

# ららだより



平成21年11月30日

## VOL.4

編集・発行

生駒市市民活動推進センター ららポート

### ちょっとのぞいてみませんか？ 情報BOX設置しました

私たちの周りには、ボランティアなど広くNPOに関する情報が、たくさんあふれています。ららポートでは、そんな情報をストックし、見ていただきやすいように整理しました。ボックスの種類は「一般情報」と「登録団体情報」です。

一般情報は、「ボランティア・NPO法人」「行政」「中間支援団体」「関係機関団体」の4つの箱があり、それぞれの所在地によって「生駒市内」「奈良県」「県内他市町村」「奈良県外」と色分けした団体ごとのファイルを作っています。

また、登録団体情報は、市民活動推進センターに登録いただいている団体のニュースレターやイベントのチラシ等を挟んでいます。これから、随時情報をストックしていきますので、どうぞ、ご活用ください。

また、情報も求めていますので、ボランティアなどNPO活動をされている方々の情報をお寄せください。



60代からの地域デビュー講座

### 講座「第三の人生」を豊かに生きる \*10月開催報告\*

10月24日(土)・31日(土)の2回にわたり、60代からの地域デビュー講座を開催しました。高齢化社会では、仕事や子育てが一段落した「第三の人生」は20年以上もあるといわれる中、新しい価値観を受け入れ、地元地域で自分らしく生活するために・・・ちょっとしたコツや活動計画についてなど、講師に桃山学院大学社会学部 石田易司学部長・教授を迎え、お話しいただきました。また「後出しじゃんけん」などのゲームでは自分たちが変化に弱い存在だということを実感し、簡単なことでも他人と一緒にする難しさを体験。事例をふんだんに盛り込んだお話に引き込まれ、受講者からは、「とても共感を持って！」「交流がとても大切であると思いました」との感想をいただきました。

ボランティア・NPOのための補助金・助成金の申請と獲得をめざして

### 講座「企画力・プレゼン力を高める！」 \*1月開催のお知らせ\*

託児あり

市民と行政の協働によるまちづくりの一環として、ボランティアなど広くNPO団体への活動支援の一環として、地方公共団体や民間企業・団体が、補助金や助成金の制度を設けています。

こうした制度を利用するには、多くの場合、申請書や企画書の提出や、申請の内容を説明するプレゼンテーション(プレゼン)の機会が設けられています。制度への申請と獲得をめざして、企画書作成やプレゼンのポイントを押さえ、実際にプレゼンテーションを組み立てていただきながら進めていく実践的講座です。

- 日時 平成22年1月29日(金) ①午前10時～12時 ◇企画書を作る  
1月29日(金) ②午後1時～3時 ◇プレゼンのシナリオを作る  
2月12日(金) ③午後1時～3時30分 ◇プレゼンをする・総評

対象等は裏面をご覧下さい

## 突撃！高校生リポーター

この夏、ららポートでは、夏休み期間を利用して登録団体取材する高校生リポーターを募集しました。応募してくれたのは橋本沙也香さん。バトン部やボーイスカウトなどで活躍する高校2年生です。初日には広報広聴課職員のレクチャーを受け、いざ取材へ！普段は、ボランティア活動をする側で、取材は初めてのこと。毎回事前に取材メモを準備し、計12団体に体当たりでインタビューしていただきました。そんな橋本さんのレポートを今後ご紹介していきます。まず、第1回目は『さくらの会』の取材レポートです。



### 「さくらの会」

「さくらの会」の名前の由来は、4月から活動が始まったからだそうです。今年で16年となる長年の活動の秘訣は、「好きなことをしているから」。毎日が勉強であり、ボランティア活動が生きがいであるとおっしゃっていました。ある脳性マヒの方の為に使いやすい枕を特注で作ったりしていることも聞きました。皆で意見を出し合い、ご本人や親、看護師さん達とも確認しながら、より使いやすく、楽な姿勢でいられるように何度も作り直して細かい所まで気を使っておられ、感動しました。

◆担当メモ◆ 「初めての取材で緊張した」と橋本さん。さくらの会のメンバーさんからは口々に声をかけていただき、印象に残る取材となったそうです。

### 「さくらの会」の活動

- ①生駒市内の高齢者施設で入居者を対象とし、月1回2ヶ所でレクリエーションを通じて交流をはかる。
- ②介護用品や介護衣を使う方に合わせて採寸し、月2～3回、ららポートにて製作・リフォームする。

## ボランティア情報

※詳細は、ららポート窓口まで、お気軽にお問い合わせください。  
※ボランティアに関する掲載情報も募集しています！

### メンバー募集

#### グリーンボランティア「いこま宝の里」

“街中のみどりを守ろう！”を合言葉に今年4月に発足しました。毎月第3土曜日にイモ山公園の樹林で活動しています。小・中学校の緑の整備活動も始めました。

### ボランティア募集

#### デイサービスセンター幸楽

高齢者が、トレーニング機器を使用して介護予防のための運動をする際、運動のサポートや、お話し相手になってくださる方を募集しています。

### イベント情報

#### NPO法人いこま国際交流協会

##### 「ikoryu 音楽祭～シルクロードをたどる世界の音楽」

12月20日(日)午後1時～3時30分、コミュニティセンター文化ホール。シルクロードに想いを寄せ、伝統音楽や古典舞踏を通して文化交流を楽しむ音楽祭。

12月10日(木)までに要参加申込、参加協力費500円  
開催当日の会場設営・受付ボランティアも募集中。

問合せは、李和子さん TEL0743-78-6491

### イベント情報

#### 生駒市精神障害者施設後援会

##### 「トーク&ライブひだまり2009」

12月19日(土)午後1時30分～3時30分、コミュニティセンター文化ホール。精神障害者のための3施設の活動紹介と歌手安土明中子さんのコンサート。安土さんとひだまり・JFL-いこま・はなのメンバーとのセッションもあります。参加協力券1,000円  
問合せは、コスモールいこま TEL0743-73-0900

## ボランティアの声「ボラボー！」「グループすずめ」中村 秀子さん に聞きました

**笑顔で**「お茶会が好評で、またやってほしいって言って下さってるんですよ」と話す中村さん。グループすずめで、精神障がいをお持ちの方たちとの交流を目的に、施設を訪問しておしゃべりをしたり、イベントを実施する活動をされています。

**きっかけ** 中村さんは、30代で大病を患い、長期にわたって家族と遠く離れて入院生活を送られました。そんな中、ふと感じた「離れてはいるが、帰りを待っていてくれる人がいる」幸せや、同室の患者やそのご家族から受けた多くの親切によって、自分も他の人のために何かしたい、と考えられました。退院後、県の広報誌で音訳ボランティア講座を知り受講、ボランティア活動への一歩を踏みだされます。

**グループすずめ** 立ち上げのきっかけは、今から十数年前になります。親しい友人のご家族が統合失調症にな

り、話し相手として友人に寄り添う中、市内で精神保健ボランティア講座の開催を知り「**病気のことを知りたい、勉強しよう**」と受講されました。そして、その修了生から生まれたのが、グループすずめです。

精神障がい者への支援は、具体的なマニュアルがなく難しいと、つくづく感じておられます。グループ発足当初は、「親切の押し売りで来たのでは？」と拒否感を示されたことも。グループの中で試行錯誤を重ね、思いの押し付けにならないよう活動するうち、受け入れてもらっているなど実感されたそうです。精神障がいを持った方が、**地域から孤立しないよう**、近所のちょっと親切なおじちゃん、おばちゃんとして、これからもゆっくりに、じっくり活動を続けていきたい、と話してくださいました。

## イベント・催し物

### ■講座「企画力・プレゼン力を高める！」

日時・・・1月29日(金)午前10時～12時、午後1時～3時

2月12日(金)午後1時～3時30分

対象・・・市内在住・在勤もしくは在学、または市内で活動し  
テーマに興味がある方で、全3回参加可能な方

託児・・・2歳以上就学前のお子さん(1/19まで受付)

※12/11(金)より受付開始

※いずれも参加費無料、ららポートで開催します。お問い合わせは下記までお願いします

### ■ボランティア交流広場「ららパーク」

前回10月24日(土)は、組織作りや人員募集の広報手段、受入れについて語り合いました。

次回は **1月23日(土) 午後1時～3時**

**ららポート2階交流スペースにて(申込み不要)**

\* 皆さんもお気軽にお越し下さい \*

### 編集後記

ららポートには、毎日色々な方が来られます。ボランティア活動のご相談はもちろん、中には、ちょっと笑顔をみに来たよ、という方も。皆さんの何気ないお話にも、今までの生き方がにじみ出ていて、とても味わい深く、私達も感じ入ったり心がほわっと温かくなったりします。寒い季節ですが、心も体も栄養をしっかりと摂り、免疫アップ！を目指したいですね。<小>

### ■生駒市市民活動推進センター ららポート

〒630-0257 奈良県生駒市元町1丁目7番6号

TEL:0743-75-6000 FAX:0743-75-0151

e-mail: [lalaport@city.ikoma.lg.jp](mailto:lalaport@city.ikoma.lg.jp)

開館日時 月曜日～土曜日 午前9時～午後5時

休館日 日曜日・祝日・年末年始(12/27～1/5)

※オストメイトトイレがあります

※公共交通機関でお越し下さい



●ららポート登録団体 56 団体、個人登録ボランティア 956 人(11月1日現在)