

みはらふくし情報

ぼらせんだより 1月



ご挨拶



本年も
よろしく
お願いいたします。

新たな年を迎え、皆様のご健康とご活躍をお祈り申し上げます。

近年、台風が多く発生し、昨年も関東や東北で甚大な被害が出ました。広島土砂災害の被災地でも、復興に向けて活動が続いています。日頃の地域のつながりを常に考え、大切に一年としたいですね。

三原市ボランティア・市民活動サポートセンターでは、活動に役立つ情報を発信し、活動されている人達がつながる場を増やし、そしてこれから活動される人をサポートする窓口として努めていきたいと思っております。



開催予告

第4回 ボランティア交流 サミットひろしま

“会って、話して、つながろう！！”

日時： **2月13日（土）10時30分～15時45分**（予定）

会場： **広島県立広島産業会館
西展示館 第2・3・4展示場**
広島市南区比治山本町 16-31

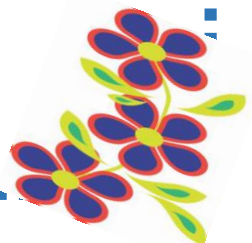
「会って 話して つながろう」をテーマに県内の多分野・多世代の活動者や活動に関心のある人または団体が集い、実際に顔合わせて情報交換や交流をすることで、多様なボランティア観の共有や日々の活動へのモチベーションの高まりが期待でき、ひいては活動者同士がつながり新たな活動に結びつくことを目的に開催します。

対象：（1）ボランティア活動・市民活動をしている人、福祉教育を推進している人〔県内の高校生、専門学校生、短大生、大学生、大学院生等を含む〕
（2）ボランティア活動・市民活動・福祉教育に関心がある人
（3）市町社協・中間支援組織・行政・大学・学校・企業等でボランティア・市民活動に関わる教職員等

定員： **300人**（予定）

主催： ボランティア交流サミットひろしま実行委員会
広島県民ボランティア活動推進会議（Vハートひろしま）
（社福）広島県社会福祉協議会 広島県ボランティアセンター

詳しくは、ぼらせんだより2月号でお知らせします。



V ハートひろしま東部ブロック交流会 報告

「Vハートひろしま」って知っていますか？

「Vハート」は通称で、正式名称を「広島県民ボランティア活動推進会議」と言います。県内で活動しているいろいろなボランティアが交流し、楽しさを語り合える『広場』のような役割を果たすことを目的とした会議です。会員は、県内のボランティアグループ・ボランティア連絡協議会・企業などで、東部と西部に分けたブロック別の交流会や地域の活動を知ることのできる交流サミットなどを開催しています。**(サミットの詳細は1面)**

三原市では、三原市ボランティア連絡協議会が会員となり、同じ東部ブロックに所属する福山・竹原・府中・世羅・尾道と、2年に一度開催地持ち回りで、東部ブロック交流会を開催しています。

今回の会場は福山市！ 平成 27年 11月 28日(土) 約 100人参加！ 福山すこやかセンター

交流会のテーマは、【語り合い、ボランティアの課題と大切さを再確認する】

講演会では、「ボランティアを取り巻く環境の変化と変わらないボランティアの価値」と題して日本福祉大学の村上徹也さんにお話をいただきました。

いろいろな調査から、活動団体が抱える課題と活動者を増やすための課題を、とても分かり易く話され、時には笑い、時には耳痛く聞かせていただきました。

国の調査からも、活動したことのある人は減りつつある環境の中で、今活動している人の活動日数が増えるなど負担が増し、会員減少を課題とする現状があります。おそらく多くの団体が抱える課題ではないでしょうか。そこには、環境の変化に合わせて変わらなければならない団体の状況や一歩につながらない新たな活動者のハードルをさげる価値観など、なるほどと思うお話を聞くことができました。

分科会は、「課題共有」「防災・減災」「折りバラづくり」の3つ。「防災・減災」の分科会では、活動者のお話を聞き、思いを共有しながら災害に備えてのいろいろな状況別に意見を出し合いました。

福山は琴の生産日本一！アトラクションでは、岡田明子さんによる琴の演奏で優雅な時間を過ごし、喫茶コーナーでは、食べ物から作品などが販売され、当日は、コーヒーも売り切れるなど大盛況。

グループワークでは、他市のボランティアと「どんな活動をしているんですか？」「こう思う時ありますよね」などテーマによる話だけではなく、交流をすることができ、良かったです。

生活圏内でもそうですが、自分と違う考え方に触れると、新しい発見や新しい情報など、刺激があります。出かけていく先が広ければ広いほど、出会う活動が違えば違うほど、その刺激は大きいと思います。交流会には、その出会う場があり、明日からの活力につながると考えています。

開催予告 ボランティア・市民活動 スキルアップ講座

日時：2月21日(日) 9時30分～11時30分

会場：三原市総合保健福祉センター(サン・シープラザ) 4階 第一研修室
(三原市城町一丁目2番1号)

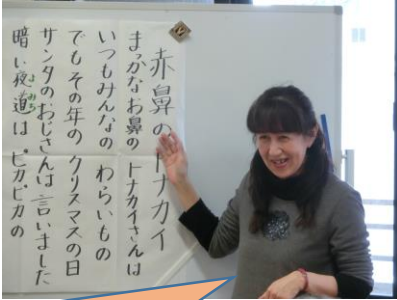
講師：井上 誠さん(県立広島大学 保健福祉学部 看護学科 准教授)

内容：「発信するときのコミュニケーション～相手に上手に伝えるには～」

詳細は
ほらせんだより
2月号で！

パーキンソン病 交流会の クリスマス会

平成 27年 12月 17日(木) サン・シープラザにて、パーキンソン病の当事者・家族の方が集まり、クリスマス会をしました。この日は、三原音楽療法研究会より音楽療法士の中元佐智子さんに来ていただき、音楽を楽しみました。



まずは声を出しやすくするために、中元さんのキーボードに合わせて、歌いながら顔の表情をほぐします。次は嚙下をスムーズにする効果もある発声練習。



歌は季節に合ったクリスマスソングです♪歌いながら鈴を振ったり、振ると音の出るトーンチャイムで合奏も楽しみました。紙面で音をお届けできないのが残念です。「もろびとこぞりて」はパイプオルガンの音で録音してくださっていて、まるで教会にいるかのような雰囲気でしたよ♪

パーキンソン病交流会のみなさん、積極的に高い音も出して歌われていました。「歌う前に体を動かしたら声が出やすいですか?」「大きな口を開けた方がいいですか?」と質問も出ていました。「落ち込んで歌を歌えない時もあったけれど、歌ったら楽しいです。」とのお声も(*^_^*)



音楽で心も体も癒された後は、お菓子とお茶を囲んでの茶話会。同じ悩みを持つ者同士、会って話すと落ち着き、気持ちが楽になります。足の運動方法など情報交換もできますよ。和やかで楽しいので、まずは気軽に見学に来てくださいね!と、みなさん穏やかな笑顔で話されていました。

三原音楽療法 研究会

パーキンソン病 交流会

- 毎月 第3木曜日
- 13時30分~15時30分
- サン・シープラザにて
- 参加費は 200円(お茶菓子代)

参加を希望される方は、三原市ボランティア・市民活動サポートセンターまでお問い合わせください。

当事者・その家族の方が集まり、情報交換や親睦を深める場としての交流会です。月に一度、サン・シープラザへお出かけになりませんか?

「音楽で心も体も元気に!」を目的に三原市内を中心に病院、高齢者施設、地域の高齢者いきいきサロン、作業所、自主サークル等を音楽療法活動や演奏などで訪問しています。また、ちょっと気になるお子さんを対象に「にこにこ音楽クラブ」を土曜日午後開催しています。

音楽を聴いたり、歌ったり、楽器を鳴らしたりする中で、心や体を癒し生活をより豊かにしていくためのお手伝いをします。

パーキンソン病とは

高齢化社会とともに徐々に患者数が増えている病気の一つ。原因は脳の神経細胞の変性によると言われています。

パーキンソン病の4大症状

1. 安静時のふるえ
2. 体のこわばり
3. 動作の緩慢と無動
4. 歩行障害

他の病気の場合もあるので、しっかり見分ける必要があります。

虹の会が「全国優良読書グループ」 に選ばれました！

虹の会は、三原市立中央図書館を拠点に読み語りをしているボランティアグループです。32年間の活動が認められ、公益社団法人 読書推進運動協議会より「全国優良読書グループ」に選ばれました。



虹の会では、絵本を丁寧に選び、読み手は作品をくずさないように絵本に“イノチ”を吹き込み、大切に届けていきます。働くお母さんが増え、日中に読み語りに参加できないとの声を受けて、夕方に読み語り会をしたり、手話通訳をつけたりと、時代に合わせて活動を広げています。

“すべての子ども達に絵本の楽しさを！”という思いを持って活動されています。

一緒に活動して下さる会員も随時募集中です。

平成27年12月12日(土)の様子
お母さん・お父さん・おばあちゃんの膝の上で絵本の世界に入っていく子ども達。
あたたかくて幸せな時間でした(*^_^*)



次回の読み語りのお知らせは、手作りのカードで♥こたつをめくると二匹のネコが仲良く入っていました♪

ぜひ親子で図書館に行ってみませんか♥

虹の会 1月の予定

- ★0歳からの読み語り(毎月第3金曜日)
15日(金) 10時30分~11時
11時15分~11時45分
- ★読み語り(毎月第2・4土曜日)
9日(土)と23日(土)
どちらも14時~14時30分
※第4土曜日には手話通訳あり!
場所は、三原市立中央図書館

助成金情報

アウトドア環境保護基金

締切
2/15
(月)

「コンサベーション・アライアンス・ジャパン」では、アウトドアフィールドを中心とした環境保護のために活動している環境団体・非営利組織に活動資金として援助・提供しています。

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://ca-j.org/grants.html>

ボランティア活動掲示板

知る 行く 参加する

ボランティア活動掲示板は、団体や活動のこと等をお伝えする場として設けています。

「知る」 団体の紹介
「行く」 活動のお知らせ
「参加する」 一緒に活動する方の募集等



掲載希望の方は、前月の15日までに、ボランティアセンターへ詳細の分かるものを持参、またはメールにてお知らせください。

尚、出来るだけ多くの団体の記事を掲載したいと思います。月によっては、掲載の可否・スペースなど限られてきますので相談させていただくようになりますが、ご了承ください。

●同じ団体を連続掲載することはできません。

●みはら市民協働サイト つなごうねっと ●

三原のイベントや団体の情報満載!

<http://mihara.genki365.net/>

ポラセンのパソコンでご覧になれます

発行:三原市社会福祉協議会

三原市ボランティア・市民活動サポートセンター

〒723-0014 三原市城町1丁目2-1

(サン・シープラザ 4階)

電話 (0848) 67-9339

FAX (0848) 63-0599

Mail miharavs-c@m-shakyo.jp