

ボランティアの たまご



NO.183
2月号

編集・発行／四日市市ボランティアセンター 令和3年 1月20日発行

活躍中のボランティアさんの声をお届け!!



「いくつになっても
自分にできることを続けたい」



たるとに まさよし
今回は樽谷 雅義さん

ふれあいいきいきサロン『城東シニアクラブ』の代表、カフェサロン『えがお』（四日市市介護予防・日常生活支援総合事業）の副会長を務める。町内の防災隊長や地区社協の役員を歴任するなど、住民同士のつながりを大切にしたい地域づくりに尽力している。

Q. ボランティア活動を始めたきっかけは何ですか？

会社勤めの時はボランティア活動にはノータッチでしたが、退職後しばらくして自治会長をされていた方が亡くなり、その方の遺志を受け継ぐ形で地域の集まりの場づくりに参加することになりました。後任の自治会長やいつも地域のことを手伝ってくれるメンバーに交じって検討を重ね、『城東シニアクラブ』を立ち上げました。町内の特技を持っている人たちの力を借りて、ストレッチ・茶道・華道・楽器演奏など楽しく過ごしてもらっています。その後、カフェサロン『えがお』も立ち上げ、忙しくも楽しく活動しています。

Q. 活動の中で大切にしていることは何ですか？

参加者、スタッフ、福祉関係者など関わってくれる皆さんのコミュニケーションを何より大切に考えています。2つのサロンには、共通した11名の女性スタッフがあり、彼女たちの圧倒的なパワーとコミュニケーションの取れた協力体制が活動を支えています。皆さんがワイワイガヤガヤ楽しんでいる様子を見てみると、「何もしなくても、皆で顔を合わせることに自体に意味があるんだな」と感じます。

Q. 活動の魅力はどんなことですか？

人のためだけでなく自分の喜びにもなることですね。コロナ禍で一時活動を休止していた期間があり、参加者の皆さんに2回ほど手紙を出したのですが、自分では思ってもみないほど喜んでいただけて…。とても嬉しくて私の方が元気をもらいました。今の私にとっては、活動していることが自然で当たり前になっています。

Q. 最後に一言！

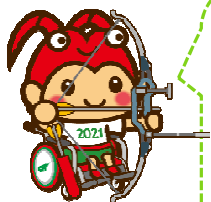
ボランティアは「人のため」と思うと構えてしまいがちですが、「自分の喜び」として勇気ある一歩を踏み出してほしいと思います。私はいくつになっても自分にできることはさせていただきたいと思っています！

GO! GO! とこわか大会

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『アーチェリー』を紹介します！

アーチェリー

三重とこわか大会
応援企画☆



身体障害のある選手が出場できる競技。弓の種類により、「リカーブ」と「コンパウンド」の2部門があります。リカーブ部門は、弓の先端が逆反りした形状の弓を使用し、コンパウンド部門は、リカーブよりも小さい力で弦を引くことができる先端に滑車がついた弓を使用します。

それぞれの部門において、50mと30m先の標的を1ラウンドずつ射て得点を競う「50m・30mラウンド」と30m先の標的を2ラウンド射て得点を競う「30mダブルラウンド」があります。

1エンドに3本の矢を放ち、12エンドで1ラウンドとします。直径80cmの標的は10段階に点数が区切られており、2ラウンド合計72射の合計得点を競います。

【開催場所】 松阪市「松阪市総合運動公園 芝生広場」（松阪市山下町111）

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3年2月10日（水）
 10:00～12:30 ※9:30現地集合
 ②令和3年2月17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：①2月5日（金） ②2月12日（金）

☆ボラ友あめ封入のお手伝い

依頼団体：四日市市ボランティアセンター
 日 時：令和3年2月10日（水）
 13:30～15:30 ※13:30現地集合
 場 所：四日市市総合会館3階 軽作業室
 申込締切：2月9日（火）

☆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：令和3年2月7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：2月5日（金）

☆ボランティアニュース封入のお手伝い

依頼団体：四日市市ボランティアセンター
 日 時：令和3年2月18日（木）
 13:30～15:30 ※13:30現地集合
 場 所：四日市市総合会館3階 療育訓練室
 申込締切：2月17日（水）

状況によっては中止の場合もあります。



カタチいろいろ ボランティア 四日市ボランティアキャンペーン

3月4日（木）～31日（水）はボランティアキャンペーン期間。期間中はさまざまなイベントを実施します。ボランティア活動に興味のある方はぜひご参加ください！

■ボランティア活動を知ろう！

市内で活躍するボランティア団体の活動についてパネルで紹介します。

日 時：3月4日（木）～7日（日）10:00～16:00 ※4日のみ13:00～16:00
 場 所：四日市市文化会館 第1展示室CD 参加費：無料 参加申込：不要

■ボランティア活動を体験しよう！

参加申込：各活動日1週間前までにご連絡ください。

*ユニバーサルデザイン ミニ講座	5日（金）10:00～12:00	} 四日市市文化会館 第1展示室CD
*はじめての点字体験	5日（金）13:30～14:30	
*「50歳からのセカンドライフ」講座	6日（土）10:00～12:00	

*障害者施設利用者とリモートで交流しよう

＜障害者自立支援施設共栄作業所＞
 4日（木）13:30～15:30
 四日市市文化会館 第1展示室CD
 ＜障害者自立支援施設たんぽぽ＞
 8日（月）9:30～11:30

*ハナモモの木を植えよう

17日（水）9:30～11:30
 ※雨天決行
 垂坂公園・羽津山緑地

*障害者スポーツを楽しもう

＜SSピンポン＞
 19日（金）13:00～16:00
 ヘルスプラザ 軽運動室
 ＜ボッチャ＞
 28日（日）13:00～16:00
 四日市市総合体育館 多目的室1



新型コロナウイルス感染症対策を講じながら開催します。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ていきましょう！

日程：2月 2日（火）10:00～11:30	3月 2日（火）10:00～11:30
2月 9日（火）19:00～20:30	3月 9日（火）19:00～20:30
2月20日（土）13:30～15:00	3月20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てみたい人、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



「ボランティアのたまご」は、
 赤い羽根共同募金助成金を財源
 として作成しています。