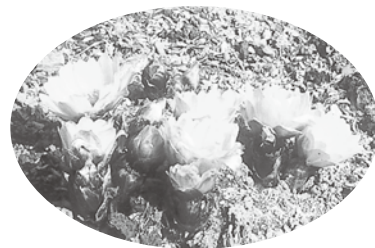




福寿草



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

コロナ禍で元気を広める のんちゃん

～気が付けばボランティア～

コロナ禍で運動不足を感じていたのんちゃん。

1月の初めからウォーキング始めました。

毎日(平日)決まった時間に家を出て、まずボランティアセンターへ「今日も歩いているわよ」と顔を出し、毎回同じ道順で世代間交流センター茶の間まで歩いています。こののんちゃんのウォーキングが、コロナ禍で家にこもっていた人たちに刺激や影響を与え、元気の輪が広がっています。



のんちゃんに刺激を受けてウォーキングを始めた人たちがいます。ウォーキングはストレス解消にも効果があるそうです。



のんちゃんを通る時間に家の前で待っていて短時間でも会話をするのが楽しみにしている人たちがいます。



のんちゃんと話をするのを楽しみに、茶の間へ出掛けて来る人たちがいます。家にこもっていた人が外へ出るきっかけになり、明るいのんちゃんと話をして元気をもらっています。

ウォーキング先で関わった人たちと町内の飲食店を利用してランチをしています。楽しいランチをしながら、飲食店の応援にもなっています。

地域の方の声をボラセンや茶の間へ届けてくれます。



ウォーキングで新たな出会いや地域の発見があるかもしれません。心も体も元気になれるウォーキングをはじめてみませんか？



ボラセン日記 ～ボラセンのできごと報告～



季節のイベントに合わせたクラフト講座を行っています！

“節分リースで鬼を追い払おう!!”

参加した方のセンスで目の大きさや鼻の形が違って
いて、楽しい作品になりました。



“花いっぱいのにぎわいリースを作ろう!”

花の作り方に苦戦した方もいらっしゃいましたが、
花いっぱいのかわいいリースが出来上がりました。

辰野町ほたるの里
世代間交流センター



茶の間

通信 77

TEL / 0266-41-2180

FAX / 0266-41-2187

月～土・9:00～20:00

作品展示しませんか?／

「茶の間」にはちょっとしたギャ
ラリースペースがあります。せ
っかく作った素敵な作品が眠
ったままになっていませんか？
自分の作品やお友達の
作品をいろんな人に見てもら
いたいな…と思っている方、
ぜひ「茶の間」職員まで声をか
けてください！

●茶の間ギャラリー

～3月3日(水)まで

荒神山春まつり サテライト展示「雛人形展」

3月26日(金)～3月31日(水)

フラワーサークルあやめ

「フラワーアレンジメント習作展」

短期間での開催です。
お見逃しなく！

●ぬい絵サロン 3月 5日(金) 10:00～11:30

●折り紙サロン 3月19日(金) 10:00～11:30

●フェルトで作るカレイドフレーム

3月22日(月) 10:00～12:00

※毎月第2水曜日に開催している「オレンジカフェ」は3月までお休みです。

♥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



※上記の予定は新型コロナウイルス感染症拡大防止対策等により変更・中止になる場合がありますので、ご了承ください。



ころんとまあるい

たまご型のおひなさまを作りました！

毎年大人気でご好評いただいているお雛様のク
ラフト講座ですが、「茶の間」ではおなじみ栗屋雅
子さんと小澤くみ子さんにお願ひし、今年も開催し
ました！発泡スチロールの土台に和布や千代紙を
貼り付けビーズやリボンで装飾すると、手のひらサ
イズのかわいい内裏雛が出来上がりました。コロ
ナの影響で季節の行事や催しが無くなり、ただ何
となく日々が過ぎて行ってしまうのですが、こうい
う時だからこそ、こうして自分で作ったお雛様を飾る
など“季節を感じて愛でる”余裕を持つことが大切
なことかもしれないですね…☆



お家にこもりっさり
になっていませんか？たまには気分
転換も必要です！
ウォーキングがてら
「茶の間」にお出か
けください！

辰野西小学校

福祉体験で学んだこと

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、貴重な体験をさせていただきました。

1年生 手話体験

手話を練習したり、ジェスチャーゲームをしたりしました。通訳の「耳が聞こえないことは、かわいそうなことではないですよ。だから、『かわいそう』と思わないで下さいね。」という一言が印象に残りました。

2年生 車椅子体験

普段は歩いて簡単に曲がれる角も、車いすだと思った方向にいかなくて、困惑していましたが、自分が思い通りに体を動かせるありがたさを身にしみて子どもたちは感じることができました。

3年生 ボッチャ体験



総合学習でボッチャ体験を行っています。大人でも子どもでも、また、障がいのあるなしに関わらず誰でも気軽に楽しめるスポーツです。「とっても楽しかった!!」と感想を聞かせてくれました。



4年生 点字を打ってみよう

点字のしくみを教えていただきました。子どもたちは、とても興味深そうに点字を学んでいました。「実際に点字を打って目を閉じて指先で読み取ったら、目の見えない人の気持ちが分かったような気がしました。」



5年生 高齢者疑似体験

高齢者疑似体験用具を装着し、体の動きにくさなどを感じることが出来ました。「高齢者って大変なんだなあとわかりました。手助けを自分から進んで行ったり、大きな声で話してあげたり、小さな気遣いをしていきたいです。」今回の体験を通して、相手の立場に立って考えたり、介助の方法を学んだりすることができました。



6年生 ユニバーサルデザイン



エレベーターには、体を支える手すりがあったり、車いす用のボタンは低いところにあったり、誰もが使いやすい工夫がされていることに気づきました。自分だけが使いやすいとかではなくて、一人一人がみんなのことを考える必要があるということが分かりました。

お知らせ掲示板



お問い合わせ・お申し込みは

ご意見・ご感想を
お寄せください

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

辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員会が、11月に行った被災地応援物産展の売上利益と物産展会場に置いた義援金箱に寄せられた義援金、合わせて8910円を辰野町社会福祉協議会へ寄付をしました。社会福祉協議会から県共同募金会を通じて被災地に送りました。ご協力ありがとうございました。



ふれあい型配食サービス「ほのほのランチ」 スタッフ・利用者 募集!!

「ほのほのランチ」は毎週木曜日（祝祭日以外）に調理ボランティアによるまごころこもった家庭的な手作り弁当にメッセージを添え、配達ボランティアがふれあい訪問をし、直接手渡しでお届けする地域で支え合う配食サービスです。

お弁当利用者

1食400円をお弁当配達時に集金します。

利用対象は…

- 町内在住の70歳以上の独り暮らし高齢者
- 70歳以上の高齢者世帯（昼間高齢者だけになる世帯も可）
- 寝たきりの方・認知症及びその介護者
- 障害者世帯（身体・精神・知的）



調理ボランティアスタッフ

月1回木曜日午前8時30分～12時まで。ぬくもりの里調理室にてお弁当作りを行います。4つの班が交替で行うため、月1回の活動となります。料理を覚えたいという方、何かしたい！という方、男性も活躍中です！



配達ボランティアスタッフ

月1回～4回木曜日 午前11時～11時15分にぬくもりの里調理室でお弁当を受け取り、利用者に自宅に自家用車でふれあい訪問し、お弁当を手渡しして下さる方。



クラフト講座

イースターのリース作り

3月11日(木)13時～15時
ボランティアセンターにて
参加費350円
お申込みはボランティアセンターまで



ボランティア保険加入のおすすめ

いざという時に備えてボランティア保険に加入しましょう。早めの加入をおすすめします。お問い合わせ・お申込みはボランティアセンターまで。

ボランティア活動保険

活動中の偶発の事故により、自身がケガをした場合や第3者の身体や財物に損害を与えてしまった場合に補償します。

【掛け金】350円より

【補償期間】加入翌日より翌年3月末まで

ボランティア行事用保険

行事の主催者である団体が加入し、参加者のケガや物損事故を補償します。

【掛け金】1日1人28円（最低掛け金560円）より

【補償期間】行事当日 ※行事2日前までに手続きをお願いします。



福祉サービス総合保障

福祉サービス活動中の様々な事故によるケガや賠償責任を補償します。

【掛け金】1日の活動従事者数×17円…㊦ ㊦×年間実績日数 より

【補償期間】加入翌日より翌年3月末まで

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。

次回のつばやきは
栗林敬子さんです。

ペンネーム
黒沢ミミ

今度きつと出かけていって、
ゆっくりお話ししたいな
と思っています。

「りんご、ありがとうね。私、りんご
大好きなのね。だからお友達と一緒に
ちよつと食べた後は一人で全部食べ
てしまうつもり…」

十月には、早い回復も願って、秋の
実りのりんごを送りました。すぐにご
返事がきました。

「りんご、ありがとうございます。私、りんご
大好きなのね。だからお友達と一緒に
ちよつと食べた後は一人で全部食べ
てしまうつもり…」

九月末に突然電話があり、半年ぶり
のお話しができました。

健康維持のためにやっていたヨガで
骨折され、三ヶ月以上の入院で、退院
したばかりということや、やつと痛み
が遠のいてきたことなど、大変だった
ご様子が伝わってきました。

つばやき

