



虹と風のたより

発行者：生活クラブいなげビレッジ虹と風共同事業者

生活クラブ風の村/生活クラブ虹の街/輪生活サポートクラブ/VAICコミュニティケア研究所/ワーカーズ・コレクティブSan/ワーカーズ・コレクティブまどれぬ

「人のために何かしたい」気持ちを実現する

ボランティア活動への第一歩

近年、「ボランティア」という言葉をよく耳にします。ボランティアとは、利益を目的とせず人のために尽くすこと、つまり、「自分の力を人のために役立てたい」という思いを形にすること。

しかし中には、気持ちはあっても、具体的にどんなことをしたらいいのか、どうすればいいのかわからない、そんな方もいるのではないのでしょうか？そこで今回は、人のために何かしたいという思いを実現している方に、活動を始めたきっかけや活動内容、今の気持ちなど、お話を伺いました。

★ S.Iさんの場合（60代女性） ★

《きっかけ》ボランティアに興味はあったが、きっかけがなかった。そんなときに「生活クラブいなげビレッジ虹と風」が近くにでき、知り合いもいたので相談し、活動に参加するようになった。

《活動内容》

- ・コーラスグループで施設に歌を歌いに行く
- ・バースティカードづくり

《気持ち》活動を始める前は、活動の日程が自分の都合に合うか、自分にできるのか心配したが、始めてみると心配するほどのことはなく、もう少し気軽に考えてもよかったのだと思えた。人が喜ぶ顔を見るのが自分の喜びでもあり、元気をもらっている。



★ M.Kさんの場合（70代男性） ★

《きっかけ》仕事を通じて社会貢献してきたことが「自己実現」なのだと思っていた



が、勘違いだったと気づき、自己実現を目指して社会保険労務士を取得し開業。その後、家族介護の経験からシニアの元気づくりで介護・認知症予防をテーマとする「ちば元気づくり友の会」を立ち上げ、テーマ実現の活動を始める。

《活動内容》介護施設訪問、音楽体操や学習会の企画・準備・実施

《気持ち》催し物の下準備は本当に大変だが、高齢者、特に男性高齢者が喜んで出てくる良い居場所をつくるのはやり甲斐がある。「シニアの元気づくり」のための活動が社会に浸透したときに自分の自己実現が達成されると信じている。

お二人の話から、「人のために何かしたい」気持ちを実現するのは、まずは自分が興味をもっていることや身近なテーマに関わってみることから始めてみる、そして次に活動の目的を明確にすることが大切なのではないかと感じました。また、M.Kさんと一緒にお話を伺った同じ会所属の男性2名を含め、全員がボランティア活動を楽しんでいる様子がよく伝わってきました。

みなさんも、「人のために何かしたい」気持ちを形にするための一歩を踏み出してみませんか？

★「人のために何かしたい」という方、是非ご相談下さい！★

NPO 法人 VAIC コミュニティケア研究所 (TEL : 043-290-8015)

1月の あみいこ!!



プレゼントに、またご自分用に
可愛い雛人形を作ってみませんか?

「あみいこ」は、地域の住民同士が出会う場・企画です。
※専用駐車場はありません。車での来場はご遠慮下さい

- ★**デジカメ教室**★ ※先着 10 名!
9日(水)10:00~12:00 参加費:800 円
会場:生活クラブ虹の街 2 階 会議室宙
- ★**佐賀先生の健康教室**★ ※先着 15 名!
17日(木)13:30~15:30 参加費:500 円
会場:生活クラブ虹の街 2 階 会議室宙
テーマ: 気になるガン検診 パート1
がん検診を上手に利用する為には?気になる
器官ごとに検診の受け方を学びます。

- ★**絵手紙教室**★ ※先着 15 名!
23日(水)13:30~15:30 参加費:800 円
会場:生活クラブ虹の街 2 階 会議室宙

❖お申込み先❖ **043-290-8015**
VAIC コミュニティケア研究所 (川端・北田)

木目込み人形講習会

1月21日・28日(月)

※2回連続講座です。

- * 14:30~16:30
- * at カフェCache-Cache
- * 参加費 7,000円

(飲み物&ケーキセット代込み)

《持ち物》

エプロン、紙切りハサミ、
板(カマボコ板可)、待針2~3本



主催・申し込み先: カフェCache-Cache
Tel. 043-301-3755

♪ デポ-園生企画

***生産者がやってきます!**

*紳士&夫人スーツ・小物(センチュリー)
→19日(土)11:00~17:00
生活クラブいなげビレッジ虹と風 2階 会議室宙

*おせんべい(小島米菓)と飴(二葉製菓)
→21日(月)10:30~15:00 デポ-園生にて

*真珠&宝石(東京真珠)
→24日(木)&25日(金)10:30~19:00
デポ-園生にて

***ライフプラン講座**

30日(水)10:30~12:30
生活クラブいなげビレッジ虹と風
2階 地域活動スペース虹

連絡先: Tel. 043-290-0090

初めて学ぶ
医療保険
あなたの医療保険、
見直しませんか?

虹と風のマルシェ



みんなで一緒に
長〜い太巻きをつくって食べよう!

もうすぐ節分!

1月26日(土)

11:00~13:00

生活クラブいなげビレッジ虹と風 2階
地域活動スペース虹

- * 参加費 300円
- * 持ち物 巻き簾

申込み先: デポ-園生 Tel: 043-290-0090



…編集後記…

昨年、個人的に大きく変わったことは、洗濯物の畳み方です。娘が畳んだ洗濯物を見て、それまでの大雑把な袖畳をやめました。かかる時間はそんなには変わらないのに、面倒だった畳む作業を楽しめるようになり、整理もしやすくなりました。今年は生活全般を見直して、変えていく年にしたいと思っています。(わ)

問合せ先: VAICコミュニティケア研究所 (千葉市稲毛区園生町1107-7 TEL. 043-290-8015 FAX. 043-290-8016)

*** 本紙は、「生活クラブいなげビレッジ虹と風」が発信する地域福祉に関する情報紙です ***