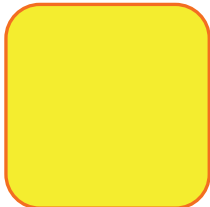
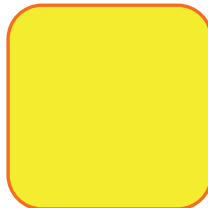
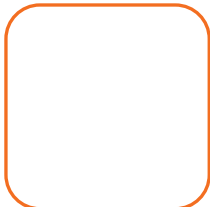


ボラ♡ほっと

発行：北名古屋市社会福祉協議会ボランティアセンター（Tel:0568-25-8500） 編集：北名古屋市ボランティア連絡協議会



蕎麦打ち倶楽部



私たちと一緒にそばを打ってみませんか。

毎月第1・第3火曜日
午前9時30分～正午、
もえの丘2階栄養指導室
で活動しています。

只今“そば打ち教室”
を開催しています。

次回は10月頃を予定し
ています。

詳しくは『ボラ♡ほっと』
10月号に掲載します。

ご参加をお待ちしてい
ます。

蕎麦打ち倶楽部
長谷川 栄司

蕎麦打ち倶楽部 信条
我が倶楽部の一文字造語は「協」です。
同志が手打ちそばを通じて
協力・協和・協調・協賛し合いながら
融和を図り楽しい会に育て上げる。

わたしたちは



こんなことをしています!

No.22

ボランティアをやってみようかな…?と思ってもどんなグループがどんな事しているのか分からないのでは先に進めませんね。ボランティアセンター登録のグループはたくさんあります。今回は『じょいらいふ』というグループを皆さんに紹介します。

じょいらいふ

ともに生きる・・・



山下 喜三子会長

『じょいらいふ』は障がい児(者)支援ボランティアグループです。障がいのある方もない方も、北名古屋市で共に楽しく生きがいを持って生活ができるようにと願いを込めて発足しました。今年で10年目を迎えました。まだまだ専門性では未熟な私たちですが、これからも私たちがかわる方々の笑顔の輪が地域に広がるよう頑張りたいと思います。



★本日のメニュー

2/14 (土)

今年のメニューは
すき煮
根菜ヘルシースープ
フルーツポンチ

毎回、メニュー作り
から調理まで
腕をふるっています
シェフ 三枝子



★杉山さんの調理風景

毎年2月に“交流会”をしています。ばら寿司・ピザ・シチューなどバラエティーに富んだメニューで楽しむことができました。手作りのランチョンマットにも心を込めています。



★交流会のあとは、ゲームを楽しみます。
今年は〇×ゲーム、紙芝居、スマートボールをしました。



★毎月第2日曜日『和太鼓クラブてんつく
てん』の練習のお手伝いをしています。
みんなの息もピッタリ!
そして、本番に強いのが自慢です。

平成27年度 社会福祉協議会ボランティアセンター登録団体等一覧

【No.1～20はボランティア連絡協議会に登録】

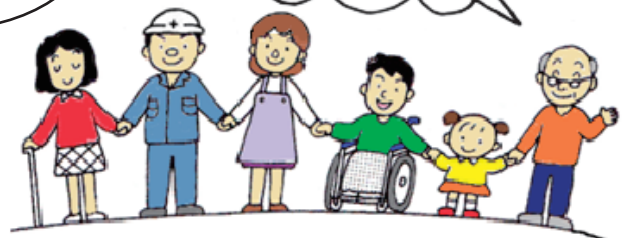
No.	団体名	活動内容	No.	団体名	活動内容
1	キツキの会	視覚障がい者支援 広報・社協だよりの点訳など	15	お茶の会	イベント等でのお茶会など
2	麦の会	75歳以上でひとり暮らし高齢者とのふれあい会の実施など	16	北なごや防災ボランティア	水防・防災訓練での災害Vセンターシミュレーション、防災講習会など
3	あいの会	聴覚障がい者支援 手話学習など	17	じょいらいふ	障がい児・者支援活動
4	あゆみの会	聴覚障がい者支援 手話学習など	18	北名古屋 おもちゃ病院	おもちゃの修理など
5	虹	母子父子家庭児童への手作り パスデイカード作成など	19	北名古屋麺友会	手打ち麺等による地域福祉活動
6	れもん	聴覚障がい者支援 手話学習など	20	蕎麦打ち倶楽部	手打ち蕎麦を通じて地域福祉活動への参加
7	てのひら	デイサービスへの協力など	21	ふれあいの会	ひとり暮らし高齢者とのふれあい昼食会の実施など
8	ひまわりの会	心身障がい児・者の自立と社会参加支援	22	北名古屋 おもちゃ西病院	おもちゃの修理など
9	桂の会	デイサービスでの籐芸の指導 介護予防・出前講座など	23	未 来	精神障がい者の自立と社会参加支援など
10	㊦ 北なごや	聴覚障がい者支援 要約筆記活動など	24	フランス語 クラブ	フランス語でのボランティアフリーガイドなど
11	かたらんと	広報等の音訳テープ・CD作成など	25	みんなの知恵袋	再利用(リサイクル)手作り品の作成など
12	西春点訳クラブ	視覚障がい者支援 広報・社協だよりの点訳など	-	北名古屋 ボランティア 連絡協議会	市内ボランティアグループ間の情報交換など
13	すみれ	あいせの里での食事介助など	-	北名古屋 手話サークル 連絡会	市内手話ボランティア等の総合窓口
14	はと	広報等の音訳テープ・CD作成など	-	個人 ボランティア	運転ボランティアなど

ボランティア相談

- ☆日時 毎月第3水曜日
午後1時30分～3時30分まで
- ☆場所 総合福祉センターもえの丘
2階 ボランティア専用室
(北名古屋市熊之庄大畔48番地)

相談日には
ボランティア実践者も
参加しています。

皆さんも
いっしょにボランティアを
しませんか!



メッセージカード を作ってみませんか！



おねがい が ようし は つく ④面をコピーして画用紙に貼って作ってネ

準備するもの

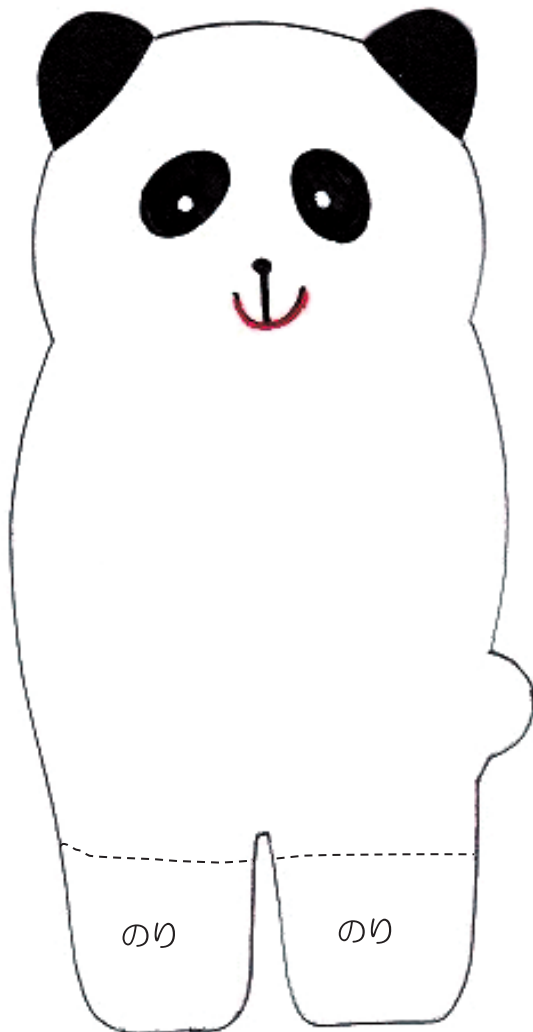
はさみ、クレヨン、のり、カッター、画用紙

作り方

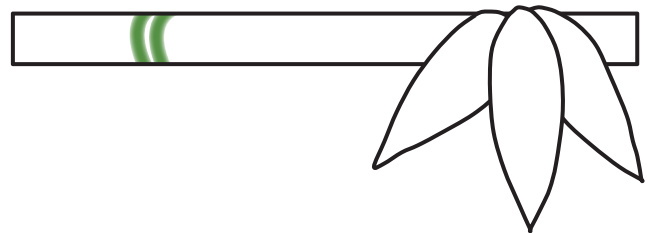
- ②のササに色をぬる
- ①、②、③を切りとる
- ①、②、③のうらにのりをつけて画用紙に貼り同じ大きさに切る
- ①の足の部分にのりをつける
- ①と③を貼り合わせる
- ①パンダ本体の口にカッターで切り込みを入れる
- ①のパンダのおなかにメッセージをかく
(例 ありがとう、おめでとうなど)
- 口のうらにのりをつけてササをくわえさせる

できあがり

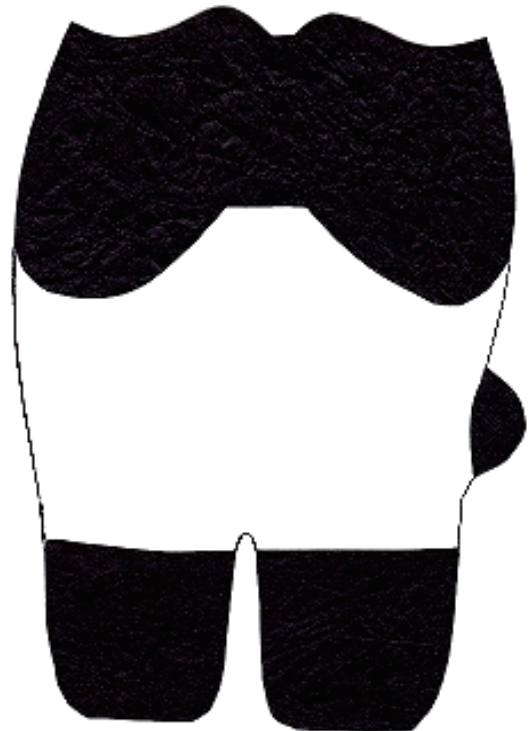
①パンダ本体



②ササ



③パンダ手足



き は
切って貼るだけで
かわいいパンダカードができるよ！



毎月第4火曜日もえの丘ボランティア会議室で、ボランティアセンター登録団体連絡会及び代表者会があります。4月は毎年社協との懇親会があります。会議終了後、社協（高柳会長・堀部局長・島田課長補佐・ボランティア担当の安田さん）に各グループのアピールと日ごろの困った事、良かった事などいろいろお話を聞いていただきました。

キツツキの会



近頃、刀剣がブームのようで・・・。
 「柄頭・柄巻・鐔・鞘・切羽・目貫」※1
 読めましたか？ じゃあこれはどうでしょう。
 「布着漆塗片手巻」・「青貝磯草笛巻塗」※2

これはいま点訳している本の中に出てくる言葉です。点訳では読めるだけではいけません。自立語で切って書くというルールがあります。言葉のまとまりを正しく理解しなければいけないのです。『刀剣ハンドブック』を買ってしまいました。知らない間にブームに乗っていたようです。知らない事を楽しめるのも点字の世界です。

只今『キツツキの会』では、点訳ボランティア養成講座参加者募集中です。詳しくは、社協だより7月号に掲載しています。ご応募お待ちしております。
 【山田恵利子】

- ※1 つかがしら・つかまき・つば・さや・せっぱ・めぬき
- ※2 むのきせうろしぬりかたてまき・あおがいいそくさふえまきぬり

《合瀬川桜まつり》



4月5日（日）朝から雨のため、市総合体育館で行われました。桜は見れませんでした。各コーナーは趣向を凝らし賑わっていました。『北名古屋麺友会』は会場の一角を担当し、キツネうどんを販売。「おいしい！」という言葉と一緒に笑顔もこぼれていました。

お知らせ

『北名古屋麺友会』『蕎麦打ち倶楽部』の試食会・賞味会を諸般の事情により、4月から中止させて頂くことになりました。

これまでご参加いただいた皆様には本当にありがとうございました。

今後も、「うどん・蕎麦が食べたい!」「一緒に作ってみたい!」という方は、『北名古屋麺友会』『蕎麦打ち倶楽部』とも麺作り教室を行なっています。ぜひお声をかけて下さい。お待ちしております。

『北名古屋麺友会』中川 成光

『蕎麦打ち倶楽部』長谷川 栄司



社会福祉協議会
 マスコットキャラクター

私の名前は「にこりん」
 よろしくネ!

〒481-0033

北名古屋市西之保藤塚93番地

北名古屋市社会福祉協議会

ボラ・ほっと係

E-mail :

fukushi@kitanagoya-shakyo.jp

4/18 (土)

平成27年度

北名古屋市ボランティア連絡協議会 総会

場所 もえの丘ふれあい健康ルーム

平成27年度の総会がもえの丘で行われました。手話は北名古屋市手話サークル連絡会、要約筆記は⑩北なごやの皆さんに協力していただきました。会長は前年に引き続き、茶納百合子さんが就任。

今年度も20グループが互いに助け合い、各自のボランティア活動はもちろん、様々な場面で『笑顔で楽しくボランティア』を実践していくことを誓い合いました。

今年、連絡協議会は創立10周年を迎えます。昨年“全国ボランティアフェスティバルぎふ”で講演された白川村の倉嘉宏教育長の話に感銘を受けた参加者からの提案で、10年の節目を迎えるにあたり、6月に連絡協議会登録団体の皆さんとともに世界文化遺産“白川郷”でのボランティア研修会を計画しました。



V連絡協議会 役員

会長	茶納 百合子
副会長	加藤 富士美
副会長	吉田 彩子
書記	山本 史子
書記	渡邊 直子
会計	植 喜美恵
会計	横山 義和
広報	大野 あけみ
広報	細野 陽子
広報	山田 恵利子
監事	石原 幸世
監事	今村 麗子

湯浅景元氏 講演会



湯浅 景元 教授

総会后、中京大学スポーツ科学部教授の湯浅景元氏の講演会がありました。“いつまでも健康でボランティア”をテーマに、まず健康寿命を延ばそう、健康寿命を延ばすには、睡眠・食事・運動です。睡眠は8～9時間、食事は1日に食べる量を決めて5回に分けるといいそうです。

運動は実際に会場の皆さんと一緒に、椅子に座ってウォーキングをしたり、首や肩・腰のストレッチ、肩・指・脚の筋トレも教えていただきました。

最後に、先生の一番好きな言葉は『自愛』。自分を大事にする人は他人も大事にすることができるそうです。先生のパワー溢れるお話は、随所にヒントがあり、今後の活動がバージョンアップしそうな気がしました。

【広報 大野あけみ】

エッ Say

今年の4月から、健康寿命を意識して運動を始めました。

きっかけは右肩を痛めたのに続き、左膝も痛み、数日は松葉杖のお世話になり、健康のありがたみを楽しみと感じたことです。

これまでも、運動をしなければと思いつつも、明日から、来月からと先延ばしにしていました。今は週に2～3日ではありますが、自分のペースで無理をせず、楽しく身体を動かしています。どの部分を動かしているかを意識するだけでも、運動効果が違うそうです。

一年後の若返った自分をイメージして、今日もガンバロー！

言い忘れましたが、継続する秘訣は第三者に公言することだそうです。

【加藤 富士美】