



ボランティアの たまご



NO.181
12月号

編集・発行／四日市市ボランティアセンター 令和2年11月20日発行

活躍中のボランティアさんの声をお届け!!

ボイス VOICE

「活動をはじめてわかったのは
他人事ではなく自分事だということ」



やまもと みつじ
今回は山本 光同さん

笹川西地区で四日市市
介護予防・日常生活支援
総合事業を実施する『ふ
れあいネット笹川西』の
副会長・書記を務める。
買い物や通院の付添い、
ゴミ出し、庭木の枝払
い・庭掃除、部屋の掃除、
電球・電池の交換などの
困りごとを住民同士でお
手伝いできるようコー
ディネートしている。

Q. ボランティア活動を始めたきっかけは何ですか？

まったくの会社人間だった私が、退職後しばらくして自治会活動に参加したことが地域との関わりの始まりでした。2018年の夏から住民同士の助け合いを目的とした『ふれあいネット笹川西』設立に向けた検討が始まり、私も自治会役員の一員として参加しました。はじめは抽象的な意見ばかりで、これで本当にスタートできるのかと心配でしたが、発足を「2020年4月」と決め、それに向けたスケジュールを明確にした頃から議論が活発化し計画通り設立に至りました。気が付けば会の中心メンバーの一人になっていました。(笑)

Q. 活動の中で大切にしていることは何ですか？

支援を受けられた皆さんに喜んでいただき頼りにされることが組織の発展にもつながるということですね。最初はお手伝いのメニューにないものはお断りし、組織運営が安定してきたら徐々に広げていこうと考えていましたが、皆さんと接するうちに困っていることがあればできる限りお手伝いしたいと思うようになりました。支援者個人の技能や全体としてのキャパシティの問題もありますが、地域に貢献したいと思っておられる支援者は私が想像していた以上に多く、嬉しい誤算です。

Q. 活動の魅力はどんなことですか？

喜んでもらえる「やってよかったなあ」と思います。最近はウォーキングの途中やスーパーなどで声をかけてもらうことも多くなり、これが「地域に溶け込む」ということなのかと感じています。考えたり身体を動かすことは健康にもいいですね。自分の趣味も楽しみながら、負担のない範囲で活動を楽しめています！

Q. 最後に一言！

活動を始めてわかったことは“他人事ではなく自分事”だということです。歳を重ねれば誰でも助けが必要になります。結局、回りまわって自分たちのためになる活動です。あとは「楽しむこと」を大切に。楽しくないと続かないと思います。

GO! GO! とこわか大会

三重とこわか大会
応援企画☆



ボウリング

2021年に三重県で開催される第21回全国障害者スポーツ大会「三重とこわか大会」今回は『ボウリング』を紹介します！

知的障害のある選手が出場できる競技です。ルールは一般のボウリングと同じです。1ゲームは10フレームで、1フレームあたり2回投げられます。男女別・年代別に分かれて、4ゲームのトータルスコアを競います。

ボウリングは障害の有無や種別、程度に関わらず、多くの方が楽しめるスポーツです。身体障害（肢体・視覚・聴覚・内部）のある選手や、精神障害のある選手が参加できる大会などがあります。



【開催場所】 津市 「津グランドボウル」(津市垂水915-1)

(公財) 三重ボランティア基金

助成目的：全ての県民が、家庭や地域社会において思いやりと連帯意識に支えられ、明るく、生きがいのある生活を送ることができる福祉社会の実現のため、ボランティア活動がいきいきと展開されるよう支援するものである。

助成対象：市町社会福祉協議会が設置するボランティアセンターにボランティア団体として登録（県域団体は除く）されており、ボランティア団体として、福祉の向上を目的とした活動が、計画的・継続的に行われていること。

※ボランティア活動資金助成の場合、繰越金が補助基準額を超えている団体については対象外とする

★ボランティア団体基盤強化助成

助成対象経費：福祉活動を目的としたボランティア団体の基盤強化を図るための器材・器具の助成

助成額：1団体20万円以内（助成累計額20万円まで申請可能）

★ボランティア活動資金助成（令和2年度実施）

対象事業：福祉活動を目的としたボランティア団体の活動費であって、その活動は先駆的・モデル的な活動（福祉のまちづくり）とする。（※ボランティア団体が新たにに取り組む事業も可）
ただし、次に掲げるものは対象としません。

- ①行政や他の団体から助成補助を受けている事業
- ②従来の事業をそのまま行う事業
- ③営利を目的とする事業
- ④調査研究が主である事業

助成対象経費：福祉活動を目的としたボランティアグループが実施する事業で、先駆的・モデル的な活動（福祉のまちづくり）または、団体が新たにに取り組む事業に必要な直接経費とする。

ただし、次に掲げるものは対象としません。

- ①団体の経常的な運営管理経費（職員の人件費、家賃などの経費）、飲食経費等
- ②備品の購入経費
- ③会員に対する謝金、旅費
- ④事業内容に照らして不適切な経費

助成額：1団体50万円以内

助成事業実施期間：令和2年4月1日から令和3年3月31日までに完了する事業

応募締切：令和2年12月10日（木）必着

備考：団体がボランティア団体として登録している市町社会福祉協議会に『助成金交付要望書』を提出し、推薦を受けること。 ※ボランティア活動資金助成の場合、応募は1団体1事業まで

問合せ先：公益財団法人 三重ボランティア基金 津市桜橋2丁目131番地 TEL059-227-9994

ボランティア募集

☆託児のお手伝い

依頼団体：NPO法人四日市まんなかこどもステーション

日時：①令和2年12月9日（水）
②令和2年12月16日（水）
10:00～12:30 ※9:30現地集合

事業名：①学習会 ②カフェまんなか

場所：四日市まんなかこどもステーション

持ち物：動きやすい服装、飲み物

申込締切：①12月4日（金）②12月11日（金）

☆障害者スポーツのお手伝い

依頼団体：エンジョイSSピンポンクラブ

日時：①令和2年12月6日（日）
②令和3年1月17日（日）
13:00～16:00 ※13:00現地集合

行事名：SSピンポン練習会

場所：ヘルスプラザ2階 軽運動室

持ち物：動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

備考：ヘルスプラザ卓球使用料280円
（中学生以下140円）

申込締切：①12月4日（金）②1月15日（金）

☆親子活動のお手伝い

依頼団体：NPO法人四日市まんなかこどもステーション

日時：令和2年12月19日（土）9:30～15:00 ※9:30現地集合

事業名：子どもとおとなのひろば（クリスマス会） 場所：中部西第2学童保育所

持ち物：動きやすい服装、飲み物、昼食代（500円） 申込締切：12月16日（水）

状況によっては
中止の場合もあります。



*その他のボランティア募集や助成金情報、イベント・講座情報はホームページにも掲載しています。

フェイスブックページも随時更新中！「いいね」を押してね！ URL：<http://yokkaichi-shakyo.or.jp/home/02/> ⇒⇒⇒



「はじめてのボランティア説明会」のお知らせ

「ボランティアってよくわからない」という人も参加OK！一緒に自分に合った活動を見つけよう！

日程：12月1日（火）10:00～11:30 1月5日（火）10:00～11:30
12月8日（火）19:00～20:30 1月12日（火）19:00～20:30
12月19日（土）13:30～15:00 1月23日（土）13:30～15:00

※参加ご希望の方は事前にボランティアセンターまでご連絡ください。

※状況によっては中止の場合もあります。



*『ボランティアのたまご』に関する問い合わせ・申し込みは、ボランティアセンターまでお願いします。

*『ボランティアのたまご』を掲示していただける場所や、置かせていただける場所を募集しています。

心当たりの場所がございましたらご紹介ください。

ボランティア活動をはじめたい人、ぜひボランティアセンターまでお問い合わせください！

四日市市ボランティアセンター 住所 〒510-0085 四日市市諏訪町2-2(四日市市総合会館2階)

TEL 059-354-8144 FAX 059-354-6486 E-mail y-vc@m3.cty-net.ne.jp

