

## 新年、ボランティアで 地域デビューしませんか

新年を迎え、新たな目標を立てた方も多いのではないですか？ 今年もボランティアで地域デビューしませんか？ あなたに合った活動を紹介します。

### 活動者の声

ボランティア料理グループ プン野朝子さん(上溝)「約30年前に上溝地区に協が、お年寄りにお弁当を届ける事業を立ち上げる際に、ボランティアで料理をしないかと声をかけられたのがきっかけです。活動を続ける秘訣は、無理せず、自分も楽しみながらやること。どんな活動があるか知りたい方、実際に活動できるか今は分からない方でもお気軽に問合せください。」

届ける事業を立ち上げる際に、ボランティアで料理をしないかと声をかけられたのがきっかけです。活動を続ける秘訣は、無理せず、自分も楽しみながらやること。どんな活動があるか知りたい方、実際に活動できるか今は分からない方でもお気軽に問合せください。

活動に希望すること...	活動内容
・趣味や特技を生かしたい ・都合の良い時間に活動したい ・趣味のサークル仲間とパフォーマンス等を披露・指導する活動をしたい	ボランティアセンター(いるかバンク) ・ボランティア登録(個人・グループ)の仕組み ・ご希望に合った活動を紹介します
・地元のことを知りたい ・近所の人と知り合いたい	地区社会福祉協議会 ・市内全22地区ごとに地域で支えあう活動や独自の活動を展開
・子どもが好き・子育てのお手伝い	ファミリーサポートセンター ・保育園の送り迎えや預かり等子育て支援 ・謝礼のある活動(研修受講必要)
・お年寄り・障害のある方のお手伝い	ふれあいサービス ・掃除・洗濯・買い物・病院の付添い等 ・謝礼のある活動(研修受講必要)
・月・火・木・金曜日の夕方に活動できる	ふれあい給食サービス ・お年寄り等に夕食の弁当を配達し安否確認 ・謝礼のある活動
・お金・お年玉・香典返しを役立てたい	寄付金 ※詳細は市社協HPを
・集めたもの等を役立てたい	収集ボランティア ・エコキャップや切手、不要になった入れ歯等を収集 ※詳細は市社協HPを
・普段の買物で役に立ちたい	販売利益が寄付される自販機・お店等で買物。 ※詳細は市社協HPを
・環境保護・国際協力等特定のテーマに関心がある	その分野専門の紹介機関を案内します。
・会社として社会貢献したい	問合せください。
・ボランティアについてもっと知ってから活動したい	研修を随時開催しています。問合せください。

問 市社協 ☎042-756-5034

## ボランティアの横顔 ふれあい給食サービス 配食協力員 杉田とも子さん(中央区相模原在住)



「誰かとふれあいたくても、きっかけがない人はたくさんいる...」

「ふれあい給食サービス」は、食事の支度が困難な高齢者世帯などに、夕食を週4回届けている。栄養の確保に加え、安否の確認や孤独感の解消など、その意義は大きい。

「たとえ見た目がきれいになお弁当でも、そこに体温がなければ意味がないんです。お届けの時の言葉のやりとりが大切で、それはお弁当も、一品付け加えるようなもの。調味料は笑顔ですね」

利用者との会話を楽しむようになった。

「行ってきます!」  
今日も元気の杉田さん



「行ってきます!」 今日も元気の杉田さん

### ボランティア募集～書道の指導～

高齢者施設で月1～2回程度、楽しみながら書道を指導して下さるボランティアを募集します。(曜日、時間は要相談)

募集してある施設  
 ・デイサービスセンターみたけ(下九沢) ・レストヴィラ淵野辺(淵野辺)  
 ・ホットライブ横山台(横山台) ・レストヴィラ古淵(東淵野辺)

問 ボランティアセンター ☎042-786-6181

### 赤ちゃんだって楽しみたい!

#### 第1回親子で楽しむ心ぼっかぼかワンコインコンサート

日本の四季をテーマに、ピアノソロ(バッハ・ショパン)とソプラノ歌手がお届け!

2月27日(日) 0歳～小学生の親子等  
 午前10時30分～正午 午後1時30分～3時

会場 あじさい会館 1階 ホール  
 料金 ¥1人500円 (あじさい会館管理事務局、南保健福祉センター)  
 問 あじさい会館管理事務局 ☎042-759-3963

## 社会福祉協議会(社協)は地域の福祉活動を応援しています

### 上溝地区社協 立道聡子ふれあいコンサート

「たからもの～見えないけど消えないもの～」  
2009年「たからもの」でメジャーデビュー、全盲のママさんシンガーソングライターとして活躍中!

1月22日(土)午後1時～3時  
 会場 上溝公民館  
 無料  
 不要・直接会場へ  
 ※定員を超えた場合は入場をお断りすることがあります。  
 問 上溝地区社協 ☎042-762-0079

### 大野北地区社協 あつまれおやこ ～子育て中のパパ・ママ応援!～

ゲームや工作、おしゃべりをしてみんなでお交流しましょう。淵野辺保育園の保育士、栄養士に育児相談できます。

1月25日(火) 0歳～未就園児とパパ・ママ  
 午前10時～11時30分 不要・直接会場へ  
 会場 大野北公民館 問 大野北地区社協  
 無料 ☎042-752-2023

### 星が丘地区社協 みんなのつどいフェスティバル

皆で楽しめるイベントです

- \* フラワーアレンジメント(事前申込制・参加費200円)
- \* 凧作り、グラウンドゴルフ(どなたでも参加費無料)
- \* ペットボトルキャップ回収

20個以上持ってきてくれた方にポップコーンをプレゼント!

1月29日(土) 問 星が丘地区社協  
 午前10時～正午 ☎042-755-9955  
 会場 星が丘公民館

### 大野北地区社協「健康落語」 ～心と体に活力を!～

笑いとお健康についての講演。講師古橋彰氏(横浜市都築区福祉保健センター長)が医師としての経験と古典落語をプラスしてお届けします。

2月3日(木)午前10時～11時30分  
 会場 大野北公民館 無料  
 不要・直接会場へ  
 問 大野北地区社協 ☎042-752-2023

### 小山地区社協 ボランティア講習会 困った子は困っている子 ～発達障害のある子への関わり

発達障害について学ぶとともに、ご家族の声をうかがい、誰もが住みよいまちとするために、一人ひとりができることについて見つめる機会として開催します。

2月26日(土)午後2時～4時  
 会場 小山公民館 無料 定員40名  
 問 小山地区社協 ☎042-755-0350

### ちょっと付添 ボランティア講座

光が丘地区内の障害者の外出や障害児の下校等、あなたの空き時間に「ちょっと」付添っていませんか? 「難しいことはできないけど」 「ちょっと」地域に貢献したい! そんな方、付添活動の紹介や車いす介助体験等を行います。

2月2日(水)午後1時30分～3時30分  
 会場 光が丘公民館 無料  
 問 ボランティアセンター ☎042-786-6181

### 中央地区 三世代交流ボランティア募集!

中央地区社協では、富士見団地集会所を会場に子どもからお年寄りまで皆で楽しめる場所づくりにご協力いただける方を募集しています。

- ・企画や準備、片付け等をお手伝いいただける方
- ・趣味や特技を披露いただける方

ご連絡をお待ちしています!

問 中央地区社協 ☎042-758-0130  
 担当/鈴木・和田