

5月

2024年

No.488

編集発行 ながのボランティアかわらばん編集委員会

【発行所】〒380-0813 長野市人字鶴賀緑町1714-5

長野市ボランティアセンター内

TEL 026-227-3707 FAX 026-224-1513

mail vc@cswnaganocity.or.jp

ボランティア かわらばん

知ってほしい 私たちを



関わってほしい 私たちと



みんながネットワーク

このかわらばんは「信毎ふれあいネット」のご好意で
一部の地域へボランティアで配布していただいています。

「ボランティアかわらばん」は共同募金  のご協力で発行しています。

表紙題字：青木孝子さん

ダウン症フェスタ2024

3月23日に東部文化ホールで「ここにこフェスタ2024」が開催されました。ダウン症長野ひまわりの会のメンバーが中心となり、昨年よりも規模が大きくなりました。ホールだけではなく、交流センターや体育館も使用し、レクレーション、ふくしの授業、ひまわり縁日やポッチャ体験などを通じて、来場された方々と交流できる企画が沢山ありました。特に今回は70名を超える学生がボランティア等で参加し、それぞれの学校ごとにアイデアを出した特色ある企画ブースがありました。バルーンアートの花や塗り絵、ミニ釣り堀、紙をちぎって貼って桜を作ったり、平均台を渡ってトンネルをくぐったりする運動サーキット

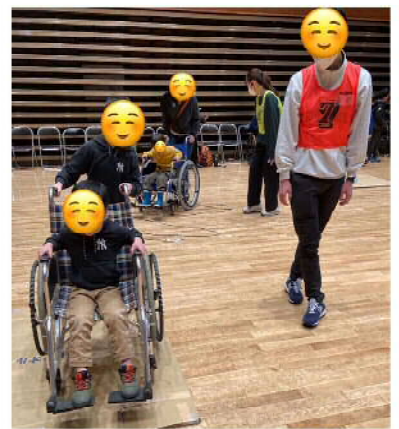


トなどなど盛りだくさん。体育館では「ふくしの授業」として車イス体験ができるようになっていました。



ダウン症啓発カラーである青色と黄色のお花紙をうちわで仰ぎ、高く舞い上げています。

デコボコの場所を通ったり、段差があるとところを通ったりして、車イスの方の大変さを知ってもらうための体験でした。若いうちにダウン症や他の障がいのある方と関わることで、考えやイメージが変わるきっかけになります。この貴重なイベントは来年以降も長く続くことで地域の大切な財産になると感じました。



せりた多文化交流会

3月21日、芹田公民館で長野平青学園の留学生と芹田地区住民との交流イベント「せりた多文化交流会」が開催されました。今年度三年目になるそうです。主催の芹田地区住民自治協議会に開催のきっかけをお聞きしました。

長野平青学園日本語科の先生から「地域交流を希望しています。」という相談があり、よくよく聞いてみると東南アジア出身の男性は、ひげが濃く、彫が深い顔立ちで体格も良いので見た目が怖いと思われがち。地域の方と交流することで、見た目と内面は違う所を理解して欲しいことと、日本人と交流をして、学生が日本についてより広い視野と理解が深まればということで開催に至りました。大勢の方に知って欲しいです。



それぞれの国の紹介
1日の生活の事やお正月の事、お料理の事を発表して、最後に国のクイズが出題され、日本と違う事にビックリ!



グラジャム(インド)
小麦を練ってドーナツのように揚げます。揚げたらカルダモンが入ったさとう水にくぐらせて出来上がり♡



★★★多文化交流会クイズ★★★

読者の皆さんも多文化クイズに挑戦してください。

- Q1 スリランカのお正月はいつ?
- Q2 スリランカの新年を迎える時の食事は?
- Q3 ネパールでお寺にお参りに行くときに持つていくものは何か?
- Q4 ネパールで「神様」と考えられている動物は?
- Q5 ネパール人が良く食べる「モモ」とは何か?

答えはP5を見て下さい。

能登町 災害ボランティア活動報告

芋井地区住民自治協議会

西澤 一幸

七尾市から能登町に向かう道路は、「ボランティアアラッシュ」が始まっていました。このアラッシュを見て、3か月過ぎて関心が薄れず続いていることに安心しました。

能登町に向かう自動車専用道路も修理箇所が多く、スピードを制御しなければならぬ状況でした。その道路も、もともと盛土になっている部分が多くとく陥落している状態です。被災地へのアクセス道路は復興への生命線。土砂崩れを防ぐための耐震性をぜひ考えて欲しいと思いました。

途中に寄った宇出津の漁港の家々には、生々しい「危険」という赤色の紙が貼られていました。私たちのグループの活動は被災された家の被災ごみの片付けです。あるお宅は「水道も2月中旬には



看板等の仕分け作業



災害ゴミの運搬作業



災害ゴミの仕分け作業

復旧したので、ほかの被災者より恵まれています」と話していただきました。メンバーには、令和元年の台風で被災された方がいて、自分たちとの比較で今回の地震の被害の甚大さを痛感しているようでした。個人の家の被災ごみは、マンパワーが必要ですが、今回は軽トラも多く多く用意されていてスムーズに活動ができました。課題として「被災ごみの分別仕分けをどの段階でやるか」ということです。今回は被災された家で、マニユアルに沿った分別仕分けをして受入れ先に持っていくますが、集積場に持っていき、そこで分別仕分けをするという方法もあるという事です。私は今回のメンバーの中で最年長(74歳)でしたが、今後もまた参加された皆さんと体力と時間が許す限り続けたいと思っています。

信州大学大学院総合理工学研究所

小山 優真

4月1日から2日間、能登町の災害ボランティア活動が実施されました。私を含めて未経験の方も多く、10代から70代まで老若男女問わず、20名以上の方が参加されました。集合時間の少し前に到着すると、支援物資や炊出し道具の荷積作業をされていたので、お手伝いしました。こうした準備も活動の一環であると知り、ボランティアの人変さを感じたと同時に、普段から活動に関わっている方々の努力に感銘を受けました。

2日目の活動は炊出し班と清掃2班に分かれ、私は清掃班として被災者宅で、主に外の清掃活動を行いました。担当した場所はとても綺麗になりましたが、家の2階はまだ手が付けられておらず、ボランティアアセンターには「今後も継続」と報告しました。



活動後、ボランティアセンターにあつた能登町の方々の応援メッセージを書きました。色々な方のメッセージ

を見て、人との繋がりの素晴らしさを改めて実感しました。被災者の方々は今もなお大変な思いをされていますが、メッセージを見て、少しでも元氣になれることを願っています。



ボランティアセンターに設置された応援メッセージ



講座

■家庭訪問型子育て支援ホームスタート ホームビジター養成講座 受講生募集

引っ越したばかりで話し相手がいない。初めての子どもで育児が不安等こんなママ達があなたを待っています。子育て家庭へ訪問ボランティアをするための講座です。

日時 6月1日(土)~7月20日(土)毎週土曜日 (7日間)
場所 もんぜんぶら座8階 801会議室
対象 子育て経験のある方 参加費 無料
締切り 5月31日(金) 定員になり次第締切り
問合せ ホームスタート・ながのこどもの城
TEL 080-9579-2078
メール hs-nagano@na-kodomo.com

■NPO初歩講座 NPOってなんだ？

ボランティアって何？NPOって何？基本的な言葉の意味から市内の市民活動紹介まで。今回は先輩NPOから立ち上げエピソードも聞きます。

日時 5月11日(土) 10:30~12:30
場所 市民協働サポートセンター まんまる
(もんぜんぶら座 3階)
参加費 300円(資料代)
申込み・問合せ 市民協働サポートセンター
TEL 026-223-0051(担当:戸井田)



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。

TEL 026-225-0404

月・土 14:00~18:00 水 14:00~21:00

お電話
待ってます

ねこはんでんサロン

ねこはんでんを作りながら、おしゃべりをしたり、お茶したりできます。どなたでもカンゲイです。

日時 5月31日(金)
9:00~16:00
場所 長野市ふれあい福祉
センター 1階
問合せ 長野市ボランティア
センター(担当:百)
TEL 026-227-3707



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

5月14日(火)は

「松代復興応援実行委員会」出演者大募集中

です。



お問合せ/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
(3月15日~4月12日分)

本田すみ江 宮田起男 瀧澤史貴 日本無線労働組合
長野信用金庫 瀧澤行政書士事務所 Smileセンター
大和ハウスリフォーム長野営業所 デイサービス花時計
やまびこ会 長野市子ども政策課 長野市市民窓口課
氷鉋老人福祉センター 匿名1名(敬称略・順不同)

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しています

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



♪グリーンボラカフェ

花や緑が好き、ちょっと園芸にかかわってみたい方など、どなたでも気軽に参加していただけます。

5月9日(木)13:30~15:30

6月13日(木)13:30~15:30



ボランティア情報

お知らせ

■カノンの会「大人の発達障がい当事者」の交流会

もしかしたら、発達障がいかなと思っている方、グレーゾーンの方もお気軽にご参加ください。

*参加費無料、入退出自由です。

*奇数月第2土曜日開催しています。

日時 5月11日(土) 13:20~15:40

場所 もんぜんぶら座 601号室

問合せ カノンの会 (担当:宮下)

TEL 080-8821-3327

■情報市場

活動をはじめたい、拡げたい、知ってもらいたい、ボランティア・市民活動の情報を持ち寄って交流しています。一歩踏み出すきっかけになるかもしれません！申込不要。参加無料。あれば活動がわかるチラシ、パンフレット20部お持ちください。

日時 4月17日(水) 16:00~17:00

場所 ふれあい福祉センター4階会議室2

問合せ ながのボランティア

・市民活動支援ネットワーク (担当:倉石)

TEL 026-227-3707

募集

■食農体験2024 参加者募集

長野市芋井広瀬地区の田畑で野菜を育て、収穫し、とれたてを味わいませんか？

みらいハックプロジェクトポイント使用可

活動日 4月20日(土)~11月30日(土)までの15回

場所 長野市芋井広瀬地区

問合せ 天空の里いもい農場運営事務局 (担当:西沢)

TEL 090-9358-3286

■ボランティア募集！SADサークルNagano

あがり症の交流会。サークルの仲間としてフリートーク、ランチ&カフェ巡り。県外お出掛け、BBQ等。

学生ランチ補助あり。定期参加可能な方。

日時 毎月第1日曜日 13:00~(トーク)

場所 長野市ふれあい福祉センター 対象 10~40代

月会費 500円(ボランティアも)・学生免除

問合せ SADサークルNagano (担当:宮下)

TEL 090-6539-1363

メール sad_nagano@yahoo.co.jp

■長野らくらく倶楽部結成30周年記念 あじさい寄席

地域に笑いを振舞って30年。長野らくらく倶楽部が落語をお届けします。 *入場無料

日時 6月15日(土)

12:30 開場 13:00 開演 16:30 終了予定

場所 長野市芸術館 3階 アクトスペース

問合せ 長野らくらく倶楽部 (担当:返町)

TEL 026-243-4054

イベント

■アートラボ2023第Ⅳ期 金箱淳一展 たたく・つながる・ひびきあう

アートラボ2023第Ⅳ期では、金箱淳一の「音」と「振動」に焦点をあてた作品を紹介します。座って、たたく、体で音を感じてみてください。*観覧無料

日時 2月17日(土)~5月14日(火)

場所 長野県立美術館 アートラボ

問合せ 長野県立美術館 TEL 026-232-0052

https://nagano.art.museum/exhibition/artlab_kanebako2023

■春陽会誕生100年 それぞれの闘い 岸田劉生、中川一政から岡鹿之助へ

春陽会は小杉放菴、山本鼎、森田恒友らと、草土社の岸田劉生らを中心としたメンバーにより1922年に発足。

草創期から1900年代後半までの約200点を紹介。

日時 3月16日(土)~5月12日(日)

場所 長野県立美術館 展示室1・2・3

問合せ 長野県立美術館 TEL 026-232-0052

https://nagano.art.museum/exhibition/exhibit2023_Shunyo-Kai

■認知症にもいろいろ？第3回

健康な生活を送るには、自分に処方されている薬を知る事が大切です。飲み合わせや、どんな症状に副作用等、何にも疑問も感じないのも？一緒に考えてみませんか？

日時 5月11日(土) 13:30~

場所 長野市ふれあい福祉センター 4階会議室2

講師 高遠由美 (Sowing.net代表)

参加費 500円 定員 15人

申込締切 5月10日(金)

問合せ・TEL 090-2179-9741 (担当:高遠)

メール sowing.net@gmail.com

☆☆☆ 多文化交流クイズの答え ☆☆☆

Q1の答え:4月 (4月=米の収穫=正月・毎年新年の日が違う)

Q2の答え:ミルクライスなどの甘い食べ物

(日本でいうお節料理)

Q3の答え:牛乳と花 (お祈りの時に神様の頭か

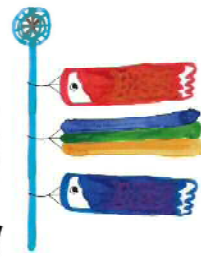
ら牛乳をかけ、花を神様の身体の周りに飾る)

Q4の答え:牛 (牛の日があります)

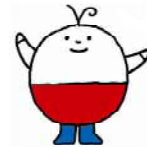
Q5の答え:一口サイズの餃子のようなもの



ボランティア情報



助成金・応援金で



あなたの思い、活動を **応援** します！

「ボランティアを始めたい」「新しい活動を起こしたい」「今の活動をさらに充実させたい」けど、お金やノウハウがない…。そんなあなたの思いを応援し、活動を支える助成金があります。

はじめの一步



ステップアップ

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 ボランティアセンター〉

「ボランティアを始めたい」「新しい活動を起こしたい」ボランティア・市民活動グループのはじめの一步に助成します。

助成金額 | 団体 最高 **5万円**

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〉

「今の活動をさらに充実させたい」「活動の幅を広げたい」ボランティア・市民活動グループのステップアップを応援します。

応援金額 | 団体 最高 **10万円**

まずは相談！

気軽にボランティアセンターにお問い合わせください。相談に乗ります。

申請

1次審査

書類審査があります。1次審査を通ると公開審査会に進みます。

公開審査会

公開審査会でプレゼンテーションを行っていただきます。方法は自由！自分たちの思い、活動をPRしましょう。

助成

申請方法

所定の申請書にて申込みを受け付けます。申請書類は長野市ボランティアセンターで直接受け取るか、長野市社会福祉協議会ホームページからダウンロードできます。

<http://www.csw-naganocity.or.jp>

申請受付

令和6年4月20日(土)～5月20日(月)の期間にボランティアセンターへ申請

公開審査会

令和6年6月15日(土) 長野市ふれあい福祉センター ※誰でも参加できます

◆◆◆ 問合せ・申込み ◆◆◆

長野市ボランティアセンター TEL 026-227-3707 FAX 026-224-1513

「ボランティアかわらばん」音声でも楽しめます

読者アンケートにご協力ください。

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」を長野市社会福祉協議会ホームページで公開しています。



右のQRコードを読み込んでいただき、感想やかわらばんで取り上げてほしい内容を投函してください。

