

発行所/〒380-0813 長野市緑町1714-5
長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513
URL http://vnetnagano.or.jp
E-mail:volucen@vnetnagano.or.jp



ボランティア かわらばん

編集発行 ながのボランティアかわらばん編集委員会

あなたもなれる、今日からなれる！ 地域の子育て応援隊

みなさんは、「子育て支援」という言葉からどんなことをイメージしますか？ 託児でしょうか？ 子育てサロンや広場の運営でしょうか？
子育てを取り巻く環境は日々変化しています。経済的な不安はもちろん、子育ての孤立化が問題視される中、行政・民間を問わず子育て支援の動きは広がっています。長野市でも保育園での子育て支援センター（*1）やお



イラスト：丸山由美子

ひさま広場（*2）などが設けられているほか、各地域でも住民自治協議会やボランティアグループなどが広場やサロンを開催しています。でも、そういう形になった支援だけが必要とされていることなのでしょうか？
今回のかわらばんでは、ボランティアという視点と、地域の関係作りという視点から、子どもの育ちを応援するために一人一人ができることは何かを考えてみたいと思います。

あなたもなれる、今日からなれる！ 特集 地域の子育て応援隊

子育て中の親が望んでいっていることって？

10月5日(火)・12月1日(水)に子ども・子育て情報いちば(※3)が開かれました。集まったのは、子育て中の人はもちろん、子育て支援関係者、民生委員、福祉施設職員、ボランティアグループなど多種多様です。それぞれの立場から、社会全体で子どもの育ちを支えること、親自身の自己実現や社会参加などについて意見交換をしました。

それぞれのグループワークの中で、「親が楽しいと子どもも楽しい。親もリフレッシュしたり地域の人と出会ったりする機会がほしい」とか、「子どもがいるからダメではなく、親の張り合いとして参加できる場がほしい」など、親の自己実現の場が必要との希望が出されていたのが印象的。また、男性の子育て参加について話し合ったグループからは、父親の育児参加だけでなく、「地域のおじさん(民生委員など)やおじいちゃんや広場などにいてくれるだけで子どもは喜ぶ」という意見が出さ

れ、親以外の大人の応援を求める声もありました。また、「子育てに関する情報がない。そこに行けば情報が得られるという場が必要」とも。さらに、「積極的に外に出てこれる親子が良いが、家にこもっている親子への支援をどうしたら？」という支援の現場からの声もありました。地域に身近な子育て支援の場があることはうれしいことでしょう。でも、それが子育て中の親のニーズに合っているのかという疑問を投げかけられたと同時に、子育ての孤立化も場作りだけでは解決できないことがわかります。

サービスマニュアルや制度を利用している人でも、日々のちょっとしたニーズに答えてくれる人が必要なのかもしれません。また、地域の人たちとの常日頃の関わりは制度やサービスでは作り出せないものの1つです。

子育て中でもボランティア

でも、困ったことばかりでもないようです。地域に「ともにある仲間」として、寄り添いながら支えていく応援を始めた人たちもいます。

石渡公民館を拠点に活動している子育てホッとステーション「おさんぽ広場」を訪ねました。ここは、地域の中の歩いていける気軽な広場です。中心となっているのは子育て中のお母さんたち、広場の運営グルー



プ「おさんぽくらぶ」の大島美樹さん・中澤栄江さん・丹治真奈美さんです。地域の民生委員やながの子育てネット(育児サークルのネットワーク)の助けを借りながら、週3回を目標に運営しています。

集まってくるのは、歩きや自転車から来る親子。みんなのんびりとした時間を楽しんでいました。そこでは、お互いを「○○ちゃんのママ」ではなく名前呼び合い、赤ちゃんを抱えたメンバーがトイレに立つと、そばにいたメンバーの1人がその子を受け取り抱っこする。ごく自然に支えあいの心が育まれています。

「おさんぽくらぶ」の代表である大島さんに、広場への想いを寄稿していただきました。



あなたもなれる、今日からなれる!

特集 地域の子育て応援隊

地域で子育て

おさんぽくらぶ 大島 美樹

昨今は、核家族化で子育てが「孤育て」^{こそだて}になってきている。「孤育て」の閉塞感から、つらい精神状態で子育てをしている人は多い。しかし、年配の方から見れば、今どきの親は、昔より物はある、便利なものに恵まれ、楽に子育てができるようにも思えることだろう。だから、「子育て支援? 私たちの頃にはなかったわ! 公園で遊べばいいだけのことなのに」と子育て支援の論議について眉をひそめる人もいまだに多い。

そんな中、私自身子育てサークルに救われ、今日まで、子育てサークルや子育て広場を運営してきた。多くの人に「奇特な人ね。主婦の仕事をおさなりにしてまで」と思われても続けてきたのは、「子育て支援は必要」だという思いからである。

今の世の中は、モノも情報も溢れかえってはいるが、人間関係の豊かさが昔よりはるかに欠けてきている。人は人との関わりの中で生きている。こどもはもちろん子育て中の親も。それなのに、子育て奮闘中で悩みの多い時に、一番人間関係を作りにくくなっていく。日頃の付き合いが少なく、互いを知らないため、プライバシー

保護や「迷惑をかける」ことに敏感で、ゆとりある心でこどもを育てられなくなっている。

だから、私は子育て支援をやめない。子育てする人が、安心してこどもを遊ばせ、情報収集でき、人間関係を培っていく場を作っていくこと。それが、私のライフワークとなっている。「のど元過ぎれば熱さ忘れる」。そんな先輩ばかりでは、今の若い人の大変さは、放っておかれてしまう。

声をかけよう。笑顔をあげよう。お互いに温かい心で接して、未来のこどもに、良い人間関係の土台を残していこう。これが、今後の子育てを明るく導く簡単な方法です。

特別なことをしなくても、たった一言で救われる、繊細な親たち。こどもの成長と自分の成長のため、一生懸命になっている親たち。汗と涙と笑いの第二の青春のような親たち。彼らのために、みんなが温かく応援してくれるとありがたい。



子育て応援隊

になろう!

地域の中で互いに支え合うために、日常の関わりが大切なのは子どもに限らず高齢者も障がい者も、すべての人にとって同じです。そして、それは他のボランティア活動と同じで、誰かがやってくれるのではなく、私から始まる「私発(わたくしはつ)」なのです。

そう考えた時、地域でできることはきつとたくさんあります。

あなたに時間の余裕とやる気があれば、子育て支援センターや子育て広場でボランティアスタップとして活動するもよし、奮起して自分で子育て広場を始めるもよし。読み聞かせやパネルシアター、育児サークルなどは子育て中でもできる活動でしょう。自分の趣味や特技を活かした活動を考えてみましょう。ボランティアセンターでも応援します。

でも、「そこまではちよつと」という人の方が多数派でしょう。目に見える形の支援だけが支援ではなく、日頃の地域内での関係作りだっただけの支援です。あなたも、子どもを連れた親子に出会ったとき、「かわいね、いくつ?」という一言でもいいから声をかけてみませんか。おさんぽ広場で出会ったあるお母さんは「子どもを預かってくれるとか、そんな大それたことではなく、

声をかけてくれるだけでうれしい」と言っていました。「がんばってるね」と認めてもらうことが不安な中で子育てする親にとって救いなのではないでしょうか。

顔が見える関係になると、今何が辛くて、何に困っているのか、そんな話もできるようになるかもしれません。そして、その関係が広がることで、子どもたちは地域の人に認められ、見守られていることを実感しながら成長できることでしょう。今日からなれる、誰でもできる子育て応援隊になってみましょう!

- *1) 子育て支援センター：長野市立の保育園 14 カ所に設置され、週 2 日～5 日の園開放や育児相談、サークル活動支援などを行っています。
- *2) おひさま広場：市内保育園、幼稚園で開かれていて、園開放、育児情報提供、園児との交流、講習会などが実施されています。
- *3) 子ども・子育て情報いちば 市内に点在する子育て支援に関わる人や子育て中の親が手を携えて、ネットワークを作りながら子育て支援のための情報交換・意見交換場を設けています。長野県社会福祉協議会・NPO 法人こどもの城いきいきプロジェクトが中心となり、行政や福祉関係者実行委員会を含む実行委員会によって運営されています。

ボランティア活動振興事業助成金

白熱の公開審査会！

12月12日(日)平成22年度ボランティア活動振興事業助成金の公開審査会が行われました。この助成は、ボランティアグループや市民活動をする団体を対象に、新規事業に対して実施されるものです。書類審査を受けた10グループがどんな活動で、何を目的としているかをプレゼンテーションしました。

得たものはお金だけじゃない！それ以上の何か！

助成金を申請することは、申請書を書く段階で、自分たちの活動を振り返り、見直すことができます。公開審査会では、会員のみなさんが一致団結、作戦をねりながら仲間意識が強くなっています。また、他団体の活動を知り、つながる機会にもなります。審査委員とのやりとりでは、ボランティア活動の広がりや持続性、発展性を考えるヒントをいただけるのです。

この審査会は各グループのプレゼンから助成額決定まで、すべて公開で行われ、ボランティアセンターの運営委員などで構成される審査員5名が公正に審査を行いました。さて、その様子をご紹介します。

私たちの活動を応援して下さい！！
思いを熱く語った！

プレゼンのひとコマ。 思いを込めて



寸劇でアピール！！



各グループ持ち時間は10分間。活動の思いや考えを発表するプレゼンは、きっちり3分、残りの7分は審査員からの質問タイムです。プレゼンの方法は、スライドの上映や、実際の活動をその場で披露する等、熱

意と感情が織り込まれ趣向をこらしたものでした。中条地区の「まちの縁側むしくら実行隊」の皆さんは、子どもたちを交えた寸劇で活動を紹介、迫真の演技に会場から笑い声と拍手がおきました。

質問タイムには、事業の趣旨や目的、予算の組み立て方や工夫、その先にどんな事を考えて事業を計画しているかなど、審査委員から鋭い質問が出されました。紙芝居の舞台となる枠を申請したグループには「手作りしてみてくださいはどうか」、また、マイクやアンプなどの備品を希望したグループには「借りる手段があるのではないか」など。どのグループもドキドキしたことでしよう。それでも自分たちの考えを堂々と発表する様子に、言葉を越えた熱意を感じました。



審査のようす ドキドキ

また、今回は、高校生や大学生、若い社会人の皆さんも特別審査委員として参加しました。若い世代ならではの感性で、審査委員の観点とは違った意見が出されました。特別審査委員の一人である市立長野高校の土屋汐里さんは、「読み聞かせの練

習を高校生と一緒にやっては？」と提案、その言葉に励まされ「ぜひ、一緒にやりたい」と、新たな交流が期待されます。

ひとつの方向性ではない多様な人の意見が出る場となり、助成されるお金以上に得難いものをつかんだみなさんの活動が楽しみになった審査会でした。

*公開審査会の結果、助成金を獲得した事業は次のとおりです。

- 1 紙芝居の上演ボランティア
しろうと紙芝居の会
- 2 児童施設訪問ボランティア
いきいき会
- 3 老人福祉事業 陽だまり会
読み語りボランティア
おはなしの森
- 5 まちの縁側づくり
- 6 川中島の保健室における交流
活動 川中島の保健室
- 7 地域住民参画による地域拠点
について考える研修会
- 8 後町小学校物語プロジェクト
縦・横・地域を鼓動でつなげよう
- 9 べっ鼓隊
- 9 カンボジアモノログ2出版
カンボジアモノログ
- 10 持続可能な暮らしをめざして
楽しくつながる北信地域での
文化交流活動
わ！ながの



『コンテナで菜園気分』

ベビーリーフの種まき 徳永淳子

今年こそ自分で育てた野菜やハーブを食卓にと意気込んでいる方、まずは小さなスペースでも育てられるコンテナ（容器）栽培から始めてみましょう。思ったときが種まき時、成功したら次々にいろんな植物、そして広い場所で、いろいろなと挑戦したくなるはずですよ。

まずは適温（20℃前後）が保てれば1カ月ほどで収穫できるベビーリーフ。ロケットやミズナ、コマツナ、マスタードなどの種がミックスになっていて、小さくて若い葉をトッピングやサラダに使います。

【用意するもの】

ベビーリーフの種、コンテナ（容器）は高さ15～20cmほどあれば鉢でもプランターでもよい。市販の野菜用培養土。鉢底用に赤玉土（大粒）かゴロ土。必要ならば鉢底網。

【手順】

①容器の底穴が大きければ網でふさぐ。②鉢底用土を1cmほど入れ、培養土を8分目くらいまで入れる。③たっぷり水やりしてから、タネをばらまきます。④覆土はタネが隠れる程度。種まき後はスプレーでの水やりがよい。⑤置き場所は日あたりのよい廊下や窓辺に。夜は防寒すると安心。⑥大きくなった葉から収穫。追肥すると順次伸びてくる。



絵 子 供 達 へ クリスマスカ ド を 送

いつもくんが行く！

世界の人がとても驚き、心配したあの痛ましい「チェルノブイリ原子力発電所事故」からもう24年もたつんだね。でも、いまでも放射能汚染の影響は続いているんだって。会代表の本道多加子さんが、可愛らしいクリスマスカードをつくりながらそんな話をしてくれたよ。母親が事

故にあったので、生まれながらにして白血病に苦しんでいる子もいるらしいんだ。本道さんたちはベラルーシ共和国のジトミル州の病院や孤児院で暮らす子どもたちを励まそうと、10年間ずっと、カードを送る活動をしているんだって。チラシ広告のツリーの写真などをカラージュして、そこには「よい子たちに幸せあれ」「遠い国から見守っています」と温かいメッセージを書き添えていたよ。去年のカードを手にした子どもたちの明るい笑顔の返事が印象的だったよ。
「人々の記憶から消えて、事故のこ



とが風化していくことが一番怖いことですね」。本道さんは言いました。とても考えさせられた1日だったよ。これからも多くの子どもたちの支えになってほしいなあ。

現場状況12月分

(取りまとめ期間:11月16日～12月15日)

相談件数	
ボランティアしたい	14件
ボランティア求む	9件
情報求む	10件
ボランティア活動支援	7件
ボランティア活動上の悩み	3件
よろず相談・悩みごと	3件
ボランティア保険・事故処理	5件
その他	5件
合計	56件

問い合わせ件数	
会議室予約	242件
伝言	22件
情報提供	58件
機材貸し出し	170件
チラシ・掲示板	21件
その他	187件
受付（よりいい会等）	474件
合計	1174件

その他	
情報カード受付	45件
機材貸し出し	33件
ボランティア保険加入	
ボランティア活動保険	10件
行事務用保険	12件
在宅福祉サービス総合保険	0件
送迎サービス補償保険	0件
合計	22件

ボランティアかわらばん 2月号は 1月28日(金)発行予定。
記事掲載希望は 1月17日(月)までに原稿をお寄せ下さい。

情報かわらばん

ネパールボランティア活動映像 デジタルビデオ映像編集ボランティア募集

長野市でネパールボランティア活動を実施している「ルンタの風」です。

長野市七二会岩草分校を拠点に国内及びNepal等の、国際交流支援ボランティアを実施しております。毎年ネパール国内の支援活動を通して、両国の交流と親睦を深める活動をしております。

来年1月4日より絵手紙交流ボランティア活動で、大豆島小学校2年生が描いた絵手紙128通などを同学年の生徒代表(1名)がNepalまで届けて活動します。

このドキュメント映像をDVD等に編集して頂ける方を募集します。

問:「ルンタの風 & 屯田兵野外学校」(大場淳治)
TEL:090-6526-5884 / FAX:026-222-0520
メール: bilushana-nepal@ybb.ne.jp

長野灯明まつり 運営ボランティア募集

第8回長野灯明まつり期間中の、運営ボランティアを募集しています。作り手側として一緒に楽しんでみませんか? 1日からご参加いただけます。

日 時:平成23年2月5日(土) ~ 2月13日(日)
17:00 ~ 21:30

場 所:善光寺周辺
対 象:18歳以上

問:長野灯明まつり実行委員会事務局(荻原)
TEL:090-6072-0989
<http://www.nagano-toumyou.com>

Saya Cafe オープン! 女子限定のお茶会をします。

ひとりでもいいけど、誰かとちょっとお茶したり、お話ししたり。ゆるくて、ほっこりした時間を一緒に過ごしましょう。

日 時:1月22日(土)
10:00 ~ 12:00
場 所:長野市ボランティアセンター1階
参加費:お茶代200円
手作りコースターの材料費100円
持ち物:マイカップ

問:サヤカフェ
TEL:090-9359-8204 (9:00 ~ 12:00)



かわらばんここに置いてあります!

Slow Café ずくなし

農業と環境と文化コミュニティを柱に色んな交流ができる店として開店、3年が経ちます。情報集めに立ち寄る人、カフェを楽しむ人、様々な人がやってきます。農家と農家の交流はもちろんのこと農家と福祉がつながることもあります。店内は色んなチラシがぶら下がっていて見ているだけで元気が出ます。また、食器は知的障害施設で製作された個性あるカップで何となく優しい気持ちにさせてくれます。店外には有機野菜を水、金曜日に並べて露店のような楽しさがあります。2階にはイベントスペースがあり週1・2度に講座、勉強会、ライブなど面白い企画ばかりです。来年からは場所代が無料とのこと、問い合わせしてみてください。一見入り難い店構えですが(本音)一度入店してしまうと何と居心地の良い空間で「また来たい」と思う不思議な店です。

(取材:込山哲也)

長野市上千歳1137-2
コスモスパイラルビル
026-214-0021
日曜定休
11:00 ~ 23:00



かのビックイシューと一緒に



ご寄付ありがとうございました!

心も体も温まるご寄付に、感謝いたします。

市民からの提供のあった毛糸などをリサイクルして、編み物などを製作し、販売収益を障害児の支援等に役立てている「手のひらの会」さん。この度、当センターへも10万円のご寄付をいただきました。ご厚意を本誌「かわらばん」専用棚などの購入に使わせていただきます。



ハガキ、切手、テレフォンカード、ベルマーク等

11月17日~12月15日分

長野中央郵便局 山口益子 川口律子 横山喜代子 小林早苗
橋詰弘子 古牧地区有志 てんとう虫 セフテンパークラス 東北老人福祉センター 三陽老人福祉センター 生涯学習課 (敬称略)

情報かわらばん

イベント

ずぼら工房

ずぼら工房は、毎月1回開催される、誰でも参加できる場です。平成23年1月は干支のウサギを作ります。新年をめでたくウサギで福を招きましょう！どなたでもお気軽にご参加下さい。お待ちしております。

日時:1月13日(木) 14:00～16:00
場所:長野市ふれあい福祉センター 4階和室
参加費:500円
メ切り:1月5日(水)正午まで

問:長野市ボランティアセンター(西澤・山口)
TEL:026-227-3707
FAX:026-224-1513
E-mail:volucen@vnetnagano.or.jp

講演会

環境講演会

田中優 エネルギー問題を語る

あの田中優氏が信州にやってきます。私たちの暮らしの中で取り組める地球温暖化対策について、一度お話を聞いてみませんか？

日時:1月22日(土) 13:30～15:30
場所:メルパルク長野(TEL026-225-7800)
講師:田中優(たなかゆう)氏
(未来バンク事業組合理事長)
対象者:一般市民100名(お申し込み順)
参加費:無料

問/申込み:みどりの市民事務局
(申込み方法:FAXかe-mailで)
申込みメ切り:1月20日(木)
TEL/FAX:026-235-5113
e-mail:midori-c@r2.dion.ne.jp



講演会と交流会

精神福祉を考える、ストレスを力に変える思考術です。いろいろ応用できる認知療法のお話です。

日時:2月12日(土)
場所:長野市保健所2階会議室
講師:大野裕 慶応大学医学部教授
定員:100人
参加費:無料

問:長野社会復帰促進会(飯島富士雄)
TEL:026-283-1141

不登校・発達障がい・ひきこもりと医療の関わりを考える

不登校・発達障がい・ひきこもりの当事者も親たちも、医療に関わる人たちが増えています。医療とのかかわりを改めて考えてみたいと思います。

日時:1月23日(日) 13:00～16:00
場所:長野市ふれあい福祉センター 5階
講師:高岡健(たかおかけん)氏
(岐阜大学医学部准教授・精神科医)

対象者:関心のある子ども・青年・大人たち、100名程度
参加費:500円(子ども・青年は無料)

問:登校拒否を考える親と子の会
ブルースカイ(松田)
TEL/FAX:026-278-7223



募集

後町小学校物語プロジェクト メンバー募集

「後町小学校物語プロジェクト」は、H25年3月に閉校が決まっている後町小の後利用について、まちづくりの視点も含め、市民の立場から考えていくグループです。

現在、隔月の定例会を開き、勉強しています。1月29日に拡大研修会を開催する予定です。

問:後町小学校物語プロジェクト(阿部)
TEL/FAX:026-235-5113(みどりの市民内)
E-mail:gotyou-owner@yahogroups.jp
HP:http://www.k2.dion.ne.jp/~sonoka-k/gotyouindex.html

あがり症の交流会 ボランティア 募集!!

あがり症の方でも気軽に楽しめるサークルです。会場準備・一緒におしゃべり・カフェ・イベントを楽しんでもらえる方募集中です。

日時:毎月第1・3日曜日 13:00～15:00
場所:長野県障害者福祉センター・サンアップル
会費:月500円(学生ボランティア会費免除)

問:SADサークルNagano(宮下)
TEL:090-6539-1363
E-mail:sad_nagano@yahoo.co.jp
ブログ:http://sad.naganoblog.jp/

2011年

1月

ボランティア かわらばん



ボランティア情報誌

発行所 / 〒380-0813 長野市緑町1714-5 長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513
URL <http://vnetnagano.or.jp> E-mail :volucen@vnetnagano.or.jp

Snow Busters

スノーバスターズ

除雪にあなたの力を貸してください



雪かきボランティア 大募集

募集期間及び活動期間

平成22年12月1日～平成23年3月31日

長野市在住の、高齢者・障害者世帯で
自力で除雪が困難な方を支援します。

年齢・性別は問いません！
体を動かすことが好きだなー。
体力には自信があるぞ！
達成感、スッキリ感を得たい！
そんなあなたをお待ちしています。

「この冬
あなたの出番です！」

お問い合わせ
お申込み

長野市ボランティアセンター（スノーバスターズプロジェクト担当）
〒380-0813 長野市緑町1714-5 ふれあい福祉センター内
電話：026（227）3707 FAX：026（224）1513