

# 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



令和2年度のボランティア活動センター登録ボランティアグループ説明会と個人ボランティア交流会は次の通りです。  
対象グループ並びに個人ボランティアの参加をお待ちしています！

### 登録ボランティアグループ説明会

日時：3月12日(木) 10:00～  
内容：登録・活動上の留意点  
次年度の登録助成金基準について  
場所：キセラ川西プラザ 福祉棟 2階 共用会議室  
申込み：新規グループは前日までに要予約

### 個人ボランティア交流会

日時：3月12日(木) 13:30～  
内容：ボランティア活動の説明及び  
個人ボランティアの交流会  
場所：キセラ川西プラザ 福祉棟 1階 市社協内  
申込み：不要



## 出前ボランティア講座(随時受付中)

出前ボランティア講座はボランティアの担い手確保や育成を目的に、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筆談 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(災害時の判断に迷う状況を体験し、価値観や視点を学ぶゲーム) ⑩知的障がい者疑似体験  
⑪ハンドマッサージボランティア育成

講師：ボランティア活動センター登録グループ他

対象：これからボランティア活動を始めようとする人、もしくはすでに活動していて新たな活動を始めようとする人

定員：5～20名程度

受講料：無料

申込み：2か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。



第2回は  
1月17日

## 川西市ボランティア連絡協議会研修会 第1回



災害に対する日頃からの備えと災害時の簡単クッキングを行いました。  
写真は耐熱ポリ袋に食材を入れて加熱している様子です。

### 備蓄の主なワンポイントアドバイス

- ☆家庭に何があるのかをチェック
- ☆最低でも3日分(9食分)用意
- ☆備蓄品の収納スペースのチェック
- ☆保存期間のチェック

## オープン・カフェ

日時：毎月第2金曜日 17:00~19:00  
場所：キセラ川西プラザ 福祉棟1階 市社協内  
参加費：100円(コーヒー代)  
対象：高校生・大学生等(おおむね15歳から29歳)  
内容：仲間づくりや気分転換、おしゃべりがしたいなど  
気楽に立ち寄ってもらえるつながりの場として開催しています。



## ほほえみサロン

引きこもり当事者や家族の方  
お茶や音楽でくつろぎながら一緒にすごしませんか。

日時：毎月第3土曜日 10:00~12:00  
場所：キセラ川西プラザ 福祉棟2階 共用会議室  
主催：ほっとほほえみ



## 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 10:00~12:00  
場所：キセラ川西プラザ 福祉棟1階 市社協内

平日9:00~17:30の間、ボランティア活動センターにて  
随時相談を受け付けています。

気軽に  
立ち寄って  
くださいね



## 心の居場所

心の病気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(1月は休み) 13:30~15:30  
場所：キセラ川西プラザ 福祉棟2階 共用会議室  
主催：「心」





## 活動のひとこま

小藺日菜子さん(和太鼓みのり所属)



私は小学2年生の時に「和太鼓みのり」へ入会し、大学3年生の今でも活動をしています。「ボランティア」って“お節的な人がする活動”“元気な高齢者がする活動”“支援を必要としている人への奉仕活動”といったイメージがあるかもしれませんが、「和太鼓みのり」は小学生から60才代の幅広い年齢層のメンバーが活動しているので、必ずしもそうではないと思います。

ボランティア活動を始めるきっかけは人それぞれです。所属の中学生に入会理由を聞いてみると「太鼓の達人のゲームが好きで面白そうだったから!」「太鼓の演奏を聞いた時にカッコ良いと思った」などボランティア活動を意識したものではありませんでした。私も入会当時は、ボランティア活動の意味を理解していませんでしたが、演奏会で地域の方々と触れ合うボランティアは、生まれ育った川西市への恩返しであり、私にとって温かい場所です。また新しい出会いがあることで人とつながり、日々多くの方々に支えられていることを実感します。地域とつながることはとても意味があり、きっと今までとは一味違う生活が始まります。「興味あるな!」「おもしろそう!」「やってみようかな?」と思える何かに出会った時に勇気をもって一歩踏み出してみませんか?

ぜひ一緒に川西市で  
ボランティア活動をしましょう!



## 手づくり絵本コンクールで優秀賞受賞 ～ボランティアいずみ～

岐阜女子大学 第10回手づくり絵本コンクールで  
布絵本「あそぼ」が選ばれました。



にじこちゃん



## の簡単レシピ 「玉ねぎの明太子炒め」



材 料：明太子…1腹 玉ねぎ…小1個  
ごま油…小さじ1 酒…大さじ1 濃口しょうゆ…大さじ1

作り方：①玉ねぎは半分に切り、繊維にそって1cmくらいの幅に切る。  
明太子は2cm位に切る。  
②フライパンにごま油を熱し、玉ねぎを炒め、明太子を入れ  
酒をふりかけ炒め合わせ、醤油で味を調える。

\*好みで刻み海苔や炒りごまをのせる。







# いろいろ情報板

誰でも参加できます。  
お待ちしております！

## 第31回 耳の日の集い

テーマ：「聞こえ」と「生活習慣」「認知症」は関係ある



日 時：3月7日(土) 12:30~16:00  
場 所：キセラ川西プラザ 文化棟 2階 大集会室  
講 師：中川 良雄さん  
(認定補聴器技能者、公認心理士、特定社会保険労務士)  
参加費：無料  
☆☆ 他にもお楽しみがあります ☆☆



### ご存知ですか？ 点字ブロック

日本で初めて考案・開発され、それをもとに世界75か国に普及しました。  
ブロック上に物を置くと、視覚障がい者の社会参加を阻(はば)むことにつながるのですよ！



### 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10日(金) 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課  
TEL：072-740-1145  
FAX：072-740-1320



【問合せ】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 1-12-16 キセラ川西プラザ 福祉棟 1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/

ちよこひつじ

数年前より日々過ぎて行くのがとても早くなり  
1年があっという間に過ぎる。  
3月26日に両陛下が神武天皇陵に退位報告のため  
橿原神宮に来られるので奈良の友人に「もうこれが  
最後よ、絶対に行くべきよ」と誘われた。それとい  
うのも「皇后美智子さまから醸し出されるオーラが  
半端じゃないの素敵よ。ぜひ行きましょう！」  
2日前から早起きの練習をして出かけた。  
駅に到着された時のお迎えはならず、参拝を終えら  
れた車中の両陛下を沿道の一歩前で待つことに…。  
ゆっくりとお車は進み、窓を開け、にこやかに手を  
振られる両陛下。  
時間にすれば2〜3秒だったでしょう。  
目の前3メートル位の処で。  
オーラもすごいが、1枚の絵を観ているよう。  
なぜかわからないけれど涙が…。  
少し離れていた友人が「どう、みれた？」  
「はい、ばっちり！」  
誘ってくれてありがとう。感謝！感謝！  
気持ち良く送り出してくれた夫へのお土産は沿道  
で振っていた日の丸の小旗だった。  
10月22日の即位礼正殿の儀から始まって、一連の  
儀式・行事はテレビの前で釘付けになり堪能した。  
いくら私が頑張っても、次の即位礼を  
観る事は叶わないでしょう。  
とても良い1年だった。  
そして令和2年は、どうか大きな  
悲しい自然災害がない様に祈るばか  
りです。

オーラに惹かれて

