



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

【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
HP : <http://vnetnagano.or.jp> MAIL : volucen@vnetnagano.or.jp

長野のボランティアは日本一!



ボランティア
とのつどい!

たくさんの
つながりが
生まれたよ!

600人が
一堂につどい
ひとつに!

昨年10月から始まった実行委員会は「どんなことやるのかなあ」と期待と不安の入り混じった思いでしたが、いろいろな方と知り合い、話を重ねていく中で徐々に形作られていき、「共に創っていく」思いが湧いてきました。担当したシンポジウム係では、今のボランティアを取り巻く状況、「ボランティア」という言葉さえ知られていなかった頃からの長野市の活動を聞き、内容を検討。「そもそもボランティアってどういうこと?」と参加した一人ひとりが振り返る場にしたと方向が決まりました。私自身「ボランティアって何?」「何のためにしているの?」と再考するきっかけとなりました。



みんなで熱く語り合った
シンポジウム

シンポジウム担当 仲村豪哉

3月1日、長野市ふれあい福祉センターで開催された「ボランティアとのつどい」に、600人が参加! 熱気溢れた一日を、実行委員の声でお届けします。



150人余りが参加し、熱い議論となったシンポジウム

仕方ない」「自分たちがどうにかしたい」「心で動く自発性を大切に」という声、また今後の課題として「横のつながり」「地域の担い手づくり」「有償ボランティアへの懸念」などが出され、「これからのボランティア像」を考えるきっかけになったのではないかと思います。

最後にまとめた言葉「協働」「ボランティアがつなぐ」「嬉しい目標」(3語の頭文字をつなげると「きぼう(希望)」に)、そして「ボランティアは新しい文化をつくる」ことを、私も「具体化できればいいなあ」と思っています。

さてシンポジウムがようやく終わり、片付けをしていると、「今日中に速報を配ろう！」の

当日は「今までのボランティア！これからボランティア？」と題し、長く続けてきた活動者からの「ボランティアは楽しくて」

「提案。「えっ！」と驚きながらも、要約筆記のボランティア学生3人とシンポジウム係がさっそく集合。二人一組となって誤字脱字、発言内容の漏れなどをチェック。閉会式が終わるまでの、時間との勝負でした。それでも何とか350部の冊子が完成し、来場者の皆さんにお渡しできました。またこれも楽しい時間でした。



85団体がお店出し 出展ブース

出展担当 倉石孝子

ボランティアグループの出展は、毎年来場者や活動者が顔を合わせて交流できる場です。今年は交流のきっかけとして、来場者が活動体験をできるような出展内容呼びかけました。

当日はシンポジウムが終わると、たくさんの方が出展フロア



体験ブース目印の三角帽子

に入っ
てきて
ドット
活気
溢れか



コンシェルジュも目印の帽子で存在をアピール！

えりました。今年は案内人として、出展係が「コンシェルジュ」となり各階に待機。狭い通路は人が行きかい、車いすの方も通るので、交通整理をしながら、入りづらそうにしてる方には声をかけます。

さらにコンシェルジュは、発表会や交流会の開催時間をお知らせしたり、困っていそうな来場者へ積極的に声をかけ、笑顔で対応しました。コンシェルジュをやっていると、「(案内人と)分かっていいね!」「かっこいいね!」と言ってもらえ嬉しかったです。目印となるようベルポイ

イ風の帽子を被っていたので、役割を意識して積極的に話しかけることができ、参加者も声をかけやすかったと思います。

またスタンプリーも企画し、各ブースで活動体験したり、話をしたらシールを貼り、ビンゴ形式で景品をプレゼント。体験ブースには必ず1度は参加してもらおう仕組みです。景品の目玉

雑多な賑わいが広がる出展ブースは「つどい」の醍醐味！
今年子どもたちが「キッズクルー」としてビデオ取材に活躍



はAC長野パルセイロ全選手のサイン！ ボランティアグループから提供された布ぞうり、オリジナルてぬぐい、発明品などもありました。スタンプリーは大好評で、お昼過ぎには早くも景品が少なくなりました。

体験ブースにも多くの方が参加。ボランティアグループ同士で名刺や活動紹介カードを交換し、交流が広がっていました。

「体験が楽しかった」「小さな子どもが楽しめた」という声も聞かれました。たくさんの方に来ていただき、楽しんでもらえて良かったです。



お昼を食べながら「五感」で発表を楽しみます



交流担当 箱山正一

今回初めて実行委員になりました。まずもって、とつても前向きで能力が高い実行委員の皆さんの仲間に入れていただき、半年間一緒に活動できたことに感謝です。準備の段階から僕は言ってきましたが「長野のボランティアは日本一！」じゃないかと感じていました。今回、交流係を担当し、それを実感できた気がします。交流係は午前中のシンポジウム後にホールで行われる「発表会」「おらほの味じまん」「交流会」「閉会式」を担当。当日の幹となるプログラムのを通して、ホールを「交流の場」

に演出していくのがミッションです。「発表会」は、

事前に多数の応募があった団体から抽選で選ばれた7団体が、各10分間発表。日頃より多くの施設やイベントでお客さんを楽

しませているパフォーマンスあり、歌声あり、ダンスあり。一方的な発表ではなく会場の皆さんを巻き込んだ演出に大いに盛り上がりました。

中でも印象的だったのが「長野手話ダンスの会ともだち」の発表です。僕は司会をしながら、自然に涙が出てきました。歌の詩と手話ダンスの一体感が素晴らしく、会場の皆さんも自然と一緒に手を動かして踊っていました。

他にも、プロジェクトやパネルを使い、自分たちの活動を知ってもらおうべく真剣に訴えた団体もありました。「こんなボランティア団体があるのか」と知るとてもいい発表会になりました。

この発表会と同時進行で、会場はちようどお昼ということもあり、ホールは「おらほの味じまん」食堂になりました。参加団体に「一品持ち寄り」の声がけをして、お漬物、おでん、おやきなどが振る舞われ、ちよつとした田舎風ビュッフェ形式に。お腹も心も満たされる、まさに「五感で味わう発表会」です。



会場と一緒に手話ダンス

後半は「みんなで話そうボランティア」と題して、自分が所属する団体の「今」と「これから」を考える「交流会」を展開しました。「もっと明るい雰囲気にして若い人にも関心を持ってもらおう！」「困ったときは一人で悩まないで、ボラセンを活用してサポートしてもらおう！」「積極的に横につながって、足りない部分を他団体と連携したい！」「団体を継続維持していくために、もっと勉強の場をつくり参加したい！」「もっといろんな場で発信して、自分の団体を知ってもらおう機会を増やす！」など、活動している中にも、悩みあり、課題あり、苦労ありで、その思いを共有しました。参加者は若干、予定より少なかったのですが（きつと出展フロアが魅力的だったんですね！）、皆さんの交流が生まれました。さつそく互いに名刺交換をして助け合おうとする姿も見られ、具体的な解決策



美味しい一品が集合！

にたどり着いた方もいたようです。終了のアナウンスをしても話が止まらないくらい充実した時間になり、ホールは交流会の熱気を残したままフィナーレへ。

「みんな輪になって踊ってくれませんか？」そんな心配もどこへやら。閉会式では、全員で『一人の手』を歌いながら、輪になって踊りました！

「歴史を知り、今を前向きに、そして、未来を変えていく…」

多くの団体を見守ってきた、ふれあい福祉センター。その20周年の節目にふさわしい「つどい」になりました。これからもこの熱気が、さらに大きな輪になることを確信しています。



みんなで輪になり歌って踊って“ひとつ”に♪

かわらばんに関わっているボランティアさんに、かわらばんにまつわる思い出を寄稿していただきました

平成14年～平成26年の ボランティアかわらばん 完全保存版完成!

「ボランティアかわらばん」の歴史を綴る縮刷版が、平成14年に発行されてから13年。その後も、その時代のボランティアの状況や、社会の課題を取り上げてきました。3月1日、ボランティアとのつどいに合わせて、その続きの完全保存版が完成しました!

刺激的!なかわらばん記者

取材で印象的なのは、出張ラーメンの取材で3カ月連載したことと、ボランティアのつどいで取材から発行まで3時間という、過去最短締め切りで号外を出したこと。

もっとも印象深いのは、担当コーディネーターさんからの突然の取材依頼に厳しい文字数制限、さらに短い締め切り期限。人間必死になると何とかなるものだと思われました。

たくさんの方から様々な話を聞くのが楽しかったです。これからも色々な方の想いに寄り添える取材をしていきたいと思えます。

(茶嶋宏明)



完全保存版は、長野市ボランティアセンター・長野市立図書館・協働サポートセンターで閲覧できます。

4月1日
長野市生活就労支援センター
まいさぽ長野市
オープン!

長引く景気の低迷や、雇用環境の変化により経済的に困窮している方が増え、働ける世代の生活保護受給者が増えています。また、単身世帯の増加や、近所づきあいの希薄化などにより、社会的孤立を抱えやすい状況も広がっています。

■法律施行を機に…
このような情勢の中、生活に困難を抱えた方が自立した生活を送るための相談や支援が受けられることを目的とした「生活困窮者自立支援法」が4月から施行されます。

4月1日に開所する「長野市生活就労支援センター」

「まいさぽ長野市」(愛称“まいさぽ長野市”)ではこの法律に基づき、生活や就労に課題を抱える方の自立相談支援を行います。

■地域の中でつながる
「生活困窮」というのは、単に「経済的困窮」だけでなく、つながりの困窮である「社会的孤立」も含まれます。まいさぽ長野市では、一人ひとりの悩みに寄り添い、経済的な自立だけでなく、地域の中でつながりながら生きていく、「社会的自立」を目指します。

場所は、長野市ふれあい福祉センターの2階になります。相談費用は無料、秘密は厳守しますのでお気軽にご相談ください。

◆まいさぽ長野市◆
場所
長野市ふれあい福祉センター2階
相談を受けられる日
月曜日～金曜日(休日除く)
8時半～17時15分まで
★相談は予約制です
まずは電話でお問い合わせください
TEL: 026-219-6880
FAX: 026-219-6882



近所 × 互助



区費のしくみの巻

新年度になり「区費」が集金される時期です。区費は「住民のために使われる」と知っていても「実はよくわからない」そんな声も聞かれます。そこで長野市内の区長さんたちにお聞きしました。



「区費」は何のためにあるの？

「自分たちが暮らす地域は自分たちの力で良くしよう。そのため、お金を出し合おう」という互助の精神から生まれたものだと言われています。地域は、文化や伝統、環境などそれぞれ特徴があり、公平に行われる行政サービスだけでは安心安全な暮らしを守ることができません。区費は「区」と「地区住民自治協議会」（以下住自協）の活動費として使われています。

住自協は区の集合体で、地区全体の暮らしを守るための活動をしています。その活動は、長野市からの交付金と各区からの負担金によって運営されています。地区全体の活動費に使われるものもあります。一部は「補助金」という形で区に還元されています。



具体的な使道は？

区費の額や集金方法はさまざまで、地区の実情に合わせて行われています。その使い方も違います。

ゴミステーションの管理などの環境保全や美化、街灯を設置するなどの治安維持、交通安全、防災といった暮らしを守る活動。育成会や老人クラブ、婦人会などの団体への助成。地域公民館や集会所の維持管理。赤い羽根共同募金への協力など多岐にわたります。

大切な事業です。高齢社会を迎えて、健康増進や孤立を防ぐためのお茶のみサロンなど必要になってきました。長野市の郊外にある団地では、50年前と現在では、高齢化に伴って区費の使われ方も変化してきたそうです。このように区費の使われ方は地域によっても違いがあります。



課題は？

高齢世帯や独居高齢者、アパートに住む単身者など、区への入会をしない場合もあるそうです。

区費の値上げが厳しい中、資源回収を日常的に行って財源にするなど工夫を凝らしている地区もあります。中山間地では、人口の減少によって減収になったり、都会からの移住者に、区費について理解してもらおうための説明に苦慮したりという苦労もあるそうです。



住民と行政を結び区長

区長は、道路や水路の改修など地域の要望を代表して住自協へ提案することで、地域

の課題を市へつなげます。また、市や県からの大切なお知らせ、配布物を回覧配布することも大切な活動です。



住民が主役に！

ある区長さんは「地域づくりの主役は住民。同じ地域に住む者同士が仲良く助け合って、いざという時にはお隣さんやご近所が一番頼りになる。みんな支え合うまちづくりが区費から始まっている。たとえ払わない人がいても区民に変わりない」と、思いを込めて話されました。

アッコウさんの豆知識



区は行政の末端組織ではなく一つの任意団体です。「区」以外の呼び方として、自治会、町内会などの名称の地域もあります。

ご近所×互助では、知っているようで知らない「地域のしくみ」から、ご近所付き合いを考えます。（不定期掲載）

■傾聴ボランティアさん募集

木のぬくもりを感じるデイサービスセンターで、あなたもご利用者と至福の時間を過ごしてみませんか？

内容：ご利用者との会話

日時：月曜から金曜 お好きな時間にお越しください。

場所：デイサービス高田がっこう

問：デイサービス高田がっこう（渡辺）

TEL:026-227-1160



■ボランティア募集!

あがり症の方のサークル。共に会場準備、楽しくおしゃべり。カフェめぐりや映画鑑賞、お出かけイベントに参加してみませんか？ 10代~40代（心身ともに健康な方）

日時：毎月第1・3日曜日13:00~15:00

場所：サンアップル

月会費：500円

問：SADサークルNagano（宮下）

TEL:090-6539-1363/e-mail:sad_nagano@yahoo.co.jp



長野市ボランティアセンターへ
ご寄付ありがとうございました!

ハガキ、切手、テレホンカード、ベルマーク等
(2月24日~3月25日分)

かがやきひろは篠ノ井、宮下廣喜、青木一男、島田寿子、(株)前田鉄工所、CSネットワーク、鈴木会計事務所、中村矩子、長野南郵便局総務部、サークル「北信五岳」、長野犯罪被害者支援センター、長野七瀬郵便局、長野保健所健康課、長野市庶務課受付（敬称略）

講座

■連続講座「食卓から土へ~生ごみ減量 アドバイザー養成講座~」受講生募集!!

家庭から出る可燃ごみの4割は生ごみです。ごみを減らし、生ごみをたい肥化し土に還す達人になりませんか。講座内容は生ごみ堆肥化の基礎・実践ほかを学びます。

日時：4月23日(木)・5月21日(木)・6月19日(金)・
7月9日(木)全4回 9:00~12:10

場所：長野市ふれあい福祉センター

申込・問：特定非営利活動法人 みどりの市民(渡辺)

TEL:026-235-5113

■シナプソロジー普及員養成講座

認知症予防や脳機能改善!動くことを通して新しい様々な刺激を与え続けながら脳を活性化!人と人をつなぎ合わせるシナプスも増えます!沢山の笑顔を広げます。

日時：4月25日(土) 14:00~15:30

場所：フランセーズ悠よしだ

申込・問：特定非営利活動法人いきいき・のびのび健康づくり協会(林部)

TEL:090-2974-5527



続く被災地支援



「はんどめいどプロジェクト」「ながの福ソウくんプロジェクト」は、小物づくりの売上で、大槌の小学校に本を届ける活動をしています。

3月18日、岩手県大槌小学校としての最後の卒業生76人が、未来に向けて歩みはじめました。震災の時2年生だった卒業生一人一人が、一言ずつ発表した「旅立ちのことは」から、震災の悲しみをばねに大きく成長した様子が伝わってきました。

この3月で教師生活を卒業される菊池啓子校長先生からは「あなたたちは皆ダイヤの原石、自分の可能性を信じ磨いて下さい。あなた方は、いのちの大切さや普通の生活のありがたさを知っています。未来はあなたたちの手の中にある、前を向いて明るく進んでいってください」とエールが贈られました。

平成27年4月からは、小中一貫校「大槌学園」としてスタートします。高台にできる新校舎は、翌年9月完成の予定だそうです。

「はんどめいどプロジェクト」と「ながの福ソウくんプロジェクト」からは、卒業生全員に、お祝いのメッセージと、大槌町の一頁堂書店オリシナルの図書券を送りました。

トイ 倉石孝子)



ボランティア情報

■猫の譲渡会開催

子猫から大人猫まで可愛い猫たちが新しい家族を待っています。一つの命を救える手助けになります。ぜひ家族に迎えてください。お友達やご家族でお気軽にお越しください。

日時：4月12日(日) 13:30~15:30
場所：長野市ふれあい福祉センター4F会議室
申込・問：こちら肉球クラブ(千葉)
TEL:090-8515-9259

■長野北部子ども劇場地域公演 人形劇団えりっこ「へそどろぼう」

親子でプロの人形劇を観ませんか? 地域で、気軽な場所、仲良しのお友達といっしょに、本物が観られます!

日時：4月18日(土)~29日(水)
場所：市内近郊・各会場
申込・問：長野北部子ども劇場(上野)
TEL:026-244-9616
詳細：<http://www13.plala.or.jp/nhkodomo>

■おしゃべりサロンゆるりの会

おしゃべりとお茶のみのサロンです。どなたでもお気軽にどうぞ。簡単な作業をすることもあります。

日時：4月22日(水)・5月27日(水) 10:30~12:00
場所：長野市ボランティアセンター
問：おしゃべりボランティア野菊(小山)
TEL:026-295-6300



■JICAボランティア 駒ヶ根訓練所一日体験入隊

協力隊派遣前訓練を体験しませんか? 長野駅から無料バスが出ます! ランチもついてワークショップも楽しんで、たった500円です!

日時：4月26日(日) 10:15~16:00
場所：JICA青年海外協力隊駒ヶ根訓練所
問：JICA駒ヶ根(秋好)
TEL:0265-82-6151

■第46回長野市障害者スポーツ大会

春です! 恒例のスポーツ大会を開催します!! たくさんの障がい者の方々の参加を広い運動公園で待っています。今年もパン食い競争あります!

日時：5月24日(日) ①8:40~ ②9:00~
場所：①運動公園陸上競技場 ②市民プール
申込・問：長野市障害者スポーツ協会(赤松)
TEL:026-266-8834

募集

■犯罪被害者支援活動への協力依頼

犯罪の被害者及び家族、遺族に対して電話相談または面接相談等を通じて抱える悩みの解決や心のケア等に当たるとともに、病院等への付き添い等直接的支援を行っています。この資金作りのための当活動ホンデリングプロジェクト活動にご協力ください。

問：長野犯罪被害者支援センター事務局(中島)
TEL:026-233-7848

長野市ボランティアセンターで開催される、ちょこっとボランティアの場です。いずれも申込みは不要です。どなたでもお気軽にどうぞ!

問：長野市ボランティアセンター

TEL:026-227-3707

✉ エコ封筒を作ろう

古いカレンダーで封筒を作ります。
5月12日(火) 10:00~12:00

🐘 ながの福ソウくんプロジェクト

小物づくりをして、売上で被災地の小学校に本を送ります。どなたでもお気軽にご参加いただけるサロンです。

〈昼〉4月9日、23日、5月14日、28日(木)
13:30~15:30
〈夜〉4月28日、5月26日(火)
18:30~20:30



★ グリーンカフェ

土づくりの仕方を学びましょう。どなたでも参加OKです。

4月21日(火) 13:30~ 参加費:100円
持ち物:軍手

✂ 切手の小箱サロン

チーズやお菓子の空き箱に古切手を貼ってステキな小箱を作ります。のんびりゆっくり、おしゃべりしながら、楽しい時間を過ごしましょう。

4月10日(金) 13:00~16:00

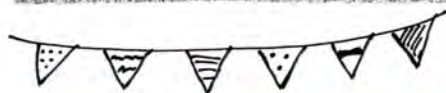
インターネット放送局「ながのTV」の生放送番組 **長野ボランティアステーション**
4月14日のゲストは 音訳ボランティア「やまびこ会」です!(毎月第2火曜日19:00~)
Uストリームでnaganotv1を検索してみてください!! <http://www.ustream.tv/channel/naganotv1>



ボランティア情報



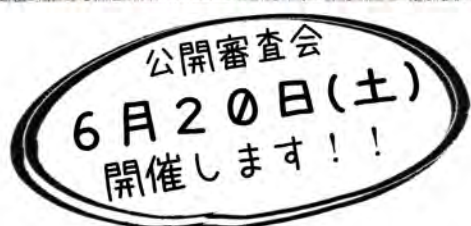
5月号は5月1日(金)発行予定。情報掲載希望は4月17日(金)までにお問合せください。〈TEL:026-227-3707〉



今年も募集します!



ボランティア活動振興事業助成金・ささえあい応援金



「新しく活動を始めたいけど…、必要なものやお金はどうすれば?、何から始めたらいいんだろう?」「今の活動をもっと充実させたい!」そんなボランティアグループを資金面はもちろん、トータルで応援します!!



♪募集内容(予定)♪

助成金額: ボランティア活動振興事業助成金
総額50万円(1事業あたり5万円限度)
ささえあい応援金
総額30万円(1事業あたり10万円限度)

募集開始: 4月末
応募〆切: 6月初旬

助成金学習会(申請に関係なく参加できます)

日時: 5月7日(木) 13:30~16:00

場所: 長野市ふれあい福祉センター5階ホール

講師: 山室秀俊さん(長野県NPOセンター事務局長)

詳細は4月下旬以降お問い合わせください

問: 長野市ボランティアセンター・ながのボランティア市民活動支援ネットワーク TEL:227-3707

イベント

■歌うヨガ

歌うヨガで心も体もリフレッシュしましょう。軽いストレッチやマッサージから始めて、歌を歌う事で心と体の疲れも取りましょう。誰でもできる簡単なヨガです。

日時: 4月3日(金)・9日(木)・17日(金)・24日(金)
15:00~16:10

場所: 長野市ふれあい福祉センター4F

申込・問: 太陽(大島)

TEL:080-4618-5387



■交流会「体に有害なものと安全なもの?」

私たちが生活している上で、有害なものと安全なものがある? なんて考えたことがないのではと思います。交流会を通じて考えましょう! みなさまのお越しをお待ちしています。

日時: 4月11日(土) 13:30~15:30

場所: 長野市安茂里公民館 参加費: 300円(お茶代等)

申込・問: 健康な未来を考えるSowing.net(高遠)

TEL:090-2179-9741、026-227-6769

ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク

10周年記念報告集が完成しました!

2003年8月に設立した「ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク」は、このたび10周年記念報告集「支援ネット物語」を発行しました。人・情報・モノ・お金などをつなぐ「月例情報市場」「ささえあい応援金」「物品情報」の3つの柱となる活動について、わかりやすく紹介しています。

■配布方法■

長野市ボランティアセンターにて限定200部無料配布中

郵送希望の方は、ホームページかfacebookからお問い合わせください。

URL <http://www.nagano-shien.net/>

<https://www.facebook.com/nagano.shien.net>

