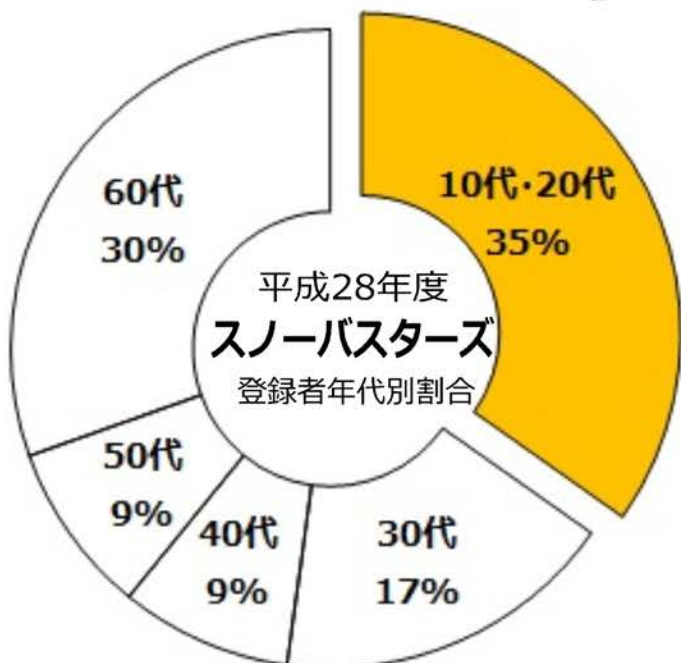




スノーバスターズ思いがけない効果 その3

その時若者が動いた



昨年、スノーバスターズに登録してくれた23人の方を年代別に左の円グラフにまとめました。年代別で比べてみると、意外にも10代・20代・60代がスノーバスターズを支えているという事がよく分かります。

その中で、20代の若者になぜ雪かきボランティアをしようと思っただのか聞いてみました！

●農業 男性

ラジオ放送で、雪かきボランティア募集を聞いたことが、登録のきっかけ。今まで「雪かきができない」という事を考えたことがなく、雪が降れば当たり前にかくものだと思っていた。でも年齢を重ねれば雪かきができなくなり、生活に困ることがあることを初めて知った。困っている人がいるなら、雪かき程度なら自分にもできると思って登録をした。

●高校教員 男性

ボランティアセンターの紹介でボランティアをしていたところ、声を掛けてもらったのがきっかけ。豪雪地帯出身なので雪かきが特別なことでもなく、地元でもよくかいていた。健康な身体さえあれば、人の役に立つならやってみようと思っただけ。「ありがとう」という言葉をもらえるから今年もやってみようかな。

●教員 男性

学生時代、社会貢献チャレンジという課題でボランティアをすることになり、ボランティアセンターで紹介されたのがきっかけ。

関西出身で、慣れない雪かきに大変さを感じるけど、誰かの役に立つことが嬉しい。特に「ありがとう」と言われたり、後でお茶を飲みながら話をしたのが楽しかった。

大雪にならない事を願いつつ、雪かきならできると思った方、ぜひ登録をお願いします！「ご協力お待ちしております。」



長野点訳花水木の会

—自分のため、が人のために—

点訳を始めよう

今から約25年前に日本赤十字社が開いた点字の講習会で、講師の先生の「グループを作りましょう」という一声により、参加していた生徒で「長野点訳花水木の会」があつたという間に発足しました。現在の会員は10名、月に2回集まります。

点字の打ち込みはパソコンを使います。打ち込み、校正を順番に担当し、自宅で作業します。校正作業には、点字表記辞典、点訳の手引き、パソコン、電子辞書が欠かせません。できたものを持ち寄り、全員で最終校正となります。読み方の確認をし、できるだけ統一した点訳を心がけています。確認後、専用の紙面に自動で打ち出します。

スピード対応な点訳

取材日は、安茂里地区からの依頼で『館報あもり』の最終校正をしていました。館報は4ペー



パソコンで点字入力



機械で打ち出し

ジの情報誌ですが、点訳すると30ページになります。点訳作業は1週間〜10日ほどかかります。

点訳された館報は、安茂里支所に1部、安茂里にお住いの視覚障がい者2名に届けられます。

また、自分で選んだ本の点訳もしています。点訳後、「ネット図書館サピエ」にインターネットで送り、視覚障がい者のもとへ届きます。そのほか、毎年、点字カレンダーを作りボランティアセンターに寄付しています。

自分のためが人のために！

最初は軽い気持ちで始めた点訳。ひとつ点訳が完了すると、達成感を感じていました。正直、字が小さくて目がとても疲れませんが、認知症予防等、自己満足のために頑張っています。さらに、グループがなごやかで良い雰囲気だから活動を続けることができている、と楽しそうに語っていました。

中級日本語教室

—日本語と共に日本の文化を教えます—

中級日本語教室の活動は20年以上にもなり、長野市の日本語教室としては、おそらく最初の教室だったのではないかとおっしゃっていました。

普段は上田市でプロ教師をしている藤沢育子さんと、もんぜんぷら座でも教えていらつしやる伊藤章子さんの経験豊富なお二人が丁寧に授業をしてくださいます。

常連の外国人の方だけでなく、教室のことを人づてに聞いたり、インターネットで調べて突然来たという外国人が、毎週土曜日の午前10時に長野市ふれあい福祉センターへ集まってきます。

参加者のレベルで上級・中級レベルに分けて授業が行われています。教材は、テキストの他、新聞記事や小説を読んだり、日本文化を知るために実際にのし袋を使ってみたりと多岐にわたります。参加者の中には長い方で10数年通い勉強をし続けている方や、この教室と職場で、実践を積み重

ねて、2年でペラペラになった方もいます。実際に中級の授業を見学させてもらいましたが、美容院や飲み会など、実生活で使う文例を元に、文法や言い回しは勿論、アクセントや敬語に至るまで、細やかに教えてもらえます。また、上級では単に日本語を教えるだけではなく、長い歴史の中で継承されている日本文化、歴史や遺産、和食などを紹介することを通じて、日本の常識や価値観を感じ取ってもらえるように工夫されているそうです。（取材担当 茶嶋宏明）



講師の藤沢育子さん（前列左）
伊藤章子さん（前列中央）

中級日本語教室の活動日
毎週土曜日 10:00~12:00
長野市ふれあい福祉センター

じゃんぷ
すてっぷ
ほっぷ

地域福祉ワーカー

“まちの縁側講座”を開催しました

川中島地区編

9月21日(木)、長野市ボランティアセンターと共催で「川中島地区 まちの縁側講座」を開催しました。幻トークの延藤安弘先生をお招きし、今回は北原、南原、御厨の3コースに分かれて出発しました。この日は青空が広がりまち歩きには、絶好の日となりました。

延藤先生から聞いた「縁側的な目」で、みんなが気軽に集まれる場所はあるかな・・・とゆっくり巡ると普段見慣れている景色も新しい発見になります。歴史ある寺社や石碑、近代的な集合住宅(今井ニュータウン)、地域貢献で見守りサービスをしている新聞店、地域の福祉施設や美術館、道路に面して座りたくなるベンチ・・・各所で地元の方に説明をしていただき「いつで

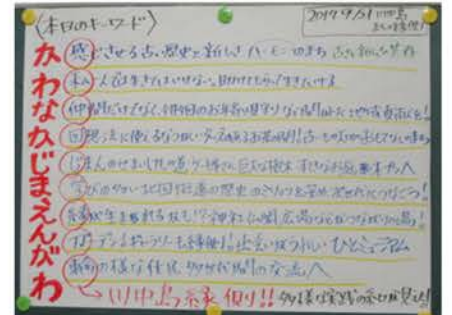


もみんなで来てください」と温かい言葉をいただきました。そして既にまちの縁側となっているお宅や、「いつでもサロンに使ってね」というお宅も訪問し、皆さんの人柄にふれ、参加者も思わず笑顔になりました。昔、街道沿いだった地域の「おもてなしの心」が未だに残っているんですね。

今回は川中島の一部しか回れませんでした。他にもたくさんの方が地域のことを考えて活躍してくださっています。延藤先生にまとめていただいた言葉「かわなかじまえんがわ」(下写真)を頭にいれて、住みやすい川中島づくりに活かしていきたいと思えます。

川中島地区住民自治協議会

地域福祉ワーカー 山岸咲子



終わりのない輪になっているリースは、魔除けや豊作のシンボルとしての意味もあるそうです。殺伐とした信じられないような事件が起こる昨今、「まああるく、まああるく、まああるく、まああるく、まああるく」と呪文のように枝を丸く束ねていく作業は、丸く和や

そして、園芸好きには、楽しみな恵みが食べること以外にもあるのです。木の実やドライフラワー、あるいは剪定した枝や葉も利用して、リースなどのクラフトを作るのも冬に向かうこの時季の恒例作業です。



大地の恵みに感謝して

万物実りの頃、まずは食べ物。旬の味は格別にして、また漬け物や保存食にするのもうれしく、大地の恵みに感謝せずにはいられません。

かな世の中になって欲しいとの願いも込めて形にしています。自然の贈り物はそれ自身が豊かな芸術といって良いくらいに、手をかけなくても美しいものです。それをいただき、自分で育てた草花の盛りの名残も加えて作るクラフトは、自分へのご褒美にもなります。

蛇足ですが、「まああるく、まああるく、まああるく、まああるく、まああるく」をゆくり2回言えば約8秒。先日テレビでキレる高齢者の話題を取り上げていました。「腹がたつたら6秒待つ」が肝心。この「6秒」は前頭葉が怒りを抑制するのに必要な時間だそうです。穏やかに暮らすためにこの呪文は結構良いかとも思っています。(徳永淳子)



大地の恵みで作ったリース

イベント

■2018春待ちパーティ

1月は睦月、小さなふれあいを求めて、あなたもパーティに参加し、恋と幸せをつかみませんか。会費は女性4,500円、男性5,500円、申込はショートメールで。
 日時 1月28日(日)/場所 ホテル国際21「1階藤の間」
 対象 男女20代～40代位まで/定員 男女40組
 問 赤い系の会(山田)/TEL 090-8743-6297

■信州あいサポートフォーラム2017

障がいのある人もない人も共に支え合う「共生社会」の実現のため「あいサポート」フォーラムを開催します。どなたでもご参加いただけます。講演は山本シユウ氏。
 日時 12月14日(木) 13:00～16:00
 場所 若里市民文化ホール
 問 社会福祉法人長野県身体障害者福祉協会(大森)
 TEL 026-228-0317

■初詣と歌い初め(カラオケ)

障がいの有無に関係なく、新年を祝って盛り上がりましょう。新しい会場で気分も新鮮に明るい笑顔で交流しましょう。

日時 1月14日(日) 12:00(山門集合)
 場所 善光寺・まねきねご権堂店(カラオケ)
 定員 20名/参加費 1,000円程度(実費)
 申込締切日 1月9日(火)
 問 精神保健福祉ボランティア ホワイトナッツ(本田)
 TEL 026-226-8740



■JICA信州国際塾「ヒマラヤ映画祭」

世界のとっぺんで生きる人々から学ぶ、ほんとうの豊かさとは？ブータン、ネパール2本の映画と、国際協力の現場からのメッセージで、一緒に考えてみませんか？

日時 1月21日(日) 13:00～17:15
 場所 長野市勤労者女性会館しなのき
 申込 不要/参加費 無料
 問 JICA長野デスク(榎本)/TEL 026-235-7186



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てください。お電話お待ちしております

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

長野ボランティアステーション
 (毎月第2火曜日19時～)

12月12日(火)の出演は

「健康な未来を考えるSowing.net」です

<http://www.ustream.tv/channel/naganotv1>

お問い合わせは 長野市ボランティアセンターまで

★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
 (10月20日～11月24日分)

番場正武 高橋貞夫 滝澤史貴 飯田かよ子 渋谷啓治
 依田和子 瀧澤行政書士事務所
 特定非営利活動法人長野犯罪被害者支援センター
 長野南郵便局 長野中央郵便局 長野中部子ども劇場
 (有)ダイワプロテック ちゃんこ亭えん楽
 (有)ながの総合マネキン シニアアクティブルーム
 N T T 労組退職者の会長野地区協議会 長野市消防局
 長野市保健所健康課 長野市生活支援課 長野市市民税課
 長野市財政部資産税課 カがやきひろば安茂里
 三陽老人福祉センター 匿名5名(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

～ミニ門松作り～

新年に向けて、卓上ミニ門松を作ります。終わった後はお茶会でおしゃべりしましょう♪

12月21日(木)13:30～15:30



♪ 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。

12月5日(火)10:00～11:30

1月9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。のんびりゆつくり、おしゃべりしながら、楽しい時間を過ごしましょう。

12月 8日(金)13:30～16:00

1月12日(金)13:30～16:00



ボランティア情報

お知らせ

■ひとり暮らしシニアのための料理教室

60才以上のひとり暮らしシニアのみなさん！みんなで一緒に作って、わいわいとにぎやかに食べましょう。おいしくて、楽しい時間を過ごしませんか？

日時 12月22日(金) 10:00~13:00

場所 長野市ふれあい福祉センター

対象 市内在住の60歳以上の一人暮らしの方

講師 上野マリ子先生(管理栄養士)/参加費 700円

申込 12月5日(火)~12月12日(火)

問 長野市社会福祉協議会 地域福祉課(松野・黒岩)

TEL 026-227-3030/FAX 026-223-7388

■無料学習ふうえば

月3回、無料学習会を開催中！午前は中高生向け学習相談。午後は国際的な視野を育む「英語時事」と、楽しく考える力を養う「推理」。詳しくは「ふうえば」検索！

日時 毎月3回 主に日曜日 10:00~15:00

場所 もんぜんぶら座会議室

問 特定非営利活動法人ふうえば(鈴木央)

TEL 090-2208-9030



■お産なんでもトーク12月

うむむネットの定例おしゃべり会「お産なんでもトーク」12月は「おしゃべりしながらパステルアート」どなたでも簡単に描けます。お気軽にご参加下さい。

日時：12月13日(水) 10:30~12:00

場所：長野市ふれあい福祉センター 4階和室

問：お産を語る会 うむむネット(牛山)

TEL：090-4212-8167

■相談・体験会・随時受付中

平成29年7月1日に新規オープンしました。キッズまゆは「運動学習特化型の放課後等デイサービス」です。運動と学習で脳を活性化し、自立を支援します。

場所：長野市青木島1丁目2-12 ICビル1F

問：キッズまゆ(藤澤)

TEL：0120-622-515・026-285-9813



■クリスマスこども会

パネルシアター、ハンドベル演奏、工作などがあります。サンタさんが来るかは当日のお楽しみ。駐車場が混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。

日時 12月10日(日) 14:00~15:00

場所 長野市立南部図書館 2階大会議室

対象 幼児~小学校低学年

定員 なし/参加費 無料

問 長野市南部図書館 図書担当

TEL 026-292-0143

FAX 026-299-0559

■視覚障がいの方の瓶のゴミ収集について

来年一月収集分より「視覚障がい者排出瓶用袋」というシールを視覚障がいの方に配布します。レジ袋等に瓶を色分けせずに入れ、シールを貼って出せます。収集業者が分別して下さいます。

問 長野市環境部生活環境課(中沢)

長野市視覚障害者福祉協会(青木)

TEL 026-224-7635(中沢)

026-243-3161(青木)



■正月料理講習会

手作りの「おせち」で新しい年を迎えませんか。どなたにも喜ばれて簡単にできるお正月料理の講習会です。一緒に作ってみませんか。お待ちしております。

日時 12月13日(水) 12月16日(土) 10:00~13:30

場所 長野友の家/問 長野友の会(佐藤)

TEL 026-285-3192

講座

■私たち住民が願う福祉介護を実現するには~パブリックコメントに声を届けよう~

私たちが願う福祉介護とは何か、ワークショップを通じてシェアしませんか？シェアした意見を実際にパブリックコメントとして提案します！

日時 12月21日(木) 14:00~16:00

場所 権堂イーストプラザ

講師 長野市介護保険課職員(出前講座)/参加費 無料

問 長野医療生協企画教育部(藤本・小野)

TEL 026-234-3307

メール kikaku-k@healthcoop-nagano.or.jp

■英語絵本の読み方初心者講座

お話し会や学校で英語の絵本を読みたい方対象です。今回は初心者向き1回目として「Today Is Monday」を使います。(本を持参して下さい)

日時 1月20日(土) 10:00~11:30

場所 もんぜんぶら座 Box5

問 Book Time(土屋)/TEL 026-217-0749

■精神保健福祉ボランティア養成講座

精神保健福祉について学び、「ボランティアをやりたい」の気持ちを後押しする講座。「精神疾患と障がいの正しい理解」高橋武久先生の講義で学びます。

日時 1月26日(金) 1月30日(火) 2月15日(木)

場所 社会福祉法人絆の会法人本部/定員 30人

講師 高橋武久氏(長野市赤十字病院精神科医師) 他

参加費 無料/申込締切 1月19日(金)

問 ①皆神ハウス(坂口)

②地域活動支援センターつむぎの家(北沢)

TEL ①026-278-7466 ②026-266-0099(FAX兼)



新年号は1月24日(水)発行予定。情報掲載希望は1月12日(金)までにお問合せください。〈TEL 026-227-3707〉

急募 雪かき ボランティア



高齢者や障がい者のお宅の雪かきです。まだまだ足りません！あなたの力を貸してください。

寄付 古切手 書き損じはがき

ご家庭に余っている古切手や書き損じはがきをボランティアセンターで集めています。ボランティア情報誌『かわらばん』の製作費や、ボランティアセンターの運営費になります。ご協力お願いいたします。



ボランティアセンター 大掃除

毎年恒例、ボランティアセンターの大掃除を行います。1階の共有スペースを利用している皆さままで大掃除をしませんか。

にちじ **12月20日(水)**

9:30~12:00

ばしよ ボランティアセンター
1階 作業テーブル

大掃除の後に、
お茶会&交流会を行います

みなさんのご参加お待ちしております



◆◆◆ 問い合わせ・申し込み ◆◆◆
長野市ボランティアセンター
TEL 026-227-3707
FAX 026-224-1513

お知らせ

■ボランティア活動市民会議 介護保法改正とボランティア

今年度、市民会議のテーマは、介護保険法の改正とボランティア活動の関わりについて考えます。ボランティアならではのアイデアや、活動の中でできることを一緒に考えましょう！

日時 12月16日(土) 13:30~16:30
場所 長野市芸術館 展示サロン
講師 ファシリテーター 内山二郎さん
参加費 無料
問 長野市ボランティア連絡協議会(阿部)
TEL 090-5437-5084/FAX 026-224-1254
メール vrennagano@gmail.com

ボランティアセンターへの相談

(10月1日~10月31日)

★ボランティアしたい…23件
★ボランティア求む…26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>

