

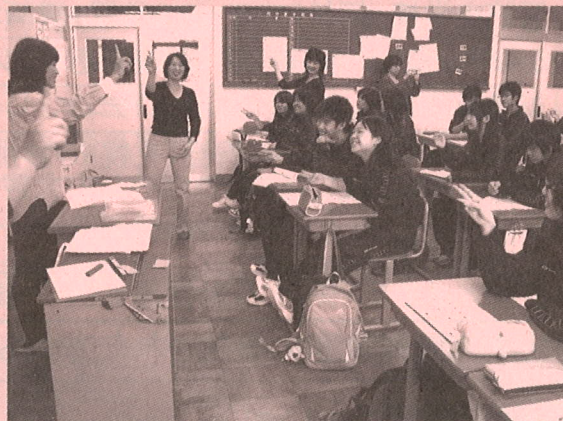
ふらせん

ボランティアの 町づくりを 目指して!!

今年度も多くの方のボランティア活動により、地域の取り組みや事業が行われました。改めて当センターを通じた参加、協力に心から感謝申し上げます。

これまでのまとめとして、ボランティア活動状況を報告させていただきます。今年度はボランティア活動されている方々を中心として初めて交流会を開催しました。また、全国的な大雪の影響もあり、除雪ボランティアの取り組みを多く頂きました。今後も皆様のボランティア活動が、一層広がるよう取り組んでいきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

三笠小学校福祉学習
車椅子講師ボランティア ↓



←三笠中学校
福祉交流学習
講師ボランティア

三楽荘ことぶき荘
夏まつり花火大会
介助ボランティア →



↑三楽荘いちきしり神社祭り
見学介助ボランティア

＜平成 22 年度活動報告＞

月 日	活 動 内 容	参加・協力
4月1日～	ふれあい喫茶ボランティア(翌年3月31日までの平日)	—
5月9日	みかさ梅まつり看護ボランティア	2名
5月11日	ふれあい健康センターボランティア会議	—
5月26日	福祉の店販売ボランティア(10月28日まで毎月1回)	2名
6月17日	からだに優しい料理教室調理補助ボランティア	3名
7月7日	ブラジル青少年夕食交流会看護ボランティア	2名
7月13日	ボランティア連絡協議会総会	—
7月15日	第34回三笠市福祉スポーツ大会ボランティア	37名
8月10日	三楽荘・ことぶき荘「夏まつり、花火大会」ボランティア	38名
9月6日	三楽荘利用者いちきり神社祭典見学 介助ボランティア	8名
9月6日	ボランティア交流会	61名
10月4日	三笠中学校 福祉交流学习 講師ボランティア(車椅子)	4名
10月5日	三笠中学校 福祉交流学习 講師ボランティア(手話)	4名
10月8日	在宅重度障害者戸外研修介助ボランティア	2名
10月30・31日	ボランティア愛ランド北海道 2010in さっぽろ参加	26名
11月9・10日	ボランティアスクール参加	22名
11月20日	第17回南空知少年サッカー選手権大会看護ボランティア	1名
11月25日	三笠小学校 福祉についての学習 講師ボランティア(車椅子)	3名
11月26日	三笠小学校 福祉についての学習 講師ボランティア(手話)	3名
11月30日	三笠小学校 福祉についての学習 講師ボランティア(点字)	4名
12月14日	からだに優しい料理教室 調理補助ボランティア	4名
1月29・30日	天理教ひのきしん隊除雪ボランティア	25名
2月5日	ボランティアリーダー学習会(札幌市)参加	2名
2月9日	富樫組除雪ボランティア	7名
2月13日	公明会除雪ボランティア	19名
3月18日	空知地区ボランティア活動推進セミナー参加予定	6名

● ボランティア協力した、料理教室に参加された方から感想をいただきました。

《からだに優しい料理教室について》

社会福祉協議会の皆様、又ボランティアに携わっている皆様、毎回、高齢者のためのボランティア活動に暖かいご尽力を賜り、誠に有難うございます。

更にまた、毎回の料理教室の講師としてご指導頂いて居ります市立三笠総合病院病院管理栄養士の藤澤紀子様衷心よりお礼申し上げます。

扱て、前回まで開催されました「男のふれあい料理教室」も10年近くになりました。発足当時は単身の男性のための、心身共に健康で長生きして頂きたい、地域の方々とのふれあいの場として、毎回20名からの参加があり、私もその都度、仲間に入れて頂き、お互い話し合いながら楽しく参加させて頂き感謝致しております。

最近、地域をとりまく環境が過疎化し、単身男性の高齢化もあり、昨年より男性、女性共同の「からだに優しい料理教室」として改名されて、新たに出発されましたこと、その火が絶えなかったことに感謝しております。特に、女性の方の参加は、さすが日頃家庭の中で、ご家庭の健康のために腕をふるってこられて、含蓄ある言葉や心温まるご指導の言葉を頂きながら楽しく学ばせて頂きました。

今後も、この「からだに優しい料理教室」が益々発展、成長されますことを祈念致します。

料理教室参加者 高橋鬼芳

ボランティアスクール開催しました

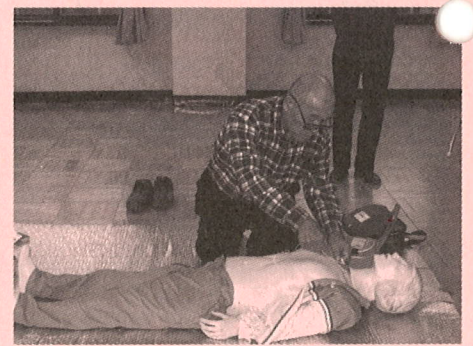
今年度は時期を少し早めて11月に開催しました。1日目に研修(車椅子操作、AEDの使い方)、2日目に防災施設体験見学を行いました。今回のスクールに参加した方々から、感想を聞かせていただきましたのでご紹介いたします。

《ボランティアスクールに参加して》

三笠市ボランティア連絡協議会に入会して日の浅い私は、21年度22年度のボランティアスクールに参加し貴重な経験を致しました。22年度は11月9日(火)、10日(水)の2日間の日程で開催され、1日目は1時間の昼食をはさみ、10時から15時の日程で午前中は車椅子介助研修、午後は救急救命(AED)機器の操作について、研修を受けました。初の体験で感じたことは目や頭から入った知識と、実体験から得た経験値に大きな開きがあるということでした。三寿会 小寺律子会長の指導により、車椅子介助の研修を受けましたが、豊富な経験から寄せられるユーモアも交えた適切な指導により、ドキドキハラハラした研修でした。和やかな中にも真剣な雰囲気の内、介助する側、される側の大変さ、大切さを痛感しました。消防署の方によるAEDの使い方の研修では、我が市内にも15箇所に設置され、身近な存在になってきた事を知りました。近年、全国的に普及が進んでいる様ですが、機器の耐用年数や高価格に問題があるようです。私は、町内会の事業としての研修も受け、今回で2回目でしたが、ダミーを使っての大変有意義な研修でした。多少尻込みする方が見られましたが、もっと積極的に参加し、万一のときの為に生かせる様な経験を積んでは如何でしょうか。

2日目は初の市外での研修で、防災体験でした。三笠を8時30分に出発、札幌市白石区、札幌防災センターに到着後、10時から12時までの2時間の日程で防災体験を実習致しました。係員による、一連の説明を受け、3D立体映像でびっくりした後、シュミレーターによる地震体験に肝を冷やしました。1~7迄の震度を体験しましたが、過去に2度、震度5に遭遇したことをまざまざと思い出しました。消化体験では皆さん比較的冷静に消化が出来たと思いましたが、実際の火災ではどの様に対応出来るのかと不安もわいてきました。最後に屋内からの脱出体験でした。煙の暗闇の中から、避難する事の恐怖は、ひしひしと伝わってきました。実際に想定しての体験や訓練でしたが、その場対した時、冷静に自分や人の身を守ることが出来るのか、冷静な判断が出来るのか、落ち着いて行動が出来るのか、深く考えさせられた1日でした。防災センターには、他にも防災グッズや様々な資料が整えられており、非常に参考になりました。市民や学童の姿も見かけ、意識の高さを感じます。今回のスクールに参加出来たことに深く感謝致します。

個人ボランティア 長谷澄諮



《私とボランティア》

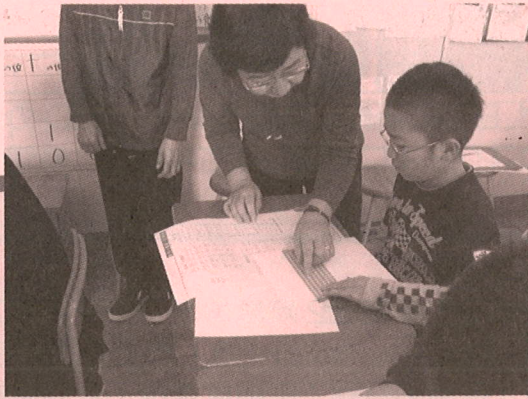
私がボランティアの仲間に入会したのは、今から十数年前になります。コーヒーボランティアのつもりで何にも知らず、年数が過ぎていく中で色々な活動がある事を知りました。

仲間に支えられ、なんとか今日まで続けることが出来たように思います。

講習会、実技、研修会にも参加させてもらい勉強したつもりですが、まだまだです。いつも思うことは自分が健康でなければ介助など、色々なお手伝いは出来ないと思っております。

これからも多くの人との交流をして努力しなければと考えております。年々老いていく身ではありますが、多くの仲間、皆さんに助けてもらい少しでもお手伝いして行きたいと思っております。

個人ボランティア 酒井幸子



↑三笠小学校 点字の学習場面
初めて点字器を使い、熱心に取り組む
児童のみなさん。覚えるのも早い！



↑ボランティア交流会での場面
ボランティア活動されている方々を
一堂に会し交流会。新たな仲間もッ！

いっしょに ボランティアしませんか！！

当センターでは、活動いただける方にボランティア登録していただき、各イベント等での協力依頼やお誘いをしています。活動内容は車椅子介助や除草、除雪など多岐にわたりますが、三笠市の特色あるものとして、ふれあい喫茶（コーヒーボランティア）があります。協力いただける方などいらっしゃいましたら、お気軽にボランティアセンターまでご連絡ください。

※看護師の資格を持った方の登録もお待ちしております。



エコキャップ運動の状況について

皆様のご協力のもと当センターでも多くのペットボトルキャップが集められ、下記の個数でおよそ131人分のワクチン、826kgのCO2削減に相当する量となりました。資源の有効活用となる収集ボランティアとして、今後も継続してご協力くださいますようお願いいたします。



◎収集個数…104,920個（2010年9月22日現在）

◎収集場所…老人福祉センター、社会福祉協議会、ふれあい健康センター

＜お願い＞収集はペットボトル飲料のキャップにしています。出来るだけ汚れを落として、他のものと混ざらないようお願い致します。

◆23年度ボランティア活動保険受付中

新年度の活動に備え、3月中の手続きをおすすめします。詳しくはお問い合わせください。

三笠市ボランティアセンター

住所 三笠市若松町10番地（社会福祉協議会内）
連絡先 01267-2-3151（FAX 01267-3-1515）

