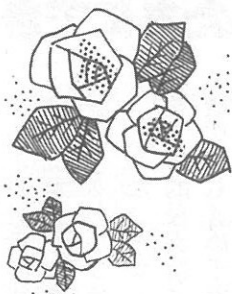


発行所/〒380-0813 長野市緑町1714-5
長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513
URL <http://vnetnagano.or.jp>
E-mail:volucen@vnetnagano.or.jp



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

東日本大震災

わたしたちにできること 一歩いっぽ

東日本大震災・長野県北部地震から2カ月近く。現地では余震が続き、避難生活を続けている方が大勢いらつしやいます。長野市内では個人でボランティア活動をしに現地へ赴く人もいます。また、長野に避難している人たちへの支援に動き出している人もいます。さらに、ボランティア活動を支える後方支援

も活発化しています。長野市災害ボランティア委員会もボランティアの送り出し、支援の輪を広げる活動を始めています。長期の支援が必要となる今回の災害、息の長い活動ができるように考え、行動することが大切です。みなさんと一緒に一歩いっぽ歩むためにともに考えて行きたいと思っています。



始動！

長野市災害ボランティア委員会

支援、手探りの日々

3月23日発足した長野市災害ボランティア委員会。

さつそくボランティア登録の受け付けを始めました。毎日委員会のメンバーが当番で待機し、相談を受け付けます。さまざまな思いで登録に訪れる人々。「こんなことができない」「こんなことがしたい」、その思いを具体的な支援につなげるため、組織作りも含め手探りで活動が始まりました。

それぞれの「やりたい」気持ちを表現できるよう、委員会の中で部会を作り、さらに速やかな意思決定のため、幹事会も設置しました。とはいえ、支援への道のりは遠いものでした。



ボランティア登録受け付け中。高校生からシルバー世代まで。現地に行きたい、市内での活動を希望するなどなど。

現地の様子は？ 何ができるの？

さて、日々刻々と変わる現地の状況。その情報をキャッチするのも簡単ではありません。委員会の活動は始まりましたが、被災地が広範囲にわたり、支援と一言で言っても、いったいどこへどんな支援をすれば良いのかが見えてきません。

「とにかく、委員会として現地を知らずして支援することはできない！」と、まずは現地へボランティアを派遣することになりました。

大槌町へ！

行き先を決めるにあたっては、現地の受け入れ状況を調べ、検討していきます。委員会として直接被災地とつながる手立ても模索していきま

す。しかし、余震の影響で予定が変わるなど、行き先決定も難航しました。そして、いよいよ4月14日。3泊4日で岩手県大槌町へと第一陣が旅立つことが決まりました。第一陣として大槌町で活動してきた鈴木義人さんのレポートをご紹介します。

レポート

初めての一步、第一陣出発！ 現地で感じたことは・・・

4月14日から17日（一部メンバーは4月16日まで）、ボランティア派遣の第一陣が大槌町に入りました。

●目に焼きつく光景

8人が2台の車に分乗し14日早朝「道の駅しなの」を出発しました。東北道を盛岡南ICで降り宮古市、山田町経由で宿に向かいました。

山田町では焼け焦げたコンクリートの建物や建造物の上に乗ったままの漁船などがまだ残されており、震災直後はすさまじい光景だったと思います。



床を上げて、床下の泥を出します。腰に負担がかかります。

●想像以上に辛い作業

15日は宿から20分程の大槌町に向かいました。大槌町も津波後に火災に遭ったため建物も黒焦げとなっており、鉄サビと埃の混じった独特な臭いが漂っていたのが印象に残っています。

大槌町では最初に泥出し及び家具類の廃棄を依頼されたお宅に向かいました。震災から1カ月経過してい

ましたがまだ大量の泥水があり、泥水を捨てながらの運搬・廃棄となりました。

また町内は膨大な量の粉塵と泥水があるためマスクそして厚手のゴム手袋、鉄板入りゴム長靴が必需品となっています。

午後は別宅で床下の泥の除去というところで、午後の時間はひたすら中腰で泥出し作業を行いました。かなり辛い作業となりましたがなんとか無事終了することが出来ました。その後ボランティアセンターに戻

わたしたちにできること 一歩いっぽ



作業終了後、そのお宅の前で。

り終了報告・連絡事項を記入提出してボランティア作業を終了しました。

● ボランティアは誰のため？

今回のボランティア作業で感じたことは「あくまで主役は被災者でありそのニーズ以外は押しつけになる」ということでした。またチームに協力し行動することが必須であるとも感じました。

災害ボランティア委員会 鈴木義人

報告会で一歩前へ

4月23日、長野市災害ボランティア委員会の活動報告会が開催されました。ボランティア登録者(現在200人超)のうち80人、これから登録を考えている人、すでに活動して

いる人などが、それぞれの活動を知り、気持ちの確認をしたいというのが目的でした。当日は市内で独自の活動をしている人にも発表をいただき、会場は熱気に包まれました。今後、委員会として、それぞれができることは何かを改めて問い直す時間となりました。

今後も報告会を重ねながら、より良い支援の在り方を探っていきたくて考えています。



後半、グループに分かれてさらに意見交換。ますます熱くなります。

できることで小さな一歩を

ぞうきんを被災地へ

東日本大震災で被災された方々のために役立てて下さいと「美容室アルファ」からいただいたタオルと、寄付してもらった毛糸を使って、小

物作りの会を開きました。

4月21日。ボランティアセンターテールに25人が集まり、タオルで被災地の掃除には欠かせないぞうきんを縫ったり、冬に向けてアームカバーを編みました。ぞうきんは糸の色もいろいろ、ハートやリンゴの模様を縫い付けたり・・・それぞれに工夫しながらおしゃべりしつつ楽しく作業をしました。

参加した30代の女性は「とても楽しかった。作ったものが被災地に届くと思うとうれしい」と話してくれました。長野にいても思いを届けることができるボランティア活動。これからも続く予定です。楽しくボランティアできますよ。毛糸の寄付も受け付けています。

(今後の予定は情報ページへ)



手も口も動かして作業中 ↑
縫い目がリンゴや星になっています→

小学生も一歩

地しんとつ波のテレビを見て、私はビックリしてオロオロするだけでした。

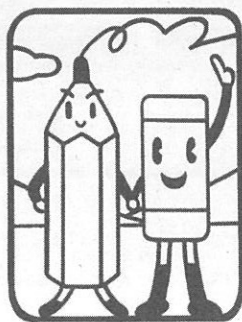
でも、宮古市に住んでいるおばさんから「くわが崎小学校のある地区が大変なひがいを受けた」と聞いて、私に出来る事がないかと考えました。

そして、小学生がお勉強で使う「えんぴつ」や「ノート」をクラスのお友達に協力してもらって、集めて、くわが崎小学校に送りました。

宮古市は、4月25日から新学期が始まります。

私たちの送った「えんぴつ」や「ノート」をたくさん使って、お勉強をがんばってほしいです。

徳間小学校 4年 番場 香桃



支援金募集しています

長野市災害ボランティア委員会は、委員会の活動、主に現地へ派遣されるボランティアの後方支援に充てる支援金を募集しています。(詳細は情報ページをご参照下さい)

子どもたちに伝える文化

べっ鼓隊



べっ鼓隊の誕生は、主人が若い頃太鼓をやっていたので自分の子に教えたい、自分も再開したいと、まずは太鼓を手作りして公民館を借り、家族だけで始めてみようというのがきっかけでした。

その話を同じ学校のお母さんにしたところ、うちの子にもやらせてみたい! となり、そのお母さんが数人のお友だちも連れてきてくれました。

月1〜2回練習し、1年が経ったところ、そろそろ発表の場をと、地区の役員の方に相談したところ、敬老会で初披露することができました。チーム一丸となり、相手との呼吸を合わせながらの演奏は想像以上に難しく、子どもたちは手に「まめ」を作りながら練習を頑張りました。当日、緊張の瞬間! 見ているこちららもハラハラ...最後の音が揃ったときは心から感動したのと、ホッとしたの



を覚えていきます。

子どもたちも学校以外の場でのような経験ができ、太鼓を続けていく原動力と自信につながったことと思います。

太鼓の音は母の鼓動のように、原点に戻る感動があります。表現・発表の場を設けることで、子どもたちの自信を確かなものにし、伝統の継承、異世代交流もできるよう、演奏活動を続けていきたいと思っています。

(べっ鼓隊 磯辺弥生)

ボランティア活動振興事業助成金

おかげさまで
事業完了!



おはなしの森

もつともつと勉強しながら...



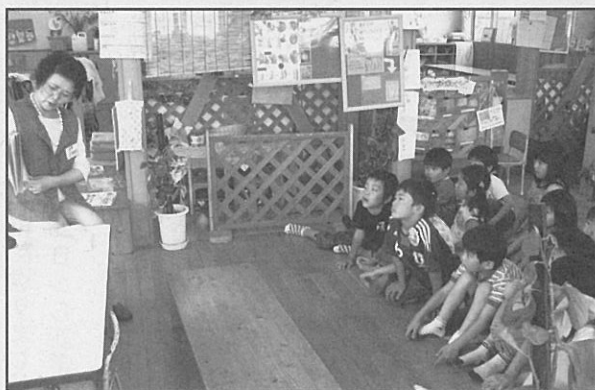
おはなしの森は浅川地区社会福祉協議会主催の読み語り講座に参加した仲間、8人で発足しました。

昨年11月から、別のボランティア主催の、0歳児から就園前の親子のための「子どもと親の遊びの広場」で絵本の読み語りを、3月まで、計6回行ってきました。おもちゃに夢中になつていたり、泣いていたりする子どもたちも、ふろしきを出すと、何の本が出てくるのだろうと、集中し、特に大きな絵本には、目を輝かせています。

それだけに本を選ぶのに、気をつかいます。お話の内容、長さ、色の使い方など、やさしい絵本を探していますが、こんなに難しいとは思いませんでした。

2月には、経験豊富な方の力を借りて、地区内のグループホームを訪問しました。

手遊びをし、歌をうたい、昔話



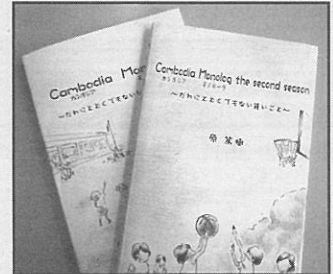
の読み語りを行いました。今後は、本の選び方、読み方の工夫など、勉強をもつともつとしていかなければならないと、あらためて思いました。

(おはなしの森 小山由美)

ボウセンだより

2回目の訪問で見えたもの

カンボジアモノローグ



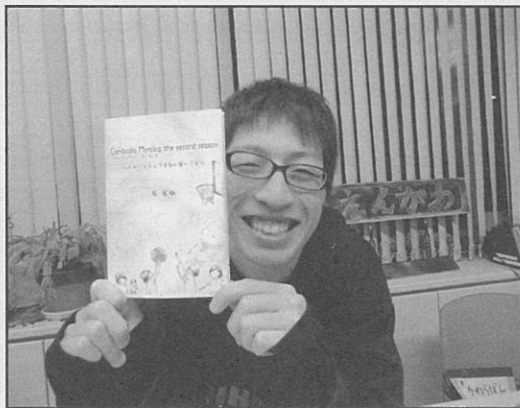
平成22年度に助成金交付を受けた団体から、事業の報告の最終回。それぞれが活動する中で新たな気づきがあったり、次へのステージを模索したり。助成金をきっかけに将来につながる何かを得ていただけたでしょうか。団体のみなさんからの寄稿でご報告いたします。

私は2008年の夏に初めてカンボジアという国に行きました。そこには日本では見ることでできないような数多くの光景がありました。「何か伝えたい」と思い、本(カンボジアモノローグ)を出版しました。

それから2年後、再びカンボジアを訪れました。そこで2年前とは違うたくさんのカンボジアに触れて、また伝えたいことがたくさん生まれました。

長野市内を中心にたくさんの小学校、中学校、高校等で講演させてもらいました。たくさんのカンボジアを伝えることができた今、少しずつある想いが芽生えてきました。

「もういちど本を出して、2年前とは違うカンボジアを伝えたい」。そして、今回の助成金で一部援助してもらおうことができま



た。今回の本(カンボジアモノローグ2)では、特に貧困だけではなく、与えられた環境の中で精いっぱい生きていた彼らの姿を伝えたいです。
この本で日本とカンボジアを少しでも近づけたいです。
(カンボジアモノローグ 原篤樹)

今年も募集します！

長野市社会福祉協議会 **ボランティア活動振興助成金**
ボランティア・市民活動支援ネットワーク **支えあい応援金**

平成24年3月末までに実施予定のボランティア活動事業に対して応援します！

一事業あたり限度額5万円合わせて総額80万円！

対象／

ボランティア・市民活動を行っている個人や団体

対象となる事業／

- ・高齢者・障がい者・子どもに対する活動
- ・ボランティア活動に関する学習研修活動
- ・地域文化活動 など

☆前年度にこの応援金を受けた事業、すでに他の助成金を受けている事業、グループメンバーのみを対象とした事業、グループ運営費及びグループメンバーの交通費には助成されません。

内容／

所定の申請書で申し込み、公開審査会により決定

申請書受付／

5月13日(金)～27日(金)

第一次審査期間／

5月20日(金)～6月3日(金)

☆第一次審査後公開審査のご案内をします。

公開審査会／

6月18日(土) 柳原公民館大学習室

※申請書は長野市社会福祉協議会ボランティアセンター窓口及びHPよりダウンロード(5月1日より)

※助成金は事業終了後、報告書と決算書を提出していただいた後交付します。

問い合わせ／

長野市社会福祉協議会 ボランティアセンター

TEL:227-3707

URL:<http://www.vnetnagano.or.jp/>

ボランティアかわらばん 6月号は5月31日(火)発行予定。
記事掲載希望は5月18日(水)までに原稿をお寄せ下さい。

情報かわらばん

2011信州新町イヤー 母の日に歌う集い 東日本大震災チャリティーコンサート

重厚な混成合奏団の歌に耳を傾け、ありこさんと共に懐かしい歌を歌いましょう。しらゆり会の踊りもお楽しみに！

日 時：5月8日(日) 14:00開演 (13:30開場)

場 所：長野市立信州新町公民館

入場料：一般1,000円 高校生以下無料

(うち500円を義援金として送ります)

問：母の日に歌う集い実行委員会

TEL：026-262-2298 (桐山)

026-262-3511 (上原)



講座

NPOステップアップ講座

『総会直前！これで安心チェックポイント教えます！』

年度初めはさまざまな団体、グループで「総会」が開催される時期ですね。役員、スタッフとして準備をすすめるうえで「わからない」「困った」も多いのではないのでしょうか。そこで、事業や決算の報告や予算を作るときのチェックポイントをわかりやすく解説。聞いて、実践して、総会に向けて準備は万端です。

【第1部】「総会前にもう一度自分たちの活動を
ふりかえろう」

講師：NPO法人長野県NPOセンター
事務局長 菊池明弘氏

【第2部】「会計書類をまとめる方法」

講師：税理士法人成迫会計事務所 清水嘉人氏

日 時：5月22日(日) 13:30~16:30

場 所：もんぜんぶら座 302会議室

定 員：30人

参加費：500円 (資料代含む)

問：長野市市民公益活動センター・ぶらっと (山室)

TEL：026-223-0051/FAX：026-223-0052

e-mail：npo@nagano-shimin.net

URL：http://nagano-npolink.net/



真向法体操 心と体の自己管理法 講習会

3分間4つの体操。簡単・短時間。キツくない。シンプルだけど効果抜群。日本初伝統の健康法。

日 時：5月21日(土) 13:30~15:00 (13:00から受付)

場 所：長野市ふれあい福祉センター 4F和室

定 員：20人 ※運動の出来る服装でお越しください

参加費：500円 (資料代)

問：長野すこやか真向会 (浅井)

TEL/FAX：026-296-8040

e-mail：hiroasai@poplar.ocn.ne.jp

お知らせ

戦争遺跡「松代大本営」の知られざる歴史と出会う 象山地下壕/もうひとつの歴史館・松代

「もうひとつの歴史館・松代」は、松代象山地下壕入口のすぐそばに1998年に開館しました。松代大本営工事のこと、工事にともない設けられた「慰安所」のことについて展示しています。ご希望の方には、10分位で、工事の全体像など説明します。お出かけください。

日 時：4月1日(金)~11月27日(日) 10:00~16:00 (火曜定休)

場 所：長野市松代町西条479-13

入場料：一般200円(15名様以上160円/障がいのある方無料)

高校生・大学生150円 中学生以下無料

問：「もうひとつの歴史館・松代」建設実行委員会

(宮本)

TEL/FAX：026-278-7746

URL：www.matsushiro.org/

話・し・た・い・と・き
いつも傾聴でんわ



誰かと話しをしたい、誰かに話しを聞いてほしいと思うことはありませんか。

電話の受け手は専門の研修を受けたボランティアですので、安心してお話しください。

時 間：月・土 ⇒ 14:00~18:00/水 ⇒ 14:00~21:00

TEL：026-225-0404

現場状況 4月分

(取りまとめ期間：3月16日~4月15日)

| 相談件数 | | 問い合わせ件数 | | その他 | |
|---------------|------|------------|-------|-------------------|------|
| ボランティアしたい | 102件 | 会議室予約 | 355件 | 情報カード受付 | 38件 |
| ボランティア求む | 13件 | 伝言 | 151件 | 機材貸し出し | 27件 |
| 情報求む | 20件 | 情報提供 | 669件 | ボランティア保険加入 | |
| ボランティア活動支援 | 6件 | 機材貸し出し | 242件 | ボランティア活動保険 | 142件 |
| ボランティア活動上の悩み | 2件 | チラシ・掲示板 | 68件 | 行事用保険 | 21件 |
| よろず相談・悩みごと | 0件 | その他 | 314件 | 在宅福祉サービス総合保険 | 4件 |
| ボランティア保険・事故処理 | 6件 | 受付(よりいい会等) | 703件 | 送迎サービス補償保険 | 3件 |
| その他 | 2件 | | | 合計 | 170件 |
| 合計 | 151件 | 合計 | 2502件 | | |

情報かわらばん

うつ快復体験記募集

どうして心の病は多くなっているのでしょうか。小さき私ですが、今、自分にできること…

うつを快復した自分が仕事場を利用して、お寄せいただいた体験記をファイルさせていただいて店内で見られるようにしてあります。いろいろな方のいろいろな体験記をお寄せいただき、つらく苦しい思いをされている方の希望の光にしてみたら…というのが願いです。

営業時間：10:00～19:00（月曜定休）

場 所：手作り洋菓子 エル・シャンテ

問：エル・シャンテのユミコ

TEL/FAX：026-224-4000（月曜日以外の13:00～18:00）

e-mail：fnokai@yahoo.co.jp



イベント

小栗正幸先生 記念講演会

「私の支援ノートから ーどんな大人にしたいですかー」

長野県LD等発達障害児者親の会 よつ葉の会 第2回総会記念講演会を開催します。法務省所属の心理学専攻者（法務技官）として、犯罪者や非行少年に関わってこられた小栗正幸先生に発達障害について、ご講演いただきます。

日 時：5月21日（土） 13:30～16:15

場 所：長野市生涯学習センター（TOiGO）4F

講 師：小栗正幸先生（特別支援教育ネット代表、特別支援教育士スーパーバイザー）

対 象：保護者の方、教育・医療・福祉関係の方

参加費：1,000円（よつ葉の会会員は無料）

問：長野県LD等発達障害児者親の会 よつ葉の会
（藤村）

FAX：026-285-5195

e-mail：naganoyotsubanokai@yahoo.co.jp

縁側へいらっしやい & ずぼら工房

ずぼら工房は、毎月一度開かれる、どなたでもご参加いただける場です。

5月はチマキ作り、6月は虫除けジェルとパウダーを作ります。

日 時：5月12日（木）、6月2日（木） 14:00～16:00

場 所：5月…4F調理室/6月…1階テーブル

いずれも長野市ふれあい福祉センター

講 師：5月…桑ちよ子さん/6月…五十嵐美智恵さん

定 員：各回締切りがごございますので、お問い合わせください。
参加費：500円

問：長野市ボランティアセンター（小野）

TEL：026-227-3707

芸能生活35周年 声帯模写

丸山おさむ劇場 in 長野

声帯模写芸人・丸山おさむさんの長野初ライブ！こんな時だからこそ自粛もホドホドに、笑いで元気をもらいましょう！

日 時：5月13日（金） 18:30～（18:00開場）

場 所：KANEMATSU（長野市東町207-1）

定 員：60人（全席自由）

料 金：前売2,000円

当日2,500円

問：岡町

TEL：090-7422-1581



もう一つの環境と健康を考える お茶会

本当の健康とは？環境とは？をお茶を飲みながら皆さんで話しましょう。

日 時：5月14日（土） 13:30～15:30

場 所：長野市ふれあい福祉センター 4F

定 員：15人

参加費：300円（お茶代として）

問：Sowing.net（高遠）

TEL：090-2179-9741/FAX：227-6919

e-mail：e-moco@mx2.avis.ne.jp



劇団かかし座 長靴をはいたねこ

NHKでおなじみのかかし座が長野にやってくる!!

スケールの大きい影絵と人が共演します。子どもから大人まで楽しめます。

日 時：6月18日（土） 17:30開演（17:00開場）

場 所：長野市東部文化ホール（柳原公民館西隣）

参加費：4歳以上 入会金500円 月会費1,400円（会員制）

問：長野北部子ども劇場（上野）

TEL/FAX：026-244-9616

e-mail：nhkodomococoa.plala.or.jp

URL：http://www2.plala.or.jp/nhkodomococoa



ご寄付ありがとうございました!

ハガキ、切手、テレフォンカード、ベルマーク等

3月27日～4月20日分

小林智美、石田美沙子、松代ボランティア室、松下信彦、長野市厚生課篠ノ井分室、長野市障害福祉課・市民税課・収納課、きもの紫の会、永野誠、東北老人福祉センター、七二会地区住民自治協議会、東犀南公民館、北海道安全、長野中央ホーム(株)、七二会竹母会（敬称略）

有効に活用させていただきます

2011年

5月

ボランティア かわらばん



ボランティア情報誌

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
URL <http://vnetnagano.or.jp> E-mail: volucen@vnetnagano.or.jp

災害支援

避難されている方に 鍼灸治療やオイルマッサージをします

普段、鍼灸治療とエステをしています。長野に避難している方の助けになればと思います。

日時: 月曜日 9:30~15:00ぐらい

場所: 長野市内

料金: 無料

問: 甲田絵夢

TEL: 090-2649-5006 (お返しTELします)

活動支援金にご協力ください!

「長野市災害ボランティア委員会」では、被災地での災害ボランティア活動を開始しました。

今後、岩手県大槌町などへの支援が続きます。現地で十分な活動ができますよう、ガソリン代など活動費への支援金のご協力をお願いします。

支援金は直接お持ちいただくか、下記口座へお振り込みください。

お振込先: 長野市災害ボランティア委員会

八十二銀行 長野市役所支店 普通 243023

問: 長野市災害ボランティア委員会

(長野市ボランティアセンター内)

TEL: 026-227-3707

e-mail: volucen@vnetnagano.or.jp

ほしい! あげたい! 募集します

東日本大震災、長野県北部地震で被災して長野市に避難してきた方たちに、物資の提供をお願いします。また、避難してきた方からの「これが欲しい」も受け付けます。

※品物は先に持ち込みはできません。マッチングできるまで保管していただきます。

まずは長野市ボランティアセンターまでご連絡ください。

問: 長野市災害ボランティア委員会

(長野市ボランティアセンター内)

TEL: 026-227-3707

長野から被災地の皆さんを応援しよう! 第2弾!!

長野にいてもできることがあります。みんなで小物を作りましょう。

寄付していただいたタオルで縫った“ぞうきん”や、避難所生活で手足の冷える被災者の皆さまのために体にやさしい“うでカバー”を編んで届けます。

うでカバー用の毛糸も集めています。

※第1弾の様子は特集ページに掲載されています。ぜひご覧ください。

日時: 5月19日(木) 13:30~15:30

5月24日(火) 18:30~20:30

場所: 長野市ボランティアセンター 1F テーブル

持ち物: 裁縫道具(ぞうきん)

棒針・毛糸(うでカバー)

問: 長野市ボランティアセンター

TEL: 026-227-3707



募集

ボランティア募集

障がいをもつ方の自立や活動(外出)を支援してくださるボランティアを募集しています。

日時: 主に土曜日・日曜日・祝日

夏休み等の長期休暇時はニーズに応じて

場所: 地域生活支援センターCoco(若穂)

活動内容: 知的障がい児の活動支援(外出のサポート)

障がい者の外出支援

問: 社会福祉法人廣望会

地域生活支援センターCoco(市村・堀内)

TEL: 268-5220/FAX: 268-5230

2011年度 メンバー募集

自然の中でおもいきり遊びたい小学生を大募集します!

サイクリングや海、湖や雪山などいろいろな活動があります。

問: ジュニアアドベンチャークラブ長野(大谷)

TEL: 080-3411-1624/FAX: 026-286-3406