6月 2019年 No.434
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 長野市大字鶴賀緑町1714-5
長野市ボランティアセンター内
TEL 026-227-3707 FAX 026-224-1513
HP http://vnetnagano.or.jp
mail volucen@vnetnagano.or.jp

ボランティアかわらばん

平成から令和へ

後編

見事に咲き誇る梅の花のように、一人一人が明日への希望とともにそれぞれの花を大きく咲かせることができる、そうした日本でありたいとの願いが込められた「令和」。
5月号に続き、ボランティア活動をしているみなさんに想いを聞いてみました。

内山二郎さん
開かれた市民活動の拠点

平成から令和へ改元といっても昨日までと何一つ変わらない日常なのに、新しい時代の幕開けに不思議なときめきを覚えます。

思えば、アフリカで取材中に難病に見舞われ、25年ぶりに長野へ還ったのは昭和が終わりに近づき平成が始まろうとする頃でした。先行きの見えない不安いっぱいの帰郷でしたが、その後の私の生き方を決定づけたのは長野市社会福祉協議会内に誕生した長野市ボランティアセンター（以下ボラセン）との関わりです。冨永房枝さんの詩との出会い、詩集「女の子のとき」の発刊から「風のオーラ」のクロスオーバーライブ（音、映像、詩などが合わさったライブ）活動へ。ボラセンに集う仲間たちとの刺激と感動に満ちた日々は、私にとってノーマライゼーションについて深く考える出発点になりました。

平成元年に始まった「ボランティア・市民活動文化祭」は平成13年のボランティア国際年へと続き、多くのボランティアグループが生まれました。あの頃のボラセンは、市民とスタッフが対等にタッグを組んで新たなムーブメントを起こし、熱い思いを全国に発信するプラットフォーム的な存在でした。その推進力となったボランティア連絡協議会の役割も大きかったと思います。平成10年の長野冬季オリンピック・パラリンピックのときは、「アートパラリンピック長野」の活動拠点となり国際的にも注目されました。そして阪神淡路大震災、東日本大震災の折には、一早く災害ボランティア委員会が立ち上がり多様な支援プロジェクトが誕生しました。この時のボラセンと市民の協働には目を見張るものがありました。

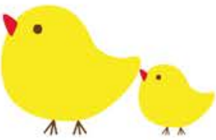
▲2011年災害ボランティア委員会

みんながネットワーク
このかわらばんは「信毎ふれあいネット」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

協働といえば忘れられないのが、現在の「ふれあい福祉センター」建設（平成6年）に際し、スタッフと市民がワークショップや対話を重ね、建物の設計や使い方を市長に提案したことでした。まさに市民参画によるボラセン運営の原点だったように思います。あれから24年。新しい令和の時代を迎え、開かれた市民活動の拠点としてボラセンがますます大きな役割を果たすことを期待します。

ひよこの会 寺沢さゆりさん



平成6年に子どもが生まれてから、「子どもがいるからできること」をモットーに子どもと一緒に子連れボランティアグループを立ち上げボランティアをしてきました。そんな活動の中で誰にも助けてもらえずに子育てをしている人、なかなか親に話を聴いてもらえなくて自尊心を失っている子どもたちに出会い、子ども・子育て支援をするNPO法人を医療関係者、福祉関係者、教育関係者などと作り子育て支援・子ども支援を今まで行なってきました。

平成時代にはたくさんの子ども支援、子育て支援団体ができ、どの団体も頑張って活動をしています。しかしまだ子育て中の親や子どもを取り巻く状況は良くなっているとはいえません。色々な団体と協力しながら親も子どもも安心してホッとできる居場所作りなどを積極的に進め、子どもの願いが叶い、親も気持ちに余裕を持ってみんなが笑顔で過ごせる長野市になるようにさらに活動をしていこうと思っています！

▶子どもと一緒にお出かけの場所・習い事の情報をまとめたひよこマップ

さんぼんやなぎプロジェクト 岡宮真理さん

私たちの活動は平成28年の秋に始まりました。居場所づくりと言っても拠点もなにもないところからのスタートです。まずは活動を始めやすいこども食堂から取り掛かったわけですが、当時は「子ども食堂＝貧困の子どもだけのもの」というイメージが強く、少々周囲への呼びかけが難しかった記憶があります。

初めは公園を利用しての野外こども食堂から、地区センターをお借りしての月1回開催。そして翌年には念願の拠点を持つことができ、そしてまた1年が過ぎ、だいぶ地域での活動も広がりがでて参りました。

活動の内容も子ども食堂だけではなく、放課後も子どもたちの居場所として賑やかに施設を開放しております。

また、日中はシニア層が集まれる場もできました。これは地域の方の「やりたい」から始まったこと。参加者も毎回楽しみにしてくれているのがわかり、スタッフもやりがいがあります。

続けていくうちにだんだんと顔見知りが増えていくことが嬉しく、人が人を呼ぶ地域の交流の場になっていることを実感します。

私たちの「平成での活動」は、そんな試行錯誤の中で止まらずに活動を続けて来て「できなかったこと」というよりは、「まだ発展段階にある」という感覚です。

新しい元号になる本年、さんぽんやなぎプロジェクトでもいくつか新しい事業がスタートします。

しかしこれらはまったく新しいことではなく、これまでの活動をより確固たるものにしていくための内容です。『子どもを中心とした地域の居場所づくり』これはいつ

地域の居場所　にっこりひろば

でも置いておきたい軸なのです。テーマにある「大きく咲かせる」ことは、ひとりひとりの笑顔の花がたくさんみられるようになったら、それはまちの中で大きな笑顔の花が咲いているのだと思えるのではないでしょうか。

みなさんとともに笑顔の花を大きく咲かせていくことに挑戦させていただきたいと思います。

ブルースカイ（登校拒否を考える親と子の会）代表 松田恵子さん

ブルースカイが２０２０年に30周年を迎えます。平成２年に発足し、平成を駆け抜けてきました。ブルースカイは不登校になった我が子の居場所づくりからグループの活動が始まりました。グループ名は、松田さんの息子さんが名付けてくれました。

昨年、ブルースカイは公益社団法人社会貢献支援財団より、社会貢献の功績を表彰されました。そして、３月30日にブルースカイ30周年記念&表彰祝賀会を行い、不登校だった方や現在不登校の子どもが大勢集まりました。母親になり自身の子どもと一緒に参加してくれた方、同じ悩みを持っていた母親たち、元教師など、懐かしい顔ぶれに笑顔が絶えませんでした。

現在も、毎週水曜日、長野市障害者福祉センターで親の会や親子の居場所を持ち続けています。当事者のみなさんが孤独で不安な思いをすることがないよう、支援を続けています。

不登校になっている子どもたちにも、素敵な未来が待っています。学校を休んでいる間にも、経験できること、休んでいるからこそできることをすればいいじゃない！

そんな風に思います。我が子も学校を休んでいる間に、祖父と戦友会に一緒に行き、戦時中のことを聞いたり、知らない高齢者と関わることなどの経験を積むこともできました。学校ではないところので経験というものも、子どもの成長には大切だと考えています。

30周年記念＆表彰祝賀会

また、「子育て」と聞くと、学校を卒業するまでと考える方も多いと思いますが、私は、子育ては一生続くものだと考えています。どんなに大きくなっても、子どもと私の関係はどこまでいっても親と子、子育てが続いていると思っています。子育ては親育ちとも言いますね。子育てをしていると、子どもから気づかせてもらう事もたくさんあります。

そして、令和では「つながり」をより多く作っていきたいと思っています。最近、やっとつながる事のできた団体、興味を持ってくれた団体がいます。私たちだけがつながるのではなく、他の団体同士がつながる為のクッションにもなりたい、そんな風に思います。

不登校、ひきこもりで悩んでおられる方、学校の先生、支援の方、相談窓口の方など子どもに関係している方は、ぜひ、生の声を聞きに来てください。

新しい時代となり、１ヵ月が経ちました。ひとりひとりが活躍できる社会になるように願っています。

30周年記念・連続講演会

様々な立場から、不登校支援を考える

（長野市障害者福祉センター・無料）

○第2回　6/30(日)14:00～17:00
「母として、親の会として思う」

○第3回　7/28(日)14:00～17:00
「父として、ソーシャルワーカーとして思う」

▼ブルースカイの思い出

参加費　無料／申込締切　6/26(水)
問　長野市企画政策部マリッジサポート課(峯村)
TEL　026-224-8639

■えんげきワークショップ ファシリテーター養成講座

多様性を活かしながらのびのび自己表現する場を創る「えんげきワークショップ」。注目の手法のファシリテーションを体験しながら学びます。
日時　6月16日(日)～3月1日(日)　全8回
場所　長野市芸術館アクトスペース(3階)
定員　15名(先着順)／講師　わたなべなおこ
参加費　3,000円(講座初日にお支払下さい)
申込締切　6月10日(月)
問　長野市文化芸術振興財団(湯田)
TEL　026-219-3100／FAX　026-219-3110
メール　info@nagano-arts.or.jp

■“医者に頼らない健康！”

今回で100回目を迎えます。自分の健康は、医者に頼る前に情報を得て予防して行きましょう！　健康はお金に変えられないかけがえのない体です。参加をお待ちしています。
日時　6月8日(土)13:30～／場所　安茂里公民館
定員　20人／参加費　300円／申込締切　6月8日(土)
問　090-2179-9741(高遠)／FAX　026-227-6919
メール　sowing.net@gmail.com

募　集

■西村まさ彦プロジェクト「シニア演劇アカデミー」団員募集！

シニアの皆さん、出番です！俳優西村まさ彦さんをはじめとするプロ演劇人の指導をうけ、オリジナルのお芝居を創ります。新しい自分に出会ってみませんか？
日時　9月16日(月・敬老の日)結成、月2回練習　2月9日(日)公演本番
場所　長野市芸術館アクトスペース(3階)
対象　60歳以上の方(未経験者歓迎)
監修　西村まさ彦／参加費　10,000円
申込　6/20必着(書類選考後7月下旬までに参加の可否を連絡します)
問　長野市文化芸術振興財団(湯田)
TEL　026-219-3100／FAX　026-219-3110

ボラセンの ボランティア募集

①街中掲示板

月に2回、街中にあるボランティア関連の掲示板へチラシを貼り替えるボランティアです。

②かわらばん配達

長野市ボランティアセンターで発行している情報誌「かわらばん」を各所に配達するボランティアです。

お問い合せ／長野市ボランティアセンター

いつも傾聴でんわ

哀しい・つらい・嬉しいことがあった…
どんなことでもお話しください。
お電話待ってます
TEL　026-225-0404
月・土 14:00～18:00　水 14:00～21:00

インターネット放送局「ながのＴＶ」の生放送番組
＼毎月第２火曜日19時ON AIR／

長野ボランティアステーション

6月11日(火)は
「全日本釣り団体協議会」です
出演者大募集中

お問い合せ／長野市ボランティアセンター

長野市ボランティアセンターへご寄付ありがとうございました！

ハガキ、切手、テレフォンカード、ベルマーク等
(4月20日～5月20日分)
山﨑君男　松下信彦　湯田加代子　篠原晶子　高橋孝治
甲信アルプスホーム　サークル「北信五岳」　長野南郵便局
長野信用金庫　かがやきひろば松代　かがやきひろば三陽
更北地区社会福祉協議会　長野中央郵便局窓口営業部
長野市地域包括支援センターコンフォートにしつるが
ＣＤＣ情報システム 長野市市民税課　匿名3名　(敬称略)

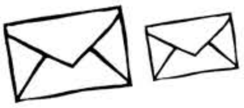
どなたでも“ふらっと”参加できます

長野市ボランティアセンターで開催するちょこっとボランティアの場です

問：長野市ボランティアセンター　TEL：026-227-3707

♪エコ封筒を作ろう

古いカレンダーを再利用して封筒を作ります。
年齢・性別を問わず、ご参加いただけます★
7月2日(火)10:00～11:30
8月6日(火)10:00～11:30



♪切手の小箱サロン

チーズやお菓子の空き箱に古切手を貼ってステキな小箱を作ります。のんびりゆっくり、おしゃべりしながら、楽しい時間を過ごしましょう。
7月12日(金)13:30～16:00
8月9日(金)13:30～16:00

ボランティア情報

お知らせ・イベント

■長野らくらく倶楽部25周年記念寄席

落語の好きな方、自由にお出掛け下さい。メンバーがフル出演でお楽しみいただきます。
日時　6月15日(土)13:00～(開場12：30～)
場所　長野市芸術館3階アクトスペース
参加費　無料／申込　必要なし
問　長野らくらく倶楽部(米村)
TEL　090-1429-1470

■無料学習サポート　きずなじゅく

教えるのは元教員、学生などのボランティア。一人の子に一人のサポーターがつき、ていねいに教えます。おしゃべりもOK。友達やサポーターと楽しく過ごします。
日時　6月14日、21日、28日(金)17:30～19:30
場所　長野中央介護センターつるが1階多目的室
問　反貧困ネット長野(小野)
TEL　070-6988-2771(月～金 9:00～17:00)

■水族館で心をいやし、海の幸で満腹(福)に！！

初めて"海"へ行きま～す。海無し県ならではの楽しみ方を体現しましょう。障がいのあることで行動範囲を狭くしていませんか。一緒に遊んで視野を拡げましょう。
日時　7月13日(土)、14日(日)
場所　新潟県上越市直江津方面
対象　精神障がいに関心のある方(当事者、一般)
参加費　10,000円(一泊三食、保険、交通費)
申込締切　6月28日(金)
問　精神保健福祉ボランティアホワイトナッツ(本田)
TEL　026-226-8740

■「森moriキャンプ」参加者募集

小学生以上の少女が自然の中で様々な力をつけていくことができます。一般の女性も体験しながら少女と共に学んでみませんか！
日時　8月2日(金)～8月5日(月)(3泊4日)
場所　戸隠ガールスカウトセンター
問　ガールスカウト長野県第11団(塚田)
TEL　090-9665-2147／メール　gsnagano11@gmail.com

■大震災の被災地(陸前高田)は[まちづくり]が始まりました。応援しましょう。

①オテガミで「忘れてないこと」伝え続けましょう。〒380-0833権堂郵便局「陸前高田の皆様」宛、適宜の方法で。
②古本で寄付金に替え図書館充実に協力を。
日時　毎月第4木曜日10:00～12:00　古本回収所開設
場所　権堂イーストプラザ１階
問　被災地オテガミプロジェクト(久保田)
TEL　090-2455-5677

講　座

■なぜ起こる？問題行動 ～この子の心の中、意思決定支援～

問題行動ってなに？　誰にも分かってもらえない、この子の行動の不思議　パニックはなぜ起こる？
日時　6月14日(金)10:00～12:00
場所　長野市ふれあい福祉センター
講師　野口直樹氏(高水福祉会)
参加費　一般500円
問　長野市手をつなぐ育成会(佐々木)
TEL　026-225-1234／FAX　026-223-7388

■15(いちご)カフェまつしろ

発達障がいをお持ちの方やその家族や身近な理解者が、気軽に集えて笑顔で話せる場です。遅刻、早退ＯＫ。申込みもいりません。お気軽にお越しください。
日時　6月15日(土)10:00～12:00
場所　松代支所2階
対象　発達障がいをお持ちの方とその家族・サポーター
参加費　50円／申込締切　なし
問　松代地区社会福祉協議会(北村)
TEL　026-278-9580／FAX　026-278-9587

■「ブルースカイ30周年記念・連続講演会」様々な立場から不登校支援を考える

不登校はどんなお子さんにもおこりうること。
様々な立場の方から不登校についてのお話をお聞きして一緒に考えてみましょう。
日時　6月30日・7月28日(日)14:00～17:00
場所　長野市障害者福祉センター106号室
問　登校拒否・不登校を考える親と子の会ブルースカイ(松田恵子)
TEL　026-278-7223

■CAP公開おとなワークショップ

子どもの安心、自信、自由の権利が守られる市民生活をめざしています。子どもの育つ家庭・学校・地域がつながって暴力防止の為のプログラムのワークショップです。
日時　7月7日(日)13:30～16:30
場所　長野市勤労者女性会館しなのき音楽室
問　ＮＰＯ法人 子ども・人権・エンパワメントCAPながの(吉池)
申込　できるだけメールでおねがいします。
TEL　090-5782-0263／メール　capnagano@gmail.com

■福祉有償運送運転者講習会

この講習を受ければ、各団体が行っている福祉有償運送の運転が可能になります。
日時　6月28日～29日(金・土)9:00～17:00
場所　かがやきスペース(長野県高齢者生活協同組合)
　　　長野市南長池761-3
問　ＮＰＯ法人かがやきながの北信(長坂)
TEL　026-213-8807

■第1回　親のための婚活セミナー

「子どもの幸せのために親ができること」をテーマに講演会を開催します。また、夢先案内人登録・スキルアップ研修会を同時開催しますので、ぜひご参加ください。
日時　6月29日(土)13:30～16:30
場所　長野市役所第二庁舎10階　講堂
対象　独身の子を持つ市内在住・在勤の親又はその家族など、結婚支援活動希望者、夢先案内人
講師　板本洋子(ＮＰＯ法人全国地域結婚支援センター代表)

ボランティア情報

2019年
6月号

7月号は7月1日(月)発行予定。情報掲載希望は6月17日(月)までにお問合せください。〈TEL 026-227-3707〉

サマーチャレンジボランティア2019
参加者募集します！

受付　6月22日(土)～6月30日(日)
土日　10：00～16：00　平日　10：00～19：00
場所　長野市ふれあい福祉センター

参加費　500円(資料代150円+ボランティア活動保険350円)

条　件
・中学生以上
・1か所につき3日以上
・参加者本人が直接申込み
・事前研修会、事後研修会への参加

問い合わせはボランティアセンターへ！

地域づくり講座　第1回
気づいた課題をどうする？
豊かな発想で地域づくりを考える

対象	地域づくりに関わっている方・関心がある方
日時	7月5日(金)　14：00～17：00(予定)
場所	長野市ふれあい福祉センター　5階ホール

講師　小林 博明 氏
まちの縁側育みプロジェクトながの 代表

参加費　500円

締切　7月2日(火)
※電話かFAXでお申込みください

令和元年度地域福祉推進セミナー
＼地域のお宝を確認！／
福祉力×防災力
つながって困りごとを受けとめ
安心と笑顔を創りだす力

6月21日(金)

時間	13：30～16：00
場所	長野市若里市民文化ホール
申込み	申込み不要
参加費	無料

「災害・防災」をテーマに、日ごろの地域福祉活動について考えましょう。

2019年度ボランティア活動振興事業助成金
2019年度ささえあい応援金
公開審査会

6月15日(土) 13：30～17：00(予定)
長野市ふれあい福祉センター
共　催　ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク

市民のみなさんの前で審査を行い、助成の可否及び助成金額を決定します。これから助成金を考えている方は参考にしていただけます。

◆◆◆　問い合わせ・申し込み　◆◆◆
長野市ボランティアセンター　TEL 026-227-3707　FAX 026-224-1513

ボランティアセンターへの相談
(4月1日～4月30日)
★ボランティアしたい…20件
★ボランティア求む…13件

「ボランティアかわらばん」音声でも楽しめます

視覚障がい者への朗読ボランティアグループ「やまびこ会」による音読版「ボランティアかわらばん」をインターネットに公開しています。ホームページ「ボランティアネットながの」でお聞きいただけます。
http://www.vnetnagano.or.jp/kawaraban/onyaku.htm