

ボランティアだより

ほのボラ

2017年7月発行 No. 46

発行 京丹波町社会福祉協議会

〒622-0213

京丹波町須知鍋倉1番地1

TEL: 0771-82-0126 (地域福祉課)

FAX: 0771-82-2206

URL: <http://www.kyoshakyo.or.jp/kyotanba/>



ふれあい調理実習会

食生活改善推進員協議会『くるみの会』の皆さんにご指導いただき、今年度1回目の「ふれあい調理実習会」を6月後半から7月にかけて町内各地で開催しました。



今回も塩分控えめで季節の食材を使ったメニューとなっています。人参ご飯や、きゅうりの味噌汁などは珍しく感じられる方が多く、参加された方からは驚きと同時に美味しかったとの感想がありました。

また、ふれあい調理実習会は作るだけでなく、お互いの近況を確認したり、料理を皆で楽しく食べる良い機会となっています。食後にレクリエーションを行う地区もあり、普段サロン活動をしていない地区でも笑顔の輪が広がっています。

今回の献立→



◇にんじんご飯



◇きゅうりの味噌汁



◇玉ねぎと鶏ささみのマリネ



◇ほうれん草の胡麻和え



◇牛乳かん

ボランティアインタビュー⑳

傾聴ボランティア うさぎの耳(丹波)

1人暮らし高齢者宅等を訪問し、心に寄り添いながら話を聴くボランティアサークルです。

活動の様子



いわなみ しげ お
岩波 茂夫 さん

Q1 ボランティアを始めたきっかけは何ですか？

「民生委員となり、一緒に活動されている方から誘われました。」

Q2 ボランティアをされていて良かった事は何かですか？

「生活が一部の狭い地域だけでしたが、多くの方と色々なつながりが出来ました。」

Q3 あなたにとってボランティアとは？

「自分自身を振り返り、見つめる場です。」



にしやま はつこ

西山 はつ子 さん

ボランティアインタビュー㉑

ガイドヘルパーみちづれ(和知)

視覚障害者の方の要請を受け、
町内外の外出支援をしています。



Q1 ボランティアを始めたきっかけは何ですか？

「60歳退職後、シルバー人材センターに問い合わせさせていただきました。
自分で出来る事をさせてもらえたらと思いました。」

Q2 ボランティアをされていて良かった事は何かですか？

「人と人とのつながりが出来、京丹波町もだいぶ分かってきました。」

Q3 あなたにとってボランティアとは？

「元気でいつまでも人の支えになればと思っています。」

大朴サロン(瑞穂)

～クリスさんとお話し会～

6月17日(土)大朴サロンでは、ALT(外国語指導助手)の「クリスさんとお話し会」が開催されました。ニュージーランド出身のクリスさんは、ニュージーランドとオーストラリアの気候の違い、動物の話、日本の鳥のさえずりがとてもきれいなこと、蛭が珍しいということなど話をされました。そして、ギターでの弾き語り。英語の歌の後には「緊張する」と♪上を向いて歩こう♪を日本語で歌われ、参加者の皆さんも一緒に手拍子をしたり、歌ったりされました。

最後にはみんなで「だるま1000プロジェクト」のダルマを折り紙で作り、それぞれメッセージを書かれていました。



升谷サロン(和知)

6月のサロンは、ヤクルトさんの出前講座で腸内活性のお話を聞いた後、手遊び歌、輪投げを楽しみました。約20名の参加があり、時折の失敗も楽しく、笑顔があふれる時間となりました。参加者からは「ここに寄せてもらおうと、久しぶりに会う人も多くて楽しいんです。毎回楽しみにしています。」と話されていました。



「ホイッ！」と片足も上がる集中力です♪



第1回男性調理実習会

「くるみの会」のご指導のもと、今年度の第1回男性調理実習会を開催しました。この実習会は健康的な食生活の推進と男性の食事作りを応援する事を目的に実施しています。

今回は13名の参加がありました。最近では丹波・瑞穂地区からの参加が増えてきました。熱心に食材の切り方、コツ等を聞いておられました。「毎回楽しみにしている。」「家でも1回は復習するんです。」等の感想を述べておられました。今後も男性の皆様のご参加お待ちしております。

**今年度も全4回予定
次回は9月12日(火)です。**



使用済切手を寄贈しました

地域の皆様から社協和知支所に持ち込んで頂いた切手約7kgをジョイセフ様に寄贈しました。世界では1日に830人の女性が妊娠や出産の際の衛生環境等が原因で命を落としています。収集切手は換金され、命を守る活動の一部に活用されています。皆様のご協力ありがとうございます。



ジョイセフ
JOICFP

途上国の妊産婦と女性を守る

公益財団法人 ジョイセフ

〒162-0843

東京都新宿区市谷田町1-10 保健会館新館

収集アイテムご寄贈に対する御礼

寄贈品目：日本使用済み切手 7000g

外国使用済み切手 30g

2017京たんば花火大会 清掃ボランティア募集のお知らせ→

今年も8月5日(土)に須知区文化センター・丹波マーケス周辺において、「京たんば花火大会」が開催されます。花火大会終了後は大量のゴミが散乱しています。花火大会をエコなお祭りへと変えていきませんか?皆さまのご参加をお待ちしています!!お問い合わせは地域福祉課まで!!

◎熱中症対策として、お茶・帽子・タオルをご持参ください。

◎受付で軍手、ゴミ袋、火バサミをご用意します。

◎雨天の場合でも清掃活動は実施しますが、各自でご判断ください。

日時：平成29年8月6日(日)
8:30~10:30

【花火大会順延時】8月7日(月)
8:30~10:30

場所：水辺公園(丹波マーケス裏)

対象：清掃作業が可能な方なら
どなたでも参加できます。

※小学生以下は保護者同伴で
お願いします。



お問い合わせ
連絡先

京丹波町社会福祉協議会 地域福祉課
丹波支所 ☎82-0126 (榎川・友金) 和知支所 ☎84-1833 (湊)