

あなたの優しさをかたちに！

「地域で『いきいき』ボランティアデビュー！」

「何か新しいことを始めたい」、「自分の特技を活かしたい」、「そんなあなたに地域活動を市社協は応援します！今回は市内で『いきいき』と活躍するボランティアさんにお話を伺いました。

「無理のない範囲で活動しています。また来てくださいますか」と尾崎さん



「元気なうちはボランティアを続けたいです」と尾崎さん

シリーズ まごころを召し上げられ「茶屋うらら」

お財布にやさしい地域の喫茶店



「地域の憩いの場として、たくさんの方に来店していただきたいと思います。店内には自主製パンや利用者さんのアート作品を展示し、障がいのある方の感性を垣間見られる空間にしていきたいです。これは先日オープンしたばかりの喫茶店「茶屋(さや)うらら」 職員の佐藤さんの言葉です。

お店では障がい者の方が手作りお菓子等の販売、接客を行っています。パン、ケーキ、レモン、モロヘイヤなどのクッキーやタルト、パウンドケーキ、かき氷100円、250円のドリンクが楽しめます。また、すぐ近くでお弁当と総菜を販売している「キッチンハウス横山店」で買ったお弁当などを召し上げられることもできます。今なら9月30日(金)まで手作りクッキープレゼントのクーポン券付/ぜひ、お気軽にご利用ください。

※キッチンハウス中央店中 央3の11の5、下九沢店(緑区下九沢1518の1)もご利用ください。店内でランチやケーキ等を楽しむことができます。

■茶屋うらら/中央区横山3の1の1(営)午前11時30分〜午後5時(休)土日祝 ☎042-769-1442

「以前、お話し相手の活動で、なかなか心を開いてくれない方がいました。趣味の話や創作活動と一緒に取り組むなど、試行錯誤を重ね、ある日その方と散歩に行ったら、笑顔を見ることができました。その瞬間はとても嬉しかったですね」と尾崎さん。



体操活動のひとつ

美保さんは「継続的に活動し、顔なじみになっていただくことで、ご利用者様も安心し、笑顔につながっているのでも感謝しています」と話されます。

このクーポン持参で **クッキープレゼント** ※9月30日(金)まで



お菓子は100円〜120円

※「さがみはら・ふれあいハートポイント事業」65歳以上の方が、指定する高齢者福祉施設などでボランティア活動を行った場合、ポイントを付与し、年間ポイント数に応じて報償金(限度額5,000円)を受け取ることができます。

(問) 中央ボランティアセンター ☎042-786-6181

市社協からのお知らせ

【お詫びと訂正】 本会ホームページ、新着情報「市民公開講座」に関する内容の誤りについて 本会ホームページ【新着情報】に8月1日(月)より掲載していた【9月9日】市民公開講座「精神障がいの正しい理解と対応」の開催場所に誤りがありました。謹んでお詫びし、訂正いたします。

誤 場所: 相模原市立市民産業会館
 正 場所: 大野台公民館 大会議室

あじさい会館 ワンコイン講座

～アンガーマネジメント～

「怒り」の感情と上手につき合い、より良い人間関係を作るために役立つ

① 9月23日(金)午後1時30分～3時30分

② あじさい会館 6階展示室 ③ 20人(申込順) ¥500円

④ (一社)アンガーマネジメントジャパン代表理事 佐藤恵子さん

⑤ ちょっとしたことでも怒ってしまう。イライラしてしまう。必要以上に怒っていることはありませんか。「怒り」の感情を学び、自分の特性を知り「怒り」と上手につき合うことで、自分を取り巻く人間関係が更に良くなります。様々な分野で注目されている「アンガーマネジメント」を一緒に学びませんか。

⑥ あじさい会館 ☎042-759-3963

ほかほかふれあいフェスタ2016

① 10月8日(土)午前10時～午後3時

② あじさい会館

③ バザーや模擬店、よさこいソーランやミニSL、チアリーディングに体験コーナーなど、あじさい会館全体を使ったみんなが楽しめるお祭りです。

④ 相模原ボランティア協会 ☎042-759-7982

里親講座

もっと知ってほしい里親制度のこと

① 10月1日(土)午後1時から

② ソレイユさがみ セミナールーム1

③ 基調講演 「今、なぜ里親が必要なのか」 NHKなどのメディア出演も多数ある西澤哲先生をお招きして、里親制度の必要性をわかりやすく解説します。

④ 市児童相談所 ☎042-730-3500

掲示板 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

横山 ちょこつとおもしろ親子サロン

① ①9月1日(木)、12月1日(木)②11月10日(木) 午前10時～11時30分

③ ①横山公民館 ②下九沢児童館

④ 手遊び・歌・人形劇・工作など。親子で楽しい時間を過ごしましょう!

⑤ 横山地区社協 ☎042-756-7711

上溝 「交流の家 ぶらっと上溝」からのお知らせ

① 毎週火曜日・土曜日 午前9時30分～午後4時

② 昔の井戸端や縁側のように、ぶらっと来ておしゃべりしたり、お茶を飲んだりして、一息つきませんか?

・「かふえみぞ」

③ 毎月第3火曜日 正午～午後3時(今月は9月20日)

④ サイフォンで淹れたおいしいコーヒーを飲みませんか?(1杯100円)

・「ぶらっと上溝 子ども食堂」

⑤ 9月27日(火)午後5時～7時・10月以降は毎月第4水曜日

⑥ 家族のたんらんのように地域のひとと一緒に栄養いっぱいのお夕飯を食べよう!(子ども100円、大人300円)

⑦ 中央区上溝6-2-16(県立上溝高校前)

⑧ 上溝地区社協 ☎042-762-0079

大野北 あつまれおやこ

① ①9月7日②10月5日③11月2日④12月7日 いずれも水曜日 午前10時～11時30分(受付9時40分～)

③ ①②上矢部自治会館 ③④由野台睦自治会館

④ 子育て中の親子が気軽に参加して、楽しい時間を過ごせます。スタッフは民生委員・児童委員です。毎回保育士さん、保健師さんが来ます!

⑤ ①からだを動かそう! ②ハロウィンパーティ ③作って遊ぼう! ④クリスマスパーティ

⑥ 不要。直接会場へ ⑦ 大野北地区社協 ☎042-861-4512

光が丘 こどもみらいワールドin光が丘開催!

① 11月23日(祝) 午前10時～午後3時

③ 淵野辺公園(ひばり球場、芝生ひろば)

④ ステージコーナー・各種体験コーナー・模擬店など☆子どもが主役のこどものお祭りです!

⑤ 主催 こどもみらいワールドin光が丘実行委員会

⑥ 光が丘地区社協 ☎042-756-1150

星が丘 福祉バザー開催

① 10月23日(日)午前10時～午後3時 ③ 星が丘小学校校庭

④ 星が丘地区ふれあいフェスティバル会場で開催します。収益は星が丘地区の福祉活動に活用します。

⑤ 星が丘地区社協 ☎042-755-9955

中央 大好評!第4回シニア世代交流会

① 10月4日(火)午後1時30分～3時

③ 中央公民館 大会議室

④ 地域で何か活動をしてみたいシニア世代の方

⑤ おいしいお茶とお菓子をいただきながら、同世代の方で「趣味を生かした地域活動」や「仲間づくり」について語らう楽しい会です。

⑥ 不要。直接会場へ

⑦ 100円 ⑧ 中央地区社協 ☎042-758-0130

小山 小山困りごと相談

～日常の困りごとご相談ください～

① 毎週火曜日 午前10時～正午

③ 小山高齢者支援センター(中央区宮下1-1-21)フリースペース

④ 身の回りにある困りごとを無料でお手伝いします!

- ・部屋の模様替えをしたいけど家具が動かせない。
- ・庭の雑草取りをしたいけど一人でできない。
- ・高いところの掃除をしたいけどうまくできない。
- …などなど、どんな小さな困りごとでも相談できます!

⑤ お気軽にお電話ください!

⑥ 困りごと相談直通 ☎090-5990-0294

清新 「ちょこつとボランティアくらぶ」へご相談ください!!

① 「電球の交換」、「草むしり」、「怒ふき」、「段ボールや新聞束ね」など高齢者や障がいのある方などが感じる「ちょっとした困りごと」。「ちょこつとボランティアくらぶ」がお手伝いします。お気軽にご相談ください。

③ 清新地区社協 ☎090-3912-2940(くらぶ専用電話)

田名 福祉講座「相模原版いきいき百歳体操」

① 9月17日(土) 午前10時～正午 ③ 田名公民館 大会議室

④ 高齢者の筋力向上を主な目的に考案された「いきいき百歳体操」の説明と体験を行います。市では実施する団体を支援しています。この機会に始めてみませんか。

⑤ 不要。直接会場へ。飲み物やタオルなどをお持ちください。

⑥ 田名地区社協 ☎042-761-0056