



☆ららだよりは生駒市HPでもご覧いただけます！【生駒 ららだより】で検索！

大募集 マイサポいこま 平成27年度 マイサポ団体を募集！

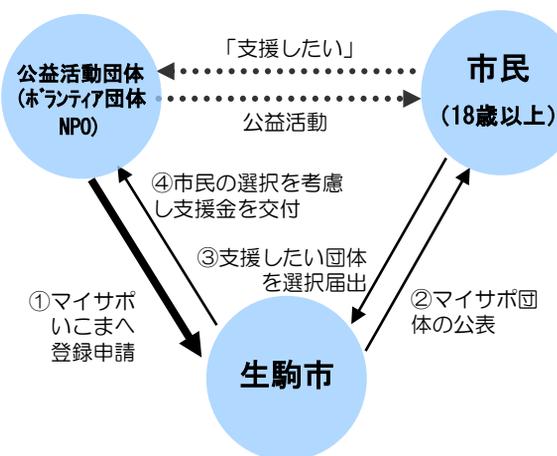
「マイサポ団体」募集！！ 4月1日(水)～20日(月)

地域のためにがんばっている市民活動団体をみんなで応援する制度、「マイサポいこま（生駒市民が選択する市民活動支援制度）」の登録団体を募集します。

「個別窓口相談会」も実施しています！！

*申請書の書き方など、登録申請についてのご相談を受け付けています。（要予約）

- 日時：3月9日（月）～4月18日（土）
午前9時～午後5時まで（日曜日・祝日を除く）
- 場所：市民活動推進センターららポート窓口
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。



大募集 春です♪今年もやります☆ららポート主催事業！

「ボランティアはじめてみよう！」講座

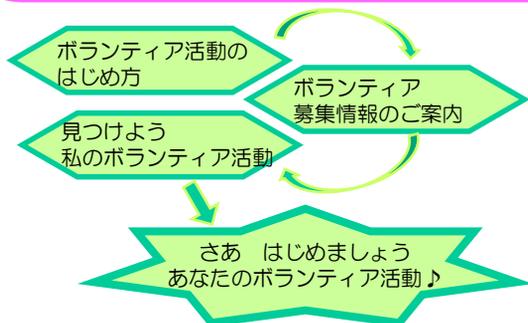
「ボランティアしてみたいな」「何かできることあるのかな？」そんなお気持ちのみなさん。ボランティア活動のカタチは、さまざまです。あなたに合った活動を、一緒に見つけましょう。

- 日時：4月10日（金）午後1時30分～3時30分
- 場所：市民活動推進センターららポート研修室
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。
- 対象：市内でのボランティア活動に興味や関心のある人
- 定員：40名(申込み順)

「伝わるチラシの作りかた」講座

あなたの活動を広く地域に伝えましょう！
①チラシに掲載する情報を選ぶ
②伝わる「デザイン・レイアウト」のコツ
2日間にわたって、2つのテーマを学びます。

- 日時：①5月27日（水）午後1時～4時
②6月 3日（水）午後1時～4時
 - 場所：生駒市コミュニティーセンター4階
 - 対象：市内で公益活動をされ、テーマに興味や関心のある2回とも参加できる人
 - 定員：40名(申込み順)
 - 受講料：無料
 - 託児：あり（2歳～就学前まで）
 - 手話通訳・要約筆記：あり
- 5月13日（水）締切



★申込み・問い合わせ★

どちらの講座も、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入の上、市民活動推進センターららポート窓口・FAX・電話もしくはE-mailにて申込み
(伝わるチラシの作りかた講座は4月10日より受付開始)



ひ

ひだまり家族会の上村京子さんはいつもらぽートのカウンター越しに優しい穏やかな笑顔で挨拶をしてくださいます。

そんな上村さんの笑顔に惹かれて、お話を聞かせていただきました。

24～5年前から大阪まで月に何度か通って(社福)日本ライトハウスでボランティア活動してきました。何か社会奉仕活動をしたと思ってね。

(社福)日本ライトハウスは目に障がいのある人を支援するところで、ここでボランティアしたことで人生観が変わったんです。生駒でも何かボランティアできないかなあ～と思って【(社福)萌地域活動支援センターコスモールいこま】でお昼のランチを作るお手伝いを始めたんです。もともとお料理を作るのが好きだったから。

目の病気と精神の病気は違うでしょ。精神の病気をもっと勉強したい、何か役に立つボランティアをしたいと思って【ひだまり家族会】に入りましたよ。

ま

まだまだ充分じゃない！と感じておられることを教えてください。

ここ何年かで、世の中の人たちが、障がい者問題やボランティアのことに注目するようになってきています。障がいには身体と知的と精神がありますが、障害者手帳・障害者年金・医療費において精神の人への保障は社会的にまだまだ遅れているんです。

また、施設の数が充分とは言えませんが、施設に繋がっている人はまだいいんです。施設に行けずに家にいる人は、他に行き場所も情報もないんです。

本人の経済的な自立もある程度は必要ですが、社会的な援助を受けながら、人生を楽しんで生きて欲しい。そのために社会的な資源をうまく活用していく体制がしっかりできることを、一番に願っています。

なかなか目につかないですけども、奈良県内の家族会の連合体【奈良まほろば会】でも、障がい者福祉の運動をしているんですよ。

だ

大切にしている活動は何ですか？大変なこともたくさんあると思うのですが。

- ひだまり家族会では、
1. 家族同士で支え合う
 2. 病気のことや薬のことを勉強する
 3. 行政に対して要望する
- この3本柱で活動してるんです。



本人を福祉的に支援することももちろん大事ですが、バランスを崩した方がおられたら、それで精一杯になって、家族と一緒に巻き込まれてしまうんですよ。

正しい医学的な知識を学びながら、どうすれば安定して過ごせるのかを考え、全員でストレスを解消しながら、会員の中で支え合うことが大事ですね。そういうのが実は一番難しいんですが・・・

深刻に考えずに、機会があればバザーをしたり出かけたりと、いろんな場面を設定することによって、生きている実感が湧くと思って、皆さんと一緒に行事を企画したり、勉強会もしています。

り

リラックスできる場所やストレス解消法はありますか？

私は5～6年前から無農薬の野菜作りで癒されています。四季折々、結構色々な種類を作っているんですよ。家にはいっぱいフルーツも植えています。子どもの頃からの夢だったので・・・

お芋も毎年植えていて、ひだまり家族会で芋ほり会をしています。今年はたけのこ堀りもしたいと思ってるんですよ。土を触ったり、自然に触れていると、みんなも私も笑顔が出ます。



“ひだまり”は「陽光のあたる暖かい場所」

私には、上村さんのまわりが“ひだまり”だと思えました。



第6回 らら♪まつり 開催しました！！

2月14日(土)コミュニティセンターで、登録団体とららポートが協働で実施する、ららポート交流事業「第6回らら♪まつり」が開催されました。ららポート登録団体が一堂に会し、ブース展示、フリーマーケット、体験プログラムなどを通じて活動紹介を行いました。お天気にも恵まれ、800人の来場者がありました。



「明日 らら♪まつりで待ってるよ!!」
開催前日、小雪のちらつく中、たけまるくんと一緒にチラシ配りを行いました。



活動紹介ブース・ちよこつと体験コーナー
団体の活動を展示や体験で紹介。
「どんなことをしているの?」みんな興味しんしん。

フリーマーケット
気に入ったものを買って活動を応援!!
手づくり品や家庭用品など盛りだくさん!



ららラリー
各団体が考えた「もんだい」にチャレンジ!
笑顔でコミュニケーションがとれました!



「災害とボランティア～わたしたちにできること～」
今年も共通テーマとして各団体がボランティアとしてどのような支援ができるのかを考え、展示を行いました。
また、災害用備蓄米(アルファ米)の試食配布も行いました。
全体会では、生駒市危機管理課より、災害用備蓄米の説明や、「災害時のボランティアについて」をテーマに講演がありました。



「マイサポいこまコーナー」
♪こんな事業を実施できました。ご支援、ありがとうございました♪
今回初めて「マイサポいこま(生駒市民が選択する市民活動団体支援制度)コーナー」を設け、マイサポ団体が事業報告及び詳細告知を行いました。

イラスト：秋田琴絵さん(ららポート個人登録ボランティア)

2月21日(土)「子育てアプリ アイデアワークショップvol.2」(参加者21名)
 3月1日(日)「子育てアプリ ハッカソン」(参加者21名)を開催し、子育てに役立つアプリの試作品を開発しました。このプロジェクトはITを活用しながら生駒市の地域活性化をめざすCODE for IKOMAとの協働で実施しました。

最優秀賞

迷える本棚

対象年齢ごとのお勧め書籍の紹介や、該当図書の本館貸出し情報が検索できるアプリ

優秀賞

どこいまま いついまま

子ども向けイベント検索と参加情報をママ友パパ友と共有できるアプリ

いこま特別賞

いこまぐるぐるマーケット

育児用品や子ども服などを手軽にリユースできるアプリ

いこま子育て知恵袋

子どもの医療・教育・食などの情報検索と相談ができるアプリ

生駒市の悩めるママアプリ

皆が悩む子育てSOS 子どもの発達について相談や情報収集ができるアプリ



3月14日(土) ボランティア・NPOのための活動資金の調達方法や活用についての講座を(社福)大阪ボランティア協会事務局長の水谷綾さんを講師に招き開催しました。参加者は23名。みなさん、熱心に受講されていました。

《アンケートより 参加者の感想》

★寄付金を集めるコツが改めてわかりました。基本に戻ること等に気づかせていただきました。

★助成金を出す側にたって考え、助成する側に安心感を与えられる企画をすることの大切さを知った。

登録団体情報

【こわれたおもちゃを修理するおもちゃの病院】

持って来ていただいたこわれたおもちゃをおもちゃドクターが修理します。

日時/4月16日(木)、5月21日(木)

受付は10時~15時

場所/ららポート 3階

費用/原則無料

(部品代等の実費が必要になることがあります)

申込み/不要

問合せ/健やか交流塾おもちゃ病院 生駒病院

TEL:090-7873-4765(宮田さん)

ボランティア募集

【ひまわりの集い交流会】

知的なハンディキャップを持つメンバーたちと、外出イベントやサロンを企画・運営しています。今年やってみたいことや行きたい所などを話し合った後、おやつバイキングやレクリエーション・ゲーム等で楽しい時間を過ごします。一緒に寄り添ってくださるボランティアを募集します。

日時/4月26日(日) 13時30分~15時30分

場所/生駒市福祉センター

費用/無料

問合せ/ひまわりの集い

TEL/FAX:0743-71-0235(浦林さん)

http://www.geocities.jp/himawari_tsudo/

《編集後記》

春です!目をこすりながら、草むらの中のつくしを探すのが好きです。ふんわり漂う草の香りを感じながら、のんびりお散歩したいな~ご近所の庭先の色とりどりの花や公園の桜の木の膨らんだ蕾を見ながら草餅・桜餅・三色団子...思いはいつも食べる方へ。さあ新年度!新たな気持ちでがんばろ~(み)

■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

生駒市公式Twitterアカウント :@lkoma_lalakatsu

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

※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 69団体 [構成人数 1,956人] (3月1日現在)