

みんなボランティア

203号

新しい発見・出会いの場を創造するボランティア情報誌
発行：宝塚ボランティアプラザ zukavo

活動
活性化
助成

未来のこどもたちのためにできることを 『エシカルな未来へバンビーノ』

今年の4月、宝塚ボランティアプラザ zukavo に新しく登録されたグループ『エシカルな未来へバンビーノ』が、ボランティア活動助成 活動活性化助成を受けて、リユース品の無料おゆずり会どうぞの会を開催しています。

——グループ名に込める思い——

エシカルとは直訳すると「倫理的な」という意味。今の日本はモノで溢れ、分け合えば十分に足りている状態であることを知ってほしい！子育て中のママたちによるそんな倫理的な思考・行動によって明るい「未来」をつかっていきたいという思いと小鹿を連想するバンビーノに「子どもたちのために」という思いを込めて『エシカルな未来へバンビーノ』にしました。

——どうぞの会——

月1回、市内の様々な場所で開催する「どうぞの会」は、洋服やおもちゃ、日用品など（食べ物・生き物・壊れているもの）以外であれば何でも良しのおゆずり会です。代表の菅河さんはどうぞの会を開催することのきっかけについて「宝塚に引っ越してくる前に住んでいたところで知り合ったママ友がどうぞの会を運営していました。宝塚に引っ越してきてからも、その活動が気になったので見に行かせてもらったときに、やりたい！と思い、その思いを友だちに呼びかけたところ一緒にやるよ！と手を上げてくれたことがきっかけで、宝塚でどうぞの会を開催することになりました。」と話されます。

——これからやりたいこと——

今は環境問題の中の「衣類等の大量生産・消費への歯止め」を第一歩として活動がされていますが、海や川でのゴミ拾い活動（プラスチック製品への意識改革）、ゴミ処理場の社会見学、全国で環境活動を推進している方々との交流や勉強会、自宅でのゴミの堆肥化など、やってみたいことはたくさんあるとのこと。「ちきゅうにやさしい活動は、おさいふにもひとにもやさしい」と信じて永く続けていきたいと話されました。



レジャーシートの上に品物を並べます



準備をしながら出展者同士も交流します



洋服や本などいろいろな品物が並びます



たくさんの来場者で会場が賑わいます



おしゃべりをしながら来場者と交流

「もうらうだけの方は予約不要！入場無料！」

リユース品の無料おゆずり会

11/14 (火) どうぞの会

2023年11月14日 (火)
10:30~13:30
宝塚市公益施設ピアめふ 5階 会議室にて

【諸品に出品されたものご紹介】
洋服・靴・バッグ、アクセサリー、雑貨、書籍、CD/DVD、おもちゃ、大人用、子供用、文房具、キッチン用品、季節物、タオル など
※諸品の実例であり当日の出品も変動する可能性があります

出品者募集！
おうちのいらぬもの
おゆずりしてみませんか？

- ・即日開催
- ・参加無料
- ・ゴミもの、食べ物、壊れている物、飲まないものNG

主催 エシカルな未来へバンビーノ 運営(予約) 090-3509-1914
後援 宝塚市社会福祉協議会
宝塚ボランティアプラザ 活動活性化助成を受けて実施しています

ボランティアグループ『おしゃべり会』

毎月第3金曜日 15:30～ 西公民館にて

2020年6月に発足し、誰でも参加できおしゃべりを楽しむ会として始められた『おしゃべり会』は単なるおしゃべりを楽しむ会から一つ前進しようとしている。

会を立ち上げるきっかけとなったのは、メンバーが毎月paraごむ1で開催している悩みごと相談（主催 カウンセリンググループ エルライン）に参加したこと。自分の悩みを誰かに聞いてもらうと心がすっきりした経験から、おしゃべりに来られた方々の「悩み」、「困りごと」等の心情によりそうこと、抱えている気持ちを発散する場を提供できればと思いグループを立ち上げられた。

おしゃべり会には、カウンセリング講師も参加し、参加者同士がカウンセラー（聴く人）とクライアント（話す人）になりテーマを決めておしゃべりをする。

メンバーは、参加者の様々な意見や考えを公平に扱い、特定の側に立つことはなく、中立の立場を保ちながら司会進行し場を促進するファシリテーターの役割を担っている。代表の杉下さんは「参加者それぞれの問題を一緒に聴き、解決できなくとも共有することで気持ちを和らげるようにしたい。そしてみなさんの中に何か残るものにしたい」とおっしゃられています。

取材を通して、常に出てきた言葉に「おしゃべり会での話の内容は口外しない、部屋の中だけ」が何回も耳にしており、参加者の個人情報を出さない確固たる姿勢が感じられ、安心して参加できる雰囲気が感じられました。だれもが持ち得る「ささやかな悩み事、困り事」を気軽におしゃべりする場として、参加してみたいかがでしょうか。（市民記者）



おしゃべり会の様子

おしゃべり会に参加しませんか

日時：毎月第3金曜日
15:30～

場所：宝塚市立西公民館

対象：60歳以上の方

※予約不要

直接会場にお越しください



市民記者が行く!! 心も身体もリフレッシュ♪

いきいきと楽しくボランティア活動をしていくためにはリフレッシュも大切です。活動者のみなさまがリフレッシュできる楽しいおすすめスポットを市民記者が紹介する新コーナー「市民記者が行く!! 心も身体もリフレッシュ♪」。グループメンバーやお友達・ご家族と一緒にお出かけしてみてください。

今回は、市民記者 たけちゃんボランティア活動をしているグループメンバーと行った「武庫川髭の渡しコスモス園」をご紹介します。

令和5年度 開園情報

月日：10月21日（土）～11月中旬頃

時間：時間に決まりは特にありません。臨時駐車場を利用する場合は、入出庫できる時間が決まっています。
（9:00～16:00 ※入庫は15:30まで）

場所：尼崎市常松2丁目及び西昆陽4丁目の武庫川河川敷
（兵庫県動物愛護センター南側）

協力金：臨時駐車場を利用される場合は500円/台
その他：詳細は、尼崎市ホームページをご覧ください



尼崎市
ホームページ

市民記者より

色とりどりのたくさんのコスモスが満開ですごく素敵でした。臨時駐車場もあるので、みなさん是非行ってみてください。



プチレシピ 簡単!おいしい!「えだまめおむすび」

【材料(4人分)】

- ・炊いたごはん 2合分
- ・枝豆 70g
- ・しらす干し 50g

【作り方】

- ①枝豆はゆでてさやから出す。
- ②しらす干し、①をあたたかいごはん混ぜる。
- ③おむすびにする。



●フードドライブ@たからづか

ご家庭で眠っている・使いきれなくて余ってしまった食品を、ボランティア・団体・企業の皆さんにご協力いただき、必要な方に届けます。市内数か所に、回収ボックスを設置しています。みなさまのご協力お待ちしております。

ボックス設置日

【ダイエー、グルメシティ、KOHYO】

月～日 営業時間内

【ぷらざこむ1】月～土 9:00～17:00

【宝梅ハウス】月～土 10:00～12:00

水 13:30～16:00

【ごてんやまハウス】第2火曜日 10:00～12:00

【あいえる逆瀬 Work】月～金 10:00～16:00

【ラ・ビスタよりあい広場】

月～金、第1・3日曜日 13:00～16:00

【高松診療所】月～金 9:00～17:00

【良元診療所】月～金 9:00～17:00

【高司会館】毎週火曜日 9:00～11:30

第1金曜日 9:00～14:00

【太陽商会（口谷東3-67-4）】月～金 9:00～17:00

【フレミラ宝塚】月～日 9:00～21:00

【総合福祉センター】月～土 9:00～17:30

【安倉デイサービスセンター】月～日 9:00～17:00



ご報告 8月～9月分

回収 547.6kg (1791品)

回収ボランティア

8月分 6名

9月分 10名

仕分けボランティア

8月分 16名

9月分 11名

提供会 8～9月 延べ43団体

8月 21団体

9月 22団体

活動の様子を
Instagramで
配信しています。



●フードドライブ仕分けボランティア募集

フードドライブで集まった食品の仕分けをします。

日時：11月7日（火）、12月9日（土）

13:30～14:30

場所：ぷらざこむ1



ご協力ありがとうございました。

ご協力いただいた食品は、ホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。



●ボランティア募集

●情報誌「みんなボランティア」の仕分け・発送作業

日時：12月18日（月）

① 10:00～11:30

② 14:00～15:30

場所：ぷらざこむ1



●お知らせ

●おしゃべり会

悩みや相談ごとをお話しませんか。

日時：11月17日（金）、12月16日（金）

15:30～

場所：西公民館

対象：60歳以上の方

※会場の都合により日時が変更になる場合があります。

●お知らせ

●セルフヘルプグループの紹介冊子を発行します

当事者や家族が思いや体験を共有し、自分らしく生きていく力を得ることを目的とした“セルフヘルプグループ”。市内で活動しているセルフヘルプグループの活動内容を紹介した冊子です。

12月1日（金）から、宝塚ボランティアプラザ zukavo のホームページ内で閲覧できます。



●相談会

●初めてのボランティア活動相談会

日時：11月20日（月）10:30～12:00

12月13日（水）14:00～15:30

場所：ぷらざこむ1



●相談会

●ボラコ移動カフェ

「ボランティアについて聞きたい」「誰かとお話したい」どなたでもお越しください。

【ごてんやまハウス（御殿山2-23-22）】毎月第2火曜日

11月14日（火）、12月12日（火）10:00～12:00

【一小宝梅ハウス（宝梅1-12-43）】毎月第4水曜日

11月22日（水）、13:30～16:00

※12月はお休みです

【ひかりサロン宝塚小林（小林5-5-47 イズミヤ小林店3階）】

毎月第4金曜日

11月24日（金）、12月22日（金）10:00～12:00

【あくらす（安倉南4-38-1 コープ安倉2階）】不定期

11月8日（水）、12月13日（水）10:00～12:00

【ラ・ビスタよりあい広場（すみれが丘2-5-1）】毎月第3水曜日

11月15日（水）、12月20日（水）10:00～12:00

【ここおる（鶴の荘19-15）】毎月第1月曜日

11月6日（月）、12月4日（月）

10:00～12:00



●お知らせ

●おもちゃ診療所

壊れたおもちゃの修理をします。
日時：11月26日(日)、12月24日(日)
13:00～14:30 ※毎月第4日曜日に開催しています。
場所：ぷらざこむ1 対象：どなたでも
費用：無料(材料費がかかる場合は実費)
申込：不要 ※直接会場にお越しください
主催：おもちゃ診療所

●お知らせ

●合同オンラインレクリエーション

いろいろなグループが出演します。音楽や紙芝居、脳トレなど一度で楽しみがいっぱい!! ぜひご覧ください。
今回は、会場のお席でリアルに楽しめます!!
日時：11月15日(水) 13:30～ 場所：ぷらざこむ1 2F 21A
出演団体：歌楽多笑一座、うらら宝塚、Fleur(フルール)、まいちゃん、紙芝居サークルちょうちょ
ZOOM ID: 603 990 4739 Pass: 865001
※会場・ZOOM、どちらでも楽しめます。
※招待 URL をご希望の方は、メールにてご連絡ください。
※出入り自由。申込みなしでご覧いただけます。
問合せ：宝塚ボランティアプラザ zukavo
(0797-86-5001、avolun@nifty.com)
主催：たからづか障害者応援プロジェクト



●お知らせ

●ボランティア活動のための SNS 活用講座

『始めてみよう! Instagram』
グループの情報を Instagram で発信しませんか。スマホを使って実際に配信するスキルが身につく実践講座です。
日時：11月29日(水)、12月6日(水) 10:00～12:00
場所：ぷらざこむ1 2F 21A
講師：江頭麻里さん(キャリアコンサルタント、ICT 講師)
費用：無料
対象：ボランティア活動者、地域活動者
定員：15名(先着順)
申込：宝塚ボランティアプラザ zukavo
主催：宝塚ボランティアプラザ zukavo
その他：アプリがダウンロードできるスマートフォンをお持ちください



●お知らせ

●親子ふれあい工作

親子で一緒に木の実や小枝を使った工作をしよう!
日時：12月9日(土)
① 10:00～12:00 ② 13:00～15:00
場所：ぷらざこむ1 2F 会議室 21AB
費用：無料 定員：各回親子10組(先着順)
申込：宝塚ボランティアプラザ zukavo
主催：武庫ネイチャークラブ

●お知らせ

●悩みごと相談

日時：11月18日(土)、12月16日(土)
13:30～16:30
場所：ぷらざこむ1 対象：どなたでも
費用：無料 定員：6名(要予約)
申込：宝塚ボランティアプラザ zukavo
主催：エルライン



●お知らせ

●「みんなボランティア203号読者アンケート」

「あなたのおすすめスポット」大募集! また、「今号のこの記事に興味があります!」「こんな情報を掲載してほしい!」など、みなさまの声をお寄せください。
ご協力お願いいたします。
パソコン(ホームページ)からもOK

宝塚 ボランティア 検索



観る・感じる・想う

秋冷の候、皆さん元気に活躍されて、なによりの喜びです。今年も残すところ、2ヶ月余りとなり、足早に時が流れますね。私は幸いなことに元気に過ごしていますが、最近では親友が亡くなった弔報が多くなり、先立たれる「知らせ」が悲しいですね。
「よく喋るA君」「世話好きなB君」「おれに任せなさい!」と得意のセリフで、同窓会を仕切ってくれたC君! みんな愉快的な友達でした。その中でも紅一点のMさんはいつも男性たちの目を楽しませる素敵なファッションを見せてくれるのが、素敵なお年玉! だな! と、みんな楽しく過ごしました。参加したメンバーが、今年も無事に過ごして、来年も元気に顔をみせようね! それが何よりも大事な人生へのプレゼントです。そして気力をこめて残された人生を楽しみましょう!

NOHOHONJIN



8月1日～9月30日まで
相談 依頼件数
...62件(うち終了分53件)



↑ホームページ



↑フェイスブック



↑Instagram

記事に関するお問い合わせは
宝塚ボランティアプラザ zukavo
Tel 0797-86-5001 (直通) (発行) 社会福祉法人 宝塚市社会福祉協議会・宝塚ボランティアプラザ zukavo
Fax 0797-83-2425 〒665-0867 宝塚市売布東の町12-7(ぷらざこむ1内)
HP https://zukavo.com (発送) 発送ボランティア(編集) みんなボランティア編集部
E-mail avolun@nifty.com (文責) 宝塚ボランティアプラザ zukavo

●LINE公式アカウント始めました!

ボランティア募集やイベント・講座など、楽しい情報を発信します。ぜひご登録ください。

