

# 新年号 2024年 No.485

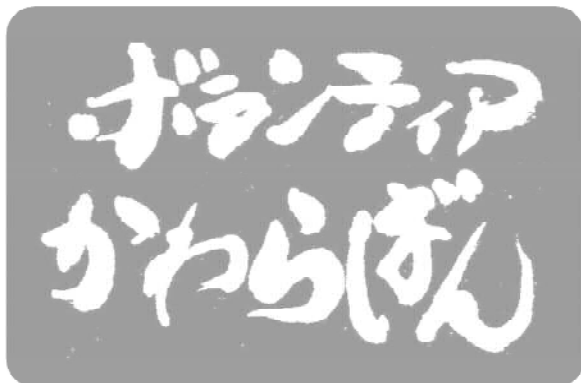
編集発行 ながのボランティアかわらばん編集委員会

【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@cswnaganacity.or.jp



未来へ!

みつがった!



つながった!



ひろがった!

## ボランティアのつどい

今年度、5年ぶりにボランティアの皆さんに会場に集まっていただき開催された「ボランティアのつどい」ステージ発表11組、体験や販売・グループ紹介が70組、来場されたお客様も含めて約400人の参加となりました。久しぶりにお互いの顔を見ながら開催できた今回のつどい。皆さん、どんな印象を持たれたのでしょうか？ 今回のかわらばんでは会場の様子と皆さんの感想などをお伝えしていきます。



みんながネットワーク

このかわらばんは「信ふれあいネット」のご好意で一部の地域へホフンファイで配布いただいています。

「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



～みつがる！つながる！ひろがる！未来へ～



**オープニング**

**エントランス・1階**

↑ 皆でタイトルコール！つどいスタート



↑ 会場の飾りつけは、学生ボランティアさんのアイデア！明るく楽しい雰囲気

**拡大情報市場**



まちなぎによる幻燈会 ↓

**見本市**

お菓子やパン、野菜等の販売、体験コーナー等活動を紹介。多くの方と交流もできました

～ご来場者よりいただいた感想をご紹介します～

- ・会場にいるとほっこりしますね。たくさんボランティア活動があって「こんな活動をされているのか」と勉強になります。普段は子ども食堂でボランティアをしています。もっと何かできることはないかと思ってきました。
- ・みなさん楽しそうで年配の方の元気なパワーに驚きます。自分も何かしたい！という気持ちになりました。
- ・具体的には知らなかった「ヘルプマーク」について、お話をお聞きすることができたのでとても勉強になりました。
- ・とても楽しいです！タイ語でメッセージをかいてもらったり、マジックを教えてもらったりと実際に体験できて良かった。
- ・皆様のパワーにびっくりしました。長野のボランティア「力」はすごいと思います。





↑たくさんの笑顔と拍手に包まれたステージ！



市民  
会議

←ファシリテーターに内山二郎さんを迎えて、えんたくんを使って意見交換



↑勢いある旗揚げで意思統一！



エンディング

ボランティアをテーマにした替え歌を大合唱！感動のフィナーレ

## ～参加団体よりいただいた感想をご紹介します～

- ・コロナ禍で思うように活動ができず、このような交流の場があることが活動を続ける原動力になっていくと感じました。
- ・初めてステージで発表しました。多くの方に耳を傾けていただけて、これからの活動の力になりました。
- ・モチベーションが上がりました！今後もつながる活動を大事にしたいです。心のつながりができた気がします。
- ・人との関りが生まれる場になり、参加した人が笑顔になれたことがなにより素晴らしかったと思います。
- ・ボランティアを通じて、自分や仲間がいきいきと生活できることを改めて感じた1日でした。
- ・今後のイベントや活動で一緒できそうな団体さんにたくさんお会いできました。このご縁を大切に育みたいと思います。



インタビュー・アンケートにご協力いただいた皆様ありがとうございました



# ボランティア情報

## ■みんなの居場所 地域活動支援センター ごんどう勝手堂

思いのままに過ごせるゆる〜いカフェが長野市権堂にできました。どうぞゆっくり勝手にお過ごしください。Wi-Fiあります。

開設時間 11:00~18:00  
定休日 土・日・祝・お盆・年末年始  
場所 長野市上千歳1336  
問合せ ごんどう勝手堂(担当:池田)  
TEL 026-266-0355

## ■あがり症の交流会 メンバー&ボランティア募集!

お喋りにトランプ・UNO。ランチ&カフェ。県外お出掛け、BBQや映画鑑賞をエンジョイ!会食恐怖の方、トークのみの参加可能。共に楽しむボランティア募集!

日時 毎月第1日曜日 午後1時からトーク  
場所 長野市ふれあい福祉センター  
対象 10代~40代  
参加費 ボランティアも月会費500円(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

## ■これからのまちづくり ~まちの活性化に向けて~

長野市の中心市街地の新たな担い手の育成に向けた講座。これから中心市街地の活性化に向けてどのようなまちづくりをしていくべきなのか、皆さんで考えましょう。

日時 2月25日(日) 14:00~15:30  
場所 長野市生涯学習センター3階 第1・第2学習室

対象 どなたでも 定員 50人(先着順)  
講師 塚田まゆりさん  
受講料 200円(当日持参してください)  
申込締切 2月24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

2月13日(火)は

「にほんごプラス」

出演者大募集中

です。



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  
(11月16日~1月10日分)

萩原清三 瀧澤史貴 柄澤良子 青木一男 古谷基  
NPO法人まちの縁側育み隊 長野市民劇場 長野信用金庫  
瀧澤行政書士事務所 富士通ハーモニー(株) 長野南郵便局  
鈴木電化サービス 長野シルバー人材センター  
長野市建設部建築課 長野市財政部市民税課 長野市芸術館  
長野市財政部収納課 長野市保健所健康課 長野市松代支所  
かがやきひろば三陽 かがやきひろば東北  
長野市川中島支所 匿名17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。

2月6日(火)10:00~11:30  
3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。

2月9日(金)13:30~16:00  
3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。

2月8日(木)13:30~15:30  
3月14日(木)13:30~15:30



# ボランティア情報

## 募 集

### ■令和6年度 長野県シニア大学 一般コース・専門コース学生募集

豊富な経験・知識を活かし教養・健康・交流力UPし、身近な課題解決にアクティブに挑戦する。ワクワクライフスタイルを一緒に見つけるコースです。

一般コースと地域プロデュース専門コースを開講します。

**募集期間** 2月1日(木)～4月30日(火)

**入学資格** 概ね50歳以上の方

**定員** 一般コース 130人・専門コース 30人

**授業料** 一般コース 12,000円・専門コース 26,000円

**場所** 長野保健福祉事務所 他

**問合せ** シニア大学長野学部

(一般：北澤・専門：佐々木)

TEL 026-228-7023

### ■ファミリー・サポート・センター提供会 員募集

子育ての応援をしてみませんか？

子育ての手助けをしてくださる方を募集しています。

詳しくはセンターまでお問い合わせください。

**問合せ** 長野市ファミリー・サポート・センター  
(担当：渡辺 佐藤 小林)

TEL 026-267-6006

## イベント

### ■出会って、つながって、コラボしよう！ ～協働の大交流会～

高校生・大学生向け「地域活動体験プログラム」の地域まるごとキャンパスの活動報告会にあわせた協働の大交流会。学生やプログラム提供団体と出会えます。

\*出入り自由

**日時** 2月3日(土) 11:00～13:00

**場所** 長野県立大学 三輪キャンパス

**参加費** 無料 (申込み不要)

**問合せ** 市民協働サポートセンター (担当：花石)

TEL 026-223-0051



### ■らくらく亭 春の彼岸寄席

春の彼岸寄席を開催しますので、どうぞお越しください。

**日時** 3月23日(土) 13:30～

**場所** 長野市ふれあい福祉センター 5階ホール

**入場料** 無料 (予約不要)

**問合せ** らくらく亭洋々 TEL 026-243-4054

## お知らせ

### ■カサンドラの会 お茶会

アスペルガー症候群(ASD)を支える配偶者や関係者(ASDの当事者ではありません)が、日常生活の中で困っている事、なかなか話せない事を気軽に話しませんか？

**日時** 2月3日(土)、3月2日(土) 13:00～17:00

**場所** ハーモニー桃の郷 3階 交流ホール  
(長野市川中島町今井1387-5)

**参加費** 300円(お茶菓子) \*途中参加・途中退場もOK

**問合せ・メール** zxa5036@yahoo.co.jp (澤山)  
stagea7777@icloud.com (水野)

### ■月例情報市場

ボランティア・市民活動の情報を持ち寄り交流しています。自分たちだけでは、限界があったり拡がりがなかったりしませんか？

★見学だけでもOK! ★参加無料! 申込不要!

★活動がわかるチラシ・パンフレットがあれば20部お持ちください。

**日時** 2月21日(水)16時～17時 \*毎月第3水曜日開催  
(奇数月19時～20時・偶数月16時～17時)

**場所** 長野市ふれあい福祉センター 4階

**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：事務局 倉石)

TEL 026-227-3707

### ■発達障がい者サポーターカフェ 「いちごカフェまつろ」

発達障がいをお持ちの方やその家族、身近な理解者(サポーター)が気軽に集えて笑顔で話せる場です。

当事者、キャリアを積んだ先輩ママ、地域の専門家にも参加頂きます。

**日時** 2月11日(日) 10:00～12:00

**場所** まち歩きセンター伝承館(長野市松代町松代577)

**参加費** 100円

**問合せ・TEL** 090-4461-1403 (担当：きたむら)



# ボランティア情報



## ボランティア活動保険

活動中のさまざまな事故に対する備えとして無償で活動するボランティアの方々を対象に、ケガや損害賠償責任を補償します。

補償期間令和6年4月1日から1年間

- 申込用紙 2月28日(水)から配布
- 受付開始 3月1日(金)から
- 受付場所
  - ・長野市ボランティアセンター
  - ・かがやきひろば (三陽・安茂里・氷鉦・鬼無里・中条)
  - ・信州新町福祉センター

|       |                  | 基本プラン                 | 天災・地震補償プラン | 特定感染症重点プラン |
|-------|------------------|-----------------------|------------|------------|
| ケガの補償 | 死亡保険金            | 1,040万円               |            |            |
|       | 後遺障害保険金          | 1,040万円(限度額)          |            |            |
|       | 入院保険金日額          | 6,500円                |            |            |
|       | 手術保険金            | 入院中の手術                | 65,000円    |            |
|       |                  | 外来の手術                 | 32,500円    |            |
|       | 通院保険金日額          | 4,000円                |            |            |
| 賠償の補償 | 特定感染症            | 補償開始日から10日以内は補償対象外(※) |            | 初日から補償     |
|       | 地震・噴火・津波による死傷    | ×                     | ○          | ○          |
|       | 賠償責任保険金(対人・対物共通) | 5億円(限度額)              |            |            |
|       | 年間保険料            | 350円                  | 500円       | 550円       |

(※)4月1日付で前年度から継続して契約される場合は初日から補償します。

令和5年度「参加の力」で創るボランティア・地域活動実践講座

### 「参加の力」で 思いを活動につなげよう

「参加の力」で人と人がつながり、思いを活動につなげるために、参加者みんなで話しましょう。

日時 2月19日(月) 13:30~16:00  
会場 長野市ふれあい福祉センター 5階ホール  
講師 小林 博明 氏 (長野市ボランティアセンター 運営委員長)  
参加費 500円

### 気にかけて合う地域づくり 地域がつながり、支え合うためには？

住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、住民同士が気にかけて合い、つながり、支え合う地域づくりのヒントを学びます。

日時 3月7日(木) 13:30~15:30  
会場 長野市ふれあい福祉センター 5階ホール  
講師 酒井 保 氏 (ご近所福祉クリエーター)  
参加費 500円

◆◆◆ 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」による音声版「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。

