

ボランティアの たまご

6月号
No.235

編集・発行／四日市市ボランティアセンター 令和7年 5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



「好きなことが誰かの力に！ 尺八でつながる心」



あなた けんじ

今回は 穴田 建而さん

趣味である尺八の演奏を、市内外の高齢者施設や地域のつどいの場である「ふれあいいきいきサロン」などで披露している。ボランティア活動歴は25年を超える。

Q. ボランティア活動を始めたきっかけは何ですか？

40代の時、親が亡くなりました。高齢者施設でもお世話になりながら介護を続けていたのですが、「もう少し何かできることがあったのではないかな…」という思いがずっと心に引っかかっていた。そんな時にふと「施設などで、自分が好きで続けている尺八を演奏することで、皆さんに楽しい時間を届けられるのではないかな」と思い、活動を始めました。

Q. 活動の中で大切にしていることは何ですか？

聴いてくれる人たちの心に届けるように演奏することを大切にしています。演奏に合わせて大きな声で歌ってくださる人、演奏を聴きながら涙を流される人など、皆さんの反応は様々で、音楽には人の心の奥にある感情を解放したり、癒したりする力があると感じています。

また、一緒に楽しむことも大事にしています。模造紙に歌詞を書いたり、歌の時代背景を調べてイラストを添えたりするのもその一つです。こうした工夫を続けることで、聴いてくれる人たちにも喜んでもらえ、自分自身も楽しみながら活動が続けることができています。

Q. 活動の魅力はどんなことですか？

好きな尺八の演奏が、聴いてくれる人の笑顔につながることで、何よりの喜びになっています。また、活動が続けることで、自分自身の生活にハリが生まれました。続けることで元気を保ち、家族も安心してそれぞれの生活に向き合える。小さなことですが、地域や社会に少しでも良い循環を生み出せていると感じています。

Q. 最後に一言！

まずは好きなことや得意なことから始めてみると良いと思います。きっと新しい喜びが見つかりますよ。声をかけてもらえるのはとても嬉しいことです。求められる場所があるなら、どこへでも行きます！“しあわせ”は自分が決めるもの。自分らしく、楽しく、続けていきましょう！

ボランティア活動保険について

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中のさまざまな事故によるケガや損害賠償責任を補償する保険です。

【昨年度、ボランティアセンターに相談があったケース】



活動中、目に異物が混入して眼科に通院した…



地域のイベントで、照明に手が当たり壊してしまった…

補償期間：令和7年4月1日～令和8年3月31日

中途加入の場合、加入申込手続き完了日の翌日～令和8年3月31日

※加入には、ボランティアセンターへの登録が必要です

年度ごとの保険です。今年度加入しているかご確認ください。保険加入は安心してボランティア活動に参加するための備えにもなります。加入されていない方は、ご検討ください。詳しくはボランティアセンターまで。



ボランティア募集

● SSピンポン練習のお手伝い

依頼団体：三重県SSピンポン協会

日 時：①6月15日(日) ②7月20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

そ の 他：ヘルスプラザ卓球使用料280円が必要
(中学生以下140円)

申込締切：①6月11日(水) ②7月16日(水)

● 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：①6月18日(水) ②7月9日(水)
9:30~13:00 ※9:30現地集合

行 事 名：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

申込締切：①6月13日(金) ②7月4日(金)



● 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：7月5日(土)
9:30~13:00 ※9:30現地集合

行 事 名：おうちカフェ

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

申込締切：7月2日(水)



● 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：7月17日(木)
13:30~15:30 ※13:30現地集合

場 所：四日市市総合会館4階 技能習得室

申込締切：7月16日(水)

● ボッチャ練習のお手伝い

依頼団体：ボッチャサークル きらら

日 時：7月5日(土)
13:45~15:45 ※13:45現地集合

場 所：四日市市障害者体育センター

持 ち 物：動きやすい服装、体育館シューズ(上履き)

申込締切：7月2日(水)



お問い合わせ・申し込みは、
ボランティアセンターまで！

ボラセン伝言板

夏休みはボランティアのチャンス☆

サマーチャレンジ2025

ボランティア活動に興味のある学生さんを対象に、
ボランティア活動を体験できる企画を実施します！
詳細は次号で詳しくお伝えします！お楽しみに☆

期 間：7月下旬~8月下旬
場 所：四日市市総合会館、高齢者施設 等
対 象：高校生、専門学校生、
大学生



* よろしくお願ひします *

今年度よりボランティアセンターに配属になりました、吉田です。
ボランティアに参加してみたいなと思っている方の後押しや、ボランティア
活動をされている方が安心して活動できるようなお手伝いが出来ればと思いま
す。よろしくお願いいたします！



吉田

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：6月 3日(火) 10:00~11:30	7月 8日(火) 19:00~20:30
6月10日(火) 19:00~20:30	7月15日(火) 10:00~11:30
6月21日(土) 13:30~15:00	7月19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。

*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。
SNS(InstagramとFacebook)も随時更新中！「いいね」を押してね！ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒

*『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

