

2004年
4月 No. 258

SINCE 1977

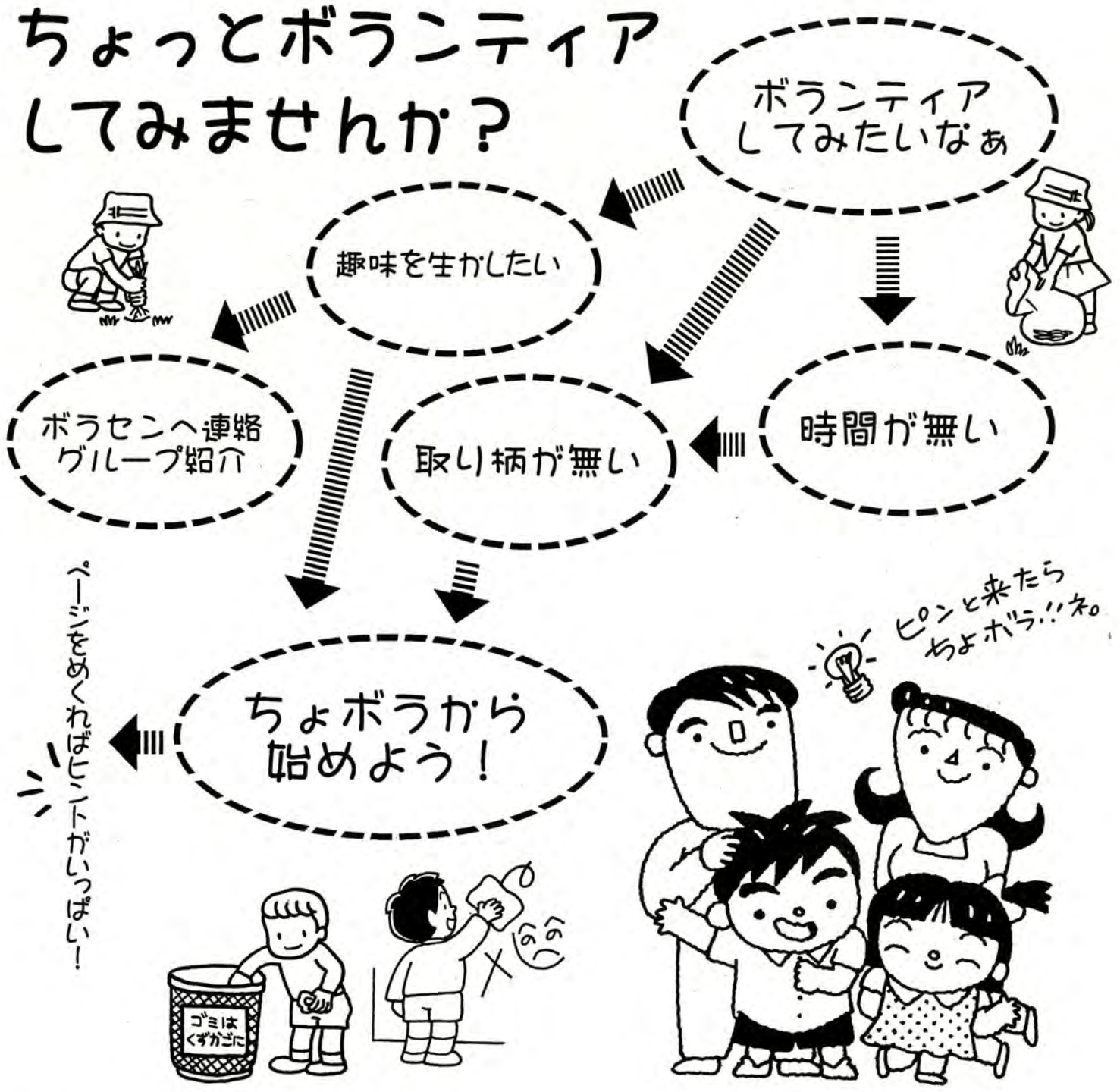
発行所/〒380-0813 長野市緑町1714-5
長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513
http://www.vnetnagano.or.jp
E-mail:volucen@vnetnagano.or.jp



ボランティア かわらばん

編集発行 ながのボランティアかわらばん編集委員会

ちょっとボランティア してみませんか?



みんながネットワーク

このかわらばんは信毎販売センターのご好意で
一部の地域へボランティアで配付していただいています。

毎月1回発行/購読料・年間300円
[購読料は会費に含まれます]



包丁研ぎ教室ボラ

子どもたちと語りながら竹細工

・吉沢嘉寿さん

まだご自分のお子さんが小さかった頃、自分の子どもが手作りの竹とんぼを喜ぶ姿を見て、それなら他の子どもたちにも・・・と思ったことが吉沢さんのボランティア活動のきっかけでした。以来、自宅を開放して子どもたちに竹とんぼやコマの作り方を教えたり、小学校で竹細工の授業を教えたりしているそうです。吉沢さんは子どもたちとの語らいを重視しています。「最近の子どもたちは会話を失ってきている。会話の楽しさをきずいてもらいたい」。子どもたちに身近な自然の話を聞かせ、五感で感じたものから会話の楽しさを知ってもらいたいと思っています。言葉のはしはしに吉沢さんの思いが伝わってきます。

技とともに心を伝える

「地域の子どもたちに生活文化を伝承し、それとともに子どもたちのこころの豊かさも育む。そしてすてきな後継者になってもらいたい」。子どもたちへの愛情が、吉沢さんの原動力です。ほかに、6月と10月と年

2回、地域で「包丁研ぎ教室」も開いているそうです。子育て中のお母さんを対象にしていますが、前回は4歳の女の子が最年少参加者でした。「今日、包丁の研ぎ方を覚えたら、お隣の一人暮らしのおばあちゃん、包丁切れなくて困ってないかな？と気付けてあげなさい」。包丁の研ぎ方だけでなく、自分にできることは何か、参加者に「ちよこつとボランティア」を考えさせるきっかけも提供しているそうです。「ボランティアは集団でやらなくてもボランティアなんです。人が困っていることを助けてあげることがボランティア。心持ちがあればすぐできる。無理なく自然にやってきたから長続きしたのかもしれない」。自分も楽しく自然体が吉沢さんのボランティアに対する姿勢です。(取材 勝田貴子)

型にこだわらず いろいろボラ

きっかけは車イスバスケット

・宮下克彦さん

以前からなにか世の中の役に立ちたいと思っていたが、仕事が忙しくなかなか自由になる時間がなかった。そんなとき息子と車イスバスケットのボランティアを始めたことがきっかけで、いろいろなボランティア活動をするようになった。特に子どもと参加したスペシャル・オリンピック

クスの活動体験は一緒に参加して、とてもよかった。そうした体験を通して子どもと会話が自然に増えて、親子間のコミュニケーションが密になったように思う。ボランティア活動を通していろいろな人と知り合えたこともとてもよかったと思う。

大したことはしてないんです

宮下さんにインタビュをしてみて、自分が無理なくできることをやっているの特にボランティアをしているという意識が無い！ということを感じた。しかしそれは、困っている人をみかけたら自然に手が出てしまうという、宮下さんの性格に由来していることが大きいと思う。象徴しているのが「迷ったら行動する」との言葉だ。「型にこだわらないボランティアがいい」という宮下さん。今後ますます活動の巾を広げていくことだろう。(取材 盛田芳文)

障害者の介助ボラ

母のボラ活動を見て自然に

・久保田陽子さん

きっかけは、母の活動を見て。小学生の頃から病院や児童センターと一緒に通いました。私はただ遊びに行くという感じです。当時はボランティアの意味など考えたこともなく、



高校生

校内の弱小同好会を何とか認めてもらおうと、不純な動機で子どもたちの『おもちゃを直すボランティア』に参加、自分の特技を生かして活動するうちに、子どもとのことが大好きなことに気がついた。

年に一度の豪雪地帯での『雪下ろしボランティア』帰りの温泉も楽しみの一つです

30代現役 社会人



中学生 陸上部

『学校バザーの宅配ボランティア』健脚を生かして買って頂いた品物をどこまでもお届けします



相手の方と遊ぶことが楽しかったのだと思います。

意識的にやがてほかの活動へも興味を持つようになり、高校2年のとき、あるNPOの幼稚園が主催する2泊3日のキャンプに参加し高校生が中心となっていた。「雪の学校」の存在を知りました。2月の行事では、初参加にもかかわらず班長を任せられ戸惑いながらも無事に役目を果たすことが出来たのだと思っています。「班長として頑張ってたね。楽しい班にしてくれてありがとう！」と言われて感激しました。相手が喜んでくれた時、自分もハッピーな気分になるんです。その一瞬を味わってしまおうと止められませんね。

ついでにやってみたら

今後もしいろいろな活動をしていきたいと思っています。絵の趣味を生かせたらと思っています。児童センターで何かやってみればいいんじゃないかな。やってみなきゃわからないことって沢山あると思いますよ！

(取材 寺島祥正)

花を飾るボラ

カウンターに花の彩りを

・中澤雪江さん

春のお彼岸の中日をあんと少しで迎えるというのに朝から冷たい雪が舞っ

ていた日、ボランティアセンターでお話をうかがいました。目の前のテーブルには中澤さんが生けてくださった優しい色の花々が飾られ、一足早い春を運んできてくれていました。12才でお花の勉強を始めて以来ずっと花に携わり「私は自分のことを花遊人(はなゆうびと)と言うのよ」とおっしゃる中澤さん。初めてボランティアセンターに生花を飾ったのは10年前。当時、場所を移転して新築されたセンターのカウンターにはまだ何も無くガランとしていて、「ずっと親しんでいる生花を飾って彩りを添えたい」と考えたのがきっかけだったそうです。以来お花を見て喜んでくれる人の気持ちが励みとなって、今日もまたセンターの中にはスイートピーの春らしい香りが漂い、ここに集まる人々の気持ちを和ませてくれています。

できることをできる範囲で

今も生徒さんに生花を教えたり、他のボランティアグループの活動もされている中澤さん。以前は週に一度センターに足を運びお花を生けられていたそうですが「最近はこちらに来る間隔が長くなっているのよ。お花好きの方が協力してくださればうれしいわ」とおっしゃいます。これからも体の調子と相談しながら無理せず続けていきたいと話してくださいました。

『自分の得意な分野を活かして、で

きることをできる範囲で』。気負わず楽しみつづけたからこそ、10年もの間続けることができたのです。花は生花は生けられなくても、山野の花を一輪摘んでテーブルに、これなら私にも始められそうです。

(取材 宮沢久美子)

アウトドア関連のボラ

多趣味を生かして
多彩な活動

・市川勉さん

かわらばんの印刷をお願いしているコロニー印刷で営業の仕事をしているかたわら、多趣味をいかしてボランティア活動をしている。18年前からカヌークラブでカヌー教室・心(いかだ)下りのサポートをしたり、そのほかテニス講師のサポートなど市川さんの活躍の場は広い。スポーツだけでなく地域のお祭りなどにも積極的に参加して、焼きそばづくりなどをしている。もちろん職場のお祭り、コロニー祭でも大活躍。そんな市川さんのボランティア活動のきっかけはカヌークラブにあった。緩やかな流れ、急流、自分以外の生命を預かる中で仲間意識が強くなったり、事故防止や事故の発生時の対応などの計画性がボランティア活動に通じるものがあるという。

昔とった杵柄
『合コンの設定
ボランティア』 自分も楽しみみんなも楽しい。



30代
現役社会人

中学生



病院や施設へ行くときに道端の花や落ち葉をちよっと拾って持っていだけで、『季節を運ぶボランティア』

総合学習や、運動会のために猛特訓をしたロックンローンを『病院や施設の音楽会で踊り』ます。

迫力のある中学生の熱気が伝わります。

中学生





ボラは仕事の糧

最近の市川さんの悩みは、仕事、家族、趣味（ボランティアを含む）どれをどのように選択すればいいのかということである。昔は趣味を優先できたが、最近ではそうもいかない。仕事との両立にはやはり苦労しているようだ。しかしボランティアをした日は心地よい疲労感があり、翌日からの仕事の糧となっている。

これからボラ始めたい人へ

仕事以外でも積極的に動けば、意外な自分を見つけることができる。それが仕事にも役立つことが多い。ボランティア活動の目的、事故発生時の対応についても考えていける仲間が必要。仲間を大切にすることから、自分で考え行動できると思う。そんなボランティア活動って素敵です。すよね。（取材 盛田芳文）

ボラこれから始めます

お年寄りの笑顔がきっかけで。越川朱野さん

小学校のときに、委員会で行ったのが最初です。お年寄りの方の笑顔が忘れられません。また、私の姉が障害を持っていたこともあり、「雪の学校」にも参加したこともあります。

姉の友達になかば強引に参加させられたのですが、とても楽しかったことを覚えています。

しかし、中学から今に至るまではほとんどボランティア活動をしていません。弓道一筋で取り組んできましたが、決してボランティアへの興味を失ったわけではありません。

またそろそろ始めようかな

この春から3年生になり部活も一区切りついたので、そろそろまたボランティアをしたいなと思っています。「雪の学校」や、「スペースサルサマーキャンプ」に興味を持っていて、高校生が主体となっていて、企画をたてていく事に魅力を感じます。他校の友達と、ひとつのものを創り上げる機会はなかなか無いですからね。その過程で友達の輪も広がったら楽しいです。すよね。

ボランティアをする時に、特に意味を考えたりすることはありません。そのとき分からなくても、終わったときに何となく理解できると思うんです。だから、私がボランティアで意識する事は「楽しい！」と思えるかどうかです。相手が楽しいと思うから、自分も楽しいと感じるんじゃないですかね。活動しているとんだか性格が良くなっていく気がするんです。性格美人になりたいその貴方、まずははじめの一歩から！（取材 寺島祥正）

グリーンノート

こぼれ種から



こぼれ種でよく増えるジャーマンカモマイルのあふれる花

ジャーマンカモマイルが冬の前から、あちこちのこぼれ種から芽を出し、じゅっくりと育っています。ニゲラやポリジ、クラリーセージやアーティーチョークミなど、ローズマリーまでも思わぬところから顔を出しています。「あなた、そこが居心地よく、好きそうね。」

と、そのままにすることもありますが、多くは同じ仲間のいる場所や、他の容器に移します。こぼれ種から、けなげに芽を出した草花も放つてはおけません。

グリーンボランティア 徳永



スタッフ日記

私事ですが、退職することになりました。本当にお世話になりました。ありがとうございました。みなさんに支えてもらい、助けてもらった毎日は宝物です。4月から「長野障害者自立支援センター マイステップ」（市障害者福祉センター内）にお世話になります。ひきつづきおつきあいください。よろしくお願ひします。湯本

21世紀の福祉を考える会

隣のボランティア 第28回

グループ名

二十一世紀の福祉を考える会

21世紀は高齢化社会という話が出始めた頃の1990年に発足したグループ。

「高齢になることは何かしらの障害を持つこと」と言われ、自分の住んでいる福祉度はと「福祉マップ作り」に参加。その後、長

野駅の使い勝手をアンケート調査、自分の事は自分で考えようと「ケアハウス」について調べ、それぞれ発表してきたとか、現在は必要性から増えている宅老所について取材しているとか。

平均年齢70歳の「元気印」の高齢者の皆さんの取り組みを期待しています。

紹介者 パネルシアターもくれん

4 月分の相談現場

ボランティアセンターの

ボラしたい

高校生。医療系のボランティアしたい。

高校生。医療系に関心があり、進学もしたい。いろいろ勉強したいのでボランティアしたい。話し相手や簡単なことができることを。職場体験もなかなか人数制限があつてできない。

⇒ いろいろ相談して、看護に進みたい高校生のための病院のボランティアサークルがあり、そこで活動することになった。

会社で切手を集めたので寄付します。

1年間、会社の社会貢献として、会社の内外でお客さんにも協力してもらい、切手を集めた。地域のために使ってほしい。

⇒ ボランティアセンターでは古切手を集めて近隣地域のボランティア活動支援のために使っています。併せて活用させていただくことにしました。

退職したらなにか活動したい。

退職して時間ができるので、なにかしようと思う。何をするかは決まっていなくて考え中。

⇒ 時間をかけながら、今までの生活や趣味、得意なことなどの中から、関心のあることで、自分に合いそうな活動を探していくことになった。

ボラ求む

児童養護施設の学習ボランティア募集。

去年から児童の学習を一緒にする、学習ボランティアを募集して活動した。年度が替わり、辞める人がいるのでボランティアを募集したい。

⇒ 昨年のように、「かわらばん」HPなどで広く募集することになった。

毛糸をほしい。リハビリ活動に使う。

作業所で毛糸で作品を作っている。生活に目標とはりができる。使える毛糸があれば少しでもいいからほしい。

⇒ そのすぐ後に毛糸に寄付の問い合わせがあり、紹介した。

施設で春休みに手伝ってほしい。

障害者施設。春休み中、2日くらい職員が手薄になる日がある。ボランティアで来て手伝ってほしい。

⇒ 内情を分かって慣れている人のほうがいいということだったので、話しをしていく中で、サマーチャレンジボランティアで活動体験した人に連絡を取って見ることになった。

情報

子育てサークルに入りたい。情報を知りたい。

子育てサークルに入りたい。他市から引っ越してきたので長野の状況が分からない。他市では年度末になると募集情報を広報で一斉に、流してくれるので情報に困らなかったが、ここでは自分で動かないと情報が得られないようだ。何をみると分かるのか？

⇒ センター内で活動しているグループとひよこの会が作っている「ひよこマップ」を紹介。地域の子育て関連情報の集まっている子育て支援センター・公民館・じゃんけんボン・などを情報提供した。

支援

高校教諭。学校と地域の関係で。

高校・地域に対して開かれていないという声を受け、生徒が地域に出て活動する機会を設けたい。他の学校では地域との関連を持ちながら、活動を展開している。

⇒ 学校の地域の資源やニーズ、生徒の希望・関心から考えていくことや、今後のボランティアセンター事業と関わりも持ちながら薦めていくことなどを話し合った。

相談

障害をもつ。職場での不満。

職場での人間関係がうまくいっていない。不満がある。仕事をやめようかどうか悩んでいる。そういう相談はどこでしたらいいか分からない。

⇒ 障害者の職業カウンセラーの方に連絡を取り、相談できるようにした。



現場状況 3 月分

相談支援

ボラしたい	16 件
ボラ求む	17 件
情報求む	22 件
ボラ活動支援	11 件
ボラ活動上の悩み	2 件
よろず・悩み	7 件
ボラ保険・事故処理	2 件
その他	5 件
合計	82 件

(29日までの件数)

問い合わせ

会議室予約	198 件
伝言	147 件
情報提供	176 件
機材貸し出し	120 件
チラシ・掲示物	68 件
その他	164 件
受付(よりいい会等)	877 件
合計	1750 件

(29日までの件数)

情報カード受付

情報カード受付	45 件
機材貸し出し	21 件 152 ケ

ボランティア保険加入

ボランティア活動	39 件
行幸用保険	1 件
在宅福祉サービス総合	0 件
送迎サービス補償	0 件
合計	40 件

情報

いつも傾聴でんわ お気軽にお電話ください

つらいこと、悲しいこと、嬉しいこと。何でも気軽にお話ください。研修を受けたボランティアが電話の前でお待ちしています。

月・水・土 14:00~18:00

TEL 026-225-0404

問:長野市社会福祉協議会
ボランティアセンター傾聴電話係 TEL 026-227-3707

情報

平成16年5月からの 高齢者生きがいづくり講座

自分史講座や英会話、PCの基礎や暑中見舞い作成講座など、やってみたい講座が目白押し!対象は市内在住の60歳以上の方。

日時:平成16年5月~9月(各講座によって違います)

場所:長野市もんぜんぷら座/受講料無料(但し実費負担)

締切:4月9日(金)

問:もんぜんぷら座シニアアクティブルーム TEL 026-223-0058

e-mail sinia@mx2.avis.ne.jp

求む

手工芸・レクレーション ボランティア

当センターでは手工芸・レクレーションを利用者の方と一緒に楽しんで頂ける方を募集中。

日時:月~金 10:00~11:00

14:00~15:00

場所:長野松代総合病院デイケア

問:長野松代総合病院 地域医療課
百瀬・前島 TEL 026-278-2031

催し

CAP 大人のためのワークショップ

CAPは子供達があらゆる暴力から自分を守るために、何ができるかを考えるための暴力防止教育プログラムです。

日時/会場:5月15日(土)

川中島公民館・川中島分館 9:40~受付開始

屋代公民館(千曲市) 13:40~受付開始

※託児有。要事前予約。料金:子供一人¥500(6歳児迄対象)

問:CAPながの事務局 TEL 090-5782-0263

Fax 026-292-8472



催し

身体障害者補助犬法のSOS アドレスが開設へー

日本盲導犬協会は、新体操会社補助犬法に関する疑問や悩みをインターネットで受け付けます。

アドレス:hojokenhou-sos.jgda.or.jp

問:日本盲導犬協会 TEL 03-5766-3871

催し

子育て・孫育て教室 孫の健やかな成長のために

私達、助産師は皆さんの育児を応援します。お気軽にお越しください。

日時:毎月第2金曜日 10:30~11:30

場所:もんぜんぷら座2F ジャン・ケル・ボン

問:北信助産師会 田中 TEL 026-241-4823

情報

ながのまちづくり活動支援事業 活動企画大募集

長野市では市民が自主的・主体的に取り組む活動を資金面で応援します。

○企画・研究部門 最高10万円

○実践活動部門 最高100万円

受付期間:4月12日~23日

公開審査会:5月23日(日)10:00~

場所:勤労者女性会館しなのき

※補助金の交付先・金額については公開プレゼンテーションにより決定。

問:長野市役所総務部地域振興課

TEL 026-224-5033

催し

交わり・つながり・進歩! 第6回ボランティア・市民活動文化祭

多様化するボランティアへの理解を広め、活動しやすい社会環境を作り、ボランティアのネットワークを広げることを目的に開催します。

主な催し:OKONISHIKIさんのトークショー

○楽しくやろう・ボランティア・シンポジウム

○お楽しみ賞品の抽選会

○OKONISHIKIさんと一緒にフィナーレハワイソ 他

日時:7月25日(日)13:30~16:30

場所:長野市民会館・大ホール

協力参加券:一般 ¥1,000/小中学生 ¥500

※下記日程で実行委員会を開催します。興味のある方は是非お越しください。

4月14・28日/5月12・26日/6月9・23日/7月7・21・24日

時間:18:30~/場所:長野市ふれあい福祉センター

問:ボランティア市民活動文化祭実行委員会・

長野市ボランティア連絡協議会 TEL 026-227-3707/Fax 224-1513

e-mail sank@vnetnagano.or.jp



情報かわらばん

催し **松代大本営
4月定例見学会**
松代大本営を歩きますか？
日時：4月11日（日）13：20～
場所：象山神社前/参加費無料
問：松代大本営保存をすすめる会
TEL 026-228-8415

催し **第23回
手作り絵本展**
手に取ってご覧下さい。
日時：4月10日（土）～11日（日）
場所：長野市立南部図書館
問：手作り絵本さつき会 酒井
TEL 026-292-0801

催し **家庭教育講座
4月のお知らせ**
テーマ「親の愛情の深さは量より質」
講師：関谷浩代氏
日時：4月20日（火）
10：00～12：00
場所：ふれあい福祉センター
問：信濃家庭教育研究所 高澤
TEL 026-234-6554

催し **あなたのご参加を
お待ちしております**
毎年恒例、ふれあい福祉センターの
朝顔のカゲを作ってみませんか？
今年あなたの花を咲かせましょ
う！
日時：4月27日（火）
10：00～12：00
場所：長野市ふれあい福祉センター
持物：園芸用スコップ、軍手
問：長野市ボランティアセンター
グリーンボランティア係
TEL 026-227-3707



催し **パソコンの病院ながの
よろず相談承ります**
ソフト・ハード・ネットワーク・操作方法など、あなたのPCを診察します。PC、CD-ROMキット、マニュアル、保証書をお持ちください。料金無料。
日時：毎月第3土曜日（原則）10：00～15：00
場所：長野市フルネットセンター（長野市若里）
問：パソコンの病院ながの e-mail info@pch-nagano.jp



催し **アースデイ長野2004
MUSIC&MOVIE**
アースデイは皆が参加する地球の日。コンサート売上金はアースデイの運営費及び【動物だちと自閉症の子供達の心の交流を結ぶハルハル牧場（塩尻）】の看板制作費に活用させていただきます。
日時：4月17日（土）14：00開演
場所：長野市若里市民文化ホール
入場料：前売り¥3,000/当日¥3,500
問：アースデイ長野事務局 篠原
TEL 090-8683-1950

催し **ヘルシーサイクリング
参加者募集中**
4月～11月までの月2回、一日約20～30k、長野市内周辺の名所旧跡等を巡ります。
日時：第2,4日曜日6：00～11：00
年会費：¥6,000
問：長野サイクリング協会 高野
TEL 026-221-0393/Fax 222-2053

催し **全国障害者問題研究会 第38回全国プレ集會**
第1部 実践交流集會 軽度発達障害に限らず幅広く実践の交流会。
対象：保護者、教職員、医療・福祉関係者
第2部 講演会「LD・ADHD・高機能自閉症児の発達保障」
～子ども・家庭・学校をつなぐ～
講師 別府悦子氏（中部学院大学助教授）
日時：4月10日（土）10：00～15：30/場所：ツインアップル/資料代：¥1,000
※託児有。要事前申込、一人¥500
問：全国障害者問題研究会長野支部 坂戸 TEL/Fax 026-293-7291

催し **フルトヨ・ツインアップルコンサート
明日への響き**
松本市在住のフルーティスト 居石ひとみ氏が門下生と共演します。入場無料。
日時：4月9日（金）18：30開演
場所：八十二別館1Fホール（長野市岡田）
問：八十二文化財団 TEL 026-224-0511

催し **「悪魔の飽食」
全国縦断コンサート**
「音楽を通じてたくさんの人々に平和の思いを伝えよう」
長野平和音楽祭第24回特別公演。
日時：7月18日（日）14：00
場所：長野県民文化会館
入場料：一般¥2,000
小中高生・障害者¥1,000
問：中国人戦争被害者の訴訟を支える長野県の会 池田
TEL 026-235-1321

催し **みんなで楽しむ
マジックショー**
特別出演：世界のプロマジシャン
幸条スガヤ&サオリ
日時：4月25日（日）13：00開場
場所：若里市民文化ホール
入場無料
問：長野市マジック愛好会 山上
TEL 026-244-0262

催し **来て見て知ろう
赤十字病院**
日時：5月10日（月）
講演：「赤十字と国際活動について」他
日時：5月11日（火）
講演：「長野県における角膜移植の現状等について」「うつ病について」他
健康相談や各種測定サービスなどもあります。
場所：長野赤十字病院
問：長野赤十字病院 社会課
TEL 026-226-4131

出会いをつくる
新鮮!! 情報紙

求む!

ボランティア

します!

発行所/〒380-0813 長野市緑町1714-5 長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513 <http://www.vnetnagano.or.jp>
E-mail: volucen@vnetnagano.or.jp

求む 書き損じ葉書で
ボランティア

余った年賀状や書き損じ葉書はあ
りませんか?一枚の葉書で長野市
のボランティア活動を応援できます。

問:長野市ボランティアセンター 滝沢
Tel 026-227-3707

ボラ みなさんに楽しんでほしい
それがモットーです

手品や歌、ハモニカ等色々なジャンルで活動
中。福祉施設等でイベントを盛り上げた
い、そんな声にお応えします。

問:でんでん虫姉妹 丸山
Tel 026-225-0150

求む 子供達が使います
ワープロください

不登校の子供達が集まって勉
強しています。子どもの教材
に使用したいので無料で譲っ
てください。

希望メーカー:ワープロ NEC
文豪MINI7SX
問:北原 Tel 0265-78-0442
Fax 78-0423

求む 全国障害者問題研究会
全国大会ながの運営スタッフ

当会は'67年に障害者とその家族、教育・医療・福祉等の関係者によって組
織されました。長野市で開催される全国大会では、保育・参加者移送・交通
案内・物品販売・大会運営などで貴方のご参加をお待ちしております。

日時:8月6日(金)~8日(日)/場所:長野市内
問:全障研第38回全国大会準備委員会 綿貫
Tel 080-1173-6170/Fax 026-235-8277/e-mail swtnk@mx2.avis.ne.jp

求む メンバー募集中!

楽しいイベントあり、ボランティアあ
り、勉強会ありと盛りだくさ
んのクラブです。私達と一緒に
活動しませんか?

18歳~30歳迄の男女対象。
問:長野ローターアクトクラブ 塩沢
Tel 090-1828-9369

お知らせ

次回かわらばんは4月30日(金)発行予
定です。情報欄に掲載希望団体は4月
20日までに原稿をお寄せください。

問:長野市ボランティアセンター 滝沢
Tel 026-227-3707/Fax 224-1513
e-mail vc103@vnetnagano.or.jp

求む ホンジュラスに学校を
作ります

古着バザーによって、小学校建設、
トイレ、水道設置などを行います。

期 間:3月15日~4月末日
対 象:春夏秋物衣料
(冬物は対象外)

送付先:〒073-0046
北海道滝川市扇町2-22-25
アウソス古着係



問:アウソスジャパン
Tel 0125-22-7877

求む 子供達の勉強を
みてください

施設で暮らしている子供達で、
高校受験を控えた中学3年生、
3名に勉強を教えてください。

日時:平日の20:00~21:00
問:松代福祉寮 小林
Tel 026-278-2556

求む 地球のためにあなたにも
できることがあります

地球に感謝し美しい地球を守る意識
を共有する、アースデイはそんな日
です。

1970年からアメリカで始まり、世界
に広がったこのアースデイにあなたも参
加してみませんか?

問:アースデイ長野事務局 篠原
Tel 090-8683-1950



e-mail shinohara-n@earthday.jp

求む お花見ボランティア募集

おじいさん、おばあさんの笑顔が楽しみです

車椅子を押したり一緒におしゃべりをしながらお花見をしませんか?
日時:4月14(水)15(木)17(土)18(日)19(月)都合のよい日
場所:野沢苑から長野県庁周辺

問:介護老人保険施設野沢苑 竹入 Tel 026-237-3800