

社協

第87号



社協あさきた

ボランティアセンターだより

編集発行

社会福祉法人

広島市安佐北区社会福祉協議会

広報委員会

〒731-0221 広島市安佐北区可部3丁目19番22号

安佐北区総合福祉センター4階

TEL.082-814-0811 FAX.082-814-1895

E-mail:kita@shakyo-hiroshima-city.or.jp

http://www.shakyo-hiroshima.jp/asakita/

発行部数／52,000部

2012年(平成24年).夏

## 特 集

### 子どもたちの育ち 地域が応援

就労するお母さんたちにとって放課後や夏休み等の長期休暇は、留守宅での子どもの様子が気がかりです。また、多くの小学校区では、子どもの育ちの場として児童館(帰宅後利用)や留守家庭子ども会(概ね小3生まで)が設けられていますが、利用条件や利用可能な時間帯などの決まりごとがあり、充分とはいえない面もあります。

こうしたなかにあって、子どもたちの育ちを、地域の方たちが応援する取り組みが拡がってきています。今号は、区内のこうした取り組みのいくつかをご紹介します。



#### 白木・井原 ふくろう塾

#### ~みんなで楽しく ふくろうが鳴くまで~



■ 白木井原小学校区は、人口約1,250人、約640世帯、児童50名、高齢化率46%、自然豊かな田園地域です。

放課後や長期休暇の子どもたちの居場所となっている「ふくろう塾」は、JR芸備線井原市駅近くの井原小学校前、歩いて2~3分の平屋1戸建て住宅を借りて開かれています。ここには、地域NPO法人マル愛の事務所も置かれています。

■ 平成17年6月、ふくろう塾は誕生。同年3月末の定年退職まで同校の校長であった小松英明さん(67)を中心として設けられました。放課後15:30~18:30の間、13名の子どもたちの遊び・学びの場としてスタートしました。

平成22年7月には、広島市の児童館未整備校放課後プレイスクール事業を、当塾をはじめPTA、子ども会など地域7団体で構成する運営委員会が受託し、15:30~17:30の間は、「放課後井原っ子クラブ」を、場所も学校図書館に移して行われることになりました。

■ 現在、ふくろう塾は、井原っ子クラブ終了後から保護者の迎えがある19:00頃まで、引き続き小松さんと1名の地域スタッフが、32名の子どもたちの育ちを応援しています。また、夏休みは、午前中(8:30~12:30)は井原っ子クラブそして午後(12:30~18:30)はふくろう塾となっています。会費(塾代)は、1ヶ月三千円です。

子どもたちは、室内遊びや学習、近くの畠で野菜作り、四季折々の行事、地域の伝統行事等々、そして夏休みにはサッカー、川遊びや山登りなど、年齢の違いを超えて、楽しく過ごしています。

■ 「子どももスタッフも楽しく過ごそう!」が、塾の合言葉ですと、小松さんは語られます。また、「苦労なこともありますが、それ以上に喜びが勝っているようです。結局は、子どもが好きなんでしょうね」と、この間を振り返っておられました。そして、「学校の理解、保護者や地域の支えでやってこれました。今後も、三者とふくろう塾が一体となってこの取り組みをさらに充実できれば」と熱き抱負を淡々と話されました。



塾で切り絵

ふくろう塾 小松先生(左) 井原地区社協 末田会長(右)

<ふくろう塾>安佐北区井原873-3 電話(082)828-1465

\*市委託事業「放課後プレイスクール」は、久地地区(H23/5~)、飯室地区(H24/9~予定)で、地域が受託し実施されています。

\*また、小河内地区では、春・夏休みの期間中、地域(地区社協)が独自に実施しています。

関連した取り組みは、本紙86号(落合東地区、亀崎地区よもぎのアトリエ)、同84号(可部退職教職員の会)で紹介しています。こちらもご覧ください。パックナンバー有り。本会まで。

目 次～主な内容～

- 特集 子どもたちの育ち 地域が応援 P1~P2
- 井原、亀山、可部南、飯室、大林地域 P3
- 地域立のNPO法人誕生 P4
- わたしのまちのきらりびとさん P5
- いきいきボランティア・魅力ある広報紙づくり P6
- ふれあいフォトコンテスト作品募集 ほか P6

この広報紙は赤い羽根共同募金の配分金を一部充当して作成しました。

## 可部・亀山・勝木台自治会

### ～遊びを通して育つ子どもたち～

「ただいま～」「遊びに来たよ」元気な子どもたちの声が響きます。ここは『ひろしま勝木台』団地にある勝木台交流会館。今年の3月15日から「ひろしま勝木台」団地の可部勝木台自治会が、「子育て応援団」として、放課後の児童の居場所づくりに取り組んでいます。

取り組みのきっかけは、毎週金曜日に開催されている「子育てサロンでーなっつ」に参加されているお母さんたちから、「小学生が近所で安心して遊べる場所があれば助かるな～」という声があったこと。同自治会の佐々木理博会長曰く、「共働きの家庭が増え、放課後に子どもたちが安心して遊べる場を地域の方々が求めておられ、その声に応じる形で毎月2回(第2・4木曜日午後2時半から6時ごろ)活動を行っています」「子どもは遊びから学ぶことが多い。また、年上の子どもと一緒に遊ぶことで、自然としつけも出来てくる」と話されました。

「始めたばかりでよちよち歩きの活動ではありますが、子どもたちと道で会えば挨拶を交わすようになりました。遊びをとおして子どもたちを育て、地域の絆づくりにつながる交流の場となれば…」と夢を描かれていました。



## 安佐・飯室地区

### ～絵本がつなぐ地域の輪～

飯室地区社会福祉協議会では、3月下旬にオープンした地域の拠点『飯室ふれあいセンター』を活用し、子どもたちなどに絵本の読み聞かせを行う取り組みを、毎月第2木曜日午前10時から実施しています。

絵本の読み手は、飯室にお住まいの阿保陽子(あぼ ようこ)さん。阿保さんは、読み聞かせのボランティアを10年以上されています。その活動を地域で行いたいと考えていたころ、ちょうど同センターが出来たという回覧を見かけ、「その場を活用して読み聞かせを行いたい」と決意。すぐさまチラシを作り、同センターまで持ち込み、地域の方々の了承を得て、4月から月1回の活動が始まることになりました。

5月はグループホームの高齢者、6月はいずみ保育園の園児(年長組)、7月は同保育園の園児(2～3歳児)と、参加者は多彩ですが、年齢に合わせた絵本を読んでいるとのこと。「絵本を選ぶのが一番大変ですね」と阿保さんは語っておられました。

「読み聞かせのいいところは、みんなで楽しむことができること。私も一緒に楽しんでいます」と笑顔で語られ、「もっと多くの方に来てもらおう場所として」「地域において中学生が活躍する場がないため、中学生が読み手のボランティアとなり、幼児に読み聞かせてもらえるようになれば、今以上に地域の連帯感が生まれる」と熱く語っておられました。

絵本の読み聞かせの間、温かい眼差しで園児を見守る、地域の方々の笑顔がとても素敵に感じられるひと時でした。

■飯室ふれあいセンター  
安佐町飯室3527-2



## こんな時に利用できます

### 広島市ファミリー・サポート・センター

ファミリー・サポート・センターは、子どもの一時預かり等の援助を受けたい人(依頼会員)と、援助をしたい人(提供会員)を登録し、会員同士で子育てを援助するしくみです。

#### 【こんな時に利用できます】

- 保育園、幼稚園等の開始前や終了後に子どもを預かってほしい
- 保育園や幼稚園等への送迎をしてほしい
- 学校の放課後や留守家庭子ども会の終了後に子どもを預かってほしい

## 可部・可部南地区

### 月1回の放課後は「小学生サロン」に参加

可部南地区社会福祉協議会では、平成22年7月から、小学生を対象とした心地よいきいきサロンを毎月第1木曜日(午後2時～午後4時)上原東集会所(可部東二丁目)において開催しています。

内容は絵本の読み聞かせ、工作、ハンドペル、高校生と一緒にゲーム、季節の行事を取り入れています。現在は可部東地区の児童を中心に8名から15名参加がありますが、なかには親子で参加される方もいます。

このサロンは、2年前に父兄の方から「子どもたちが友だちと遊ぶことが少ない」「ひとりでゲームばかりしている」という声や同集会所近隣の団地は坂道が多く児童館に行くには遠いため、地元で何とかしようということで「友だちづくり」の場として取り組みが始まりました。

「ここへ来るとおばあちゃんたちから、いろいろなことを教えてもらえた り、新しく友だちができると一緒に遊ぶのが楽しい」と参加した女の子。また、世話役の方は、「子どもたちの活発な声を聞き、一緒に遊ぶことで元気をもらえます。また、休んだ子どもがいるときになります」と話されていました。



#### お問い合わせ

可部南地区社会福祉協議会(上中)  
TEL 814-0958



## 大林・老人福祉施設山まゆ

### 施設は子どもたちの放課後の居場所

大林地区の老人福祉施設山まゆでは、大林小学校近くにある「グループホームフルーツハウス」(安佐北区大林4-10-26)を活用し、放課後や土・日曜日などに小学生であれば遊びや交流を目的として無料で立ち寄れる場をつくりています。

この取り組みは、同地区に児童館がないことや留守家庭子ども会の休会日・土・日曜日などに、同じ世代の子どもや高齢者と一緒にふれあえ過ごせる場が必要と考え、同施設が今年5月より始めています。

今のところ利用する子どもは多くないですが、下校途中の小学生が施設前を通りかかったときに、施設内のおじいちゃんやおばあちゃんの姿が見えると、「昨日、カープ勝って良かったね、明日も勝てばいいね」など声をかけることもあります。

同施設の梶原施設長は、「テレビゲームなどで一人で遊ぶ子どもが多いと聞きますが、ここへ来るとほかの子どもとも一緒に遊んだり、学んだりすることができます。場所も小学校からも近く、小学生であればだれでも参加できます。施設のおじいちゃんやおばあちゃんは、孫の世代と話をすることを楽しんでいます。体験もできますので、おこしください」と話していました。

#### 【お問い合わせ】

老人福祉施設山まゆ(担当:梶原)  
TEL 818-6011



ご利用希望の方は、入会登録が必要です。(入会金、会費は無料)下記の連絡先までご連絡ください。

【連絡先】広島市ファミリー・サポート・センター事務局 ☎: 082-246-4455(火曜日～日曜日9:00～17:00)

広島市中区千田町三丁目8-6 健康科学館内 FAX: 082-246-9109 Eメール:h-famisapo2005@alto.ocn.ne.jp



~区内で3か所目、地域立のNPO法人誕生~

## 支え合い・活気あふれる まちを目指して

高陽・狩留家地区で、地区社協や自治会を中心に地域の方たちと協働して、NPO法人「NPO狩留家」が発足しました。区内では、白木・井原「NPO法人マル愛」、安佐・小河内「NPO法人O(オー)プロジェクト」に次ぐ、3か所目の地域の方たちによるまちづくりNPO法人の設立となりました。

NPO法人の誕生と期を一にして、地区社協が、福祉のまちづくり5か年計画『ささえあう』わがまち狩留家』を策定されました。今後は支え合い計画の取組みのいくつかを、同法人が分担していくことになります。

### 主な取組み<分野>

<支え合いのまちづくり>	<活気あふれるまちづくり>
○非営利低額有償サービス	○ツーリズム実施による都市生活者との交流促進
・草刈など農作業支援	○休耕地・空家情報の発信
・貢物や通院等の在宅生活支援	○特産品の開発・生産・販売
○介護・福祉施設の誘致	○地域の史跡・文化の保全・景観整備



人口1,384人、450世帯  
高齢化率27%  
事務所:狩留家集会所内1F  
狩留家町3144  
電話844-7278

安佐・久地南地区

## 小学生のボランティア活動を 地域の結びつきに

安佐町の久地南地区社会福祉協議会では、久地南小学校とPTAの協力のもと、助け合いや思いやり、やさしい心を持つ子どもたちを育み、子どもたちが自分の意思で行動できるよう、平成16年からボランティアカードを活用した取り組みを進めています。

この取り組みは、小学生が地域の清掃活動などに参加することで、ポイントが加算され、10ポイント貯まれば感謝状などの贈呈があります。

活動には親子一緒に参加も増えており、低学年の頃より地域の活動に参加することで、ご近所のおじいちゃんやおばあちゃんとも顔の見える関係づくりができます。

同地区社会福祉協議会会长の川村一夫さんは、「次世代を担う子どもたちには、自分たちができるることを考え、思いやりのあるやさしい子どもに育ってほしい」と願われています。



中学校に進学しても、公民館に咲いている花の水やりや清掃活動など、小学校のときに培った思いやりの気持ちを忘れることなく、ボランティアの輪が広がっています。

## 健康ひとぐちまめ情報

### これぞ安心 サロンでつながり

現在、区内に約180のサロンがあります。その多くは、高齢者を対象としたふれあいサロンですが、サロンで出来たつながりを活かし、日常的な見守り・声かけを行っているサロンも増えています。

今号からそのようなサロンを順次紹介します。

### 「いきいきサロン宮原」(白木町三田地区宮原町内会域)

現在、宮原町内会域の人口は約100名(35世帯)、そのうち65歳以上の高齢者は約50名、農家が多い地域です。

このサロンは毎週月曜日に宮原会館で開催し、町内会域の60歳代から80歳代の方々が平均8名参加されています。プログラムは古紙回収や廃油をつかった石鹼づくり、料理、手芸など。

このサロンでは、だれでも気軽に参加できるようにご近所同士で声をかけ合っています。サロンに参加できなかった人には、ご近所の方が家へ訪ねて行ったり、電話で状況を聞いたりすることで、お互いに助け合える関係づくりもできてきました。

サロン代表の大原さんは、「参加者も高齢化が進んでいます。サロンを休まれている方に訪問や電話をすることで、その方が困っていることや協力できることがないか聞いています。これからも細々ですが、継続していきたい」と語っておられました。



「最近、お腹が出てきた」「ズボンやスカートがきつくなったな~」と感じている方はいませんか?

食べ過ぎや運動不足、喫煙など日々の悪い生活習慣の積み重ねにより、内臓の周りに脂肪がたまり、さらに、高血圧、高血糖、脂質異常のいずれ2つが当てはまった状態のことをメタボリックシンドローム(メタボ)といいます。

この状態を放っておくと、心臓病や脳血管疾患といった重大な病気へつながります。

メタボ予防は、1に運動、2に食事、3に禁煙です。

運動 ①近くにでかける時は歩く ②できる限り階段を使う

③一駅、一停留所分を歩く

食事 ①1日3食を規則正しく食べる ②よくかんで食べる

③バランスよく食べる

に心掛けてみましょう。

とはいってもなかなか今までの習慣を変えることは容易ではありません。

まず、年に1回は健診を受け、現在の自分の健康状態を把握することから始めましょう。

また、生活習慣の改善が必要な状況の方は、具体的な方法についてアドバイスを受け、(出来れば仲間と一緒に)取り組みましょう。

保健センターでは健診のご案内、生活習慣改善講座を行っています。是非ご活用ください。

### 【お問い合わせ】

安佐北保健センター(健康長寿課) TEL 819-0586

## 認知症の不安や悩みを抱えないで ~広島市認知症コールセンターが設置されました~

「親が認知症かもしれないが、どこに相談するの?」「介護がつらいので話を聞いて欲しい」など認知症について様々な不安や悩みがあります。認知症の人やその家族の方などが、認知症について気軽に相談できる電話相談窓口として『広島市認知症コールセンター』が設置されました。

- 電 話 082-249-7922
- 相談日時 月曜日・水曜日 正午(12時)~午後4時  
(1月29日~1月3日、祝日、休日は除く)
- 相 談 料 無料
- 実施主体 公益社団法人 認知症の人と家族の会 広島県支部



インタビューシリーズ  
①



私たちのまちで、地道ながらもキラッと輝くような福祉の取り組みをされている方を、ご紹介します。

今回は、

高陽・深川三丁目にお住まいの  
**清水宏輔さん**  
(72歳、元戸山中学校長、高陽地区民  
協会会長、深川地区社協事務局長)です。

長年にわたって、教育分野とりわけ障がい児教育・福祉に取り組んでこられたと聞いております。

専門教科は理科ですが、障がい児学級を担当していた時期もあり、また退職後は市手をつなぐ育成会の専門相談員を3年間勤めました。平成13年に民生委員になってからも、区民児協の障がい者福祉部会にずっと所属しています。

ご自宅に隣接したあき家を、働く知的障がい者の共同住宅(グループホームふかわ)として、平成14年から提供され、生活上の相談・支援にあたられてきました。

亡き父の住居を改修し、5名の方の住宅として提供してきましたが、昨年暮れに閉じました。消防法の改正で、全面的な改修が必要となり、改修資金の目途が立たずやむなく閉鎖となりました。5名の方々は、同じく「育成会」が運営する中区鶴見町のグループホームに転居されていきました。

手作り品販売・地域交流を目的に

## オレンジショップはあとをオープン



NPO法人オレンジハウス(落合南)は、空き店舗だった同建物1階に「オレンジショップはあと」をオープンしました。

同法人は、心に病のある方の社会復帰や自立した生活ができる目的に設立され10年になります。手作り品(布草履、コサーク、便箋)の制作や受注製品の加工、レクリエーションを通じてコミュニケーションをふがめる活動をされています。

手作り品などは、これまで限られたイベントだけの販売でしたが、常設ショップになったことでハーブティの試飲やアイスクリームも販売されています。

バス通りに面しており、ふらっと地域の方々も気軽に立ち寄られるようになりました。ご近所にお住いのお客さんは、「作業所があることは知っていたが、何をされているか知らなかった。お店は明るい雰囲気で入りやすく、対応も感じがいいのでつい来てしまします」と話していました。

開店時間は午前10時30分から午後4時で、定休日は、毎週水・土・日・祝日です。

NPO法人オレンジハウス 落合南3-12-24かいぜんビル  
(電話845-7818)

<http://www7.enjoy.ne.jp/~orengekouyou/index.html>

## 地域の特産品コーナー

小河内での仕事おこし、炭焼き技術と文化継承のために、商品化されたのが

**弥太郎君**です。

これからの季節、キャンプやバーベキューの必需品!  
各種催しなどでご活用ください!!

炭 1袋 約600g入り 400円(税別)

安佐北区内のナフコ各店舗などで販売中

問合せ先:安佐北区安佐町小河内

安佐小河内集会所内「0・プロジェクト」

Tel/fax 835-0831 <http://ogauchi.web.fc2.com>

そうですか、それは残念でした。この間の取り組みを通して、障がいを持つ人たちが、地域に溶け込んで安心して暮らせるためにはどんなことが大切だと、お考えでしょうか。

地域の方々には、まずなんといつても障がいを持つ人たちのことを知っていただき、ふれあってもらいたいと思います。そのためにも、町内会への加入の呼び掛けや、お祭りや運動会などの催しにもお誘い頂けたらと。また、町内会加入は、個々人ではなくともグループホーム等の小規模施設単位での加入をお考えいただくこともできます。このことは、高齢の方々のグループホームなども同じではないでしょうか。

グループホームふかわの方々は、そんなふうにして地域の皆さんに大切にしてもらいました。とりわけ、民生委員や福祉委員の皆さまは、地域の先頭に立って、障がい者のよき理解者となっていましたね。

そうですね。ご健康で引き続き端然としたご活躍を願っています。  
ありがとうございました。

あなたのまちの「きらりびとさん」を、区社協事務局までお知らせください。次号(88号)は11月下旬の発行予定です。

## トピックス

新たな取り組みについて紹介します。

### 5月スタート NPO法人あいあいねっと 配食サービス

5月24日から夕食を配達する配食サービスを開始し、7月から週5日(月・水・木・土・日曜日)実施しています。

対象者:身体的、経済的な事情で食事作りが困難であり、次のいずれかに該当する方

- ・65歳以上の一人暮らしの高齢者または高齢世帯
- ・夫婦いすれかが寝たきり、または認知症の高齢者を抱える高齢世帯
- ・一人暮らしの障がい者及び重度障がい者の世帯
- ・一人親世帯

配達エリア:可部・可部東・可部南・亀山・亀山西・亀山南・勝木  
真亀・亀崎・深川・三入・三入東・大林

利用料:400円(主食有)、370円(主食無)

問合せ先:NPO法人あいあいねっと 電話:819-3023

### 8月スタート NPO法人ウイングかべ 亀楽庵OPEN

心に病をもつ人たちの自立支援を行っている「NPO法人ウイングかべ」が地域づくりの寄合所として、8月4日亀楽庵を開設します。

亀楽庵は、喫茶食堂のほか、多目的スペースや住民の写真・絵画を展示できるギャラリーコーナーを設け、地域の憩いの場となることを目指しています。住所:亀山三丁目15-40(フレスタ可部店横)  
NPO法人ウイングかべ 電話:814-0405

## — ことば「健康寿命」 —

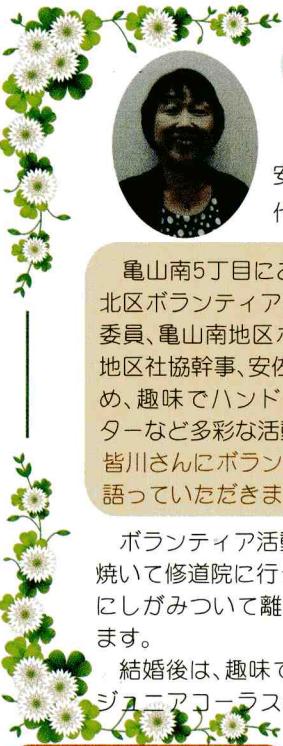
世界有数の長寿国となった日本。

この度、厚生労働省は、「いつまでも元気に長生きしよう」を合言葉に、健康寿命を延ばす取り組みを始めました。

これは、個々人の生涯で、病気や介護を受けれる期間を少なくし、健康で寿命を全うしようと提唱するものです。

そのため、現在、同省は、行政機関や企業・団体など私たちが何をするべきか、行動計画を作成中です。





# いきいき ボランティア

安佐北区ボランティアグループ連絡会  
代表 皆川みどりさん

亀山南5丁目にお住まいの皆川みどりさんは、安佐北区ボランティアグループ連絡会代表の他、主任児童委員、亀山南地区ボランティアグループ代表、亀山南地区社協幹事、安佐北区統計調査員協議会会長をはじめ、趣味でハンドベルと口笛クラブ、下水道センターなど多彩な活動をしておられます。

皆川さんにボランティアを始めたきっかけや思いを語っていただきました。

ボランティア活動の入り口は、高校時代にクッキーを焼いて修道院に行ったことです。訪問中に子ども達が足にしがみついて離れなかった事が今でも心に残っています。

結婚後は、趣味でコーラスを始め、ポーランドからのジュニアコーラスのホームステイを受け入れたことで

## 参加者募集

きこ!  
みこ!  
かんじこ!

## ヤングボランティアスクール2012

地域で子どもたちの育ちを応援し、育んでいる方の思いに触れましょう

- ◆対象：原則として、安佐北区内に居住又は通学している高校生以上25歳までの方
- ◆参加費：280円(ボランティア活動保険料)
- ◆申込み：8月7日(火)までに電話、ファックス、Eメールで。ただし、ファックス、Eメールは「ヤンボラ申込」と明記
- ◆定員：20名
- ◆申込先：安佐北区社会福祉協議会  
TEL: 814-0811 FAX: 814-1895  
Eメール [kita@shakyohiroshima-city.or.jp](mailto:kita@shakyohiroshima-city.or.jp)
- ◆スケジュール

日程	内容	会場
1日目 8月8日(水) 10:00~15:00	○子どもを育む地域の活動について ○レクリエーション ～顔見知りになろう～	区総合福祉センター
2日目 8月9日(木) 9:30~14:00	○地域の活動に参加 ○活動をしている方にインタビュー	井原小学校 区総合福祉センター
3日目 8月10日(金) 9:30~12:00	○インタビューのまとめと報告 ～訪問を振り返って～ ○茶話会 ～これからもつながろう～	区総合福祉センター

※体験では、小学生の居場所づくりのサポートをしている「井原っ子クラブ」と障害のある子どもたちが余暇活動を行っている「くちたにこにこくらぶ」に参加します。

## 魅力ある広報紙作り

### その1 テーマを決めよう

ネコの手アドバイス

読まれる広報紙とはどんなものでしょうか。「あれっ、いつもと違う。ちょっと面白そう」と思って手にとってもらえば、しめたものです。

問題は、どうすれば手にとってもらえるかです。第一に、テーマがはっきりしていることが、その決め手となります。

皆さんの中に、新聞の折り込み広告には毎日必ず目を通すという人はいないでしょうか。それはどうしてでしょう。

どここのスーパーで、○▲が安い。じゃあ、行ってみよう。今日の夕食の献立は「決まり！」。そんなことが頭に浮かんだ経験はないでしょうか。

何を見てほしいか。折り込み広告は目的(テーマ)がシンプルで、はっきりしています。それが、読者=消費者に直接的に伝わる情報ツールであることが分かります。

広報紙でも同じです。

ポーランドに行く機会がありました。ポーランドでは盲学校や戦争のつめ跡をまわり、アウシュビッツのユダヤ人強制収容所では「ひろしま平和の歌」を唱いました。その時は、涙が止まらず、広島に帰ったら自分に何ができるかを考えるきっかけになりました。

現在は、広島に暮らす者として平和を伝え続けたい、広島を語れる子どもを育てたいとの思いから、地域の保育園で平和の歌や折鶴作り被爆体験談、小学校では被爆体験手記朗読などを続けています。

ボランティア活動は、自分本意では成り立たず、お互いが喜びを感じる活動です。一人の力は小さいけれどみんなが一緒にやることによって喜びになり、活動を通じて人と人がつながります。

いろいろな世代の方が、安佐北ボランティアフェスタやヤングボランティアスクールなどに参加し、体験を通して何かを感じ、ボランティア活動に参加していただきたいです。

日々、しんどいことがあっても口笛を吹いたら全て解消され、何があっても元気になれます。

自分のできることは最大限に！を信条に、これからも頑張っていきたいと思います。

## 予告

### 第11回安佐北ボランティアフェスタ

～笑顔はじける出会いの場～

日 時 平成24年10月20日(土) 10:00~15:30

会 場 安佐北区総合福祉センター

(安佐北区可部三丁目19-22)

誰もが参加しやすい内容をフェスタ実行委員のみなさんがアイディアを出し合っています。ご意見をお寄せ下さい。

## 歩みの会

### ボランティア募集中

「歩みの会」は、視覚に障害のある方が自分たちの力で一步前に歩みたいという思いからできた会です。

定例会のお手伝いいただける方を募集します。

■活動日時：毎月第2月曜日 10:00~14:00

■活動場所：田公民館

お問合せはボランティアセンターまで

難しく考えることはありません。広報紙のテーマは、「本日の我が家家の夕食の献立」を想像すればいいのです。

おかずのメインは、肉にするか、魚にするか。これが中心テーマ。その主菜を引き立てる添え物は何にするか。いろんな野菜が思い浮かびませんか。

スープ(汁)もほしい。その具は何にしようか。こんな風に考えながら、スーパーなどで買い物をしていませんか。

面倒だけど、買い物が日々の楽しみでもある。そんな時間を過ごしていないでしょうか。広報紙づくりも同じです。何を食べて(読んで)もらうか。まず主菜である中心テーマを考える。それを引き立てるサブテーマも必要です。さらにスープのような、味を引き締める素材がほしい…。

このように構成を考えていくと、メリハリの利いた広報紙の「献立」(テーマ)が出来上がっていくはずです。「おいしい(面白い)」。そんな感想が、何よりも料理人のだいご味となるでしょう。

広島文教女子大学 グローバルコミュニケーション学科  
教 授 岡馬 重充(おかば・しげみつ)

## 受講者募集! 健康アップ講座



筋力、柔軟性、バランス力アップを目的とした「元気じゅけん体操」を学んで、この夏を乗り切りましょう。

日 時 平成24年8月30日(木) 14:00~15:30  
場 所 安佐北区総合福祉センター6階大会議室  
講 師 公益財団法人 広島市スポーツ協会(安佐北区スポーツセンター)  
土井 芳男氏  
対 象 中高年の方(当日は運動ができる服装で、水分補給のため飲み物をご持参ください)  
定 員 40名(定員になります)  
申込み 安佐北区社会福祉協議会(電話814-0811)  
主 催 安佐北区地域福祉センター指定管理者  
社会福祉法人広島市安佐北区社会福祉協議会

第27回

## ふれあいフォトコンテスト

人と人とのつながり・心あたたまる瞬間!  
一枚の感動をお寄せください。

作品  
募集



第26回 最優秀作品

第25回 最優秀作品

応募資格: 安佐北区内にお住まいの方

応募期間: 平成24年8月1日(水)~10月31日(水)必着

賞: 入賞作品に対し、最優秀賞、優秀賞、佳作には賞状・副賞を贈呈。

入賞発表: 入賞者に直接通知。

※安佐北区社会福祉協議会の広報紙「社協あさきた」へ掲載します。

表彰式: 平成24年12月1日(土)第33回安佐北区社会福祉大会にて

協賛: 財団法人 多山報恩会

お申し込み  
お問い合わせ 社会福祉法人 広島市安佐北区社会福祉協議会  
☎ 814-0811 FAX 814-1895

あんしん・いきいき生活を応援します

## かけはし ご存知ですか。

認知症や障害のある方が、  
地域で安心して生活できるよう支援する制度です。

例えば、介護サービスの契約内容がようわからん…

役所から手紙が来たが、どうしたらよい…

お金が入ると全部使ってしまう…

お金の支払いについても迷ってしまう…

このような心配や不安を解消するため、ご相談いただいた方々と契約を結び、今お住まいのところで安心して生活が出来るよう専門の職員が支援し、アドバイスします。また、このほか成年後見制度の利用や権利擁護の関する相談もお受けしています。

お問い合わせ先: 安佐北区社会福祉協議会

受験の時期が近づいています。

## 入学金などについても考えておきましょう

夏が過ぎると高校や大学の推薦入試の時期になります。学校によっては合格発表後から数日以内には入学金や前期分の授業料も含めて、数十万円納めなければならないことがあります。いざという時に慌てないためにも、志望校ではどのくらいの費用が必要になるかを学校に問い合わせ、予め試算することがポイントです。日頃より家族内で話し合っておくことも大切です。そのほか、学校独自の奨学金制度や公的な貸付等もあります。詳しいことは在学されている学校、または区社会福祉協議会までお問い合わせください。

## 介護の味方シリーズ③



チョッキ兼前掛けはどうでしょう?  
使わなくなったネクタイが前掛けに変身!!  
介護の時に、汚れを気にしなくなりますね。



### 作り方

- ①使わないネクタイ3本、大判ハンカチーフ2枚を準備します。
- ②ネクタイはほどいて、広い幅の方と狭い方を上手に組み合わせて縫います。  
ハンカチは裏布として使います。
- ③襟のところは余った布で作ります。



■熱中症に気を付けましょう  
これから暑くなります。ペットボトルに水を八分目入れて氷らせます。  
タオルで作った袋に入れて身近にあくと湯タントの夏バージョンで涼しいですね。

(情報提供: 可部ばけっと 篠原さんおよび介護関係資料等より)

ご協力ありがとうございました



## 平成23年度 共同募金安佐北区分会実績額

**募金額／13,270,312円**

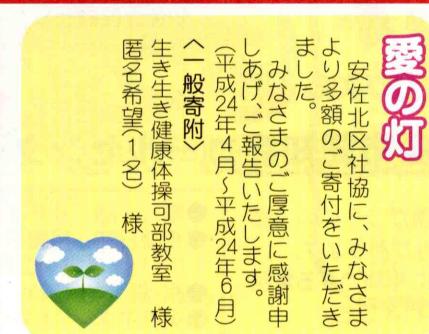
内訳／戸別: 10,912,606円 街頭: 202,887円 職域: 592,521円 法人: 1,451,882円 その他: 110,416円

赤い羽根共同募金は、高齢者、障がい者、子どもたちなどへの地域の福祉活動を支援する募金です。

災害時には、「災害ボランティアセンター」の設置や運営など、被災地支援にも役立っています。

## 東日本大震災義援金

東日本大震災義援金の受付は、  
平成24年9月30日まで  
延長しています。



匿名希望(1名)様  
生き生き健康体操可部教室

## 愛の灯

あなたたちのまちの「きらりび」と「魅力ある広報紙作り」「地域の特産品」「イベント情報」など、区社会事務局まで情報を寄せ下さ

い。次号(88号)は11月下旬発行  
予定です。広報紙のご意見・ご感想もお待ちしております。(編集者)

## ★編集後記★

今号から心機一転。「わたしのまちのきらりび」と「魅力ある広報紙作り」「地域の特産品」「イベント情報」など、区社会事務局まで情報を寄せ下さ