

# 2月号 ボランティアだより

2023

No.207



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

## 2月は「ボランティア・NPO活動推進月間」 ～ボランティア 見えない心を見る力に～ (令和4年度スローガン)

山梨県ではボランティアの啓発・普及を図ることを目的として、2月をボランティア・NPO活動推進月間と定めています。

ボランティア・NPO活動は、特定の人や団体に限られた特別な活動ではなく、志があれば誰にでも出来る活動です。みんなが楽しく笑顔で生活していくため、活動に参加してみませんか。



社会福祉協議会では、地域の中で活躍するボランティアを広く募集しています。個人・団体は問いません。  
皆さんの暖かな気持ちでたくさんの人を笑顔にしてみませんか？

- ・福祉施設や地域行事、いきいきサロンなどで特技（楽器演奏・手品・落語・折り紙等）を披露していただける方
- ・障子・網戸の張替えや庭の草取り、エコキャップの仕分けなどの軽作業をしていただける方
- ・傾聴、囲碁・将棋の相手など心に寄り添う活動をしていただける方 などなど・・・

◆ボランティアについてのお問い合わせ先：甲州市社会福祉協議会 ☎34-8195

## ボランティア講座 第4回～ボランティアの4原則～

ボランティア活動をする上での大切なポイント！ボランティアには、4原則があることをご存知ですか？

### \* 自主性、自発性

！ 他から強制されたり、義務として行うことではなく自分の意志で行う活動です。

### \* 社会性、連帯性

！ 誰もがいきいきと豊かに暮らしていけるように、互いに支え合い学び合う活動です。

### \* 無償性、無給性

！ 金銭的な報酬を期待して行う活動ではありません。しかし、お金では得られない出会いや発見、感動、喜びを得ることができます。

### \* 創造性、先駆性

！ 社会のさまざまな課題を知り、考え、よりよい社会をつくるための活動内容や仕組みを作りあげていく活動です。



これらの原則から、自らの意志で、誰もが暮らしやすい豊かな社会を目指して、社会の課題解決に取り組むことがボランティア活動だといえます。皆さんも、自分らしさを大切にしながら、ボランティア活動に参加してみませんか。





# 2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】	4日	午前9:30～	中央区区民会館
点字勉強会【コスモスの会】	2日・16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】	22日	午後1:30～	ボランティア事務所
手作り作業【つみくさ会】	16日	午前中	ボランティア事務所
声の広報【かつめまボランティア会】			塩山保健福祉センター
高齢者テレホンサービス	月～金曜日	午前9:00～	
ボランティアだより【編集委員会】	3日・13日		ボランティア事務所



## 甲州市ボランティア連絡協議会先進地研修

甲州市ボランティア連絡協議会は、3年振りに先進地研修を行いました。各会の代表16名は富士の裾野にある日本盲導犬総合センター「盲導犬の里 富士ハーネス」を訪れ、PR犬による訓練の様子を見学。

視覚に障がいのある人が安全に外出するための盲導犬は、ユーザーと共に生活できるまで相当の訓練を要し、活躍できるまでに至らない犬も少なくないため、ユーザーに届く数が極めて少ないのが現状だそうです。

少し前にはなりますが、11月初旬に開催。秋晴れに富士、樹木の紅葉、久しぶりの友との歓談と、実りのある研修でした。



ボランティア川柳

握る手に

生氣伝わる

その笑顔

古屋風柳

### エプロンメモ114 《田作り》



- ①「食べる煮干し」をひとつかみ、フライパンで空炒りする（極弱火）あればクルミも。
  - ②小鍋に、砂糖・醤油・水（各大1）を入れ、煮溶かす。
  - ③煮干しがパリッと折れるくらいに炒ったところへ②が泡立つ頃にフライパンに流し込み、一気に箸でからめて火を止める。
  - ④黒ゴマを振って器に盛る。
- ※カルシウム補給に、常備したい一品です。

### 掲示板

新春に山梨大学市民公開講座を聴講しました。吉澤邦夫歯科医師によると、口の中を衛生的に保つことで、癌をはじめ他の病気に罹るリスクを抑制できるという。

口は、食事、呼吸の他、会話や表情を作るといった人間が豊かに生きるための重要な組織。毎日汚す所だけに「正しいブラッシングと、唾液の力で、口の中をきれいに」を改めて意識する学びとなりました。（里吉）

