

# ボランティア かわらばん

2012年

SINCE 1977

# 12月 No.362

編集発行 ながのボランティアかわらばん編集委員会

【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](mailto:volucen@vnetnagano.or.jp)

# 男性の皆さん！

# 現役の今、

# ボランティア

# 始めてみませんか？



みんながネットワーク

このかわらばんは信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」は共同募金  のご協力で発行しています。

表紙題字：青木孝子さん

# 男性の皆さん！ 現役の今、ボランティア始めてみませんか？

## 男性諸氏は どう考えている？

50代の男性たちに定年後の「ボランティアを聞いてみました」

定年後を数年後に控えた彼らは、どんなことを考えているのでしょうか。



「長期の旅行をたくさんしたい」「やめていたバイクでツーリングに行きたい」「孫と遊ぶのが楽しい」「畑仕事を思う存分」「これまでできなかった英語の勉強や習い事に組みたい」「テニスやマラソンなどのスポーツを毎日やりたい」など、どれも皆さんの個性が出ていて是非実現していただきたいことですね。

ただし、「毎日旅行ばかりできない」「習い事だけでは1日は埋らない」などの意見も出ていました。そして一番多かった意見は「働きたい」でした。これまでたくさん働いたはずなのに、まだ働きたいのかと尋ねたところ、理由は大きく二つありました。一つは経済的な理由で働かざるを得ないのではないかと不安、もう一つは、他に何をすればいいかわからないから…。予想はしていましたが、この言葉はかなり多く出てきました。

こんな彼らにボランティアについて

て聞いてみました。まず、これまで何らかのボランティアの経験があり、ますかという問いに、あるという方はわずか2人だけ。では定年後にボランティア活動をしてみたいと思えますかと尋ねると、何と全員がしてみたいそうです。でも、「どうすればいいかわからない」「気持ちはあるけど勇気がいる」「やったことがないから不安」などの意見も出ました。それでは、誘ってくれる人がいるなどのきっかけがあればどうか、と尋ねると、全員「やる」とのことでした。

今回の取材を通じて感じたのは、50代の男性たちは定年後のボランティアをある程度持っていて、その中にボランティア活動も選択肢として考えることができるようです。ただし、きっかけがないと腰が上がりませんので、きっかけをどのように作るか。また、現役時代に経験したことには取り組みややすいそうなので、現役のうちにボランティア経験をしてみよう機会を作ること大切のようです。少ないと言われる男性ボランティアを増やすヒントかもしれません。

(取材：茶嶋宏明)

それなら、実際にボランティア活動をしている現役世代の話を聞けば、きっかけがつかめるかも！

3人の方に聞いてみました。

## 30代 ほやほや

中田 昭人さん  
人生の楽しみ方が  
上手な人



中田さんとボランティアの出会いは、高校時代にボランティアサークルに所属している友人からアートパリンピックの手伝いに誘われたことがきっかけでした。

パリンアートに興味があった中田さんは「楽しそうだし、手伝ってみよう」と思ったそうです。現在はパリンアートやピエロといった大道芸を通じ、地区のお祭りやイベントにボランティアとして参加するほどの腕前に。

もの静かな性格で、「人間関係を築くのがぼくは得意ではないんです」という中田さんに、「よくピエロができますね」と質問すると、「ピエロのメイクを取った瞬間に人見知りに戻ってしまうんです」とお茶目な答え。

「中田さんにとってボランティアとは何ですか？」と聞くと、「ぼくはボランティアをしようと思って活動しているわけではないんです。自分の興味のあることや好きなことをしているだけなんです。自分が楽しんで活動して、それが誰かの役に立っているだけなんです」。他にもコーラスグループに所属し、長野駅前のお店で演奏をすることもあるそ



ピエロに扮する中田さん

うです。「ぼくにとってボランティア活動とは、楽しめる仲間との交流の場であり、自分の居場所作りなのかもしれません」と話してくださいました。

現在、障がい者の施設で働く中田さんですが、高校時代にボランティアで参加したスペシャルサマーキャンプ(※)がきっかけで今の職場で働いているんだそうです。

今回お話を聞かせていただく中で感じたことですが、中田さんは一瞬一瞬を楽しんで活動されていて、その活動が今の仲間を引きよせ、人生を作っているような感じを受けました。

そんな素敵な中田さんでした。

(取材：久保田和幸)



(※)スペシャルサマーキャンプ・・・昭和55年から平成17年まで実施。障がい児のためのキャンプで、若い世代のボランティアがたくさん参加していました。

# 男性の皆さん！ 現役の今、ボランティア始めてみませんか？

## アラフォー世代

矢澤 豊さん

相手に思いを

寄せて

消防署にお勤めの矢

澤さんは、東日本大震災直後に仕事で現地に入り救助活動をしました。

その時は人命救助が優先で、そばに落ちていたアルバムや写真、免許証などを拾うことができませんでした。そのことが心に残っていて、その後はボランティアとして被災地へ行き続けています。今後も長い活動が必要だと思っているそうです。

また矢澤さんは小学校の頃から「かぐら会」に入っているので、お祭りのときのお囃子はもちろん、盆踊りのやぐらを組んだり、太鼓をたたいたりといった地域の活動にも今までたくさん参加してきました。年配者に教わり子どもたちに引き継いでいく「かぐら会」を続けることで、矢澤さんは地域の人のつながりを感じるそうです。災害ボランティア



昨年はサンタに扮し、児童養護施設を訪問した矢澤さん

で現地に行った経験も地域に活かしたいと考えています。

今年矢澤



さんは「かつごう会」にも参加しました。「かつごう会」は障がいを持った子どもを背負って登山をするボランティアグループです。半身不随の中学生2人を、15人のチームを組んで乗鞍岳まで背負って登りました。小学生と違って体重も増えてくる中学生、2分交代でバトンタッチしながらの登山だったそうです。「貴重な体験をしました」と矢澤さん。すぐ大変そうに思えますが、みんな力を合わせてひとつのことをやり遂げたことが喜びになったそうです。どの活動も相手のことを思う気持ちを大切にしていると感じました。

## 50代これからだ！

【寄稿】  
私と  
ボランティア

ボランティアという  
と普通の人は災害時な

どの人道支援や体の不自由な方々への手助けなどが頭に浮かぶんだと思う。数年前の自分もそうであった様に、ボランティアへの入り口は普段の生活の中では必要もないし、あえ

おもちゃを“治療中”の峰田さん



てその世界に飛び込む必要も感じないのが現実だと思う。

現役のサラリーマンである自分にとっても、今の仕事だけで手一杯だし土日だってやる事が目一杯なのだ。では、なぜボランティアかと言うと、それは、多分ボランティアだと思っ

てやっつけないからだと思う。最初に見た時も、これボランティアかと思つたし、変なことに真剣になつている大人がいることに親近感を感じた。自分としては、趣味の延長線だと感じているし、一緒にさせていたでいてお仲間（ほとんど大先輩でありかつ優秀な技術者）も童心に帰れるひと時を味わっているんじゃないかな。

小さくても満足感が得られれば、普段の仕事とは違う達成感が得られているからこそ長続きできているんだと思う。あえて飛び込まない



れば、一生知り合えなかった人・物など、これからの自分の人生が豊かになるかは分からないが、いい汗かいてる（時には冷や汗もある）のは間違いない。

おもちゃの病院なのが

峰田 整至

実際にボランティア活動をしている男性の皆さんにお話を聞きすると、



「何となく時間がある」「楽しそう」から、「社会との関わりを持ちたい」「これまで仕事だけしてきた分、社会に恩返しをしたい」という方までボランティアを始める動機は様々です。

そして、「知人から誘われて」や「職場の仲間がボランティア活動をしていた」「たまたまチラシを見て」など、きっかけもさまざま。

しかし皆さんに共通しているのは、ボランティアを始めてから得るものが大きいということ。それは現役世代の皆さんも同じです。

「気持ちはあるけどきっかけが」。そんな男性の皆さんはぜひボランティアセンターにお立ち寄りください！ 新しいことに出会えるかもしれませんよ！！

「おもちゃの病院なのが」は長野市を拠点におもちゃの修理を無料（部品代は実費）で行い、活動しているボランティア団体です。

## 第4回 福祉教育 研究会

### 当事者体験って ホントのとどこが違うの？

11月16日、福祉教育研究会「当事者体験(\*1)ってホントのとどこ違うの？」が開催されました。この研究会は、長野県社会福祉協議会と共催で、福祉教育のあり方を考えようとして4回目の開催となりました。

2学期に入ると、多くの学校が当事者体験(アイマスク体験や高齢者疑似体験など)を実施しますが、私たちボランティアコーディネーターは、それが子どもたちに何を残し、先生方の想いは伝わっているのか疑問に感じることがあります。

そこで、当事者であり、「バリアフリーコミュニケーション(\*2)」を提唱する堀越喜晴さんにお話を伺っていただき、問題提起としました。堀越さんは、福祉教育や人権教育とは、つまりコミュニケーションで、人と人が共に物語を紡いでいくことだと話しました。自身が福祉教育の現場で経験した例を挙げ、当事者体験が差別を助長する可能性もあることも指摘。子どもたちには障がい者に興味をもってほしい、その出会いにワクワクしてほしいと話しました。

後半は、当事者、支援者・学校の先生など多様な参加者がざっくばらんに「ホンネ」で語り合う会。「障がい者・高齢者ってどんな人？」「体験学習でうまくいったこと、反

省と課題」「福祉教育で学んでほしいこと」の三つの問いかけに答えてもらいながら、意見交換しました。

「アイマスクをして歩くだけの体験はキライだ！」というのは当事者の方。「当事者体験をすると大変だねで終わってしまう」という失敗談もあり、「車椅子の押し方を学ぶより、一緒に遊ぶ」など提案もたくさん出されました。最後に、車椅子で生活する川崎昭仁さんの「楽しい体験でなければ、伝わらない」という意見に一同頷いていました。

地域にはさまざまな人が暮らしています。自分とは違う人の生き方に出会い、理解しあうことの大切さを学んでもらいたい。当事者体験をするだけで、理解できるわけではないことを知ってほしい。改めてそう感じました。



軽やかな語り口の堀越さん



→「楽しいからこそ印象に残るのでは？」と話す川崎さん  
一意見が次々と出され、共通する想いが見えてくる



## ボランティアグループ数珠つなぎ no.4

### 《お直しコッコちゃん》

お直しコッコちゃんは、障がい者、高齢者のための簡単な洋服直しをするボランティアグループとして平成14年7月に立ち上げ、今年10年を迎えました。

きっかけは、車椅子を利用している女性との出会い。既製服が身体に合わず困っていることを知り、他にもこのようなニーズがあるのではないかと思うようになりました。ボランティアセンターの後押しもあり、偶然に出会った3人でボランティアを始めました。

現在は月1回第3水曜日の午前中、洋服好きな7人で、既製服では不便になっている部分にファスナーを付ける、紐付け、裾上げ、下着、ゆかたのお直しなどさまざまなことをしています。一番手間の掛かる仕事は縫ってあるものを解く作業ですが、生地を切らずに手早く糸を解く達人がいるので能率よく、しつけ糸を掛ける人、ミシンを掛ける人と自然に役割分担され1

回に3~5着のお直しをしています。

足が不自由だけどジャージではなく、Gパンを履きたいから股にファスナーをつけて欲しいといわれる車椅子を利用している20代の女性。高齢になった母ができなくなったのでお願いしたいと車椅子でやって来る青年など多くの人に出会ってきました。

いつも「どうしたいか」に耳を傾けるよう心がけています。

今では、みんなさんから教えていただいた全部違うお直しの方法は財産になり、「元気だったときのGパンがまた履けました」「母さんのように直してくれてありがとう」等といていただく言葉は私たちのやりがいになっています。(坂口和美)



(\*1)ここでは、障がい者・高齢者の疑似体験をさす。(\*2)バリアフリーというが、バリアはなくならない。バリアは超えるものだという堀越さんの理論。



フィリピン風カレーを  
作ってきたよ!

おいしい料理で  
異文化を学ぶ



# いつもくんがいく!



布でできていて、いろん  
な着方ができちゃうんだ。  
カレーカレーはとって  
も不思議。中の具はニン  
ジンやジャガイモを使わ  
ず、その代わりにバナナ

11月8日、「地球の料理教室 フィリピン編」(主催・JICA 駒ヶ根青年海外協力隊 訓練所)に行ってきたよ。今日のメニューはカレーカレー。ピーナツバター味のフィリピン風カレーなんだって。初めてのカレーカレー、いったいどんな味がするんだろう。ドキドキしながら参加したよ。

先生は奥津グレースさん。とても明るく元



奥津グレース先生(左)と親子連れの参加者

教室の最後にはフィリピンについてのお勉強。フィリピンの言葉や文化を学んだよ。みんなで楽しく料理して、美味しく食べて、異文化を学べて、すてきなすてきな教室だったよ。

カレーカレーのお味はというと...? 美味しかった! ピーナツの甘さと長く煮込んだ牛肉がほろほろと溶けて最高。海老で出来た香辛料をトッピングすると、風味と辛さがい感じ。付け合せのヨーグルトサラダも美味しかったなあ。

米粉は売っていないから、お母さんが石のすり鉢でお米を潰すんだ。カレーカレーはお祝いの時の料理なんだって。



の赤ちゃん「バナナハート」を使うんだ。なんとカレー粉も使わない! そのかわりに大量のピーナツバターや米粉を使うんだ。フィリピンでは



# ありがとう! グリーンカーテン!!

6月28日に、夏の暑い日差しを防ごうと、ふれあい福祉センター西側に朝顔やゴーヤなどのつる性の植物をめぐらせて設置した緑のカーテン。苗や土の寄付から始まり、緑のカーテンの設置、毎日の水やりなどすべてボランティアの皆さんによって行われました。すくすくと成長した緑のカーテンは、わたしたちを夏の陽射しから守ってくれたばかりでなく、わたしたちのこころも楽しませてくれました。

そして11月6日、緑のカーテンはその役目を終え、ボランティアの皆さんによって撤去されました。

ありがとう! グリーンカーテン!!



# 情報かわらばん

## 人との絆・夢や希望のかけはし 2013

ブラインドサッカーを通して、障害者と健常者があたりまえに混ざりあう社会をめざし、ブラインドサッカーに寄せる思いやその魅力、コミュニケーションの大切さや、ボランティアの必要性を伝えたいと考えます。

日 時：1月19日(土)、20日(日)

場 所：坂城町文化センター

講 師：釜本美佐子さん(日本ブラインドサッカー協会理事長)

問：FCレインボー(中沢)

TEL：0268-82-2693



## バリアフリーツアー

### 東京スカイツリー・東京駅新駅舎を巡る旅

今年は新幹線で日帰りで行きました。ふるってご参加ください。

日 時：12月2日(土)

場 所：東京スカイツリー・長野駅

対象者・定員：障害者中心でどなたでも

参加費：16,000円

問：社会福祉法人 信濃の星

コーディネータープラザながの(鈴木)

TEL：026-285-1900/FAX：026-285-1909



## 押花で作るカレンダー

世界で一つだけのオリジナルカレンダーを作ませんか？

日 時：1月10日(木)

場 所：ふれあい福祉センター

対象者・定員：30人

参加費：500円

申込み：12月25日(火)までにお申し込みください

問：ずばら工房&縁側へいらっしゃい(林)

TEL：090-2743-3239

## 点訳カレンダー販売します

1部100円で2013年の点訳カレンダーを販売します。

問：長野点訳花水木の会

TEL：026-227-3707(長野市ボランティアセンター)

## お茶のみサロン あいまい会

クリスマス会をします。ハンドベルの演奏をします。みんなで楽しく歌いましょう。

どなたでもご参加いただけます。ちょっと誰かに会いたい、話したい人、お茶をのみながらお話しませんか。

日 時：12月18日(火) 13:30~15:30

場 所：ふれあい福祉センター 5階ホール

参加費：100円

問：あいまい会(岩佐)

TEL：026-227-0004



## 平成24年度 小川村ボランティアの集い開催!

全ての住民が、小川に住んでよかった!と思うためには、世代間を越えて、地域ぐるみの気づきや思いやりの心、住民同士の関わりが大切です。教育者としての目線から、また地域活動の実践者のひとりとしてご活躍されている、信濃教育会教育研究所所長赤羽郁夫先生にご講演をいただき、つながりづくりや支え合いについて考える集いにしたいと思います。

日 時：12月8日(土) 13:30~15:00

場 所：小川村公民館 2階講堂

参加費：無料

講師：信濃教育会教育研究所所長 赤羽郁夫さん

問：小川村社会福祉協議会(坂口)

TEL：026-269-2255/有線：4567



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

10月26日~11月24日分

No. 鉄道マニア アール・イー・コーポレーション

長野市収納課・障害福祉課(榊前田鉄工所 本田すみ江)

かがやきひろば三陽 宮崎留美 匿名(敬称略)

有効に活用させていただきます。

## 現場状況 10月分

(取りまとめ期間:10月1日~10月31日)

相談件数		問い合わせ件数		その他	
ボランティアしたい	20件	会議室予約	536件	情報カード受付	43件
ボランティア求む	19件	伝言	433件	機材貸し出し	69件
情報求む	47件	情報提供	628件	<b>ボランティア保険加入</b>	
ボランティア活動支援	46件	機材貸し出し	401件	ボランティア活動保険	34件
ボランティア活動上の悩み	6件	チラシ・掲示板	177件	行事用保険	30件
よろず相談・悩みごと	9件	その他	429件	在宅福祉サービス総合保険	0件
ボランティア保険・事故処理	0件	受付(よりいい会等)	894件	送迎サービス補償保険	0件
その他	8件	合計	3498件	合計	176件
合計	155件				

## フロアホッケー講習会

寒くなってきましたが、ずくを出して身体を動かしましょう！  
たくさんの方の参加をお待ちしています。

日時：12月15日(土) 13:30~16:00  
場所：長野市障害者福祉センター 体育室  
対象・定員：長野市在住・在勤の中学生以上の障害者20名(先着順)  
受講料：無料  
申込み：12月12日(水)までに電話またはFAXで  
問：長野市障害者スポーツ協会  
TEL/FAX：026-226-8834



## 第68回ナイスハートバザールIN長野

北信地域の障がい者施設・事業所で障がいを持った人たちが  
製作した製品を一堂に集め、展示即売会を行います。  
日時：1月8日(火) 10:00~19:00  
1月9日(水) 10:00~17:00  
場所：ながの東急百貨店 別館シェルシェ 5階ホール  
問：長野県セルプセンター協議会(三井)  
TEL：026-291-8280/FAX：026-291-8290

## 第22回 健康を考える交流会

環境と健康は同じ、いっしょに考えよう!!  
日時：12月8日(土) 13:30~15:30  
場所：長野市中央隣保館 2階会議室  
対象者・定員：20人  
参加費：300円(お茶代)  
問：健康な未来を考えるSowing.net(高遠)  
TEL：090-2179-9741/FAX：026-227-6919  
E-mail：e-moco@mx2.avis.ne.jp  
URL：http://Sowing-net.digi2.jp/

## 障害者週間特別企画

### 地域生活・ネットワークセミナー 「地域で暮らす2012!」~災害を考える~

<午前>基調講演「防災・減災・復興について」  
~災害を理解する~  
<午後>分科会①被災地における相談支援の現状と今後  
分科会②災害時の移動困難者の生活交通はどうなるの?  
分科会③障害当事者が考える災害  
日時：12月8日(土) 10:30~16:30  
場所：長野市生涯学習センター(トイゴ)  
講師：秋山哲男さん(北星学園大学客員教授)ほか  
対象者・定員：どなたでも  
参加費：無料  
問：社会福祉法人 信濃の星  
コーディネートプラザながの(鈴木)  
TEL：026-285-1900/FAX：026-285-1909

## 被災地にサンタが100人やってきた!!

岩手県の三陸沿岸の被災地を中心に、サンタクロースに扮したボランティア100人が集結! 音楽や大道芸で、地域のみなさんと一緒に笑い、クリスマスプレゼントを配ります。  
日時：12月22日(土)~12月24日(月)  
場所：岩手県大槌町、大船渡市、釜石市、陸前高田市、住田町、遠野市を予定  
また、みなさんの温かいおこころざしがクリスマスプレゼントになって被災地へ届けられます。クリスマスプレゼントの購入資金にご協力をお願いします。1口1,000円からのご寄付を受けております。  
ご寄付の振込先：サンタが100人やってきた専用口座  
岩手銀行遠野支店 普通口座：2051730  
口座名：トクヒトオノマゴコロ  
問：NPO法人 遠野まごころネット  
〒028-0527 岩手県遠野市大工町10-10  
〒028-0514 岩手県遠野市遠野町28地割5(移転先)  
TEL：0198-62-1001/FAX：0198-62-1002  
E-mail：santa100nin@gmail.com  
※なるべくメールでお問い合わせください

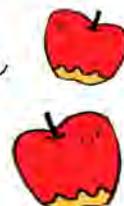
## おお!地球人ワールドフェスタIN長野

世界の料理体験、世界の民族衣装試着、タイ国王陛下の誕生日お祝い、バルーンアート作り体験、長野県観光PRキャラクター「アルクマ」来場、料理研究家横山タカ子さんの作るベトナム料理試食、ステージ発表、茶道・着物着付け体験(外国籍の方対象)、タイマッサージ体験、スキーリフト券・温泉入浴券などが当たる大抽選会。  
日時：12月9日(日) 10:30~15:00  
場所：もんぜんぶら座 地下ホール  
参加費：入場無料  
問：長野市秘書課国際室(伊東)  
TEL：026-224-5447  
又は026-223-0053(国際交流コーナー)



## 年忘れは、楽しくサンアップルで!!

<クリスマスイベント>  
日時：12月23日(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 ホール  
出演者：あっぴるダンサーズ、信州大学付属長野中学校吹奏楽部、スパークリングジョイ、HIMAWARI×KENTA  
<年末イベント2012>  
①今年もやります! サンアップルギネス記録に挑戦!!  
日時：12月26日(水) 13:30~16:30  
場所：サンアップル体育館  
②年末アクア祭  
日時：12月27日(木) 10:40~11:50  
場所：サンアップルプール  
問：長野県障害者福祉センター サンアップル  
TEL：026-295-3111/FAX：026-295-3511  
E-mail：sunapple@avis.ne.jp



2012年

12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](mailto:volucen@vnetnagano.or.jp)



## 講座

### 人を集めるにはどうしたらいい？

地域活動・市民活動をすすめるためには、いろいろな人を巻きこんでいくことが必要です。とはいえ、人集めに苦心されている方も多くはあらず。そこで!! どんな広報をしたら効果的か、どうしたらうまく伝わるのか、『情報の受発信』をテーマに、実践的な解決策を学びます。

日時：12月14日(金) 10:00~16:00

会場：ふれあい福祉センター

講師：花井裕一郎さん(小布施まちとしょテラソ館長)

参加費：500円

申込：電話もしくは来所のうえお申し込みください

問：長野市ボランティアセンター

TEL : 026-227-3707

## イベント

### 福ゾウくんプロジェクト

日時：<昼の部>12月13日(木)、27日(木) 13:30~15:30  
<夜の部>12月25日(火) 18:30~20:30

場所：ふれあい福祉センター

問：長野市ボランティアセンター(長岡)

TEL : 026-227-3707

### 古切手でつくるクリスマスボックス

切り手リサイクルでクリスマスプレゼントの箱を作ろう!

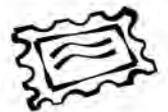
日時：12月12日(水) 13:00~16:00

場所：ふれあい福祉センター 1Fテーブル

持ち物：小箱、ハサミ

問：長野市ボランティアセンター(戸田)

TEL : 026-227-3707



## 募集

### 雪かきボランティア大募集! すのーばすたーず ながの 2012

長野市内の障がい者や、高齢者のお宅の雪かきをするボランティアです。

自分の都合のいい時に活動できます。事前に登録をして、調整をしてから活動を始めます。

申込み・問：長野市ボランティアセンター

TEL : 026-227-3707

### 一時預りさん募集

主に長野市内で保護した猫を数日から一年くらいの間預かっていただく里親を募集します。譲渡会にも参加していただきます。命をつなぐために必要な一時預りです。かわいい盛りをお世話して、パトタッチするやりがいのあるボランティアです。

問：こちら肉球クラブ(千葉)

TEL : 090-8515-9259/FAX : 026-234-7156

E-mail : [plin@avis.ne.jp](mailto:plin@avis.ne.jp)

### ペーパーアクセサリー作り

かわいい紙や切手を使って、軽くて華やかなペーパーアクセサリーを作ります。ピアス、イヤリング、ネックレス、ブローチなどなど。デザインはあなた次第!

日時：12月11日(火) 18:30~20:00

場所：ふれあい福祉センター

参加費：300円(材料費+お茶代)

持ち物：好きな柄の紙(あれば)

問：長野市ボランティアセンター(山崎)

TEL : 026-227-3707

### 動く絵のコミュニケーション力 ~アニメーションの世界~

ヨーロッパなどの海外アニメーション作品の上映。作品解説や公開前の予告編上映などもまじえ、普段なかなか観ることができない貴重な作品をお楽しみください。

日時：12月16日(日) 13:00~15:00

場所：清泉女学院大学

ゲスト：伊藤裕美さん

参加費：無料

問：清泉女学院大学(山貝)

TEL : 026-295-5665

