



ほのぼのせや

2010.3.31
no.36

ホームページアドレス <http://www.seyaku-shakyo.jp/>

今こそ ボランティアデビューしてみませんか?

ボランティアには興味があるけれども、「一歩が踏み出せない」「自分にできるのか不安…」
「どうやって始めればいいのか分からない」といった声をよく耳にします。
現在、ボランティアで活躍中の先輩方はどうやってその一歩を踏み出したのかをご紹介します。



ボランティアを始めたきっかけは?

退職後、地域に貢献したいと思い、
区役所に相談に行きました。
そこで社協のボランティアセン
ターを紹介されました。

ボランティアをやっ てよかったことはありますか?

「ありがとう」の言葉をもらって、
自分が世の中の役に立っていること
が実感できることです。ボランティ
ア仲間との交流も楽しいですよ。

ボランティアを始めた きっかけは?

職業体験で介護施設に行き、
職員や入居者から「ありがとう」
と声をかけてもらったことです。

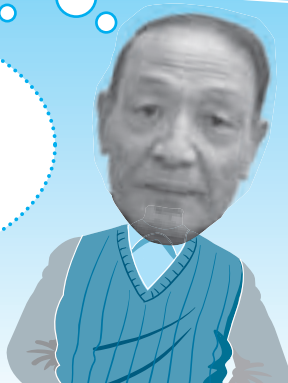
ボランティアをやっ てよかったことはありますか?

活動を通して、今まで嫌い
だった自分に少し自信が持て
るようになりました。

これから始める人への メッセージ

定年後、自分の趣味を楽しむ
方も多いと思いますが、私の経
験からするとボランティアは
もっと楽しいと思いますよ。

定年後に送迎ボランティアを始めた
石坂 正和さん



これから始める人へのメッセージ

中学入学時にボランティアカード(※下
記参照)をいただいて、その時すぐに活動
を始めていけばよかったと少し後悔してい
ます。少しでも関心があれば、勇気を出し
て一度体験してみることをお勧めします。

校外学習の職業体験をきっかけに
始めた東野中学校3年生
原 聖拓さん



ボランティア活動を始めるために身構える必要はありません。
「やってみよう」という気持ちがあれば、どなたでも活動することができます。
自分のできること、興味のあることから始めてみてはいかがでしょうか?

まずは

ボランティアセンターへ ご相談ください!

瀬谷区社会福祉協議会 ボランティアセンター
TEL361-2117 FAX361-2328

<募集中のボランティア>

- お話しの会 いろは●
- 本の読み聞かせなどを行っているボラン
ティアグループです。
- 【練習日時】毎月第1土曜 13:30~15:30
- 【練習場所】パートナーせや
- 【活動内容】絵本などの読み聞かせ、エ
プロンシアター、パネルシアター
- ※年齢・性別不問

●下校のつきそい●

- 瀬谷養護学校に通う小学4年生の障害がある女の子の
下校時の付き添いをしてくださる方を募集しています。
- 【活動内容】平日の放課後に下記のどちらかの方法で
送迎をお願いします。
- ①瀬谷養護学校→南瀬谷小キッズクラブ
- ②三ツ境駅近くバスポイント→南瀬谷小キッズクラブ
- 【活動時間】14:20~16:00頃
- ※送迎にかかる交通費は依頼者が負担します。

瀬谷区の中中学生なら持っている

ボランティアカード

区内の中中学生にボランティア活動をす
るきっかけづくりとして平成20年度から
配布しています。活動先は介護施設、公
園清掃など様々です。詳しくはボランティ
アセンターまでお問い合わせください。
活動をするごとにカードにスタンプを
集めて8個集まったら、区役所で修了証
とお渡ししています。



CONTENTS

1	今こそ ボランティアデビューしてみませんか?
2	福祉教育サポーターって何?
3	身近なよろず相談窓口 あつて、南瀬谷をご存じですか?
4	地区社協紹介
5	瀬谷区社会福祉協議会ほのぼのせやふれあい助成金
6	地域ケアプラザ掲示板
7	平成21年度各種募金
8	今回ご紹介した活動場所MAP

●この本おススメ! ●「男おひとりさま道」(法研)



福祉教育サポーターって何？

●お問い合わせ●瀬谷区社会福祉協議会 TEL361-2117 FAX361-2328

●福祉教育とは？

「福祉教育」とは、学校教育に限らず企業や一般市民も含め、幅広く社会福祉について学習することです。

主に学校の先生からの相談に応じ、児童・生徒・PTA・教員を対象にした、福祉体験などのプログラムの企画及び実施について、区内の関係機関・ボランティア等と協働で学校（教員や生徒）をサポートしています。

瀬谷区社協では22年度に福祉教育サポーター養成講座の開催も企画中です。詳細が決定しましたら社協ホームページ、区広報に掲載します。



<福祉教育サポーター>

●佐久間 豊さんにお聞きしました！

具体的にどういった活動が
されてきましたか？

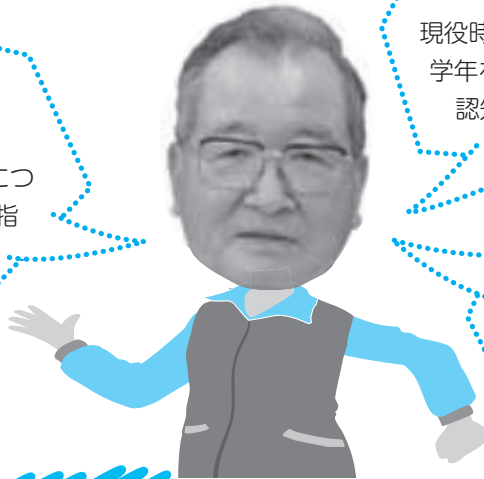
車イス体験学習の講師として車イスについての説明や実際の操作についての指導をしてきました。

福祉教育サポーターをやった
良かったと思うことは？

現役時代の若返った気持ちになれることです。学年を考慮しながら説明の仕方を考えるので認知症予防にもなっているのでは…！

これから始めたいと
思っている方にひとこと！

応援してくれるボランティア仲間がたくさんいますので、みなさん安心して参加してみてください。



横浜子育てサポートシステム 提供会員募集中

●お問い合わせ●瀬谷区社会福祉協議会 TEL361-2117 FAX361-2328

あなたの空いている時間を子育て支援の活動に分けていただけませんか？

●提供会員入会資格

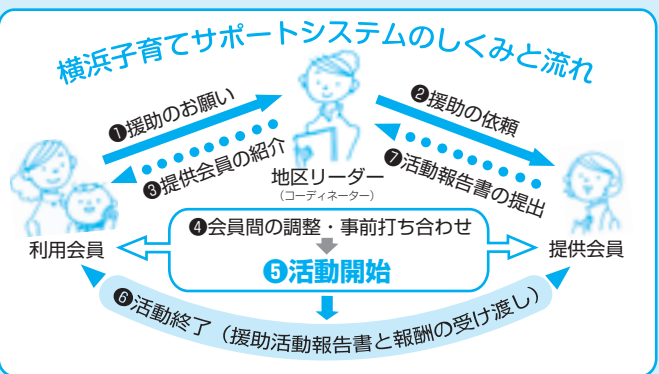
横浜市内在住で、20歳以上で、子育て支援に理解と熱意のある健康な方。
資格等は特に必要ありませんが、事務局が実施する研修会（3日間程度）を受講していただきます。

●活動内容（例）

- ・冠婚葬祭・就業・通院などの事情による時、提供会員宅でのお子様の預かり
- ・保育園や習い事への送迎

●報酬

期間	月曜日～金曜日 (祝日・年末年始を除く)		土、日曜日・祝日 年末年始(12/29～1/3)
	AM7:00～PM7:00	左記以外の時間	終日
1人1時間	800円	900円	900円
1時間を越え 30分ごとに	400円	450円	450円



●入会説明会日程（要予約・一時保育あり）●

時間：10:30～11:30（全日程共通）

パートナーせや（全て木曜）

4/15 5/20 6/17 7/15
8/19 9/16 10/14 11/18
12/16 1/20 2/17 3/17

あつて～南瀬谷（全て火曜）

4/27 6/22 8/24
10/26 12/21 2/22

身近なよろず相談窓口

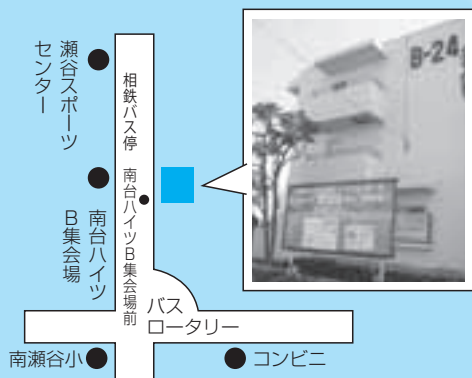
あつて～南瀬谷をご存じですか？

南瀬谷高齢者
支援拠点

住所：南瀬谷2-4-1市営南台ハイツ B24号棟 106号室
TEL/FAX：442-1145



どんなご相談にも答えしています



区役所から書類が送られてきたけど、記入方法がよく分からず困っています。

区役所へ確認を行い、拠点運営協力者が書類作成のお手伝いをしました。

「気掛かりだったので肩の荷がおりました」と喜んでお帰りになりました。



玄関のドアが不調なので、見てもらいたいのですが…。

地域のボランティアを紹介し、修理にはボランティアが対応しました。



頼んだ覚えのない布団が送られてきたが、どうすればよいか。

クーリングオフ制度をご紹介しました。

コラム

～人生次は自分の出番ですよ～

私は東京・横浜に来て今年でちょうど半世紀。学生時代・就職・結婚・子育てそして定年と一瞬の出来事の様過ぎて行きました。この間、様々な方に助けを頂き生きて来ましたが、お願いした方がはるかに多かったとっております。ましてや地域の方との係わりには関心が薄く、定年を迎え半年はぶらぶら、ぶらぶらにも限界を知り、近隣の農家で畑仕事を手伝い1年後に自治会の依頼により民生委員・児童委員を引き

受け福祉活動を始める。又ここから派生する様々なボランティア、自分の特技を活かすもの、奉仕活動、サロン、防犯、学援隊、防災、子育て支援、一人暮らしの高齢者の食事会等数多く有り事あるごとに参加をしている。人と人との係わりの中で互いにありがたうと言える様に、日々努力すべきことを生かされている内に活かしてもらいたいと心から願う者です。
(編集委員 矢田 誠)

相沢地区社会福祉協議会

～ふれあい食事会（1月25日）～

相沢地区では地区を2つのグループに分けて、年間それぞれ3回ずつの計6回、「ふれあい食事会」を開催しています。

この食事会の対象者は「65歳以上で一人暮らしや、日中一人で過ごしている方」で、友愛活動推進員等が見守りも兼ねて、毎回チラシを持って対象の方々に参加のお誘いを行っています。

毎回約60名の方が午前10時に瀬谷地区センターに集まり、血圧測定や健康体操などを行った後、給食ボランティアさんたちが作ったおいしい昼食をいただきます。

1月25日（月）に開催された食事会では、「年末

昼食の準備
ごころさまでした



【お楽しみ MENU】

- ちらし寿司
- すまし汁
- 鱈の照り焼き
- 長芋のきんとん
- 菜花のからし和え
- 白菜（柚子入り）ときゅうりの塩もみ
- プリン
- イチゴ



たすけあい募金」の配分を受け、普段より豪華なメニューがテーブルに並びました。

普段一人で昼食をとることが多い参加者の方たちからは、「みんなとおしゃべりをしながら食べるのは楽しい」、「量が多いと思ったけれど、おいしいから全部食べちゃった」などの感想があがっていました。

昼食の後は、舞踊（若山流）など相沢地区内で活動している団体による出しものやカラオケなどを3時頃迄楽しみました。



みんなとおしゃべり
しながら食べるのは楽しい

宮沢地区社会福祉協議会

～地区社協研修（2月17日）～

宮沢地区社協では昨年度は「高齢者の見守り」について取り上げ、見守りの体制作りを行いました。

そして今年度は地域福祉講座～障害のある人たちとどう接するか～を開催し、「障害のある人たちと地

域で安心して共に暮らしていくためにはどうすればよいか、どう支援すればよいか」を地域の課題として、考えていくこととなりました。

講座では「まずは知ることから始めよう」をテーマに区内14施設を5グループに分かれ見学し、その報告を基に意見交換が行われ、各施設の活動内容や地域との交流の重要性を認識することができました。



NPO 法人 ワンダーポート見学



～地区社協研修～地域福祉講座～

「ほのぼのせやふれあい助成金」

区内のボランティア団体や障害当事者団体等が実施する地域福祉推進事業を対象にした助成金です。

助成対象：区内に活動拠点を置き、地域福祉推進事業を行う市民団体・障害当事者及び家族団体

<助成区分>

A 市民参加による地域福祉推進事業

- 何らかの支援が必要な人々に対する地域福祉事業
→会食・配食・デイサービス・サロン・ホームヘルプ活動
- 視覚障害者や聴覚障害者への技術を要する直接支援事業
→音声訳・点訳・拡大写本など

B 障害当事者活動

C 福祉のまちづくり活動

D 障害者支援組織・障害当事者団体（区社協会員限定）

E その他福祉団体

F 子育てグループ

G 単発事業

<助成限度額>

実施回数・参加人数などにより異なります

<流 れ>

説明会：4月14日（水）

①10:30～ ②14:30～ ③17:30～

受付開始

5月18日（火）～5月24日（月）

ほのぼのせやふれあい助成金運営委員会にて

助成審査

7月 各団体へ

助成金交付

翌年度4月末まで

助成金報告・

23年度助成金申請

受付開始



配分を受けた団体の

声

子育てサロン "えむ"

宮沢地区の地域福祉保健計画で3つの高齢者サロンに続いて子育て支援のサロンとして平成20年11月にオープンしました。アットホームな雰囲気の中でホッとできる居場所づくりを提供しています。会場確保に始まり、おもちゃ等備品も全て無いところからのスタートでした。

「ほのぼのせやふれあい助成金」は会場費や手作りプレゼントの材料費等"えむ"の運営や充実した活動を支えてくれる大切な資源です。スタッフ一同ありがたく思っております。

(小川 智恵子)

助成金は充実した活動を
支えてくれる大切な資源です



配食サービス火曜の会



子育てサロン"えむ"



二ツ橋地域ケアプラザ

～青年学級『新鮮組』～

ボウリング&中華街へ 行ってきました!



2月17日「青年学級」メンバーが心待ちにしていた年に一度の日帰りレクの日がやってきました。

2月に入り不安定な天気が続いていたので当日の天気も心配されましたが、その日は1日、雨や雪に降られることなしに過ごすことができました。

参加者は当事者15名、職員やボランティア15名の合計30名。スケジュールは午前中、横浜でボウリング(2ゲーム)をして軽く汗を流した後、電車で中華街へ移動。飲

茶ランチを食べて、「よしもとおもしろ水族館」、「横浜大世界」のいずれか希望する方を見学。最後にみんなで横浜のシンボル「マリンタワー」に上り、地上100mの展望台から横浜の町を一望するという盛沢山の内容でした。

帰りの電車の中では「ボウリングのスコア表をお母さんに見せなくちゃ。」とか「中華街でお土産を買ったよ。」等その日の思い出をみな楽しそうに話していました。ボランティアさんからも「今日1日でメンバーとぐっと親しくなれた。」との声も聞かれ、みな大満足の1日でした。

●青年学級とは●

障害のある人もない人も、共に集い交流を深め、活動の場を広げようという、仲間作りと社会参加の機会拡大のための集まりです。参加者で話し合っ、て、「おでんパーティー」や「風船バレー大会」「いも掘り」等毎月楽しく活動しています。

●一緒に活動してくれるボランティアを募集しています●

「新鮮組」では一緒にイベントに参加して下さるボランティアを募集しています。

1回のみ参加もOKですので、お気軽にお問い合わせください。

◆活動日：毎月第三金曜日

◆活動時間：17:30～20:30

(イベント内容によって変更になることがあります。)

◆活動場所：二ツ橋地域ケアプラザ 多目的ホール

◆お問い合わせ：361-9807 (担当 小村)

阿久和地域ケアプラザ

～瀬谷区社会福祉協議会共催 視覚障害者支援プログラム～

『すたーらいと』が始まります!

- 開催日時● 平成22年5月31日・8月30日・11月29日・
平成23年1月31日 いずれも第5週月曜日 10:00～11:30
- 開催場所● 阿久和地域ケアプラザ 多目的ホール
- 対象● 瀬谷区内の視覚障害者と介助者 10組
- 内容● <お楽しみプログラム> 落語など視覚に頼らないお楽しみプログラムの提供 (30分)
<音楽療法を用いたプログラム> 音楽療法士によるピアノ演奏と身体を動かすプログラム (60分)
- お問い合わせ● 365-9892 (担当 糸川)

ガイドボランティア
同時募集中



● 瀬谷区 日赤社資募金

6,878,601 円
(昨年度 7,159,180 円)

日本赤十字社は、国内外の災害救護・血液事業・病院医療・各種奉仕団活動等人道的任務を達成することを目的としています。

瀬谷区内での身近な活動としては、区内で発生した火災・風水害等のお見舞いや救急法などの講習会等を実施しています。



● 共同募金

赤い羽根共同募金 9,951,490 円
(昨年度 10,884,219 円)

年末たすけあい募金 2,335,343 円
(昨年度 2,150,693 円)

お預かりした募金は主に区内社会福祉施設の整備や区内で活動するボランティアグループ、当事者団体などの活動費に配分されます。配分先は、神奈川県共同募金会で提出された配分要望書の内容を厳密に審査した上で決定します。

※共同募金は募金状況、配分状況を公開しています。

●赤い羽根共同募金データベース「はねっと」

<http://hanett.akaihane.or.jp/hanett/pub/home.do>

● 賛助会費納入協力状況報告 ●

今年度も私ども瀬谷区社会福祉協議会の事業や、活動の趣旨に賛同をいただき、賛助会費へのご協力誠にありがとうございました。これもひとえに自治会・町内会のみなさま並びに地元企業によるご協力のおかげです。

お寄せいただきました賛助会費は、各種事業に有効に使わせていただきます。

最終報告および使途(21年度事業報告・決算と22年度事業計画・予算)につきましては、区社協事業報告書及びホームページをはじめ次年度賛助会員募集時のチラシや次号「ほのぼのせや」等にてご報告いたします。

世帯賛助会費	5,805,500 円 (昨年度 5,949,500 円)
法人・個人賛助会費	504,000 円 (昨年度 513,540 円)
合計	6,309,500 円 (昨年度 6,463,040 円)

(H22年2月末)



● 法人賛助会費にご協力いただいた皆様 ●

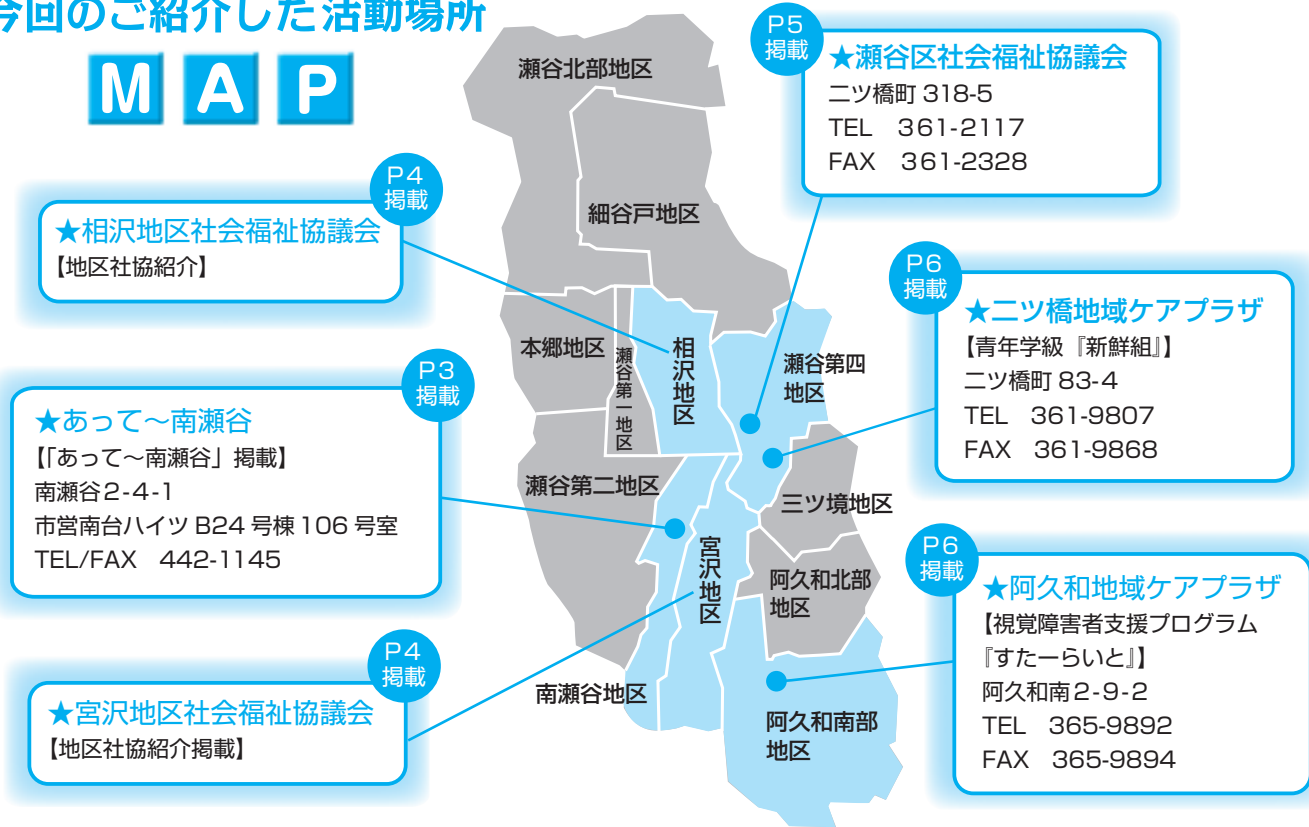
※賛助会費は確定申告の際、寄附金控除の対象となります。

- (有)日本抵抗器特販
- (株)神奈川建築職人会
- (株)なかや商事
- (有)ニューパール
- (株)鈴木工業
- (株)白光社
- 東都造園(株)
- 神奈川玉蔵産業(株)
- 川合機工(株)
- (学)愛光学園
- 共同建工(株)
- 露木興業(株)
- (株)小松工業
- (株)鎌倉ハム村井商会
- よこはま動物葬儀センター
- (株)連合社印刷
- (株)美友電機サービス
- (社)横浜市瀬谷区メディカルセンター
- (株)三紅
- (株)高栄設備工業
- 平田自動車工業(株)
- エスワイ産業(株)
- コーロ計装(株)
- (有)一里山ゴルフセンター
- まこと幼稚園
- (有)第一産業
- (有)信城工業
- アジア(株)
- (有)サンパワー企画
- (株)レンタルのジタ
- (株)柳沼建設
- (有)安芸美装
- 横浜単人中学・高等学校
- (有)フジガス工業
- (有)忍興産
- (株)岩本工業
- トワライフ(株)
- (有)木下左官店
- (株)八雲堂
- 神奈川農産工業(株)
- (株)シマンロービ
- 川口白鳳(株)
- (株)ハクホウエントープライズ
- (有)司建鉄
- (医)堀病院
- (株)富士紙業
- (株)カイシヨ
- (株)シンヨー・エービー・センター
- (株)オオスミ
- (株)あんざい

【敬称略】

今回ご紹介した活動場所

MAP



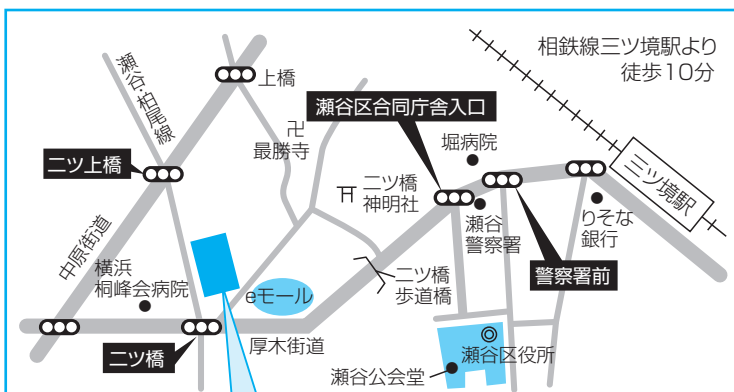
この本おすすめ!

「男おひとりさま道」(法研) 1400円

誰でも、最期はひとり。死別・離別・非婚にかかわらず、いずれはひとりになる。介護の現場でも、ひとり暮らしの男性が多いと感じていた。さらに、介護をしている家族にもシングル男性が多い。女は、長い人生のなかで、ひとりで生きていく術を身につけてきたけれど、男の人はその辺が苦手。女性のサポートを受けながら暮らすことを当たり前と生きてきて、最期も看取ってもらおうと期待してきた男性にとっては、厳しい老後を迎えることになるのかもしれない。でも、おそれることはない。ひとりで下り坂を降りるスキル

を身につけよう。この本を読めば、ひとりでも自分らしく人生を全うすることができる、という希望が湧いてくる。読むなら早いうちがいい。早めに心構えをして「その時」に備えよう。活字も大きめで、筋立てがテンポよく、事例も分かりやすい。

そして何より面白い。ぜひ、一読をおすすめします。
(編集委員 中野 しずよ)



横浜市瀬谷区社会福祉協議会 月～金/8:45～17:15
瀬谷区ボランティアセンター 月～土/9:00～17:00
瀬谷区福祉保健活動拠点 パートナーせや 月～日/9:00～21:00

編集後記

おひとりさまで生きる人が増えていく。編集委員の一人が最近読んだ本を紹介する。職場と無縁になり、地域とも無縁に生活している人々。こうした人々にどのようにアプローチしていったらいいのか思案投げ首。この広報紙が役立っておひとりさまが地域で生き生きと暮らして欲しい。(編集委員 森田 美亀男)

◆瀬谷区社会福祉協議会広報委員◆(敬称略)

- 委員長 遠山 丈晴(瀬谷第四地区社協)
- 副委員長 矢田 誠(本郷地区民児協)
- 森田美亀男(相沢地区社協)
- 中野しずよ(ワーカーズわくわく)
- 小林 もと(原っぱ親の会)