



ボランティアの たまご

11月号
No.240

編集・発行／四日市市ボランティアセンター 令和7年10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



「今までの出会いがきっかけであり、原動力」



たけなみ くみ
今回は 竹浪 久美さん

羽津地区の公園・緑地等の維持管理や、工作教室の企画・運営、世代間交流活動などのボランティア活動を行う『NPO法人緑の会羽津』の会員。

また、四日市ボランティアキャンペーン運営委員会の一員として、企画・運営にも携わる。

Q. ボランティア活動を始めたきっかけは何ですか？

『NPO法人緑の会羽津』での活動は、近所に住んでいる会員の方に「一緒に活動しよう」と誘われたことがきっかけです。ボランティアキャンペーンの企画・運営には、同会の前任者に代わって、昨年度から関わるようになりました。かつては、自分がボランティア活動に関わるようになるとは想像していませんでしたが、地域のみなさんとの関わりを通して、自然とつながりが広がり、気づけば様々な活動に参加するようになっていました。

Q. 活動の中で大切にしていることは何ですか？

『NPO法人緑の会羽津』の会員の平均年齢は76歳です。皆さん笑顔で明るく活動していて、こちらがパワーをもらえる場面も多いです！そんな先輩たちの姿を見ていると「疲れた」なんて言うていられません。心と身体の健康にはいつも気をつけて、楽しく元気に活動を続けていけるように心がけています。

Q. 活動の魅力はどんなことですか？

工作教室に来てくれた子どもたちの楽しそうな姿を見たときや、準備してきたものが形になった瞬間に感じる「よっしゃ！」という達成感が、活動の魅力であり、原動力です。子どもたちが、夢中になって作品を作っている様子を見ると「楽しんでもらえてよかった」と心から思えます。また、イベントの企画・運営や、広報物の作成など、工夫を重ねながらコツコツと準備し、完成したときには「頑張ったかいがあったな」と感じます。

Q. 最後に一言！

私が運営に携わる四日市ボランティアキャンペーンでは、イオンタウン四日市泊でイベントを開催します！イベントでは、活動を紹介するパネルや工作教室の作品を展示します。また、『NPO法人緑の会羽津』が活動する垂坂公園・羽津山緑地で、紅葉を楽しみながら清掃活動を行う体験も予定しています。幅広い世代の方に参加いただき、ボランティア活動や自然に触れてもらうきっかけになれば嬉しいです。ぜひご参加ください！

2025/11/15(土) ~ 12/15(月)

四日市ボランティアキャンペーン ボランティア活動を知ろう！

ボランティアグループの活動をパネルや写真などで紹介します。

展示期間 12月7日(日)
10:00~16:00

場 所 イオンタウン四日市泊 イベント広場
(四日市市泊小柳町4番5-1)



手回し発電機 & 海洋ごみを使った 万華鏡づくりを体験しよう！

ボランティアの魅力を発信！
ボランティア短歌 大募集！

投句いただいた短歌は「ボランティア活動を知ろう！」内で展示。来場者の投票で、最優秀作品を決定します！QRコードからご応募ください。



●パネル展示 ●ボランティア短歌 展示&投票
●ワークショップ ●ポッチャ体験コーナー ●アルミ缶アートづくり など…
見どころ盛りだくさん！みなさんのご来場、お待ちしております☆



裏面に続きます⇒

ボランティア活動を体験しよう！

ボランティア活動をちょっと体験。
新たな発見があるかも？

2025/11/15(土) ~ 12/15(月) 四日市ボランティアキャンペーン

SSピンポンを体験しよう

📅 11/27(木) 13:30~15:30
📍ヘルスプラザ2階 軽運動室

カフェサロンのお手伝いをしよう

📅 11/28(金) ① 9:00~12:00
② 12:00~15:00
📍塩浜地区市民センター

障害者施設利用者さんと交流しよう

📅 11/28(金) 9:30~11:30
📍あさけワークス(千代田町)

ウォーキングしながら公園グリーン大作戦

📅 11/29(土) 9:30~11:30
📍垂坂公園・羽津山緑地

障害者施設利用者さんと交流しよう

📅 11/30(日) 9:30~11:30
📍清和苑(西坂部町)

よく飛ぶ紙飛行機講座

📅 12/9(火) 13:30~15:30
📍四日市市総合会館4階 会議室

防災について学ぼう

📅 12/14(日) 10:00~11:30
📍じばさん三重4階 研修室2

締切:各活動3日前(要申込) 電話・メール・FAXでお申し込みください

詳細はホームページをご確認ください

サマーチャレンジ2025 座談会を開催しました！

サマーチャレンジ2025に参加した学生と座談会を行いました。それぞれが参加した活動を振り返り、気づいたことや、工夫したこと、やってよかったと感じたエピソードを共有しました。

私にとってサマチャレは、成長や出会いの機会です！



子どもとの約束を守ることを心がけました。

サマーチャレンジの感想が書かれたカードを使って、展示作品の作成も行いました。完成した作品は四日市ボランティアキャンペーンで展示します！ぜひ見に来てください☆



ボランティア募集



● 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: 11月8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、上履き
申込締切: 11月5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: 11月15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: 11月12日(水)

● 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: ①11月16日(日) ②12月21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、上履き、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: ①11月12日(水) ②12月17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: ①11月19日(水) ②12月10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: ①11月14日(金) ②12月5日(金)



● 「第1回四日市綱引きグランプリ」のお手伝い

依頼団体: 四日市諏訪商店街振興組合内「四日市市綱引きグランプリ実行委員会」
日 時: 11月30日(日) 9:00~15:00 ※8:30現地集合
場 所: 四日市諏訪新道通り
持 ち 物: 動きやすい服装、運動靴、タオル
そ の 他: ・昼食は依頼者側が準備
・前週にオンラインによる事前説明会を実施予定
申込締切: 11月21日(金)

お問い合わせ・申し込みは、ボランティアセンターまで！



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: 11月 4日(火) 19:00~20:30
11月11日(火) 10:00~11:30
11月15日(土) 13:30~15:00
12月 2日(火) 10:00~11:30
12月 9日(火) 19:00~20:30
12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。

*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

