

編集発行 なか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@cswnaganacity.or.jp

ボランティア かわらばん

「ボラセン」ってどんなところ？

ボランティアセンターを略して「ボラセン」とも言います。ボラセンって、ラフな感じで誰でもフラッと立ち寄れるところだと思っています。

そこで、ボラセンはどんなところなのか、確かめるため、のぞいてみましょう。

最近、かわらばんの編集委員になったお二人が案内をしてくれるそうです。



どこから説明
します？

次ページへ
Let's Go!!



イラスト よしこちゃん

こっち！
こっち！



なにから説明
します？

あっち？

今だから聞いておきたい ボラセンの トリセツ

その2

丸テーブル・ソファは、 フリースペース!

様々なボランティアグループが活動しています。子どもも大人も障害のある人もない人もLGBTQの人もみんなが交流できます。



ソファでランチでもどうですか
待ち合わせにも相談にも
いろいろな場面で
利用してください

その1

受付・コーディネーター 在駐

「ボランティアをしたい」、「ボランティアを探しています」など相談がありましたら声をかけてください。



時々、受付ボランティアの「よりいい会」さんがお出迎えしてくれます
会えたらラッキー!!

ボラセンって
夏はクールシェアスポット
で、冬はあったかシェアスポッ
トになってるって知ってま
した?

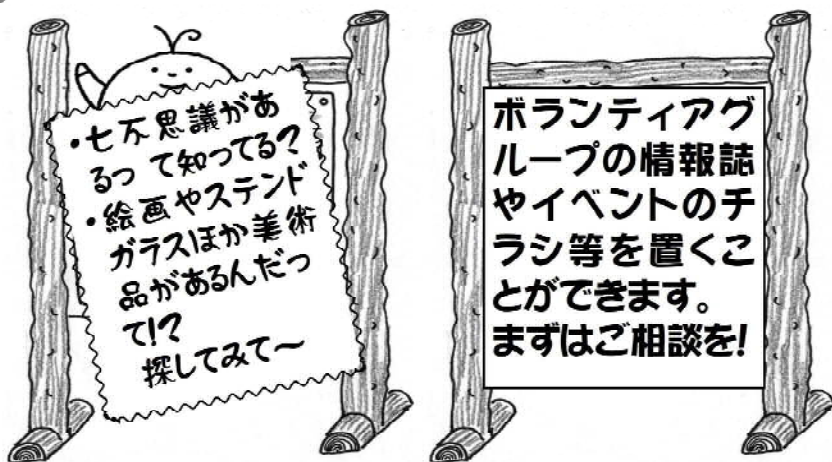
受付には親切に
案内してくれる人
がいましたよ!!

Free Wi-Fiは
使用出来るのかな?



いろんな人が
利用してるねー

今度、お友達を誘っ
て来るわね。



ほうー！
災害時のボランティア
情報もここに来れば、
分かるんだ。
何かしてみよう
かなあ。



その3 作業テーブルは登録が必要です！

作業テーブルとして、ちょっとした打合せに使用できます。

ボランティアグループ登録が必要です！！



かわらばん発送ボランティアの皆さんが活動しています



いろんな本が
あってワクワク
する！！

その4 機材貸出

コピー機・印刷機・車イスなどをお貸しできます。体験用の車イスもあります。



その5 図書コーナー

- ☐ 市民文庫（長野市南部図書館）
- ☐ 福祉文庫（寄贈された本）
- ☐ 新聞・各種情報誌・チラシ
- ☐ かわらばんのバックナンバー

大きな絵本・紙芝居もありますよ♡

その6 手作り品の販売

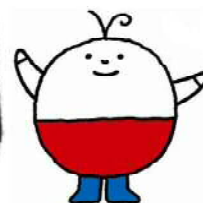
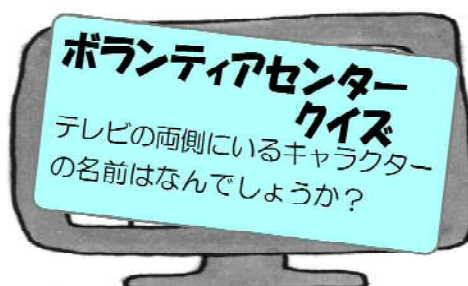
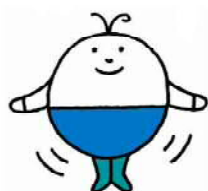
✿ 着物や布・毛糸の寄付を利用して小物、アクリルたわし、靴下カバー、バッグ、布ぞうりを作って販売しています。売上は、災害が起きた被災地へ送ることもあります。



かわいいクマ、ねこ、うさぎも
手作りです

その7 誰でもできるリサイクルボランティア

- ✿ 書き損じハガキ・古切手・使用済みテレカなどを受け付けています。
- ✿ 古切手を空き箱に貼ってステキな小物入れにしているグループがあります。





映画「ひろしま」 上映会開催の秘話



8月25日に開催された「ひろしま」上映会

映画「ひろしま」 エキストラとして映画に参加されてとの出会いは、5年前の2019年広島から被爆伝承者宮本憲久さんに長野で伝承講話を頂いた後でした。翌年のイベントを検討していた時に映画「ひろしま」の存在を知りました。また、アマゾンで購入出来ることを知りました。映画を見て原爆投下直後の映像がリアルに再現され、また被爆者が自ら事になりました。

5年が経過し今年のイベントを検討を始めた時に2023年に映画「ひろしま」の著作権解放

(パブリックドメイン)となった記事を見つけました。一方井上・月丘映画財団のホームページでは、無料視聴ページで映画が公開されていました。早速財団に電話を

地方の小さな活動に 絶大な応援を頂けた

かけ事情を説明しました。結果は、大変喜んで頂き財団としても応援しますとのコメントを頂きました。その後映画「ひろしま」DVDをお借りして尚且つ月丘夢路さんの写真集の別冊付録「映画

ひろしま」に参加人数分送って頂き、上映会で配布しました。地方の小さなグループの活動に絶大な応援を頂くことが出来ました。また、映画上映後いくつかのグループから上映会開催の連絡を頂き開催する事が決まりました。井上・月丘映画財団のホームページにこう書かれています。

「どんな理由があろうと、戦争は罪悪です。平和、平和とただ口で唱えるだけでなく、平和のための行動をしよう。」

今年のノーベル平和賞は、日本被団協が受賞したとニュースを聞き、自分ごとの様に嬉しかったです。一昨年亡くなられた宮本憲久さんに聞かせたかった思いで涙が出ました。

ながのTV裏話 (第一話)



ボランティアセンターの1階がスタジオになっています

皆さん、「ながのTV」って知っていますか？TVといっても地上波などではなく、毎月第二火曜日19時からYouTubeで生放送されています。内容は、長野市を中心に活動されているボランティア団体を紹介するインターネット番組で、10月で第115回放送を迎えました。その中でオンエアされなかった裏話を毎月少しずつお伝えしていきたいと思っています。初回の今日は放送自体についての裏話です。

初期の頃はネット環境等が充分でない時期があり、一旦収録したものを後からネットに上げることもありました。中には収録終了したもの、音声が入っていないことが判り、撮り直す事態も。現在は生放送一発撮りでオンエアしています。

(ながのTV MC茶嶋)



毎月第2火曜日19時
on-air出演者大募集!!
今までの放送も見てね!!



どうぞの縁側「金丸邸」は、築150年の昔ながらの縁側がある古民家です。あるじの絹川さん夫

どうぞの縁側 「金丸邸」



まちの縁側物語

パート1

婦が地域の皆さんに開放し様々な行事が行われています。ある時、子育て中の若い人たちが居場所を求めていることを知り、金丸邸を使うことを提案し大人と子ども食堂「みんなみ」

が始まり、誰でも参加できます。絹川さんは「先代が亡くなった後、さみしくなっていた空間に賑わいが戻ってうれしい」「居場所はヒトが出会い繋がるだけでなく、ヒト

が集まるコトで何かに発展していく面白さがある」と話しています。金丸邸に遊びに行ってみませんか？（まちの縁側育みプロジェクトながの）



どうぞの縁側 金丸邸



一笑一服



手しごとサロンフラワー
代表 傳田通子

Do ボランティア



作業はおしゃべりしながら



「やっていて健康でいられることが良いよね。人のふれあいがあるからかも」と話すのは、ボランティアセンターで月1回活動しているグループ『手しごとサロンフラワー』の傳田通子さん。不要となった材料でベスト、帽子、ポーチ、袋物ほか小物の製作を仲間と続けている。ボラセンのイスの座布団や背もたれカバーまでつくってしまった。

20年前に友人に花をモチーフにしたパッチワークづくりに誘われたのが活動の始まりだった。ボラセンだけでなく三陽保健センターでも月2回の吊し飾りの指導も行っている。ご自分の長所を伺うと、「前向きかなあ。まあ好奇心旺盛なことだね」「細かい作業の連続とかで目は見えづらくなったよ」と嘆息をもらすも、「歯だけは丈夫で自慢だね」ニコッと笑い、きれいに揃った前歯が覗いた。

(大日方記者)

編集委員から一言

先月秋田市で第77回新聞大会が開かれ、『新聞は生き残れるか』のテーマでは「社会的弱者に寄り添う方法を具体的に紹介すべきだ」との意見が出たと報道された。読者離れを防ぐにはかわらば編集でも考慮すべきだろう。

(びん)

編集会議を毎月オープンで開いています。一緒にいかがですか？

今年6月1日からお世話になっております。コーディネーター小林育道です。前職で護士として働いていた時のキャラクターは「育美ちゃん」です。いずれご披露する時があると思いますので楽しみに！



育道

コーディネーター
のつぶやき

ボランティア情報

講座

■～＃キリトリセカイの入り口～ たのしい写真講座（2回連続講座）

主題（モチーフ）の発見、全体の構図、光、色、反射など美しく、楽しく写真を撮影（携帯電話等を含む）する基本（入門）を学び、中心市街地の秋を切り撮ろう。

日時 11月17日（日）・12月14日（土） 14：00～15：30

場所 長野市生涯学習センター 3階 第4学習室

講師 増田今雄 氏

対象 どなたでも（初心者） 定員 24人（先着順）

参加費 400円（当日持参）

2講座分合計11月17日（日） 一括払い

申込締切 11月16日（土）

問合せ 長野市生涯学習センター（担当：竹田）

TEL 026-233-8080

FAX 026-233-8081

メール s-gakusyu-c@city.nagano.lg.jp



いつも傾聴でんわ

哀しかった・辛い・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



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

11月12日（火）は

「旬食の会」です。

お問合せ／長野市ボランティアセンター

出演者大募集中



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。

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。

11月8日（金）13:30～15:30

12月13日（金）13:30～15:30



ねこはんでんサロン

ねこはんでんの作り方を教えていただけます。楽しく、おしゃべりしながらご参加いただけます。お気軽にお越しください。

12月6日（金）9:00～15:00

12月20日（金）9:00～15:00



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。

11月14日（木）13:30～15:30

12月12日（木）13:30～15:30



「第19回年末きずな村」支援物資募集

年末きずな村を12月21日（土）10：00～12：00

JA長野県ビル前広場で開催します。

物資支援のご協力をお願いします。



物資受取期間：12月2日（月）～17日（火）

平日の10：00～16：00

受取場所：長野中央病院 第2東館1階（健康まちづくり・組合員サポート部）まで事前連絡の上、ご持参下さい

集約物：下記以外の物はお受けできません

・米（2022年及び、2023年産の粳米、2024年産粳米、精米）

・食料品（常温保存ができて期限が2025年2月以降のもの）

：缶詰、レトルト食品、カップ麺、お菓子など

・生活雑貨：石鹸、ティッシュペーパー、未使用のタオル、シーツ、不織布マスク、タオルケットなど



募金も受付けています。

詳しくは、下記までお問い合わせください。



問合せ・TEL：070-6988-2771（反貧困ネット）

026-234-1476（長野医療生協 大西）



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
（9月13日～10月16日分）

瀧澤史貴 長野信用金庫 瀧澤行政書士事務所

ゆめワーク長野 長野市市民窓口課 長野市子ども政策課

長野市障害福祉課 シニアアクティブルーム

かがやきひろば安茂里 川中島町ボランティアセンター

匿名9名（敬称略・順不同）

ボランティア情報

募 集

■パネルシアターこんぺいとう メンバー募集

長野市を主にパネルシアターの公演活動を行っています。公演に参加していただける方だけでなく、製作や演技方などパネルシアターのノウハウを学びたい方もOK！

活動日 公演依頼日と練習日

場所 長野市ボランティアセンターなど

問合せ SMS（担当：海沼） TEL 090-4158-0547

■ねこはんてん作りボランティア募集

能登半島豪雨災害被災地支援として、これから寒い冬を少しでもあたたかく過ごしていただけるように「ねこはんてん」を届けたいと思います。

一緒に作っていただける方を募集します。

日時 11月4日(月)、7日(木)、10日(日)、15日(金)、
20日(水)、21日(木) 9:30~15:00

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：亘）

TEL 026 227 3707

■ワーカーズコープってなんですか？

2022年労働者協同組合法が施行され、2024年8月厚生労働省より長野県がモデル事業として受託されました。新しい働き方の一つです。

詳しい説明は講習会へおこしください。

日時 11月13日(水) 13:30~16:30

場所 長野県教育高校会館（本館 2階 中会議室）

問合せ 労働者協同組合 ワーカーズコープながの

TEL 026-219-1190（担当：川浦）

■発達障がい者サポーターカフェ いちごカフェまつしろ

発達障がいをお持ちの方やその家族、理解者が気軽に集えて笑顔で話せる場です。情報交換や相談もできます。（医師の診断等は不要）

日時 12月21日(土) 10:00~12:00（遅刻、早退OK）

場所 松代町まちあるきセンター隣 伝承館

参加費 100円

問合せ・TEL 090-4461-1403（担当：きたむら）

*ショートメール可

■お茶のみサロン ゆるりの会

おしゃべりとお茶飲みのサロンです。簡単な作業をしながらおしゃべりしませんか。

どなたでもお気軽にどうぞ。参加費無料。

日時 毎月第4水曜日 10:00~11:30

場所 長野市ボランティアセンター 1階

参加費 無料

問合せ おしゃべりボランティア野菊（担当：遠藤）

TEL 080-1195-0770

■ワクチンの必要性！

ワクチンの季節が始まりました。多くの方は重症にならない為にと思いされていますが、接種しても重症になる方もいます。自分の為にワクチンについて知りましょう！！

日時 11月9日(土) 13:30~

場所 安茂里公民館 2階 学習室

講師 高遠由美 氏

定員 20人 参加費 500円 締切 11月8日(金)

問合せ・TEL 090-2179-9741（担当：高遠）

メール sowing.net@gmail.com

■第13回 絆フェスタのお知らせ

絆の会自主製品をはじめ、近隣福祉施設の製品、芹田小学校芹の子学級のみなさんの作品、野菜、コーヒー等を販売しています。お気軽にお越しください。

日時 11月9日(土) 10:00~15:30

場所 （社福）絆の会 悠友ハウス・法人本部
（長野市若里三丁目14番23号）

問合せ 社会福祉法人絆の会（担当：横山）

TEL 026-214-7731

イベント・お知らせ

■今年も一番早い「忘年会」に集合だあ！！

毎年「一番早い忘年会」を開いています。今年も開催します。アトラクションは、久しぶりに「らくらく亭」さんが笑いを運んで来て下さいます。お楽しみに。

日時 11月23日(土・祝日) 正午~

場所 長野市ふれあい福祉センター 4階

対象 精神障がいに関心のある方（当事者、家族、一般）

参加費 500円 申込締切 11月15日(金)

問合せ ホワイトナッツ（担当：本田）

TEL 026-226-8740

■長野中部子ども劇場 幼児キッズ鑑賞会 「よい子の味方 怪獣・ママゴン」

ママとボクの爆笑ハートフルコメディ。人形劇と腹話術でお届けします。お楽しみに…。

日時 12月8日(日) ①11:00~ ②14:30~

場所 長野市芸術館 アクトスペース

問合せ 長野中部子ども劇場

TEL 026-224-4593

■長野中部子ども劇場 キッズ・ティーンズ鑑賞会 「ルドルフとイッパイアッテナ」

「ルドルフとイッパイアッテナ」が、親子で楽しめるオペラになって長野へやってきます。美しい歌声と素晴らしい表現。

この機会をお見逃しなく！小学1年生以上対象。

日時 11月17日(日) 17:00~

場所 若里市民文化ホール

問合せ 長野中部子ども劇場

TEL 026-224-4593



大募集！

雪かきボランティア

スノーバスターズ

ながの2024

年齢・性別は
問いません



長野市内の障がい者や高齢者のお宅の雪かきをするボランティアです。都合のいい時間帯に活動は可能です。事前に登録して、調整をしてから始めます。スノーバスターズとして活動してみませんか。

問合せ 長野市ボランティアセンター TEL 026-227-3707

ボランティアセンター



大掃除



いつもボランティアセンターをご利用いただきありがとうございます。
ご利用いただいています1階共有スペース（棚、机など）の清掃を行います。
皆様のお力をおかください！
気持ちよく新年を迎えられるようご協力をお願いします。《参加申込み不要》

日時：12月6日（金）13：30～15：00

場所：長野市ふれあい福祉センター 1階
（長野市ボランティアセンター）

問合せ：長野市ボランティアセンター
TEL：026-227-3707



長野市ふれあい福祉センター

エレベーター停止のお知らせ

エレベーター工事に伴い、エレベーターが使用できなくなります。

ご利用者の皆様には、多大なるご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

期間中は、階段をご利用ください。

停止期間（予定）

12月9日（月）～令和7年2月14日（金）

【問合せ】社会福祉法人長野市社会福祉協議会 総務課
TEL 026-225-1234 FAX 026-223-7388

「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」を長野市社会福祉協議会ホームページで公開しています。



読者アンケートにご協力ください

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。



LINE公式



お友達募集中！

ボランティアの情報（募集・イベントなど）をLINEでお届けしています。

情報を発信したい方、お気軽にご相談ください。（センター登録が必要です）



◆◆◆ 問合せ ◆◆◆

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