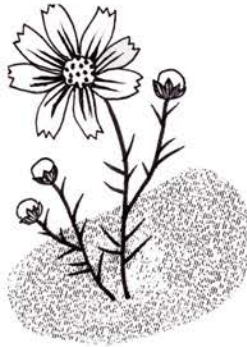


発行所/〒380-0813 長野市緑町1714-5
長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513
URL <http://vnetnagano.or.jp>
E-mail:volucen@vnetnagano.or.jp



ボランティア かわらばん

編集行 ながのボランティアかわらばん編集委員会

夏のおもひで ボラ日記



「きゃあ、素敵」「雰囲気にとったりー!」「とっても似合いますよ!」。

7月26日、こんな楽しい声で満ちる中で、「ゆかたを着て七夕祭りへ行こう!」が開催されました。

参加した外国籍の方、障がいのある方、ボランティアの方、皆さん思い思いのゆかたを「ぎもの紫の会」の方に着付けてもらいました。一人ずつ違う「魔法」のような帯結びに歓声が上がります。さらに「シガ美容室」スタッフもボランティアで参加し、ゆかたに合った素敵なヘアスタイルに次々と仕上げてくれました。女つづりが三段くらい上がったところで、権堂の七夕飾りを観に出発です。

撮影ボランティア「写団F」の方も同行しての楽しい道のり。様々な場所を背景にして撮影大会です。最初は照れていた参加者もだんだん慣れ、ポーズも自然になってきた頃、権堂に到着。

ゆかたでそそろく姿は、やはりいいものです。風にたなびく色とりどりの飾りを見上げながらゆつくりと楽しみ、アーケードにある空き店舗でひと休み。権堂を明るくしたいという想いから、臨時の休憩所が設けられたこの場所で、七夕の短冊に願い事を書きました。

「ゆかたを着て出かたい」…一人の声から始まった「小さな夢」が実現した一日でした。(取材:宮澤由枝)

テーマは絆♪音のおもひで
.....中学生の音楽祭 2P
夏休みのおもひで
.....いつも君が行く! 3P

初体験のおもひで
.....ボラセンだより 4P
長野市災害ボランティア委員会だより
幸せつなぐクローバー 5P

募集・講座・お知らせいろいろ!
情報コーナー & コーディネーター
のつぶやき6,7,8P



ほっとけないきもち
ちはばくらくも同じ
その後・・・

かわらばん7月号の特集で紹介した柳町中学校の生徒さんたちは、栄村の栄中学校との交流を始めています。担当の油井桐子先生から、「栄中学校で歌うことになりました！」と報告があり、さっそく取材に行きました。

震災から
人のつながりを見直す

「絆」音楽祭

from 栄村

7月30日、栄中学校で「絆」音楽祭が行われました。

生徒会顧問の田中新一先生のお話によると、このイベントのきっかけは二つあるそうです。一つは、3月12日未明に起きた長野県北部地震で栄村全域が被災した直後から、長野県内の中学校数校より「何か力になれることはないか」という申し出をいただいていたこと。もう一つは、地震後、親も含めた地域の人、ボランティアに来てくれた村外の人などたくさんの人たちにお世話になったので、感謝の気持ち、お礼の気持ちを表現したいという生徒たちからの声でした。



柳町中学校の有志による合唱

そこで、「絆」音楽祭に、いろいろ支援してくれた県内の中学校を招待して交流を図り、同時に地域の人たちにも来ていただき、地域を元気にすることを目的としました。

当日は長野市から柳町中学校、ほかに須坂市、松本市から計5校が参加。各校から校歌やオリジナル曲の合唱や学校生活の紹介、千羽鶴や寄せ書きをした応援旗の贈呈などがありました。

最後は地域の方たちも一緒に、全員で「ふるさと」を合唱しました。その後、各校全員でゲームや意見交換などで交流をはかりました。生徒からの感想は「すごく充実した」「他校との交流が嬉しかった」「遠くから来てくれてありがたい」、

地域の方からは「子どもたちの声に感動した」という声が聞かれたそうです。今後については未定ですが、お札の手紙や文化祭のお誘い、ビデオレターなど何らかのカタチで続けたいとのことでした。
地震というマイナスの出来事を、未来を担う中学生の若い力で、プラスの財産に変えてくれることを楽しみにしたいと感じました。

(取材：茶嶋宏明)

実際に活動に行った柳町中学校の生徒会の方に感想をいただきましたので、ご紹介します。

「歌の交換会へ参加して」

僕たち柳町中学校は、今まで生徒総会などを使って「ボランティア」をテーマに自分たちに何ができるかについて、学年や全校で話し合いを



クイズで交流中。つぎつぎと手が挙がります

してきました。話し合いの中で「歌を送ろう」という意見が出て、同じ長野県で大地震が起きた栄村の栄中学校に歌を送ることになりました。手紙と一緒に送ってみたいところ、今度栄中で開かれる「歌の交換会」に招待される事になったので大喜びでした。

それから歌の交換会に向けて、歌の練習が始まりました。参加者は募集だったので最初は集まりが悪く、少ない人数で歌っていたのですが、当日に近づくにつれて、だんだんと人数が増えてきて、たくさんの人が参加してくれる事になりました。

当日は、他の学校の歌の発表を聞きました。行く前から歌を大切にしている学校が参加すると聞いていたので、キレイで迫力のある歌声で、自分たちはうまく歌えるのか心配でした。でも僕たちの気持ちやメッセージを栄中の皆さんにしっかりと伝える事が出来たのでよかったです。この交換会を通して栄中の皆さんや他の中学校との交流やつながりを持って、自分たちの学校にとっても、いい経験になったのでとても感謝しています。ありがとうございます。
栄中の皆さんと共に、柳中もより一層歌を大切に、この貴重な経験をさらに「今わたしたちができること」を考えていくうえでいかしていきたいと思います。

柳町中学校 3年3組 寺澤祐樹

夏休みのおまひで

がんばっへ東北

TOSYS(トシス)

ドリームフェスタ

7月30日、ホワイトリングで開催された「TOSYSグループ ドリームフェスタ」に行ってきたよ。

グループの社員さんたち手づくりのおまつりは、野球教室やこども広場、木工教室など遊ぶところがいっぱい。お野菜に駄菓子、福祉施設のお兄さん、お姉さんが販売するパンやうどんなど、お店もたくさんあって、おなかもいっぱい。

中でもたくさんのお客さんが集まっていたのが、「がんばっへ東北」ってお店！被災地を支援しようと、岩手県大槌町にある六串商店から地元特産の海産物を仕入れて販売。「東北のために、少ないかもしれない



↑北島〇郎登場?!

家族みんなでお店番→



いけど、実際の行動に移して地元を支援したい」と出店した事業部を代表して小林貴紀さんは言っていたよ。地元名産の「焼まつも」など、

並んでいた商品はあっという間に完売したんだって！ぼくもおみやげを買ったよ。ほかにチャリティーバザーや栄村の名産品を販売するお店があって、人がいっぱい。このイベントの売上金は、栄村の震災復興支援金になるんだって。

心ほかほかで、とっても楽しいおまつりだったなあ♪



いつもくんがいく!



おおしすっず

is 隠!

7月27日〜31日、戸隠に岩手県大槌町の子どもたち10人があそびにきたんだよ！戸隠の観光協会の人たちが、大槌の子どもたちに楽しい夏休みをプレゼントしたいと企画したんだよ。

震災が起きて、戸隠のみなさんは大槌に炊き出しに行ったりもしてたんだ。すごいなあ。



上)のぼしてのぼして〜・・・! 下)おいしそうでしょ?

30日は、戸隠の子どもたちと一緒に、

ぼくも仲間に入れてもらってそば打ち体験をしたんだ。そば粉にまみれて真っ白になりながら細くそばを太く、太くそばができたよ。ぼくもみんなと一緒に自分の打ったおそばを食べたんだ、おいしかったなあ。

ほかにも忍者村、化石博物館、戸隠奥社、ブルーベリー狩りに行ったり・・・、楽しかった！大槌のみんなも楽しそうで、ぼくもなんだかうれしくなっちゃった。

盛りだくさんの楽しい内容を考えてくれた戸隠観光協会のみなさん、地元のみなさんありがとう。

4泊5日の戸隠で過ごした夏休みが、みんなの楽しい思い出になるといいなあ。

初体験のおもしろ

講師・末松渉先生



コーディネートに必要な受け止める力 ～傾聴の基本を学ぶ～ を受講して

この研修は、ボランティア・地域活動等のコーディネートを高めた方を対象とする「コーディネート力養成講座」と「傾聴ボランティア養成講座」の一環として、8月9日・10日の2日間、行われました。

私は、東日本大震災のボランティア活動を体験した中で、コーディネーターの役割に興味を湧き、受講しました。傾聴講座の受講は、初めてです。

「聞く」ではなく「聴きとる」。相手の主体性や自主性を尊重し、相手が自ら解決策を発見できるように支援することが目的です。

講師の末松渉先生の説明から始まり、受講者同士で聴き手、話し手を実際に体験してみるロールプレイ、質疑応答と進みました。はじめは、傾聴は聴くことのみと思いついていた疑問も、消えました。説明の途中、随時質疑応答の時間があり、具体的な質問が多く出



(受講生・斉藤一也)

されました。

質問すると、その過程で課題を整理でき、自分から回答が出てきます。末松先生も、質問者にその意図を尋ね、課題を自己発見させ、解決策を導いていきます。この手法自体、気づきによる解決支援でした。

昨年に引き続き受講された男性の方から、奥さんの話を聴くことができるようになったとの感想が寄せられました。私の場合、お産婆さんのように、自然体で引き出すにはまだまだ時間がかかりそうです。ロールプレイでは、聴き手にも関わらず、意識しないで、解決策を提案していました。

この講座では、お金では買えない、自己発見の機会を得ることができました。今回だけで終わらせたいと思いません。

まちの縁側 発掘 あるある! 探検隊

しやれもんはうす in 長野中央通り

ヤマチャレ
バージョン



「しやれもんはうす」は婦人服のお店ですが、店の前には中条の農家の方が作った新鮮な野菜が並んでいます。店主・山岡和正さんにお話を聞きました。

山岡さんが「しやれもんはうす」を始めたころ、長野オリンピックの後で、中心市街地では人が少なくなっていました。けれど、一番悪い条件でお店を始めれば、それ以上悪くなることはないと考え、人が少なかった現在の場所でお店を始めようです。

お店の名前は、長野の人に少しでも「しやれもん」(おしやれ)になってほしいという山岡さんの思いから「しやれもんはうす」と名付けられました。

山岡さんにお客さんと話すときに気をつけていることは何か尋ねてみると、お話をよく聴くことだと答えてくださいました。山岡さんはお客さんの話をよく聴いて、情報を伝達することで、「しやれもんはうす」を情報の受発信の基地にと考えています。

現在「しやれもんはうす」には、時には山岡さん1人では対応できないほどたくさんのお客さんが訪れるそうです。山岡さんがとてもお客さん思いなので、たくさんの方がお店を利用されているのだと思いました。

信州大学教育学部 附属長野中学校 2年 奥村颯紀
★今月は、サマーチャレンジボランティアの中学生に取材してもらいました。



長野市災害ボランティア委員会だより

岩手県大槌町 第17次派遣隊 ボランティア活動レポート 8月4日～8月7日



一緒に活動したメンバー
全ての出会いが素晴らしかった

お盆が近く、お墓にたまっていた泥のかき出しをしました。不安定に積み重なった墓石が散乱している中、崩れないように少しずつ進めていったため、結果的には、ほとんど片付けられませんでした。しかし他にも全国のボランティアが総勢200人くらい参加していたので、全体としては相当片付けが進んだと思います。1人では小さな力でも、これだけ多くの人が協力し合えば、ものすごく大きな力になると感じました。



一本だけ残った陸前高田の松
被災者の勇気になってほしい

次の日も同じ作業を行う中、骨が出てきて、正直、驚きました。まだ行方不明の方もたくさんいるという話を聞き、こういうことが普通にあるのかと思うと驚き、悲しい気持ちになりました。

今回、初めてボランティアに参加し、少しでも復興に関われたのは、ものすごくいい経験でした。被災された地元の方や、他県のボランティアの方から、いろいろな話を聞くこともできました。「被災された方のために何かしたい」という同じ思いを持っているので、すぐに打ち解け、たくさん話を聞きました。

大槌町と長野をつなぐ幸せのクローバー

5月下旬の第7次派遣ボランティアの方が、活動の合間になんと直径8cmの四つ葉のクローバーを発見！ これをお土産に持って帰ってきてくれたのをきっかけに、次の派遣隊から、四つ葉のクローバー探しという任務が加まりました。そのクローバーに、私たち委員会メンバーは大きな希望を感じました。



このクローバーを使い、9月25日に若里公園で開催される「ふれあいまつり」で、四つ葉のクローバーのしおり作り体験を行います！ 長野にいる私たちの「震災を忘れない」という想いと、遠く離れた被災地の復興を願って企画しました。100円以上の寄付で体験でき、1枚お持ち帰りできます。他にも、大槌町の海産物や栄村の特産品、支援Tシャツなどの販売も行う予定です。ぜひ、お誘いあわせの上お立ち寄りください。寄付金、売上金は被災地支援につながります。

スイーツプロジェクトのメッセージカードを作って

私は夏休みに、お母さんが活動している「長野市災害ボランティア委員会」に、お手伝いでついていったとき「大槌町の子どもたちにクッキーをプレゼントするんだけど、そこにつけるメッセージカードは、どんなデザインがいいかな？」と、相談されたので描いてみようと思いました。

表は、風船とクローバーの絵です。それは「風船にのって、メッセージと一緒に幸せがいついていくといいなあ」と、思ったからです。裏は、クッキーとハートです。りんごとクローバーのスタンプも押ししました。4年生の春乃ちゃんにも手伝ってもらい、早く仕上がったので良かったです。クッキーを食べて、メッセージを読んで、少しでも元気になってもらえたらうれしいです。



♪クッキーは大槌町給食センターを通して、大槌の子どもたちに送られます。
(小学校5年生 田中智菜)

「輪投げ・ダーツ」「車いすダンス」

少し涼しくなってきました。身体を動かしてみませんか？

- ①「輪投げ・ダーツ」 誰でもすぐできます。
日時・場所：9月25日(日) 9:30～ 長野市障害者福祉センター
対象・定員：市内在住・在勤の13歳以上の障害者20人
9月21日(水)申込み締切
- ②「車いすダンス」 初心者大歓迎です。またパートナー(健康者)も募集しています。気楽にご参加下さい。
日時・場所：10月2日(日) 9:30～ 長野市障害者福祉センター
対象・定員：市内在住・在勤の13歳以上の障害者10名
健康者パートナー10名(先着順)
9月29日(木)申込み締切

受講料：いずれも無料
申込み：締切日までに電話またはファックスで
問：長野市障害者スポーツ協会(赤松・大日方)
TEL/FAX：026-266-8834



お知らせ

障害を理由とした差別と思われる事例等の募集について

県では、障害を理由とした差別等をなくし、障害のある人もない人も共に安心して暮らすことができる社会を実現するため、条例の制定を含め、その仕組みづくりについて、「障害のある人もない人も共に生きる社会を目指す研究会」で検討しています。

そこで、障害を理由とした差別と思われる事例(嫌な思いをしたこと、してほしくないこと、暮らしにくさや不便なことなど)をお寄せください。(寄せられた事例を基にして、検討を進めます。)

また、改善方法や障害のある人も障害のない人と同じように生活できるよう配慮や工夫をしてほしいことの提案がありましたら、あわせて記入してください。

期 間：8月3日(水)～10月31日(月)まで
対 象：長野県に住所のある方または所在する団体
応募方法：ファックス、電子メールまたは郵送により以下の送付先へ送ってください

問・送付先：長野県 障害者支援課 在宅支援係
TEL：026-235-7104/FAX：026-234-2369
e-mail：fuku-zaitaku@pref.nagano.lg.jp

「希望のたね」いっしょにまきませんか？

これは希望のたね。
頭にちよこんと芽を出す用意。
胸の前で合掌する手。
体のブルーは希望のイメージ。
希望とは？
という問いに、友人が答えた。
「究極は会いきているということ」



2011年3月12日、長野県北部地震で震度6強を観測した栄村からお届けします。

希望のたねピンバッジ 1個200円
問：◎ゆきつぼ(前川由美子)
<http://yukitubo.naganoblog.jp/>
◎栄村復興支援機構「結い」
TEL：050-3583-2122
<http://kaigo.nsyakyo.or.jp/sakae/>



<訂正>
8月号(No. 346)4ページ「学校全体で支援 長野工業高校」の記事の中で、「気仙沼光洋高校」の表記が誤っていました。正しくは「気仙沼向洋高校」です。お詫びして訂正します。

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
7月21日～8月23日分
長野高校生ボランティアサークル 宮澤恵理香 松下信彦
前田鉄工所 川中島中学校 荻原由希 長野市収納課
国際ソロプチミスト長野 匿名(敬称略)

有効に活用させていただきます

現場状況8月分 (7月16日～8月15日)

相談件数

| | |
|---------------|-----|
| ボランティアしたい | 16件 |
| ボランティア求む | 9件 |
| 情報求む | 17件 |
| ボランティア活動支援 | 2件 |
| ボランティア活動上の悩み | 3件 |
| よろず相談・悩みごと | 5件 |
| ボランティア保険・事故処理 | 6件 |
| その他 | 9件 |
| 合計 | 67件 |



starck_eyes

コーディネーターのつぶやき

今年も傾聴の講座を2つ開催しています。どちらも根っこの思いは一緒、「相手の思いを受け止める」。相手の話の邪魔をせずに受け止めて聴くということは、実はなかなか難しいものです。つい、「そんなことないよ」とか「そうそう、私もね…」なんて言ってしまいませんか？ なので「受け止める」ためには訓練が必要です。講師の方が「自転車に乗るようなものです」とおっしゃいました。いくら理屈でわかっている、実際に自転車にまたがってこいでみないと乗れるようにはならないということです。「『相手の思いを受け止められる』人がたくさん増えたら、住みやすいまちになる」。コーディネーターとしては、そんな思いで講座を進めています。

情報かわらばん

講演会

大棟耕介 講演会

病院に笑いを届ける道化師“ホスピタルクラウン”クラウンKがやって来る!!

演題：大人が笑えば子どもは笑う～子どもは空気を敏感に感じている～

日時：9月10日(土)

場所：NBSホール

参加費：1,000円(平安堂長野店・東和田店・若槻店etc)

問：大棟耕介講演会実行委員会(込山哲也)

TEL：090-3585-1680

.....

～希望と元気が湧いてくる～

人生は喜びのために

私たちは、不登校・ひきこもり等人間関係に不安を感じている人たちが元気を取り戻すことを願って活動しております。しかし、そのことばかりにこだわっていると、却って辛い気分になってしまうこともあります。

そこで今回は幾多の挫折を味わいながらも、世界一のギター製造会社を創設した横内さんをお招きして、どのように人生を創って来られたか、お話し頂くことにしました。横内さんのお話を糧に、自分の可能性に目を向けていきましょう。

お父さんや経営者等リーダー的立場にある人にとっても見逃せない、人生飛躍のチャンスです。御期待ください。

日時：9月17日(土) 13:30～16:30

場所：長野市ふれあい福祉センター5Fホール

講師：横内祐一郎氏

(世界一のギター製造会社「フジゲン(株)」会長)

対象者：会員、一般

定員：80名

参加費：1,200円/8月末までの予約1,000円/

不登校・ひきこもり体験者、被災者は無料

問：さざんかの会事務局(今井)

TEL：026-282-0500/FAX：026-282-0501

e-mail：yumi-iked@grn.janis.or.jp

URL：http://www14.plala.or.jp/a-niji/



講習会

障害者の就農を進める学習会

障害を持った方でも農業に取りくむことで自分の道を拓いていくことができます。でも、そのお手伝いをする人がほしいのです。あなたも参加してみませんか。

日時：9月20日から毎月第3火曜日

場所：もんぜんぶら座研修室

対象：長野市内在住、在勤、在学の方

参加費：資料代のみ

問：NPO法人 グリーンケア-NAGANO(山本)

TEL：080-3016-2383

e-mail：greencare_nagano@yahoo.co.jp

自分で作ろう!エコナプキン

体と地球に優しいエコナプキンを自分で縫って、染めてみよう!草木染をすることでより使いやすく、体に優しいものを作ります。肌ざわりがよく、ユーウツなブルーデーも快適に過ごせそう。

日時：1日目 10月6日(木) 10:00～15:00

2日目 10月14日(金) 10:00～12:00

場所：長野市ふれあい福祉センター

内容：1日目/講義：なぜ布ナプキンなのか、健康と環境の両面から学習

実習：布ナプキン(エコ・ナプキン)を縫う

2日目/布ナプキンを草木染する

参加費：1,500円(材料費含む)

定員：15人(先着順)

申込み：下記までファクスかメールで住所氏名連絡先を添えて9月20日(火)までに申し込む

対象：2日間とも参加できる方

その他：託児あります(無料、但し事前に申し込む)

問：NPO法人 みどりの市民事務局

TEL/FAX：026-235-5113

e-mail：midori-c@r2.dion.ne.jp



「スルーネットピンポン」教室

目の見えない人、見える人も共にできるスポーツとして「スルーネットピンポン」があります。

「スルーネットピンポン」は一般の卓球のように打ち合います。見えない方もできるように音のするピンポン球をネットの下をくぐらせます。初めての方もすぐ楽しめますし、見える方も同じルールで楽しめます。この教室を下記のように企画しましたのでお誘い合わせの上、ご参加ください。

日時：9月11日(日) 13:30～16:00

会場：長野県長野盲学校体育館(長野市北尾張部321)

申込み：連絡先を電話またはFAXでお申し込みください

定員：20人

参加費：無料

問：長野盲学校視覚支援センター 講座企画係(木暮)

TEL：026-243-7789/FAX：026-263-3038

実践起業塾

新たに事業を始めたいと考えている人、企画・アイデアを実現したいと思っている人を募集!

日時：9月10日(土)～11月19日(土)

場所：ホテルJALシティ長野

講師：専門講師 内田裕章氏(ISTコンサルティングLLP)

特別講師 石田浩也氏(創業者)

定員：10名

参加費：5,000円(テキスト代)

問：まちづくり長野

TEL：026-267-5323



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

講座

2011コーディネート力養成講座 実践編
情報発信上手になろう
～広報力アップの秘訣～

地域から・ボランティアグループから・施設から、伝えたい相手に、伝えたい内容を伝える情報発信上手になりましょう。
日 時: 9月6日(火) 13:30~16:00
場 所: 長野市ふれあい福祉センター 5F
講 師: 松岡正幸氏(長野市市民応益活動センター長)
参加費: 1,000円(資料代込み)
問: 長野市ボランティアセンター
TEL: 026-227-3707



集い

おしゃべりサロン あいまい会
～笑いましょう 話しましょう～

誰でも、どなたでもご参加いただける会です。
9月はお彼岸。おはぎを食べながら、みんなでおしゃべりしましょう。
日 時: 9月20日(火) 13:30~15:30
場 所: 長野市ふれあい福祉センター 4F
会 費: 100円
問: あいまい会(蟻川)
TEL: 244-4043



まちの縁側発見講座 in 朝陽

日 時: 9月20日(火) 10:00~15:00
場 所: 朝陽地区(朝陽支所集合)
講 師: 延藤安弘氏(愛知産業大学大学院教授/
まちの縁側育み隊代表)
参加費: 500円
問: 長野市ボランティアセンター
TEL: 026-227-3707



9月の月例情報市場

企業・NPO・ボランティアグループ相互の物品・資源・情報の交換会です。参加費は無料です。
日 時: 9月21日(水) 16:00~17:00
場 所: 長野市ふれあい福祉センター 4F和室
問: ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク
TEL: 026-227-3707

イベント

第30回ふれあいまつり

障がいのある人もない人もごく普通の仲間として参加し、ふれあう手づくりのおまつりです。
子どもから大人まで楽しめる企画が盛りだくさん。出店多数。スペシャルビッグ抽選会では豪華賞品が当たります!!
企画・運営ボランティアも募集中です。
日 時: 9月25日(日) 10:00~15:00(9:30建国式)
場 所: 若里公園(ホクト文化ホール前広場)
参加費: パスポート1冊200円(抽選券付き)
※パスポートは当日お求めいただくが、下記までお問い合わせください
問: 第30回ふれあいまつり運営委員会 事務局
(長野市社会福祉協議会・
長野市ボランティアセンター内)
TEL: 026-227-3707

あがり症の交流会 ボランティア募集!

あがり症の方でも気楽に楽しめるサークル。会場準備と一緒にしゃべり、カフェ巡り、イベントを楽しんでくれるボランティアさん募集。
(※少し落ち着いたサークルとイメージして下さい(o^o^))
日 時: トーク/毎月第1・3日曜日 13:00~15:00
場 所: 長野県障害者福祉センター・サンアップル
対 象: 10代~40代まで
月会費: 500円(学生免除)
内 容: トークの他に、お出掛けイベント、お洒落なカフェ巡り、ラウンド1、映画鑑賞など。
問: SADサークルNagano(宮下)
TEL: 090-6539-1363
e-mail: sad_nagano@yahoo.co.jp



緊急!!

いらなくなったカレンダー大募集!!

大判で壁に貼るタイプを長野市ボランティアセンターまでお持ちください! ふれあいまつりでエコバッグを作ります。