティア活動の助成金や社協事業等の案内、活動の支援が受けられます。また、交流サロンのロッカーやコピー機の利用、ボランティア活動保険への加入ができます。



ボランティア活動保険とは？

ボランティア活動中の本人のケガや他人にケガを負わせた場合、他人の物を壊した場合等の損害賠償責任を補償します。

加入にはボランティアセンターへの登録が必須です  
 自動車による事故は

- ・加入者自身のケガのみが対象
- ・対人、対物事故などは保険の対象外です。

ボランティア活動保険の補償内容と保険料

	保険金の種類	加入プラン・補償金額		
		Aプラン	Bプラン	
ケガの補償	死亡保険金	1,200万円	1,800万円	
	後遺障害保険金	1,200万円 (限度額)	1,800万円 (限度額)	
	入院保険金日額	6,500円	10,000円	
	手術保険金	入院中の手術	65,000円	100,000円
		外来の手術	32,500円	50,000円
	通院保険金日額	4,000円	6,000円	
賠償責任の補償	賠償責任保険金 (対人・対物共通)	5億円(限度額)		
年間保険料 (掛け金)	基本タイプ	300円/人	450円/人	
	天災タイプ <small>※基本タイプでは対象外となる地震、噴火、津波によるケガを補償します</small>	430円/人	650円/人	

【保険の適用期間】 加入日の翌日から  
 (平成28年4月1日以降～平成29年3月31日)  
 ※申し込みには署名又は印鑑(団体は代表者のみ)が必要

【お申し込み・お問い合わせ先】 ボランティアセンター 〈神栖市社会福祉協議会内〉

神栖本所 0299-93-1029(下田) 保健・福祉会館 2階 (月～土 8:30～17:15)

波崎支所 0479-48-0294(横田) はさき福祉センター 1階 (月～金 8:30～17:15)

## シリーズ おじゃまします♥わくわくサロン ふれあいサロンめだか 編

1月10日(日)に新港公民館で開催された“ふれあいサロンめだか”には、22名の参加がありました。このサロンでは毎回、始めと終わりに「めだかの学校」をみんなで歌います。「誰が生徒か先生か」の歌詞のように、高齢者もボランティアもなく、サロンに来た人全員が楽しめるようにしたいという平成9年のスタート当初の思いが、現在も残っています。

この日のプログラムは、体操、ジャンボかるた、1月に誕生日を迎えた方のお祝い、など。一番の楽しみは、月1回会う仲間との、食事をしながらのおしゃべりのようです。

代表の松本さんは、「皆さん“めだか”を楽しみにしていて、自分も楽しんでます。行くところがある、ということはとても大切なことだと思います。くつろいでもらえる空間であることを活動にあたって大事にしています。毎回プログラムは準備しますが、急がず、その場の流れに応じています。サロン活動は、将来の自分が行くところをつくることでもありますので、続けていきたいですね」と話してくださいました。



新年最初のサロン。「明けましておめでとう。今年もよろしくお祈りします。」と参加者同士があいさつをしました。



ジャンボかるた。みなさん童心にかえり札に手を伸ばします。

サロンは、家に閉じこもりがちな地域の高齢者や障害者、子育て中の親子などが身近な場所に集まって気軽に楽しい時間を過ごす活動です。神栖市社協では、わくわくサロンづくりと運営のお手伝いをしています。

お問い合わせは 神栖市社協 神栖本所 0299-93-1029(担当:下田) 波崎支所 0479-48-0294(担当:横田)まで

## お知らせ

### 子育てサロン 子育てふれあい広場『ひよこ』

子育てふれあい広場ひよこは、親子体操や手遊び、ママ同士で育児の情報交換などをしながら、楽しい時間を過ごしています。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来て下さい。(事前申込み不要)

日 時：平成28年2月18日(木)、平成28年3月17日(木) 10:00~11:30

3月17日(木)は、だれでも簡単にできる健康法“笑いヨガ”も実施します。

場 所：市保健・福祉会館 趣味余暇活用室 参加費：無料

対象者：子育て中の親子(年齢は問いません)

【お問い合わせ先】 保育サポーターひよこ 代表:田中 TEL 0299-93-0603  
ボランティアセンター 担当:下田 TEL 0299-93-1029



### たんぽぽ広場 ~ 保育サポートたんぽぽ ~

たんぽぽ広場は、子育てママ同士の交流を応援しています。親子ふれあい遊びとハワイアンリトミックで、楽しいひとときを一緒に過ごしませんか?(事前申込み不要)

日 時：平成28年2月19日(金)

10:00~11:30

場 所：若松公民館 視聴覚室 参加費：無料

対 象：乳幼児の親子 ※同室にて託児があります。

【お問い合わせ先】社協波崎支所 担当：横田 TEL 0479-48-0294



ハワイアンリトミックとは、ハワイアンミュージックに合わせて、フラダンスの手の動きやステップを取り入れて踊る、親子のコミュニケーションを目的とした音楽教育です。

# 参加者募集 ういるかみす仲間づくり講座

この講座は、私たちが安心して暮らすための「地域で支え合う仲間づくり」をテーマとしています。年々愛好者が増えている家庭菜園と、私たちのまちの福祉や初対面の方とのコミュニケーションをお茶を楽しみながら学んでみませんか。お気軽にご参加ください。



日時：平成28年3月23日(水) 13:00~16:00

場所：神栖市はさき福祉センター 1階 会議室3

定員：15名(先着順。男女問いません)

内容：13:00~13:05 オリエンテーション

13:05~14:05 家庭菜園の上手な作り方 ~土づくりのコツと夏野菜の育て方~

アドバイザー：北村陸夫氏(平成25・26年度神栖市緑のカーテンコンテスト特別賞受賞)

14:05~14:20 休憩

14:20~16:00 お茶会 市地域包括支援課・社協・高齢者相談センターの職員による、神栖市の福祉(高齢者・障害者・子育て世帯)の話、コミュニケーション技術

費用：無料 持ち物：動きやすい服装でお越し下さい。

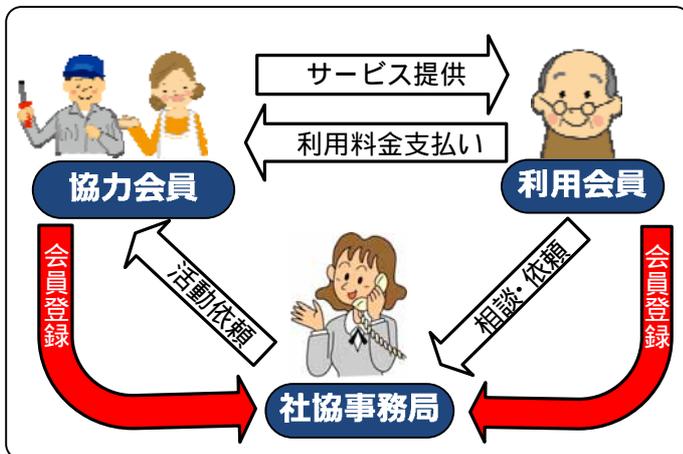
締切：3月16日(水)まで

申込み・問合せ先：ボランティアセンター 神栖本所 TEL：0299-93-1029(担当：下田)

波崎支所 TEL：0479-48-0294(担当：横田)

## “ういるかみす”とは...

『ういるかみす』は、高齢者・障害者・妊産婦さんなど、日常生活で不安を抱え「ちょっと誰かに手伝って欲しい」という《利用会員》と、掃除や買い物、外出時の支援をする《協力会員》による住民参加の有償型の支え合い活動です。



### 主な活動内容

- ・日用品の買い物、掃除、洗濯
- ・外出の付き添い(通院等)
- ・庭木の剪定、草取り、日曜大工  
日曜・祝祭日及び年末年始は休み

### 会員制 利用会員・協力会員ともに

年会費1,000円(年度更新)

### 活動料金

午前9時~午後5時 1時間 700円

その他の時間帯 1時間 800円

利用毎に別途交通費 200円

## 協力会員の声



協力会員の末松さん。  
修理やペンキ塗りが得意です。

私は、2年ほど前に協力会員として登録しました。すでに他のボランティア活動を始めていましたが、ボランティアセンタースタッフの方からひとり暮らし高齢者のお宅の縁側のペンキ塗りのお話があったことがきっかけです。

現在は、高齢者宅の家庭菜園の土作りや買い物、草取り、庭木の剪定、ドア等の簡単な修理をしています。作業が終わって、利用会員さんから笑顔でお礼やねぎらいの言葉をかけていただいた時に喜びを感じます。今後もみなさんの手助けになるよう、活動を続けたいと思います。皆さんもういるかみすの活動と一緒に参加してみませんか？