



南区ボランティア・市民活動センターだより

No.16

令和6年2月発行

令和4年に作成した「新潟市体しゃっきり体操 南区社協版」が、さまざまな場面で活用されています。今年度のきっかけづくり講座は、正しい動きを伝える『南区しゃっきり隊』結成講座。ボランティア・サロン・元気力アップサポーター交流会でも、体しゃっきり体操タイムを設け、参加者全員で体を動かしました。

難聴者の手話サークルでは、最近会員の運動不足が気になっていたところ。ピッタリな体操があったと、手話学習会の際に皆で体操しています。ボランティア活動にしる、サロンの運営にしる、自分自身が健康でなければできないこと。あらゆる機会を見つけて体操して、みんなで“しゃっきり”いたしましょう！



DVD 無料配布中！



11月22日(水)、2月13日(火)開催
南区しゃっきり隊結成講座



2月8日(木)手の輪・難聴者のための手話学習会の休憩時間に「体しゃっきり体操」

きっかけづくり講座・交流会・サークル活動とあらゆる場面でしゃっきり体操！



9月27日(水)ボランティア・サロン・元気力アップサポーター交流会

ボラ・サロン・元気力交流会のテーマは「食」！

元気でいるためには運動も大事だけど、楽しくおいしいものを頂くのも、とっても大事！と、令和5年度の交流会は南区の食推さんによる簡単レンチン料理を紹介しました。交流会の最後に、月潟南天の会としなのがわ工房ままの特製お弁当をいただきました。心がこもっているって、本当においしい♡



食推さんによる簡単レンチン料理のデモスト
豆苗とツナ、ピーマンとちくわ。電子レンジでできる超かんたんクッキングを紹介



左:ままのメインは特製スコッチエッグ風コロケ。右:南天の会のお弁当はちらし寿司ですよ！

地域のボランティア活動で街の幸福度がアップ！？

今年度、3つの地区で生活支援サービスがスタートし、南区内では5団体が活動しています。

生活支援サービスとは、高齢者のちょっとした困りごとを地域の人たちがお手伝いをすることで、人と人のつながりを保ち、安心して住み慣れた地域で暮らし続けるしくみのことです。大手不動産会社が発表した街の幸福度ランキングで南区が県内で1位に!!その要因と言われているのがボランティアの活動。地域の支え合いが南区を幸福にしてくれています♡ 南区の中でも早くに生活支援サービスを立ち上げた2地区をご紹介します。

大通地区思いやりネット

「思いやりネット」は、ボランティアスタッフの温かい気持ちに支えられ丸10年を迎えました。チラシの全戸配布を行って周知を続けていますが、必要になって初めて目にする方が多い中、目に留めて頂けた事に感謝しています。

作業内容としては買物支援や草取りが特に多いようです。今までできていた事が年齢と共に大変になってしまい、日常のゴミ出しなどに困難を感じられての依頼だと思えます。定期的にスタッフミーティングを行って、活動にあたっての気持ちや問題点を話して頂き、解決策を検討しています。発足当初から10年の時を重ねた今も、日々直面する新しい課題への対応を模索しています。手探り状態ですが、支援をする側も受ける側もお互いが気持ち良く作業を終える事を願って運営にあたっています。(事務局)



草取り支援のようす



Before

雪かき ビフォーアフター

After

お助け隊こばやし



移動支援のようす

令和2年度に活動を開始した「お助け隊こばやし」ですが、免許返納や身体の不自由等、移動に関するニーズの高まりを感じて、令和4年6月から社会福祉法人の送迎車を利用した月2回の移動支援を始めました。高齢者を乗せて近隣スーパー等へ買い物付き添いの支援や、病院への通院付き添いも可能な場合は対応しています。利用された方からは、スーパーで自分が品物を選ぶ良さはもとより、車内での地域の方との交流が出来ることは何よりも嬉しい!との声が多く聞かれます。

今年度、利用が少なかった月があり、スタッフ間で利用促進について意見交換をしました。そこで、対象者や利用日を限定せず柔軟な対応をすることに決め、チラシを改定し、再配布しました。年末には新装開店したスーパーへの買い物ツアーを実施する等、今後もいろいろな企画をしていきたいと思っています！(スタッフ一同)



小林小学校4年生 ボッチャ体験 ↑

「ボッチャを体験させたい!」という先生のリクエストに応え、ボッチャに夢中な大通地区の老人会の方が講師を引き受けてくださいました。ボッチャは手わざ以上に頭脳的な戦略が勝敗を決めるらしい?



地域教育コーディネーター研修
ボッチャ体験 ↓

小林小学校の福祉教育でボッチャを体験したコーディネーターさんが、「大人も楽しいにちがいない!」とコーディネーター研修として企画。またもや大通地区の老人会の皆さまに講師としてご活躍いただきました。

月潟中学校3年生 福祉と視覚障がいについて ↓

ブラインドサッカー体験をする前の事前準備として、福祉と視覚障がいについてお話ししました。見えなさにもいろんな種類があること、見えなこと



南区社協の福祉教育 令和5年度もまい進しました!



大通小学校3年生 福祉と視覚障がいについて ↑

大通小学校は南区で一番生徒数の多い小学校。3年生総勢79名で福祉と視覚障がいを学び、歩行誘導体験を行いました。3年3組の福祉と視覚障がいの授業が終わって、「また来週!バイパ〜い!」と手を振ったら、こんなに素敵な笑顔とポーズで応えてくれました。エネルギー、チャージされるわ!

福祉教育で伝えたいことは、「支え合ってともに生きる」ということ。戦争や災害など起こってほしくないことが起きてしまう現在であっても、きれいごととあきらめず、伝えていかなければいけないものだと思います。

ホームレスの方が不登校の子どもの心の拠り所だったという話があるように、支援を受けている人も誰かを支えていること、物理的な、あるいは心理的なバリアを取り除けば障がいは障がいでなくなる、取り除くために障がいそのものを知り、バリアに気づくこと。福祉教育は関わったすべての人に恩恵をもたらします。ともに生きる力を育む福祉教育を多くの人に伝えていきます。

大鷲小学校4年生
聴覚障がいと手話を学ぶ →

大鷲小学校ではろう者と中途失聴者の困り方の違い、なぜ手話と指文字のふたつが必要なのかなど聴覚障がいについて、白根手話サークルつばさの皆さんを講師に迎えて学びました。手話で自分の名前を習ったり、トロロの主題歌「さんば」を手話で歌ったりと楽しい授業です。



ボランティア復活宣言。 多くの団体が本格始動です

コロナウイルス感染症を経て、人とつながることがいかに豊かなことかを痛感した私たち。自分ができること誰かの、何かの役に立てれば。そうした温かで緩やかな、しかしゆるぎない意志を持ったボランティア活動が再開しています。

音声訳ひばり会がサポート 西高ボランティア部が新潟 よつば学園にCD「声の絵本」を贈呈! →

新潟西高のボランティア部が新潟よつば学園の子どものために音声訳した「声の絵本 第1弾」が完成しました! ボラ部を代表して、4名の生徒と先生、ひばり会の皆さんで新潟よつば学園を訪問。生徒さんに直接CDをお渡ししました。実は「声の絵本第2弾」の依頼も頂いておりまして、一同ただいまも奮闘中であります!



10/13(金) 収穫祭 ダルクと地域の交流会 ←↓

秋晴れの空の下、今年も南地区更生保護女性会が主催するとダルクと地域の交流会が開催されました。南地区の会員をはじめ、県更女連盟、保護司、コミュニティ協議会、区健康福祉課、西区社協、南区社協などダルクを応援する多くの人が集いました。今年はダルクの畑で収穫した野菜入りカレーライスとダルク特製たこ焼きを参加者全員でおいしく頂きました。たこ焼きプロ級!



能登半島地震 西区災害ボランティアセンターで 吉江ふれあい茶の間の間が炊き出し!! ←↓

元旦の大地震で西区は液状化の被害が甚大。立ち上がった災ボラ・みどり森の運動公園屋内フットサルコートは、なんと暖房設備がない! ボランティアさんや運営スタッフの凍える日々をねぎらいたい、味方の吉江ふれあい茶の間の皆さんが熱々の豚汁を炊き出し。体も心もポッカポカにしてくれました♥



召しあがれ♪



読み聞かせ たんぽぽの会 白根小学校で活動 ↑

ほんとうに久しぶりの活動です。先生方がコロナ禍が明けたらぜひ復活させたいと思っていた読み聞かせの会を実現しました!お昼休みの時間を利用して開催する会に、参加したい子どもたちがわらわらと集まって。絵本を読み聞かせる、絵本を読んでもらう、やさしい時間が流れていました。