

☆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！市民活動団体・個人ボランティアの登録を募集しています

市民公益団体の登録の6つの要件

1. 市民公益活動を行っていること。ただし、会員向けの互助活動のみは除きます
2. 公共性、社会性があり、営利目的でないこと
3. 市内に活動拠点をあること
4. 年間を通じて公益活動を行っていること
5. 団体構成員が5名以上で、過半数が市内在住、在勤又は在学者であること
6. ららポートと連携をとること

詳細につきましては、ららポートへお問合せください。

登録団体になると・・・

- ・ららだより、ららポートのツイッター
また、広報いこまちの掲載等の支援が受けられます。
- ・ららポートの研修室等を使用することができます。
- ・ららポート2階の交流スペースで活動をPRできる棚があります。

市民のみなさんに団体の活動を知ってもらう機会が増えます。

個人ボランティア登録（ご相談ください）

「ボランティア活動に興味はあるんだけど・・・」「どんな活動があるのかな？」と思ったら、ららポートにご相談ください。

ボランティア活動の対象・分野・活動日などお聞きかせください。

ボランティア登録すると・・・

- ・ららポートから定期的に市内のボランティア活動に関する情報が得られます。
- ・団体にはまだ入会する気持ちにはなれないけれど・・・と思う人でも、多種多様な団体でボランティア体験もできますよ。

たとえば、どんなボランティアがある？

- ・環境、福祉、多文化交流、まちづくりなどの分野で活動する、ららポート登録団体の活動
- ・単発のイベントでの活動
- ・市内の高齢者施設や障がい者施設などでの継続的な活動 など

そうだ！ボランティア情報を見よう

生駒市ホームページで「ボランティア」と検索してください。第2・4土曜日に情報を更新しています

ボランティア



ららポートへお越しください！

マイサポいこまの届出は、もう、お済みですか？

8月12日（水）まで平成27年度マイサポいこまの届出を受け付けています。みなさんの届出が市民活動団体の事業の支援につながります。

7月1日号の広報いこまちと同時配布した紹介冊子の中の届出用紙をお使いいただいたり、インターネットでも届出していただけます。

事業内容については生駒市ホームページのマイサポのページをご覧ください。 <届出フォーマットのページ>



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）

せと きよみ
瀬戸 清己さん (67歳) にお聞きしました

10万時間 あなたならどう使いますか？

「10万時間」・・・社会人になって1日8時間働く計算で定年まで働いている時間
「10万時間」・・・定年後、1日自由になる時間が14時間という計算で約20年間を過ごす時間

「10万時間」は瀬戸さんがインタビューの最初に話された言葉だ。40歳代のときにライフプラン研修を受講した際に、瀬戸さんはこの言葉に出会った。長い間働いたと思っただが、それと同じ時間が定年後待っている。自分はその時間をどう使うか？

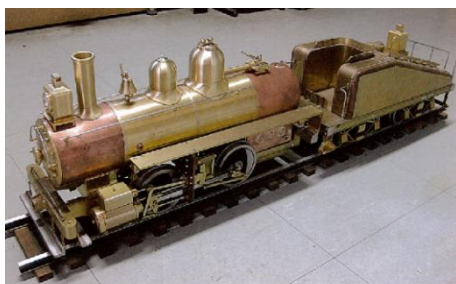
その後、50歳代にピーター・ドラッカーの本に出会う。「働く期間が終わったら、次は第二の人生が始まる。そのための助走が必要だ」とドラッカーは言う。

そして、また新たな出会いがあった。それは蒸気機関車の作り方や設計図が書いてある本で、瀬戸さんはその本に夢中になった。

瀬戸さんは、第二の人生の助走として好きな物づくりのための工具を揃えだした。定年になるまでに、家には小さな鉄工所のような工房までできた。

その工房で定年後、蒸気機関車作りが始まった。キングオブホビーとも言われる蒸気機関車はやはり難しい。中でも最難関のボイラーは1年の歳月をかけた結果、完成できず失敗。瀬戸さんは、失敗原因を列記して再挑戦し、やっとこの秋に待望の1号機が完成予定だ。

もともと多趣味な瀬戸さん。ものづくり、陶芸、テニス・スキーなどのスポーツ、イラストなど絵をかく、山登り・・・趣味を通じての友達もたくさん居た。でも、地域の人とのつながりが少ないと感じていた。そこで瀬戸さんは生駒市のホームページからボランティア団体の活動を全部見て、その中でやってみたい!と思った「いこまハート工房」に入会した。



瀬戸さんが製作中の蒸気機関車。真鍮と銅製の約1mの大作。



<趣味の話をしている時は、まるで少年のような笑顔の瀬戸さん>

「考えているなら、飛び込め！」

瀬戸さんがボランティアに一步踏み出せない人に贈る言葉だ。

もちろん、ボランティアの活動内容や団体の内容は事前に調べる。活動内容が自分のしたいことかどうかの判断はする。しかし、「このボランティアは自分にできるかどうか？」なんて考えることはしない。

そんな瀬戸さんが今、活動しているのは「いこまハート工房」「健やか交流塾おもちや病院生駒病院」。どちらも瀬戸さんの得意な分野でもあり、趣味の分野でもある。趣味の仲間とのつながりは、もちろん楽しいけれど、ボランティアを通じて知り合った仲間はみんな、尊敬のできる仲間だと、瀬戸さんは思っている。また何事も健康第一!と体力維持にもいそしみながら「今が一番楽しい!」と瀬戸さんは言う。

「10万時間」

私ならどのように過ごすだろうか・・・と自分を見つめなおすインタビューとなった。私もそろそろ助走が必要だ。

マイサポ
事業

【おもちゃの病院】

壊れたおもちゃをおもちゃドクターが修理します。

日時/8月20日(木)、9月17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)

マイサポ
事業

【いこママまるしえ】

ママ向け商品やサービスの出展ブースとキッズスペースの設置。ママライフに新しい発見や交流で生きがいを支援します。どうぞ、遊びに来てください。

日時/8月20日(木)、9月17日(木)

10時30分～14時30分

場所/ベルテラス生駒 ベルステージ

(雨天時は、ららポートにて見本市)

問合せ/ママライト奈良生駒

TEL: 090-8525-0637 (佐村さん)

HP: <http://ikomama.jimdo.com/>

【かるがもサマーイベント2015】

親子で歌や手遊び、工作、大型絵本などで楽しく遊びましょう

ボランティアも募集しています!

日時/8月22日(土) 13時30分～15時

場所/生駒市福祉センター

対象/市内に住む就学前の子どものとその保護者

定員/30組

費用/無料 申込み/不要

問合せ/子育て支援グループ「かるがもの会」

TEL: 0743-73-5543 (石原さん)

【婚育講座】

9月「入籍までに考えておく大切なこと」
10月「二人で作っていく我が家の味」

日時/9月5日(土) 14時～15時30分 ららポート

講師/永谷 めぐみさん

10月17日(土) 10時～11時30分

ふるさとミュージアム

講師/林原 陽子さん

対象/結婚を考えている人、結婚に興味のある人
定員/30名

費用/500円(資料代)

申込み・問合せ/名前、連絡先を明らかにして電話か
電子メールで、いこま婚育プロジェクトまで

TEL: 0743-25-5805 (永谷さん)

E-Mail: mamiesheart.ikoma.koniku@gmail.com

【ハロハロ☆ikoryu 世界の料理で交流】

アメリカの家庭料理を作りながら楽しく交流しましょう。ボランティアも募集しています!

日時/9月6日(日) 10時～13時

場所/たけまるホール 調理室

講師/ミシェル前田さん

定員/36名

参加費/800円(材料費、幼児無料)

持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、タオル

申込み・問合せ/名前、連絡先を明らかにしてFAXか
電子メールで、8月30日までに

(特活) いこま国際交流協会ハロハロ係まで

TEL・FAX: 0743-78-6491

E-Mail: entry@ikoryu.net

【登録団体 活動報告】

《環境フェスティバル》

6月27日「楽しみながら、味わいながら、語らいながら、心地よく『エコ』でつながる一日」をテーマに北コミュニティセンターISTAはばたきで開催。ららポート登録の7団体が参加し、ブースでパネル展示やクラフトなどを行いました。

《意見交流会》

6月30日環境保全活動を行う7団体10名が、ららポートに集まり意見交流会を開きました。自己紹介を兼ねて、活動を話した後、団体活動を継続していくうえでの悩み事や活動のやりがいなどをそれぞれ話し合いました。

ボランティア体験バスツアー 報告 ◀== 平成27年5月26日 ==▶

- ① (社福) いこま福祉会かざぐるま・・・作業体験
- ② 手話サークルハーブ・・・手話体験
- ③ (社福) いこま福祉会ゆうほ～・・・昼食
- ④ (社福) 宝山寺福祉事業団
やすらぎの杜延寿・・・車イス、高齢者疑似体験
- ⑤ (医) 仁悠会やすらぎの杜優楽・・・軽作業体験



いこま寿大学の学生12名が参加。各所でちょこっとずつボランティア体験をしました。
優楽では、記念に梅の木を植樹！12名の名前を刻んだプレートを設置していただきました。

伝わるチラシの作り方講座 報告 ◀ 平成27年5月27日・6月3日 ==▶

情報をまとめるコツ

- ① タイトルとリード文を決めよう
- ② 必要とされている情報をえらぼう
- ③ 選んだ情報に優先順位をつけよう

伝わるデザイン・レイアウトのコツ

- ① 原稿をレイアウトしていこう
- ② 読みやすくしよう
- ③ イメージを伝えよう

～2日間の講座でのべ69名が参加。参加者のアンケートより～

- ・情報をまとめ、伝えたい内容をターゲットに伝わるように整理することが大事だとわかった。
- ・実践的でテクニカルなことがたくさん学べた。
- ・わかりやすく丁寧に教えてもらえてよくわかった。

マイサポいこまシンポジウム 報告 ◀== 平成27年7月18日 ==▶



平成27年度マイサポ団体による1分間のリレー宣言。みなさん、それぞれの事業に対する思いを舞台上で述べました。それに答えて、マイサポ審査委員からの応援メッセージが団体に贈られました。



節電対策にご理解とご協力を

生駒市では、7月と8月の電気使用量を平成22年比15%以上削減することを目標に、市役所本庁舎をはじめとする公共施設での節電に率先して取り組んでいます。ららポートでは、空調温度を28度に設定、照明器具の消灯の励行、さらなる夏季軽装（スーパークールビズ）の実施、昼休みの事務室照明の消灯などに取り組んでいますので、ご利用の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

編集後記

真っ青な空が、気持ちよく感じるときと憎らしく感じるときがある季節です。暑い日ざしと同じくらいマイサポ団体の熱い思いを日々感じています。みなさん、選択の届出はお済みでしょうか？こちら熱い応援の気持ちを届けてはみませんか？(い)

■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

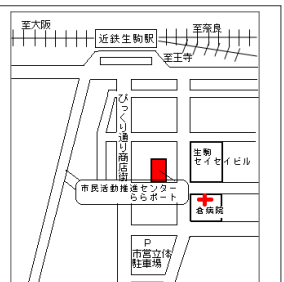
e-mail : lalaport@city.ikoma.lg.jp

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 63団体 (7月1日現在)