

# ボランティア情報 にじ

編集・発行：川西市社会福祉協議会ボランティア活動センター・川西市ボランティア連絡協議会

参加してくださ~い!

## 災害ボランティア研修会 (クロスロードゲーム)

日時：7月11日(火) 13:30~15:30  
場所：ふれあいプラザ4階  
講師：かわにし防災士会  
定員：先着20名(市内優先)  
受講料：無料  
締切：前日まで



災害時に避難所運営などで選択を迫られる場合があります。  
クロスロードゲームは、そういった場面で、ゲーム感覚で二つに分かれた道を選んでいきます。  
災害時の避難所支援に欠かせない研修です。

## 「平成29年度ひょうごボランティア基金 県民ボランティア活動助成エントリー」受付開始

今年度の助成金の交付を受けようとするボランティアグループは、ボランティア活動センターにあるエントリー書(事前申し込み)に必要な事項を記入し、同センターに提出してください。

(エントリー書の設置場所)  
○川西市ボランティア活動センター  
○川西市市民活動センター・男女共同参画センター(パレットかわにし)

受付期間  
7月3日(月)~8月31日(木)



## オープン・カフェッジ



日時：毎月第2金曜日  
18:00~20:00  
場所：ふれあいプラザ4階  
参加費：100円  
主催：川西市ボランティア活動センター  
申込み：不要

高校生や大学生等を  
中心にした仲間作りや  
おしゃべりなど誰でも  
気楽に立ち寄れる  
カフェです。

**8月は祝日のため休み**

## ボランティア1日体験教室

学生・勤労者のみなさん、この機会にぜひお越しください。

日 時：7月15日：点字  
8月19日：要約筆記  
9月16日：手話  
＊各回とも土曜日 13：30～15：30  
場 所：ふれあいプラザ4階  
受講料：無料  
定 員：15名(市内優先)  
締 切：各回とも前日まで

来てね～！



## ほほえみサロン

引きこもり当事者やご家族の皆様  
お茶や音楽でくつろぎながら一緒に過ごしませんか。

日 時：毎月第3土曜日 10：00～12：00  
場 所：ふれあいプラザ4階  
主 催：ほっとほほえみ



～気軽に立ち寄って下さいね～

## ボランティア活動相談

ボランティア活動を始めようとしている方を  
対象に活動の紹介や内容の説明を行っています。

日 時：毎月第3土曜日  
13：30～15：30  
場 所：ふれあいプラザ3階

上記以外にもボランティア活動センターで  
平日9：00～17：30の間、受付けています。



## 「心」の居場所

心の病を抱えている方や家族の方  
ひとりで悩まないで気軽にお立ち寄りください。

日 時：毎月第1水曜日(祝日は休み)  
13：30～15：30  
場 所：ふれあいプラザ4階  
主 催：「心」





# 活動のひとこま



## ボランティアいずみ

活動の目的は障がい児・者への援助活動と布の絵本・遊具作りです。  
 会員は16名。ほとんどがシニア世代ですが、活気いっぱいあふれる活動を展開中。  
 グループの良い点はみんなで考え・話し合って解決することです。  
 来年は設立40周年を迎えるので何をしようかと相談中です。  
 毎年、全国の手作り絵本コンクールに出品し、高い評価を受けています。  
 昨年5月、東京布絵本連絡会主催の「布の絵本展」に作品を出品し見学に行きました。  
 その時、世田谷区の図書館ボランティアの方から絵本を借りたいと依頼がありました。  
 その絵本と同じものを2冊作製したとのことで写真と手紙が届きました。  
 絵本の裏表紙に「原作：川西市 ボランティアいずみ」と刺しゅうしてあり  
 みんな大感激！やったね！



作製依頼の  
着せ替え人形

一粒の種からあちこちに広がることは、とても大事でステキなことです。  
 元気いっぱいの例会をぜひご見学ください。お待ちしております。  
 作品の貸出しは、団体・個人を問わず例会日の午後に行っています。

♪例会：第1・第3木曜(原則) 10:00~16:00 ふれあいプラザ4階  
 ♪連絡先：川西市ボランティア活動センター



遊具のリメイク

### 出前ボランティア講座

本センター登録ボランティアグループ等が企業やPTA、自治会、子ども会等を対象に開催します。

- 内容：①点字 ②手話 ③車イス ④要約筆記  
 ⑤高齢者疑似体験 ⑥ネイルボランティア育成  
 ⑦救急救命 ⑧手作り布遊具(2グループ)  
 ⑨クロスロードゲーム(災害対応を自らの問題として考える等のゲーム)

講師：ボランティア活動センター登録グループ他  
 受講料：無料  
 定員：5~20名程度  
 備考：2ヶ月前までに希望日を複数あげていただきグループ等と調整します。

### 手話ボランティア入門講座 (全15回)

日時：7月3日~11月6日  
 (祝日・8/14休講)  
 毎週月曜日 10:00~12:00  
 場所：ふれあいプラザ4階  
 内容：手話を通じて聴覚障がい児・者の理解と交流を  
 受講料：3,000円(学生半額)  
 定員：20名(市内優先)



### にしこちゃん



### の簡単レシピ「とうみょう豆苗のじゃこ炒め」



材料 豆苗：1パック ちりめんじゃこ：適量  
 サラダ油：大さじ2 酒：大さじ2 塩：少々 醤油：少々



10日経ちました

- 作り方 1) 豆苗は根を切り落とし食べやすい大きさに切り、水にさらしてシャキッとさせザルに上げて水を切る。  
 2) フライパンを熱し油を入れ、豆苗と塩ひとつまみを入れさっといためちりめんじゃこを加えて酒を回しかけ炒め合わせる。醤油少々で味を調える。

\*切り落とした根は容器に入れ、毎日水を換えて置くと10日くらいで1回収穫できる。



# いろいろ情報板



このマークはなあに？



●世界盲人連合(WBU)が定めた世界共通の盲人を表示する国際シンボルマーク



●世界ろう連盟(WFD)が定めた世界共通の聴覚障がい者を表示する国際シンボルマーク

- 内部障がい者や難病患者の方など、配慮の必要なことが外見からわかりにくい人が身につけることにより、周囲の人々が座席の譲りあい等の配慮を示しやすくするためのマークです。
- 障がいや難病を抱える方々などの社会参加を応援し、みんなにやさしい環境づくりを進めていこうと兵庫県が制定しました。(兵庫県、公益財団法人兵庫県身体障害者福祉協会)



譲りあい感謝マーク

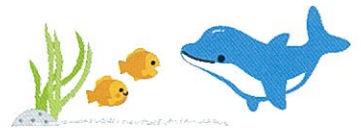
## 障害者差別解消法をご存知ですか？

～平成28年4月からスタートしました～

障害者差別解消法は、国や市町村の行政機関や会社や店などの民間事業者の障がいがある人に対する「障がいを理由とする差別」をなくすために制定された法律です。



障がいのあるなしにかかわらず、すべての人がお互いの人格と個性を尊重し合いながら、共生できる社会をつくることを目的としています。



【問合せ先】社会福祉法人川西市社会福祉協議会 川西市ボランティア活動センター  
 〒666-0017 川西市火打 1-1-7 ふれあいプラザ3階 TEL: 072-759-5200 FAX: 072-759-5203  
 Eメール: vc@k-shakyo.or.jp URL: http://www.k-shakyo.or.jp



ちょっぴりひびく

今流行っているらしい『卒婚』。離婚しているわけではなく、結婚生活は維持したままだ。では、卒婚とは具体的に何やねん？

夫婦が残りの人生をお互い干渉せずに、それぞれが好きな所で好きなことを、別居若しくは同居して生活するのだ。例えば、夫は田舎暮らしに憧れて移り住む。妻は今、住んでいる家でも誰にも邪魔されず遠慮せず、ノンビリ・ゆったりと暮らす。エエなあ、あこがれちゃう！

卒婚のメリットは、自分の人生後半を前向きに考えられることで、デメリットは二世帯分のお金がかかるので余裕の貯えが要るんだって。現実問題として我が家の貯えでは△り・むり。無理でめっちゃ難しいわ。

心構えとして、別居の場合はお互いの元氣確認をしつつ何事にも「やるぞー」というチャレンジ精神があること。これはできるわ。

では、同居の場合はどうか。これはこれで難しい問題だ。暮らしの中で役割分担をしてお互いが気持ちよく過ごせるようにルール決めが必要だ。その中でも食事作りが一番大事。

連れ合いは、退職後に食事作りもトライすると言っていたのに、やる気があるのかないのか未だにしようとしなない。友人のお連れ合いも同様で食事作りは勘弁してと言っているらしい。ホンマにもっアカンやん！

卒婚って片思いでなく両思いでないと実現できないものやね。残りの人生を健康に生き延びるためには「食事作り」が一番大事やで。連れ合いよ、今こそチャレンジしなさい！



超あこがれ

