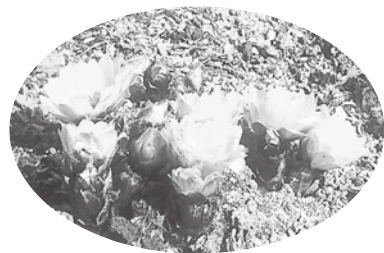


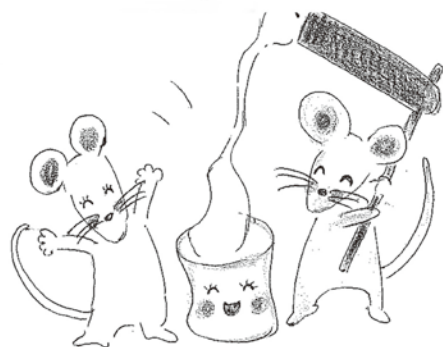


福寿草



発行: 社会福祉法人辰野町社会福祉協議会・辰野町ボランティアセンター・情報紙編集委員会 TEL.41-5558

謹んで
お初春の
お慶びと
申し上げます



昨年は、辰野町ボランティア

センター設立二十周年を迎え、「心つなげて二十年 新たな一歩ふみだそう」というテーマを掲げ、様々なイベントを行いました。その中で、二十周年本当に多くの方々とつながりがあり、ボラセンが支えられていることを実感しました。

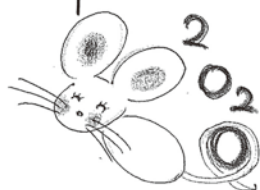
今年は新たな一歩を踏み出す年として、更に地域のみなさんに親しまれるボラセンになるよう心掛けていきたいと思っています。

まだ、ボラセンと茶の間に立ち寄ったことのない方はぜひお出掛け下さい。

今年もよろしくお願い致します。

辰野町ボランティアセンター
世代間交流センター茶の間

職員一同



「俺がいなくなったらボラセンに行け」 ～亡き旦那さんの 心つなげて～

毎週ボラセンのトイレ掃除をボランティアでして下さっている方がいます。

このボランティアさんの旦那さんは、ボラセンの運営委員や、地域の役員、数々のボランティアをされていました。誰でも気軽にボラセンに寄れるようにと今のボラセンショップを創って下さった一人です。ほぼ毎日ボラセンに顔を出して下さり、ボラセンショップに野菜を出したり、人の話を聞いたり、いつも笑顔で職員や利用者さんに元気を与えて下さいました。しかし、「俺がいなくなったらボラセンに行け。ボラセンに行けばなんとかなる。みんなが支えてくれるから。」と奥さんに言葉を残して病気で亡くなりました。奥さんは、「主人がお世話になったお返しに」とトイレ掃除に



毎週来てくださるようになりました。以前は汚れがひどい時もありましたが、掃除をしてくださるようになってから、いつも気持ち良く使用できるようになりました。感謝したいのは職員や利用する方達のほうですが、「私はここに来てもらって本当にありがたい。ここで救われた」と言って下さいます。旦那さんから奥さんへ心をつなげていただいた素敵なご夫婦です。



第24回 福祉・ボランティア学習のつどい～学校と地域をつなぎ、ともに輝くために～

「福祉・ボランティア学習のつどい」は、町内の小・中・高校生が、ボランティア活動や福祉の授業、地域交流を通して感じた気づき・発見・思いを保護者や地域住民に向けて発表する機会を通して学校と地域のつながりを深める場、自分達の活動をふりかえり新たな活動へつなげる場となる事を願って開催しています。



発表内容と参加者の感想の一部をご紹介します

発表団体・テーマ 発表順

- | | |
|-----------------|---------------------|
| ◆辰野南小学校 4 年生 | 「地域交流～太鼓の活動～」 |
| ◆川島小学校 5・6 年生 | 「つながる 広がる 川島の輪」 |
| ◆辰野西小学校 4 年知組 | 「わたし達にできる事～点字の世界～」 |
| ◆辰野中学校福祉委員会 | 「辰野中学校の取りくみ」 |
| ◆両小野小学校 4 年生 | 「みんなちがってみんないい」 |
| ◆辰野東小学校 4 年生 | 「体で体験・パラリンピック競技」 |
| ◆辰野高等学校 JRC クラブ | 「辰野高校 JRC クラブの取りくみ」 |



◆辰野南小学校 4 年生 「地域交流～太鼓の活動～」

太鼓の先生からは叩き方だけでなく、心の作り方を教わった。校内音楽や神明神社の例大祭、羽北地区の文化祭などで太鼓演奏をし、おひねりをいただいたので、お金の使い道について考え、台風 19 号で被害に遭われた皆さんへの義援金としておくことにした。太鼓演奏を通じて地域と関わり、地域の皆さんが喜んでくれて嬉しかった。



まず最初に迫力ある太鼓演奏を披露。

感想

南小の伝統である太鼓を通して、台風の被災地へお金をおくという活動は、とても立派だなと思ったし、太鼓を見物した人も、被害に遭われた人もみんなが笑顔になれるのでとても良い活動だなと思う

◆川島小学校 5・6 年生 「つながる 広がる 川島の輪」

川島小は全校 11 人の小さな学校。音楽会も運動会も地域の方と一緒にやっている。他にも米・そば・畑作りなど様々なことに地域の方が関わってくれている。地域の方に何か恩返しがしたいと思い、かたくりの里への訪問と紅葉まつりへの参加をした。かたくりの里訪問では「笑顔でたくさんふれあおう」という目標を決めて積極的に関わることが出来た。紅葉まつりでは「お客さんと笑顔でふれあい、会話する」という目標を決めて地域の方に教わって作った干し芋や大根などを販売した。売上金を使ってお世話になった人たちに感謝の気持ちを伝える会を開きたい。



感想

地域の皆さんに支えられて成立する学校の様々な行事の体験から、地域の皆さんに恩返しをしようとかたくりの里や販売活動への取り組みに、心あたたま発表でした。

◆辰野西小学校 4 年知組 「わたし達にできる事～点字の世界～」

今使われている 6 点字はルイ・ブライユが作りだした。点字盤が一番代表的な点字を描く道具だが、コンピューターに入力して点字を打ち出す点字プリンターというものもある。体験学習で栗津原さんと田中さんに点字の打ち方を教えていただいた。栗津原さんのお話を聞いて栗津原さんや栗津原さんのお母さんの心の強さを知り、障がいを持っている人は、何倍も強い心を持っていると感じた。障がいのある方が困っているとき、何かお役にたてるようになりたい。



感想

点字の歴史をととてもよく調べていてすごかったです。目の不自由な方の体験をする事で、どんな風に助けたいかよく研究していて、将来積極的に手助けできる大人になれると頼もしく思いました。



点字で打った手紙を栗津原さんに渡しました。

◆辰野中学校 福祉委員会 「辰野中学校の取組み」

生徒会活動として次のような活動を行った。城前線桜並木の花びら・落ち葉清掃は全校生徒が交代で清掃の時間に行った。桜の木のカルテ作りへの協力は、緑化委員会が「城前のサクラ見守り隊」のみなさんといっしょに桜の状態を記録した。エコキャップ・ベルマーク・インクカートリッジ収集は、全クラス 100% 参加を達成できた。募金活動では、ユニセフへ 8,238 円、台風被害への募金として裾南町へ 10,000 円、長野県に 24,983 円寄付をした。樺樹饗祭への祖母招待では、たくさんの祖父母の方にお越しいただけてうれしかった。



感想

中学生全員が地域や世界のためにという意識を持って活動してくれている事、また、台風被害も写真を通じて知り、3 万円を超える募金が集まったこともすごい事だと思いました。桜並木の清掃本当にありがとうございました。

◆両小野小学校 4 年生 「みんなちがってみんないい」

道徳で「ユニバーサルデザイン」という言葉を知った。ユニバーサルデザインとは、お年寄り、目が見えにくい人、耳が聞こえにくい人、小さい子ども、外国の人、ここにいるみんなが安心して安全に生活できるように工夫して行くこと。みんなが安心して生活するためのやさしさを探した。学校の中には体育館の窓ガラス前の鉄の囲い、家の中には、ケチャップのキャップの下の子字、町の中には点字ブロックなどなど。世界中がやさしさでいっぱいになるには、だれにでもあいさつをする。困っている人がいたら自分から助けてあげる。町や学校や自分の心にバリアを作らない事だと思う。



「ありがとうの花」という曲に手話を付けて歌いました。

感想

一人ひとりみんなちがっていい。みんなが幸せに暮らせるように生活の中のやさしさ探しをしたのがとても良いと思った。訪問活動犬や聴導犬について知ることが出来た。あいさつがとても大事だと気付いたことはとても大事だと思った。♪ありがとうの花♪とても良かったです。

◆辰野東小学校 4 年生 「体で体験・パラリンピック競技」

パラリンピックは、1960 年当時の参加者は戦争で骨髄を痛めた兵隊さんで、リハビリの為に運動だったが、今ではアスリートによるスポーツになっていて車イスの人だけでなく、色々なハンデを持つ人が参加する様になり、22 競技 531 種目ある。その中で、車イスバスケットを体験した。パラリンピック出場経験のある加藤さんに教えていただいて体験をした。加藤さんから、自分の夢を目標に代えて得意なことを活かしていく大切さを教えてもらった。



選手やパラリンピックに応援メッセージを送る「東京 2020 パラリンピック OEN フラグプロジェクト」に参加し、全校でメッセージを書いて作った。

感想

来年開催されるパラリンピックも見てみたいと思いました。車イスバスケット選手とのふれあい、競技の体験を通して、大変さやつらいことを乗り越える勇気を学べたことは良かったと思う。パラリンピックに応援メッセージを送れる企画があることを初めて知りました。関心を持って応援したいと思いました。

◆辰野高等学校 JRC クラブ 「辰野高校 JRC クラブの取組み」

JRC クラブは、2 年生 5 名で「地域の貢献できるボランティア」を目標に活動している。毎月、手作りのカレンダー 145 枚を辰野病院や保育園などに貼っている。また、辰野図書館のおりがみ教室の手伝いも長く続いている活動の 1 つ。その他に、昭和伊南総合病院の病院祭でのバルーンアート、町公民館主催の行事の手伝い、夏休み中の学童クラブのお手伝いなど。校内での募金活動も行っている。他校のクラブとも交流し学習も深めている。今年度は、県総文祭のボランティア研究大会が岡谷市で行われ、実行委員として開会運営をしてきた。



感想

カレンダーは病院に行った時に見かけました。毎月楽しみにしています。少ない人数で様々な活動をしていますね。無くなってしまうようボランティアの心を高校全体に伝えていけたらいいなと思いました。

発表内容と参加者の感想をまとめた記録集を発行します。ご希望の方は、準備出来次第お渡ししますのでボランティアセンターへお申込み下さい。発表者のみなさんにはお届けします。

第35回上伊那ブロックボランティア交流研究集会が行われました

11月30日(土)、中川村で上伊那郡内のボランティア・市民活動者、また活動に関心のある方々約260名が集まり、上伊那ブロックボランティア交流研究集会が行われました。辰野町からも23名が参加しました。午前中は講演会、午後は各市町村が担当して8つの分科会が行われました。

辰野町は、第5分科会で、たつの未来館アラバの方々を講師に、体力チェックとストレッチの講座を行いました。



城取茂美先生の「笑顔でいきいき社会参加」と題した講演会。時事ネタを笑いに変えたり、懐かしい歌を歌ったりと楽しい講演会でした。「長生きは昔は運命。今は心の持ち方。だから笑って生きなさいよ」という言葉が心に残りました。

第5分科会

良い生活は 良い健康状態から～シニア向けストレッチと体力測定～

握力、脚力、体の柔らかさ、バランス能力、歩行能力の5種類の体力測定を行い、自分の弱っている部分を知りました。



日常生活の中で気軽に出来るストレッチで、毎日続けられそうです！



股関節、太もも、お尻、ひざの裏、腰、肩甲骨、おなか、肩周りなどのストレッチ体操約30種類を教えてくださいました。

辰野町ほたるの里
世代間交流センター

茶の間 通信 66

TEL/ 0266-41-2180
FAX/ 0266-41-2187
月～土・9:00～20:00

「手縫いで作る
おしゃれなミニ巾着袋」
講座を開催します！

1月22日(水)13:30～
開催します！寒～い冬は
あったかい「茶の間」で
手仕事しませんか？ぜひ
ご参加ください！



●茶の間ギャラリー

1月10日(金)～2月上旬まで

遠藤 きみ子「押し花絵作品展」

●オレンジカフェ 1月8日(水) 10:00～12:00

●折り紙サロン 1月17日(金) 10:00～11:30

●手縫いで作るおしゃれなミニ巾着袋

1月22日(水) 13:30～15:00

※年末年始休館中のため、今月の「ぬい絵サロン」はお休みです。

♥毎週金曜日と土曜日の13:00～20:00は婚活サポート結婚相談日

♥婚活サポート結婚相談のご予約は月曜日から土曜日、随時承ります！
お気軽にご連絡ください！

専用携帯番号 090-5431-7552

1月の
予定



2020 干支子年「チュウ♡チュウ♡ねずみ」を作ろう！
今年も作りましょう！魔除けのとうがらし飾り！



昨年12月に上記2つの講座を開催しました。どちらも新年に向けてのハンドクラフト講座で毎年大人気です。今年も両講座合わせて80名を超える方々にご参加いただき大好評でした！2020年もみなさまにとって素敵な一年になりますように☆

辰野西小学校

福祉ボランティア月間

辰野西小学校では、今年度も辰野町ボランティアセンターのみなさんにご協力いただき、福祉体験学習をおこないました。

1年生 手話ダンス体験

手話ミュージック
「リュシオール」
のみなさんから
「手話ダンス」を
教えていただきま

した。「大きなくりの木の下で」と「小さな世界」を、手話をまじえて歌いました。



2年生 介助犬のお仕事

宮田村にある聴導
犬協会の方と2匹
の介助犬に来校し
ていただきました。
介助犬の役割につ

いて教えていただいたり、実際に働く様子を見させていただいたりしました。



3年生 ボッチャ体験

県ボッチャ協会会長
高野さんをお招きし
て、ボッチャ体験教
室を行いました。

障がいのあるなしに関わらず、また性別・年齢を問わず、誰でも楽しむことができるスポーツであるボッチャの楽しさを学びました。



4年生 点字体験

点字のしくみを教
えていただいたり、
実際に点字を打た
せていただいたり
しました。

点字で打った言葉が、講師の栗津原さんに伝わり、感激していました。



5年生 高齢者疑似体験

「おじいちゃん、
おばあちゃんにな
ると、体にどんな
変化が起こるのか
な。」

体験を通し、その様子を知ったり、介助の方法を学んだりしました。



6年生 ユニバーサルデザインとは

私たちの身の回り
にも、多くの方のこ
とを考えて作られた
ものがたくさんある
ことや、そのくふう
を知りました。そし
て、ユニバーサルデ
ザインの大切さを学
びました。



「心」と「からだ」で感じる 福祉の学習活動

辰野東小学校

なかよしカレー会

9月の「なかよし旬間」に合わせて「なかよしカレー会」を行いました。当日は天候に恵まれ、晴れわたった空のもと、ボランティアの方々の協力もお借りしながら、1年生から6年生のなかよし班でおいしいカレーを作り食べることができました。高学年は低学年の面倒をしっかりと見て、低学年は、高学年の姿を見ながら仲良く活動することができました。



パラリンピック競技を体験

東京2020パラリンピックの正式種目である車椅子バスケットボールの体験を通して、障がい者スポーツに関心を持つと共に、障がい者スポーツを通して自らの目標に挑戦していく大切さを学びました。



日々の授業だけではなく、地域のボランティアの方々に支られながらたくさんのことを学んでいます。これからも関わってくださるすべてのの方々に感謝して、楽しい学校生活を送っていきたいです。



ボランティアさんによる朝の読み聞かせ



ボランティアさんによるお箸の指導



ボランティアさんから学ぶクラブ活動

なかよし旬間・福祉体験を通して

辰野南小学校



11月の「なかよし旬間」では、なかよしについて考える学習をしたり、お友だちの良いところを書いて“すてきな木”を作ったりしました。また、旬間中に行われた児童会祭りでは、6年生が作ったアトラクションを、5年生がリーダーとなり、たて割り班のみんなで巡りました。全校のみんなで仲よく楽しむ姿がたくさん見られました。全校のみんなが「なかよし」について考える旬間となりました。

12月には、福祉体験を行いました。学年ごと、「手話ミュージック」「きこえないってどんなこと」「車いす体験」「点字体験」「高齢者疑似体験」「ユニバーサルデザインの学習」などの福祉体験を行いました。

みんなのいいところを書いた“すてきな木”



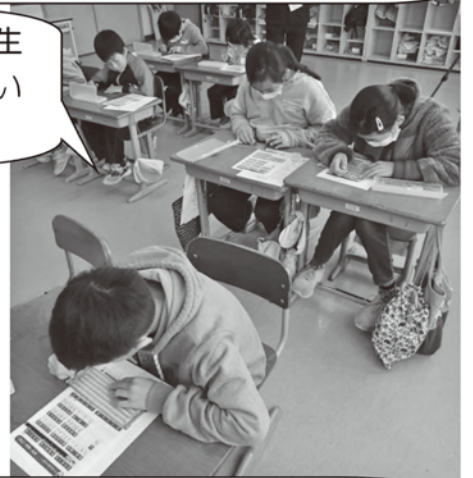
「手話ミュージックをしよう」1年生
手話を使って、楽しく歌を歌いました。気持ちを伝える方法って、たくさんありますね



「きこえないってどういうこと？」2年生
手話で、あいさつや、いろんなスポーツの表し方を教わりました。「伝わる」こと、「わかる」ことって、うれしいですね。



「視覚障がい者の方との交流・点字体験」4年生
視覚障がい者の方の話をお聞きし、一緒に歌い実際に点字を書く体験をしました。



「車いす体験」3年生

声がけをして乗っている人を安心させることが大事だと思いました。



「ユニバーサルデザインって何？」6年生

世の中にあるユニバーサルデザインについて学びました。身の周りにたくさんあることを知りました。



「高齢者疑似体験」5年生

高齢者疑似体験をしました。お年寄りの方の大変さがよく分かりました。



お知らせ掲示板



お問い合わせ・お申し込みは

辰野町ボランティアセンター

〒399-0426 長野県上伊那郡辰野町宮木城前 2674-1

TEL (0266) 41-5558 FAX 41-3922

平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

e-メール volunteer@tatsunomachi.jp

ご意見・ご感想を
お寄せください

ボランティア情報紙「福寿草」をご希望の方は辰野町ボランティアセンターにありますのでお気軽にお出かけください。
ボランティア情報紙「福寿草」2月号はお休みです。

2月は収集ボラ強化月間です！

収集する物

- ・アルミ缶 ・牛乳パック ・ハガキ（書き損じ・未使用）
- ・テレホンカード（使用済み・未使用・使用中）
- ・エコキャップ（清涼飲料水のキャップのみ）
- ・切手（使用済み・未使用） ・ベルマーク
- ・インクカートリッジ（キャノン・エプソン・ブラザーの純正製品のみ）
- ・期限切れごみ袋チケット

収集先・問い合わせ先

辰野町ボランティアセンター

2月以外でも常時収集していますのでお持ちください！



「音手紙ほのほの」冬号 CD をお届けします

冬号は、青山俊董老師の書かれた「落ち込まない練習…病気や不幸は慈悲の贈り物」です。加齢に伴い心身ともに弱くなってきますと心の支えになるお話しは何度も聞き返したくなります。

70 歳以上でご希望の方には無料で CD をお渡しします。お申込み・お問い合わせは辰野町ボランティアセンターまで



日本語教室ボランティア養成講座 受講者募集

“地球人ネットワーク in たつの”では、地域に暮らす外国籍住民の方の日本語教室を開いています。この日本語教室をサポートするボランティアの方を募集しています。そこで「日本語教室ボランティア養成講座」を開催します。日本の小さな子どもに教える時にも役立ちます。教師等の資格は必要ありません。どなたでも受講できます。

◇開催日時：1月11日（土）と1月25日（土）
両日とも13時30分～16時

◇場所：辰野町ボランティアセンター

◇内容：やさしいにほんご

◇講師：関井朱美先生（大阪出身、日本語教師）

◇参加費：無料

◇申込み・問い合わせ先

辰野町ボランティアセンター内
地球人ネットワーク in たつの事務局



にゃんボラ

No. 178 作・一木 渡

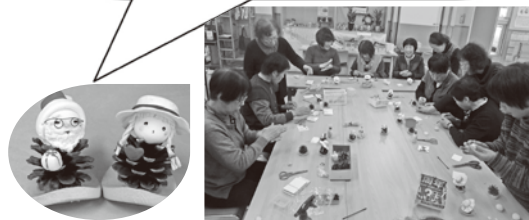


クリスマス前に、木の実を使った クラフト講座を2講座行いました！

いろいろな木の実を使って、板に付いたオアシスにアレンジして、ハーフトリーを作りました。



ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。



今回の「つづやき」は
瀬戸真由美さんです。

瀬戸弘美



いろいろな木の実を使って、板に付いたオアシスにアレンジして、ハーフトリーを作りました。

ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。

ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。

ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。

ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。

ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。

ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。

ほたる祭りに作った竹あかりの端材やペットボトルのキャップをリサイクルして、ゆらゆらゆれる人形を作りました。

つづやき

たまに懸賞生活

高校生の時に見た「コイズミトランク」が欲しくて応募してみたが見事当選しました。大きな段ボール箱に本革製のトランクが入っていました。初めての当選でとても嬉しかったです。

以来、気になった懸賞にちょこちょこ応募しています。最近はおまかせで、名探偵コナンのバスタオルを当てました。はがきを書く時に①丁寧に書く②ポストに入れたら忘れられるということ心がけています。

年賀はがきの余りを使ったり、可愛い切手を貼って出したりと楽しみながら今年も続けて行きます。