

つながる・ひろがる ボランティア

この広報誌では、朝来市ボランティア・市民活動センターに登録いただき、いきいきと活動されているボランティアグループ・個人ボランティアさんを紹介していきます。
あなたの身近なところでも、ボランティア活動が行われていますよ。

No.9で紹介させていただくのは

- 林垣いきいきサロン
- あさご食育の会
- 納座元気村オープンカフェー笑館

の3グループです

林垣いきいきサロン

代表 日下 康代さん

平成11年から活動を始め、27年間の歴史があります。当初から手づくりの季節料理を紹介しながら会食、皆で協力して貼絵などの作品づくり、お出かけ行事などをされています。令和2年からの新型コロナ感染拡大で食事づくりは中止、活動時間も半日とし感染防止に努め粛々と活動、令和5年頃からは外部講師による講演会、会食会、こども園との交流も再開されています。現在26名の会員で3班に分かれて月ごとの計画を立案し活動しておられます。

**ボランティアさんより
一言。** 先輩達の努力で長く続いてきたサロンなので、今後も継続したいです。そのため会員同士が気負わず和気あいあいと助け合い、より楽しく待ち遠しいつどの場になるよう努めていきたいと思っています。



あさご食育の会

代表 宮田 さと子さん

この会は開催の都度、市内のこども園、小学校を通じて案内のチラシを配布して参加者を募集されており、1回あたり12組の親子が参加されます。メンバーは7人で、年間3回開催されています。この会に参加して他のこども園や小学校の今まで知らなかったお友だち同士、交流が続いているそうです。



**ボランティアさんより
一言。** あさご食育の会は、親子での料理教室を15年前に始めました。市内のこども園の園児から小学生までを対象に活動しています。小さな子ども楽しんでできるメニューを工夫し、また初対面の親子同志も力を合わせて調理するなかで、親しくなり、笑顔の料理教室となっています。

納座元気村オープンカフェ一笑館

代表 安部 芳子さん

平成29年10月に、高齢者のつどいの場を作ろうと始められました。当初は、お茶とお菓子でおしゃべりを楽しまれました。最近では、お弁当を取って会食、グラウンドゴルフ大会、お花見会、警察による交通安全・防犯教室など趣向を凝らしておられます。13名から始まった一笑館も現在は、28名に増え楽しんでいます。開催予定のチラシを公民館に貼り、皆さんが確認できるようにされています。



ボランティアさんより ひと言。

一笑館は、高齢者のつどいの場、遊びの場であります。毎回、最後には脳トレクイズで認知症予防もしています。これからは交通安全・防犯・健康について楽しみながら学んでいきます。納座を元気村にしていきたいと思っています。

ボランティア市民活動で知っておきたいポイント

・興味や関心がある身近なことから始めましょう

せっかく取り組むのであればなるべく継続したいものです。興味や関心のないことから始めても長続きはしません。興味や関心があり、やってみたいと思う活動から始めましょう。

・無理をしない

最初から欲張ってたくさんのをしようとせず、余裕をもってできる範囲から始めましょう。

・約束やルールを守りましょう(個人情報)

活動には多くの人に関わっています。約束やルールは必ず守りましょう。また、活動上で知った個人情報などを守ることも大切です。

・相手や・関係者の立場を尊重しましょう

ボランティア・市民活動では、さまざまな立場や思いの人たちが、さまざまな役割で関わります。相手を尊重しお互いに連携しながら、効果があがるように活動しましょう。

・保険にご加入ください

注意していても、ボランティア・市民活動中に事故が起こってしまうこともあります。万一の備えとして、ボランティア活動保険に加入してください。保険は自らを守るだけでなく、活動の対象者の安心にもつながります。お申し込みは下記の各ボランティアステーションで受け付けています。

全国社会福祉協議会地域福祉部HPより

総合支援課

(朝来ボランティアステーション)

〒679-3431
朝来市新井73-1

TEL:079-677-2702
FAX:079-677-2706

生野地域センター

(生野ボランティアステーション)

〒679-3301
朝来市生野町口銀谷372-7

TEL:079-679-3053
FAX:079-679-3066

和田山・山東地域センター

(和田山ボランティアステーション)

(山東ボランティアステーション)

〒669-5152
朝来市山東町楽音寺118

山東老人福祉センター
TEL:079-676-5215
FAX:079-676-4665

社会福祉法人 **朝来市社会福祉協議会(朝来市ボランティア市民活動センター)**

〒679-3431 朝来市新井73番地1 TEL:079-677-2702 FAX:079-677-2706

e-mail asago-sishakyo@sasayuri-net.jp ホームページ <https://www.asagoshakyo.jp>