

つむぐ

No. 32

令和5年2月

今年も来たわよ～

干支にあわせて
頭もカスタマイズ



芸名「ひや奴」^{やっこ} ことボランティア黒瀬千枝さん

CONTENTS

傾聴ボランティア養成講座を開催しました

ご寄附のお礼 ②

ボランティア養成講座 ～障害について学ぶ～

社会見学のご案内 ③

KKV 活動報告 & 隊員募集 ④ ⑤

あげますください情報 ⑥ ⑦

災害ボランティア～心に寄り添う～

夜須小学校音楽クラブ出張音楽会

編集後記 ⑧

～1月4日

お達者教室香我美教室にて新年の
舞を披露～

「楽しんでもらいたい」と鬘や
衣装、お化粧はすべて自前
みなさん「すごい」「とっても楽
しい」と大爆笑

今年もたくさん笑う年にしたい
ですね！



傾聴ボランティア養成講座を開催しました

NPO法人井戸端わもんの皆さんから、10月21日は基本講座、11月18日にはスキルアップ講座と2回にわたりご講義いただき、19名の方が出席くださいました。

スクール形式の講話と少しのロールプレイかと思いきや、なんと参加者みんなでたくさんのロールプレイをし、実践あるのみ!の講座でした。

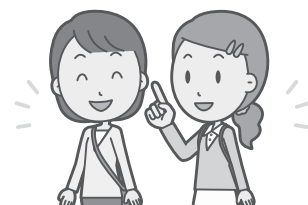
☆わもんの方が伝えてくださった2つの大切なこと

①『話を最後まで聞く』

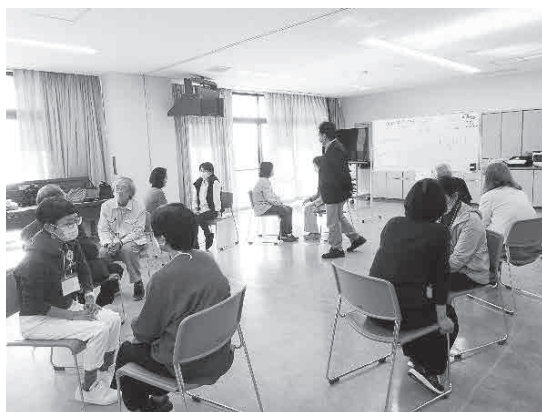
②『信じ切る自分も相手も』

- ・聞きたいことを聞くのではなく、相手の話したいことを聞く
- ・音楽を聴くように人の話を判断しない
- ・悩みを解決するのは本人で、相手の気持ちを受け入れるのではなく、「受け止める」

などたくさんのことを教えてくれました。



「『なるほど!』と思っても、相手の話についつい口をはさんでしまいそうになる」と同時に、「けど日常生活の中で実践していかなとね」と自分の豊かな心のために!と積極的な声がありました。また、傾聴ボランティア活動に関心があると6名の方が手を挙げてくれ、これから一緒に活動できたらと思います♪



香南市内でも活躍中☆傾聴ボランティアグループ「ひまわり」

「話し相手がほしい」「不安やさみしさを誰かに聴いてほしい」

そんな思いに寄り添って、香南市内の施設や個人宅を訪問し、傾聴活動を行っています。

また偶数月第一金曜日(10:00～)、のいちふれあいセンターまたは香我美庁舎にて定例会を開催しています。

活動に関心のある方、傾聴ボランティアに来てほしい方は、ぜひ香南市ボランティアセンター
(☎57-7300 担当:前田)までご連絡ください。



ご寄附のお礼

ダイナム野市店さまより、ご寄附いただきました。
地域福祉のために活用させていただきます。
ありがとうございました。



ボランティア養成講座 ～障害について学ぶ～

開催にあたり・・・

「障害のある方のボランティアって、どんなことをするの？大変そう」「障害について知らんし、自分じゃできんがやないろうか」と、何か特別なことをしないとイケない、むずかしいと思いませんか？

ボランティアとは、自分のできることをできる範囲でおこなうこと。すこしの時間とやる気があれば、誰にでもできるんです。そして障害について正しい知識をもてばボランティア活動の幅もきっと広がるはず。

興味はあるけど、どうしたらいいかわからない、そんなひとの一步を後押しするために、この講座を開催します。

- 日 時：令和5年2月24日（金）13：30～15：30（受付13:00～）
場 所：のいちふれあいセンター2階 第1・2研修室
内 容：ボランティアの心得、ボランティア活動保険、ボランティア募集情報
障害の特性について、ボランティア活動者の経験談 など
講 師：地域活動支援センターあけぼのスタッフ
参 加 費：無料
対 象 者：香南市在住の方で、ボランティア活動に関心のある方
申 込：下記連絡先へTEL、FAX等で**2月22日（水）まで**に事前にお申込みください

〔問合せ・申込み先〕

香南市ボランティアセンター（社会福祉法人香南市社会福祉協議会内）
〒781-5452 高知県香南市香我美町下分 646 香我美庁舎2階
TEL（0887）57-7300 FAX（0887）57-7305
Email：konan-fs@ca.pikara.ne.jp 担当：前田

香南市身体障害者社会見学のご案内

外出の機会やひきこもり防止の一環として、心身のリフレッシュを図るため、社会見学を開催します。

- 開 催 日 令和5年3月1日（水）
※各地区集合場所出発時間が異なります。申込の際にお問い合わせください。
※車内や食事での密集や密接等できる範囲で感染防止を行います。
- 行 き 先 横倉山自然の森博物館、レストパークいの、とさのさと
- 参 加 費 2,000 円（昼食代等込）
（前日からの取消は参加費をいただきますので、ご了承ください。）
- 申込締切 2月20日（月）
- 日 程 香南市 ⇒ 空港 IC ⇒ 伊野 IC ⇒ 横倉山自然の森博物館 ⇒
亀の井ホテル（昼食）⇒ ★レストパークいの ⇒
★とさのさと（JA 直販所にて）⇒ 香南市
- 参加資格 香南市在住の身体障害者手帳をお持ちの方
- 問合せ・申込み 香南市社会福祉協議会 担当：永野 ☎57-7300



この事業は赤い羽根
共同募金の配分金事
業です。



担当:山中

香南市子どもボランティア隊(KKV)とは…

市内小中学校から「自分のまちを良くする」をモットーに集結した22名。こども食堂の手伝いや募金活動などのボランティア活動と一緒にいたり、それぞれの隊員が地域のために活動をしています。

今回はその中の二人をご紹介します☆

なんと、記事も自分たちで作成してくれました!!



担当:永野

KKV(香南市子どもボランティア隊) 「墓地公園お掃除部」 活動報告 & 隊員募集!!



私たちは、KKVに参加してから、公園などにゴミを捨てる人がいなくなるように、どんなことができるかを考えています。

春に、「自分たちにできること」を考えた時に、「子どもたちが普段遊べる公園があったらいいな」と思い、提案してみました。でも、それは難しいとのことだったので、今、身近にある墓地公園のゴミ拾いをして、子どもたちが気持ちよく遊ぶことができるようにしたいと、週末のゴミ拾いを企画しました。

毎週日曜日の17時から活動しています。

by Sae & Niko



クイズ

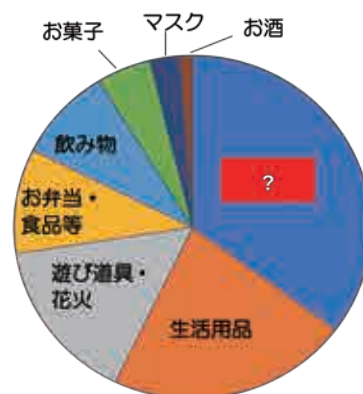
墓地公園に落ちている、
一番多いゴミは
何でしょう!



正解はなんと、「〇〇〇」でした!

私たちは、毎回ゴミを持ち帰り、ゴミの数を調べています。子どもだけでなく、公園を利用している大人の人達も、ゴミを捨てていることがわかりました。

☆クイズの答えはこのページの一番下↓です



予想してみてください!

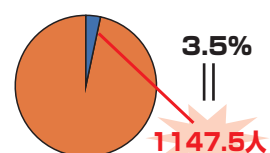
一緒に
公園を
キレイに
しよう!



公園には、ポイ捨て禁止の看板もあります。でも、なかなかポイ捨てをやめてもらうことは難しいです。ある環境活動家の方に相談すると、こんなことを教えてもらいました。

①「他人を変えることはできないけど、自分を変えられる。まずは自分が活動することが大事」②「人を巻き込むには、「楽しそうだな」と思ってもらうことが一番の近道」③「全員を動かすのは難しいけど、3.5%が変われば全体が変わる」香南市の人口を調べたら、32,786人だったので、1,147人くらいの方が行動すれば、ゴミを捨てる人がいなくなるということです。だから、できるだけたくさんの人たちと、楽しくゴミ拾いをしたいです!

香南市32,786人



クイズの答え 「たばこ」

私たちが提案したいこと・これからしたいこと!!

- ・公園の利用についてのルールを作る(喫煙、飲酒、火遊びや花火の禁止など)
- ・一緒に活動してくれる仲間を増やす
- ・香南市のSNSや広報で、ゴミ拾いについて発信する(楽しく活動している様子など)

Let's do it together!



アイディア
募集中!

みんな楽しみながら
公園の掃除ができれば
いいな♡



佐古小4年 松本咲依
まつもと さ え



ボランティアで草刈りをして
くれている方にもお会い
しました。いつもありがと
うございます!

こんにちは! みなさんはゴミ拾いに興味はありますか?

私は毎週日曜日に友達とゴミ拾いをしています。いつも使っている公園をキレイにしたいな一と思って始めました。

思った以上にゴミが落ちている時もありますが、きれいにするととても気持ちが良いです!

ゴミ拾いを「やってみたいな」「参加したいな」と思った人は1回でもいいので一緒にやってみませんか?

ゴミ拾いに参加しなくても、出かけた時や遊んだ後に1つでもゴミを持って帰ってもらえると嬉しいです!



秋にはイチヨウの葉で
遊んだよ!



夏には水鉄砲で射的をして遊びました



きれいになった公園で遊ぶ妹たち



ノラ猫ちゃんも
いつばい



野市小4年 田村虹琴
たむら に こ

「笑顔いっぱい公園」

野市小4年 田村虹琴

私は、去年4月に、友だちと2人で、墓地公園のゴミ拾いを始めました。

最初は、ゴミが汚いので少し不快な気持ちもありました。でも、毎週しているうちに、妹や弟が楽しそうに遊んでくれるようになり、楽しくなりました。おまけに、タバコや薬品などの危ないゴミがなくなると、小さな子ども達も安全に遊べるので、ゴミ拾いをしてよかったなと思います。

こんなこともありました。ゴミ拾いをしている時、知らない男の子が、

「僕もしたい!」
と言ってくれました。私も嬉しくて、一緒にやりたい!と思いました。

それから、ペットボトルを置いて帰ろうとしている人がいたとき、「私達は、ゴミ拾いをしています。そのペットボトル、捨てておきましょうか?」

と言うと、笑顔で持って帰ってくれました。一つポイ捨てを止めることができて、嬉しかったです。

今は、公園の掃除が大好きです。これを読んでくれたみなさん、一緒に公園のゴミ拾いをしましょう。

あげます⇔ください

香南市社会福祉協議会（代）57-7300

この事業は香南市社会福祉協議会の会費事業として行っています。

登録カード・ポスト設置場所：

(平日のみ) 香我美庁舎・吉川市民館・夜須公民館

(平日・土も可) 赤岡市民館

(平日・土・日・祝も可) のいちふれあいセンター

【登録前にお読みください。】

※ 2月28日午前11時まで、各ポストにて受付しています。

※ お申込みが多数の場合は抽選となり、当選された方のみご連絡させていただきます。

※ 玄関から玄関までのお届けとなり、集配は翌月の中旬を予定しています。

※ 電化製品は、動作の確認をお願いします。

※ 大きい物・重い物・生き物・食品・植物は取り扱いができません。

※ 物品の状態によっては、リストに掲載できない場合がありますのでご了承ください。

※ リストへの掲載は翌々月となりますので、ご了承ください。

1月4日現在

あげます登録リスト

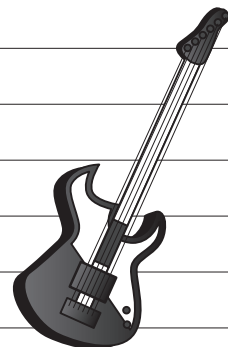
※有効期間2ヶ月程度となります。

情報No.	物 品 名	状 態 (型式・サイズ {横、奥行、高さcm}・色・使用年数 等)
A-056	上履き	Moon Star24.0cm EE (BID Tef) ラインベース白色 やや汚れあり
A-057	子供用運動靴	女兒用 瞬足 23.0cm 紺色(中敷や内側はピンク)
A-058	野市中学校男子制服ズボン	①ウエスト76股下約64cm ②ウエスト70股下約69cm ①②ともに使用感があります。
A-059	ランドセル	女兒用 6年間使用 水色でピンクの縁取り、花の飾りがサイドにあり。比較的きれい。 横長ですが、小学校のロッカーには入りました。
A-061	ヘルメット	小・中学生 通学用 白色 中古
A-062	電話器	一般家庭用 親子電話 中古
A-063	野市中セーラー服のリボン	3年使用。6cm巾に折って一部縫ってます。
A-064	野市中体操服半ズボン	M→1枚 L→1枚 どちらも6年位使用 ウエストゴムは伸びてますがヒモは付いてます。
A-069	藤椅子	一人がけ 茶色
A-071	重箱	①3段の小型のぬり(未使用)②2段の小型ぬり(ほとんど使っていない) コンパクトサイズの物
A-072	おしゃもじごまいり器	木製 22cm 3個 ステンレス製(持手は木) 1個 未使用
A-073	せいろの下へ敷く竹す	直径29cm 2枚 未使用
A-074	TERZOルーフキャリア	長さ120cm高さ30cm 黒 スキー・サーフボード等に。
A-075	ぬいぐるみ	コリラックマ 1mぐらい 2点
A-077	男の子用 服	100cm 5年使用
A-078	座椅子	紺色 コンパクトで小さめサイズ
A-079	火鉢	メダカを飼育していた物
A-080	高知東高校女子制服	・ブレザー、合服ベスト 9号・ブラウス11号・スカート(注:キュロットではない) W66 ・リボン 十数年前に3年間使用
A-081	こいのぼり(鯉のみ)	セット→黒3m 赤2m 青1.5m ・黒2m位 7年位使用
A-082	野市中学校 体操服の長ズボン	SSサイズ 6年前に購入し1年位使用 名前の刺繍が入ってます。 ほつれの様な物が2ヶ所あります。
A-083	女子スクール水着	・150サイズ 紺色 セパレートタイプ 1シーズン使用 ・Sサイズ 紺色 セパレートタイプ(パッド有) 1シーズン使用
A-084	半袖Tシャツ	こーにゃんのプリント 黒色 Sサイズ 1~2年位使用
A-085	バスケットボール	
A-086	フロアシート	①45cm×45cm こげ茶 12枚 ②32cm×32cm 灰色 18枚 ③86cm×60cm水色 4枚 日常通いしていませんので汚れもなくキレイです
A-087	レッグマジック	紫色 ほぼ未使用
A-088	反物	紺色 緑 ピンク等 3~4本有 状態良い

あげます登録リスト ※有効期間2ヶ月程度となります。	情報No.	物 品 名	状 態 (型式・サイズ (横、奥行、高さcm)・色・使用年数 等)
	A-090	素焼鉢	小(横10cm×縦8cm)～中(横35cm×縦15cm) 合計28個 多少の汚れ有
	A-091	もろぶた(木製)	30cm×60cm×縦7cmの物10枚
	A-093	スパッツ	1度使用。婦人用の薄い布のスパッツ M～Lサイズ 黒にワンポイント有 洗濯後保管
	A-094	ビデオカメラ	型名 GZ-E880 Everio 色 シルバー、ケース有 2021年購入 2～3回程使用
	A-095	ビデオカメラ三脚	黒色 高さ3段階調節できます(最長約1m) 2021年購入2～3回程使用
	A-096	ヨネックスEZONE(LITE)	ラケット2本 グリップ1 2019年購入。ライムグリーン 1本は下地グリップ無。小学生が1年程使用。小キズ有
	A-097	ヨネックス オーバーグリップ	ウェットタイプ 黒色 2022年購入 30本入りで残り20本程
	A-098	掛時計(電波時計)	リズム時計工業製4MYA12DA 直径27.5cm 単三電池1個必要 未使用
	A-099	置時計	CITIZEN4RG230-A 幅約25cm×高さ約20cm 厚さ約6cm 単三電池1本別途必要



ください登録リスト ※有効期間6ヶ月程度となります。	物 品 名	具 体 的 に (型式・サイズ・色・使用目的等)
	家電製品	電子レンジ・オープンレンジ・小型冷蔵庫(二層式)・扇風機・炊飯器(3～6合用位の物)
	本棚	3段 BOXの高さまでの物
	ハンガーラック	ビニールケースの有・無どちらでも OK ワンルームマンションで使用する為小さめ～普通サイズまで
	脚立	
	DIY 木工道具一式	クギ等、DIYで使用する道具
	噴霧器	草等を消毒する為に欲しいです。
	ベビーベッド	
	ベビーカー	安全性の観点から、新規購入より5年内の物でお願いします
	黒マルチ	灰色でも可 使いかけの巻き物でもかまいません。
	香我美中学校の物	男子制服(150～160cmくらい) 体操服(M～Lくらい)ヘルメット・カバン等何でもお願いしたいです。
	佐古小学校体操服	120cm～150cmのものの希望
	男子スーツ	120cm～130cmのものの希望
	ベース・ギター	
	もみどおし(ふるい)	古くてもかまいません
	チャイルドシート	ISOFIX取付できる物
	室内用洗濯物干し	布団干しのように頑丈なモノ
	高齢者用婦人服	長袖 Lサイズ～希望
	男性用ズボン	LLくらい ゴムの入ったズボン希望
	自転車	大人用の物と4歳児が乗れる大きさの物
	シルバーカー	手押し車 荷物が入ればなお良い
	座卓	サイズ縦1.5m×横1mくらいの物



前回1月20日の集配では13品24件のご利用がありました。ご協力ありがとうございました。

※イラストはイメージです。
実際の品物とは異なります。

災害ボランティア活動 ～心に寄り添う～

東日本大震災からこの3月で12年が経とうとしています。

震災後から今日まで、この香南市の地からボランティア活動をしている方がいます。

野市町在住の形見^{かたみ こうぞう}流三さんです。

形見さんは発災時にも被災地にいき、がれきの撤去などのボランティア活動をされていますが、それ以降も毎年3月になると大船渡市末崎町の多世代交流施設居場所ハウスに高知名物の文旦と心のこもったお手紙を届けられています。

形見さんとは久しぶりに昨年 11 月に会う機会があり、今でも文旦を届けていることを知り、遠く離れた地と香南市をつないでくれ、心に寄り添った活動に感銘を受けました。

形見さんの「今の自分にできること」が心と心をつなぐ、ボランティア活動の意義を感じました。

夜須小学校音楽クラブ 出張音楽会

12月14日、「地域の高齢者を元気づけよう」と夜須小学校音楽クラブの児童たちがグループホームやすを訪問し、出張音楽会を行いました♪

すてきな演奏と歌声で、たくさんの元気を利用者の方のみなさんにお届けしました。



～香南市ボランティアセンターからのお誘い この春退職される方へ～

注目

もう少しで新しい年度を迎えようとしています。「少し時間ができたから何かできないかな」と思っているそのあなた!! ぜひ、一緒にボランティア活動をしてみませんか? どんなボランティアがあるのかなと思ったらぜひ香南市ボランティアセンターまでご連絡ください。また来年度よりこの冊子の発行回数を4回から6回に増やします! 情報発信に力をいれていきたいと思いますので、ぜひ「つむぐ」を要チェック!!

私も
やります

編集後記

共同募金配分金事業の一つ「若者の居場所づくり事業」。

毎週水曜日に実施しており、12/28 仕事納めの日がちょうど水曜日、メンバーとボランティアのみなんでシチューを作り忘年会を開きました。年末の挨拶に来てくれた地域の方も一緒に参加。

ボランティアと直接関係ないかもしれませんが、一つのことを一緒にに行い、みんなで笑って過ごすことができる場っていいなと改めて思いました。



御一読された感想やご意見はもちろん、先進的な取り組み、ユニークな活動などの情報がありましたら、ぜひご連絡ください。また『ボランティアしてほしい』、『ボランティアしたい』という方もお待ちしております。

(連絡先) 香南市ボランティアセンター (社会福祉法人香南市社会福祉協議会内)

〒781-5452 高知県香南市香我美町下分 646 香我美庁舎 2F

TEL (0887) 57-7300 FAX (0887) 57-7305 E-Mail: vc-genki@mxj.netwave.or.jp

担当: 前田