



講演会のお知らせ

『認知症について』

講師：広島西医療センター 片山 貞夫氏

日時：3月4日（木） 10:00～12:00（受付開始 9:45～）

会場：東区総合福祉センター 3階 大会議室

参加費：無料

定員：先着 30人（※事前の申し込みが必要です）

共催：東区ボランティアグループ連絡会/東区社会福祉協議会
東区地域福祉センター

※ この講演会は、東区ボランティアグループ連絡会交流会のプログラムの一部として開催しています。午前中は事前申込の上、一般の方も参加いただけます。午後からは連絡会登録会員のみを対象としています。



東区ボランティア活動情報紙

みちしお



平成 22 年 2 月 133 号

<編集・発行>

社会福祉法人 広島市東区社会福祉協議会
東区 ボランティアセンター

〒732-8510 広島市東区東蟹屋町 9-34
東区総合福祉センター4階
TEL (082)263-8443
FAX (082)264-9254



E-mail: higashi@shakyohiroshima-city.or.jp
<http://www.shakyo-hiroshima.jp/higashi/>



東区障がい青年のつどい



オセロ大会 2010

～バレンタインカップ～

個人戦にチーム対抗戦！手に汗にぎるバトルが…!?
今年のバレンタインデーは、オセロで白黒つけましょう！
優勝者にはバレンタイン賞品が!?

参加者
ボランティア
募集中!!



日時：2月14日（日） 10:00～14:00

参加者受付開始 9:50～

ボランティア集合時間 9:00

会場：東区総合福祉センター 3階 大会議室

参加対象：東区在住、18歳以上の障がい者

参加費：500円（お弁当代）

定員：先着50人（申込受付期間：2/1～2/8）

協力：東区心身障害者父母の会/広島市手をつなぐ育成会東区支部

東区障害児者自主グループ連絡会/東区民生委員児童委員協議会



『東区障がい青年のつどい』とは、

イベントなどで一緒に楽しい時間を過ごすことで、障がいの種別を超えた仲間が増えたり、地域の方と顔の見える関係づくりの場となることを目的に開催しています。

ボランティアとして、運営等のお手伝いをしてくださる地域の方の参加もお待ちしています！（参加費 500円）



「ボランティア活動保険の更新は…」

★ 平成 22 年度 ボランティア活動保険 ★

現在加入中のボランティア活動保険の補償期間は、平成 22 年 3 月 31 日までです。
平成 22 年度の加入手続きは 3 月から受付を開始いたします。最寄りの社会福祉協議会で更新手続きを行ってください（印鑑をご持参ください）。

<平成 22 年度プラン改定>

Aプラン：保険料の引き上げがあります。旧 260 円 → **新 280 円**

Bプラン：ケガの補償金額の引下げ・保険料の引下げ（天災タイプのみ）

Cプラン：廃止となりました

※その他、詳細につきましてはお申込時にご確認ください。



編集

早いもので、今年もはや 1 ヶ月が経ちました。毎日があっという間に過ぎて行きますが、日々出会うボランティアさんや講師の方々の溢れるパワーを吸収しながら、気持ちも新たに奮闘中です。ボランティアサロンにエネルギー補充に来ませんか？

後記

ボランティアコーディネーター

掲載記事に関するご意見・ご感想、各講座などへの参加申込につきましては、東区社会福祉協議会までお問合せください。（TEL：263-8443 / FAX：264-9254）

※ 東区総合福祉センターへお越しの際は、なるべく公共交通機関をご利用ください。

ハートフルボランティア とりの巣

定例会：不定期 10:00~12:00
 会場：東区総合福祉センター
 活動：随時

私たちの会は、平成19年2月に開催された「精神障害者を支援するボランティア養成講座」を受けた有志がボランティアグループを結成した会です。グループ全体のボランティア活動と私個人のボランティア活動は次の通りです。

■ グループ全体のボランティア活動

- ① 精神障害者就労支援施設 ワークプラザひがし（はぐくみの里）が行う社会復帰のための就労支援（公園清掃、パン作りなど）に対する活動
- ② 精神障害者関係施設及び団体や東区社会福祉協議会が計画する行事の支援

以上、①と②とが私たちグループの主な活動内容です。

私は、①の公園清掃に参加し、施設のメンバーと共に近隣にある複数の公園で週1回清掃作業を行います。清掃は雑草取りや花壇の手入れも含まれます。公園の花は「はぐくみの里」内で育てて植え替えています。真夏の公園清掃は辛いときもあります。

ボランティアコーディネーターより

「とりの巣」という名前は、それぞれが精神障害者を支援するボランティア活動中に感じた悩みや疑問などを定例会という「巣」に持ち寄り話すことで、羽根を休め、また自分の活動につなげていこうという気持ちを込めてつけられました。

会員は11名で、東区総合福祉センターで定例会を開き、会員は活動を報告し合い情報を共有します。定例会に同席している東区保健福祉課の相談員からアドバイスを受けたり、東区社協職員からボランティアについての情報提供を受け、自分の都合に合わせてボランティアへの参加を決めますので、会員は比較的自由に活動をしています。

支え合いの大切さに理解のある方のご参加を望んでいます。

ハートフルボランティア とりの巣 江口 清登



はぐくみの里で公園花壇用の花を育てています

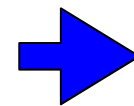
「ガンバルーン体操でいっい汗かきました」

1/25 ボランティア活動ステップアップ講座「ガンバルーン体操」にNPO法人コーチズ 小津間 信也氏を講師に迎え、「ガンバルーン」という柔らかいボールを使った健康体操を習いました。空気を抜いて少しつぶしたボールなので、跳ねにくく、形も変化するため、ゆっくりした動きでできる様々な体操を無理なく行うことができました。思った以上に色々な筋肉が使われ、いい汗をかきました。多人数でできるゲームはルールも簡単でとても盛り上がりました。

→ 講師が上から落とすボールを、足で挟んでキャッチします。意外と難しいんですよ。



てんこもい講座は大盛況！



端をクルクル
 巻いて一斉に
 持ち上げます



“エマージェンシーシート”は1枚で何役にもなりとても便利！
 防寒や担架代わりに人も運べます。(ちょっと恐かったですけど…)

新聞紙を使って、腕を骨折した時の応急処置をしています。身近な物でも充分活用できることを知りました。

7/27、9/30、11/26、1/19に開催された「東区てんこもい講座」は延べ200人弱の方が参加されました。

講師の日本赤十字社広島県支部 赤十字救急法指導員 山田純一氏からは、災害発生前の準備と新聞紙、ハンカチなどを利用した応急処置の方法、ロープの結び方、冬に起こりやすい病気の対策など実演を交えながら楽しく教えていただきました。

ひろしまレクリエーション協会 副会長 山野節子氏からは、いきいきサロンなどで使えるレクリエーション技術を学びました。実際の場面を想定したグループ発表も行い、参加者のアドリブに会場は笑いの渦でした。

講師陣のパワーと話術&技術が“てんこもい”の内容に大盛況の講座でした。



チラシを破った「パズル」をみんなで貼り合わせています。工夫次第で何でも遊び道具になるんですね！



山野先生のパワーはまさに“てんこもい”！次々と繰り出されるレクリエーションに参加者は笑っぱなしてました。

『東区社協のホームページができました！』

東区社会福祉協議会（東区社協）のホームページが、広島市社会福祉協議会のページ内にできました。東区社協の概要や主な事業などをはじめ、最新のボランティア講座、ボランティア募集情報、広報紙など掲載しています。市内各区の社協も同様に掲載されていますのでご活用ください！

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