

2011年

4月 No.342

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

長野市社会福祉協議会では、東北関東大震災の義援金を受付中です。

集まった義援金は、復興支援活動に活用いたします。

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

東北関東大震災・長野県北部地震

私にできること みんなでできること

2011年3月11日午後2時46分、マグニチュード9.0の巨大地震そしてその後の大津波が東北関東を襲いました。

翌12日午前3時59分、今度は長野県栄村でも、大きな揺れがありました。被害は私たちの想像をはるかに超え、いまだにその全容が見えていません。

でも、ひとつはっきりしていることがあります。それは、これから被災者とともに、復興に向けて、みんなで何ができるかを考え、行動することです。



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いただいています。

「ボランティアかわらばん」は共同募金 のご協力で発行しています。

東北関東大震災 私にできること・みんなでできること

3月11日、ふれあい福祉センターでも大きな揺れを感じました。職員も利用者も一時騒然となったほどです。ラジオでは、東北地方の太平洋沖が震源と告げられ、大津波からの非難を促す叫びのようなアナウンスの呼びかけが幾度となくセナのインターの中に響きました。

報道で連日伝えられる、津波が町を襲う瞬間の映像。成す術もなく波にのまれていく人々の「日常」を目の当たりにし、衝撃を受けなかった人はいなかったでしょう。

栄村でも大きな被害が出て、秋山郷を除く全村民が非難をしました。より身近な場所で起こった事態に怯えた方もいたのではないのでしょうか。

地震発生から3週間。ボランティアアセンターには、「被災者のためになにかしたい」という方から多くの問い合わせをいただきました。3月14日から始めた災害ボランティアの登録者数も3月26日現在で150人を超えました。日本全体が「ひとつ」になって、この苦難を乗り越えていくんだという気持ちを、直に、ひしひしと感じています。

復興への道のりは長く、そして簡単なものではありません。だからこそ、今、「私にできること」、「みんなでできること」を一緒に考えたいと思います。

今回は、地震発生からこの間の支援活動の動きをお伝えします。

被災地に届け

市民の気持ち

救援物資の受入・仕分け

3月17日、被災地に向けて送られる救援物資の受入が始まった。毛布、飲料水、オムツなど災害初期に必要なものを命をつなぐ物資。長野市から派遣される救援の消防隊に託され、東北の避難所に送られることになっていました。

センターでは、長野市から受入、仕分けのお手伝いをしていただくボランティアのコーディネートを要請されました。3月14日からボランティア登録を受け付けていたので、早速それぞれに連絡。5名の方が引き受けてくれました。

当日、受入会場となった東和田の運動公園には、朝早くから市民の方が物資を届けに来られました。お手



伝いの人たちは車から仕分け会場への搬入、種類ごとの仕分けと整理を担当しました。しかし、集まる多くの「善意」に、次第に仕分けが間に合わなくなるほど。現場からボランティアの増員を要請されたセンターでは、電話で連絡を大急ぎで行いました。急なお願いにも関わらず、二つ返事で仕分け会場に応援に向かつてくれました。

会場でも、物資を持ってきた人がボランティアしたいと申し出てくれたり、部活動で陸上競技場に練習に来ていた長野日大の40人の陸上部員が加わるなど、作業も時間を追って順調に進みました。

22日からは長野市民会館で引き続き救援物資の受付が続いています。春休み中の学生など若い人たちの活躍が頼もしい限りです。被災地に市民の善意とボランティアの気持ちが届きますように・・・



被災者とともに

復興に向けたお手伝い

栄村でボランティア活躍

秋山地区を除く全集落に非難命令が出ていた栄村。余震がおさまる中、ようやく3月21日に非難が解除されました。その日、7人のボランティアが、コーディネート2人とともに、現地への直接支援に赴きました。

そのうち4人は、村の西部地区、千曲川の南側に位置する「小滝地区」に入りました。集落は17世帯。家が傾いたり、外壁が抜け落ちたりしている建物がかなりの割合を占めており、その姿をまざまざと見せ付けられ、地震の凄まじさを改めて実感しました。死者や重傷者がいなかったことが奇跡的です。

この集落からのニーズは、「公民館」の周りに散乱したガラスの破片



東北関東大震災 私にできること・みんなのできること



や内部の倒れた家具・什器類、破損した備品などの片付けでした。地元NPOが募集した個人ボランティアとの混成チームで、「公民館」での作業に汗を流しました。誰に指図されることなく、チーム全員が連携して、手際よく作業が進みました。やはり元通りとはいきませんが、整理がされた室内に、達成感を感じていたのではないのでしょうか。

小滝地区の区長さんも顔を出され、地震直後の様子を生々しく語ってくれました。非難所に指定されていた「公民館」も使えないことが分かり、集落の住民はひとまず、広い道路に集合したそうです。その後、集落に通じる唯一の村道が雪崩と法面崩壊により通行不能になっている

ことが明らかになりました。孤立した集落。しかし、ヘリコプターでの救助活動のおかげで、その日のうちには全員、別の非難所に非難できたそうです。

区長さんは終始、感謝の言葉をボランティアに掛けていました。自分たちの活動に込めた復興への願い。直接、地元の方に届いたことにみんな満足そうに微笑んでいました。

住民の大半が被災されている中で、「公民館」などの共同施設の片付けは後回しにならざるを得ません。しかし、こうした共同施設は、住民の復興に向けた助け合いの拠り所として、必要不可欠です。ボランティアの力が効果的に発揮されたように強く感じました。

みんながひとつになつて 支援の輪をひろげよう

長野市災害ボランティア委員会
結成！

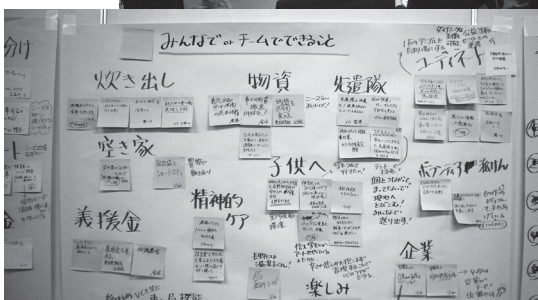
3月23日、長野市ボランティア連絡協議会、ボランティア市民活動支援ネット、長野市社会福祉協議会などのメンバー集まり、「長野市災害ボランティア委員会」が立ち上がりました。結成会では、集まった一人ひとりがどういった支援ができるか、ポストイットに記載し、みんなで共有しました。現地での直接支援に限らず、今後県内にも非難が予想される方々への支援など、幅広い方法があることに、参加者は改めて気付いていたようです。

委員会の結成は阪神大震災、中越

地震、そして今回が3回目。過去の経験を活かしつつ、しかし、あまりにも広域にわたる甚大な被害だけに、復興支援活動も多くの方の力の結集が必要でしょう。それと同時に、ボランティアの特性を活かして、被災者それぞれのニーズに合ったきめ細かな支援が期待されるということです。

委員会はセンターの一面にカウンターやテーブルを置いて、ボランティア登録やボランティア同士の情報交換をいただくとともに、災害関連の情報を発信する掲示板などを特設しました。

「なにかしたい」と思っている方、委員会やセンターとネットワークを持つ個人、団体などともに支援の輪を広げ、被災者とともにこの難局を乗り越えていきましょう。



3月のある日、公民館で「文化芸能の集い」があった日のことです。

公民館前に置かれたベンチや切り株のストूलに腰掛けている人を見かけました。「こんにちは、座り心地はいかがですか?」「ああ、『まちの縁側』で作ってもらったベンチだね。年いくとちよつとこういうのがあると助かるんよ。」と、先輩諸氏。

「こんにちはは、どお?座り心地、いいでしょ!」「うん、まあね」とは中学生連

何かが生まれていく。単純に「こんにちは」スペースの誕生かも。「こんにちは」が飛び交うようになったのではと。

合併から1年、空が広くなり山も川も街も見えるようになり、目がきらきらし始めている。そんなタイミングでのボランティア活動助成金は、まちの縁側づくり活

この指とまれ!
そして、「発心、受心」

まちの縁側 むしくら実行隊



動の発信受信(発心・受心)を実に位置づけしPRもし、意義づけの演出をしてくれた気がしています。

「このゆびとまれ」でスタートした「まちの縁側むしくら実行隊」です。おかげさまで少しお化粧をしベッピンさんになりました。プロセスを大切にいろいろなカラーでつながり合って、そろりそろり歩き始めたか御座候。謝謝。今後とも応援のほどお願いします。(まちの縁側むしくら実行隊)

北澤 百代)

ボランティア活動振興事業助成金

おかげさまで

事業完了!



陽だまり会

陽だまり会を立ち上げて



その昔、大豆の栽培が盛んだったことが名前の由来といわれる大豆島は、千曲川と犀川が落ち合うところに位置する。大豆島は7地区に分かれており、その中の松岡地区が我々のボランティアの活動拠点である。立ち上げには、福祉関係を経験した5名が中心となり、温もりで支え合える地域を願い、「陽だまり会」の名の下、活動を開始した。

まずは、出来るところからということで、サロン事業、レクリエーション、認知症サポーター教育や介護予防講座などみんなで楽しめるイベントを開催し、その輪を広げてきた。何よりも我々の事業の励みになっているのは、参加者が心から喜んでくれることだ。そして我々も参加者から多くのことを学んできた。

しかし、長く続けるためには、会員にかかる負担の軽減、活動資金の調達など多くの難題を抱えている。こまめなときは、原点にもどり、会員の知恵と情熱で問題を解決し、進展させていきたい。(陽だまり会 阿部 春夫)

ボウセンだより

早くも出演依頼がありました。

しろと紙芝居の会



平成22年度に助成金交付を受けた団体から、事業の報告が着々と届いています。どんな効果があったのでしょうか。そして将来につながる何かを得ていただけたでしょうか。前号、前々号に引き続き、団体の皆様から寄稿です。

平成21年、かがやき広場三陽で行われたはじめての紙芝居づくり講座の受講生が集まって、「しろと紙芝居の会」ができました。先生の指導で二作目三作目ができはじめた頃、上演の依頼が来るようになり、楽しみが増えてきました。紙芝居を見たお年寄りの方が喜んでくださり、夢を持ち始めました。

ボランティア活動助成金をお願いし公開審査会に参加しました。紙芝居を上演するための舞台をほしいとお願したところ、「お金をかけないで楽しむやり方をしてみては」と知恵をいただきました。そこで、舞台を作ってくださいる方を探そうとポスターを作り、ボランティアセンターの掲示版に貼ってもらいました。嬉しいことにポスターを見た方が声をかけてくださり、作っていただきました。



小林 初子

さっそく上演依頼があり、大小の舞台を持って手作りの紙芝居をご披露して参りました。ラジカセやマイクも使わなくなった方から譲り受け使っています。(しろと紙芝居の会)



川中島の保健室

お茶のみサロンを開いて

40年間勤めた養護教諭の特性を生かし、地域にも保健室があると良いと考え、退職後、ボランティア活動として「まちかど保健室」を自宅の中に創った。地域住民が気軽に立ち寄り、相談ができる場所でも無料である。

開室して1年5ヶ月。相談活動が主であるが、当初の目的「近所の方が気軽に立ち寄れる保健室」を実現するため2月に「お茶のみサロン」を開いた。有線放送のSさんに相談すると沢山のアイデアと協力員になってくれた。

初回は、全員で「冬景色」を歌い、オカリナの演奏。ホットタイムでお茶と手作りケーキを食べながらの歓談。初めて会う人も和気藹々と話していた。最後に私のミニ講演で、布おむつの良さからふれあいの話を聞き1時間30分のお茶のみサロンが終った。1回目が成功したので、毎月第1金曜



日に開き、テーマは「ひだまりに集う詩」朗読とミニ講演は定番。3月は琴と尺八。4月はハーモニカ。その後、琵琶の演奏。シャンソン、弁護士さんの講演と考えている。参加者は、育成会を通して母と子どもたち。1人暮らしの方等へ呼びかける。集まった皆さんが交流し、楽しい一時を過ごしてほしいと願っている。(川中島の保健室 白澤 章子)

レポート〇 ボランティア 活動みほん市 in 柳原 〜点が集まって線にな り、線が面になる赤い糸 を探そう!〜

3月21日柳原総合市民センターで『ボランティア活動みほん市 in 柳原』が行なわれました。ひとり一人がつながって線となり、その線が縦横無尽に交わることで面となるために、さまざまな人たちが集まりました。当日は109枚の活動紹介ポスターがホールに所狭しと並べられ、68団体、218人の方が参加をしました。ボランティアアグループや市民活動団体が実行委員会をつくり、主体的に企画・準備を進めるとともに、初めてふれあい福祉センターを飛び出し、柳原地区で行ないました。



オープニングは、綿内小学校3年礼(れい)組の13人の子どもたちによるリコーダー演奏と合唱で始まりました。地域の人がつな

うとさまざまな活動をしている子どもたちは、東日本大震災の被災者への想いを込めてアメージンググレイス」を歌ったのです。災害支援コーナーの義援金について「みなさんのあたたかいお気持ちを宜しくお願ひします!」とメッセージもありました。

実行委員長の新井厚美さんは、「地域のつながりをつくるための赤い糸を今日のみほん市で探しましょう。災害が起きた時にも大事なことです」と挨拶をし、みほん市がスタートしました。

第1部 興味津々!活動ポスターめぐり

ポスターを自由に見回り、情報交換をしたり、活動の体験や販売コーナーもあり、



そこで共感したことや、つながりたい!応援したい!ことをポストイットに貼り合い、お互いの活動にメッセージを残しました。竹工作の体験や命を伝える教材作りのコーナーは子どもたちに大人気でした。お昼は福祉施設のパンとおにぎり、ボランティア団体の多国籍料理を食べてお腹もいっぱい。ゆつくり交流が行なわれていました。

第2部 集まろう!話そう!

8つのグループに分かれてもつとつながるための話し合いをしました。どんな思いでその活動をしているの?活動を始めたきっかけは?どんな人となりがりたい?こんな人となりがった!などなど。本音で語り合い話しは白熱しました。

第3部 気持ちを結ぼう!

2部で分かれたグループが再度一堂に集まって、まどめをグループ毎に発表しました。「自己紹介をするたびに「赤い糸」がつながった!」といった意見や「この会が次につながるような仕掛けが必要!」「この様なつどいを今度は他地区でもやろう!」などたくさん意見が出されました。震災についても、一人でも出来る事から、みんなで作れる事は何かの意見も出され、最後には若者サポーターステーションのスタッフ2人のギター伴奏で「一人の手」を参加者全員で歌いました。歌詞の中に「1人の小さな手何もできないけど、それでもみんなが手と手を合わせれば何かできる何かできる」とあります。歌いながら同じ思いを持った人同志が「赤い糸」でつながることが出来ると感じました。



「コンテナで菜園気分」 *美味しい寄せ植え*

ミニトマト ナハブ類*

御弁当派に欠かせないミニトマト、パスタに必須なバジル、ブーケガルドの定番パセリ。もちろんみずみずなミックスのサラダは彩りも味も抜群にアツプします。

【ポット苗リスト】①コンテナ菜園用ミニトマト ②スイートバジル ③イタリアンパセリ ④レッドチコリ ⑤ナスタチウム

【用意するもの】コンテナ(容器)は大きめで深い方がよい。市販の野菜用培養土。鉢底用土。必要ならば鉢底ネット。

【手順】①鉢底用ネット、鉢底用土を底が見えなくなる程度に入れる。

②培養土をコンテナの半分ほど入れ、ポット苗を仮置きして全体のバランスをみる。

③配置が決まったら、苗をポットよりとりだし置いていく。

④ウオータースペース(コンテナの淵より2cmほど下)をとり、土の表面高さが均一になるように土を足す。

⑤鉢底より水が流れるまでたっぷり水をやる。

【管理】①ミニトマトは脇芽をとる。②バジルは茎20cm位で摘心し、収穫しながらこんもりと育てる。花を咲かせないようにすると長く収穫できる。

(徳永 淳子)

情報かわらばん

ボランティアかわらばん5月号は4月28日(木)発行予定。
記事掲載希望は4月18日(月)までに原稿をお寄せ下さい。

募 集

就労支援ボランティアさん & パン屋ボランティアさん募集

就労支援(作業所)ボランティアさん募集! 同時にパン屋さんのボランティアさんも募集します。

私たちはグループホーム・ケアホームをできるだけ「普通の住まい」にしたいと考えています。家族や友人が普通に訪れたり、お気に入りの花や装飾に囲まれた生活を守っていきたく思います。地域の中で普通に生活し、迷惑をかけないように気配りしながら、地域の一員をして普通に生活していきましょう。そして社会の偏見をとりのぞく事も一緒に考えていきましょう。

日 時: 応相談

場 所: 就労支援・・・西長野(信大教育学部近く)

パン屋・・・箱清水

活動内容: 就労継続支援B型事業所にて雑務等 & パン屋での雑務等

問: NPO法人にゅらいふ(齋藤)

TEL: 090-6042-0673



配達ボランティア募集

ころぼっくるの宅配弁当の配達者を募集しています。お昼、夕食どちらの配達でもいいです。お年寄りに笑顔のプレゼントをして下さる方お待ちしております。

場 所: 長野市高田地区半径5kmくらい

時 間: 月～土 昼食 / 10:00～11:30

夕食 / 15:00～17:00

問: (企) 労協ながの ころぼっくるながの(鈴木)

TEL / FAX: 227-0233

お知らせ

ボランティア活動ポスター展示します

「ボランティア活動みほん市」に展示したボランティア活動ポスターを展示します。さまざまな活動があることを多くの市民のみなさまに知っていただく機会にいたします。

期 間: 4月11日(月)～22日(金)

場 所: 長野市役所 2階連絡通路

* 準備・撤収のボランティアも募集しています。

日 時: (準備) 4月11日(月) 9:00～10:00

(撤収日) 4月22日(金) 16:00～17:00

集合場所: ふれあい福祉センター1階

長野市ボランティアセンター

問: 長野市ボランティアセンター

TEL: 026-227-3707 / FAX: 026-224-1513



ご寄付ありがとうございました!

ハガキ、切手、テレホンカード、ベルマーク等

2月16日～3月25日

池田紘、小林智美、酒井幸夫、田村洋子、徳武久央、轟春子、中澤由紀雄、早川千吉郎、松下信彦、松本たま子、丸茂雅幸、丸山伸子、山本謙竹、雅着付ボランティア、セブテンパーグラス、市老連コーラス、きもちいい快、コロニー印刷、新光電気工業(株)、芹田不動産(株)、テルウェール長野支店、ヒシヤ、前田鉄工所(株)、高校会館、市民公益活動センター、長野高齢協、中央郵便局、(市)厚生課、吉田支所、東北老人福祉センター、(敬称略)

現場状況 3月分

(取りまとめ期間: 2月16日～3月15日)

相談件数	
ボランティアしたい	33件
ボランティア求む	6件
情報求む	13件
ボランティア活動支援	3件
ボランティア活動上の悩み	3件
よろず相談・悩みごと	5件
ボランティア保険・事故処理	3件
その他	0件
合計	66件

問い合わせ件数	
会議室予約	413件
伝言	94件
情報提供	392件
機材貸し出し	310件
チラシ・掲示板	111件
その他	252件
受付(よりいい会等)	663件
合計	2235件

その他	
情報カード受付	36件
機材貸し出し	24件
ボランティア保険加入	
ボランティア活動保険	39件
行事務用保険	19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	1件
合計	59件

2011年

4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

平成23年度 野村生涯教育講座開催ご案内

未来の子どもたちのために親がどうあったらいいか、
自分づくりをする勉強会です。

日 時:4月22日(金) 10:00 ~ 15:00
場 所:長野市ふれあい福祉センター
講 師:(財)野村生涯教育センター講師
参加費:年間8,000円

問:(財)野村生涯教育センター長野支部
宮坂ふさ子(大日方)
TEL / FAX:026 - 235-3985
URL:www.nomuracenter.or.jp

縁側にいらっしゃい & ずぼら工房

4月は手作りローション講座です。天然素材を使って、
自分のお肌にあった、やさし〜い！自分だけのローション
を作りませんか？

日 時:4月7日(木) 14:00 ~ 16:00
場 所:長野市ボランティアセンター 1F
講 師:癒しの空間まごころ 五十嵐美智恵先生
参加費:500円
申込み:3月30日(水)正午までにお申込ください。

問:長野市ボランティアセンター (西澤・山口)
TEL:026-227-3707

座・しゃべり場

利用者(当事者)・支援者・家族・運営者。四者がそれぞ
れの立場で自由に語り合う場です。参加者全員で円に
なって、それぞれの立場で主張する場です。

日 時:4月10日(日) 13:30 ~ 16:30
場 所:サンパルテ山王 天竜の間
講 師:参加者全員！
対象者:誰でもOK！
参加費:無料

問:NPO法人 ヒューマンネットながの(川崎)
TEL:026-268-0622 / FAX:026-268-1341
e-mail:hynet@mx2.avis.ne.jp

平和和子 絵本の原画と落ち葉の絵 展覧会

写実的な落ち葉の絵で知られる平山和子の絵本原画と
落ち葉の絵230点を展示し、その画業を浮き彫りにしま
す。

日 時:4月16日(土) ~ 5月1日(日)
9:00 ~ 17:00 (日曜休館)
場 所:ホクト文化ホール ギャラリー
参加費:無料

問:ホクト文化ホール
TEL:026-226-0008

saya cafe

女子のみなさんで、お茶を飲みながらゆったりとす
ごしませんか？時間内は出入り自由、好きなことをして
ごせます。

日 時:4月16日(土)
場 所:長野市ボランティアセンター 1Fテーブル
対象者:女性
参加費:200円

問:saya cafe(横山さくら)
TEL:213-4758

