

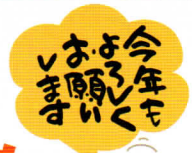
かわにし

# 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



あけましておめでとうございます



**注目!**

## 災害ボランティア研修会 ～避難所運営ゲーム HUG～

いつどこで起こるかもしれない災害時に冷静に行動できるでしょうか？  
その時のために、ぜひ一度は受けてほしい講座です。

日 時:2月12日(金) 13:30～15:30  
場 所:歯っぴいルーム(ふれあいプラザ2階)  
講 師:かわにし防災士会  
定 員:先着20名(市内在住者優先)  
受講料:無 料  
申込み:2月10日(水)



## 平成 28 年度☆ボランティア登録説明会

	ボランティアグループ	個人ボランティア
日 時	3月16日(水) 10:00～	3月16日(水) 13:00～
内 容	登録・活動上の留意点など	各ボランティア活動の説明など
場 所	グループ・個人ともに、ふれあいプラザ 4 階	
申込み	新規グループは前日までに要予約	不 要

## 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、自治会子ども会などを対象に開催します。

内 容：①点字 ②手話 ③車イス ④高齢者疑似体験  
⑤手作り布遊具(残り1グループ) ⑥要約筆記  
⑦避難所運営ゲーム(HUG) ⑧救急救命  
⑨ネイルボランティア育成

講 師：ボランティア活動センター登録グループほか

定 員：5～20名程度

受講料：無料

申込み：約2カ月前までに実施希望日を複数日あげていただき  
その中からボランティアグループ等と調整します。



おめでとう



## ひょうご県民ボランティア活動賞受賞！！

多田地区福祉委員会ボランティア部会「あい」が、ひとり暮らしの高齢者の自宅等を訪問し配食サービスや家事援助を行うとともに、小中学校で車イス体験等の福祉教育活動が評価されました。



A4 サイズ



A5 サイズ

## 点字カレンダーができました

無 料

「点字グループりんどう」が平成28年点字カレンダーを作成しました。暦や行事なども載っています。ご希望の方は数に限りがありますのでお早めにボランティア活動センターまでご連絡ください。



## 「心」の居場所

心の病気を抱えている方やご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

## 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

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

# 東谷地区福祉委員会にボランティア部会が誕生予定!

## その名も「ここ・ほっと」

この部会は、東谷地区に在住の方で、住民相互の助け合いの気持ちをもとに  
ともに支えあうことを目的として、平成 28 年 5 月に設立される予定です。

主な活動は、ゴミ出しや話し相手など、生活支援が中心となりますが  
ボランティア活動だけでなく、川西市ボランティア活動センターと協働して  
ボランティア以外の情報提供活動も予定しています。

「私も地域で活動したい」とお考えの東谷地区のみなさん  
入会を心よりお待ちしております。

募集中



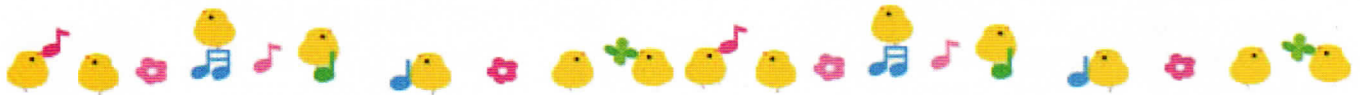
### 活動内容(予定)

1 回 2 時間以内の活動

- ・ゴミ出し
- ・話し相手
- ・「プラザひがしたに」での保育など  
ほか多数



安心して活動するために  
ボランティア保険に加入  
いただきます。



### ～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

にしこちゃん



の簡単レシピ 「たくあん」

大根は干さずに  
作れるよ

材 料:大根1本(約1kg) 塩40g 酢40cc さとう80～100g  
とうがらし・切り昆布適量

- 作り方:① 大根の皮をむき、容器に合わせて切る。  
② 大根に塩 40g をまぶし、容器に入れ重石をして 2～3 日おく。  
③ 水が上がってきたら大根をザルにあげ水を捨て、水分をふきとる。  
④ ②の容器にさとう・酢を入れ軽く混ぜ  
大根・とうがらし・切り昆布を入れ、重石をして 10 日ぐらい漬けこむ。  
白いカビ状のようなものが出てきても、酵母菌なので取り除いて食べられます。



無料

「第29回 耳の日の集い」 ～3月3日は「耳の日」～

「聴覚障がい」への理解を深めるために開催します。  
多くの方の参加をお待ちしています。

日時: 3月6日(日) 13:00~16:00  
場所: 川西市 アステ市民プラザ6階 アステホール  
内容: 講演「緊急発生時あなたは？」～現状とweb119～  
DVD上映、活動発表会など  
主催: 川西市身体障害者福祉協会聴力部  
問合せ: 「耳の日の集いin川西」実行委員会  
担当 大崎 TEL/FAX 072-755-6641 (月~金)



耳マーク

いのちとこころのセミナー

入場無料 先着 300名

日時: 2月27日(土) 13:00 (開場12:30)  
場所: 川西市アステホール  
講演会: ～生き心地の良い社会への提言～  
NPO法人蜘蛛の糸  
理事長 佐藤 久男 さん  
コンサート: ～生命のリレー、つながりを大切に～  
ちめいど (兄弟アコースティックデュオ)  
問合せ: 児玉 TEL: 090-8939-1785  
岸本 TEL: 080-1415-5897  
主催: ボランティア団体 ほっとほほえみ

寒いので暖かい服装で  
気軽にご見学ください!

\* 川西市防災訓練のお知らせ \*

防災についての展示や炊き出しがあります。

日時: 1月14日(木) 10:00~12:30  
場所: 東久代運動公園  
問合せ: 川西市総務部危機管理室  
TEL: 072-740-1145  
FAX: 072-740-1320



【お問合せ先】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/



ちよこひひひひ



毎年十一月に自治会の文化祭が開催される。当番でお手伝いをしたのがきっかけで私も五年前から刺しゅうの作品を出展している。小学校の図画や工作、デイサービスの利用者さんの作品。自治会のサークルで活動されている方々の絵画・写真・園芸・俳句などいろいろな展示があり活気にあふれている。地域のお店や公園などを緻密に描かれている「はがき絵」は、知っている場所なのでとても親しみがもてる。

その中で毎年、盆栽や掛け軸を展示されている男性にお話しを聞いてビックリ! なんとお年は九十歳。たくさんさんの盆栽を出品されている。どの鉢の木々も生き生きとして、木の葉があざやかな緑・赤・黄色。一枚一枚の葉もシャキッとしている。毎日の水やりや手入れは欠かせないようだ。そうしないとこんなに元気な木や花は育たないと思う。その方の奥様は八十六歳。刺繍で作られた掛け軸やピアノ掛けなどの大作を出品されていた。今も制作されているようで、丁寧な刺し方で淡い色使いがすばらしい。夫婦が同じ趣味を持つのもステキなことだし、お互いに別々の楽しみを持って元気で暮らしていけるのは理想的。

「継続は力なり」というように何でも続けることが大切なんやね。これからもいろいろな事をながく楽しく続けたいなあ...