

2011年

3月 No.341

SINCE 1977

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

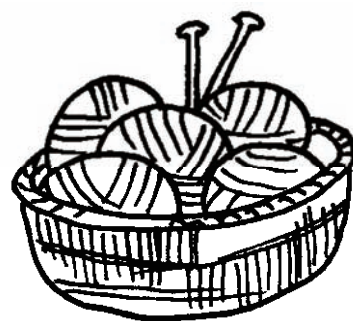
編集  
発行

ながのボランティアかわらばん編集委員会

## 手仕事

で

# ボランティア



地道な手仕事でボランティアをする人たちがいます。手間をかけ、人の手から手に渡るモノ。深い思いがそこにはあります。

今回は、手仕事から生まれる「こころ」にスポットを当てます。



みんながネットワーク

このかわらばんは信毎販売センターのご好意で一部の地域へボランティアで配布していただいています。

「ボランティアかわらばん」は共同基金  のご協力で発行しています。



# 手仕事でボランティア

## ぞうきんを縫う会

地域に根付く手仕事の輪

三陽老人福祉センターで活動する「ぞうきんを縫う会」は、同じ建物内にあるデイサービスで必要となるいろんな物の製作をしています。誰もが自由に参加できるこの会は、3年前にセンター指導員による「雑巾」の製作の呼びかけに集まった地元住民から始まりました。今では、座布団カバー、チラシのゴミ箱、デイサービス利用者への誕生日プレゼントから、捨て布作りまで様々なものを手がけています。

年齢層の異なる参加者同士が裁縫などの技術を教えあったり、情報交換したりして、とにかく楽しく自由

お直しコッコちゃんは、毎月第3土曜日、市ふれあい福祉センターにて、障がい者・高齢者の簡単な洋服直しをしているボランティアグループです。

会員の坂口和美さん、施設実習の際、車椅子の方が着ていた「裏返し」の下着に気づきました。本人に伺うと「リュウマチで縫い目が肌にあたると痛むから」とのこと。更に障がいがあってもお洒落したい思いは変わらないとわかり、「何か自分に来ることはないかないか？」と思いました。そして、ボランティアセンターを通じて知り合った、同じ思いの人とこのグ

な雰囲気の作業場です。「地域にお返しをしたい」「少しでもお年寄りの手助けになれば」という思いを抱くメンバー。建物内で利用者に直接お礼を言われることもあり、目に見える反応が、一層の喜びと張り合いを生んでいます。

活動は更に広がりを見せ、昨年初めて地元の小学校のお祭りに参加して、折り紙のコマなどを子どもたちに教えてました。普段、交流の少ない子どもたちとのふれあいは本当に新鮮で楽しかったということ。

それぞれの力は少しずつでも、集まれば何倍ものパワーとなつて現れる「ちよこつとボランティア」。笑顔溢れる参加者による手仕事は、そのまま地域を笑顔にしていけます。

(取材：武田 厚子)

## お直しコッコちゃん

私らしく生きることをあきらめないで



## ゆう・ゆう 友・友

小さな1枚1枚の切手に  
福祉の命を与える

今年結成23年目を迎える「友・友」は、NPOや福祉団体への寄付を目的として、古切手やベルマーク等の収集・整理をしています。古切手はすべて、神戸の「NPO法人 誕生日ありがとう運動」に送っているとのこと。知的障がいの正しい理解に関する啓発活動に賛同したこと、そして、古切手の寄付が運動への参加に直接つながっていることが理由でした。しかし、送料はこちら持ち。どうしようか思案した結果、切手のデザインを生かして、2~8枚台紙に張りしおりとして仕上げる「福留(ふる)切手」を作り販売することになりました。収集した切手の山の中には、記念切手や各地方で発行されたものなど、珍しいものもあります。メンバーは「春には桜の名所づくしにしよう」とか「各県の花や文豪や名画を集めてみよう」などとアイデアを出し合うそうです。

細かい作業で、高齢会員には段々つらくなってきているそうですが、「活動を通して小さな福祉の芽を育てられるように、多少でも役に立てればいいと思っています」と代表の吉野喜代子さんは微笑みます。「古切手」という小さな一枚が、皆さんの手によって形を変えて命を吹き返し、社会を潤していきます。

メンバー募集中。細かい作業が好きな方、根気のある方ならどなたでも！ 老化防止にもなりますよ！

活動日第1・3火曜日 問：TEL(228)9678



# 手仕事でボランティア



## 手のひらの会

リサイクルの精神と趣味を生かした  
一粒で二度おいしい活動

手のひらの会は平成5年に「ハンドメイドボランティア」として誕生。アンパンマンの作者やなせたかし氏の博愛の精神の生き方に共感し、「手のひらを太陽に」の歌が名前の由来です。

活動は、可燃ゴミとしてすてられることが多い毛糸などの不要糸を市民から提供してもらい、それをカーディガンや手袋、マフラーなどの作品にして毎月2回販売しています。その収益を障がい者施設や児童福祉施設、パラリンピックや中越地震救援などに寄付し、18年間で300万円以上にのぼるとのこと。また、時には作品そのものの寄付や編物の技術研修や講習なども行っています。

会員は女性ばかり20名で、中には障がいのある方も一緒に活動されています。取材の時も、和気あいあいと賑やかにおしゃべりしながら作業をされ、会員の方々のいきいきとした瞳がとても印象的でした。代表の黒岩さんにお聞きすると、会員の皆さんが楽しみながら大好きな編物の趣味を生かして活動されているとのこと。これからも生きがい、やりがいを感じながら楽しく活動されていきたいそうです。（取材：茶嶋 宏明）

ループを立ち上げることになるのです。  
最初の頃はどんなニーズがあるか知るために、独り暮らしの障がい者のお宅へ出掛け、いろいろ聞き回ったそうです。障がいがあっても、自力で着られるようにしたい、障がいを負う前から愛着の深い洋服を、もう一度着たい。そんな人の思いを叶えて来ました。  
「縫うことも大事だけれど、お直しの仕事はきれいに「ほどく」こともそれ以上に大切な仕事。目立たない作業をこなすメンバーの存在が活動の支えとなっているんです。」と語る坂口さん。その表情には肩肘はらず洋裁を楽しみ、そして人の出合いを楽しんでいる様子が伝わってきました。

（取材：山口 君代）



## 渋谷啓治さん

自称「竹トンボおやじ」

「行列のできる手仕事おじさん」。子どもが集まるイベントの一角で渋谷啓治さんがいるコーナーはいつでも人気です。竹トンボ、初音、カッコウ笛・・・とてもよく飛ぶ竹トンボやきれいな音色の笛を見ていると、自分も作ってみたくないのでしよう。慣れない手つきながらナイフを使い真剣な面持ちで竹細工を作る子どもに、優しく教えます。数年間まで、鉄工所を営み、長野市にある「グランドシネマズ」のひと際目立つ吊り階段を手掛けたこともある渋谷さん。手先の器用さはプロです。

す。引退後も家にじっとしていることがいやだと、ボランティアを始めました。危険だからといって、子どもからナイフを遠ざけている今の状況が、逆に凶器を使った少年犯罪の一因になっているのではないかと考え、正しいナイフの使い方を教えたいと思ったのが、そもそもそのきっかけでした。

おもちゃなど手作りのことのない子どもたちは、自分の手で作りあげた体験に素直に感動していると云います。竹トンボがたとえ飛ばなくても、その製作過程の「てまひま」が「楽しい」からだとも。子どもたちをワクワクさせる貴重な手作り体験。渋谷さんの手はまさにマジックです。

「子どもたちのところへ出掛けます。気軽に声をおかけください」とのこと。

問：090(3093) 8920

ひとことで「手仕事」といっても、そこから生まれる「思い」は実に様々でした。でも共通していたのは、てまひまをかけることで、「思い」は「確かに」そして「深く」相手に届くということなのです。

それなりの技術が必要なものから、気軽に始められるものまで、活動の幅はとても広い「手仕事ボランティア」。あなたもその手から「こころ」を伝えてみませんか。

「地域力がはじけるとき、地域はどう変わるか?!」

## 後町小学校物語プロジェクト



## ただいま事業進行中



## わ！ながの

エネルギー問題の映画上映会で「地域のつながり」を考えた日

ボランティア活動振興事業助成金

当プロジェクトは、後町小学校閉校（平成25年3月予定）にあたり、改めて私達の住むまちを見直す取り組みを続けてきた。今回（1月29日）の研修会は、東京都大田区の子ども交流センター館長上平泰博氏を講師に迎え、社協の助成金を得て実現した。私達の将来像を描く上で、地域力の必要性を再認識し、問題点も共有できた。

上平氏の話は、東京都内でも数少ない住民主導での廃校活用の事例で、過疎化、高齢化に伴う地域コミュニティの崩壊を危惧する市民と、地縁組織が両輪となった活動。しかし具体的に話が進むにつれ、市民レベルでも利権問題が発生するなど、難問が付きまತ್ತたそう。問題解決には市民が関心を持ち、地道に話し合う必要がある、皆が納得することが後利用の価値を大きく左右する。

では今後の後町小学校の後利用を含めたまちづくりはどうしている

くべきか。私達は誰と、何を、どのようにすれば地域力がはじけてまちが輝くのか？ というテーマを基に意見交換を行った。その中でも様々な体験を通じて、年齢の垣根を越えた交流に重点を置いた案が注目された。同時に、地縁の人達や後町小を母校とする人達との連携をより深めていくことの必要性も強調された。思い出の詰まった場所を閉校と同時に終わらせるのではなく、形を変えてなお輝き続けるためにはそれらは大切な要素である。

いずれにせよ、深い歴史と文化を持ち、豊かな緑と趣ある建物を有する後町小学校は限りない可能性を秘めている。私達はこれからまちづくり全体を考え、多様な人達とつながりながら、血の通った活動をしていく必要を強く感じた。

（後町小学校物語プロジェクト 石川宗男）

2月11日（金） 東部文化ホールにて「ミツバチの羽音と地球の回転」長野上映会を開催しました。雪にもかかわらず、500人におよぶ来場者で大盛況！カフェなどに置いたチラシが手から手へと渡り、口コミで多くの方に情報が広まったようです。

長野上映会のコンセプトは「長野での持続可能な暮らしを考えよう」でした。映画は、瀬戸内海の「祝島」とスウェーデンを舞台に、エネルギーの自立に取り組む人々の暮らしと闘いに迫るドキュメンタリーですが、映画を観るだけではなく、会場演出やトーク企画で地域でのつながりの大切さや持続可能なライフスタイルの楽しさをお伝えすることができたのではないかと思います。

演出の1つとしてホール正面にモンゴルの遊牧民が使用するゲルを建て、映画を観終わった方々

の「ふれあいの場」を設けました。ゲルは化石燃料に頼らない暮らしのシンボルでもあります。トーク企画は、長野市で「持続可能な暮らし」を実践しているパ

ン屋さん、ふとん屋さん、農家さんと鎌伸ひとみ監督とのフリーディスカッション。長野で手間をかけて生産されたものをもっと利用して、地域経済を元気にしたいという話に、会場の皆さんもうなずいていました。

上映会は終わりましたが、「わ！ながの」の目指す「持続可能な暮らし実現」の取り組みが始まったという確かな手ごたえを感じています。

当日の様子をブログにアップしていますのでご覧ください。

<http://wanagano.naganoblog.jp/>  
（わ！ながの 小田切奈々子）

まちの縁側 発掘 あるある 探検隊

その8 浅川団地「上平菓子店」

浅川団地の中ほどの商店街にある上平菓子店。バス停が目の前にあり、バスを乗り降りする人のためにご主人の上平欣治さんが手作りしたベンチがあります。荷物を置いて休む人、バスを待つ間座る人、温かみのある風景となっています。

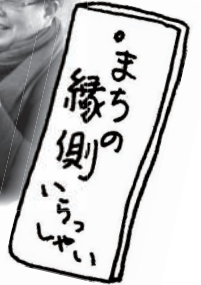
お店に入ると、店番をしている奥さんの久子さんが笑顔で迎えてくれます。いつも、カウンター前に置かれた椅子には地域の人が座り、奥さんとの会話を楽しんでいます。椅子に敷かれた座布団はお客さんの手作り。

「ちょっと買い物」に来る人のために、パンや子ども向けの駄菓子、ご祝儀袋などが所狭しと置かれています。また、奥さんが見立てて売る洋服も常連さんが楽しみにしている品物のひとつ。この日も、「なんか入ってる？」と訪ねて来た人と話しながらお店番です。「私、昼間1人だからいつもここに来るの」とお客さん。まさに縁側です。

「来てくれる人がいる限り、店はやるよ」と言う奥さんの人柄にひかれて、毎日のように訪れる人がいるのも納得です。



できあがった看板は傑作ぞろい



篠ノ井唐臼地区 縁側看板作り

高齢者の閉じこもり、児童への虐待等の不安が大きい昨今、福祉推進員会として何ができるか模索していました。そこで、安心して暮らせる地域を目指して、昨年9月に縁側講座を開催しました。「よってっ亭」という区の縁側を4年前から始めていましたが、地域の居場所をどう作っていくか、今回改めて皆で考えました。縁側探しに、600戸余りの区内を何度も歩きまわした。その結果、50軒の方々に賛同を得ることが出来ました。

「縁側」の存在を周りの皆にも広く知らせたい・・・次の活動として、看板作りを始めました。区内で建築業を営む稲玉榮次郎さんが50本の看板の板を用意してくださいました。ピカピカに磨かれた看板に、文字や絵を、皆が思い思いに色を重ねていきました。「ワーいいねー」、「うーんいいんじゃない」、「あーだめだー」。そこここに楽しい声の響きあう看板作りでした。



現場状況 2月分

(取りまとめ期間:1月16日~2月15日)

相談件数	
ボランティアしたい	16件
ボランティア求む	9件
情報求む	15件
ボランティア活動支援	10件
ボランティア活動上の悩み	3件
よろず相談・悩みごと	6件
ボランティア保険・事故処理	10件
その他	7件
合計	76件

問い合わせ件数	
会議室予約	371件
伝言	99件
情報提供	329件
機材貸し出し	268件
チラシ・掲示板	93件
その他	180件
受付(よりいい会等)	437件
合計	1777件

その他	
情報カード受付	33件
機材貸し出し	21件
ボランティア保険加入	
ボランティア活動保険	3件
行事務用保険	10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	13件

ボランティアかわらばん4月号は3月30日(水)発行予定。  
記事掲載希望は3月17日(木)までに原稿をお寄せ下さい。

## 絵を通して自分の心を見つめよう

子育てで不安やストレスお感じている方、子育てに関心のある方、是非ご参加してください。

日時:3月12日(土) 13:30～16:30 (受付13:15～)

場所:長野市勤労者女性会館しなのき音楽室  
(TEL237-8300)

講師:小林久美子氏

参加費:無料

託児:あり・要予約

申し込み/問:子どもの問題を考える会長野(原)

TEL:090-1422-0256

FAX:0268-38-7913

## ビジョントレーニングインストラクター 初級講座

読むときに文字や行を飛ばして読んでしまう、字が極端に乱雑、何回練習しても漢字が覚えられない等々、このようなお子さんは、視機能に問題がある場合があります。できないことの背景をしっかりと理解し、適切なトレーニングをすれば、かなり改善される場合が少なくありません。その背景とトレーニング方法を学んでみませんか。

日時:3月26日(土) 10:00～17:00

場所:長野市ふれあい福祉センター 5階ホール

講師:北出勝也さん

対象者:教員・保育士・療育関係者・保護者

参加費:10,000円(教材費含む)

問:長野県長野養護学校高等部朝陽教室(内田)

FAX:026-263-3114

E-mail:naganoyotsubanokai@yahoo.co.jp

## 募 集

### 信州省エネコンテスト2011冬

寒さの厳しい信州ならではの取り組みとして、冬の省エネにチャレンジしてみてください。省エネに努力していただいた方には、抽選で豪華賞品があたります!!

対象エネルギー:電気とガス

省エネ期間:検針票にある2月と3月

応募方法:応募用紙に2月分・3月分と表記された検針票を付けて、みどりの市民へ送付して下さい。

応募メ切り:3月31日(木)

問/NPO法人みどりの市民(渡辺)

TEL / FAX:026-235-5113

# 情報かわらばん



ご寄付ありがとうございました!

## 「営業用のカレンダーや手帳を役立てて」

大和証券グループ本社、市内の企業の方からCSR(企業の社会貢献)として2011年用カレンダーや手帳など約300冊の寄付をいただきました。さっそく、市内の高齢者世帯などの訪問活動、ふれあいサロン活動をしている団体やボランティアグループ、福祉施設等に差し上げました。カレンダーは、人から人へつなげるモノとして地域にひろがっていきました。



ハガキ、切手、テレフォンカード、ベルマーク等  
1月25日～2月15日分

本田好 堀内順子、長谷川夕起子、石坂文子、塚田順子、  
山口重富、山川とし子、かがやきひろば三陽、かがやきひろば松代、大岡公民館 (敬称略)

## かわらばんここに置いてあります!

### 湯あそびひろば ぶらっと若里

ボラセンでも販売している「お風呂かるた」。2007年にぶらっとさんがお風呂マナーの読み手を募集、絵札は5人のボランティアさんに描いてもらい、支援ネットワークが販売するというコラボが実現して、全国から問い合わせが相次ぎました。施設内では読み聞かせやブレード大会、お絵かきなど、子ども達が楽しむ企画がたくさんあります。最近の健康ブームを意識して、花粉症対策など気になる入浴剤があります。また風呂上りのお肌チェックやフェイスマッサージのサービスも予定。稲田店ではお子様連れのお母さんがゆっくり入浴できるように、託児スペースも検討中です。

そして、ボランティアをした後ぶらっとに寄ってもらえば、「ボラ入浴割引」も可能とのこと。事前に支配人の花崎さんに相談して下さい。“ボラ”していい汗をかいて、ぶらっと入浴が「気持ちいい」!!

(取材:込山 哲也)

長野市若里7-6-6  
026-227-4126  
年中無休  
7:00～26:00



# 情報かわらばん

## わらび座ミュージカル「アトム」 ～僕たちは愛から生まれたと、信じたい～

わらび座×手塚治虫作品第2弾!! すでにアトムの誕生日を乗り越えた現在、「鉄腕アトム」を未来を描くSFファンタジーではなく、人々の記憶に深く刻まれた神話のように描かれたミュージカル。今、私たち人間が問われている「孤独」という課題に迫る作品です。

日 時:7月3日(日)14:00、18:30開演  
場 所:須坂市メセナホール  
参加費:一般前売り3000円(当日3500円)  
※発売日3月14日(月)

問:長野北部子ども劇場(上野)  
TEL&FAX:026-244-9616  
E-mail:nhkodomo@cocoa.plala.or.jp

## さあ、作ってみよう!自分たちの助け合いのまち その1:西和田地区に学ぶ

暮らしのささいな困りごとを、お隣近所での助け合いで上手に解決している「古牧 西和田地区」の活動をシンポジウム形式で紹介します。

日 時:3月14日(月) 13:30～15:00  
場 所:かがやきひろば三陽(三陽保健センター内)  
申込み:3月10日(木)までに下記問合せ先まで

問:かがやきひろば三陽 / TEL:259-2411 古牧地区住民自治協議会福祉健康部・古牧福祉サービスセンター / TEL:244-5522 地域包括支援センターニチイケア高田 / TEL:269-0666

## 地球の料理教室 第3回 南米大陸編

ブラジルとボリビアの名物料理を作って、異文化を味わって、地域の方々とフード・コミュニケーションを楽しみましょう。

日 時:3月5日(土)10:00～14:00  
場 所:長野市ふれあい福祉センター 4階調理室  
講 師:横谷マリアさん・渡辺たつよさん  
定 員:20人 ※親子でご参加も大歓迎です  
参加費:700円(料理材料代として)  
申込み:3月3日(木)締め切り

問:JICA駒ヶ根青年海外協力隊訓練所  
(びやじま) 長野県IYEO(三澤)  
TEL:026-235-1124 E-mail:jicakjv@jica.go.jp

## リラックス & リフレッシュ 音だまくらが コンサート

いつも子育てやお仕事などががんばっているみなさんへ、たまには生の音楽で気分転換しませんか?おひとりでも、ご家族でも楽しめます!無料託児もあります(ご希望の方は3月13日(日)までにお申し込みください)。

日 時:3月21日(月・祝日) 10:30～11:30  
場 所:長野県障害者福祉センター・サンアップル1階ホール  
参加費:お一人様…300円 / ファミリーチケット…500円(ご家族に限り4名様まで)

問:おさんぼくらぶ(大島)  
TEL / FAX:026-263-6775  
E-mail:hiro\_miki520nonoka@ybb.ne.jp

## 縁側へいらつしゃい&ずぼら工房

ずぼら工房は、毎月第一木曜日に開催し、誰でも参加できる場です。4月は「肌によさしい手作りローション」を作ります。作業しながらお話しませんか。

日 時:4月7日(木) 14:00～16:00  
場 所:長野市ふれあい福祉センター 1階テーブル  
参加費:500円

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・講座

### 長野市暮らしを考える会学習会「TPPって何?」

関税撤廃で輸出入自由化と言われていますが、私達の暮らしにどんな影響があるのかなどを学習しますので多くの皆さんもご参加下さい。

日 時:3月1日(火) 13:30～15:30  
場 所:長野市ふれあい福祉センター 4階和室  
講 師:清水邦明氏  
参加費:無料

問:長野市暮らしを考える会  
090-4965-4023(絹川)  
090-7251-1912(本道)



2011年

3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

## イベント

### 2011年度 通所施設説明会

長野市内の施設が1か所に集まります。日中通う場所を探している方達と施設職員が気軽に話せる機会です。

日時:3月5日(土) 10:00 ~ 12:30

場所:長野市障害者福祉センター  
(長野市鶴賀276-10)

対象者:日中活動場所を探している方



問:コーディネートプラザながの(湯本)  
TEL:026-285-1900 / FAX:026-285-1909

### あつぷる寄席

恒例となりました長野らしくらく倶楽部の皆さんによる「あつぷる寄席」です。どなたでもご鑑賞いただけます。お気軽にお越しください。

日時:3月5日(土) 14:00 ~ 15:00 ※13:30開場

場所:長野県障害者福祉センター  
サンアップル201会議室

出演者:長野らしくらく倶楽部の皆さん  
参加費:無料



問:長野県障害者福祉センター「サンアップル」  
総務課企画係  
TEL:026-295-3441 / FAX:026-295-3511

### 春を呼び ほほえみコンサート

施設の皆さんの発表や長野市出身のバイオリニスト、牧美花氏による演奏など、どなたでもご鑑賞いただけるコンサートです。春のひとときを一緒にしませんか?皆様のお越しをお待ちしています。

日時:3月13日(日) 13:00 ~ 15:00 ※12:30開場

場所:長野県障害者福祉センターサンアップルホール  
参加費:無料

問:長野県障害者福祉センター「サンアップル」  
総務課企画係  
TEL:026-295-3441 / FAX:026-295-3511

### カンボジアエイズドキュメンタリー 「それでも運命にイエスという。」上映会

毎年1万人がエイズで死亡しているカンボジア。そんなカンボジアのエイズの現状を伝えるドキュメンタリーです。カンボジアの「生」を感じることで、自らの「生」を今一度考えるきっかけとなる。そんな作品です。

日時:3月8日(火) 17:30 ~ 開場 18:00 ~ 上映開始

場所:もんぜんぶら座 3階304会議室  
参加費:500円

問:livepot (原)  
TEL:090-3163-1659  
E-mail:dareni-todokudemona-i-monolog@docomo.ne.jp  
PC:atsuki.monolog@gmail.com  
URL:<http://suy.client.jp/index.html/>

### 映画と語りの集い 「ただいま~それぞれの居場所~」

午前の部は、映画「ただいま~それぞれの居場所~」上映と、出演されている伊藤さんのお話し。

午後の部は、池田昌弘氏(NPO法人全国コミュニティライフサポートセンター理事長)と中矢暁美氏(愛媛県松山市宅老所運営)の基調講演。

日時:3月20日(日) 午前の部10:00 ~ 12:00  
午後の部13:00 ~ 17:00

場所:松代文化ホール(278-4373)

参加費:無料  
定員:先着300名

申込み/問:グループもみじ 10周年記念実行委員会(春原)  
TEL / FAX:026-227-4425