



ボランティアセンターだより

平成22年8月15日 第239号

かつしかボランティアセンター TEL 5698-2511 FAX 5698-2512
〒124-0006 葛飾区堀切3-34-1 ウェルピアかつしか3階
ホームページ <http://www.katsushika-shakyo.com/vc/>

2ページ ボラスタート講座・作品展	3ページ 小学生ボラ・介護サポーター	4ページ Vネット他	5ページ ボラ募集	6ページ 講演会・みんなのコーナー
----------------------	-----------------------	---------------	--------------	----------------------

ボランティアまつり実行委員会 始まります！

ウェルピアかつしかを会場に、かつしかボランティアまつりと障害者週間行事が一体となった「ウェルピアまつり」が、12月5日(日)に開催されます！

そこで、ボランティアの皆さんがつくるボランティアまつりの企画・運営を行う実行委員会を、下記のとおり開催します。参加を希望する個人の方、団体は必ずご出席ください！

- ◆日時 平成22年9月28日(火) 18時30分～20時30分
- ◆場所 ひがほりめもりあるほーる (ウェルピアかつしか1階)



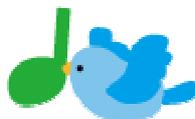
小学生ボランティア教室

イメージは…
ボールをつかった“カーリング”

障がい者スポーツ“ボッチャ”ボランティア体験

“ボッチャ”とは男女年齢、障がいの有無に関係なく楽しめる、ボールを使ったスポーツです。

- ◆内容 障がい者と一緒にボッチャを体験します。その中で、ボランティアについて学んでいきます。
- ◆申込方法 往復はがきに「小学生ボランティア教室」と明記し、保護者を含め参加者全員の氏名・住所・電話番号・学年をご記入の上、申し込みにください。10月6日(水)(必着)
- ◆対象 区内在住の小学生と保護者
- ◆日時 10月16日(土) 午前9時～正午
- ◆会場 ウェルピアかつしか1階
- ◆参加費 無料
- ◆定員 10組(申込多数の場合は抽選)



お知らせ

ボランティア相談窓口は
平日：8時30分～17時15分 水曜日は19時30分まで。
毎月第1・3の土曜日は開所します。
今後の開所日は8月21日、9月4日・18日です。

ボランティア登録状況

(平成22年7月末現在)

個人登録：66名
団体登録：2,742名
(82団体)
合計 2,808名

ボランティア講座のご案内

<講座>はじめてのボランティア

定期的に開催している、ボランティア初心者に最適な講座です。

- ◆内容 ①ボランティアとは
②ボランティア活動の紹介など
- ◆日時 9月9日(木) 午後4時～5時30分
- ◆定員 20名 <先着順>
- ◆対象 区内在住・在勤・在学の方<高校生以上>
- ◆会場 ウェルピアかつしか
- ◆申込方法
前日までに、電話又は、FAXでお申込ください。
TEL: 5698-2511
FAX: 5698-2512

住所・氏名・年齢・
電話番号を明記し
てください。



ボランティアスタート体験講座

区内で活躍しているボランティアの経験談を聞き、受講者同士の交流を深めながら学びます。シニア体験や実際に福祉施設などでボランティア体験をしていただき、活動を始めるきっかけづくりとします。

◆日時・内容

回	日時	内容	講師
①	9月25日(土) 午後2時～4時	はじめ ボランティア活動論・活動実践へのポイント	ボランティアセンター職員
②	10月2日(土) 午前9時30分～午後4時	疑似体験と実践者からの報告 シニア体験・車いす体験 ボランティア団体等の活動、経験談 実践活動に向けて	ボランティアグループ(予定) サークルせせらぎ 水元ネイチャープロジェクト 生活支援ボランティア 他
③	10月3日(日)～22日(金) ※午前9時～午後4時 活動先の日程による	ボランティア活動体験 区内の高齢者施設、障害者(児)施設、保育園等 ボランティアグループでの活動(環境、福祉等)	
④	10月23日(土) 午後1時～4時30分	まとめ 体験発表・ワークショップ	ボランティアセンター職員

- ◆会場
ウェルピアかつしか1階 ボランティア活動室
③のボランティア活動体験は、希望した施設や団体の活動場所
- ◆対象、定員
葛飾区在住、在学、在勤の方(高校生以上)
20名
- ◆受講料 無料
※ボランティア保険未加入者は300円実費負担あり
- ◆申込方法
往復ハガキに、住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、9月10日(金)までにお申込ください。
(申込多数の場合は抽選)

第45回葛飾区高齢者作品展 展示作品募集中!

- ◆開催期間 10月9日(土)～11日(月・祝) 午前10時～午後4時
※ただし、最終日の11日は正午まで。
- ◆会場 かつしかシンフォニーヒルズ ギャラリーI・II (立石6-33-1)
- ◆出品者資格 区内在住で、平成22年度10月1日時点で満60歳以上の方。出品は一人1点。
- ◆作品の種類 書・絵画・手工芸品・短歌・俳句・写真・盆栽等自作のもので
1年以内に製作された未発表のもの。
※作品の大きさに制限があります。詳しくはお問合せください。
- ◆申し込み方法 9月10日(金)までに電話で申し込み。
ただし、定員(200名)になり次第締め切ります。
- ◆申込み先 かつしかボランティアセンター 作品展担当
TEL (5698) 2511 FAX (5698) 2512



小学生ボランティア教室開催報告

平成22年7月17日(土) 快晴!!!

◆特定外来種の魚(ブルーギル)の駆除活動
(協力:水元ネイチャープロジェクト)

水元公園内に昭和30年代の池を再現させるためにブルーギルを駆除する活動を体験しました。

当日は、小学生22名、保護者20名が参加し、釣竿でブルーギルを釣り上げました。

☆終わってみて・・・どうだった???

疲れた・・・暑かった・・・

釣るのは楽しかった!!でも、最後に釣ったブルーギルを殺すのはちょっとかわいそう・・・だけど、勉強になった。

外来種を持ち込んだ人間が悪いのに駆除されるのはかわいそう。

来て良かった!!

体験したからこそその感想をたくさんいただきました。

みなさん、お疲れさまでした。またお会いしましょう!!!



☆みみず探し

・・・魚のえさになります。



☆家族で好きな場所で釣りをしていました。ブルーギルは347匹、釣れました!

葛飾区介護支援サポーター制度

介護支援サポーターとは??

区内在住満65歳以上の方で、サポーター登録をした方が受入施設で、掃除などの軽作業、話し相手、余暇活動の支援など、個々の施設に応じたお手伝い(サポーター活動)を行うと、その活動時間に応じて評価ポイント

(1時間=100ポイント)が付きまします。ポイントは年度毎に集計され、ご本人の申出により評価ポイント数に応じた交付金(100ポイント=100円)を支給します。

※ 交付金は年間5000円が上限です。

☆新宿、鎌倉、柴又、細田、奥戸の地域でサポーターを受け入れていただける施設を募集しています!!

☆ 施設の職員の方、施設でボランティア活動をしている方・・・
どんな方からのご相談、お問合せもお待ちしております。
お気軽にご連絡ください!! 電話:5698-2511

22年度 説明会・基礎研修会

第4回 9月 7日(火)

第5回 10月19日(火)

いずれも午後1時半~4時

ウエルピアかつしか1階

【内容】①制度の概要説明

②サポーター活動における心がまえ等

③登録手続き

【申し込み】5698-2511

次号は

サポーター活動の様子を紹介する予定です。

7月に新規登録したボランティアグループの紹介

浪曲親和会

浪曲の灯をいつまでも!!

浪曲親和会は、長年浪曲に親しんできた者の会で、福祉施設、イベントなどで浪曲口演を行っています。懐かしい日本人の心情を三味に合わせ、語りと節回しを聞いていただいております。催し物の企画担当の方からの連絡をお待ちしています。なお、会員も募集中で、基本からご指導いたします。

代表 飯塚 TEL:090-9397-8191

パイ Vネット情報

暑い夏を乗り切る 夏ばて防止のレシピ



Vネット加盟の「葛飾の高齢者問題を考える会 サークルせせらぎ」の小枝敬子さんから暑い夏を乗り切る“夏ばて防止のレシピ”を教えてくださいました。

作ってみてはいかがでしょうか！

ゆで豚…豚肉はゆでる前に塩をして置くと、臭みや余分な水分が抜けます。

材料 (4人分)

豚バラ肉 (塊) …約500g

生姜 (薄切り) …2枚

葱 (青い部分) …1本分

メモ…ゆで豚は冷蔵庫で3~4

日間薄切りで冷凍保存可能

作り方

1. 豚肉に塩小さじ1を振ってもみ込み、約20分間置く。
2. 鍋に豚を入れ、かぶる位の水を注ぐ。生姜・葱を加えて強火に掛け、煮立ったら中火にして、アクを取りながら50分~1時間ゆでる。

あっさり味ソース (玉葱ソース)

材料

玉葱…1/4コ

醤油、米酢…各カップ1/4

メモ…玉葱ソースは冷蔵庫で2週

間保存可能

作り方

1. 玉葱は冷蔵庫に10~15分間入れ、すりおろして、醤油・米酢と混ぜ合わせる

盛り付け例…人参・もやしなど、ゆで汁でゆで、水分を切り、皿に盛る。上にゆで豚1cmの厚さに切ったものを乗せ、肉に玉葱ソースをかける。

こってり味 (照り焼き風)

材料 (4人分)

ゆで豚 (左記参照) …500g

調味料

酒、みりん、醤油

…各大さじ2と1/2

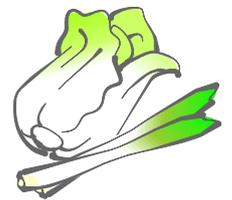
砂糖…小さじ1~2

作り方

1. フライパンにごま油少々を熱し、豚 (ゆで豚1cm厚さ一口大に切ったもの) を並べて焼く。脂がにじみ出て、色づくまで中火じっくり4~5分焼く。脂を紙タオルに吸わせ調味料を加え、煮立てからめる。皿に盛り、添え物に甘酢生姜・みょうがなど。

食欲が無い時の簡単ご飯

温かいご飯に、カリカリ梅干し (おつまみ用梅干しでも良い) を種を取り、細かく刻み混ぜ合わせる。これだけです、食欲が出ます。



「Vネット交流会開催」のお知らせ

事業計画に基づき、加入団体や個人の皆さんの活動報告と情報交換などの交流と、12月に開催される「ボランティアまつり」に向けてこれまでの感想や意見を出し合い、Vネットとしての今後へ提案・要望などを自由に話し合う「Vネット交流会」を下記の日程で開催します。

皆様の参加をお待ちしています。

◆日時 9月18日 (土) 午後2時~4時

◆会場 ウェルピアかつしか1階 (ボランティア活動室)



<センターだより 発送作業ボランティア募集>

ボランティアセンターは毎月15日に発行している「センターだより」の発送作業をお手伝いしてくれる方を募集しています！2時間程度の簡単な作業です。皆さまの参加をお待ちしています！！

内容：センターだよりの帳合、登録団体や福祉施設へ送る封筒詰めなど

日時：毎月10日 午前10時~正午 (10日が土日の場合は10日前後の平日の金曜日または月曜日)

9月以降の発送作業日は9月13日 (月)・10月12日 (火) です。

場所：ウェルピアかつしか1階

連絡先：TEL 5698-2511 (担当：加藤)

ボランティア募集



<西水元福祉館 イベントボランティア>

「すまいるフェスタ」でお手伝いしてくれる方を募集しています

内容：利用者の支援、会場整理、
模擬店・喫茶の販売補助など

日時：9月12日(日)

午前9時30分～午後2時30分

場所：西水元福祉館（西水元3-11-1）

募集人数：特に制限なし

その他：昼食あり

連絡先・問合せ：西水元福祉館

TEL：5660-2101

FAX：5660-2488（担当：北村）

8月29日(日)までにご連絡ください。

※再掲

<高砂福祉館 イベントボランティア>

「高砂フェスティバル2010」でお手伝いしてくれる方を募集しています

内容：利用者の支援、会場整理、
模擬店でのお手伝いなど

日時：9月19日(日)

午前9時～午後3時

場所：高砂福祉館（高砂5-10-1）

募集人数：特に制限なし

その他：昼食あり。動きやすい服装、上履き持参。

連絡先・問合せ：高砂福祉館

TEL：5699-6221

FAX：5699-6229（担当：田中）

9月8日(水)までにご連絡ください。

<南奥戸児童館 イベントボランティア>

子どもまつりでお手伝いしてくれる方を募集しています。

内容：お店のコーナーや子どものお手伝い
自転車の整備、後片付けなど

日時：9月25日(土)

午前10時～午後6時

場所：南奥戸児童館（奥戸2-30-11）

募集人数：特に制限なし

その他：動きやすい服装、上履き持参

連絡先・問合せ：南奥戸児童館

TEL：5698-1707

FAX：5698-1932（担当：堂路）

9月22日(水)までにご連絡ください。

<葛飾しょうぶ園 イベントボランティア>

施設公開行事でお手伝いしてくれる方を募集しています。一緒に楽しんでくれる方、お待ちしております。

内容：事前の準備、会場整理など

日時：10月9日(土) 午前9時～午後4時

場所：葛飾しょうぶ園（高砂2-8-1）

募集人数：20名

その他：昼食あり

連絡先・問合せ：葛飾しょうぶ園

TEL：3672-7161

FAX：3672-7163（担当：宝住）

8月15日(日)～9月30日(木)までにご連絡ください。

<せせらぎ亀有 調理&配達ボランティア>

高齢者にお弁当を調理し、配達している「せせらぎ亀有」さんがお手伝いしてくださる方を募集しています。

◆調理の方はボランティア精神のある人ならどなたでもお待ちしております。

皆と仲良く調理をしましょう！（調理後試食します）

◆掘切界限を配達していただける人を募集しています。11時くらいから配達し、短時間で終わります。

（お弁当を1個差しあげます）

日時：毎月第2・第3水曜日

午前9時～午後1時

※8月・9月はお休みです。

場所：亀有学び交流館

（お花茶屋3-5-6）

募集人数：調理する方 1～2名

配達する方 2～3名

連絡先・問合せ：かつしかボランティアセンター

TEL：5698-2511 FAX：5698-2512

活動してみたい方、ぜひご連絡ください！！



講演会



あなたの終いの住処を何処に選びますか？年相応の老いの旅支度を考えませんか？

- ◆日時 9月16日(木) 午後1時30分～午後3時30分
- ◆講師 鷲尾 公子氏
- ◆場所 ウィメンズパル2階 視聴覚室 (立石5-27-1)
- ◆テーマ 高齢者の福祉問題
- ◆参加費 無料
- ◆問合せ 葛飾の高齢者問題を考える一人ぐらし友の会 前野 TEL: 3693-1342

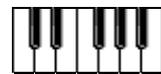
みんなのコーナー

京成小岩駅周辺は江戸川区ですが、柴又方面へ伸びる商店街の一部は葛飾区です。

千代田通り商店街(ちよだもーる)は狭い道の両側に店舗が並び、昔ながらの雰囲気があります。しかし、残念なことにシャッターが目立つようになってきています。そこで地元有志の方々が「地域を活性化しよう」「気軽に立ち寄れる場所作りをしよう」とイベントを企画しました。



商店街のちょうど真ん中あたりのギャラリーを使って『アーティストによる真夏の夜の夢展』が7月26日～8月2日に開かれました。葛飾花火大会があった7月27日の夕方からはミニコンサートが行われ、声楽家やピアニストの演奏と共に、福祉施設をボランティア訪問している混声合唱団「ツヴァイ」が出演しました。ギャラリーの外にまで人があふれ、商店街を往く浴衣姿の人も立ち止まって聞き入っていました。夏の夕暮れに野外コンサート？の趣きもある素敵なイベントでした。(今後、定期的なイベントを計画中だそうです。)



センターだより配布協力先

区内の各駅でも配布しています。どうぞご利用ください！

- *公共施設* 葛飾区広報課、生涯学習課、各地区センター、区内図書館10館、学び交流館4館、区内各駅、葛飾警察署、シニアIT・活動情報サロン、ウィメンズパル、福祉事務所東庁舎、市民活動支援センター
- *保育園* 高砂保育園
- *医療関係* 嬉泉病院、東部地域病院、慈恵医大青戸病院、葛飾ロイヤルケアセンター、四ツ木診療所、アサヒ薬局(四つ木)、秋山歯科クリニック(東金町)
- *商店* イトヨーカ堂四つ木店・綾瀬店(いずれもサービスカウンター)、コープとうきょう亀有店
- *高齢者関係施設* 中川園、水元園、西水元あやめ園、水元ふれあいの家、デイサービストリツ、かわせみデイサービスセンター、シルバー・サポート・コスモス、奥戸くつろぎの郷、いろは福祉会、東四つ木在宅サービスセンター、東四つ木ほほえみの里、西新小岩在宅サービスセンター、すずうらホーム、葛飾やすらぎの郷、おーぶんはうす金町、グループホーム愛和 ハート&ハートかつしか、デイサービスセンターすこやか、お花茶屋ロイヤルケアセンター、デイサービスセンター堀切菖蒲園、デイサービスセンター水元、亀有在宅サービスセンター、東堀切在宅サービスセンター、東新小岩在宅サービスセンター
- *障害者関係施設* 西水元福祉館、こすもす、高砂福祉館、鎌倉福祉館、奥戸福祉館、白鳥福祉館、かがやけ共同作業所、しょうぶエバンズ、あすなろの家、さくらハウス、地域活動支援センターもっく、グループまどかII、のぞみ発達クリニック、第2あすなろの家
- *その他* かがやき友の会、子育てひろば「わかば」、(N)花いっぱい、(株)愛和 鎌倉営業所、ふれあいサロン

このような形でご協力くださるお店・施設などを募集しています。

ボランティアセンターまでお電話ください。みなさんのご理解・ご協力をお願い申し上げます。