

みんなボランティア

204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

“通学付添いボランティア”

地域のささえ愛でつながりづくり

「特別支援学校に通うために、通学バスの停留所まで付き添ってくれるボランティアさんはいませんか？今は家族が付添っているが、付添いが難しい事情があって…」令和3年（2021年）2月、宝塚ボランティアプラザ zukavo に相談がありました。

そこで、まちづくり協議会や地域で活動している方、福祉専門職などに声をかけ、制度のことなどいろいろ調べながら、何か解決する方法はないか話合いました。そして、近くにお住いの方などに声をかけ、集まったボランティアさんは現在4名。それぞれが曜日を決めて週1回、特別支援学校高等部に通う学生と一緒に自宅からバスの停留所へ（約10分）向かいます。活動が始まった頃は、学生は緊張気味だったけれど、今ではボランティアさんの顔を見ると明るい表情で歩き始め、用水路の水が流れる様子を見つめたり、道中に咲く花や木の実を見たりと季節を感じながら通学しています。その後、状況や環境も変わり、保護者自身が送ることができるようになった時、今後の活動についてボランティアさんと話し合いました。「負担じゃない

からこのまま続けるよ。」「お母さんがゆっくりする時間にしたらいいよ。」と今でも活動を続けられています。

活動が始まって約3年経った今では、通学付添いボランティアさん以外にも、いつも歩いている道で「おはよう。」「今日も元気ね～」と声をかけてくれる方が増えました。また、お母さん自身がボランティアさんと知り合ったことで、地域のことやいろいろな情報を知り、近くで開催されるイベントなどにも参加されるなど、地域でのつながりも広がりました。

以前に比べ制度は充実してきていますが、まだまだ制度では対応できないことがあります。「自分一人ではどうしたらいいのか分からない…」そんな時には、みんなが少しずつささえあって、みんなが笑顔になる、楽しくなる。そんな地域が増え続けていくことを願っています。「どこに相談したらいいかわからない。」「こんなお手伝いしてもらえるのかな？」など、何かお困りのことがあった時は、宝塚ボランティアプラザ zukavo までご相談ください。みんなで一緒にささえあえる方法を考えましょう。



障害福祉サービス等ガイドライン・地域生活支援事業ガイドラインについて（宝塚市ホームページ）

※制度について知りたい方は、二次元コードからどうぞ



定期的に打合せをしています

ボランティアさんの声



活動を始めた頃は慣れなくて、慌てたこともあったけれど、少しずつこちらの話や家族以外の人に関心を持ってくれるようになって、週1回の活動だけでも成長を感じることができるのが嬉しいです。

お母さんの声



親子共々、精神的にしんどい時だったけれど、ボランティアさんと一緒に行くことになって、子どもの様子がだんだんと明るくなり、子ども自身の助けになってもらいました。私も、子どもがボランティアさんと通学することを楽しみにしている様子を見て、優しい気持ちや嬉しい気持ちになっています。

小学生ボランティアクラブ

9月16日(土)ぷらざこむ1にて

7月から開催している“小学生ボランティアクラブ”の3回目『防災について』取材しました。参加者は小中学生合わせて12人。講師は、宝塚第一小学校区まちづくり協議会の4人です。

この日の内容は、①危険予知トレーニング②地震発生時の訓練③非常持ち出し物選びの3つでした。(市民記者)

危険予知トレーニング

震度6の地震が発生して揺れると、建物にどんなことが起こるかを想像しながら、館内を見て回りました。「ロッカーの下敷きになる。」「エレベーターが止まり、閉じ込められる。」「自販機が倒れる。」など様々な意見ができました。



地震発生時の訓練

「18秒後に震度5の地震が発生、みなさんはどうしますか」との声を受けて、子どもたちは机の下に入り頭を両手あるいはカバンでおおい、動きを止めました。「揺れは収まりました」の声で、机の下から出てきました。講師からは「机も揺れるので、姿勢を低くして頭を守って、揺れの収まるのを待つことが大切。」と教えてもらいました。



非常持ち出し物を選び

神戸学院大学現代社会学部防災学科制作の「カードで学ぶ非常持ち出し袋」を使って非常時に自分が必要と思う「物」を選び、発表しました。



市民記者が行く!!

FM宝塚主催の「みんなでゴミ拾い」に参加してきました

秋晴れの清々しい季節の中で、10月29日(日)に開催されたこの催しには、幅広い年齢の市民の方々総勢37人が参加されました。

阪急宝塚駅前の宝塚ゆめ広場をスタートし、末広公園ゴールまでを、武庫川河川敷ルートと国道176号線ルートに分かれて「ゴミ拾い」が行われました。ゴミは両方合わせて45ℓのごみ袋に15袋くらい集まりました。参加者からは、「毎年参加しているが、今年はゴミの量が少ないと実感しました」、「1か所不法投棄があり残念でした」、「初めての参加でしたが、ウォーキングを兼ねて気持ちの良い時間が過ごせました。来年も参加したいです」などの感想がありました。



きれいな場所にゴミは捨てにくいもの、ゴミが捨ててあるところにゴミは集まると実感しました。これからも、一人でも多くの市民の皆さんが環境美化に関心を持っていただき、宝塚がいつまでも美しい街であってほしいと思いました。(市民記者)



プチレシピ まち記者ラボ「袋麺でお好み焼き」

【材料】

- インスタントラーメン 1袋
- 小麦粉 大さじ3
- 卵 1個
- 水 1/2カップ
- 添付のラーメンスープ 1/2袋
- キャベツ 1枚
- さきイカ(桜エビでもOK) 適量
- 青のり・ソース 適量

【作り方】

1. ポリ袋にインスタントラーメンを入れて、粗く砕く。キャベツは手で小さくちぎる。
2. 卵と水、添付のスープを加え、袋ごと混ぜる。
3. 2に小麦粉、キャベツ、さきイカを加えてさらに袋ごと混ぜる。
4. フライパンにクッキングシートを敷き、3の生地を薄くのばして中火にかけ、きつね色になるまで焼き、裏返して両面を焼く。
5. 食べやすく切り分け、好みでソースや青のりをかけて出来上がり。



●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。



ご報告 10月分

回収 248kg (1,122品)

回収ボランティア

10月分 6名

仕分けボランティア

10月分 16名

提供会 10月 延べ21団体

10月 21団体

※日程の都合により11月分の報告は次号に掲載します。

活動の様子を
Instagramで
配信しています。



●フードドライブ配布団体募集

集まった食品を活用していただける団体を募集しています。食品は月3回実施している提供会でのお渡しします。詳しくは宝塚ボランティアプラザ zukavo まで。

●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：1月15日（月）、2月6日（火）

13:30～14:30

場所：ぷらざこむ1



●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：2月26日（月）

① 10:00～11:30

② 14:00～15:30

場所：ぷらざこむ1



●相談会

●初めてのボランティア活動相談会

日時：1月16日（火）10:30～12:00

2月22日（木）14:00～15:30

場所：ぷらざこむ1



●お知らせ

●セルフヘルプセミナー

日時：1月22日（月）13:30～16:00

場所：ぷらざこむ1・オンライン（ZOOM）

対象：どなたでも 費用：無料

内容：

- 第1部 セルフヘルプグループを知ろう（グループの発表）
 - ・ほろほろ（視覚に障がいのある人たちのグループ）
 - ・いのちの語り場ルリアン（愛する方を亡くした人たちの会）
 - ・宝塚市社会福祉協議会

第2部 セルフヘルプのちからを感じて学ぶ
（それぞれのテーマに分かれた分科会）

1. 視覚に障がいのある人たちのグループ
2. 愛する方を亡くした人たちのグループ

申込：TEL・FAXのいずれかにて「氏名・連絡先・メール（あれば）、分科会の希望」を宝塚ボランティアプラザ zukavo までご連絡ください

主催：ひょうごセルフヘルプ支援センター

協力：宝塚市社会福祉協議会、兵庫県社会福祉協議会



●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

1月9日（火）、2月13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

1月24日（水）、2月28日（水）13:30～16:00

【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

1月26日（金）10:00～12:00 ※2月はお休みです

【あくらす（安倉南4-38-1 コープ安倉2階）】不定期

1月10日（水）、2月7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

1月17日（水）、2月21日（水）10:00～12:00

【ここおる（鶴の荘19-15）】毎月第1月曜日

2月5日（月）10:00～12:00

※1月はお休みです



ボランティア募集や相談会などの申込み・問合せは、宝塚ボランティアプラザ zukavo まで。

☎ 0797-86-5001 Fax0797-83-2425 E-mail avolun@nifty.com

みんなボランティア 204号（2024.1.1発行）

●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：1月28日(日)、2月25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

●福祉学習(教育)講演会

学校と地域・家庭の協働による地域共生社会の実現をめざした福祉学習
日時：2月13日(火) 14:30～16:00
場所：ぷらざこむ1 3F フリールーム
講師：新崎国広氏(一般社団法人ボランティアセンター支援機構
おおさか代表理事、ふくしと教育の実践研究所 SOLA 主宰)
対象：どなたでも
費用：無料 定員：100名
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



●お知らせ

●耳の日記念講演&相談会

日時：3月2日(土) 13:00～16:30
第1部 記念講演 第2部 補聴器個別相談会
場所：ぷらざこむ1 3F フリールーム
対象：どなたでも 費用：無料
申込：不要 ※直接会場にお越しください
主催：宝塚中途難聴者の会

●お知らせ

●脳活性化ゲーム

みんなで一緒に笑って、体も脳も活性化!!
日時：1月20日(土)、2月17日(土) 10:00～11:45
※毎月第3土曜日に開催しています。
場所：ぷらざこむ1 対象：概ね65歳以上の方
費用：100円(お菓子代)
※お茶とマスクは各自でご持参ください
申込：宝塚ボランティアプラザ zukavo まで
主催：脳活性化ゲームの会 うらら宝塚



●お知らせ

●勉強の不安を解決

体は元気だけど学校を休んだ日の学習サポート。学校の勉強が不安になったら来てください。一緒に勉強しましょう!
日時：毎週火曜日・木曜日
① 14:00～15:00 ② 15:10～16:10
場所：宝塚市小林3-12-2 学習塾 能学館内
対象：小学生～高校生
費用：1コマ 550円
定員：①②ともに4名
申込：080-5826-1247
または takarazukahimitsukichi@gmail.com
または公式LINE(勉強の輪 こうちさん)
主催：勉強の輪



●お知らせ

●悩みごと相談

日時：1月20日(土)、2月17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204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

あけましておめでとうございます。新年を迎えましたね。
気力を込めて日常を送っています。
さて、今現在、やっていることですが、外に出てやりたい事
*外出するときは、自分には派手かなというスタイル出かけます
*一日中、エレベーター、エスカレーターを利用せず歩きます
*高い場所で遠くを観ながらコーヒーを味わう
*映画のレイトショーを鑑賞する
*スマホは持参せず
*お寺や神社に参拝する
*目の前にバスが停車した時は嬉しそうに乗って移り行く景色を楽しむ
*公園では鉄棒の逆上がりをして逆の景色を楽しむ
*久しぶりの友とはダジャレを言い合う。私の勝利?
*普段は一人で入れない店に入って、和気あいあいと氣勢を上げる
(NOHOHONJIN)



10月1日～11月30日まで
相談 依頼件数
...79件(うち終了分67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。

友だち
募集中

@395pvhgz

