



つながる手と手  
稲敷市


# ボランティア通信

平成24年6月発行 第6号

稲敷市ボランティア連絡協議会 総会を開催いたしました！



61名のボランティア代表者が参加し開催された総会。来賓に稲敷市長田口久克様をお迎えし、井上睦士会長を始め新たな役員体制となります。ボランティア43サークルの活動と共に、稲敷市をより暮らしやすい街にしようと気持ちを新たにスタート致します。

発行  社会福祉法人 稲敷市社会福祉協議会 稲敷市ボランティアセンター  
〒300-0504 茨城県稲敷市江戸崎甲1992番地

☎029-892-5711 FAX029-892-5922

★この新聞は、みなさまから寄せられた、共同募金配分金で発行しています。





# ★ ボランティア ミニ交流会 ★

総会後に、ボランティアさん同士の活動を理解し、互いに助け合える仲間作りの場として開催し、2グループと1名の方に活動報告と実演を行って頂きました。

## シ ルバーリハビリ体操指導士会活動紹介・実演

「いつでも、どこでも、一人でもでき道具を使わない体操」

高齢者の健康寿命を延ばし、介護を受けずに、張りのあるいきいきとした生活が送れるよう介護予防を目指し、市内各所にて教室を開催！出前教室も多数実施しています。



☆体操後、体が熱くなり、じんわりと汗をかきました！高齢者だけでなく、運動不足の方にもおすすめです☆



## 中 内照夫氏 被災地支援活動報告

昨年、支援物資の仕分けを始め、被災地に何度も物資を運び続けました。今後は、心身のケアをメインに支援活動をされるそうです。

震災直後の話から報道ではわからない現在の状況等を話して頂きました。



☆震災直後の重たい空気と匂いがいまでも忘れられない！テレビで映されている所は、まだまだ復興には程遠い！など印象的な言葉が心に残りました☆



## な かよしクラブ活動紹介

ボランティア団体として発足し、行事や施設イベントなどで歌に乗せた演劇と舞踊の披露をしています。ご依頼お待ちしております。(ボランティアセンターまでご連絡下さい)

また地区でのボランティア活動も積極的に行っています。



☆衣装やハーモニカ演奏そして踊りどれも素敵でした♡



# 「互いに支え合うために ～受け止めあう関係をはぐくむ～」 傾聴ボランティア講座開催

傾聴の大切さや話の引き出し方、コミュニケーションの取り方など、傾聴の心構えと会話について、講話と実技を交えて楽しく実施致します。

- 開催日** 平成24年7月10日(火) 午前10時～午後12時
- 場所** 江戸崎福祉センター 研修室
- 講師** 茨城カウンセリングセンター 主任カウンセラー 小沼京子氏
- 定員数** 30名
- 対象者** 傾聴ボランティアとして活動して下さる方や興味のある方、ボランティア活動をされている方など
- 申込期日** 平成24年7月6日(金)  
※定員数になり次第、終了とさせていただきます。
- 申込先** ボランティアセンター ☎029-892-5711  
傾聴はボランティア活動の基本です！身に着ける事で、人とのコミュニケーションが取りやすくなりボランティア活動がより楽しくなります。

## 「脳若返り教室」 学習サポーター募集

この教室は、読み書き(音読)・簡単な計算の教材を使って継続的に学習すると、脳の前頭前野が活性化され高齢者の認知症予防に効果があるという東北大学の川島教授の研究成果をもとに行います。

この学習教室の運営を手伝ってくださるボランティアスタッフとして『学習サポーター』を募集します。ぜひ、ご興味のある方、お問合せください。

- 対象者** おおむね65歳までの稲敷市にお住まいの方で、高齢者の心身の健康増進に理解があり、学習サポーターとしてボランティア活動にご協力していただける方。  
※但し、事前の説明会(8月29日予定)に参加可能な方。
- 活動日時** 平成24年9月～平成25年2月まで(6ヶ月間)  
毎週 水曜日 午後の3時間程度(月2回程度でも結構です)
- 活動場所** 稲敷市いこいのプラザ
- 活動内容** 学習者への助言・指導
- 応募締切** 7月27日(金)
- 応募方法** 電話又はFAXでお申込みください。
- 問合せ・申込先** 稲敷市高齢福祉課いこいのプラザ 稲敷市太田1002  
TEL・FAX 0297-63-1004  
(電話受付 8:30～17:00 土日・祝祭日除く)

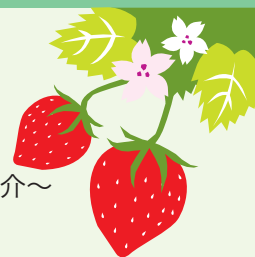




## 第2回 認知症介護教室開催

開催日 2012年 7月1日(日)  
場所 あずま生涯学習センター 研修室1・2  
受付 13:00~13:30  
第1部 講演会 13:30~14:15  
テーマ 「見方を変えてみよう! 認知症の人の行動」 ~ NDB モデルの紹介 ~  
NPO 法人認知症介護家族の会うさぎ 理事長 諸岡明美  
第2部 認知症カフェ 14:15~15:45  
※講演会のあと、認知症カフェを開催します。  
認知症カフェとは、文字どおりカフェを飲みながら、認知症について皆さんで語り合うというものです。何でも話せるカフェにしたいと考えています。お気軽にご参加ください。  
参加費 NPO 協会会員 無料 一般参加者 500円  
事前の申込みは不要。どなたでもご参加いただけます。

主催: NPO 法人認知症介護家族の会うさぎ  
〒300-0617 稲敷市福田 1597 ☎0299-77-9173  
E-Mail kaigo-k-usagi@iaa.itkeeper.ne.jp  
共催: いなしきの郷 〒300-0749 稲敷市佐原組新田 1378-1



### ~ちよつと豆知識~

#### ボランティアとは?

ボランティアの語源は、voluntas (自由意思) というラテン語から来ています。

こうした意味に人をあらわす“er”を付けて出来あがったのがボランティアという言葉です。

ボランティア活動とは、「市民1人ひとりの自発的な意思に基づき、金銭的な利益などの見返りを求めることなく、地域社会を住みよくする活動や他者を支える活動などの社会的活動などに携わること」です。



#### ボランティア活動の4原則

- ①自主性  
自分から進んで行動する(誰かに強制されて行う活動ではありません)
- ②社会性  
ともに支えあい、学び合う(趣味などの個人にとどまる活動ではありません)
- ③無償性  
対価を求めない(仕事ではありませんから、必要な費用以上の報酬を求めません)
- ④創造性・先駆性  
よりよい社会をつくる(行政も企業もやってこなかった・やれなかったけど社会にとって必要なこと・大切なことをやるという側面がある活動です)

### ボランティアメールマガジン

(パソコン登録) [http://www.inashiki-shakyo.or.jp/mail\\_service/](http://www.inashiki-shakyo.or.jp/mail_service/)

(携帯電話登録) [http://www.inashiki-shakyo.or.jp/mobile/mail\\_service/](http://www.inashiki-shakyo.or.jp/mobile/mail_service/)

※登録が面倒な方、操作がわからない方はボランティアセンターにお問い合わせ下さい。

ボランティアセンターに携帯電話をお持ちいただければ、その場で登録いたします。

(問合せ) 稲敷市ボランティアセンター ☎029-892-5711



### 広告募集!

ボランティア通信では、紙面に掲載する広告を募集しています。

例 ボランティア会員の募集・イベントのお手伝い  
研修会、講習会実施のお知らせ

など、無料で掲載致します。

会社やお店などの広告は有料となります。(1回) 1枠 2万円 半枠 1万円

