

ほらぶら 月間情報

2022
8月

- : プラザ催しなど
- : ボランティア・市民活動団体催しなど
- ▲ : 市民活動センターで行われる上記団体催し
- : ほらぶら 休業日

日	曜日	催し物
1	月	コミュニケーションマージャン体験会 ▲
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	高齢者ボランティアポイント説明会 ● 育児ファミサポ交流会 (会員限定) ●
6	土	みきおもちゃ病院 ▲ パソコン定期相談 ▲
7	日	
8	月	BANBAN しゃべろう会 ■
9	火	
10	水	
11	木	
12	金	高齢者ボランティアポイント説明会 ●
13	土	
14	日	
15	月	コミュニケーションマージャン体験会 ▲
16	火	
17	水	
18	木	市民活動センター 休館日
19	金	高齢者ボランティアポイント説明会 ● みきおもちゃ病院 ▲
20	土	パソコン定期相談 ▲
21	日	きらきら書道 ▲
22	月	BANBAN しゃべろう会 ■
23	火	
24	水	育児ファミサポ 子育てサポート講座 ●
25	木	
26	金	高齢者ボランティアポイント説明会 ●
27	土	
28	日	
29	月	コミュニケーションマージャン体験会 ▲
30	火	
31	水	



新型コロナウイルス感染防止のため、催しが変更・中止になる場合があります。

■ 問合せ先：ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090

エントリー締め切り迫る!!

令和4年度 県民ボランティア活動助成

エントリー受付は
8月31日(水)まで!

エントリーの条件

- R4年4月1日～R5年3月31日の間に、**12日以上**の活動を予定していること
- 助成対象経費が**6万円以上**になる見込みがあること。

※コロナ禍前の条件に戻っていますので
ご注意ください。

受付窓口

ボランティア活動プラザみき (☎ 0794-83-0090)
よかわステーション (☎ 0794-72-2940)

コミュニケーションマージャン 体験会

2人1組になって「頭」「身体」「口」を動かしながら、和気あいあいと皆で楽しめるコミュニケーションマージャンについて知り、実践までを楽しめる体験会です。家族や友人を誘って、お気軽にご参加ください。



- 日 時：毎月第1・3月曜日 10:00～11:30 (祝日除く)
- 会 場：三木市立市民活動センター
- 主 催：みきコミュニケまあ～雀「にこにこ」
- 申込・問合せ先：ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090

9月の催しのお知らせ

はじめてのZoom体験会

「最近よく聞くZoomってなに?」「やってみたいけれど、インターネットって苦手…」など、これからZoomをはじめようとお考えの方の疑問・不安にお応えするZoom導入のための学びの場を開催します。

- 日 時：9月26日(月) 13:30～15:30
10月 3日(月) 13:30～15:30
10月 5日(水) 9:30～11:30
10月 8日(土) 13:30～15:30
10月 12日(水) 9:30～11:30
- 会 場：三木市立市民活動センター
- 参加費：無料
- 問合せ先：ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090
- * 申込が必要です。(定員各回10名程度)

マガジン

ボランティア・市民活動者のための活動応援情報

ボランティア・市民活動情報「マガジン」は、ボランティア活動プラザみきのホームページからでもご覧いただけます

(発行)
三木市社会福祉協議会
ボランティア活動プラザみき
〒673-0403
三木市末広 1-6-46
(市民活動センター内)
TEL 0794-83-0090
Fax 0794-82-6666
e-Mail mvsc@miki.or.jp



8

Vol.297
2022.8.1



今あらためて 大事にする こだわり

まだまだ続くコロナ禍。やむを得ず活動を休んだこともあったけれど、再開・継続しているグループに、あらためて活動のよりどころを聞きました。



お花し友の会

お花をもってご自宅へ訪問し、お話を聴く「傾聴活動」をしています



うれしいことがあったとき、何か心配事があるとき…。誰かが話を聞いてくれることがその人の元気の源になると信じています。



「ちょっと聞いてよ」のおしゃべりができるのは、地域に住む住民同士だからこそ。話して、聴いて、共感できることがたくさんあります。

みきおもちゃ病院



なおすのは、壊れたおもちゃだけじゃない

おもちゃを手にした時のうれしさや、いっしょに遊んだ楽しさを、この先も覚えてほしいから。おもちゃ修理を通して、持ち主の想いを未来へつなぎます。



なおったおもちゃをうれしそうに受け取りに来る子どもたちの「ありがとう」と笑顔に、パワーをもらっています。

原坂さつき会

細川町の豊かな自然の中でサロン活動をしています



「美味しいね」と言い合える幸せってありますよね。誰かと話す機会が減ってしまった方に、つながりを実感してもらいたいです。

一人暮らしや、ご夫婦だけの高齢者も、ずっとここで暮らしていけますように…。ふれあいサロンはみんなの大切な居場所です。



ボラ・プラみきの
アクション・レポート
(34)
～市民のチカラ～

気にかけて、話し合う、支え合う スリーステップで進めるふれあいサロン活動



◆ ふれあいサロン活動者研修会を開催

市内で活動するふれあいサロングループのうち28団体が参加し、ふれあいサロン活動者研修会が開催されました。住民同士が互いを気にかけて、見守り合う関係づくりを促進するため、ふれあいサロン活動の目的の共有や今後の取り組みにつながる情報交換をすることがねらいです。長引くコロナ禍により、ふれあいサロン活動では「最近〇〇さんを見かけないけどどうしているかな～どうしたら様子を伺えるかな」というように、「気になる人」について話し合う機会が意識されています。しかし、サロンボランティア同士が「何をどこまで話し合ったらいいのか？」と悩む現状があります。そこで、「ふれあいサロンに誘う気になる人ってどんな人？どう気にかけている？」という話題でグループワークが行われました。

◆ 「話し合い」の共有から生まれる新たな気づき

サロンボランティアの「気になる人」は、一人暮らしの方や、家族と住んでいるけれど日中は一人になる高齢者。さらに、市外から転居してきた子育て世代や、外国籍の移住者のことも忘れてはいけないという意見もありました。いずれも気軽に話したり相談できる相手が少なく孤立しがちな方々で、活動を通して幅広い対象を気にかけていることがわかりました。気になる人とご近所で出会った時には声をかけて立ち話をしたり、最近見かけない人のご自宅を訪問して様子を伺う積極的な取り組み、雨戸の開け閉めや洗濯物が干してあるかを確認するさり気ない取り組みなど、「どのように気をつけるか」も共有できました。

普段はグループ同士の交流機会をあまり持てないこともあり、どの班からも「もっと時間がほしい！」という声があがりました。他グループのサロン終了後のふり返し会の様子を聞いて「自分のサロンにも同じような人がいる。これから気をつけよう」とか「なるほど！こんな方法もあるんだ。やってみよう」など、新たな気づきや活動のきっかけを得られたようです。

ふれあいサロンに来られる一人暮らしの男性がお惣菜に頼った食事や孤食になっていることを心配し、サロンとは別の日に会食会や男性料理教室を催したり、閉じこもりがちなサロン参加者がより多くの外出機会を持てるよう、趣味の将棋やコミュニケーションマージャンができる他団体主催の体験会にお連れするなどの例も挙がり、グループ内で話し合っ生まれる活動の進化や他団体とのつながりの必要性なども感じられる機会にもなりました。

◆ ふれあいサロン活動は、地域の皆さまとともに

サロンボランティアとして「気になる人」を見つけても、誰とも共有しないで1人で抱え込むことで、負担が大きくなり、せっかく生まれた気づきもそのままになってしまうかもしれません。また「気になる人」を気にかける人が増えなければ、支え合う関係が築かれにくく、「気になる人」が抱える課題が益々大きくなっていくこともあります。それぞれが感じたこと、気づいたことが一過性に終わらないためにも、グループ内でのふり返しや話し合いの場が必要です。そのためには、ちょっとした気づきであっても気軽に共有し、話し合うことのできる関係づくりも大切ですね。



助成金情報

助成金等名称 (申請等期日・期間)	助成内容	問い合わせ先
兵庫県青少年本部 ひょうご子ども・若者応援団 令和4年度下期一般助成事業 [申込締切] 8月16日(火)	<p>【目的】 青少年育成活動を展開する青少年団体・グループ等の運営基盤の安定化と活動の充実・活性化を目指す。</p> <p>【対象】 青少年の健全育成を目的として活動を行う団体・グループ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・青少年の社会参加 ・青少年の非行防止 ・青少年リーダーの養成 ・青少年の自立支援 ・青少年の国際交流 ・青少年の自然体験 ・青少年を含む世代間・地域間交流 <p>【補助金額】 1件あたり上限10万円</p>	<p>ひょうご子ども・若者応援団</p> <p>☎ 078-891-7410</p> <p>募集要項等はホームページからダウンロード可能</p> <p>https://seishonen.or.jp/honbu/?p=22633#toc1</p>
公益財団法人 大阪ガスグループ福祉財団 令和4年度 高齢者福祉助成 [申込締切] 8月31日(水)	<p>【目的】 活力あふれる長寿社会を実現するため、「高齢社会における地域福祉づくり活動」に対して助成する。</p> <p>【対象】 高齢者を対象とする地域福祉活動や、高齢者自身の社会参加活動あるいはそれを支援する活動等</p> <p>＜例＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者自身が積極的に地域とのかかわりを持つ活動 ・高齢者の社会参加やいきがい作りを支援する活動 ・高齢者の日常生活や自立を支援する活動 ・高齢者を支えるための地域づくり、街づくりの活動 <p>【補助金額】 1件(1団体)あたり上限10万円</p>	<p>公益社団法人 大阪ガスグループ福祉財団</p> <p>☎ 06-6205-4686</p> <p>募集要項等はホームページからダウンロード可能</p> <p>https://www.osakagas.co.jp/company/efforts/fukushi/jyosei/fukushi_detail.html</p>

Vol.4

きらっとさんにインタビュー

三木市には、周りの人を惹きつけ、きらっと輝く活動者さんがたくさんいます。そんな「きらっとさん」に活動のあれこれをお聞きます！



聞いた人のむら
きらっとさん 福吉さん

第4回目のきらっとさんは福吉幸子さんです。緑が丘地区でふれあい喫茶を運営するボランティアグループ「緑が丘ボランティアセンター」で17年間にわたり活動されています。今年度、みきボランティア活動記章の金章の贈呈を受けられました。

金章のバッジを受け取って、どんなお気持ちですか？
福吉：とても嬉しいです。前回銀章をもらって、活動期間が15年を越えたら金章にも応募するつもりでした。長く活動してきたふり返りと、今後も頑張るぞ！と気持ちを新たにすることができました。

活動を通してずっと地域と関わりを持つなかで、喫茶に訪れる人や地域の変化など感じることはありますか？
福吉：人も地域も少しずつ年を取ってきたけど、総じて元気なように感じます。コロナ禍で感じたのは、誰かとのふれあいを求めている方が多いこと。喫茶がたくさんの方で賑わっているのは、本当に嬉しいことです。

今日もオープンしてすぐにお客さまが来られて、グループでおしゃべりが始まっていますね。

福吉：そうですね？みなさんが楽しく過ごせるように、「いらっしやいませ、どうぞごゆっくり」のひと言にも心を込めて、丁寧におもてなししています。

福吉：グループメンバーの最高齢は10歳も年上の92歳。私のお手本の方なんです。私もはつらつとした姿でいたいという思いです。そして少し若い世代が私たちの姿をみて「活動っていいな」と感じてもらえたら嬉しいですね。

いくつになっても憧れの人がいったり、目標があるのは素敵なことですね。福吉さんは今後どんなふうに活動しようと思っていますか？

福吉：誰かとじかに顔を合わせておしゃべりするって、楽しくて大事なことです。年を重ねるごとにそんな当たり前のことが身に染みて分かってきました。お客さまとのふれあいを楽しみに、笑顔で活動し続けたいです。

