



編集・発行

大阪狭山市ボランティアセンター

大阪狭山市今熊1丁目85番地

TEL 072-367-6601

FAX 072-366-7407

「第3回 傾聴ボランティア市民公開講座」 ～傾聴って何？目と耳と心で聞く～

参加者募集

【日 時】令和5年3月9日（木）13：30～16：30

【会 場】大阪狭山市立公民館 多目的室

【内 容】傾聴の大切さについて講義と体験を通して学びます

【講 師】傾聴さやま会員

【対 象】傾聴に関心のある大阪狭山市民及び近隣市民の方

【定 員】40人（先着順）

【参加費】200円



《お問合せ》 傾聴さやま 東尾 電話 080-1465-6630

《お申込み》 氏名（フリガナ）、住所、電話番号を記入の上、ボランティアセンターまでハガキ・FAX・窓口にてお申込みください。

ボランティア交流会 参加者募集！

【日 時】令和5年3月10日（金）
10：00～12：00【場 所】大阪狭山市立公民館
調理室【対 象】ボランティアに関心のある方
【申 込】ボランティアセンターまたは
QRコードからお問い合わせ
ください。

《申込フォーム》



～さやまでわくわく～

第1回



わくわく市民活動・ボランティアフェスティバル

どなたでも参加いただける市民活動・ボランティアの祭典です。

みなさまのご来場をお待ちしています。

「わくフェス」開催！
ボランティアや市民活動の楽しいお祭りです♪

【日 時】令和5年2月19日（日）
10：00～16：00

【会 場】大阪狭山市立公民館

ボランティアグループの紹介

ボランティアセンターに登録しているグループを紹介します！

日本民謡「豊祥会」

私たち日本民謡「豊祥会」は、祖先が古代より唄い伝えられた尊い正調民謡を後世へ伝承すべく普及につとめ、又情操教育の一端として役立てたいと考え、地域の社会福祉施設やサロンなどに参ります。

高齢者福祉施設の入所者の皆さんには、昔歌った歌は忘れてはいらっしゃいません。三味線や尺八の音色に合わせて歌が始まると目が輝き、いきいきとして手を叩き、一緒に歌い出されます。きっと、昔懐かしい民



謡の良さ・楽しさ・面白さを感じ取られていることでしょう。

そのような光景を見ると私たちも、慰問に行き良かったなと嬉しくなります。

これからも一人でも多くの人に、聞いていただけるよう頑張ります。



「ボランティアに来てほしい」「ボランティアをしたい」「もっと詳しく知りたい」など、ボランティアに関することは、お気軽に大阪狭山市ボランティアセンターにお問い合わせください。



ボランティアジュニアスクール 「マイクラフト～明日のUSのEarthのために～」

11月23日（祝）、福祉センターで小学生を対象としたボランティア体験講座 ボランティアジュニアスクール「マイクラフトリベンジャーズ～明日のUSのEarthのために～」を開催しました。新型コロナの影響で中止になった夏休みのリベンジ企画として、申し込みをいたいでいた方のみへの案内で実施し16名の参加がありました。



SDGsクイズをはじめ、エコクッキング、資源を活用したクラフト、オリジナルエコバッグづくり、折り紙などの楽しい体験を通じて、子ども達は、ボランティア活動体験や「明日の地球のために何ができるか」等を考えながら楽しく学んでいました。また、子ども達はプログラムを通じて大人のボランティアや、他校の子どもと関わり、交流を楽しみながら学んでくれた様子でした。



NEXT→

【次回予告】

次回のボランティアジュニアスクールは…

令和5年3月19日（日）に開催！

詳細については市内小学校の対象学年へチラシを配布予定。

QRコードから当日の様子をYoutubeで見ることができます。





ボランティアグループ連絡会 活動報告

映画上映会



上映会の様子

令和4年12月10日（土）、ボランティア養成講座として映画上映会を開催しました。

大阪市西成区、日雇労働者のまち釜ヶ崎にある「子どもの里」を舞台にしたドキュメンタリー映画「さとにきたらええやん」を上映しました。

様々な悩みや生きづらさを抱えながらも、全力で生きる子どもたちや、周りの大入達の姿を追っており、今求められている「居場所」や、気にかけてくれる人たちの大切さを改めて気付かせてくれる作品でした。

視聴した方からは「人と人とのつながりはめんどくさいけど、めんどくさいからこそその関わりが生み出す絆のようなものを感じた。子どもだけでなく居心地の良い場所が、このまちにひとつでも生まれるといいと思った。」等の感想がありました。

施設見学研修会



消防訓練の様子

令和4年12月16日（金）、施設見学研修会を開催しました。

連絡会に参画しているグループだけでなく、他のボランティア団体からも参加があり、計29名で研修に行ってきました。

見学先の「堺市総合防災センター」は、昨年4月にオープンしたばかりの施設。お話を聞くだけではなく、地震、消火、応急救護、煙・暗闇避難などの体験を通じ、防災について学びを深めました。また、「さかい利晶の杜」で歴史や文化についても学び、昼食では堺市の名物「あなご飯」をいただいたりと、ボランティア活動者同士で楽しみながら研修・交流しました。

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お祈り申し上げます。（順不同・敬称略）

**令和4年度
大阪府社会福祉ボランティア表彰**
(令和4年11月25日)

傾聴さやま
(高齢者福祉施設や個人宅を対象にした傾聴ボランティア活動)

さやまカンタービレ
(福祉施設、地域のサロン等でコーラスの披露等)

行ってきました 腹話術のボランティア「レッツパペット」

令和4年12月に「ふれあいの里好寿苑」の施設内の催しへ参加協力し、腹話術を披露してきました。

コロナ禍で福祉施設や地域イベントからの依頼がほとんど無くなってしまった中、久しぶりに高齢者福祉施設へ行ってきました。事前に検査などをしっかりしていただき、体調にも気を付けてボランティア活動でした。

クリスマス会の和やかな雰囲気の中、腹話術で漫談をさせていただき、私たちも利用者や職員の皆さんから元気をもらい楽しむことができました。



ほのぼのメモ

「生活習慣病予防に! 最強ツバメの「酢玉ねぎ」」



酢は疲労回復や減塩、血圧や総コレステロール値の調節、血糖値の上昇を穏やかにするなど、様々な機能が認められています。1日15mlを目安に継続的に摂ると、健康効果があるといわれています。

◆作り方

①玉ねぎは皮をむきスライサーで薄切りにしボールに入れる
②鍋にAを入れて火にかけ煮立つた
③①に②を回しかける
④小皿4~5枚を重し代わりにのせて常温まで冷ます。
※漬けてから約30分後に食べることができます。保存容器に入れて冷蔵で約1ヶ月保存可能。

◆材料

A	
砂糖	酢
玉ねぎ	500g
大さじ2	10ml
小さじ1/2	10ml

(出来上がり650g)

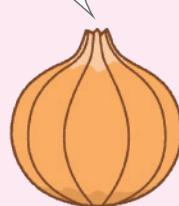
酢玉ねぎのレシピ

活用レシピ

- ・酢玉ねぎの明太子和え
- ・大根の干しエビ和え
- ・もずくの酢和え
- ・スープにも

※紫玉ねぎでも同様に調理可能。紫系色素のアントシアニンが豊富で、目の疲労回復、肝機能の向上、動脈硬化や高血圧の予防効果に関するといわれています。

・ 糖質を燃やして疲労回復
・ 血栓を出来にくくする
・ 血糖値を調整
・ 腸内環境を整える
・ ダイエットや美肌効果も!





「点字ブロック発祥の国は・・・？」

街中でよく見かける黄色いタイル「点字ブロック」。

正式名称は「視覚障がい者誘導用ブロック」で、視覚障がい者の歩行を助けるためのブロックという認知は広がってきているのではないでしょうか。

ところで、「点字ブロック」が初めて設置されたところはどこかご存じですか。

点字ブロックは岡山県で旅館業を営んでいた三宅精一氏が、視覚障がいのある友人のために考案したもので、1967年3月18日に岡山市内の岡山盲学校の周辺にある交差点に初めて設置されました。(3月18日は点字ブロックの日に制定されています)

それから改良を重ねて、日本国内だけでなく世界中に広がっていきます。あまり知られていませんが、実は日本が発祥だったのは誇らしいことですね。

そんな世界に誇る「点字ブロック」。視覚障がい者の外出に重要な情報源であるため、ブロックの上に物を置いたり、駐車するなどの妨げにならないように心がけましょう。



令和5年が始まりました。雪国から厳しい冬の便りが届いています。頑張ってくださいとエールを送りたい。

動物たちもこの寒さにぐっと耐えています。美しい冬の花たちも凍として私達を癒やしてくれています。やがて陽差しがさして、雪も溶けて明るい春の訪れます。生きているって素晴らしい!生き生きとして前を向いて進んでいきましょう。

（鳥山）

編集後記