



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

お金がたつなく 思い



一生懸命な姿に 応援が集まる

お金や物品で支援する「寄付」も、ボランティアのひとつ。そこには、お金を出すだけでなく、活動への「関心」が生まれ、「参加意識」につながっていく「思い」があります。寄付する人、受け取る人、双方にとつてどんな思いがあるのでしょうか。

会社に見積もりをお願いすると、想像以上に高い金額でした。

インターネット経由で寄付や協力を募る「クラウドファンディング」(*)を利用して、活動資金を集めた村田憲明さんにお聞きしました。村田さんが代表を務める「南部ハナマガリ鮭Tシャツプロジェクト」は、Tシャツ・バッグ・手ぬぐいなどのグッズを販売した収益で、東日本大震災の被災地・岩手県大槌町の中学校の部活動費を支援しています。

「3月11日から始まるカレンダーがあったら、面白い!」「日めくりにしよう!」「毎日違うデザインで、パラパラ漫画みたいにと、メンバーや

費用をどう捻出するか迷う中、村田さんはメンバーの反対も押し切って、関心ある人から広く小口資金を集めるクラウドファンディングを使うことにしました。大口の資金が見込めるとしても「企業名が入るスポンサーが嫌だった」のは、「関わった人の総意が消えてしまう」から。「いろんな人に活動を知って、広めてもらいたい」との思いから、インターネットで資金集めを仲介するホームページに応募しました。

知人との飲み会で次々にアイデアが生まれ、そのままの勢いで製作することを決意した村田さん。しかし印刷



“愛情ある”カレンダーを手にする村田さん

*クラウドファンディング：群衆 (crowd) と資金調達 (funding) を組み合わせた造語

みんながネットワーク

このかわらばんは「信毎ふれあいネット」のご好意で一部の地域へボランティアで配布していただいています。

「ボランティアかわらばん」は共同募金のご協力で発行しています。

表紙題字：青木孝子さん



「インターネットは見る人が限定されるかもしれないが、反応が早いし、支援活動に関心がある人が集まるホームページで、広がりがある」と考えた村田さん。ただ期間内に目標金額が集まらなければ、1円も受け取れないというハードルがありました。

夜な夜なメンバーが集まって、手作業で楽しそうにカレンダーを作る様子、活動を続ける思いなどを、インターネットで毎日発信していくと、応援する人が増えてきました。「ギリギリまで金額が集まらず冷や冷やした。お金を集めるのは楽じゃない。でも、楽しんで集めたお金は、きつ」といい使われ方をしない。一生懸命やっていると、必ず応援してくれる」と、最後は目標金額に到達。

今回集まったのはお金だけではありません。関心があっても実際に被災地へ行けない人などから、想いを託したメッセージもたくさん届きました。1月には、ド

イツで開催された国際カレンダー展にも出品され、審査員から「愛情あるカレンダー」との講評も。「たくさんのお想いをのせたカレンダーになった。お金だけじゃない、応援してくれる人」とつながり『仲間』が増えた。試験だったが、やってみてよかった!と村田さん。今回制作した1000部のカレンダーはほぼ完売し、3月11日のスタートを待っています。

鮭TシャツプロジェクトHP <http://saket31.naganoblog.jp/>



感動と共感で つなぐ架け橋

「感動と共感がなければお金は集められない」と「長野県みらい基金」事務局長の松岡正幸さんは話します。みらい基金は「NPOは資金がない!」「寄付を集めるホームページがあれがいいのでは?」と市民活動を盛んにするためにスタートしました。寄付をもらうにはNPO等の公益的活動をする「団体」が応募できます。個人は対象になりません。

東日本大震災の後、

たくさんの方が寄付をしましたが、そのお金の行先がよく分からなかったと疑問の声も聞かれました。そこでみらい基金では、寄付者の意向を大切にし、お金がどのように使われたかを明確にしています。

応募があれば、みらい基金スタッフが

まず直接会って、しっかり話を聞き、事業目的が明確か、寄付金の目標をどうするかなど、アドバイスします。たとえば「被災者の支援をしたい」という大きな目的ではなく、「被災者を迎えるため、シェアハウスのお風呂を修理したい」というような、できるだけ具体的な目標を立てるよう伝えています。

それをみらい基金のホームページに掲載し、企業や個人は、その想いに共感して「活動に寄付したい」とつながります。寄付をもらった団体は、必ず活動報告をホームページに載せます。寄付した側は「自分のお金がど



“キッピー”のイラストの募金箱を見たらご支援を

う使われたのか、どんな社会課題の解決に貢献したのか」を知り、団体や地域の人たちの喜ぶ姿も知ることで、寄付して良かったと実感できます。

みらい基金では、広く支援を広げるために募金箱も設置しています。スーパーマーケットのレジ台近くで、クリーニング店の店頭で、みらい基金の募金箱を見たことがありますか? 寄付は身近なところでもできます。みらい基金のホームページ「みらいベース」をご覧ください。
みらいベースHP <http://www.mirai-kikin.or.jp/>



募金を通して 子どもたちを知って

18歳までの子どもが、無料で何でも話せる電話「チャイルドライン」

「ながの」の運営は、寄付や募金で支えられています。運営事務局のNPO法人ながのこどもの城いきいきプロジェクトの美谷島恵子さんは「無料だから、子どもが時間を気にせず電話できる。資金面の支援はとて必要」と話します。

チャイルドラインながのには、年間3000件近く受信があり、会話が成立したものは1000件以上。人間関係やいじめ、将来のこと、恋愛や性に関する内容など、内容は様々です。電話を受けるのは、研修を受けたボランティア。

「子どもの気持ちに寄り添って電話を受けるためには、専門的な研修は必ず必要」です。だからこそ運営や研修の費用を集めない活動は維持できません。

長野県からの補助金もあります。賛助会員を募り、企業や個人から寄付を集めています。会員の「かんてんぱぱ（伊那食品工業株）からは、「チャイルドラインと県民がつながる仕組みも必要」と、募金箱300個が寄贈され、長野市内を中心に設置されています。

「企業や団体からまとまった額のお金をいただくのも、もちろんありがたいが、自分たちが利用する身近なお店に募金箱があると、応援してもらっていると感ずるのが嬉しい」と美谷島さん。

「仕事や家事で忙しい親に、話しそびてしまいうことも多い。本当は、家庭や地域で子どもと話ができればいい」と美谷島さん。募金した人がカードを手に取り、話を聴いて欲しい子どもがいると知ると、チャイルドラインの目的の1つでもある「話の聴ける大人を増やす」ことにもつながりたいと願っています。

募金箱と一緒に、活動の説明する名刺大のカードも置いてあります。チャイルドラインながのHP <http://www.nakano.com/child/>

募金箱と一緒には、活動の説明する名刺大のカードも置いてあります。チャイルドラインながのHP <http://www.nakano.com/child/>

「社会貢献する団体と、寄付という手段で参加する企業・個人をつなぐ架け橋」とつたっているように、お金は、お互いの「想い」を通じ合わせる役割を担っています。

ただお金を出すだけでなく、きちんと「想い」を乗せて渡す。「想い」があるからこそきちんと結果が出て、お金が生かせる。これも社会貢献のひとつですね。



かんてんぱぱから寄付された募金箱

使わない学用品で子どもたちを支援

「学用品を必要としている子どもたちがいます。ご寄付をお願いします」と、子どもたちの学習支援に取り組む「反貧困ネット・きずな塾」が呼びかけています。昨年、初めて「学用品交換会」を実施し、喜んでもらったので、今回は幅広く呼びかけています。

ノートや鉛筆が十分に買えない。国語辞典、彫刻刀など授業で使う物を買えない。体操着が一着しかなく洗濯できずに、周りから臭いと言われ、学校に行きたくなくなる…など、学用品がないことが、子どもたちの不登校の原因にもなっています。どの家庭にもある、引き出しの中に眠っている学用品の寄付が、子どもたちの支援になります。

3月19日（土）13時～15時、ふれあい福祉センターで「学用品市場」を開催します。学用品は新品をお願いします。ただし学校指定の運動着・運動靴・制服等は、使ったものでも清潔ならOKです。当日「こんなものがあるよ」「どんなものがあるの?」と、多くの方に来てもらいたいそうです。できることで支援しませんか。

●3月7日～10日は、長野市ボランティアセンターでも寄付を受け付けます。

＜問い合わせ＞ 反貧困ネット・きずな塾（小林） 090-3806-9332



障がいや生きづらさ まず知ろう

2月6日(土)「福祉共育のつどい」開催



「障がいや生きづらさを『知らない』から避けてしまふのではなく、共に社会に暮らす仲間として、まずは知り合い、交流してみませんか？」という呼びかけのもと、ふれあい福祉センターで福祉共育のつどいを開催しました。

福祉施設の職員、学校教諭、教職や幼稚園教諭を目指している学生、障がいや生きづらさを抱えた当事者の方も、参加されました。

「障がいや生きづらさを『知らない』から避けてしまふのではなく、共に社会に暮らす仲間として、まずは知り合い、交流してみませんか？」という呼びかけのもと、ふれあい福祉センターで福祉共育のつどいを開催しました。



実際に点字を打ってみます

「レモンデイズ」による手話体験、紙芝居を通しての授業の3つが開かれました。参加した方からは「手話をもっと覚えたいと思った。手話はかっこいい!」「創作紙芝居で戦争中の話から『いのち』を考えると授業だった。長野市で起きたリアルなエピソードに改めて、平和やいのちについて考える良いきっかけづくりになった」という感想が聞かれました。

ふくろうおばさんの模擬授業。戦時中に作られた千人針(※)について説明中

「このお話を聞いて、戦争中の話から『いのち』を考えると授業だった。長野市で起きたリアルなエピソードに改めて、平和やいのちについて考える良いきっかけづくりになった」という感想が聞かれました。



「手話はかっこいい!」レモンデイズの模擬授業

「手話はかっこいい!」レモンデイズの模擬授業。また精神障がいを持つ方と交流した方からは「見えない障がいではない障がいを感じている当事者の話は勉強になりました。話している間は、様々な体験や交流を通して、お互いに「知る」ことの大切さを実感する一日となりました。

※さらし木綿に女性が赤糸で千個の結び目を作り、出征兵の腹巻にすると弾丸よけになるとされた、一種のお守りのこと

後半の「交流しよう!」では10組に別れて、障がいや生きづらさを抱える当事者の方と交流するしました。身体障がいを持つ方と交流した方は「日常で使っている道具を見せてもらい、障がいを持つ方用に作られた物だからこそ、誰もが使いやすいデザインになっていると感じた」との感想。ユニバーサルデザインへも話題が広がったそうです。

交流会
レポート



代表の松田恵子さん

「登校拒否を考える親と子の会・ブルースカイ」を当事者の親たちで発足して25年、今なお変わらず悩み、苦しんで当会に参加される親や子ども達に出会うたび、心が痛みます。そんな中、障がいがあっても生きづらさを抱えていても、一人の人として交流し、理解し合おうという今回のつどいは、とても良い企画だと思いました。

私たちのグループには、教員を目指す学生、民生委員、高校と中間教室(※)の先生、不登校・引きこもりを体験した若者と、それぞれの立場から疑問に思うことや、普段思っていることを出しました。中には中間教室や、当会のこと知らなかった方もいらっしまったので、お互い知り合うきっかけになり、良かったと思います。

※不登校児童・生徒が学級復帰を果たすまでの学習および居場所の支援を目的とし、長野市教育委員会が設置している



第2回

小田切地区

たすけあい事業/ コーディネーターが行く!



チカチで、とても手でやなんか抜けねえので鋏もって行って起こしただわい」と、笑顔。自給自足で長生きの秘訣を語ってくれました。

夫婦達で、お互いがお互いのために頑張ってるに暮らしている様子にコーディネーターはグッときてしまいました

じいちゃんばあちゃん、私もがんばるよ!

Sさんご夫婦宅へ訪問したときのこと。じいちゃん曰く「ばあちゃんな『じいちゃん』の食べるもの作らなきゃ」せつて、家中(を)這いしま(※)、まんまの用意してくれただわい」。一方ばあちゃんは「じいちゃんな『ばあちゃん』がいつも行く畑の草をとらねえと」せつて、畑へ行ったはいが、ま〜んず畑力



夫婦達で長生きできることは幸せ

た。こんな愛おしいじいちゃん、ばあちゃんが小田切にはたくさんいます。これからもそういう人たちが住み慣れた地域でいつまでも暮らしていけるよう、頑張らなくちゃ!

(小田切地区たすけあい事業コーディネーター山口明子)

(※)「這って行って」という意味。西山言葉。

たすけあい事業コーディネーターとは
長野市社会福祉協議会が運営する地域住民参加型の有償在宅福祉サービスの調整役



ポラセン福祉文庫からオススメ本を、紹介!

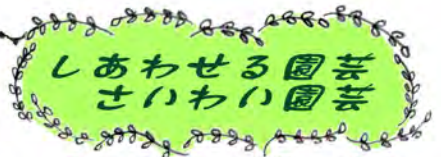
『続・ひとりで悩まないで』
(編/ながの子どもを虐待から守る会)

初めての子育て、どうしたらいいの? うちの子は他の子と違う? すぐにイライラして、私はいい親になれないの? ...大丈夫。悩んでいるのはあなただけじゃないんです。

この本は、悩みを抱えて子育てをしてきた方、今まさに子育てに奮闘している方へのインタビューをまとめたものです。どんなことに悩んでどうやって乗り越えてきたのか。苦しんだこと、泣いたこと、迷ったこと。子どもと向き合い、自分と向き合い、ありのままを受け入れてきたこと。それぞれ悩みは違っても、悩まない人はいないのです。

悩んでいるのは私だけじゃない。気づいてください。心が疲れてしまう前に。

(やすみ*まち)



春は黄色

気分になり

「春は黄色の花から」とよく言います。ろう梅、福寿草、サシユユ、足元にはクロッカス、水仙…。光の春のイメージにぴったりの明るい



と話題です。特にハーブの仲間のローズマリーとレモンのミックスは昼の脳を活性化する香りとして、ラベンダーとオレンジのミックスは夜のリラクスタイムの香りとして、身近に置くとよいとされています。

香りを感じる嗅神経細胞が、記憶をつかさどる脳細胞部分の近くにあるので何らかの影響を与えている

今回は黄色にちなんでいきますが、花でなく食べ物。レモンやオレンジの柑橘類がらみの話題を少し。色はもちろんですが、ポイントは香りです。食べてももちろんおいしいのですが、果皮に含まれている精油成分が、実は認知症予防に一役買うとちよつ

いうことだそうです。香りが体調や精神の安定にかかわる検証もすすんでいます。今年も香りのある植物を身近に置き、元気に本格的な春を迎えたいと思います。

(徳永淳子)

ボランティア情報

■健康な体を作るには？

不調を訴えている人が多い世の中、自分の健康な体を作るには？ どうしたら良いのでしょうか。医者が教えてくれない情報を共有し、自分の体作りをしましょう!!

日時：3月12日(土)13:30~15:30/場所：安茂里公民館学習室/定員：20人/参加費：300円/申込・問：090-2179-9741 (高遠)/TEL：026-227-6769/FAX：026-227-6919/締切：3月12日(土)
メール：Sowing.net@gmail.com

■アナタが輝く恋をしよう!

長野消防協会では、男性消防団員との婚活パーティーを開催します。出会いや恋愛を楽しみたい方たちへのセミナーとパーティーに参加できる女性を募集します。

日時：3月13日(日)11:00~16:30/場所：ロジック長野駅善光寺口店/申込・問：長野消防協会事務局(島田)
TEL：026-234-9531



■ワールドスタディカフェ2016

愛と平和の国シリアに何が起こったのか

現在、シリア難民の生の声を聞きながら旅を続けている中野氏を講師に迎え、話を聞いて、カフェスタイルで参加者交流会等を行います。

日時：3月12日(土)14:00~17:00/場所：アイビースクエア3階Gホール/申込・問：090-2678-3471 (樋口)/090-3339-9807 (山岸)

■「信州プロボノフォーラム2016」を開催

「ボランティア」とも違う、「仕事」とも違う新しい社会貢献のスタイル「プロボノ」について、テレビでもおなじみの森永卓郎さんと一緒に考えてみませんか？

日時：3月13日(日)13:00~15:30/場所：NBSホール(長野市岡田町 長野放送内)/申込・問：認定NPO法人長野県みらい基金(松岡)/TEL：026-217-2220

お電話待ってます



いつも傾聴でんわ

哀しかった・辛い・嬉しいことがあった...
どんなことでもお話しください。

TEL 026-225-0404

月・土 14:00~18:00 水 14:00~21:00

インターネット放送局「ながのTV」の生放送番組
(毎月第2火曜日19:00~)

長野ボランティアステーション
3月8日19:00から放送です♪

<http://www.ustream.tv/channel/naganotv1>
お問い合わせは naganotv@gmail.com まで



★出演者随時募集中★



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、テレフォンカード、ベルマーク等
(1月13日~2月18日分)

㈱TOSYS、第一企画、㈱ゆうちょ銀行長野貯金事務センター、シニアアクティブルーム、長野南郵便局、信濃の星、小林満留子、大和証券グループ、サークル北信五岳、消防局、甲信アルプスホーム、吉田綾、ライフサポートりんどう、川中島地区社協、清水書店、東北老福、松下信彦、浅川団地東条・西条の皆様、富士ゼロックス長野㈱、きもちいい快、瀧澤史貴、新光電気工業(敬称略)



どなたでも
“ふらっと”
参加できます



長野市ボランティアセンターで開催する ちょこっとボランティアの場です

問：長野市ボランティアセンター TEL：026-227-3707

♪ グリーンボラ・カフェ

ブロッコリースプラウトの苗床作り

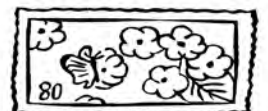
材料費：100円 持ち物：軍手
定員：10人(先着順)
3月15日(火) 13:00~15:00



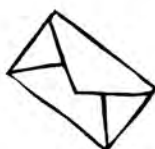
古いカレンダーで封筒を作ります。
4月5日(火) 10:00~12:00

♪ 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。



♪ エコ封筒を作ろう



ボランティア情報

講座

■まちの縁側講座

善光寺西側界隈を歩いてみませんか。思わず話をしたくなる人との出会い、集まりたくなる場所を探して歩きましょう。詳しくはお問い合わせください。

日時：3月30日(水) 13:00～

場所：善光寺西側桜枝町

申込・問：長野市ボランティアセンター

TEL：026-227-3707



■歌うヨガ

歌うヨガとは、「リズムに合わせて歌を歌うことで、心と体の疲れを取り、リフレッシュしましょう」というものです。誰でもカンタンに出来ますのでぜひご参加ください。

日時：3月4日(金)・10日(木)・17日(木)・25日(金) 15:00～16:20 / 場所：長野市ふれあい福祉センター4階和室 / 申込・問：ゴウランガ(大島) / TEL:080-4618-5387



■働く人のコミュニケーション講座

アサーション・トレーニング実践編ワークショップ1・2

日時：3月14日(月)、3月28日(月) 18:30～20:30

場所：勤労者女性会館しなのき2階会議室 / 定員：25人

講師：柏原吉野 / 参加費：無料 / 問：長野市男女共同参画センター(宮崎) / TEL:026-237-8303

■ココロとカラダの健康講座

[1]講義「メノポーズ(更年期)を快適に！」[2]ワーク「自分らしい色(カラー)を使って心をリフレッシュ！」

日時：3月12日(土) [1]10:45～12:00 [2]13:00～15:00

場所：勤労者女性会館しなのき / 講師：三村春美

問：長野市男女共同参画センター(春日)

TEL：026-237-8303

■脳が喜ぶ！笑顔がうまれる！シナプソロジー 普及員養成講座

介護予防関連や地域の健康づくりネットワークにも活用できる運動です。脳機能改善を目的としながら、人との関わりも深められる体験をぜひいかがですか？

日時：3月6日(日) 10:00～11:30 / 場所：長野市権堂イーストプラザ市民交流センター

申込・問：chii.toko.pepe.0301@cameo.plala.or.jp (林部) / TEL:090-2974-5527

■実用書道教室

実用書道教室は、段階をふんで漢書・行書・仮名へと進み、続いて和文(漢字仮名まじり文)へ入ります。目指

すは手紙・和歌・俳句・名文など和文の創作活動を盛んに。

日時：4月8日(金)、10日(日)、11日(月) / 場所：長野市ふれあい福祉センター / 定員：3クラス(各34人) / 講師：日野皓雲 / 参加費：1ヶ月1,300円 / ペン習字1,200円 / 締切：3月25日(金)

申込・問：026-233-2259(日野鐵二)

イベント

■ESDを進めるための意見交換会

持続可能な開発のための教育ESD。環境、人権、国際問題など日頃取り組んでいる方、先進事例など踏まえ、意見交換してみませんか。

日時：3月6日(日) 10:00～12:30

場所：長野市ふれあい福祉センター5Fホール

申込・問：特定非営利活動法人 みどりの市民(渡辺)

TEL・FAX:026-235-5113

■～福島原発事故から5年～つながろうフクシマ！ひろげよう脱原発！3.13長野行動

2011年3月11日の原発事故から5年目、放射線量の高い中、帰還政策が進められている。汚染水、核廃棄物など問題山積の解決も無い、原発再稼働反対みんなで意志表示しましょう！

日時：3月13日(日) 13:00～ / 場所：長野市南千歳公園

問：実行委員(本道) / TEL:090-7251-1912

■ラテンの世界にふれよう！－エクアドルの話とスペイン語体験レッスン－

エクアドル人留学生によるエクアドルの生活・文化・料理の紹介(英語のため通訳有)と、初心者向けのスペイン語体験レッスン。ラテンの世界を知るチャンスです。

日時：3月6日(日) 14:00～15:30 / 場所：ふれあい福祉センター5F会議室 / 定員：7人 / 参加費：500円(資料代)

／申込・問：小田切国際交流クラブ(申込) / TEL:090-7173-2838



■ソレアスの健康イベントのご案内

南向きで明るく綺麗な新築施設!! そろそろ春になり暖かくなるので一緒に楽しく地域交流しませんか? たくさんのご参加お待ちしております。

日時：3月7日(月) 13:30～15:00 囲碁・将棋クラブ

3月21日(月・祝) 13:30～15:00 話題の口コモ体験

場所：介護予防教室ソレアス / 定員：年齢制限はありません。お子様同伴で受講できます / 申込・問：介護予防教室ソレアス(下崎) / 参加費：300円 / TEL:080-3414-0763(ソレアス直通) 026-405-7824(ミクリシニアフィットネス)

ボランティア情報



4月号は3月30日(水)発行予定。情報掲載希望は3月16日(水)までにお問合せください。〈TEL: 026-227-3707〉

長野市地域福祉推進セミナー

今だからこそ地域福祉でまちづくり!

～福祉のまち長野を実現するために必要なこと～

第1部 説明・講義

福祉のまちづくりを推進するために今求められている取り組みについて、先進的な事例を交えつつ理解を深めます。

第2部 シンポジウム

これからの長野市の地域福祉に必要な取り組みや関係者の役割について熱い議論を交わします。

日時: 3月23日(水) 13:30~16:30 / 会場: 若里市民文化ホール

対象: 住民自治協議会関係者、民生児童委員、福祉推進員、ケアマネージャー、地域福祉活動者等どなたでも。

申込・問: 長野市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL: 026-227-3030 FAX: 026-223-7388

募集

■ハピスポひろば企画大募集

あなたのやりたかった事、実現させませんか? 6月19日ビッグハットで開催される福祉イベント「ハピスポひろば」への企画持ち込み受付中です。

活動内容: 福祉イベントのお手伝い・開催

対象: どなたでも(個人・団体・法人)

問: Happy Spot Club(亀垣)

TEL: 070-5363-0824 / FAX: 050-3337-2755

メール: info@happyspotclub.org

開催日: 6月19日(日) / 場所: 長野市ビッグハット



■ボランティア募集!

あがり症のサークル。共に会場準備・トーク、カフェ巡りや映画鑑賞、お花見・BBQ等楽しんで下さる方。10代~40代

活動条件: 会費ボランティア共 月500円(学生免除)

活動内容: 毎月第1・3日曜日サンアップルでトーク

問・TEL: 090-6539-1363(宮下)

お知らせ

■新学期にむけて、まだ使える学用品のリサイクル市場をひらきます

運動ぐつ、メロディオン、そろばん、制服、運動着、通学かばん他、学用品(新品)の提供受付中。

日時: 3月19日(土) 13:00~15:00 / 場所: ふれあい福祉センター5階ホール

申込・問: 反貧困ネットきずな塾(小林)

TEL: 090-3806-9332

■お茶のみサロンゆるりの会

簡単な作業をしながら、おしゃべりを楽しみませんか。お茶を飲みながらゆるーい時間を過ごしませんか。

日時: 3月23日(水)、4月27日(水)

場所: 長野市ボランティアセンター1階

テーブル5

問: 小山由美 / TEL: 026-295-6300



ボランティアセンターへの相談
(1月1日~1月31日)

★ボランティアしたい...38件

★ボランティア求む...27件

「ボランティアかわらばん」音声でも楽しめます

視覚障がい者への朗読ボランティアグループ「やまびこ会」による音読版「ボランティアかわらばん」をインターネットに公開しています。

ホームページ「ボランティアネットながの」でお聞きいただけます。

<http://www.vnetnagano.or.jp/kawaraban/onyaku.htm>

