

函館市のボランティア活動を紹介

# ボランティアセンターだより

令和5年度  
第2号

(発行)

令和5年11月

函館市社会  
福祉協議会

TEL23-2226

FAX23-2224

## はじめに

函館市ボランティアセンターでは、登録団体の活動や社協ボランティア関係情報等を紹介する広報紙を発行しています。各団体の活動を広げるPRや、さらには他団体との連携に繋がることを期待しています。ボランティアに関する情報発信等もぜひご覧下さい。



## 個人ボランティアの声

9月地域交流サロン「こんにち輪」に参加のボランティアさんに聞いてみました。

「こんにち輪」は月に1回社会福祉協議会が主催で開催しているサロンで、地域の皆さんが気軽に立ち寄れる場を提供しています。



**板坂 正悦さん**

退職後函館に戻りボランティア活動をしています。

お仕事の関係で全国を回ったときに撮りためた写真の展示会を開いたり、こんにち輪でも、毎回函館のなつかしい写真や、世界の名所の写真などを持ってきて、話題づくりをいただいています。また、成年後見人としても活躍されています。

**中村 徒百枝さん**

高齢者大学で学んだのをきっかけにボランティアセンターに登録しました。

新型コロナの感染拡大以来、あまり依頼はありませんが傾聴ボランティアを希望しています。

こんにち輪では、参加している方とお話しができるのが楽しいと仰っています。

皆さん積極的に活動されています。ボランティアセンターでは登録されている方が活躍できる場をつなげていきたいと考えています。



**二階堂 京子さん**

7年前に函館に移住、同居していたお孫さんが独立したのをきっかけに、何か役に立つことをしたいとボランティアセンターに登録しました。ボランティアの研修会にも積極的に参加していて、こんにち輪も最初からお手伝いいただいています。

こんにち輪では、随時ボランティアさんを募集しております。

詳細につきましては、事務局までお問い合わせ下さい。 TEL : 23-2226 (社協事務局)



# ボランティアセンター登録団体活動紹介



## ふまねっとクラブ

『ふまねっと運動』は、あみを踏まないように注意してゆつくり歩く運動です。

課題のとおりできなくてもやってみようと考えることが、脳への刺激になります。

間違えても笑って済ませます！

### 団体の活動

月4回の『ふまねっと教室』と、町会や自治会、団体・グループの依頼を受けて『出前教室』を行っています。

ふまねっと運動は、年齢に関係なく誰でも参加できるほど簡単な運動です。“運動”と言うと汗をかくようなものを想像するかもしれませんが、ふまねっと運動は脳トレ運動のイメージに近いので、簡単に言うと『楽しみながら頭を使う運動』だと代表の菊地さんが短くまとめてくれました。また、このように“運動”のイメージの違いは、伝わりにくさからPRの難しさにもなっているそうです。



### 人の想い

ふまねっと運動を始めて10年程経つ会員さんからお話を伺いました。

入会のきっかけは、すでにふまねっと教室に通っていた友人に誘われたこと。教室に向かうと、前々から「頭をスッキリさせたい！色々な方とお話をする機会・頭を使う機会をもちたい！」と思っていたので、すぐにふまねっと運動にはまってしまったそうです。

初めの頃は、みんなの前で失敗したらという恥ずかしさがあったとカミングアウトしつつも、ここは間違っても良い場所だから気が楽なのと満面の笑みを見せてくれました。「ふまねっとの影響か頭も衰えてはいない」と自慢の探求心で他にも色々なことに挑戦していきたいと話してくれました。

### 繋がる・広がる

今後は、コロナ禍の影響もあり縮小していた活動を、世の中の回復に合わせて戻すこと。そしてもう一つ、ふまねっと運動を広く周知したいと意気込みを見せてくれました。

教室でも「運動は楽しくなくちゃ」と言う皆さんの笑顔がとても印象的でした。

●お問い合わせ：菊地さん 57-0214 まで

# 読み語いの会「花音(かおん)」



文学作品の朗読や、絵本の読み聞かせ活動をしている団体です。

## 団体の活動

中央図書館で月3回、他にもキラリス、蔦屋書店など、数か所で定期的に読み聞かせの会を開いています。自主公演も年2回開催、今年は10周年を迎え記念講演も行いました。当会はフリーアナウンサーで、道新文化センター朗読講座の講師を務めていた犬童いづみさんを中心に、講座の受講生有志が参加して活動を始めました。現在の会員数は44名。朗読や絵本読み聞かせ、時には口腔体操や手遊びも加えて楽しい時間を共にできるよう、研鑽を積みながら精力的に活動しています。



## 人の思い

会員の野左近久美子さんに聞きました。読み聞かせの講座で勉強していて、5年前に時間ができたので入会。小学校で朗読の講演をした際、後日児童からお礼の手紙をもらったことが印象に残っているとのこと。これからは私が会の活動を支えていこうと思う、と意気込みを語ってくれました。

## 繋がる・広がる

依頼があれば、少人数の場所でも出かけていき、その環境に合わせて臨機応変に対応します。これからも活動の場を広げていきたいと考えています。

●お問い合わせ：花音事務局 090-3115-9830





お知らせ

## ボランティアポイント研修会開催について

### ボランティアポイントとは??

高齢者施設等でボランティアを行うとポイントがつき、貯まったポイントを換金等できる仕組みです。対象は、市内在住の40歳以上の方で要介護認定者は除きます。詳しくは下記事務局までお問い合わせ下さい。

日時

令和5年 **12月14日** (木) 13:30~16:00

場所

函館市総合福祉センター(あいよる21)1階集会室

内容

- 1) 事業の概要説明
- 2) 活動者体験談
- 3) 対象者への理解 (障がい者・高齢者)
- 4) ボランティアの心得

お申し込み・お問い合わせ

函館市社会福祉協議会 事業課 地域福祉係 TEL: **23-2226** まで

### ボランティア活動してみませんか？

ボランティア活動を行うには、すでにある団体・グループの活動に参加したり、個人で参加したり、仲間とグループをつくって活動するなど様々な活動のカタチがあります。

詳しくは、函館市ボランティアセンターで相談できます。(下記窓口へ)

「はじめてでちょっと不安・・・」という方は、一度活動の様子を見てから参加を検討することも可能です。まずはお気軽にボランティア相談窓口へご相談下さい。

### 函館市ボランティアセンター ボランティア登録者募集中！

函館市ボランティアセンターでは、ボランティア登録者を募集しています。

話し相手になってほしい、施設のイベントの手伝いをしてほしい、通院に付き添ってほしいなど様々な依頼に対し、希望される活動内容に合わせてマッチングしております。

詳しくは、下記事務局までお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ先】 函館市ボランティアセンター

〒040-0063 函館市若松町 33-6 総合福祉センター3階 TEL **23-8909**

