

9月号 ボランティアだより

2022

No.202



発行 社会福祉法人 甲州市社会福祉協議会
甲州市塩山上於曾977-5
TEL34-8195 FAX34-9270
編集 ボランティアだより編集委員会

ボランティア講座 第1回～ボランティアとは?～

今月号より不定期で、ボランティアについて改めて知るきっかけとして、ボランティア養成講座の内容を少しずつご紹介していきます。

ボランティアの語源…「意志」「善意」の意味をもつラテン語「ボランタス <VOLUNTAS>」からきており、そこから「自分の意志で人々と協力しながら、無償で行う地域や社会の役に立つ活動」のことを表します。

近年ボランティア活動への関心や社会的認識が高まるとともに、「少数の人が行う特別な活動」→「誰でも気軽に参加できる身近な活動」へと、徐々にみんなの意識も変わってきました。



友人からの誘い、学校や会社の行事でといったどんな小さなきっかけでも、自分自身の「やってみよう」という気持ちがボランティア活動の始まりであり、原点となります。

ボランティア活動は自分の心を豊かにするだけでなく、地域や社会をよりよくしていくことにつながります。皆さんもこの機会に自分の好きなことや興味のあること、自分に出来ることは何か考えることから始めてみてはいかがでしょうか。

私のまちのボランティア② [車イスダンスの会]



インタビューの第2回目は「車イスダンスの会」代表の廣瀬朋恵さんです。現在会員は11名で毎月第一土曜日に中央区区民会館にて練習をしており、高齢者施設などで慰問活動を行っています。

グループが発足したきっかけを聞くと、「車イスダンス協会が行った車イスダンスを見たこと。会を立ち上げようという声から。」とのことでした。

活動していてよかったことは「高齢者施設やイベントなどで披露した際にみんなで手をつなぎ、一緒になって楽しみ喜んでもらったこと。多くの人と出会いがあること。」

また、活動していく上で大切にしていることは「自分の健康がまず一番。また、家族の理解を得ること。」と教えてくれました。

現在はコロナ禍で、慰問活動は行えていないとのことでしたが、キレキレの車イスダンスを皆さんにも見ていただける日が早く戻るといいなと思いました。



編集委員会 パネル展の見学



8月5日～9日まで甲州市役所1階市民ギャラリーで開催されていた「原爆と人間」のパネル展を、編集委員会のメンバーで見学しました。

ヒロシマ・ナガサキ原爆パネルや広島の高校生が描いた原爆の絵など戦争に関する様々な資料が展示されており、歴史を振り返るよい機会となりました。また、ウクライナでの戦争のこともあり、より身近なこととして捉えることができました。

メンバーからも「原爆投下の日に合わせてよい機会だった。戦争は二度と行ってはいけない。語り伝える人を絶やさないで欲しい。私たちも責任を持って伝えていく必要がある。」といった感想が聞かれました。



ボランティアだよりの費用は、山梨県共同募金会の配分金の一部を充てています。



9月の定例活動



グループ	日にち	時間	場所
車イスダンス【車イスダンスの会】	3日	午前9:30～	中央区区民会館
点字勉強会【コスモスの会】	1日・15日	午後1:30～	ボランティア事務所
いきいきサロン【すみれ会】	20日	午後1:30～	中央区区民会館
朗読勉強会【やまびこ会】	28日	午後1:30～	ボランティア事務所
手作り作業【つみくさ会】	8日・22日	午前中	ボランティア事務所
声の広報	【やまびこ会】		塩山保健福祉センター
ひとり暮らし老人テレホンサービス	月～金曜日		塩山保健福祉センター
ボランティアだより【編集委員会】	5日・14日		ボランティア事務所



声の広報事業について

声の広報事業は、視覚に障害をお持ちの方などにも情報が行き届くように、広報紙等を音声媒体に音訳しお届けする事業です。

利用を希望される方は、社会福祉協議会までお問合せください。

* 利用できる方 * : 市内在住の視覚に障害のある方及び高齢者

* 音声媒体 * : ①CD / ②カセットテープ

* 内容(広報誌) * : 広報こうしゅう / ボランティアだより / 社協だより

* お届け方法 * : ①郵送 / ②お住いの地区の民生委員によるお届け (安否確認も兼ねる)

※録音媒体及びお届け方法は①②から希望する方を選んでください。

※高齢者の方のお届け方法は②民生委員によるお届けとなります。

* 費用 * : 無料

* 申込方法 * : お住いの地区の民生委員か社会福祉協議会まで直接お申込みください。

* 問い合わせ・申込先 * : 甲州市社会福祉協議会 ☎ 34-8195

甲州市塩山上於曾977-5 (塩山保健福祉センター2階)

エプロンメモ113 <美味しいぬか漬けの作り方>

- ① 水1ℓに塩5gを煮溶かし、冷ましておく
- ② 米ぬか2カップに①を加え、練ったものを密封容器の床に敷き、洗って塩を振り板ずりしたキュウリを並べ、練ったぬかを隠れるようにかぶせる。
- ③ 野菜から水が出るため、次に漬ける毎に少量の米ぬかと輪切り唐辛子を加えると、長く楽しめる。

※雑菌が入らないように衛生面に留意



掲示板

体を冷ましてくれる夏野菜のナス、トマトやキュウリは生姜・みょうが・青紫蘇や味噌の味付けで、食欲減退も防いでくれるという。

「疲れた時は甘い物」ではなく、「疲れた時こそ、緑黄色野菜をたっぷり」と栄養士は語る。

(里吉)



ボランティア川柳

笑皺

年月かけた

宝物

富岡正仁