

# ボラマガ

～ボランティアセンターマガジン～

平成27年6月14日号 第24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 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)



## シリーズ おじゃまします♥わくわくサロン ティータイム 編

東日本大震災以降、希薄になったと言われて久しい、人と人とのつながりの大切さを実感した方も多くいらっしゃるのではないのでしょうか。「サロン活動」は、高齢者や障害者、子育て中のお母さんなどが気軽に楽しく参加できる場を設けることで、孤立しがちな人々と地域を結びつける取り組みです。現在は、神栖市内に主に高齢者が集う「わくわくサロン」が14か所、「子育てサロン」が2か所活動をしています。

今回は、はさき生涯学習センターを拠点に活動するわくわくサロン「ティータイム」をご紹介します。

5月2日(土)、はさき生涯学習センターの料理実習室には、食欲をそそるにおいが漂っていました。『ティータイム』の自慢は、みんなでつくるおいしい料理です。料理自慢のメンバーが考えたメニューは、栄養バランスはもちろん、盛り付けも彩りも、レストランにひけをとりません。この日参加した8名は、『鮭と茸と野菜のホイル焼き』をはじめとする料理に舌鼓を打ちました。お腹を満たした後は、音楽活動をしているメンバーのシンセサイザーの伴奏で合唱。「川の流れるように」「白い色は恋人の色」等、懐かしい歌を口ずさみます。



メンバーによる腹話術が披露されました。かわいい人形「草太郎君」との楽しい掛け合いに、参加者一同は大喜びでした。

参加者の年齢層は、お母さんと一緒に参加している中学生から80代までと、幅広いものです。ティータイムの活動は様々で、ギターの演奏で歌ったり、手作りのゲームや輪投げなどをしたり、メンバーの趣味や特技も活かしながら、できる範囲で無理せず活動を続けています。➡裏面に続く

この日参加していたみなさんは「サロンのおかげで、新しい仲間と出会えてうれしい。」「いつまでも元気でサロンに参加したい。」「食べて歌って月1回のリフレッシュ。生活にメリハリができた。」と、満面の笑顔で語ってくれました。

代表の幸保さんは、雑貨屋を営んでいた頃のにぎやかさを懐かしみ、近所の人々が気軽に集まれるサロンを作りたいと考え、ティータイムを平成25年2月にオープンしました。「60代の今は、色々な人たちと関わり、つながりを広げていく、サロン活動を通じて栄養を蓄え、自分を成長させる時期だと思います。70歳を迎える頃には、サロン活動をもっともっと、花開かせたいですね。」と幸保さんは語ってくださいました。

※ティータイムは、毎月第1土曜日(7月は4日)午前10時30分から、はさき生涯学習センターで開催されています。

## あなたの地域で『わくわくサロン』を立ち上げてみませんか

わくわくサロンは、地域の皆さんの仲間作りを応援する活動です。

高齢者や障害者、子育て中のお母さんなどが、仲間と一緒にレクリエーションや食事などを通じて交流することによって、孤立防止や、高齢者の認知症予防が期待されています。



神栖市社協は「わくわくサロン活動」を推進しています。お住まいの地域で「やってみたい!」と思われたら、立ち上げから運営の支援をさせていただきますので、お気軽にご相談ください。

### 社協はこんなお手伝いができます

相談	サロン立ち上げや活動、内容など、運営についての相談を受けています。
情報提供	市内外の研修会や市内で活動するサロン活動者同士の情報交換を支援します。
保険加入	サロン活動に対して、ボランティア活動保険や行事用保険に加入できます。
助成制度	3年間(3回)、運営の一部を助成します。(詳細は下記まで)

サロン活動についてのお問い合わせは

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

## 外出やイベントを一緒に楽しみませんか? 「介助ボランティア」募集

ボランティアセンターでは、市内の高齢者・障害者施設の外出活動やイベント時のお手伝いをしていただける方を募集しています。

介助する時の注意点や車椅子の操作方法などの講習も随時行いますので安心して活動することができます。この機会にボランティア登録して楽しい思い出をたくさんの人たちと共有しませんか?

活動の例: 市内商店や道の駅などでの買い物や、お花見や見学の付き添い、施設内の運動会…など



「道の駅いたこ」での買い物の様子。

お気軽にお問い合わせください

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

# 『さわやか会食会』 あなたも参加してみませんか？

神栖市社協では、65歳以上のひとり暮らしの方を対象とした『さわやか会食会』を実施しています。この事業は、ひとり暮らし高齢者に、参加者同士や民生委員さん、地域のボランティアとの交流を通じて、暮らしに生き生きとした彩りを添えていただくことを目的としています。ボランティアによる手作りの食事、おしゃべり、カラオケ、踊りや歌の演芸等で楽しい時間を過ごしていただきます。

平成27年度の会食会実施予定【参加費：無料】

神栖地区 会場：神栖市保健・福祉会館  
いずれも午前11時開始

波崎地区 会場：神栖市はさき福祉センター  
いずれも午前11時開始

	開催予定日
神栖地区全体	平成27年 6月30日(火)
	10月 8日(木)
	平成28年 3月10日(木)

	開催予定日
波崎東部・西部	平成27年 9月11日(金)
矢田部・若松	10月30日(金)
波崎東部・西部	平成28年 2月12日(金)
矢田部・若松	3月11日(金)




ボランティアによる演芸も好評です

☆開催のご案内は、社協に登録されている65歳以上のひとり暮らしの方へ、お住まいの地区の民生委員さんを通じ、お知らせしています。

新規で参加ご希望の方は、地区の民生委員さん、または神栖市社協までご連絡下さい。

【連絡先】 神栖本所：担当 下田 TEL 0299-93-1029  
波崎支所：担当 横田 TEL 0479-48-0294

 さわやか会食会は、市民の皆様から寄せられた『赤い羽根共同募金』の配分金を活用し実施しています。

## 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、親子同士が体操や手遊びなどをしながらふれ合い、楽しいひとときを過ごしています。また、ママ同士でおしゃべりをしたり、子育てに関する情報交換をすることで、ママ友をつくるきっかけの場となっています。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来て下さい。7月は、ハワイアンリトミックを行います。

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。

日 時：平成27年 6月18日(木)、7月16日(木) 10:00～11:30 事前申込み不要  
場 所：保健・福祉会館 集会室B 参加費：無料 対象者：子育て中の親子(年齢は問いません)  
問合先： 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、親子のスキンシップと子育てママ同士の交流を応援しています。リフレッシュ体操や親子のできる遊びを通じて楽しいひとときを過ごしませんか？

日 時：平成27年**6月19日(金)** 10:00～11:30  
場 所：若松公民館 視聴覚室  
対 象：乳幼児の親子 ※1歳以上のお子さんは同室にて託児があります。  
参加費：無料 事前申込み不要  
問合先：社協波崎支所 担当：横田 TEL 0479-48-0294





# ボランティアセンター 利用案内

ボランティアセンターは、市民のみなさんが「いつでも・どこでも・だれでも」気軽にボランティア活動に参加できる環境づくりや社会的な支え合い活動を側面から応援する拠点です。

ボランティア活動を希望する方、必要とする方や団体、施設からの各種相談などに応じています。お気軽にご相談ください。

## ボランティアセンターの機能

ボランティアをしたい方  
ボランティアセンターに電話もしくは来所のうえ、ご相談ください。できる時間ややってみたいことなどから最適な活動をご紹介します。

※現在センターに登録しているグループや活動内容についてはホームページに詳細を掲載しています。ぜひご覧ください。

ボランティアを必要とする方  
活動してほしい内容や日時などを電話もしくは来所してご相談ください。内容によって職員が訪問し調整（コーディネート）させていただきます。また、ボランティア以外に公的なサービスがある場合は、あわせて紹介させていただきます。

グループ支援  
活動に必要な機材の貸し出しや各種助成金申請のお手伝いをします。

情報発信  
福祉やボランティアに関する情報の収集を行い、広報紙やホームページ、窓口などで情報提供をしています。

お気軽にボランティア活動に関するご相談をお寄せください

神栖市社協ボランティアセンター 神栖本所 溝口1746番地1 神栖市保健・福祉会館内

電話 0299-93-1029(担当:下田)

波崎支所 土合本町3-9809-158 神栖市はさき福祉センター内

電話 0479-48-0294(担当:横田)まで



# 交流サロン 利用案内

交流サロンは、地域の皆さんの交流の場で、神栖市社協ボランティアセンターが運営しています。ボランティア関連の相談を受けたり、活動情報を掲示するほか、作品展示などのスペースも設けています。また、10人程度の小さな会議や打合せ等にも利用しやすいスペースにもなっており、地域に開放された場所です。

開所時間：午前8時30分～午後9時00分まで

（日曜、年末年始を除きます）

職員出勤：午前8時30分～午後5時15分まで

（日曜・祝日を除きます）

場 所：神栖市保健・福祉会館2階

ボランティアセンター内

下記の物品を利用することができます

- ・ボランティア活動に関するビデオの貸出
- ・コピー機(白黒1枚10円、カラー1枚50円)
- ・ボランティア団体のPRができる情報掲示コーナー
- ・パソコン
- ・事務用品
- ・FAXの送受信
- ・コーヒーマーカー



どなたでも自由に使えるスペースです