

ボラ情報・お知らせ

お問合せは、中津市ボランティア・市民活動センターまでお願いします♪ ☎23-2095

ボランティアを募集しています！

「鈴の音」ボラ募集！

障がい者ミニ・テイサービス「鈴の音」では、月に一度の開催日に障がいのある人と交流し、楽しみながらお手伝いして下さるボランティアを募集しています。

【開催日時】毎月第3水曜日 10時～13時

【場所】中津市教育福祉センター 他

※ふくしバス等で出かける場合もあります。

【内容】(R4年度)

お楽しみ会、花植え、バスツアーなど

※昼食代が必要です。(500円程度)

※資格・年齢等は不問です。



【お問合せ】

中津市社会福祉協議会 地域福祉課

☎23-2095



フリマのボラ募集！

住民型有償サービス「小楠さんくす」と地域サロン「百歳(ももとせ)」では、フリーマーケット当日の準備・販売・片付けを手伝ってくれるボランティアを募集しています。地域の人と一緒に楽しい一日を過ごしませんか？

【開催日時】5月28日(日) 9時～14時

【場所】小楠コミュニティセンター

※マスク着用をお願いします。

※お昼ご飯付きです♪

ボランティア初心者でも大丈夫です。詳しくはお問合せください。

【お問合せ】

住民型有償サービス 小楠さんくす

マネージャー原田さん

☎090-7460-2198



使わなくなった鍵盤ハーモニカを寄付しませんか。



ASSP(フィリピンに物資を送る会 中津支部)が、フィリピンの子どもたちに送る鍵盤ハーモニカを集めています。ご自宅に眠っている鍵盤ハーモニカで、子どもたちに音楽をプレゼントしませんか。

【集めているもの】鍵盤ハーモニカ ※部品が揃っているもの

【期間】令和5年6月30日まで

【集めている場所】中津市社会福祉協議会 各事務所

永照寺(中津市北門通 871 番地)

【お問合せ】中津市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎23-2095

永照寺 細川さん ☎090-3737-7678



ボラ知識

「ボランティア活動等推進のための出前講座」費用を助成します！

大分県社会福祉協議会では、ボランティア活動の促進や組織の活性化を目的とした研修会を開催するための講師派遣にかかる費用の助成を行なっています。研修を実施する団体で活用を検討される場合はご相談ください。

※中津市ボランティア・市民活動センターに登録をされている団体が対象です。

※県内の希望する団体から予算の範囲内で先着順に決定します。

【お問合せ】中津市ボランティア・市民活動センター ☎23-2095



【ボランティア活動保険より お知らせ】

令和5年5月8日より、新型コロナウイルス感染症について「五類感染症」に位置づける方針を政府が発表しています。これに伴い5月8日以降に発病した場合、特定感染症による保険金支払いの対象外となりますのでご了承ください。

ボランティア・市民活動情報紙

ぺんぎん



No.260

2023年5月発行

《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 大分県中津市沖代町1-1-11 TEL 0979-23-2095 FAX 0979-24-7682

《ホームページ》<http://www.nakatsu-s.or.jp/> E-MAIL volunteer01@nakatsu-s.or.jp

え:よしだ みずほ

いつもと違う自分に出会おう！

～令和5年度 春のボランティア体験月間～

3月1日から4月初旬まで春のボランティア体験月間を実施しました。高校生や社会人など43名の方に参加いただきました。受け入れ施設として地域サロン、高齢者支援施設、障がい者施設、児童福祉施設など17か所にご協力いただきました。ボランティアを体験した参加者の中から5名の方にインタビューして、感想をお聞きしました。

「地域サロン百歳(ももとせ)」でボラ体験をした タッキーさん

「普段あまり関わることのない高齢者の皆さんと一日一緒に過ごすので、朝からとても緊張しました。でも行ったらすぐに話しかけてくれたり気にかけてくれたりで、とても嬉しかったです。また、僕の知らない戦前や戦中の話、過去の日本の話が聞けて、とても楽しかったです。また皆さんと話をしたいです。」

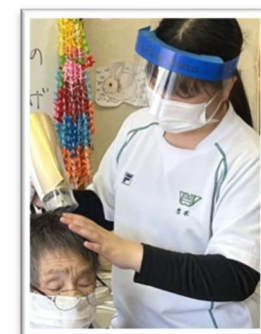


「永添児童クラブまいあ」でボラ体験をした みさきさん&さわさん

「卒業後の進路として保育系も考えているので、子どもと関わってみたくて、この施設を選びました。初めは子どもたちが受け入れてくれるかととても心配でしたが、自己紹介が終わるとすぐに近寄ってくれて嬉しかったです。子どもたちとのふれあいで、元気をもらいました！」

「養護老人ホーム中津市豊寿園」でボラ体験をした あみさん&あいさん

「たくさんの経験をして、知らなかったことを知ることができました。初めは緊張して何をすればいいかわからなかったけれど、2日目になると自分がどう動くべきかを考えて行動できるようになりました。入居者さんたちと会話をしたり様々なことを教えていただいたりして、とてもいい経験になりました。学んだ経験を今後の進路に生かしていきたいと思います。」



「目指している職業に関係がある」「たくさんの人と関わってみたかった」「友だちに誘われた」など、参加したきっかけは様々でしたが、普段できない体験をした参加者には充実した時間となったようでした。

今年の夏も「夏のボランティア体験月間」を実施します。

ぜひご参加ください。※実施期間:7月21日～8月31日



被災者支援と連携を考える～協働減災塾～

3月11日、災害時における被災者支援の在り方を学ぶボランティア講座「協働減災塾」を開催しました。講師は、これまで数々の被災地で支援活動をされてきた「オフィス園崎」の園崎秀司氏。昨年度の講座でもお越しいただいたのですが、今年度は専門職や士業の方々をはじめ、青年会議所やライオンズクラブなどの団体の方々、行政関係者の方々にもご参加いただき、専門的な視点からの学びと共有の機会として実施しました。

災害支援と聞くと家屋の片づけや復旧、避難所支援など発災直後（復旧期）の支援のイメージが強いですが、大きな災害となると避難生活が何年も続くなど長期化することもあり、被災地や被災者の生活の困りごととも変化していきます。講座では改めて復興までの道のりを時系列で整理して、それぞれの段階で起こりうる課題に対し「自分たちにできる支援」を共有するワークを行いました。得意な分野や



様々な団体の方が顔を合わせ、情報交換を行ないました



できる支援はそれぞれ異なりますが、災害時の支援活動に活かすためには「互いを知り協力できる関係づくり」を平常時から進めていくことが大切であるということ、参加者全員で共有することができた時間となりました。



講師の園崎秀司氏

ボランティア活動者へのインタビュー

わたし×ボランティア

「ボランティア活動をやってみよう！」と思うきっかけは人によって様々です。今回は最近新たにボランティア活動を始めた方を紹介します。



ながい まさや 永利 将也 さん

15年間、福岡県で保育士として保育園や幼稚園に勤めた後、今年の3月から中津市に引っ越されてきました。市内の工場で勤務する傍ら、休みの日を利用してボランティア活動を始めています。

【活動のきっかけは何ですか？】

中津市での生活は初めてで、私にとって全く分からない土地なので「中津を知りたい」という思いがありました。また保育士としての15年間の経験を活かして「誰かの心に寄り添った活動をしたい」という思いもあってボランティア活動を始めようと思いました。

【どんな活動をしましたか？】

プレーパークで竹馬やブランコ、どんぐりプールなど自然とふれあいながら遊ぶ子ども達を見守ったり、一緒に遊んだりする活動をしました。本当に楽しくて、自分自身が一番楽しんでいいたかも（笑）。ボランティア団体の方があたたかく受け入れて声かけもしてくれたので、初めてでしたがとても入りやすかったです。

【活動をしてみてどうでしたか？】

平日は仕事があるのですが、今後も休みの日など行ける時は参加したいと思いました。ボランティア活動は、交流を通して人や環境から学ぶことも多いと感じています。経験が自分の力になるので、こういった活動を大事にしていきたいです。



お茶を飲みながら、ボランティアについて語ろう！

●●●●●●●●●● ぼらかふえ ●●●●●●●●●●



ボランティア活動をされている方やこれから始めてみたいと考えている方などが集まり、ボランティアをテーマに気軽に交流できる場として昨年度からスタートした『ぼらかふえ』。その第2回目を3月26日に教育福祉センターにて開催しました。1回目は8名の方にご参加いただきましたが、2回目となるこの日は18名の方が来てくださいました。

今回は参加者の一人にエコバッグづくりを教えていらっしゃる方がいて、みんなで新聞紙を使って作ることに。雑談をしながら協力し合い、和気あいあいとした雰囲気の中で制作を楽しんでいました。

ぼらかふえは気軽にふらっと来ておしゃべりができる場として、6月以降も定期的で開催していく予定です。ボランティア情報なども発信していきますので、「ちょっと興味があるな」「何か少しボランティア活動体験してみたいな」という方は、ぜひお気軽にご来店ください。



<ぼらかふえ開催情報>

下の日程で開催します。

お気軽にお越しください！

令和5年

●6月25日(日)

●8月27日(日)

●10月22日(日)

●12月24日(日)

14:00～15:30まで



第1弾

突撃！サロンの昼ご飯！



サロンのお昼ご飯をご紹介します企画、第1弾は小楠校区の「地域サロン こまどりの家」です。

代表の東濱さんが考える献立は、肉料理と魚料理が交互に登場し、品数が豊富。季節の野菜をたくさん使うことで健康にも配慮しています。「昔食べたことのある料理やおやつで喜んでほしい」という気持ちのこもった愛情ご飯です。

「地域サロン こまどりの家」に、お邪魔しました！



<サロンの昼ご飯情報>



- 開催日時：毎週土曜日 9時半～14時
- 場所：一ツ松（スーパー細川沖代店横）
- ここが自慢！：ご飯の時間もみんなでわいわい。楽しくて居心地のいいのが自慢です。

【今日の献立】筍ご飯、揚げ出し豆腐、豚団子と春野菜のトマトソース、ナスの素揚げ、フキの煮物、味噌汁、野菜、トマトジュレ

（おやつ…ドライフルーツとクルミのケーキ）

【本日のメイン～揚げ出し豆腐のレシピ～】

- ①あんかけ用の季節の野菜を切っておく。
- ②豆腐はレンジでチンして水気を抜く。（1丁3分程度）
- ③豆腐に米粉を付けて油で揚げる。
- ④①を炒めて醤油とみりん、水溶き片栗粉を入れてとろみをつける。
- ⑤③の豆腐に野菜あんをのせたら出来上がり。