

# 奈良県ボランティアだより



健康と笑顔でつなぐ 第58号!!

奈良県ボランティア連絡協議会機関紙

令和5年3月発行

## 会長挨拶

奈良県ボランティア連絡協議会会員の皆様、日頃よりご支援ご協力いただき誠にありがとうございます。

まだまだコロナの収束がみられず、各地域での活動に苦慮し、工夫と新たな活動に努力を重ねておられることと思います。今年度も従来の意見交換会の形態はとれませんでしたが、集合とオンラインの複合型で令和4年度の研究集会も開催することが出来ました。また昨年に続いて「YouTube」で広く地域のボランティアの皆様の活動の様子を見ていただけました。嬉しいことに大変大きな反響がありました。これからもコロナ禍でもつながりを絶やさず、元気にボランティアを続けていただきたいと願います。ますます活気のある楽しいボランティア連絡協議会であり続ける為に皆さん力を合わせましょう!!



奈良県ボランティア連絡協議会 会長 北村 嘉津代

## ●「令和4年度総会」開催報告(R4.6.11) 参加者107名

お知らせ



本年は人数制限をし、やっと開催する事が出来ました。記念講演では、演題「いのちのかたち」で、僧侶、公認心理師の佐々木慈瞳氏をお迎えしました。現在奈良県総合医療センターでホスピス患者さんを担当され西奈良中央病院で緩和ケアチームにも取り組まれております。自分らしさとは、「スピリチュアリティー」本来の自分を取りもどせる、「生には必ず死」が来る、「悲しみの深さ=存在の愛しさ」「社会・精神・

身体」が重なって輝かせあう事の大切さを話され、私達に問い合わせられた事があります。それは、1.病気の事を正しく知りたいと思うか?それとも知りたくないと思うか?2.家族に対しては知らせたくない?知らせると思うか?会場の人達は自分の事は知りたいと思う人が多く、家族に対しては知らせたくない50%、知らせるは50%。佐々木氏は、「やはりボランティアをされている人は、自分の身体の事は正しく知りたいと言う人が多いですね」とおっしゃられました。後半には、オカリナで賛美歌を吹いてくださいり、会場の皆さま方も心静かに聴き入っておられました。又、中学2年生の少女の人権作文を紹介され、命の大切さ、命のバトンを繋げて行く事の重要さを学ぶ事が出来ました。

(報告/大淀町・仲西)

### <新役員紹介>

会長 北村 嘉津代(桜井市)

書記 仲西 愛子(吉野郡大淀町)

副会長 山田 祐己(橿原市)

会計 米田 正子(磯城郡田原本町)

副会長 山田 三千子(生駒郡平群町)

監査 田中 仁美(奈良市)

副会長 渡邊 文彦(北葛城郡上牧町)

監査 尊野 ミネ子(北葛城郡河合町)

# 令和4年度ならボランティア研究集会開催

## ☆基調講演 開催テーマ「あらためてボランティアのこれからを考える」



令和4年度のならボランティア研究集会が、令和5年2月18日（土）13時から奈良県社会福祉総合センター6階大ホールでオンラインとのハイブリット形式で開催しました。参加者は双方合わせて95名。コロナ対策を取りながら久しぶりに集合型での開催です。開会式後基調講演がスタートし、社会福祉法人大阪ボランティア協会の永井美佳さんがコロナと上手に付き合いながらの活動が求められている中、3年間のコロナ禍での活動の再開を心待ちにしている方、活動の形を変えて再開した方、新たな活動を始めた方などへの運動支援を紹介してくださいました。大阪ボランティア協会は57年の歴史があり、ボランティア107人で協働、運営体制で「市民自治」「改革の実行」「市民の力」にこだわる市民参加型の組織であることと、これからはネットワーキング・協働の視点で、ボランティアの価値・存在意識を確認することが重要と説かれました。また今回の講演ではコロナ禍だからこそ活動の工夫や、新たなニーズに応える活動の実践事例を詳しく紹介してくださり、あらためてボランティアとは何か？それまでの学びを絶やさず、繰り返し、からのボランティアを考えるいい機会を与えてくださいました。そして思いを形にして、アクションを起こすこと!!意欲!やる気!努力!が人を動かし、活動を生み出す源だと熱く語られました。参加してくださった皆さん!!心が震え、からのボランティア活動に前向きになり更に一步を踏み出す良い機会になったでしょうか？

（報告／桜井市・北村）

## ☆パネルディスカッション

今年のテーマは「コロナ禍でもつながりを絶やさずに取り組むボランティア活動」、3団体の活動報告を元にコーディネーターは日本福祉大学アジア福祉社会開発研究センター客員研究所員の小木曾早苗さんでした。



## ◇NPO法人 国際交流ならふれあいの会

主に奈良を訪れる外国人向けホームステイの受け入れを通して、国際理解や協力、日本文化の再認識、青少年の夢支援を目的として活動をされています。活動の全てが対面だったため、コロナ禍当初は活動中止を余儀なくされましたが、Zoomによるイベントを企画したり、宿泊を伴わないホームビ



ジットを実施したり、感染対策を十分に行なう上で活動をしたりと、できる限りの交流を行ってこられました。インターネットを活用しホームページに活動状況をアップしたり、Zoomのようなオンライン交流に便利なツールを活用したりと、ITについて学ぶ姿勢が大切のこと。今までとは活動の方法が変わっても、国際交流を続けていきたいという皆さんの想いが、コロナ禍でも前向きな気持ちを持ち続ける原動力になっていたのだなと感じました。



サマーキャンプ2022

## ◇ボランティアふたば会

「まごころ弁当」の配食サービス、講演会開催やイベント参加、施設訪問をしてのイベント企画をされています。特に皆さんで手作りされている「まごころ弁当」には、季節ごとに手書きの表紙絵が飾られ、受け取る



手書きの表紙絵

方は大変喜んでいらっしゃったそうです。コロナ禍で施設訪問ができなかつたり、配食サービスの際必要以上に話ができないなど、活動が制限される中、新たに道の駅にお弁当を卸したり、地域の子供食堂の方と繋がったりと、できることを考え、コロナ禍での活動に活かしてこられました。活動を模索する中で新しく繋がったメンバーの方と、動画作成やスマートフォンの操作、郷土料理についてなどお互いに教えあうことで、メンバーが今までよりも活き活きとしてきたこと。コロナ禍だからこそ繋がった方たちで、今までになかった交流が生まれたと聞かせていただき、こちらも心地よい気持ちになりました。



容も実地で確認でき地域を改めて知るいい機会になるなど、いいことづくめ。運動会も、初めて開催するにあたりできることを皆で考え合ったおかげで、無事に開催もでき、参加者の方からも大変好評だったようです。



## ◇田原本町ボランティア連絡協議会

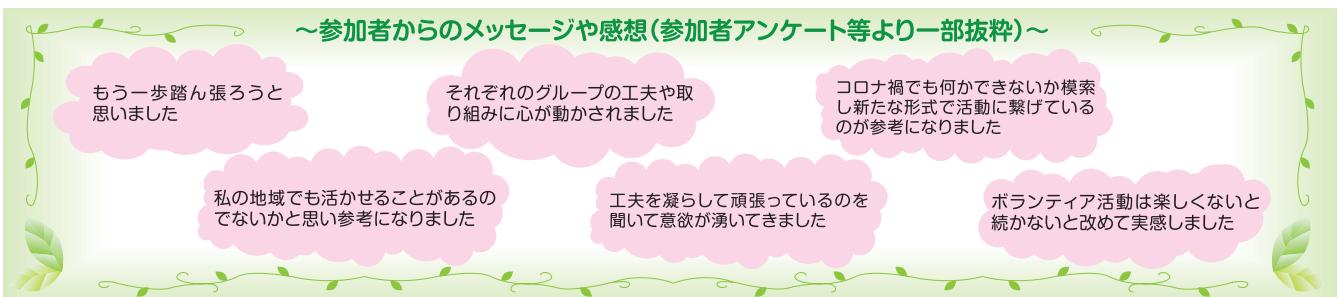
結成15年目で現在4団体と個人2名で活動をされています。やはりコロナ禍においては、活動を休止・中止せざるを得ませんでしたが、小さなボ連だからこそメンバー一人一人の声を大切に、できることを話し合い、出た意見に対して皆がすぐさま前向きに反応した結果、地元のゴミ拾い活動や運動会を開催することができたとのこと。ゴミ拾い活動は、自分の町を綺麗にすることで自分も周りも清々しい気分になれる・グループに分かれることで自然とメンバー間の話も盛り上がる・ボ連で開催されていた防災研修会におけるハザードマップの内

容も実地で確認でき地域を改めて知るいい機会になるなど、いいことづくめ。運動会も、初めて開催するにあたりできることを皆で考え合ったおかげで、無事に開催もでき、参加者の方からも大変好評だったようです。

小木曾先生からは、男性の参加を促す仕組み作りや、関係作り、ボランティア活動を知ってもらうための新たな取り組みについて、事例をもとにお話いただきました。最後に「これまで、いろいろ地域の活動を見てきたが、その中で活動を誰かがやると思えば誰もやらない、できない事があるが、一步踏み出す、踏み出した時はそれに気付いて仲間が生まれる。もうひと踏ん張りして、お互い学び合う事が大切であり、様々な学びをシェアすることが皆さんのが活動を続けていくきっかけになる」と話され、話をまとめさせていただきました。

(報告／橿原市・山田)

### ～参加者からのメッセージや感想(参加者アンケート等より一部抜粋)～



# 地域のボランティア活動を取材しました!

## ●田原本町ボランティア連絡協議会●

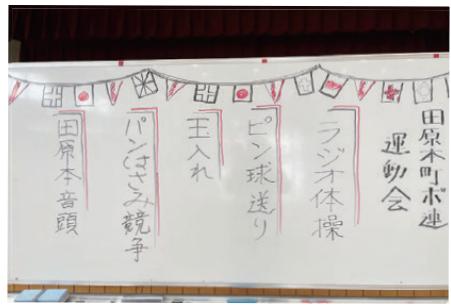
令和4年10月17日月曜日 田原本町社会福祉協議会体育館で田原本町ボ連の運動会が行われました。ラインでの呼びかけで約30名が集まり、ラジオ体操に始まり、ピンポン球送り、玉入れ、パンはさみ競争と続き、最後は田原本音頭を楽しく踊る、約1時間半の無理のないスケジュールでした。途中では避難訓練や飾ってある万国旗の国当てクイズを行うなど、全体によく考えられたなと感じました。詰め込んだハードな内容ではなく、どこのボ連でも取り入れられそうです。和気あいあいで、参加者にお聞きしても運動不足が解消され、ちょうど良い運動量でした。楽しかったと口ぐちにおっしゃっていました。最後に米田会長より、今後もお祭りでの柿・みかんの販売や障がい者と一緒に町内のごみ拾いなどを行う活動が紹介されました。数年前の小町娘の皆様が楽しく踊っておられました。

～ハアー 誓文(せいもん)払いは

玉入れの様子

塗り下駄小下駄 ヨイヤサコンコロ小町の品がよいソレサッーサ

ヨイヨイ ヨイヤサノサ ～ (田原本音頭)



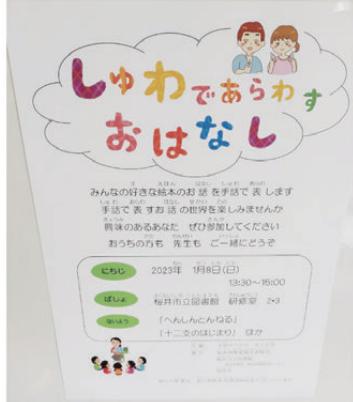
パンはさみ競争

(取材担当／上牧町・渡邊)



手話であらわす絵本の読み聞かせの様子

お話は新春にふさわしく、十二支始まりのお話から始まり、おむすびころりんなどで、大人も一緒に楽しみながら4つのお話をされました。休憩のあと、第2部は、飛びいりで40数年芸歴をお持ちの方の手話を入れてのパントマイムが表情豊かに熱演され、会場が湧きました。年配の方から中高生、子育て中の親子など幅広い参加者の層の厚さはグループの皆さんとの声掛けが功を成しているのだと思います。1時間半を小さいお子さんも飽きることなく、最後まで楽しんで過ごせるのは、さくら会の皆さんの日頃から取り組んでこられた努力のたまものだと感じました。さくら会の皆様、ありがとうございました。



(取材担当／奈良市・田中)

## 第1回 ボランティア学習会

### 赤唐辛子吊し飾り(タペストリー)

今年の第1回ボランティア学習会は、「唐辛子タペストリー」に決まり、令和4年11月22日(火)の午前中から13名が集まり作品作り。自宅の植木鉢に育った唐辛子を赤くなった新鮮な内に、大切にジップロックへ入れ、2週間後に開けてびっくり。赤唐辛子が一面、白唐辛子のごとく白カビがいっぱい(悲しい)どうせ吊すからと大失敗。干した唐辛子を友達や道の駅で求めて、やっと品揃え。講師(幹事)が寄付してくれたもち米の糀と麻の布、前日に水に漬けた糀穂を叩いて柔らかくし、「楽しい事をするには下準備が大変ですね」と。糀を4本取りで中2本、外2本の間に唐辛子を入れて交差し、自分の好きな数だけ編んでいく(昔、保存用のかき餅を吊した方法)最後は、4本の糀をくくり切り揃える。麻布か竹すだれ等にくくりつける。本当にかわいい吊り飾りが出来て良かった。お正月には「唐辛子タペストリー」として我が家の壁を飾った子や孫が見てほめてくれました。(報告／河合町・樽野)



唐辛子タペストリー



作品つくりの様子

## 第2回 ボランティア学習会

### 『スマホ詐欺に気をつけることや最近のトラブル事例など』

令和5年1月26日(木)ボランティア学習会に参加してきました。奈良県消費生活センターの方を講師に迎え、「スマホ詐欺に気をつけることや最近のトラブル事例など」についてお話をいただきました。消費生活相談に来る相談で一番多いのは、架空請求メールやはがき、次に化粧品や健康食品などのネット通販や訪問による点検商法など。最近はパソコンやスマホなどへのフィッシングメールなど、解決方法は、すぐにお金を払うことはしないで、契約した場合は、クーリングオフを使って解約する、奈良県消費生活センターに相談する。消費者ホットライン188(いやや)に相談してほしい。まずはトラブルに遭わないためには、クーリングオフを使えること。少しでもおかしいと感じたら、きっぱりと断る。一方的に商品が届いても受け取らない。不安に思ったら、奈良県消費生活センターに相談する等です。動画など見せていただき、分かりやすくお話をいただきました。毎回新しい手口で詐欺が増えているのでトラブルに遭わないように、私は詐欺に遭わないと思い込まないで、気をつけることが大事だと思いました。(報告／葛城市・高井)



## 第3回 ボランティア学習会

### 軽スポーツ(ボッチャ体験)

令和5年3月13日(月)第3回学習会が社会福祉総合センター4階健康ルームで行われました。参加者は9名で、講師の方からルール説明があり、2組に分かれて試合形式で行いました。まずジャックボールと呼ばれる白ボール(的玉)を先行が投げて、赤いボールと青いボールのチームに分かれ、的玉に少しでも近づいて止まった色のボールを審判が判定し、競い合うスポーツです。ちなみにボッチャとはイタリア語でボールという意味だそうです。投げるボールの重さは270g程で子供から高齢者まででき、楽しく体験させていただきました。



(報告／平群町・助川)

# 昨年に引き続き、動画展示を行いました。

今年も『ボランティアの楽しさを伝えたい』との想いから、オンラインで活動展示を行いました。2月6日からの23日間の公開では大変好評をいただきました。3月25日（土）から4月30日（日）の期間も動画を配信しています。皆さんぜひご視聴ください。

奈良県ボランティア連絡協議会の YouTube チャンネルページ。最新アップロードされた動画と人気の動画が並んでいます。各動画にはタイトル、説明文、再生時間、投稿者名が表示されています。右側には QR コードがあります。

奈良県ボランティア連絡協議会  
@user-xq6yn9cj7t  
チャンネル登録者数 92人

チャンネルをカスタマイズ 動画を整理

ホーム 動画 再生リスト コミュニティ チャンネル 概要 検索

最近アップロードされた動画 人気の動画

「手話をおぼえてみませんか!!」  
桜井市手話サークルさくら会 4:08

「手話をおぼえてみませんか!!」  
葛城市手話サークル友情 3:23

「活動は楽しい!!」  
大和高田市ボランティア連絡協議会 3:13

「元気いっぱい!!」  
田原本町ボランティア連絡協議会 3:35

「手話をおぼえてみませんか!!」  
桜井市手話サークルさくら会 3:16

「皆様のお越しをお待ちしております」  
河合町カフェ豆山 3:00

「活動は楽しい!!」  
大和高田市ボランティア連絡協議会 2:11

「元気いっぱい!!」  
田原本町ボランティア連絡協議会 3:28

「葛城市健康推進員協議会」  
葛城市健康推進員協議会 2:12

「憩いの場所カフェ豆山にどうぞ」  
河合町カフェ豆山 3:00

「手話と仲間をつなげる手和の会」  
大和郡山市手話サークル手和の会 2:40

「葛城市ボランティアふたば会」  
葛城市ボランティアふたば会 3:28

「平群町手話の会あゆみの今昔」  
平群町手話の会あゆみ 2:12

「葛城市ゆうフレンズ」  
葛城市ゆうフレンズ 3:02

「令和4年町ボ連の活動内容」  
大淀町ボランティア連絡協議会 2:40

QRコード

## 報告

本会会員が、令和4年度の下記表彰を受章されました。

- ボランティア功労者に対する厚生労働大臣表彰  
個人 仲西 愛子さん(大淀町)

受賞おめでとうございます。

## 編集後記



3年に及ぶコロナ禍で、活動に制限を余儀なくされている中、工夫を凝らして活動されている団体を取材させて頂きました。アイデア次第では、まだまだ活動ができますね。活発な楽しい報告をお待ちしています。

(文)

発行者 奈良県ボランティア連絡協議会 〒634-0061奈良県橿原市大久保町320-11 県社会福祉総合センター内

TEL : 0744-29-0155 FAX:0744-26-0234

編集者 会長 北村 嘉津代 ・ 奈良県ボランティアだより編集委員会