

# ボランティア伝言板

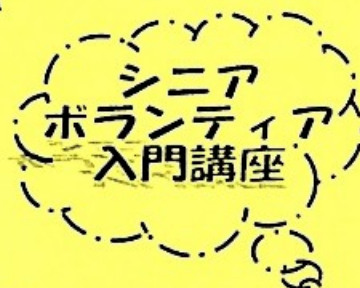


## 1月

発行 佐伯区社会福祉協議会ボランティアセンター  
〒731-5135 広島市佐伯区海老園 2-5-28  
TEL921-3360 FAX924-2349  
平成22年 1月発行



## さえき気楽塾

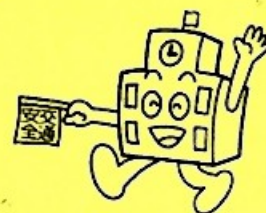


ボランティア活動と一緒にする仲間を作り、活動するグループを作りませんか！  
仕事で培った知識や技術をボランティア活動に活かしてみましょ

- ♥日 時：平成22年2月6日（土）～27日（土） 【全4回】 10:00～12:00
- ♥場 所：佐伯区役所 付属棟二階（会議室）【佐伯区海老園二丁目5-28】
- ♥対 象：定年退職者または早期退職者の方（概ね70歳代までの方）
- ♥定 員：30名 【締切り：平成22年2月1日（月）】
- ♥参加費：300円（テキスト代その他）
- ♥主 催：広島市佐伯区社会福祉協議会
- ♥お問い合わせ・申し込み：広島市佐伯区社会福祉協議会 TEL (082) 921-3360  
FAX (082) 924-2349



日にち	内 容	講師等
2/ 6（土）	★ボランティアおもしろ講座（講義） 「上手な地域活動のデビュー法」	広島県余暇プランナー協会 理事長 山崎 勇三氏
2/13（土）	★心の元気の作り方 ～ 「自由」「おもしろい」 「創造」がモチベーションを高める（たのしい実技あり）	広島レクリエーション協会 理事長 鍋島 一仁氏
2/20（土）	★先輩ボランティアに聞こう！ （ボランティアの達人からのメッセージ） 運転・学童見守り・演奏活動・物づくり・障がい者パソコン指導 など ★先輩ボランティアによる紙芝居「ボランティアで豊かさ満開!!!」 ★自分の夢を語ろう（参加者しゃべり場）	先輩ボランティア 区社協職員
2/27（土）	★自分の力の掘り起こし （自分を振り返り、活動をイメージする） ★簡単なボランティア計画づくり（特技や趣味を活かし、グループ活動での役割などについて考える）	区社協職員





# とび出せおラセン! インタビュー

個人ボランティア

今回は、「ひまわり会」(中途障がい者の会)の皆さんに、お習字を教えていただいている彩が丘在住の三好 寿子さんにお話を伺いました。

Q ボランティア活動のきっかけを教えてください。

A 20年くらい前、知的障がい児施設「広島市明星園」に通園しているお母さんたちに「紙粘土」を教えたことからでしょうかね。「ひまわり会」とのご縁は、三味線の演奏で参加したところ、ちょうどお習字の先生が辞められたということもあり、私がお引き受けしたことからです。

Q いろいろな活動を習っておられますが、他の活動を教えてください。

A 老人クラブ「彩の会」のお世話、ちぎり絵、平和学習の語り部、古切手集めなど・・・

Q ボランティア活動が続いている秘訣は何ですか。

A ふれあいの中で、相手が変わっていく姿を目の当たりにした時はとっても嬉しいです。動きにくくなった手で一生懸命頑張っておられるところを拝見したら、こちら元気が出てきますね。

Q 活動についての思いを聞かせてください。

A モットーは、「細く長く」です。いろいろなことをしていますが、入り込みすぎると負担もかかるので、適度な距離を保ちながら応援していくというスタンスを取っています。困った時に思い出していただければという思いで活動しています。



三好 寿子さん

ボランティアコーディネーターから一言：三好さんはとても前向きで、「心と活動にバリアをつけない」方です。お会いするたびに元気をいただいています。

## ☆いきいきサロンにおじゃましました☆

11月25日(水)、10時から12時まで海老園集会所で月1回開催される「いきいきサロン」におじゃましました。今回は、五日市南包括支援センターの調整で、「元気になる遊びの会社」の西山先生が来られました。手を使う脳のトレーニングやリトミック、じゃんけんゲーム、先生のギター演奏で唱歌を斉唱したりしてとても楽しいひとときでした。

笑いは元気の源  
ですよ\(^o^)/



皆さん、一生懸命ですよ(;-)



参加者はボランティアも含め15名くらいでした。ボランティアの調整のため同った私も仲間に入れていただけてみなさんと一緒に肩たたきしたりゲームをしたり・・・

参加された方たちは、『涙がでるくらいおもしろくて楽しかったよ』『頭が命令したように手が動かんね〜』など帰り際に話されていました。皆さんもお近くのサロンに参加してみませんか!



## 助成金で点字カレンダー作成

地域の視覚障がい者の方々へ区の情報や雑誌・書籍など点訳している「点字グループつぼみ」では、毎年「点字カレンダー」を制作しています。昨年は、このカレンダーを広島西南ロータリークラブの助成金で86部作成しました。

「絵画」は、メンバーの一員が描き、記念日等は通常のものと同地域密着のものを掲載しており、とてもほのぼのとしたカレンダーに仕上がっています。

昨年、活動日である12月4日（金）に広島西南ロータリークラブの平原さんと曾里さんが、佐伯区ボランティアセンターを来所され、「点字カレンダー」の贈呈式が行われました。

「点字カレンダー」をご希望の方は、佐伯区ボランティアセンターへお問合せ下さい。

佐伯区ボランティアセンターは、  
☎ (082) 921-3360



点字カレンダーの贈呈式の様子



## 事務所が移転しました



佐伯区役所の付属棟の1階です

昨年の11月の下旬、佐伯区社会福祉協議会の事務所・ボランティアセンターが移転しました。

1階：事務所&相談室

2階：ボランティアセンター・会議室

事務所は以前より少し大きくなりました。ボランティアセンターは南向きで明るくて利用者（ボランティア）には好評のようです。

来られた方の多くが2階へ上がられますが、事務所は「1階」ですので間違わないようお願いします。



# ボランティア募集



## 餅つき大会

障がいの人達と触れ合いながらお餅つきをしたり、お餅を丸めたりしてみませんか!!!

日にち：平成22年2月14日(日)

時間：9:00～12:00

場所：地域生活支援センターいつかいち  
佐伯区五日市1-5-39

☎(082)943-5562

内容：お餅をついたり、丸めたりするお手伝い

人数：10名程度

\*「地域生活支援センターいつかいち」は、地域で生活する精神障がい者の方々の生活支援と参加促進を図る施設です。

## 「た～とるクラブ」遊び相手

重症児の会(た～とるクラブ)の機能訓練に参加して子ども達と触れ合ってみませんか!

日にち：平成22年1月23日(土)

時間：10:00～12:00

場所：阿品台公民館

廿日市市阿品台4-1-41

☎(0829)39-4338

内容：

人数：3～4名

\*「た～とるクラブ」は、佐伯区と廿日市市に在住の重度身体障がい児と保護者の会でおおむね月に1回(第4土曜日)活動しています。

♥お問合せは、佐伯区ボランティアセンターへ TEL(082)921-3360



区社協から  
お知らせ

### ホームページが できました!

広島市社会福祉協議会のホームページ内に、佐伯区社会福祉協議会のページができました。もちろん、他の区の情報も見ることができます。

佐伯区社会福祉協議会の概要や主な事業などを主として掲載していますが、

区社会福祉協議会が独自にPRしたい内容については「お知らせ」に随時掲載しています。

広島市社会福祉協議会トップページの下欄から閲覧できます。

皆さん、どうぞご覧下さい。

<http://shakyo-hiroshima.jp/>

## ヤングボランティア交流研修会 参加者募集

多くの若者たちがボランティアとして活動しています。「交流会」に参加してみませんか!

◆日にち：平成22年2月7日(日)

◆時間：13:30～17:00

◆会場：広島市西区地域福祉センター  
西区福島町2-24-1

【内容】

～ボランティア活動の計画と運営について～  
講義とワークショップ

◆対象：各区社会福祉協議会主催「ヤングボランティアスクール」参加者・ボランティアセンター登録若者グループ・その他希望者

◆申込み：広島市佐伯区社会福祉協議会

☎082-921-3360

FAX082-924-2349