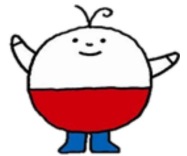
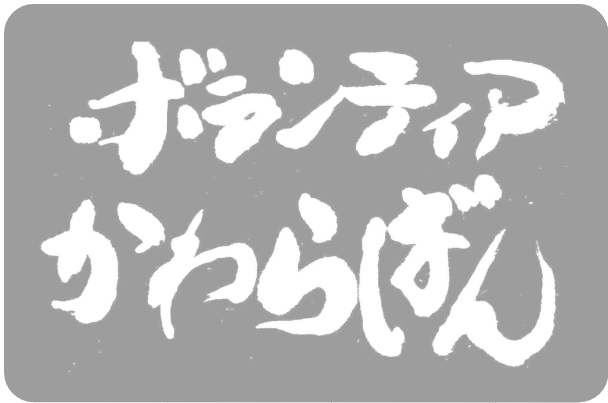


11月 2023年 No.483

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 長野市大字鶴賀緑町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



ボランティア活動
市民会議
～深めよう!ひろげよう!
未来にむけて～
13:00～14:30
参加型

支援ネット20周年記念
拡大情報市場
ささえあい応援金事例発表
どなたでも大歓迎です!
10:30～12:00
詳しくは裏面をご覧ください

同時開催
ボランティアのつどい

みつかる!つながる!ひろがる!未来へ
2023

見本市
ブースでの
活動紹介・交流等
10時～14時

活動発表
ミニステージ
10時～12時

展示
ポスター・模造紙
による活動紹介

お気軽にご参加
ください!

シールラリー
で
景品ゲット

笑顔が集まる
感動の
交流会

**入場
無料**

12月3日(日)
10:00～15:30
長野市ふれあい福祉センター
(長野市芸術館隣り)

「ボランティアのつどい」は、長野市内で活動しているボランティアグループが一堂に会して、日頃の活動を紹介し合い、認め合い、交流するとともに、ボランティアに関心のある市民が様々な活動を知り、触れ、体験することでボランティア・市民活動のきっかけになることを目的に開催しています。



主催：社会福祉法人長野市社会福祉協議会 長野市ボランティアセンター
共催：長野市ボランティア連絡協議会
ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク

問合せ 長野市ボランティアセンター
TEL 026-227-3707

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

士田昇 実行委員長

長野市

ボランティア連絡協議会



コロナ禍により縮小開催していたボランティアのつどいは、今年、ふれあい福祉センターを利用した集合形のボランティアのつどいと致します。

テーマは、「みつかる！ つながる！ ひろがる！ 未来へ」です。今まで行ってきたボランティアグループ中心の開催を払拭し、拡大開催致します。

住民自治協議会・社会福祉施設・NPO法人・学校・企業・行政機関・市民の皆様など、ボランティアグループ以外にも様々な方に参加頂き、楽しく繋がり、そしてネットワークを広げる機会にしたいと考えています。

自らのグループを紹介する出展・販売・体験・実演するコーナーも5年ぶりに設置し、幅広い交流の場・PRの場としての活用を期待いたします。

新保直弘 副実行委員長

ひくろつひの森

恒例のボランティアのつどいは、コロナ禍でもオンラインで開催するなどの試練を乗り越え、久しぶりにボランティア・市民の皆様にお集まり頂いての開催となります。

団体様によっては活動を大きく制限され大変困難な時期を過ぎたかと思えます。続けていくのが難しい時代になりましたが、そんな時代だからこそ、互いに支え合い、分かち合うことが大切ではないかと思えます。つどいは様々なボランティアの皆様活躍を知っていただく貴重な機会です。

加えて市民の皆様、取り分け若い世代の皆様にはボランティア活躍の様子や目的、そして未来について触れていただくまたとないチャンスの日となり、ボランティアに興味を持つきっかけとなる事を期待しております。皆様の参加が未来を創ります。多くの方のご来場をお待ちしております。



5年ぶりの「見本市」開催!!

いろんな人たちが
出会い、つどい日

今年度のボランティアのつどいは、2018年を最後にずつと行えていなかった「見本市」が復活します。見本市とは、パネル展示・実演や体験・手作り作品の販売・ミニステージなど、それぞれ自分たちに合った方法で活動を紹介していくものです。前回の「見本市」では、ブースに立ち寄った来場者とお話が弾んだりお互いの活動を見学したりと、たくさんさんの交流が生まれました。

久しぶりのリアル開催を楽しみにされる方も多く、気軽に参加出



見本市の様子

来る交流の場を提供している「手ごとサロン」は、新しい作品を作ると張り切っていました。長野市ふれあい福祉センターの1階にある「ハートカフェ」では、おもてなしができる、とても喜んでいきます。また、理科の楽しさを子どもたちに伝える活動をしている団体は、どんな体験にしようかと笑顔でお仲間と相談されていました。

多くのボランティア団体、企業、福祉施設、学校、住民自治協議会、地区ボランティアセンターそして、個人ボランティア、一般の方たちが出会い、つどえるような一日にしたいです。そして、それぞれの団体が活動を披露し知ってもらい、交流してみつかること、つながること、ひろがることが未来へ届けられるようなボランティアのつどいになってほしいです。



ボランティア活動市民会議

長野市ボランティア連絡協議会 事務局長 阿部今日子さん

長野市ボランティア連絡協議会が主催するボランティア活動市民会議は、ボランティア活動を取り巻く課題や、社会に必要とされる活動について、ボランティアと行政がともに学び、考える貴重な場として24回開催してきました。

今年のボランティア活動市民会議は、「ボランティアのつどい」と、ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク20周年事業と長野市ボランティア連絡協議会の共催となります。

「ボランティアのつどい」を中心としたコラボ企画で、「深めよう！ひろげよう！未来に向けて」と題し、ボランティア活動への「参加」をテーマとした意見交換会とします。

長野市内で活動するボランティアグループや市民活動団体（行政・学校・企業等含む）に携わる人たちは、みな何かのきっかけでボランティア活動に「参加」しています。一人一人が自分の活動の原点を紐解き、これからもっと多くの市民にボランティア活動を広げていくために必要なことは何か？

未来志向で考える場とします。

〈補足〉

長野市ボランティア連絡協議会とは、ボランティア活動を通して社会福祉の向上、充実を図り地域に寄与する活動をするとともに、ボランティアの連絡調整・相互啓蒙・親睦を図っています。団体会員16団体、個人会員26名で構成されています。



昨年の市民会議の様子

支援ネット20周年記念・拡大情報市場

ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク 会長 込山哲也さん

ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク（通称…支援ネット）は、2003年に発足し、物品提供や情報交換によるネットワーク事業、支援ファンド（ささえあい応援金）による活動支援を通じ、ボランティア・市民活動団体を支える協働のしくみづくりに取り組んできました。人と人がつながり、物品や情報が集まり、これから何かを始めたい、イベントを紹介したい、一緒に誘いたい、活動を知ってもらいたい仲間が、毎月第3水曜日に集まっています。この月例情報市場は、これまでに236回開催し、あのコロナの間でも一回も休むことがありませんでした。県内では、軽井沢で「情報市庭」が開催され、群馬や、遠くは長崎まで支援ネットの活動をお話にいったこともあり、ボランティア活動では、かなり先駆的な存在だと思っています。何故今まで支援ネットの月例情報市場を続けてこられたのか？当時の発起人の思いは継承されたのか？何を残して何を捨てたのか？このつどいの機会に検証をしてみたいと思います。



過去20年のささえあい応援金では、助成団体は通算82団体に4,573,600円を支援して活用していただきました。人がいない、金がない、場所がない、ないない尽くしの現状を、会員様の会費から応援金という形で事業資金を獲得するのですが、助成金の勉強会、プレゼンの仕方、なんでこの活動をしているのか？どのような効果があるのか？しつこいと思われるほど応援があり、改めて活動内容を見直すきっかけにもなるようです。

今回のつどいでは、支援ネットを通じてマッチングできたグループや、ささえあい応援金を使って飛躍した団体に事例発表していただき、その後はリアルな月例情報市場を体験してもらいます。企業や会員、当日の参加者のみなさんと「ゆるく、楽しく、面白く」つながりたいと企画していますので、支援ネットの枠を超えた新しい出会いと気づきを体験してみませんか？

ボランティア情報

お知らせ

■遺贈寄付ってなんですか？ ～遺贈寄付の入口に立つ！～

遺贈寄付は“少額から”、“誰でもできる”社会貢献の一つ。遺贈寄付の基本から、実際に寄付を受けたNPOの経験談などを聞いて、遺贈寄付への理解を少し深めませんか？

日時 12月7日(木) 18:00～20:00

場所 もんぜんぷら座 304会議室

対象 遺贈寄付に関心のある市民活動団体、士業、個人、行政 参加費 無料

問合せ 市民協働サポートセンター (担当:トイダ)

TEL 026-223-0051

■“東洋医学で免疫力up!”第2回

東洋医学で免疫力up!第2回目です。東洋医学を学び自分の治癒力を高める方法。今までどこにも無かった勉強会です。続けて1か月おきに中嶋研二先生に学びませんか!

日時 11月11日(土) 13:30～

場所 安茂里公民館 2階学習室

定員 20名 参加費 500円

講師 中医学・理学博士 中嶋研二氏

申込締切 11月10日(金)

問合せ・TEL 090-2179-9741 (担当:高遠)

メール sowing.net@gmail.com

■寅さんのフィルム上映会

寅さんのフィルム上映会を行ないます。第45作「寅次郎の青春」を上映します。トークゲストはお笑いコンビのコロンボさんです。お待ちいたしております。

日時 12月9日(土) 開場 13:30～

上映開始 14:00～

場所 上田市 上田映劇

問合せ・TEL 090-4180-6214 (担当:渡辺)



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。

お電話
待ってます

TEL 026-225-0404

月・土 14:00～18:00 水 14:00～21:00



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14日(火)は

「ボランティアのつどい

実行委員会」です。

出演者大募集中



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15日～10月17日分)

吉野喜代子 宮田起男 林幸子 古谷基 瀧澤史貴 友・友
瀧澤行政書士事務所 smileセンター 信州新町福祉センター
長野市大岡支所 長野市保健福祉部地域包括ケア推進課
長野市地域・市民生活部市民窓口課住民記録担当
長野市社会福祉協議会地域福祉課みなみ出張所
長野市財政部市民税課 長野市子ども未来部保育・幼稚園課
長野県NPOセンター 匿名2名 (敬称略・順不同)

かわらばん発送

ボランティア募集!!

長野市ボランティアセンター情報紙「かわらばん」の三つ折り・仕分け・封入等の発送ボランティアを募集しています。詳しくはボランティアセンターまで。

日時 毎月1回 13:30～

*毎月月末(月により変更あり)

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

TEL 026-227-3707 (担当:高野)



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7日(火)10:00～11:30

12月5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10日(金)13:30～16:00

12月8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。

11月9日(木)13:30～15:30

12月14日(木)13:30～15:30



ボランティア情報

募 集

■図書入替ボランティアさん募集！

南部図書館からの本を巡回車から選んで入れ替えていただきます。楽しみにしている読書好きな方のために、お力をお貸しください。

活動日時 概ね2ヶ月に1度

今年度は1月5日(金)、2月19日(月)

9:45~11:00ぐらいまで

対象 年齢制限なし

募集人数 5~6名程

問合せ 氷鉋老人福祉センター (担当: 西村)

TEL 026-284-8100

■SADサークルNagano あがり症の交流会 メンバー&ボランティア募集！

あがり症、SAD(社交不安症)の会。SADはうつ、パニック症、依存症等を引き起こします。メンバーに自信を持ってもらう為、トーク、ランチ&カフェを実施中！

日時 毎月第1日曜日 13:00~ フリートーク、
前後にランチ&カフェ

場所 長野市ふれあい福祉センター (トーク)

対象 10代~40代 継続して参加できる方

月会費 500円(ボランティアさんも)、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

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19日(日)・12月10日(日)

両日とも14:00~15:30

場所 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名(先着順)

参加費 400円(2講座分合計)11月19日(日)一括払い

申込締切 11月18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

■令和5年度松代学講座 第6回 『童謡「夕焼け小焼け」を作曲した草川信』

作曲家・草川信は1893年長野市県町で四人兄弟の末っ子として誕生。東京音楽学校教師範科を卒業後、作曲家として童謡「夕焼け小焼け」を作曲し、童謡作曲家として中心的な存在となった。

日時 11月25日(土) 13:30~15:30

場所 松代町 中町公会堂

申込み・問合せ NPO法人夢空間松代のまちと心を育てる会(担当: 三田)

TEL・FAX 026-278-1277

イベント

■公開制作vol.3 蓮沼昌宏 制作、テーブル、道

公開制作はアーティストが美術館に滞在して作品を制作し、制作過程や完成した作品をご覧ください。vol.3となる今年度は蓮沼昌宏を招へいします。

日時 10月14日(土)~2024年2月4日(日)

場所 長野県立美術館 オープンギャラリー

問合せ 長野県立美術館(ハローダイヤル)

TEL 050-5542-8600

ホームページ https://nagano.art.museum/exhibition/artistsstudio_3

■庵野秀明展

数々の大ヒット作品を手がけた庵野秀明。アニメーター時代の過去作品や監督、プロデューサーとして活躍する最新の仕事までを網羅し創作活動の秘密に迫ります。

日時 11月25日(土)~2024年2月18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(ハローダイヤル)

TEL 050-5542-8600

ホームページ <https://nagano.art.museum/exhibition/annohideaki-exhibition>

■松代城 秋の鷹狩り

松代城二の丸広場にて諏訪流放鷹術保存会 大塚紀子鷹師による古式放鷹術の実演・鷹匠体験・写真撮影など行ないます。二本松泰子(長野県立大学教授)が解説します。

日時 11月26日(日) 10:30~12:00

場所 松代城 二の丸広場(松代町松代44)

問合せ

・会場について: NPO法人夢空間松代のまちと心を育てる会(担当: 三田)

TEL 026-278-1277

・実演について: 長野県立大学 二本松泰子研究室

TEL 080-3115-8254

■一番早い「忘年会」へ集合！！

ホワイトナッツ名物「忘年会」を開催します。今年は早さ新記録の11月23日です。一年の反省をしながら美味しい会を楽しみましょう。待ってまーす！

日時 11月23日(木・祝日) 13:00~

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 300円

申込締切 11月16日(木)

問合せ ホワイトナッツ(担当: 本田)

TEL 026-226-8740



スノーバスターズなごの

雪かきボランティア大募集!

通勤・通学途中など、都合のいい時間帯に活動可能です。
高齢者や障害者のお宅で、スノーバスターズとして活動してみませんか?



外出するのに必要な、敷地内(玄関~道路)まで。

◆◆◆ 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

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。

