



## 善意をつなぐ「フルトップ」を 集めています！

大阪狭山市ボランティアグループ連絡会 プルトップ部会ではアルミ缶、スチール缶についているプルトップを集めて車いすに交換し、必要としているところへ寄贈する運動を行っています。現在までに25台の車いすを贈りました。車いす1台に交換するには約700kgのプルトップが必要ですが、近年、収集量が少しずつ減ってきています。今後も車いすを届けていくために、ご家庭や自治会、職場等でプルトップの収集にご協力ください。

また、集まったプルトップと一緒に選別、袋



詰め等をするボランティアも募集しています。  
プルトップの持ち込みや問い合わせはボランティアセンターまでお願いします。

## SCOOP!ボランティア新聞記者になろう！

### ～春のボランティアジュニアスクール～

今年も「春のボランティアジュニアスクール」を開催します。

今回は「ボランティア新聞」の特命記者になって、ボランティア活動をしている人に取材をしたり、とっておきの写真を撮るなどして、みんなで楽しく新聞づくりをしながらボランティアについて学びます。

**【日 時】** 平成30年3月17日（土）10時～15時30分  
(受付9時30分～)

**【場 所】** 福祉センターさやま荘・さつき荘

**【対 象】** 市内の小学3年生～中学生（定員20人）

**【参加費】** 500円（昼食代）

**【持ち物】** 筆記用具、飲み物

**【締 切】** 3月5日（月）必着

**【申し込み・問い合わせ】**

ボランティアセンター

※市内の小学校（3年生以上）・

中学校へ本事業のチラシを配布しておりますのでご参照ください。



## ボランティア交流会 「ボラトーク」 参加者募集中

大阪狭山市でボランティア活動する人やボランティアに感心のある人が気軽におしゃべりすることのできる交流会を開催いたします。ボランティア活動のことをもっと知りたい人、興味があるけど…まずはどんな活動があるか聞いてみたい人、誰かとお話したい人、どなたでも参加できます。お茶を飲みながらざっくばらんに交流しましょう。

**【日 時】** 平成30年3月30日（金）13時～15時30分  
(受付12時30分～)

**【場 所】** 福祉センターさやま荘 大広間

**【対 象】** 市内に在住、在勤、在学でボランティアに関心のある方

ボランティアセンター登録団体の会員  
(定員50人)

**【参加費】** 無料

**【締 切】** 平成30年3月9日（金）※先着順

**【申し込み・問い合わせ】** ボランティアセンター

# 一緒にボランティア活動しませんか

ボランティアセンターにはたくさんのボランティアグループが登録し様々な活動を行っています。あなたにあった活動がきっとあります。関心のある活動がありましたらボランティアセンターまでお問い合わせください。



グループ名	活動内容	主な活動先や活動拠点	活動日時(定例会含む)
手話サークルさやま	手話学習をしながら聴覚障がい者と一緒に地域での手話の普及活動をしている。	さつき荘、市立公民館	【昼の部】毎週木曜日 午前10時～12時 【夜の部】毎週金曜日 午後7時～9時 (但し5週目は休み)
自助具の工房さやま	高齢者や障がい者に対して日常生活用具に改良を加えた自助具の制作・提供。	さつき荘 ボランティアセンター	毎月第1土曜日 午前9時30分～
さやまおりがみ倶楽部	折り紙の指導と普及。	高齢者施設、病院、小学校、地域のサロン等	毎月第3金曜日 午後1時～ さつき荘 会議室
シルバートーンズ友の会	テナーサックス&ギター演奏 Jazz・ロック・映画音楽・アニメ・歌謡曲民謡・童謡等。	随時演奏活動。 (土日・祝祭日) 自治会館・施設等 自主ライブ(コミュニティセンター)	自主ライブ 5月(いすれかの日曜日) 11月(いすれかの日曜日)
NPO団体 グローバル・スクール	高齢者を対象にした、 ①シニアの歌声広場 ②健康マージャン教室	コミュニティセンター	①第2・4土曜日 午前10時～12時 ②第1・3土曜日 午後1時～4時
つくしの会	・ひとり暮らし高齢者の会食会調理ボランティア ・高齢者施設で利用者方とのおやつ作り ・その他、行事での食に関するボランティア	さつき荘、高齢者福祉施設等	第4月曜日 午前10時～ その他行事に併せて
きつつき	小説、教材等の点訳。市内小中学生の点字学習指導。	さつき荘 ボランティアセンター	第2・4火曜日 午後
要約筆記通訳グループ どんぐり	聞こえにくい人が出かける時、その場で聞こえてきたことを文字にして伝える活動を行っています。	大阪狭山市内	毎月第2・4金曜日 午後1時30分～ さつき荘
さやまカンタービレ	歌を歌う等の音楽ボランティア	高齢者施設、地域のサロン、 さつき荘(定例会)	毎月第2水曜日 午後 第3火曜日 午後 第4火曜日 午後2時～
大阪狭山桜太鼓	和太鼓公演と体験実施。 さやま池まつり参加、自治会・福祉施設からの依頼により公演、市子ども会イベント協力。	大阪狭山市内と近隣地域 (堺、富田林、河内長野)	SAYAKAホールにて練習 月3回不定期 午後7時～
レッツパペット	腹話術の公演(大阪狭山市内の自治会、福祉施設からの依頼によりイベントに参加協力)	福祉施設、自治会館等	定例会月2回 さつき荘 (第1・3土曜日午前)
大阪狭山市食生活改善協議会	「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生涯における健康づくり活動を、食を通して地域において推進しています。	保健センター	月1回 (第3木曜日 午前9時～午後1時)
ベル・バタフライ	初心者から楽しくミュージックベルの演奏をしています。年に何回か高齢者施設などで演奏しています。	市立公民館 児童室等	月2回 (第2・4木曜日午前)
ドレミちゃん♪	絵本の読み聞かせ、童謡・唱歌等を通して親子との交流をはかり、その素晴らしさを知ってもらう。	さつき荘「子育てほっとサロンさつき」・依頼をいただいた施設等	不定期
大阪狭山市朗読ボランティア グループ たんぽぽ	・月1回の「声のたより」、録音図書の作成。 ・「声の広報」「声の講会だより」の作成 ・視覚障がい者との交流会 ・府内の朗読ボランティアグループとの交流会参加	さつき荘 ボランティアセンター、会議室	毎週木曜日 午後1時30分～ 随時録音物の作成
シルバーアドバイザー狭山	行政や社会福祉協議会などの行事への参加協力、情報共有化プログラムの推進。	さつき荘 会議室	毎月第4金曜日 午後2時～
メンズボランティア狭山	ひとり暮らし老人会食会送迎、イベントや行事への協力、手作りおもちゃなどの指導、美化清掃活動	さつき荘 サロン室	毎月第1日曜日 午前9時30分～12時頃まで
手話コーラス同好会つばさ	手話の勉強と手話コーラスを通しての地域との交流。福祉施設や自治会での手話コーラスの披露。	さつき荘、市立公民館、 福祉施設、サロン等	毎月第1土曜日 午後1時30分～ 3時30分 毎月第3火曜日 午後7時～9時
大阪狭山市レクリエーション協会	レクリエーション活動を通した遊びのデリバリーと、キャンプ・野外活動教室の開催。	府立青少年海洋センター、少年自然の家等の野外活動施設	不定期、「狭山池まつり(4/28、4/29)」や 「Go! Go! ふれあいの里ワールド(5/5)」 でのイベントブース協力スタッフも募集中。
環境学習支援倶楽部さやま	身近な自然とのつながりを通して、親子カヤックや親子クッキングなど、親子のつながりを大切にした体験活動の普及と指導者の養成。	狭山池、陶器山、市民ふれあいの里、府立青少年海洋センター	不定期



大阪狭山市ボランティアグループ連絡会が主催するボランティア養成講座「おりがみを楽しもう」が福祉センターさつき荘で開講され、講師の井上美代子氏（さやまおりがみ俱楽部）の指導のもと、10人の受講生が熱心に折り紙を学びました。

12月1日・8日・22日の全3回という短い期間の講座でしたが、受講生は回を重ねる毎に難易度の高い作品を作ることができるようになっていました。折り紙は、子どもから高齢者まで気軽に始めることができます。受講生のみなさんも、今後も折り紙を取り組み、折り方の指導や普及活動を続けていくことを期待しています。

また、さやまおりがみ俱楽部では、一緒に折り紙の練習や指導ボランティアとして活動する会員を募集しています。関心のある方はボランティアセンターまでお問い合わせください。

**紙に真心をありこむ**

## 「知っていて損しない」！災害支援ボランティア養成講座

平成29年11月23日(祝)、福祉センターさやま荘で大阪狭山市災害ボランティアネット主催の災害支援ボランティア養成講座「知っていて損しない 身近な災害対策と防災クッキング」が開催されました。

第一部では、防災クリエイティブマネジメントの岡本裕紀子氏による講義があり、家庭すぐに始めるこことできる取り組みや、食材の保存や活用方法等の防災術を学び、第二部では井上範之氏（帝塚山学院大学 食物栄養学科 特任実習助手）の指導のもと、ポリ袋を使った湯せんで調理を行う「パッククッキング」の実習と試食を行いました。

参加者からは「災害に備え日頃から意識を持つ工夫をすることが必要と実感した」、「ポリ袋を使って調理が出来ることを初めて知り驚きました。家でもすぐ作ってみようと思います。」といった感想があり、防災意識の向上が見られました。

みなさんも、家庭での備えを見直したり、パッククッキングにチャレンジしてみてはいかがですか。



### パッククッキングとは？

#### 調理例 「ごはん」

ポリ袋で作る簡単な調理方法で、お湯を沸かす道具と水さえあれば簡単に様々な料理を作ることができます。

水との境目をしっかりと結ぶ



ポリ袋に同量の水とお米を入れる

沸騰したお湯で湯せんする  
(沸騰させたまま約30分程度)

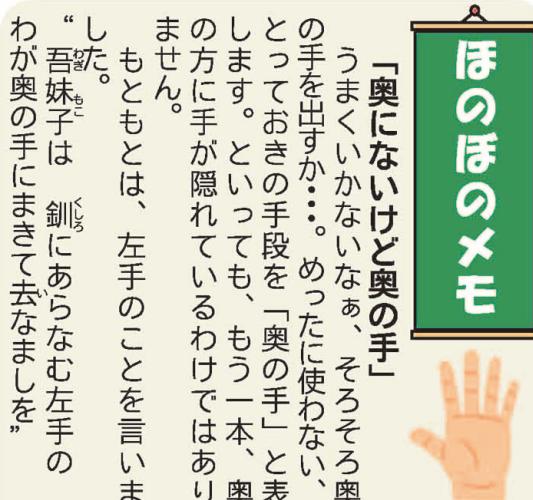
鍋から取り出して  
10分程度蒸らして完成

12月17日（日）、午後1時30分より福祉センターさやま荘 大広間で「NPO法人 あんずの会」のクリスマス会が開催され、施設利用者やその家族の方約50人が集まり楽しめました。（「あんずの会」は大阪狭山市の知的障がい者・児支援団体です。）

今回のクリスマス会は、利用者の方が主体となり企画・運営しており、ボランティアセンターに所属する2つのグループによる音楽会が企画されました。

ボランティアグループ「シルバートーンズ友の会」によるテナーサックス、ギターの演奏で「およげたいやきくん、青春時代、月の沙漠、安来節、いい日旅立ち」等の歌を楽しめました。また、利用者の方が演ずる太鼓の音色に聞き入っていました。

また、利用者の方が演ずる太鼓の音色もとても素晴らしいものでした。



12月17日（日）、午後1時30分より福祉センターさやま荘 大広間で「NPO法人 あんずの会」のクリスマス会が開催され、施設利用者やその家族の方約50人が集まり楽しめました。（「あんずの会」は大阪狭山市の知的障がい者・児支援団体です。）

最後にサンタさんからのプレゼントがあり、利用者のみなさんはとても喜んでいました。参加者全員で楽しい一時を過ごすことができたクリスマス会になつたのではないかと思います。



「奥にないけど奥の手」  
うまいといかないなあ、そろそろ奥  
の手を出すか…。めったに使わない、  
とつておきの手段を「奥の手」と表  
していました。  
「吾妹子」は大切な人、「鉄」は腕  
輪という意味で、「あなたが腕輪だ  
くのに」という想いを歌つたものです。  
古代、日本では右よりも左を尊  
んで左手を神聖な手、大事な手として「奥  
の手」と呼んだのです。左大臣は右  
大臣よりも位が上でました。でも、現  
在では低い地位に落とされる「左遷」  
などは、左がよくない意味で用  
いられています。

「吾妹子」は大切な人、「鉄」は腕輪という意味で、「あなたが腕輪だくのに」という想いを歌つたものです。古代、日本では右よりも左を尊んで左手を神聖な手、大事な手として「奥の手」と呼んだのです。左大臣は右大臣よりも位が上でました。でも、現

編  
集  
後  
記

今年は私自身も足元を見つめ、目標を明確にして健康に気を付けながら、自分に出来るボランティアを頑張りました。

（楠田）

## 表彰受賞おめでとうございます！

これまでのご功績に敬意を表するとともに、今後益々のご活躍をご祈念申し上げます。

（順不同、敬称略）

### 平成29年度 ボランティア功労者厚生労働大臣表彰 (H29.11.22) すみれの会

### 平成29年度 大阪府社会福祉ボランティア表彰 (H29.11.17)

大阪狭山市レクリエーション協会  
きつつき  
大阪狭山市朗読ボランティアグループたんぽぽ  
メンズボランティア狭山

### 大阪狭山市市制30周年記念 ボランティア活動表彰 (H29.10.1)

手話サークルさやま、環境学習支援倶楽部さやま、ジュニアボランティアツボミ、傾聴さやま、NPO団体グローバル・スクール、さやまカンタービレ、レッツパペット、ギターアンサンブルペアレンツ、要約筆記通訳グループどんぐり、手話コーラス同好会つばさ、ムジカ、大阪狭山桜太鼓、ベル・バタフライ