

《発行》中津市ボランティア・市民活動センター（中津市教育福祉センター内）
〒871-0021 中津市沖代町1-1-11 TEL 23-2095 FAX 24-7682
《ホームページ》<http://www.nakatsu-s.or.jp/> E-MAIL volunteer@nakatsu-s.or.jp

グループ活動紹介

～はちどりの会～ 自分たちにできることを



「はちどりの会」は、高齢化と過疎化が進む地域で、最期まで元気に自宅で暮らしたいという願いを少しでも叶える為には、地域の人たちが皆で助け合うことが必要と考え、平成23年1月より地域サロン「はちどり庵」を開所しています。

場所は樋田酒店の裏にある酒蔵を改装して行っており、隠れ家カフェのような雰囲気があります。毎週月曜日と木曜日に開所され、利用者は平均20名で遠方からもコミュニティバスで訪れるなど地域に定着したサロンとなっています。

はちどりの会のメンバーは10名ですが、そのうちの6名が日頃のサロンの食事作りや運営を行っています。去年作った献立も参考にしながら、季節に合った食事を考え利用者へ提供しています。また、月1回の誕生日会や年2回マイクロバスを借りてお出かけサロンに行くなど楽しい計画もされています。11月は「三光コスモス園」と「道の駅なかつ」へ行くそうです。

サロンを開所する前後は、苦勞もあったそうですが、ひとり暮らしの方が300円を持ってはちどり庵に来ることを楽しみにしていること、そして食事を作って喜んで食べてくれることが何よりも嬉しいと話してくださいました。

地域では、1人ひとりのチカラは小さくても、みんなでチカラを合わせれば大きなものとなります。はちどりの会は「私にできること」をモットーに日々活動をされています。「みんなが楽しかったら、自分も楽しい。その日が楽しかったと思ってくれたらそれだけで十分です」との声もメンバーの方から聞かれましたが、サロンを長く続けられる秘訣は利用者だけではなく、お世話役の方も「楽しい」と思えるからこそだと改めて感じました。

マージャンが流行っています♪



●会からのメッセージ●

食事は家で、なかなか食べれないものを作るようにしています。サロンに来た方が楽しんで来れるように、今日行って良かったと思えるようなサロンとなるように心掛けています。地域・年齢関係なくどなたでも利用できますので、皆さんも一度「はちどり庵」へ遊びに来ませんか？

《連絡先》事務局：田上 ユキエ ☎ 53-2516

「サロンはなみずき」（中津市諸町）が開所しました！

9月26日（金）、景観形成重点地区である諸町に、南部校区住民の地域活動、景観まちづくり活動及び観光振興の拠点施設としてオープンした「南部まちなみ交流館」を活用した「サロンはなみずき」が開所しました。南部地区で3カ所目となるいきいきサロンです。

サロンはなみずきは、地域のつながりの場、憩いの場を「作りたい！」との思いから、ボランティアの呼びかけや学習会、運営会議を重ねながら、思いが形となりました。

はなみずきの花言葉には「私の思いを受けて下さい」、「公平にする」、「華やかな恋」という意味があり、思いやり溢れるサロンとしてこれからみなさんの身近な場となっていくのを感じています。

【開所日】毎月第4金曜日

【時間】10:00～14:00

【場所】南部まちなみ交流館



サロン活動のようす

～沖代すずめと沖代小の交流～ ようこそ先輩

10月24日（金）、沖代小学校6年生の子どもたちと“すずめの家”との交流事業「ようこそ先輩」がありました。これは、平成18年から行われていて今年で9年目となります。すずめの家の高齢者の皆さんが昔のことをいろいろと話します。

今回は、耶馬溪鉄道が走っていた昔の沖代のような昔の遊び、戦時中のことなどを話しました。また、安来節の得意な松本さんの踊りに子どもも参加。さらに、子どもたちからは、リコーダーによる「ふるさと」の演奏があり、とても楽しい時間が流れていました。

これからも、世代間交流の大切な機会として続いてくれるとうれしいです。最後に、子どもたちからのお礼の言葉の中に「遠く離れて暮らしている、おじいちゃん、おばあちゃんの顔が浮かんできました」との言葉が印象的でした。



ユニバーサルスポーツ 風船バレーをともに楽しみませんか？

ボランティアさん募集

◆ふうせんバレーボールのルール◆

ふうせんを使って、6人1チームで行う競技です。視覚に障がいを持った方や肢体に障がいを持った方、いろいろな方が一緒になって1チームとなります。風船の中には鈴が入っていて、コート内で6回から10回以内ふうせんを相手コートに打ち返します。15点先取したほうが勝ちとなる競技です。




【日時】毎週水曜日 20:00~21:30 ※12月~3月シーズンオフ
 【場所】南部小学校体育館・県外で開催される大会に出場します
 【年会費】年間2,000円※各大会出場時には交通費など集金します
 【問い合わせ】中津ふうせんバレーボールチーム
 代表 貞許(さだもと)正志 TEL 32-3904

☆メンバーの中には、鍼治療院の先生、大工さん、医療・福祉関係で働いている方、定年退職した方など職種も年齢層も幅広く、活動中は笑いの絶えないチームです！もちろん試合では真剣です！！興味のある方は是非参加してみてください。お待ちしております。

☆「第25回みんなで遊ぼう会」開催☆

みんなで遊び場をつくろう会は、「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーに、自由にさまざまな遊びが展開できることを目指して活動しています！
 「遊び」を通して一緒に「生きる力」を育てていきませんか？

『寒さにまけずに外遊びしよう』

【日時】平成26年度12月21日(日)
 10:00~15:00 
 【場所】なかつプレーパーク
 住所：中津市沖代町1-1-11
 (教育福祉センター前の公園)
 【内容】竹馬・凧揚げ・ロープ遊び・鬼ごっこ・くるくるパン作り・焼き芋・どんぐりでコマ作り など

【問い合わせ先】

みんなで遊び場をつくろう会
 事務局：原口サトミ
 連絡先：090-9498-5669

障がい児・者余暇支援事業

「てくてく」

中津市社協では、障がい児・者の余暇活動の支援として、月に一回「てくてく」を開催しています。

今年度は、絵手紙や石窯でのピザ作り、田植え、カヌーなどのプログラムを組み開催しており、今後もみかん狩りやレクリエーションなど多様な活動を予定しています！！

利用者の方と一緒に活動してくれるボランティアも随時募集していますので、興味のある方はお問い合わせください。



【問い合わせ先】

中津市社会福祉協議会 地域福祉課
 TEL: 23-2095 (担当：高藤・渡邊)

給食ボランティアグループ『いちごの会』

おすすめの一品【ブタと秋ナスのあまから煮】



材料 (4人分)

・秋ナス 200g ・ブタ肉 100g ・油 少々 ・片栗粉 小さじ1
 ・調味料 (砂糖・しょう油・みりん) 少々

手順①秋ナスをらん切りにし、油で素揚げする。

手順②ブタ肉を炒め、①に調味料を入れ味付けをし、片栗粉でとろみをつける。



☆会のみなさんから一言☆

- ・高齢者の方とふれ合うことで、喜んでもらえる。
- ・スタッフ同士で料理のコツや新メニューのレシピを共有できる。
- ・スタッフ同士の会話で元気になれる。

会員数》10名
 活動日》第3金曜日 夕食配食
 活動場所》今津公民館
 地区場所》鍋島・停車場
 コスチューム》ピンクのエプロン
 ピンクの三角巾

『第6回みんなのふくしまつり』~で愛・ふれ愛・わかち愛~を開催します

市内の子どもから高齢者まで楽しめ、地域の身近なボランティアや市民活動など様々な活動に触れていただき、世代や障がいを越えた市民の参加と交流を目的として、ふくしまつりを開催します。

当日は、アトラクションや参加・体験見るコーナー、屋台村コーナーなど様々な催しを予定しておりますので、ご家族、ご近所の方お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。



【日時】平成26年11月23日(日)
 午前10時~午後2時
 【会場】中津市教育福祉センター、
 浅沼記念公園(プレーパーク)
 (中津市沖代町1丁目1番11号)
 【問い合わせ】
 地域福祉課 地域福祉係(23-2095)



ボランティアさん募集

当日ボランティアでまつりをお手伝いいただける方も募集しています！！
 一緒に「第6回みんなのふくしまつり」を盛り上げていきませんか？
 (ボランティア内容)
 ・屋台村
 ・参加体験・見るコーナー など

へんしゅうこうき

みなさん、初めまして！！今回「ぺんぎん」の「へんしゅうこうき」でデビューをさせていただきました、地域福祉係・高藤です。ご存知の方は少ないと思いますが、実は昨年よりボランティアに関わらせていただいているのです。時々ボランティアセンターにおりますので教育福祉センターに来られた時はお声かけ下さい。
 ~地域福祉係 たかふじみほ~
 今回も多くの素敵な方に出会うことができ、私は本当に幸せですね♪感謝です(^^)ひと安心したところで、気持ちは食欲の秋にまっくらです(笑) 朝晩寒くなりましたので、お身体にはお気を付けください。 ~ボランティアコーディネーター わたなべゆかり~