

「人生100年時代のボランティア活動」

すでに活動中の方には、活動がさらに楽しくなるような・・・
これから始めてみようかなという方には、きっかけとなるような・・・
シニアの方向けボランティア応援講座です。

日時：10月25日（木）14時～16時

講師：ダイヤ高齢社会研究財団 澤岡 詩野 氏

定員：50名（先着順） 会場：ばれっと旭2階 多目的研修室

申込期間：9月25日（火）10時から10月15日（月）17時まで



「心のサポーター養成講座～知ることからはじめよう!～」

精神障害者と関わる活動について、ご紹介いたします。
今回の講座をきっかけに活動を広げてみませんか？

日時：11月7日（水）14時～16時

講師：地域生活支援拠点 ほっとぽっと 会場：ばれっと旭 2階 多目的研修室

申込期間：10月15日（月）より受付開始

「サロン連絡会フェスティバル～演奏ボラと施設・サロンの交流会～」

楽器演奏や手品、紙芝居など特技をいかしたボランティア活動者をぜひお招きしたい！
という施設関係者やサロン運営者の皆様ぜひお越しください！

日時：11月9日（金）13時30分～16時30分

場所：二俣川地域ケアプラザ（二俣川駅直結 コフレ二俣川オフィス6階）

申し込み不要です。直接会場にお越しください。



あさボラ通信

今号では、一つのボランティア活動を、細く長く継続して活動しているボランティアさんに焦点をあてお話を伺いました。皆様のボランティア活動のご参考になれば幸いです。



バルーンアートでボランティア活動中！
「ふわふわ隊」のみなさん 詳しくは中面へ→

旭区ボランティアセンターとは・・・

ボランティアをしたい人（団体）とボランティアに来てほしい人（団体）をつなぎます。活動中のボランティア活動に関するご相談にも応じています。専属のボランティアコーディネーターがお話を伺い、ボランティア活動を支援します。



横浜市旭区社会福祉協議会
旭区ボランティアセンター

開館時間：月曜日～土曜日 9時～21時
日曜日・祝日 9時～17時

〒241-0022 横浜市旭区鶴ヶ峰1-6-35
電話：045-392-1133 FAX：045-392-0222
Eメール：asavora@ceres.ocn.ne.jp



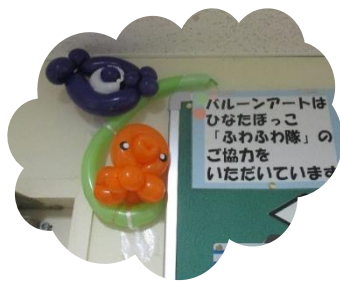


旭区地域子育て支援拠点 ひなたぼっこ

ボランティアグループ

ふわふわ隊

2010年ひなたぼっこの講座から発足し、現在約 30 名が所属。区役所での装飾、地域で行われるお祭り等で依頼を受け、バルーンアートを行うボランティアグループ。ふわふわ隊の作るバルーンアートが「可愛い！」と口コミで広がり、現在は地域ケアプラザや町内会など年 30 回ほど活動しています。



★活動を始めたきっかけは？

子どもが小学校に入り時間ができたことがきっかけです。もともとバルーンアートに興味があり、当初は、講座のあとにボランティア活動があるとは知りませんでした。先輩ボランティアに誘われて始めました。

★ボランティア活動の魅力、活動して感じることはなんですか？

楽しいです！個人でやっているとなかなか広められる場がないし、やらないと忘れてしまいます。でも、グループでやることによって披露する場があり、メンバー同士で色々な意見を出し合いながら作品を生み出せます。

★これから活動を始めようとする方に一言お願いします！

友人などから誘いがあれば、「とりあえずやってみる！」というスタンスでよいのではないのでしょうか？自分が楽しめば長続きすると思います。

(左から)メンバーの下地さん、我妻さん⇒



ひかりが丘地域ケアプラザ

精神障害者サロン

にこにこ会

毎月第 4 木曜日午後、行っているサロン活動「にこにこ会」。心に障害のある人と一緒に料理したり、輪投げをしたり、時には里山ガーデンや虫狩りなどみんなでわいわいやっています！

★ボランティアをしてよかったことは？

「ありがとう」「顔が見たかったよ」と言われること、また、仲間や色々な人に出会えたこと。利用者の笑顔や成長がみられることも嬉しいです！

★ボランティアを長く続ける秘訣は？

自分がまず健康でいること。「これならできる！」と思うボランティアを無理せず続けていくことだと思います。

★これから活動を始めようとする方に一言お願いします！

「やりたい！」と思ったら実際に見学に行くこと。自分の趣味などをきっかけに施設と接点を持ち、ボランティア活動についてもより知っていくと良いと思います。



後列左より前川さん、塩崎さん、前列左より早川さん、後藤さんにお話し伺いました。



上白根地域ケアプラザ

コーヒーボランティア

ぷらざ・かふえ・ゆるり



毎月第 2 火曜日 13 時～15 時、「ぷらざ・かふえ・ゆるり」のサロン参加者に、コーヒーを豆から挽いて淹れるボランティア活動をしています。

遠藤さんを含め、5 人のボランティアで食器の準備や配膳、後片付けを行います。普段はケアプラザでの活動ですが、地域の集いの場に出張することもあります。



★活動を始めたきっかけは？

70 歳で定年退職した 2 年後、「コーヒーの淹れ方講座」というケアプラザの講座に参加しました。講座終了後、職員に誘われ、「月に 1 度の活動ならやってみようか…」という軽い気持ちで始めました。

★活動して感じることは？

「このコーヒーうまい！」「美味しい！」と言われるとやはり嬉しいし、活動の励みになります。今では月に 1 度の大切な予定です。

メンバーの遠藤さんにお話し伺いました！



★これからボランティアをしようと思っっている方に一言！

あまりたくさん活動をしようとしても疲れてしまう。無理なく、自分のペースで続けていくことが大事なのではないでしょうか！