



長野女子高等学校の部活動「インターアクトクラブ」は、ユニークな活動をしています。『①国際交流 ②地域交流 ③地域福祉』の三つをテーマに、1・2年生7名と担当の望月先生で取り組んでいます。

「みわたりあん」ってなんだあ？

6年前、学校がコース制をスタートさせ、授業にフィールドワークを取り入れ、パソコンの使い方や写真のトリミングなど、様々な学習をしています。その技術を部活動でも活かし、校内で試作品として地域情報紙『みわたりあん』を展示しました。2018年には、クラブ結成20周年を記念して、千部を発行しました。卒業した先輩たちが名付けた『みわたりあん』。三輪をこよなく愛する人、三輪愛好家という意味を含めた小さなフリーペーパー。写真が印象的です。三輪地区のすてきなヒト・お店・場所を紹介しています。現在第2号を製作中。取材先の検討、依頼・取材をして、撮影した写真を使って校正まで、すべて生徒が行います。特にレイアウトやコメントには、読者が読みやすいように工夫を凝らしているそうです。先輩たちが残して行ってくれた写真もできるだけ載せられるようにがんばっています。

「取材で外に出ると、地域の人たちが優しく接してくれてとてもうれしい。」
「できたものを見て評価してもらえると達成感がわいてきます。」と生徒の皆さんは口々に言います。
取材に行った日も、生徒さんが写真と編集済みの原稿を持って、お店の方を確認してもらったために雨の中へ出か

女子高校生 地域もりあげ隊

長野女子高等学校
インターアクトクラブ

けて行きました。

やったー!! 審査員推薦賞!

地域福祉の一環として、長野県北部地震の時に、栄村へ震災復興ボランティアに行きました。それ以来、毎年栄村と交流をし、今年度は栄村の魅力を伝えてい

く活動を始めました。

「冬の雪国(秋山郷)の生活を体験してもらいたい。」「映画のロケ地になればいいよね。」と、いろいろなアイデアが出てきた中から、映画のロケ地PR動画を作って、千葉商科大学による『地元再発見コンテスト』にエントリーしました。『地域支援』や『活性化支援』になるよう特産品であるトマトを中心に、栄村のすばらしい所を二日間撮影して回りました。編集を重ね、5分間の作品を完成させることができました。



コンテストには、全国22校から154件もの応募があり、長野女子高等学校インターアクトクラブは、見事『審査員推薦賞』に輝きました。
学校のある三輪地区や栄村の方々と地域を盛りあげるかという関わりの中で、学校では普段学ぶことのできない貴重な経験ができています。



- 三輪地区住民自治協議会
- 三輪地区内各所
- *詳しくは長野女子高等学校(望月先生)まで。



特定非営利活動法人 子ども・人権・エンパワメントCAPながの 子どもと地域、家庭、学校を結び

ストップ!!暴力の連鎖

昨年、児童を取り巻く問題が後を絶ちません。特定非営利活動法人 子ども・人権・エンパワメントCAPながの(以下CAPながの)のみなさんは、暴力の連鎖を止めたいという想いで活動を行なっています。



キーワードは安心・自信・自由

CAPはChild(子どもへの)Assault(暴力) Prevention(防止)の略で、キャップと読みます。アメリカ発祥のCAPプログラムは、今では全国各地で開催しています。CAPながのは2001年に誕生し、2018年度は長野県内200以上のワークショップを実施しました。CAPながのを立ち上げるきっかけを作った代表の矢島さんは、講師を育てるトレーナー

としても活躍しています。

まずは気持ちづくり

ワークショップは、子ども・保護者・教職員を対象としています。劇も盛り込んだ、誰にでもわかりやすい内容です。

先に保護者・教職員向けのワークショップを行ないます。子どもの孤立を防ぐために大人には何が出来るか、大人に話して良かったと思ってもらえるために、どのように話を聞いたら良いか一緒に考えます。その後、子ども向けワークショップを行ないます。「いやと言っていないだよ。逃げてもいいよ。近くの大人に相談してね。」と子どもたちに伝えていきます。

現在、4~5日に一人が虐待で亡くなっていると言われていています。いじめ、虐待などの子どもに対する暴力を少しでも減らしていくためにも、子ども、地域、家庭、学校をより強く結びつけていくことを目指しています。



ワークショップでの劇

自分史を綴り語り継ぐ会 心の遺産を未来へ伝える

今月は自分史を綴り語り継ぐ会を取材しました。事務局の細川順子さんのお話です。

活動のスタートは1999年。福山琢磨先生の影響を受け、たくさんの自分史制作講座を開いて来られました。

活動の柱は3つ。1

つ目が毎年8月15日の終戦記念日に「終戦の日に戦争体験を聞く集い」を開催し、今年で12回目です。実際に経験されたご本人が話してください。言葉は、伝わり方が違うそうです。みなさん高齢なので直接話を聞く機会は今だけかもしれません。



著者の分身ともいえる「自分史たち」

2つ目が長野市の小中学校で、会員が戦争体験を話すことです。子ども達にはぜひ聞いて欲しい話です。

3つ目は古稀を機に、書きためた日記などを利用しての自分史づくりの講座。核家族化が進み、普段お年寄りから直接話を聞く機会が減っており、お年寄りからも家

族に語る機会がなかなかありません。長年書き綴った日記は、本人だけのものではなく、家族の宝物になります。それを年表にして1冊の本に仕上げることで、「自分だけ史」が「家族の歴史書」となり、それを作る過程で子や孫世代につながられることも見えて、自分の思いを伝えることができます。自分史を作ることで生き甲斐が生まれ、今の自分につながる祖先を知ることが感謝の心につながります。でき上がった本は、感謝状としてお世話になった方に差し上げる方もいるそうです。

これからの未知の時代を生きる子や孫の生きる支えとなる「心の遺産」を人生の「仕舞い支度」として、皆さんもご自身の言葉で伝えてみませんか。

(取材担当 茶嶋宏明)



ほっぶ すてっぶ じゃんぶ

古里地区編

地域福祉ワーカー 畑一二巳

～活動計画策定から思う事～

一年目は[地域福祉活動計画]の策定。二年目は[支え合い活動計画の策定]、私が地域福祉ワーカーになって担当した主な仕事です。二年目の支え合い活動計画の策定にあたっては、できる限り今の地域住民の方々の声を活かすべく、「住民意見交換会」を二回行いました。

第一回の開催にあたっては、地域の方が参加しやすい方法を考え、開催計画を立てました。多くの方に参加して頂けましたが、地区役員の方の参加が主で、一般の方の参加が少ないという課題を突きつけられました。そこで第二回の開催にあたっては、内容はもとより、開催時間や曜日なども検討しましたが、結果はさほど変わりませんでした。

この時、「いかに関心を持ってもらうか」という事を課題として考えました。ある区長さんから、小地域福祉懇談会について相談を受けた事があります。「何をやったらいいのか。

みんな難しい事を嫌がるし、結果が出せない。」という事でした。これは住民意見交換会の開催でまさに私を感じた事でした。私は「急に結果を求めなくても、まずは関心を持ってもらって、考えていくきっかけを作れば良いんじゃないでしょうか。」と区長さんに答えました。後日、嬉しいことにその区長さんから「まずはきっかけ作りで良いと言われて気が楽になった。小地域福祉懇談会も成功したよ」とお礼を言われました。

私は、20年程病院で医療福祉ワーカーという、病気や怪我によって患者さんやご家族に生じた様々な問題の相談援助を仕事としてきました。この仕事は「目標と結果」があります。しかし、地域福祉にはこうしたゴールはないように感じています。

まずは「関心を持ってもらうきっかけづくり」から始めて、少しずつ地域に貢献する仕事ができるようになっていけば良いなあ、と思っている今日の頃です。



第2回意見交換会

「自分達だけではとてもできないけれど、マンチェスターには家庭教育



Kさん一家

のランチまでいただいていた。そして、現在も月2回、2時間半ほどのレッスンですが、インターネットで顔を見ながら話せるスカイプを使って、この関係はまだまだ継続中です！
(なっちゃん)



ボランティア活動奮戦記

《その9》 家庭教師編

イギリスでは、学校に行かずに家庭で子どもを教育できる権利が与えられています。
(親は月に一度、子どもの学習内容を市役所に報告する義務があります。)

マンチェスターで出会ったKさん一家(日本と英国の国際結婚)は、4人のお子さんを家庭で教育されています。それを選

んだ理由は、子ども達が日本語と英語の2言語で育っているため、英語の習得が遅く、学校で同じ学年の子ども達のペースについていけないかどうか心配だったからだとそうです。

私は、英国滞在中の4年間、週1回、その4人の子供達の日本語教師をしていました。午前中に日本語を教え、午後は英国人のお母さんに英語を教わるという相互ボランティアの形でした。有り難いことに、交通費と美味しい手作りのランチまでいただ

を選んだ家族のコミュニティがあるから大丈夫。」とのことでした。家族同士が協力して、時にはキャンプに連れて行くなど、積極的に教育活動をされていました。
英国では博物館や美術館の入館料は無料で、子ども向けのイベントも多く、それらもフル活用されていました。子どもの興味関心に合わせて教育できるので、勉強嫌いなならず、生涯自分で学び続ける人間に育つ可能性があるのだそうです。

ボランティア情報

イベント

■寅さんの上映会を開催します

寅さんの上映会を行います。寅さん第41作「寅次郎心の旅路」寅さん50周年の年です。皆さんで寅さんを楽しみましょう。お待ちしております。

日時 4月13日(土)14:00～

場所 小諸市旧こもろ寅さん会館地下ホール

問 コモロ寅さんプロジェクト(渡辺)

TEL 070-3181-5463

募集

■長野赤十字病院「からだの図書館」

ボランティアさん募集!

院内にある図書館の受付業務や本の整理などをしていただける方を募集しています。本の好きな方、ボランティア活動に興味をお持ちの方はご連絡ください。

活動内容 毎週水、木、金曜日(各1名)15:30～17:00

問 長野赤十字病院 総務課(轟)

TEL 026-226-4131(内線2410)

FAX 026-228-8439

メール soumukari@nagano-med.jrc.or.jp

■AC長野パルセイロボランティアスタッフ募集

試合運営をサポートして下さるボランティアスタッフを大募集しております。1日だけの体験参加も可能です。大勢の皆さんの参加をお待ちしております。

活動内容 試合運営ボランティア

(チケットもぎりやプログラム配布等)

問 (株)長野パルセイロ・アスレチッククラブ(旗手)

TEL 026-244-7780



長野市立南部図書館 市民文庫



- ☆ 利用には登録が必要
 - ☆ 一人一回5冊まで、2週間で返却
 - ☆ 2ヶ月に一度、本の入れ替え
 - ☆ 読みたい本をリクエストも受付
- 詳しくは担当まで



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時ON AIR /

長野ボランティアステーション

4月9日(火)は

「4周年記念座談会」

出演者大募集中



お問い合わせ/長野市ボランティアセンター



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
(2月16日～4月19日分)

和田綾子 松下信彦 滝澤史貴 宮下廣喜 宮田起男
かがやきひろば東北 瀧澤行政書士事務所 サークル「北信
五岳」 長野南郵便局 長野市市民税課 長野市高齢者活躍
支援課 長野市市民窓口課 長野市国民健康保険課
匿名14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

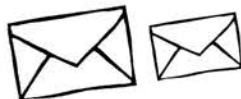
問: 長野市ボランティアセンター TEL: 026-227-3707

♪ 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。
年齢・性別を問わず、ご参加いただけます★

5月7日(火) 10:00～11:30

6月4日(火) 10:00～11:30

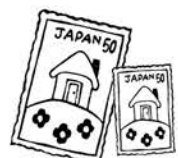


♪ 切手の小箱サロン

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。

5月10日(金) 13:30～16:00

6月14日(金) 13:30～16:00



ボランティア情報

お知らせ

■天空の里いもい農場2019年度参加者募集

食農体験活動の参加者募集！ 米やリンゴ、野菜などの栽培作業を体験。収穫して料理をしたり、季節に合わせて野草や生き物などの自然と遊んだりする計画です。

日時 4月27日(土)、5月11日(土)他 全15回 9:00~14:30

場所 芋井広瀬地区(長野県庁より車で約20分)

対象 子ども(未就園児)~シニア/定員 50人

年会費 大人(中学生以上)2,500円 子ども1,500円

問 天空の里いもい農場運営事務局(西沢)

TEL 090-9358-3286/メール imoi.hirose@gmail.com

■腎ぞう病患者の集い

腎ぞう病で治療されている方、悩んでいる方と体験談を話し、あなたに合った治療の参考にしてみたいかたがでしようか。

日時 ①4月20日(土)13:30~15:30

②5月18日(土)10:00~12:00

③6月8日(土)9:30~12:00

場所 長野市ふれあい福祉センター

問 腎臓移植を広げる会(中村)

電話/FAX 026-244-7468/携帯 090-2630-1053



■あかちゃんのおはなし会

司書による絵本の紹介・読みがたり、手遊びと看護師さんの指導による赤ちゃんマッサージがあります。午後4時まで、交流と情報交換のため会場を利用できます。

日時 6月5日(水)13:30~14:00

場所 長野市立南部図書館2階 大会議室

対象 1歳未満児とその保護者(バスオトル持参)

参加費 無料/申込 不要

問 南部図書館図書担当(竹田)

TEL 026-292-0143/FAX 026-292-0559

■生活教室受講生募集

生活の知恵、家庭の味を楽しく学びあう教室です。男性女性年齢を問わずどなたでも！ ご参加お待ちしております。

日時 4月10日~10月16日(水)の月3回

場所 長野友の家 長野市青木島1-32-24

問 長野友の家(義家)/TEL 026-285-3192

■"健康とは？ 病気って？"

何故健康なんだろう？ 病気ってなんだろう？ そんな風に考えた事があるだろうか。きっと私達が思っている事と違う事かもしれません。お茶を飲みながら情報を持ちませんか。

日時 4月13日(土)13:30~/場所 安茂里公民館

定員 20人/参加費 300円/申込締切 4月13日(土)

問 健康な未来を考えるSowing.net(高遠)

TEL 090-2179-9741/FAX 026-227-6919

メール sowing.net@gmail.com

■保護猫の譲渡会

来場予約不要(猫を出したい方は要予約)どなたでもお気軽にお越し下さい。会場で保護猫を直接見て面談し譲渡決定後、後日自宅までお届けにあがります。

日時 4月14日(日)13:00~15:00

場所 JAグリーン長野川柳支所前

(長野市篠ノ井二ツ柳654)

問 ながの鈴ねこの会(後藤)/TEL 080-4166-2690

■無料学習サポート きずなじゅく

教えるのは元教員、学生などのボランティア。一人の子に一人のサポーターがつき、ていねいに教えます。おしゃべりもOK。友達やサポーターと楽しく過ごします。

日時 4月12、19、26日(金)17:30~19:30

場所 長野中央介護センターつるが1階 多目的室

問 反貧困ネット長野(小野)

TEL 070-6988-2771(月~金 9:00~17:00)

■無料なんでも相談会

どんなことでも、ご相談下さい。秘密はお守りします。相談員が対応し各種制度の紹介もします。看護師による健康チェックや、昼食交流会も行います。

日時 5月8日(水)10:00~13:00

場所 長野市中央隣保館

問 反貧困ネット長野(小野)

TEL 070-6988-2771(月~金 9:00~17:00)

講座

■楽しく！ 脳を活性化！ シナプソロジー講座

脳の活性化を図るシナプソロジー！ 体験できる講座とプログラムを用意しました。老若男女問わず、楽しく気軽にできます！

日時 4月14日(日)10:00~14:00

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

■男性の料理教室

料理のイロハを学ぶ、男性だけの料理教室です。はじめての方も安心してお申込みください。奥さまからの推薦も大歓迎です。(申込み多数の場合は抽選です。)

日時 4月26日、5月24日、7月26日、8月23日

いずれも金曜日 10:00~13:00

場所 長野市ふれあい福祉センター4階 調理室

対象 市内在住の男性

定員 16名

講師 上野マリ子(管理栄養士)

参加費 3,000円(4回分・初回に集金します)

申込 4月8日(月)~12日(金)の間に電話にて受付

問 長野市社会福祉協議会 地域福祉課(松野)

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

ボランティア情報



5月号は4月26日(金)発行予定。情報掲載希望は4月12日(金)までにお問合せください。〈TEL 026-227-3707〉

サマーチャレンジ ボランティア2019 開幕!! 受入先募集のお知らせ

- ☀️ 募集対象 ボランティア団体・各施設・NPO団体など
- ☀️ 募集締切 4月26日(金)
- ☀️ 受入期間 7月14日(日)～8月18日(日)
1人3日以上活動
- ☀️ 受入対象 中学生以上



申請書はボランティアセンターのホームページからダウンロードができます。
まずはボランティアセンターまでご相談ください!

2019年度 福祉共育のつどい

地域で盛んに取り組んでいる団体の

グループ
力を知ろう!

地域の中でいろいろな団体が“共に生きていく力”を育む取り組みをしています。そんな団体と交流の中から、ヒントを持ち帰って日常で活かして下さい。

- 日時 5月17日(金)
15:00～17:00
- 場所 長野市ふれあい福祉センター
- 参加費 無料

だれでも
参加OK!



ボランティア活動 助成金情報

新しい活動を始めたい方、活動をもっと充実させたいと考えている方は
長野市ボランティアセンターにご相談ください!

ボランティア活動振興事業助成金

(長野市社会福祉協議会長野市ボランティアセンター)

1団体 上限 **5万円**(総額50万円)



ささえあい応援金

(ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク)

1団体 上限 **10万円**(総額30万円)

助成金勉強会

- 日 時 4月27日(土) 13:30～15:30
- 場 所 長野市ふれあい福祉センター5階
- 講 師 込山 哲也 氏
(ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク 会長)
- 申込締切 4月24日(水)

申請募集

- 募集期間 4月27日(土)～5月31日(金)
- 申請書 4月27日(土)から、長野市ボランティアセンターで受け取り、またはボランティアネットながのよりダウンロードできます。

◆◆◆ 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

ボランティアセンターへの相談

(2月1日～2月28日)

- ★ボランティアしたい…17件
- ★ボランティア求む…18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>

