

# 好きをボランティアに!!

好きなことを活かして出来る活動をいくつかご紹介します!

みなさんの中には、「ボランティアには興味があるけれど、一歩踏み出すにはどうしたらいいの?」「何も出来ることはないし…」という人も多いのではないかと思います。でも大丈夫です。

あなたの好きなことから始めてみませんか?

たとえば…

- ・料理やお菓子作りが好き
- ・体を動かすことが好き
- ・モノを作るのが好き
- ・車の運転が好き
- ・子どもと遊ぶことが好き
- ・パソコンが好き
- ・庭のお手入れが好き

実際に好きなことや趣味を活かしてボランティアをしている方も大勢います。

\*栄区社会福祉協議会ボランティアセンターでは、ボランティアの登録・受付や活動のご紹介を行っています。お気軽にお問い合わせください。

## 【谷口パン・お菓子教室】

無添加のパンを、高齢者施設の皆さんに食べていただくためのパン作り。障がい者施設と一緒にパン作りもしています。

## 【本郷Yランナーズ】

本郷特別支援学校の中学生以上の生徒及びOBを対象としたマラソンのサークルです。走ることが好きな伴走ボランティアを募集しています。

## 【送迎ボランティア】

公共交通機関での外出が困難な高齢者や障がいのある方の外出をお手伝いします。運転のみのボランティア活動になります。女性も活躍中です。

## 栄区社会福祉協議会 善意銀行のご案内

善意銀行とは、地域のみなさまからの善意の寄付をお預かりし、支援を必要とするところに配分する仕組みです。

あなたの気持ちが地域の活動を支えます。

例えば、さかえふれあい助成金の財源の一部として、配食・会食などの食事サービス、送迎、家事支援、ミニデイサービス、サロン、音声訳などのボランティア活動の支援、障がい当事者活動などの支援、その他、福祉推進のための活動支援など、区内の活動団体へ配分されます。

ボランティア活動をしたけれど、忙しくて時間がなかなか取れない…。そんな方にはこんな方法もあります。

## ボランティア活動を始める前に… リスクに対する心構えと準備

依頼者の役に立ちたいという気持ちから、いろいろ引き受けて無理をしてしまうことがあります。そうした活動は長続きしないだけでなく、トラブルにつながることもあります。できること、できないことをきちんと伝え、時には断る勇気も大切です。

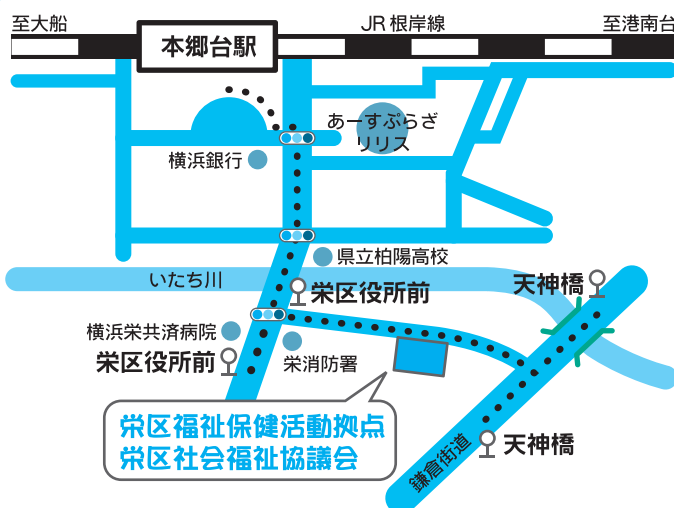
また、活動中や行き帰りの事故に備えて、ボランティア活動保険の加入をお勧めしています。リスクへの心構え、備えを忘れずに。また、困ったこと、わからないことは一人で抱え込まず、ボランティアセンターにご相談ください。

\*ボランティアセンターの窓口では「全国社会福祉協議会ボランティア活動保険」の加入を付けています。

横浜市栄区社会福祉協議会 ボランティアセンター

受付時間 月～土曜日 午前9時から午後5時まで

TEL 045-894-8521 FAX 045-892-8974



JR: 根岸線「本郷台駅」下車徒歩10分  
バス: 神奈中・江の電「栄警察署前」下車徒歩3分  
神奈中・江の電「栄区役所前」下車徒歩3分

# 第83号

平成24年2月1日発行

保存版



栄区社会福祉保健ボランティア情報紙

発行 社会福祉法人横浜市栄区社会福祉協議会  
栄区桂町279-29  
ピアハッピー栄(栄区福祉保健活動拠点)内  
☎: 894-8521 FAX: 892-8974  
E-mail: office@sakaeku-shakyo.jp  
URL: http://www.sakaeku-shakyo.jp

栄区承認番号112号

## 特別版!! ハーモニーで“つながる”栄のまちに!

第2期栄区地域福祉保健計画が策定されてから、もうすぐ2年が経とうとしています。今年度の「そら」では、計画のスローガンにもなっている「ハーモニーで“つながる”栄のまちに!」をキーワードに、区内の各地区で活動している様々なグループを紹介してきました。

そこで、今回は特別版として、これまで紹介してきたグループを含めて、地域住民が気軽に集まれる「交流の場」である各地区のサロン活動をそらちゃんをご紹介します。

## 栄村の奇跡を生んだ “村民のつながり”

東日本大震災から約1年。震災以降、家族や地域での“つながり・絆”の大切さが再確認されています。

栄区と交流のある長野県栄村で、震災以前からの地域での“つながり”が、震災の被害を最小限に留めたという出来事をご紹介します。

3月12日に長野県北部に発生した大地震により大きな被害が発生したにも関わらず、軽傷10人、重傷・死者0人という最小限の人的被害に留まりました。

これは、日頃の村民同士の何気ないあいさつなどの近所づきあいがあったことが大きいといわれています。

実際には家屋内で荷物の下敷きになった人もいましたが、「誰かがいない」とすぐに気付くことができ、多くの人を助け出すことができたといいます。

現在では被害を克服し、村民の力強い結束のもとにボランティアの力を借りながら希望のある

地域づくりのため、栄村復興支援機構「結い」が結成され、新たな村づくりに取り組まれているようです。



村民とボランティアによる農作業の様子



ピアハッピー栄  
マスコットキャラクター  
そらちゃん

## そら83号の特集は…

中面では… 地域活動の中から、今回はサロン活動をそらちゃんをご紹介します!



上郷東地区 サロン「絆」

4面では… ボランティアへの第一歩!好きなことを活かしたボランティア活動をご紹介します!



ボランティアセンター 窓口での相談の様子



## 豊田地区

### 絆々サロン 輝 ~かがやき~

千秀小学校のすぐ近くのお洒落な民家に、“絆々サロン 輝”の手づくりのプレートが掛かっています。オープンして2年というこのサロンは、開設者の石井さんが、日中独りになる母親に楽しく豊かに過ごしてもらいたいと、地域の皆さんに我が家に集まっていただくというイメージで始めた活動でした。今は他地域からの参加もあり、毎回10数人の高齢者の方が参加します。

しかも、ボリュームとバランス満点の手づくりランチとティータイムが素晴らしい！また、「ボランティア活動はボランティア同士の結びつきが大切、活動の中で出会った縁を大事にしています。」とお話を伺いました。(そら第81号より抜粋)



その他には…  
ツツジの会、本郷台自治会ふれあいサロン、芙蓉台ふれあいの会、本郷台おしゃべりサロン、子育て支援ボランティアまつぱっくりの会、ことぶきサロン (※)

今回は、区内で活発に行われているサロン活動をご紹介します。サロンといっても、その対象や内容はさまざまです。また、サロンの担い手として、ボランティアの協力を必要としている所もたくさんあります。

今回ご紹介する以外にも、数多くのサロン活動があります。また、各地区で新規サロンの立ち上げに向け、検討・協議が進められています。みなさんの近くにも気軽に立ち寄れるサロンはきっとあると思います。ぜひ参加してみてください。

詳しい情報は、栄区社会福祉協議会ボランティアセンターまでお気軽にお問い合わせください。

## 小菅ヶ谷地区

### ルピナス ~ママのリラックスタイム~

ルピナスは小菅ヶ谷地区の民生・児童委員、更生保護女性会が主催する子育て支援の活動です。第1子が1歳未満のお母さんが、お子さんと一緒に参加。お子さんをかたわらのスタッフに任せ、その日のお楽しみのメニュー(手芸やアロマテラピー等)とおしゃべりに花が咲きます。



代表の倉田さんは、ボランティア活動を始めようとしている方に、「まずは自分が楽しむこと。そして対象者の方の役に立て、『ありがとう』を言われたら最高ですよ。」とエールを送っていただきました。

(そら第81号より抜粋)

その他には…  
ぬくもり こすがや、世代間交流サロン ひだまり、実管会 (※)

## 笠間地区

### ニコニコサロン

ニコニコサロンは月1回、地域の方の世代間交流と、心身のリフレッシュを目的として行っているサロンです。以前のニコニコ会は中途障がい者のリハビリを主な活動としていましたが、平成19年からは、高齢者の方など誰もが参加できる現在のサロンとしての活動が始まりました。

訪れたこの日はつるし飾りを作成中。手芸をしながらのおしゃべりはリフレッシュにも繋がり、自然と話も盛り上がり。また、年に1~2回「さるんの日」として、子どもから大人まで参加できるプログラムも用意されています。



代表の大沼さんは、これからボランティアを始める方へ「長続きするためには、自分も楽しむことが大事！」と笑顔で話してくださいました。

## 本郷中央地区

### 元気ひろば~おやこ異世代交流~

桂台自治会館の元気ひろば~おやこ異世代交流~は子育て喫茶「げんき」に集まったママさんたちが「私たちもできる」と作った、『未就園児の現役ママの、ママによる、ママのための手作り100%ひろば』です。スタッフ(元幼稚園の先生もいるそうです)とお客さんが知識と経験と特技をわけあい、「何か一つでもプラスになるものを持って帰って欲しい」「子どもに対し、やれることが増えて欲しい」と代表の小林さんは話してくださいました。(そら 第80号より抜粋)



その他には…  
朝日平和台茶話会、湘南ハイツ ひまわり、子育て喫茶「げんき」、桂台西サロン、桂公田おしゃべりサロン、公田山百合会、ぶらっとオアシス (※)

## 上郷西部地区

### 世代間交流サロン ぬくもり

「ぬくもり」は、『上郷西つながるプラン』により企画されたサロンです。『幼児から高齢者までが集まり過ごす場』として、桂台地域ケアプラザを会場に6月、12月と開かれました。(今年度は3月も予定されています)

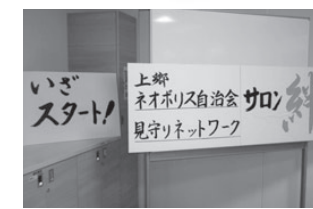
訪問したこの日(12月18日)は、午前中には餅つき、午後にはフラダンスや楽器演奏などが披露され、会場には穏やかな時間が流れていました。他にも多くのプログラムが用意され、幅広い年代が楽しめるように工夫がされていました。実行委員長の塚本さんは「地域の高齢者・現役世代そして子ども達。みんなにやさしい、ぬくもりのある出会いでつながること。それが『ぬくもり』の役目、私たちの目指すところです」と話してくださいました。



その他には…  
サロン かめい、あおば、サロン・かみの、こども広場 さくらんぼ、ハイツ集い処、西ヶ谷団地おしゃべりサロン、世代間交流サロン ゆずりはの会、みどり会 (※)

## 上郷東地区

### サロン「絆」



サロン「絆」は、上郷ネオポリス自治会による地域の見守りネットワークの活動を通して生まれた交流の場です。取材日は野七里ギタークラブの女性の演奏と歌の披露があり、その後ギターの伴奏と一緒に懐かしい歌を合唱。テーブルにはお菓子・飲み物などが用意され、会話を楽しみながらのひととき、和やかに落ち着いた雰囲気の中で行われました。ボランティア活動のきっかけについて、サロン活動を代表して民生委員の齋藤さんは「防犯パトロールへの参加などを機会に、男性がサロンへも足を向けてくれるようになりました。」と無理のない地域デビューについて話してくださいました。(そら82号より抜粋)

その他には…  
庄戸の元気づくり実行委員会、みどり会 (※)