



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

まちの あっ! 宝を 掘りあこす

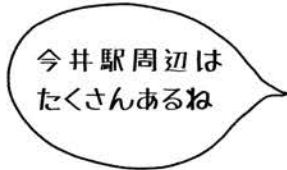
「社会資源」と聞いて皆さんは、何を思い浮かべますか？ 初耳と言う方が多いのではないのでしょうか。

今回の講座は、まちづくりや地域の課題解決のために、何を社会資源と捉えつつながっていくのか、その考え方を学ぶため、12月7日（水）、滋賀県高島市社会福祉協議会常務理事の井岡仁志さんを講師にお招きして、川中島地区で開催しました。

井岡さんからの「社会資源をあげてください」との問いに、地域福祉ワーカーや、地域たすけあいコーデイネーターからは、福祉施設や学校、行政等の機関があげられました。井岡さんの更なる問いかけに、参加者から毎年開催している白桃ツアーや道路の雪かきをする歯医者さん、授産施設のお祭りや移動販売など、箱ものだけではない「人」と「場所」がどんどん出てきました。そしてそれぞれが「つながる」ことこそ社会資源だ！とわかってきました。また、「社会資源の多い地域・少ない地域がある」「病院がない」こ



まだまだ知らない
お宝がありそうだね！



今井駅周辺は
たくさんあるね



井岡さんの呼びかけに答える住民

とが川中島地区の特徴でした。そして、その社会資源をまちづくりに活かした、高島市の「見守りネットワーク」の取り組みが紹介されました。

模造紙4枚分の大きな川中島地区の地図に、駅、学校、サロン、体操グループなど考えつく川中島の資源を付箋で貼っていく作業を行いました。講師の井岡さん主導のもと、どこに何があったかなと頭をフル回転しつつようやく完成です。それぞれバラバラだった地域の資源が一つにまとまるとびっくり、こんなにたくさん地域の宝物があったのだとよく分かります。

地図を見た地域の方々からも好評で、資源を見える形にすることの大切さを感じました。公民館に掲示し地区の皆さんの声をお聞きしながら、さらに充実した地図になることを期待しています。

たくさん大切な人、物、場所を上手につなげてより強い地域の輪を作っていきましょう

(川中島地区ワーカー 山岸咲子)



長野空襲を語り継ぐ会

歴史のリレーランナー

「会の結成は、1984年の裾花中学校2年7組の文化祭での発表『8・13長野空襲』がきっかけです」と話す代表の伝田豊美さん。現在は、8名で活動しています。

長野空襲は、あと2日で終戦となる1945年8月13日に起きました。「米軍戦闘機の若い青年の顔が見えた」と言う証言があるほど、低空飛行での、機銃掃射、爆弾での攻撃でした。

当時のマスコミは「人畜の被害なし」と報道していましたが空襲を語り継ぐ会のメンバーが調査すると47人の方が亡くなっていました。爆風で即死した方は石炭や砂粒が体中の皮膚に突き刺さっていたり、一家9人全員が死亡した家族の遺体は発見されず、遺品を掘り出すのが精一杯だったなどの惨状はあまり知られていません。伝田さんたちは、これらの事実を「歴史のリレーランナー」として、学校や団体での講演会や冊子の発行などで語り継いでいます。特に

破壊された旧国鉄機関区の洗濯場
現在の長野駅東口周辺



毎年8月13日に行っている「長野空襲を語る集い」には力を入れており今年で33回を迎えます。

戦争を知らない世代の増加と戦争体験世代の減少が進んでいる中で、若い世代の人達と共に戦争を掘り起し語り継ぐことの重要性、またその方法を追求することが大きな課題です。

日本を取り巻く環境が大きく変わりつつある今だからこそ歴史をしつかり見つめ、学ぶ必要性が高まっていると感じました。

(取材担当 茶嶋宏明)

梵鐘の会

長野の魅力在海外へ

名称の由来

「梵鐘」はお寺の釣鐘。1998年長野冬季オリンピック。善光寺の鐘が街中に響きわたり冬の祭典が開幕しました。

当時、善光寺には外国人観光客がたくさん訪れました。善光寺での観光ガイドの募集があったことをきっかけに「梵鐘の会」が始まりました。横文字ではなく「あえて」漢字の名称を付けました。

現在の主な活動

主に、40名ほどのメンバーで善光寺境内のガイドをしています。外国人は参拝の作法にはとても興味があり、「お戒壇巡り」も人気があります。しかし、室内で靴を脱いだり、床や畳に座る習慣がない外国人（特に欧米人）には、なかなか理解してもらえず大変です。

現在は、善光寺のほかにも、松代や戸隠、小布施でも活動しています。

最近のガイド傾向

最近では、中国や韓国からの観

光客も増えていますが、独自のツアーコンダクターが引率するようになり、アジア系の方のガイドをすることはほとんどなくなりませんでした。

冬になるとスキーツアーで多くのオーストラリア人が来日し、なかでも白馬村でのガイドが増えました。そして、帰国前の思い出として、世界でも注目されている山ノ内町の地獄谷野猿公苑の「スノーモンキー」が大人気です。電車で揺られ、サルが温泉に浸かる姿をひと目見たいという要望が殺到するようになり、梵鐘の会の活動の幅も広がっています。

今後も外国人観光客のために、さらにガイド力を磨き、長野の魅力をとくさん伝えていきたいと思っています。



善光寺の説明をするメンバー



ほっぷ
すてつぷ
地域福祉ワーカー じゃんぷ

～サロンで活かす“回想法”～

日本福祉大学の来島^{きじま}修志^{しゅうじ}先生をお迎えして、「地域回想法を体験する」講座を鬼無里地区で11月25日に開催しました。

鬼無里地区では、約30の団体が毎回趣向を凝らして「お茶のみサロン」を開催しています。運営されている方は「何をしたらいいかな?」「だいがマンネリ化しちやっとな」と悩んでいらっしゃいますが、参加される方の声を聞いてみると、「楽しかった」「また来たい」と、とても楽しみにしていらっしゃいます。微妙に意見がずれている両者。その答えが、先日開催しました来島修志先生による地域回想法の講座で見つかりました。それは、「お茶のみサロン」



来島先生の軽快なトークに笑いが飛び交う

での何気ない“昔話に花を咲かせる”ことが地域回想法で、それが「楽しかった・また来たい」に繋がっていると、この講座を体験されたサロンの運営者のみなさん方が気付いたようなのです。

子どもの頃の話をする、どの方も子どものように目をキラキラさせて夢中で話している姿がありました。脳の活性化にも良いという地域回想法を、更に取り入れて活動していきたいと思っています。

(鬼無里地区ワーカー 古畑真規子)



ボランティア活動奮戦記

私のイギリス・ボランティア体験記

《その3》

マンチェスター
日本人補習授業
校は、英国北西
部に住む日本人
子女が再び日本
国内の学校に編
入した際に、ス
ムーズに適応で
きるように設立
された学校です。
幼稚園、小・中
学部があり、児
童生徒は毎週土
曜日に国語と算数
を学んでいます。
5月には鯉のぼり

生活感がない上に抽象的かつ難解で、子ども達はついつい英語で会話をしてしまいます。私にとっては自然にでてくる英語が羨ましい限りですが。
授業中は個別に声をかけ励まし、学習の支援をしました。苦手になりつつあった国語の勉強を進んで取り組む姿がみられるようになり、子どもたちの目の輝きは確実に増していきました。
最後の学習発表会で、落語「まんじゅうこわい」を全校の前で演じ、子どもたちが各々に長いセリフを覚えられたこと、担任と私も含めた5年生のクラスみんな浴衣を着てステージに立てたことは、大きな達成感がありました。

をあげ、七夕や運動会、書き初め会など日本の文化や行事を経験します。
私がアシスタントを任されたのは、小学校5年生9人のクラスでした。「こんなに少ないの?」
と思いましたが、実際に子どもたちと会ってみると、9人中2人が日本人子女で、大多数は国際結婚による子女でした。
日本で生活していると当たり前のように漢字も読めるようになりませんが、英国で育つ子ども達はそのうはいきません。特に5年生にもなると、教科書に出てくる言葉は

今回は、イギリスの村おこしに一役買った、ジャパンフェスティバルに参加した体験をお伝えします。お楽しみに!(なつちゃん)



に喜びと感動が違います。一緒にその感動を味わいませんか。

日時：5月5日(金・祝) 10:00~16:00

場所：中央通り末広町交差点より新田町交差点と駅前広場

問：NAGANO善光寺よさこい実行委員会(小林)

TEL：090-4463-9336

■信州国際塾「グローバル・バスツアー」 横浜へ行こう!

春休みの思い出、学習に、横浜海外移住資料館&みなとみらい地区を訪問。参加費はなんと200円! くわしくは、JICA駒ヶ根ホームページへ!

日時：3月24日(金)

場所：長野発バスツアー 横浜みなとみらい地区

問：JICA長野デスク(榎本)/TEL：026-235-7186

■ワールドスタディカフェ2017 長野から世界へジャンプ!

アメリカ最前線のトランプ大統領を追っているジャーナリストをお呼びし、市の国際交流員の方も交え、熱い話をしながらカフェスタイルで楽しく交流していきます。

日時：3月11日(土) 14:00~17:00

場所：アイビースクエア3階Gルーム

問：長野県青年国際交流機構(樋口)

TEL：090-2678-3471



■つながろうフクシマ! ひろげよう脱原発! 3.11長野行動

3.11東日本大震災。福島第一原発の重大事故から6年。事故の収束の見通しは立たないなか、避難解除の市町村の帰還者は13%。戻れるはずもない政府の「棄民政策」は許されない。

日時：3月11日(土) 13:30/場所：長野南千歳公園

問：3.11長野行動実行委員会(チェルノブイリの子ども達へクリスマスカードを送る会)(本道)

TEL：090-7251-1912



いつも傾聴でんわ

哀しかった・辛いな・嬉しいことがあった...

どんなことでもお話しください。

お電話待っています

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14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17日~2月17日分)

かがやきひろば松代、長野市消防局総務課、富士通(株)、富士通リース、富士通エフサス、長野南郵便局総務部、きもの紫の会、全国町村職員生活協同組合長野県支部、きもちいい快、富士ゼロックス長野(株)、森袈裟次郎、永野誠、古牧ボランティアセンター、滝澤行政書士事務所、長野市資産税課、松下信彦、かがやきひろば東北、長野市収納課、長野市建築指導課、真鍋健二、塚田順子、サークル「北信五岳」、長野市市民窓口課、宮田起男、田中恵子、堤信子、倉島道代、竹内圭吾、(宗)長福寺、鈴木会計事務所、長野市高齢者福祉課(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

スタートは種まきから
牛乳パックでミニ野菜

*参加費100円

種と苗の交換会

交換できる種や苗がなくてもお気軽
にご参加下さい *参加費無料

3月21日(火) 10:00~12:00



♪ エコ封筒を作ろう

古いカレンダーを再利用して
封筒を作ります。



3月7日(火) 10:00~11:30

4月4日(火) 10:00~11:30

♪ 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。

3月10日(金) 13:30~16:00

4月14日(金) 13:30~16:00



ボランティア情報

■リーダーのためのアサーション トレーニング～職場編～

部下だけでなく、リーダー自身が心地よく感じるアサーティブなコミュニケーション技法を学びます。よりよい人間関係、職場のやる気と能力向上へつなげます。

日時：1回目)3月10日(金) 18:30～20:30

2回目)3月24日(金) 18:30～20:30

場所：勤労者女性会館しなのき 2F会議室

問：長野市男女共同参画センター(水上)

TEL：026-237-8303



■月例情報市場

立場や領域、所属を超えて、一人一人の進行中の小さな思いや悩みを伝え、新鮮な情報等を共有することで、新しい種に気づける場です。

日時：3月15日(水)16:00～17:00

場所：長野市ふれあい福祉センター

問：NPO法人ライフデザインセンター内(青沼)

TEL：026-229-8001

■ミシンカフェ

ミシンを使った手芸をみんなで一緒に楽しみたい方にお勧めです♪

ネーム刺繍もできます。ソーイングセットやはぎれ有！相談にのってくれる先生もいます。

日時：3月10日(金)、24日(金) 10:30～13:00

場所：コワーキングスペースFABB

費用：1,000円

問：NPO法人Mam's Style(中村)

TEL：090-6008-3934

メール：mam'sstyle_1025yahoo.co.jp



■空き家管理代行サービス

近年、空き家に伴う問題が多くなってきています。ご両親の施設等への入居や、転勤等で実家が遠くになってしまうケース等、気になる方はワーカーズまで気軽にご相談を

問：長野県高齢者生協組合内(長坂)

TEL：026-263-2386(ワーカーズコープかがやき)

■東山魁夷館改修前特別展

東山魁夷 永遠の風景

～館蔵本制作一挙公開～

東山魁夷館が所蔵する本制作は34点。今回はこの代表作すべてを一堂に会し、東山魁夷が描いた風景をご覧ください。(改修の為、5月31日より休館となります。)

日時：3月30日(木)～5月30日(火)

場所・問：長野県信濃美術館・東山魁夷館

TEL：026-232-0052

■ありがとう、さようなら信濃美術館

休館前の最後の絵画展 花ひらくフランス風景画 珠玉の名品、ミレー、コロー、シスレー、モネ

17世紀、宗教画などの背景に描かれた風景から、近代フランスにおけるバルビゾン派、印象派が描いた風景に至るまでの珠玉の名品の数々をご覧ください。

日時：4月15日(土)～6月18日(日)

場所・問：長野県信濃美術館・東山魁夷館

TEL：026-232-0052

■病気になる前に？

ほとんどの人は病気になってから”どうして？”と、しかしそれには原因が・・・一緒に考え予防して行きましょう！！多くの人とつながって健康でいきましょう！

日時：3月11日(土) 13:30～

場所：安茂里公民館 2F学習室

定員：20人 / 参加費：300円 / 申込締切：3月11日(土)

問：健康な未来を考えるSowing.net(高遠)

TEL：090-2179-9741/FAX：026-227-6769

メール：Sowing.net@gmail.com



講座

■脳の活性化プログラム！

シナプソロジー普及員養成講座in長野

子供から高齢者まで、家族やお友達、会社の仲間や同僚と、注目の脳活性化エクササイズを体験し、身近な方と一緒に楽しみませんか？最新版をお持ち帰りください。

日時：3月26日(日) 10:30～12:00

場所：長野市生涯学習センター 3階第1学習室

問：NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会

長野支部(林部) / TEL：090-2974-5527

イベント

■野池道子さんの「沖縄を感じよう」

長野からは遠い沖縄、戦後70年にわたり県内に数多くの基地がある。後を絶たない米兵による事件や辺野古問題などあり。野池さんに沖縄の現実を話してもらいます。

日時：3月7日(火) 10:00～12:00

場所：長野市ふれあい福祉センター 4F-3

問：長野市くらしを考える会(絹川)

TEL：090-4965-4023



■第3回 NAGANO 善光寺 よさこい

よさこいは、観ている者が体の中からワクワクを体感できる素晴らしい演舞です。スタッフとして参加すると更



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

平成28年度 長野市地域福祉推進セミナー

支えあいの地域づくりをめざして

第1部 講演

地域の支えあい活動について、事例を基にこれからの地域づくりに向けてどのような取組みが求められるのか、理解を深めます



【講師】木原孝久氏
(住民流福祉総合研究所 代表)

第2部 事例発表

お茶のみサロン等地域の活動者の皆さんに、工夫している点等をお話し頂き、取組みを進めるうえでのポイントを共有します

★ 福祉推進員活動展示 (12:00~15:00)

日時：平成29年3月23日(木)
13:30~16:30

会場：長野市若里市民文化ホール
長野市若里3-22-2 (ビッグハット隣)

対象：住民自治協議会関係者、区長
福祉推進員、民生委員・児童委員
地域福祉活動関係者等関心のある方

申込み・問合せ

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

募集

■施設内ボランティア

(シーツ交換その他) 募集



利用者さんの居室ベッドのシーツ交換(週1回)、施設内環境整備やレクリエーション補助などお手伝い頂ける方を募集しています。ご興味のある方は、お問い合わせください。

活動内容：シーツ交換、環境整備(草刈りなど)

問：長野県立総合リハビリテーションセンター

生活支援課(山本/塩入)

TEL: 026-296-3954

お知らせ

■今日から役立つ! 今日から提供できる! 高齢者体操 体験教室

高齢者の方を支援している皆様、お年寄りの方々をサポートしている皆様、介護施設や地域の健康増進の現場で活用されている体操を体験しませんか?

日時：3月5日(日) 13:00~16:30

※16:45~18:00(交流会)

場所：ももたろうケアセンター

問：NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会
長野支部(林部)

TEL: 090-2974-5527

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...48件

★ボランティア求む...37件

「ボランティアかわらばん」音声でも楽しめます

視覚障がい者への読書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かの」でお聞きいただけます。
<http://www.vnetnagano.or.jp/kawaraban/onyaku.htm>

