

ママのやすらぎルーム開催報告

去る8月28日(水)ふくっぴーファミリーサロン(袖ヶ浦5-1 袖ヶ浦運動公園東かど)で『ママのやすらぎルーム』を開催しました。

参加者は、20組。  
ボランティアや子どもも含めると総勢60名。  
32畳ある部屋も、さすがにすし詰め状態で賑やかなサロンになりました。

ハンドケアやネイル等で、すっかり気持ちがリラックスしたママたちの笑顔がとても印象的で、「結婚以来、初めてネイルしました。」「久々のネイルうれしい!!」「子どもも楽しそうに遊んでくれて、その間に自分もリフレッシュできました。」と、うれしいお声をいただきました。

綺麗になったママがうらやましいのか「ほくも!」「私にも、塗って」と、ネイルをしたがるお子さんもありました。

この催しは、ボランティアグループ『ビューティーケア習志野』から「日ごろ子育てをしているママを応援したい。」との申し出があり、開催が実現しました。今後も、ふくっぴーファミリーサロンでは、子育て中のママの応援イベントを企画していきます。



赤ちゃん・子どもの救命講習会

はじめての方もどうぞ!!

大切な子どもの命を守るために、乳幼児の救急応急手当やAEDの使い方などを学びます。

10月28日(月)13:00~16:00

場所: 袖ヶ浦5-1 (袖ヶ浦運動公園東かど)

参加定員: 20名(先着順)

定員になり次第、〆切

対象: 0歳~3歳未満の親子

参加費: 1家族100円 (サロン利用料含む)

申込み: 10月23日(水)までに、電話でお申込みください。

申込み先: 452-4161



参加者募集

第12回ビューティーケア習志野 基礎講習会 (ボランティア講座)

一緒に活動して下さる仲間を募集しています。ビューティーケアについて学んでみませんか?

日程: 11月12日(火) 9:00~16:00

場所: 総合福祉センター2階 いずみの家

講師: 植木 智子・西村 志子

(ビューティーケア専任講師)

受講料: 3,000円(教材費込)

申込み: 11月7日までに電話またはFAXで  
田久保 TEL・FAX 473-4569

主催: ビューティーケア習志野



ビューティーケアとは

1960年、イギリス赤十字社で始まったボランティア活動です。高齢者や入院患者に顔や首、手のリラクゼーションや、ホットケア、化粧を行なうことで心を癒し、精神的にも明るく元気になれるケア方法です。

一冊の本を完読しました。その本には、太平洋戦争末期に特攻隊員の最期の日々を見つめた十四歳の少女、飛び立つ隊員、そして後に少女の夫となる生き残った隊員の著者は習志野市在住で「逆さ歌」の達人、テレビでもおなじみの中田芳子さん。現在、この体験を各地の学校などで講演をし、忙しい毎日を送りながらも、現役ボランティアとして活躍しているスーパースターです。読書の秋に、戦争の悲しみ、愚かさ、命の尊さを改めて考えさせられる、この本をお勧めします。特に、多くの中学生に読んでもらいたいです。また、講演希望の場合は、センターまでお問合せください。

編集後記

青少年ワークキャンプ報告

今年も、総合福祉センターで青少年ワークキャンプを開催いたしました。参加者は、32名。

7月6日(土)のステージ①で、どんなキャンプにするか、それぞれ意見を出し合って計画を立てました。

8月3日(土)~4日(日)のステージ②では、1泊2日の中で交流を深めました。

1日目は『ふなばしアンデルセン公園』に出かけ、すべり台やアスレチックで体を動かしました。

その後、総合福祉センターに戻りみんなで夕飯づくり。

毎年、夕飯の食材は近くのスーパーに自分達で買い出しにいきます。決められた予算内で、好きなものを作るために知恵を絞ります。今年は、カレーやちらし寿司、オムライスにから揚げ、あんみつやフルーツポンチも作りました。

その後は、メインイベントであるキャンプファイヤー、みんなが大好きな歌や踊りで大盛り上がりでした。

2日目は、スポーツ大会や水遊び、スイカ割りなどをたっぷり楽しみました。

10月19日(土)のステージ③では、新習志野駅で赤い羽根共同募金の街頭募金活動を行います。見かけた際は、ご協力をお願いします。

青少年ワークキャンプは中高生を対象に、障がいの有無を越えた共同生活を送ることにより、お互いを理解し友情を深め合うことを目的に毎年開催しています。



ボランティア・市民活動センターだより

風車



平成25年10月  
NO.68

かざぐるま

ボランティアの秋



ボランティアをはじめよう!!



ボランティアって何?

報酬(お金や物をもらう)を目的としないで、人や生き物や地球のために役に立つことをする行為のこと。

落ちているごみを拾って町をきれいにしたり高齢者や障がいのある人を手伝ったりする身近なことから、戦争が起きている国に行って難民を助けるといった国際的なボランティアまで、さまざまな活動があります。

ボランティアという言葉の意味

ボランティアはラテン語の「ボランタル」で、**自由意志**という意味の言葉です。

また英語では「志願者(自分からやりたいと申し出た人)」あるいは、「自分から申し出る」という意味もあります。

人から強制されて行なうものではなく、**自分からすすんで何かしたい**という意志で行なう活動がボランティアです。

ボランティア活動は、なぜ必要なの?

私たちの身のまわりには、家族、学校や職場の友だち、同じ町に住んでいる人など、たくさんの人たちがいます。その中には、いろいろな事情でやりたいことができずに困っている人がいます。みんなが楽しく暮らしてしていくためには、**できる範囲**で少しずつ助け合うことが必要です。**誰もがいきいきと暮らしていけるよう**支えあう活動。これが、ボランティアです。

ボランティア活動のお問合せは  
習志野市ボランティア・市民活動センター  
451-7899へ

ふくっぴーまんがに出てくる  
「赤ちゃん・子どもの救命講習会」の  
詳細は、最終ページに掲載しています。

ふくっぴーファミリーサロンへ行こう!の巻



習志野市ボランティア・市民活動センター (社会福祉法人習志野市社会福祉協議会内)

〒275-0025 習志野市秋津3-4-1 (総合福祉センター2階 いずみの家)

TEL 047-451-7899 FAX 047-451-8211

24時間テレホンサービス 047-452-3999

URL: http://www.nashakyo.jp/

Eメールアドレス: info@nashakyo.jp

ボランティア・市民活動センターから、イベント・ボランティア募集などのお知らせをメール配信します。パソコンの方は、mag-volunteer@nashakyo.jpに空メールをお送りください。携帯電話・スマホはQRコードをご利用ください。





# ボランティア募集

# 夏ボラの感想

夏休みにボランティアをしたお友達の感想の一部を紹介します

## ★保育ボランティア

ひまわり発達相談センターに通うお子さんの兄弟・姉妹をお預かりする活動。  
 場所：ひまわり発達相談センター（秋津3-5-1）  
 日時：月～金 1回につき1時間～1時間半程度  
 対象：0歳～3歳位  
 ※特に資格は必要ありません。

## ★子育てサロンでボランティア

子育て中の親子の交流の場、社会福祉協議会が運営する子育てサロンで、サロン運営のお手伝いをしていただく活動です。  
 場所：『ふくっぴーファミリーサロン』 袖ヶ浦5-1 袖ヶ浦運動公園東かど  
 日時：月・水・金曜日  
 ① 夏季（4月～10月）  
 午前10:00～13:00  
 午後13:00～16:00  
 ② 冬季（11月～3月）  
 午前10:00～12:30  
 午後12:30～15:00  
 ※午前と午後の交代制です。  
 月1回～3回程度、ご自身のペースでお願いします。

## ★病院でボランティア

病院内での外来患者の案内や、処方箋の代理受け取り等の活動です。  
 ●津田沼中央総合病院（谷津1-9-17）  
 ●済生会習志野病院（泉町1-1-1）  
 ●谷津保健病院（谷津4-6-16）  
 ※時間などの詳細はお問合わせください。

## ★特技ボランティア

施設などで、特技を披露する活動です。楽器演奏、踊り、人形劇など何でもOK。グループ、個人の方も歓迎!!

その他、視覚障がい者支援、掃除、外出介助、話し相手、介護予防サークルのお手伝いなどのボランティアを募集しています。

## ★社協支部でボランティア

社協では、市内16カ所に支部を設置して、その地域にお住まいの方々の運営により、地域福祉活動を行なっています。ちょっとした時間を活用し、お住まいの地域のたすけ合い活動に参加してみませんか。

**主な活動**

- ふれあい・いきいきサロン、子育てサロン（会場準備、受付、参加者との交流等）
- ひとり暮らし老人食事サービス事業（食事の調理・配膳・会場準備・受付等）
- 住民参加型家事援助等サービス事業（依頼者宅での家事支援）

その他、パソコン入力、チラシ作成ができる方も大募集！  
 ※場所・日時などはお問合わせください。

## ★図書館でボランティア

NPOが運営するアットホームな図書館で本棚の整理や窓口の業務を手伝う活動です。  
 場所：袖ヶ浦団地まいづれ図書館  
 日時：月～金曜日 11:00～17:00の間でご都合の良い時間

## ★お散歩ボランティア

障がいのある中学生（男子）の車イス介助をしながら散歩をする活動。  
 場所：秋津近辺  
 日時：月曜日の午後4時から1時間程度（月1～2回程度でも可）

## ★障がい者施設でボランティア

障がいを持っている方との交流や作業補助などの活動です。

施設名	住所
NPO法人 じょいんと	津田沼3-4-10
障害福祉サービス事業所 あかね園	茜浜3-4-5
障害福祉サービス事業所 あきつ園	秋津3-4-2
東部デイ・サービスセンター	屋敷4-6-6
ゆいまーる習志野 日中一時支援	秋津3-5-1
希望の虹	大久保1-17-14
みんなのいしいさん家	東習志野5-23-1
NPO法人 ロンの家福祉会	船橋市前原西 4-4-8

## ★運転ボランティア

ボランティア・市民活動センター所有の福祉車両の運転をしていただく活動です。障がい者や高齢者を病院等へ送迎します。  
 ※活動日は依頼により異なります。

## ★街頭募金ボランティア

赤い羽根共同募金の実施期間中（10月1日から12月31日まで）、赤い羽根共同募金協力への呼びかけやなど、街頭募金に立っていただけるボランティアを募集します。  
 （グループ歓迎！）1回のみ参加も可。  
 場所：習志野市内  
 日時：応相談

## ★高齢者施設でボランティア

お話し相手やドライヤーかけ、お茶だし、レクリエーションのお手伝いなどをしていただく活動です。施設によって内容は異なります。

施設名	住所
セイワ習志野	秋津3-5-3
ケアセンター習志野	秋津3-5-2
グループホーム谷津苑・デイサービスセンター秋津	秋津5-5-6
グループホーム秋津	秋津4-6-7
東部デイサービスセンター	屋敷4-6-6
グループホーム津田沼	藤崎4-10-8
シルバーハウス津田沼	藤崎3-28-6
白鷺園デイサービスセンター	鷺沼3-6-44
習志野借生園	新栄1-10-2
みもみのいしいさん家	東習志野5-23-1
デイサービスセンター プレーメン習志野	東習志野2-10-3
マイホーム習志野	屋敷1-1-1
デイサービスひだまり	谷津5-27-2
あっとほーむ習志野	大久保4-2-11
なごやか習志野	鷺沼4-2-22

## ★理容・美容ボランティア

外出困難な方の理容・美容を行なっていただく活動です。理容師もしくは美容師の資格が必要です。資格証の写しを登録時にご提出ください。  
 ※活動日は依頼により異なります。

子育てサロンでボランティアを体験  
 ぼくは、このサロンの第1回卒業生です。おばあちゃんがボランティアをしています。3年生になったので僕もボランティアをすることにしました。水遊び用のプールの用意をしたり、赤ちゃんといもむしごっこをして遊んだりしました。みんなとってもかわいかったです。また何かボランティアをしたいと思います。  
 参加できてよかったです。  
 秋津小学校 3年 矢作 一颯

障がい児の余暇支援でボランティアを体験  
 子どもと接するボランティアは初めてで、外出する時や買い物をしている時は大変なこともありましたが、けれど、子ども達の純粋な笑顔を見るとそんな気持ちも吹き飛んでしまいました。この経験を活かしてこれから色々なボランティアに参加して、もっと役に立てるようにがんばっていきたいと思います。  
 高校3年生 女子 M.S

子育てサロンでボランティアを体験  
 施設を利用する子育て中のお母さん、ボランティアのおじいさん、おばあさんが、とても優しい気持ちで赤ちゃんに接していたことが一番心に残りました。みなさん、ボランティアの私たちにも明るく話しかけてくださったので、とても楽しい良い雰囲気の中でボランティアをすることができ感謝しています。会話の内容も、聞いていてためになるものばかりだったのでボランティアのこと以外にも思わぬところで学ぶことができました。  
 県立千葉中学校 3年 武藤 珠代

子育てサロンでボランティアを体験  
 初めてボランティア活動しましたが、予想以上に身近なものだったように感じました。今まで、ボランティアというのはハードルが高いような気がしていましたが、今ではもっとボランティアに参加したいという思いです。普段の遊びでは味わえない充実した中での楽しさを味わうことができました。  
 県立千葉中学校 3年 吉田 美柚