



がんばれ学生!! 若者の ボランティア活動



今どきの学生は忙しい!? 学校が終わると部活に塾にアルバイト、友達とだって遊びたい。そんな今どきの学生のボランティア活動について話を聞いてみました。



上段左から依田水希さん/荻原大邦生さん/伊林夏希さん
下段左から吉江壘さん/伊藤開さん/笹澤夏希さん

学生の皆さんは個人でボランティアグループに所属していたり、クラブ活動のひとつとしてボランティアをしています。



**日赤奉仕団に所属
長野県長野南高等学校
伊林夏希さん**

日赤奉仕団は「赤十字のボランティア活動を通じて地域社会に貢献したい」をコンセプトに組織されたグループです。主な活動は、災害時の炊き出しや避難所の運営補助・救急法の講習会・健康支援講習などを行っています。炊き出し訓練では小学校と連携して実施したり、健康支援講習ではみんながここに元気に長生きできるようにと支援しています。

最初は「日赤(イコール)病院」というイメージしかありませんでしたが、救急法講習会に参加したことがきっかけで様々な活動をしていることを知りました。その活動内容に感銘を受け、「ここでの活動なら自分も」



無理なく活動ができそうだ」と思い、活動に参加するようになりました。

そもそも救急法講習を受けた理由が「今の世の中、いつ、どこで、どんなことが起こるか分からない。何かあったときに自ら進んで対応できるように技術を身につけたい。」という思いからでした。人助けをしたという気持ちが強くなり、「ひと」そのものが好きなんだと思います。




**長野日本大学中学・高等学校
「レオクラブ」**

**荻原大邦生さん
伊藤開さん
吉江壘さん**

学校のクラブ活動で、「レオクラブ」としてボランティアをしています。ここではクラブ内でいくつかのチームに分かれ、自分たちでやりたいことを見つけてきてみんなで共有し、活動しています。最近だと城山動物園内にある休憩所の塗装をしたり、特定非営利活動法人長野県NPOセンターの方々と共同で長野駅東口公園で「信州SDGs(エスディーエス)」フェ

ス」を開催しました。
「何もすることがなくて家でごろごろする時間があるなら何か人のためになることをしたい」と考えてボランティア活動をしています。持て余した時間を消化できるし、それで誰か喜んでくれる人がいるのであれば何よりです。

 **ながのこども
わくわくカフェで活動**

**長野市立長野高等学校
依田水希さん
笹澤夏希さん**

長野市権堂イーストプラザ市民交流センターで、特定非営利活動法人ながのこどもの城いきいきプロジェクトと特定非営利活動法人長野県NPOセンターが行っている「ながのこどもわくわくカフェ」で活動しています。ここでは月に3回、主に小中学生の相談や交流、学習・食事

支援をしています。とにかく小学生はいつでも元気がいっぱい「遊ば



う、遊ぼう！」と寄ってきてくれます。一緒に遊んで子どもたちの笑顔を見ているとこちらも元気がなってきました。

ボランティア活動は、自分が笑顔になれるからやっています。自分が笑うのが好きだからみんなにも笑顔になってもらいたい、みんなが笑顔になれるようにこれから活動していきたいです。

また、以前国内でやっていた海外研修プログラムに参加した時、海外でボランティアをやってきた人の話を聞いて、海外でやっているボランティア活動に興味を持つようになりました。今やっているボランティア活動を通して気付いたことや、気になるところが目につくようになってきました。そういった気になる部分をこれからの活動で少しでも解消していければと考えています。

**◆やってみたら
おもしろかった!!**

最初は友達に誘われたり、親や先生に勧められて「なんとなくやってみた。」という意見が多く出ました。中には「とにかくいろんな

ことをやってみたい。今のうちに様々な経験を積みたい。」と、自らボランティアの世界に足を踏み入れた人や「災害支援に親と一緒に行ったことがきっかけ。」といった意見もありました。

「ボランティアやってみたいからおもしろかった。」「やりがいを感じる。」「いろんな人と関わることができて、たくさん人の発見があつて楽しい。」と話してくれました。それがきっかけとなって現在のボランティア活動につながっているようです。中には「ボランティアは私の趣味です!」と話してくれた人もいました。

**◆「ボランティアのつどい」
実行委員会に**

そんなみなさんの活動を知り、「学生にもっとボランティアへ興味を持ってもらい、参加してもらうために学生の力を借りよう」と、今年のボランティアのつどい実行委員会へ参加をお願いしました。その結果、総勢7名の学生が協力してくれることになりました。

今回ボランティアのつどい実行委員会を引き受けた理由を聞いたと

ころ「これまでの集大成として承諾しました。今までやってきたボランティア活動で経験したこと・学んできたことを発揮できる場だと思えました。」「今やっている活動をより高めるためにもいい経験になると思っています。」「今は将来の選択肢を増やすためにも様々な経験を積んでおきたい。」「声を掛けてもらったから『じゃあやってみようかな』っていう軽いノリで引き受けました。」といった意見など三者三様でした。

今回の実行委員会に学生が加わったことで若い力が遺憾なく発揮されています。様々な案が飛び交い、今年のことはいはどんなものになるのか楽しみです。





民謡&津軽三味線 謙竹会

できることをやり、人とつながるボランティア

ボランティアとの出会い

平成5年10月30日。謙竹会代表山本謙竹さんの名取披露の日に、謙竹さんのお母様が逝去されました。人生の晴れ舞台を母は見に来ることができなかつた。その時に気づかされたこと、それは「演奏会場に足を運ぶことができない人がたくさんいる」ということでした。

催しでのステージ発表が主でしたが、見に来ることができない方のために自ら足を運び、演奏し始めたのがボランティア活動との出会いでした。

ボランティアは学び

ボランティアをする時は、聴き手や場所(施設)を事前知ることから。そして、曲の練習からも学びがあります。聴き手からのリクエスト、そしてみなさんが生きている幸せを感じることもできる曲を選びます。民謡は生活の中から生まれており、歌詞がその土地柄を映し出しています。



聴いている方たちは、その歌詞から自分の生活や過去に照らし合わせて、思いを馳せることができるのです。「笑顔で聞いてくれるみなさんを見て、私たちも笑顔になれることに感謝しています」と、謙竹さんたちは「今ある幸せ」を語ってくれました。

ボランティアはつながり

2011年から発表会をチャリティーコンサートとして実施しています。その入場料の一部を、被災地支援として東北へりんごを届ける運送費や、毎年各地で起きる災害の支援金にしています。

りんごはすべて農家のみなさんから寄せられた寄付で、昨年は600kgも集まりました。東北からもお礼の品が届き、りんごを寄付していただいた方に品物を届けます。被災者と寄付者のつながりも担っています。「できることをやり、人とつながる」これが謙竹会のボランティアです。

**災害復興支援 謙竹会発表会
チャリティーコンサート**
10月20日(日) 10:30~16:00
会場/勤労者女性会館しなのき



たすけあい事業/ コーディネーターが行く!

「ほっこり話」 ～朝陽地区編～

朝陽には、いくつかのボランティアグループがあります。その中の一つ「にじいろ工房」という絵手紙を描いているグループがあります。それらの絵手紙は、80歳の傘寿のお祝いの品と一緒に配られたり、配食サービスのお弁当の上に添えられています。

以前こんなことがありました。あるお宅へ訪問に行ったとき下駄箱の上に絵手紙が飾ってありました。私が「絵手紙、飾っているんですね。」と言うと利用者さんは「どの絵も好きでね。私もこんなふうを描きたいな。それにね、四季折々でこんな花が咲くころだなあって思うのが楽しいんだよ。」という答えが返ってきました。ボランティアさん達が一枚一枚心を込めて描いた想いが伝わっているのだと思うと、とても感動しました。

また、こんなことがありました。私自身コーディネーターの仕事に慣れず、訪問するのに気が重くなっていた時のこと。ある利用者さんは毎回、訪問時間を約束すると「来てくれるの? まあうれしいね。待ってるわね。」と言ってくれます。そして訪問すると、玄関先で座布団の上にチョココンと座り待っていてくれます。帰りには、腰を起こして手を振ってくれます。私は嬉しくてたまりません。不安だった訪問も今では楽しくなりました。

これからも利用者さんに安心してこのサービスを利用していただけよう頑張っていきたいと思います。



地域たすけあい事業コーディネーター 近藤宏美

ボランティア情報

募集

■虹寮祭バザー品募集中

松代福祉寮では、10月19日(土)第21回虹寮祭を開催します。バザー品としてご提供頂ける未使用品(食品以外の日用品)がありましたら、ご協力よろしくお願ひします。

日時 10月19日(土)10:00~15:00

場所 松代福祉寮(長野市松代町東条108-2)

問 松代福祉寮(塚田・玉井・吉瀬)

TEL 026-278-2556

■「くだものと歴史のまち 川中島平ウォーク2019」の運営ボランティア

秋空のもと開催します、川中島平ウォーク2019の運営補助スタッフを募集中! 参加者の受付やおもてなし(ふるまひ)の補助、交差点の誘導他運営全般のボランティアの募集です。

活動内容 イベント全般のサポート業務(設営・運営・撤去)(受付・ゴール・誘導・看板設置・ふるまひのサポート)

日時 10月27日(日)7:30~17:00

場所 青木島ショッピングパーク・古戦場
於佐加神社近辺

対象 元気なおもてなしのサポートが出来る方

問 NPO法人エムホック(三輪)

TEL 090-3145-8770(三輪)、090-3440-6085(中村)

FAX 026-285-7344/メール miwangnjp@gmail.com

講座

■長野市主催

「魅力UPセミナー」参加者募集

「スマホ撮影講座」でプロカメラマンからSNS映えする写真テクニックを学んだ後は、松代界隈を歩いて“いいね!”が集まるベストショットを撮りまろう!

日時 11月9日(土)13:00~17:00

場所 寺町商家、松代界隈

対象 長野市内在住・在勤、長野市に移住を希望している20~30代の独身者

講師 中嶋秀磨(イメージバンク ナカジマ)

参加費 2,000円/申込締切 10月31日(木)

問 長野市企画政策部マリッジサポート課(峯村)

TEL 026-224-8639/FAX 026-224-8569

■「夫婦・カップルで描く マネー&ライフプラン」講座

“お金”を考えることは“人生のプラン”を考えること。ひとまかせではなく「自ら人生の舵を切る」ために、家計管理の考え方を学び、これからの生活設計を描きます。

日時 10月27日(日)10:00~12:00

場所 勤労者女性会館しなのき 2階 会議室

問 長野市男女共同参画センター(梅澤)

TEL 026-237-8303



いつも傾聴でんわ

哀しい・つらい・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

10月8日(火)は

「生ごみ削減・再生利用チーム」
です

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、テレホンカード、ベルマーク等
(8月20日~9月20日分)

宮下廣喜 千野照己 岸田奈美 阿部民子 松下信彦
瀧澤行政書士事務所 長野南郵便局 じっくりひろば
水内荘 長野市老人クラブ連合会 長野市市民税課
匿名3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

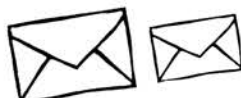
問: 長野市ボランティアセンター TEL: 026-227-3707

♪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★

11月5日(火)10:00~11:30

12月3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。

10月11日(金)13:30~16:00

11月8日(金)13:30~16:00



ボランティア情報

お知らせ・イベント

■影山敬子さんのフルートを楽しむ会

秋のひととき、フルート生音を楽しみ、演奏後はフルート奏者影山さんを囲んで楽しい交流をしましょう。

日時 10月6日(日)13:30~15:00

場所 長野市障害者福祉センター202号室/参加費 300円

問 ふれあいサロン(武藤)/TEL 080-1263-5976

■第6回ウェルカム三才児まつり inスポーツパーク

子育て家族を応援するイベントです。スラックラインの世界チャンピオンの演技を見ることができます。お楽しみ・体験コーナーがいっぱいあります。

日時 10月14日(月・祝日)10:00~15:00

場所 北部スポーツ・レクリエーションパーク

問 ウェルカム三才児プロジェクト(太田)

TEL 026-296-3311

■第21回 南部図書館まつり

講演会、ワークショップ、おはなしの部屋、押し花体験と展示、工作の部屋、スタンプラリー、本の福袋、除籍本リサイクル広場、おすすめの本の展示・小冊子配布など。

日時 10月26日(土)、27日(日)10:00~16:00

場所 長野市立南部図書館 2階ほか

対象 幼児~大人対象(どなたでも)/定員 なし

参加費 無料(材料費別途)/申込(予約) 不要

問 南部図書館 図書担当(竹田)

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

■長野友の会 友愛セール

友愛セール(バザー)を震災・災害支援セールとして売上金の一部を義援金として寄付させていただきます。多勢の皆様のご利用をおまちしています。

日時 10月5日(土)10:00~11:30

場所 長野友の家(長野市青木島1-32-24)

問 長野友の会(小山)/TEL 026-285-3192

■やり直しができる社会を目指して ~福祉と司法が手を携えて~

刑務所や少年院などから出所する障がい者や高齢者の中には、犯罪行為を繰り返し自立更生できない方がいます。地域で暮らし続けるために何が必要か考えます。

日時 ①11月7日(木)13:30~16:45

②11月8日(金)9:30~12:00

場所 ①JA長野県ビルアクティーホール②長野市生涯学習センター-大学習室1,2 (ToiGO WEST 4階)

講師 堀江まゆみ/定員 200名

参加費 無料/申込締切 10月23日(水)

問 長野県地域生活定着支援センター(石川・大鷲)

TEL 026-217-0510/FAX 026-266-0339

メール teichaku-nacsw@iaa.itkeeper.ne.jp

■災害復興支援

謙竹会発表会チャリティーコンサート

東日本大震災以降復興支援の為にチャリティーコンサートを開催しています。入場料の半分を毎年災害地に送っています。皆様の暖かい御支援をお待ちしています。

日時 10月20日(日)10:30~16:00

場所 勤労者女性会館しなのき/入場料 1,000円

問 民謡&津軽三味線謙竹会(山本)/TEL 090-2679-8658

■第42回コロニー祭

「令和だGO!コロニー祭」をテーマに、演奏や大道芸、射的、ハーバリウム、模擬店等楽しい企画をたくさんご用意しています。どなたでもお気軽にお越しください。

日時 10月5日(土)9:30~14:00

場所 社会福祉法人 ながのコロニー篠ノ井施設

問 社会福祉法人ながのコロニーハートフル五明(和田)

TEL 026-293-8766

■映画「沈没家族」上映会

1990年代半ば。シングルマザーが若者に呼びかけ実践的共同保育・共同生活が始まりました。その子が大人になり、監督として撮った感動のドキュメンタリー。

日時 10月6日(日)13:00~14:35

場所 長野市ふれあい福祉センター

問 北信こども食堂ネットワーク(小林)

TEL 090-8024-6954/メール michan@rondo.ocn.ne.jp

■“薬とサプリメントの違いは？”

病気になって薬とサプリメントを使う人が多くなっていると思いますが、何を使ったら良いか？不安になる方、健康になる為にはどちらが良いのか？学んで行きましょう！

日時 10月12日(土)13:30~

場所 安茂里公民館 学習室/定員 20人/参加費 300円

申込締切 10月12日(土)/問 090-2179-9741(高遠)

FAX 026-227-6919/メール sowing.net@gmail.com

■森田ゆりさん講演会&研修会のご案内

日本にCAP(子どもへの暴力防止プログラム)を紹介した森田ゆりさんの講演会と研修会です。多くの親御さん、子どもに関わる方々の御参加をお待ちしております。

日時 11月3日(日)午前の部 講演会10:00~12:00

午後の部 研修会13:30~15:30

場所 勤労者女性会館 しなのき

問 NPO法人 子ども・人権・エンパワメントCAPながの

TEL 090-5782-0263(吉池優子)



11月号は10月30日(水)発行予定。情報掲載希望は10月16日(水)までにお問合せください。〈TEL 026-227-3707〉

ボランティアのつどい ゆるくひろげよう 人と未来へ

12/1(日)

長野市ふれあい福祉センター

「無理なく、自分のペースでできるボランティア活動を」という意味が込められたテーマです。
実行委員会には学生も加わり、当日の企画を考えています。

出展団体募集

- 申込み 所定の用紙に記入の上提出
- 締切 11/1(金)
- 準備 11/30(土)
15:00~17:00



ボランティア募集

- 準備 11/30(土) 13:00~17:00
- 当日 12/1(日) 9:00~17:00
- 内容 会場設営、受付、案内など
*どちらか1日のみでもOK

主催/ボランティアのつどい実行委員会
詳細は長野市ボランティアセンターへご連絡ください。

ボランティア講座 傾聴への入口講座

11/7(木)

10:00~16:00



講師

末松渉さん

(臨床心理士、東京都スクールカウンセラー、
東京いのちの電話研修委員長・理事長、
清泉女子大学非常勤講師)

相手の話を聴き、心を受け止める「傾聴」。
「聴く」って言ってもコツがあるの？ 相手が気持ちよく
話することができる聴き方の始めの一步を学びます。

場所 長野市ふれあい福祉センター

受講料 500円

対象 話を聴くということを学びたい方、
傾聴ボランティアに興味のある方

定員 60名

申込み 長野市ボランティアセンターへTELまたはFAXで申込み

◆◆◆ 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

(8月1日~8月31日)

★ボランティアしたい…17件

★ボランティア求む…17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>

