



ボランティアセンターだより

平成 24 年 12 月 20 日発行

信更ボランティアセンター TEL299-2114

【実行委員長あいさつ】

実行委員長 宮田 和宏

私は、このたび信更地区住民自治協議会・福祉健康部会の信更ボランティアセンター実行委員会の実行委員長に就任致しました。

実行委員会の立ち上げに際し、自分にとっては大役と再三申し上げましたが、各位から度重なる要請があり、微力ではありますが務めさせていただくこととしました。町内の皆様のご支援とご協力を心からお願い申し上げます。

さて、5月16日には、拠点としての「信更ボランティアセンター」が、信更支所内に開所し、以来、大勢の皆様のご協力をいただきながら活動を行ってまいりました。小学校のプール清掃やお茶のみサロンのお手伝い等々。特に更府小学校のSBC「夢テレビ」での公園づくりでは、多くの方にご協力いただき、見事な「ゆめ公園」を完成させることができ、子供たちのあふれんばかりの笑顔に、ささやかながらも充実感を味わうことが出来ました。

ボランティアの語源は、ラテン語の「ボランタール(自由・正義・勇氣)」からきているそうです。広辞苑では「志願者・篤志家・奉仕者」「自らすすんで社会事業などに参加する人」と記載されています。少子高齢化が進む信更地区でも小さな力を寄せ合いながら、お互いに助け合い思いやりをもって接していく事が求められています。今後も、忙しい毎日の中でわずかに空いている自分の時間を、気軽にお手伝いいただくことで、必ず周囲に笑顔の輪が出来ることと思います。より多くの方に、ボランティア登録をいただいて、今後の思いやりの輪が少しでも広がっていく事を期待し、実行委員一同、皆様とともに活動を行ってまいりたいと存じます。よろしくお願い申し上げます。

◇活動報告◇

実施日	依頼者	依頼事項	時間	協力者(男)	(女)
4月25日	子育てサロン	託児	9:00~13:00		3人
5月29日	子育てサロン	託児	10:00~12:00		3人
5月29日	信田小学校	プール清掃	15:00~17:00	8人	1人
5月30日	〃	〃	〃	5人	10人
5月31日	〃	〃	〃	7人	8人
6月5日	更府小学校	〃	9:00~10:50	13人	9人
6月5日	子育てサロン	託児	9:30~12:30		5人
7月29日	花の里実行委員会	花の里の草取り他	8:30~10:30	男女合計 50名	
8月2日	保健福祉推進委員会	お茶のみサロン参加者の送迎	9:30~13:30	1人	
8月2日	〃	〃 サラダ作り	〃		3人
9月2日	信田小学校	運動会用テント張り	6:50~8:15	6人	1人
9月20日	子育てサロン	託児	10:00~13:00		5人
9月25日	信更中学校	家庭科授業でゆかたの着付け	10:30~11:45		4人
9月25日	更府小学校(SBC)	TV番組収録協力(公園づくり)	13:00~17:00	22人	6人
9月26日	〃	〃	13:00~15:00	15人	6人
10月17日	〃	〃 仕上げ作業	13:00~15:00	4人	2人
10月26日	社会福祉委員会	希望の旅の介助者	8:30~17:00	6人	2人
11月6日	子育てサロン	託児	10:00~12:30		3人
11月10日	信更中学校 PTA	本校舎への引越しの手伝い	13:00~16:00	10人	10人

◇信田小学校プール清掃◇ 5月29・30・31日

生徒数の減少により、清掃作業が生徒と先生だけでは負担であり、時間がかかるなどの事情から信田小学校より依頼があり、プール清掃のお手伝いをしました。

1日目、本当にきれいになるのか？ 2日目、やっと目途がつき緑がかったプールがブルーの姿を現わし、3日目、見違えるようになりました。

大人でも容易ではなく、かなり力の要する作業でした。少しの時間ではありましたが、普段接する事のない子供たち、先生方と一緒に出来たことは喜びを共感でき、良い体験でした。



地域ボランティアの皆さんありがとう！

ここ数年、信田小学校の児童数が減ってきている現状の中、本年度より信更地区の皆さんによるボランティア活動をしていただけることになり、さっそく本校でもプール清掃のお手伝いをさせていただくことにいたしました。

プール清掃は、全校で行いますが、34名の児童数では何日もかかってしまう可能性がありました。

ボランティアの皆さんには、ブラシ等を使って子ども達と一緒にプールを磨いていただきました。おかげで、3日間でプールも見違えるようになり夏の水泳を楽しむことが出来ました。

また、清掃中子どもたちの微笑ましい光景がみられ、地域の方との交流の良い機会になったと思います。本当にありがとうございました。

それから、9月3日には運動会に向けてのPTA作業がありました。児童数減少に伴い保護者の皆さんの数も減っておりここでもまたボランティアの皆さんに活躍していただきました。草刈りやコースのライン張り、そしてテント張りなど熱心にやっていただき時間通り終了することが出来ました。

本当に地域の皆さんのおかげです。ありがとうございました。

本年度2回のお手伝いをさせていただきましたが、このような活動を企画していただき、参加していただいた皆様に感謝申し上げます。引き続き、来年度も信更町の子どもたちのためにご協力いただけるとありがたいと思っています。

信田小学校校長 小滝重信



◇信田小学校 運動会用テント張り◇ 9月2日

猛暑が続いた今年の夏、運動会(9月15日)の練習中に、子供たちが休める場所をと言う事でテント張りの依頼がありました。朝の6時から、ボランティア7名と、先生方、保護者と共に6張りを手際よくやっていただき1時間ほどで終わらせることが出来ました。

早朝よりご苦労様でした。



◇更府小学校プール清掃 ◇ 6月6日

信田小学校に続き更府小学校のプール清掃も行いました。

更府は、更に生徒数が少なく例年であればきれいにし切れず夏休み終わり頃には藻が生えるそうです。

大勢の皆さんの協力により短時間で見違えるようになりました。

記録も伸びたのではないのでしょうか。

ご協力いただいた22名の皆さま、暑い中ありがとうございました。



白く輝くプール。感激と感謝。

更府小学校校長 角田都貴江

夏が近くなると毎年プールの清掃を全校で行う。一人の持ち場は、かなり広い。真剣にたわしで磨く小さな手。「なかなか落ちない」と歯を食いしばる子。照りつける太陽の中、真っ赤な顔の子どもたち。それでも磨き続ける。「もうこの辺であきらめよう。子ども達が熱中症になっちゃうよ」と、まず校長が音をあげる。初夏に毎年繰り返されるプール掃除である。

しかし、今年は、違った。短い時間で真っ白に輝いた。毎年見えていた緑色が今年は見えない。なんと、地域のボランティアさんが二十人も駆けつけてくださったお蔭である。

プールがきれいになっただけでなく、大事な体験もした。大勢で、いろいろ言いながら一緒に何かをやるという経験。プールの中が世の中の風景になった。年齢も見方も考え方も違う人たちとの交流。唯一無二の思い出になって子どもたちの心に残る。

感激そして感謝

◇公園作り◇ 9月25・26日、10月17日

10月21日(日)にテレビ放送された、SBC企画の、「夢テレビ!2012」の番組に応募した、更府小学校の子どもたちの夢“公園をつくりたい”が、採用されましたので公園づくりのお手伝いしました。

SBC、飯綱の業者さんの指導の下、子供たちと女性は丸太の皮むきや、丸太のペンキ塗り、“もう中学生さん”と看板を作ったり、メインの檜建ては男性陣でいっきに建てていただきました。

炭焼き小屋を壊したり、丸太を埋めたりとなかなか大変な作業でしたが、大勢のみなさんのご協力によりスムーズに作業を進ませることが出来、また楽しく行えました。

初日28名、2日目21名、3日目6名の総勢55名もの方にご協力いただきました。

子どもたちの夢の実現のためにご尽力いただき、誠にありがとうございました。



ボランティア活動に参加して

桜井区 S. Uさん

信更地区ボランティアセンターが5月16日に開所されましたのをうけて、『信更ボランティア』の会員登録を行いボランティア活動に参加しようと思いましたが、しかし、「ボランティア活動とは何ぞや」との理解を得るために調べてみましたところ次のようなことが判りました。

ボランティア活動の定義は、「自発(自主)性、無償(無給)性、利他(社会・公共・公益)性に基づく活動とされる。(wikipedia)」とのことでした。

ボランティア活動の手始めとして更府小学校のプール清掃作業協力依頼があり、6月6日に更府小学校のプール清掃作業に参加しました。児童数25名では大きなプール清掃作業は困難を極めることが一目瞭然と理解出来ました。と共にボランティア活動に参加された皆様ならびに児童と一緒に楽しくプール清掃作業が出来まして有意義な一日でした。

また、9月25日・26日の両日、更府小学校公園作りに参加をしてログハウスの建て方ならびに飛び石(木製)の設置等に従事し、大勢の皆様と楽しく作業を行いました。10月21日放送のSBCテレビの「夢テレビ2012」の放送を見て素晴らしい公園が出来たことに感動を覚えました。

このような活動を通じて成果が目に見えることは従事した者としてうれしい限りですね。

今後も少子高齢化の信更地域の地域助け合いの一助となればよいと思いますので、一人でも多くの仲間と楽しく活動をしてゆきたいですね!!!

～希望の旅～ 10月26日

~~~~~



8名のボランティアの方にお手伝い  
いただいて、12名の参加者と5名の  
スタッフで上越の水族館に行つて来  
ました。

「水族館は久しぶり」と遠方にも  
かかわらず、参加者の皆さんに喜ん  
でいただけ、無事に行つて来るこ  
が出来ました。

ご協力ありがとうございました。



## その人らしさを支える～『希望の旅』

民生児童委員 吉澤和宏

『希望の旅事業』は、在宅で寝たきりの高齢者や重度の心身障害者とその家族を対象に、寝たきりの改善や生きがいを高める事を目的に当地区では、年に一回開催しています。

本年は去る10月26日。参加者25名が上越の水族館見学。昼食は海鮮寿司で名高い「富寿司」にて、帰りの土産にと新鮮海魚「魚勢」に立ち寄り海産物買い物を楽しみました。私が介助担当したMさん、日常の会話も全く出来ず又歩行困難者で全て車椅子での移動です。最初は、小声のMさん。時間が経つにつれ水族館で泳ぐ大きな魚に「でっかい！」色鮮やかな赤や青、黄色の魚に「きれい！」小用の際は「小便！」と段々大きな声に。楽しくて良かったね！と尋ねると「うん！」と満足げなMさんでした。“その人らしさを支え”その人らしい生活を継続し“安心して暮らし続けることが出来る様に”介助者として、少しは自己満足が出来た一日でした。

今後も支えあい、助け合い、励ましあい、誰でも安心して生き生きと暮らすことが出来る地域福祉に微力ながら努力してまいります。

## ◇◇ 信更中学校 ◇◇◇◇◇

- ・ **9月25日 浴衣の着付け** 3年生が家庭科の授業で“着物を着る体験”をするという事で着付けのお手伝いをして来ました。3名で行き、手際よく着付けていただきました。
- ・ **11月10日 引越し作業** 昨年の10月から行っていた耐震補強工事が終了したので、本校舎への引越しのお手伝いをしました。
- ・ **12月4日 お箏の指導** 4名の方が10面の箏を持参でご指導して下さいました。



浴衣の着付け



引越し作業



お箏の体験学習

### 地域みなさんに支えられて

### 信更中学校長 熊谷典子

木枯らしに落ち葉が舞い上がる頃となりました。

11月10日、本校舎への引越しの際は、地域ボランティアとして、番場敏次さん、三澤昭夫さん、内山計正さん、内山昭一さん、大田敬文さん、山岸敏彦さん、吉澤澄男さん、永井憲嵩さん、中澤清知さん、日詰繁孝さん、宮下敏子さん、若林せい子さん、高沼みちえさん、内山千代枝さん、北村恵美子さん、日詰富士子さん、柴田千恵子さん、田中貞子さん、永井克美さん、永井幸子さん、20名の方々にお越しいただきました。その他、小林啓一同窓会長さんをはじめ同窓会の皆さん、市川学校評議員さん、PTAの方々等々…総勢70名ほどの皆さんのお力をお借りしました。本当にお世話になりました。現在、引越しから約1ヶ月が過ぎ、本校舎の生活環境は徐々に整い始め、隣の仮設校舎はだんだんと取り壊されB棟は跡形もなく姿を消し寂しい思いです。

2学期は教科学習においても地域ボランティアの方々にお世話になりました。

3年生の家庭科では、久保田千代子さん、高野弘子さん、永井玲子さんに日本の伝統文化である和服を着る体験として【浴衣】の着付けをお手伝いしていただきました。

1・2年生は、音楽の時間に小林卷子さんはじめ4名の方々に楽箏を、教えていただきました。10面もご持参の上、基礎から教えていただいたので、生徒一人一人が【箏】で「さくらさくら」を演奏することができました。また、4名の皆さんには「さくら変奏曲」を演奏いただき、生徒は箏の音色や平調子の音階のよさ、奏法などを鑑賞からも感受することができ、我が国の音楽の文化に親しむ貴重な機会となりました。

その他には、終末マラソンの集大成としての長距離記録会では、白鳥正洋公民館長さん、戸田雄太さんに伴奏していただき生徒を励まし支えていただきました。石坂袈裟好さん、市川義久さんからは、おいしいリンゴを届けていただき、生徒たちにパワーをいただきました。

このように、いろいろな場面で、地域の皆さんの温かい心に支えられ学校にご協力いただけること、本当に感謝です。どうか今後ともご理解、ご協力の程お願い致します。

厳冬に向かいます、どうかお体ご自愛下さいませ。

## 【ひとり暮らし高齢者のつどい事業】実施地区 氷ノ田

### ひとり暮らし高齢者とのふれあい会

中島 昌之

近年急速に独居高齢者が増加している、何をするにも意欲・興味が薄れ、食事・運動などもリズムのある生活が出来ない状態で、周りの人も気づかないことが多くなっています。

コーディネーターとワーカーの力添えによって、民生児童委員や運転協力員の皆さんに声を掛けていただき、1か月1回だけでもと言う事で23年10月に呼びかけがあり、年度内も余裕があると言っていたので早急に計画書を出しました。11月には長生会に協力をお願いし、補助金申請を提出して、12月からふれあい会食が始まりました。

第1回 23年12月信更公民館にて開催 弁当を購入する資金がない! ふれあいて何をするのか?と、課題はあったが対象者、スタッフともに200円の負担をお願いして開催する。協力員のオカリナ演奏をしていただいた。

第2回 24年1月信更公民館にて開催 食事内容も弁当だけでなくみそ汁などを出し工夫し、声を出すことも良いとカラオケを実施しました。

200円会費では不足 補助金が交付されるまで有志からの供出で急場をしのぐ口座を設定する都合上、正式会を設立、さらに規約制定・名簿調整を行い設立総会を開催しました。

第3回 24年2月 信更公民館にて ヨガ教室(朝田正一氏)

第4回 24年3月 信更公民館にて ヨガ教室と友愛会主催の手作り餃子での会食

24年度からは毎月2回実施することとなり、1回は公民館にてヨガ教室と会食、もう1回は自宅会食としました。対象者は10人位で、常時ボランティアスタッフを入れて22~23人です。

\* 氷ノ田は12名ものボランティア協力員さんで開催されています。他地区の方も出来る範囲でやってみてはいかがでしょうか。

### ボランティア養成講座開催のお知らせ

日 時 平成25年1月30日(水) 1:30~3:00

場 所 信更公民館 2階 大会議室

主 催 信更地区住民自治協議会福祉健康部会  
信更ボランティアセンター実行委員会

講座内容 1 信更地区ボランティアセンターの現状と信更地区にボランティアセンターがなぜ必要か  
2 「ボランティア活動を行うにあたって」  
講師 長野市社会福祉協議会  
地域福祉課課長補佐 土屋ゆかり様

その他に、子育てサロン・お茶のみサロンなど様々な事業のお手伝いをいただいています。

地域の皆さん方の助け合いのもと成り立っておりますので、一層のご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

ボランティアをしてみようと考え中の方、まだまだ登録会員を募集しております、大勢の皆さんの気軽な参加おまちしております。

連絡先 信更ボランティアセンター

TEL 299-2114

### ボランティアセンター実行委員会委員

実行委員長 宮田 和宏

副委員長 小山知佐子

日詰 雅子

委 員 中島 忠徳 日詰富士子

小林 啓一 北村恵美子

塚田 嘉治 柴田千恵子

小山 悦夫 永井 幸子

小林 誠 吉澤恵利子