



☆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！

## お知らせ ららポート主催事業 **秋！** 《あなたの秋はどんな秋？》

見つけた♪  
私の秋！

### ボランティア・NPOのための会計実務入門講座 ～会計力を身につけよう！～



簡単な演習を交えた会計の入門コースです。  
領収書の整理や帳簿の記帳、決算書の作成まで会計に必要な一連の作業を学びます。

- ・日 時：11月20日（金）13時～16時  
11月21日（土）  
9時半～12時半
- ・場 所：生駒市コミュニティセンター 404会議室
- ・参加費：無料
- ・対 象：生駒市内で公益活動をされているボランティア・NPOの会計担当またはテーマに関心のある人
- ・定 員：36名（申込順）
- ・持ち物：筆記用具・電卓

#### 申込方法

氏名、ふりがな、団体名、年齢、住所、電話番号、託児等の有無を電話、FAX、またはメールで市民活動推進センターららポートまで。

**※同じ内容で2回実施します。**

いずれかの日にちを指定してください。

#### 託児・手話通訳・要約筆記について

希望される方は、11月6日（金）までにお申込みください。利用料は無料です。

見つけた♪  
私の秋！

### ボランティア体験 バスツアー



「地域のために何かやってみたい！」「でもいったい何をどうやれば??」  
実は・・・できることはとっても多いんです！  
身近でできることを気軽に楽しく体験しませんか？

- ・日 時：12月5日（土）9時～16時  
（小雨決行）
- ・参加費：無料（別途昼食代必要）
- ・対 象：ボランティア活動に興味がある  
市内在住・在勤・在学の16歳以上の人
- ・定 員：20名（申込順）
- ・持ち物：飲み物・タオル・軍手・雨具
- ・申込方法：氏名、ふりがな、年齢、住所  
電話番号を電話、FAXまたは  
メールで市民活動推進センター  
ららポートまで

ボランティアを少しずつ体験しながら  
市内各所をまわるバスツアーです。  
ジャンルはさまざま！森林整備や清掃作業、  
昼食がボランティアにつながるプログラムが体験できます。

- ① 自然の中で守る・育む
- ② ボランティアな昼食を
- ③ 高齢者施設で交流を
- ④ 歴史文化を伝える

動きやすい服装で  
ご参加ください！



## しあわせ羅針盤 代表 谷村 淳子さん(50代)にお聞きしました

「《ありがとう》ほどいい言葉はない。この一言は唯一最大なるお礼の言葉。何気ないことに感謝の気持ちを忘れない。《ありがとう》は私が一番大切にしている言葉なんです。」



### ～できることをできるときに～ 悔いの無いようにやりたい!

一度しかない人生。あの時ああしておいたら良かった…って後悔しないように、うちは家族み～んなで協力するんです!

大阪から良い環境を求めて生駒へ越してきたから、自然を大事にしたいくて、夫婦でトンボの観察をしています。トンボは環境のバロメーターやから、居るはずのトンボが居なかったら環境が悪化していることになるしね。

最近、ひよんなことから料理教室でパン作りを習うことになったんで、それを生かして自宅でみんなでパン作りしたいんです。それから、この歳でバレーを始めて、1年ぐらい練習して発表会にも出だし、とても良い経験だったから、何でもチャンスがあったらトライすればいいと思ってます。

### 介護と向き合った経験から

両親と叔母、5人の介護で5人5様のパターンを経験して、介護やお年寄りへのサポートに強い想いがあるので、現実問題の介護の話でお役に立ちたいです。ケアマネージャーさんの仕事の範疇ではなく、家族として経験・体験したことや助けてもらって感謝したこと、それから助けてもらうために色々なところにアタックして得られた知識なんかを、生かしてもらえるような場を作りたいと思ってます。

介護で悩んでいる人、しんどい思いをしている人に寄り添うことができたらいいなって思っていて…辛い経験や苦しさを「おんなじやったよ～」って共有してくれたらホッとできるでしょ。自分の経験談・失敗談・苦労話がお役に立てるんだったら、ドンドン聞いてもらって、じゃあどうしたらいいの?っていう部分の相談に乗ってあげたいな～って思うんです。

### しあわせ羅針盤は 幸せになるためのみちずし



今までやってきたことに対して頼りにしてくれる人たちがいて、その窓口として「NPO法人しあわせ羅針盤」を立ち上げたから、みんなが幸せになるために、いつでも話を聞いてあげたり、何か役に立つお手伝いをしたり、細々とでもずっと続けてやっていきたい。

一緒に食べる喜び、一緒に作る喜び・・・楽しい人生を家族で送るのが一番自然やと思ってるから、楽しいことや誰かに喜んでもらえることを提供しています。編み物・寄せ植え・お菓子作りの講習会、他にも往馬大社での大的奉納射会など「自分の周りにはいろんな分野でいろんなことをやってる人かいるんだ」って気がついて、それで幅広く企画できるんです。

細く長く団体が存在していることで、何かのときに思い出して頼ってくれたらいいんです。そんな繋がりを大切にしています。

### ボランティアを始めようと思っているあなたへ

ボランティアで何をしよう?とか何をせなあかん!とかではなくて、【自分の時間を使って何かお役に立てる事、楽しい事をする】っていうのがイコールボランティアだと思ってるの。

あそこへ行ったらパワーをもらえる人が居るとか、いろんなこと教えてもらえる人が居るとか…そういう人と繋がって行動を共にできるの

がボランティアの魅力やから。

「お手伝いすることない?できることあったらするよ」っていうこととでいいと思うよ。



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/10月15日(木)、11月19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・場所/10月15日(木)10時～14時

コミュニティセンター(セセビル内)

11月19日(木)10時～14時

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)

申込み・問合せ/ママライト奈良生駒

TEL:090-8525-0637(佐村さん)

E-mail:mamuraito.naraikoma@gmail.com

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

【ひまわり 秋のイベント】

信貴山のどか村一日ツアー】

知的、身体障がいのある青年メンバーとバーベキューや味覚狩りをするイベントです。一緒に楽しみながら交流しサポートして下さるボランティアを募集します。

日時/11月8日(日)10時～16時

集合/9時30分 生駒市福祉センター

信貴山のどか村へバスで往復します

持ち物/水筒、タオルなど

費用/1,000円(BBQとバス代の一部)

申込み・問合せ/11月1日までにひまわりの集い

TEL・FAX:0743-71-0235(浦林さん)

【婚育講座】

11月 「妊娠中の夫婦のあり方」

12月 「子育ては、親育て子育て」

日時/11月28日(土)10時～11時30分

12月19日(土)10時～11時30分

場所/ららポート

対象/興味のある人すべて

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・FAX:0743-74-2701(長濱さん)

E-mail:koniku.ikoma@gmail.com

【国際交流の集い わいわいワールド】

子どもを対象に生駒在住の10数カ国の外国人市民と一緒に体験学習を通じて国籍や民族の違いを超えて交流する催しです。子どもたちの活動をサポートするボランティアを募集します。

日時/11月14日(土)10時～16時30分

場所/生駒市図書館

主催/生駒市教育委員会

(生駒市といこま国際交流協会が協働で実施します)

問合せ/(特活)いこま国際交流協会

ikoryuわいわいワールド係

TEL:090-8237-2463(夜間のみ)

E-mail:info@ikoryu.net



福祉と健康のつどいに参加しました

9月5日(土)

コミュニティセンターのホワイエの「ららポート登録団体による展示コーナー」に8団体が出展しました。訪れた人は、いろいろな福祉の活動内容を興味深く展示など見ていました。

福祉分野登録団体意見交流

9月12日(土)

ららポート登録団体の福祉分野で活動している14団体17名が一堂に会しました。普段はなかなか顔を合わすことがない他団体の人と活動紹介や団体が抱える課題などを話しました。



## 選択届出結果に基づき、支援金の交付決定を行いました

- ★ 届出総数 : 6,194人  
(うち有効届出数 : 6,035人)
- ★ 届出率 : 6.23%
- ★ 団体選択者数 : 5,908人
- ★ 基金選択者数 : 127人
- ★ 基金合計金額 : 104,521円

市民活動団体（マイサポ団体）を、18歳以上の市民みなで応援する制度「マイサポいこま（生駒市民が選択する市民活動団体支援制度）」

平成27年7月1日（水）～8月12日（水）までの間、27団体のマイサポ団体へ市民のみなさんからの選択届出を受け付けました。



たくさんの届出を  
ありがとうございました

## ピース・キャンドル・ナイト in いこま

終戦から70年の節目をむかえ、「ずっとずっと、平和でありますように。」の願いを込め、8月15日ベルテラスいこまのベルステージで開催されました。ららポート登録の団体や個人ボランティアが8名参加し、暑い中ステージいっぱいのキャンドルの設置や見守りなど「平和の灯」をともす活動を行いました。



〈参加者の感想〉

「初めての体験でした。とても有意義な1日でした。」  
「疲れより皆さんと楽しいひと時を過ごせることができ嬉しかったです。また参加させて頂きたいです。」



## ららポートからのお知らせ

節電へのご協力ありがとうございます。今年は猛暑日が非常に多く発生する中、夏の節電対策にご理解とご協力をいただきありがとうございました。

7月と8月の節電対策は平成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まいりました。ららポートでは、ご利用の皆さまのご協力により22.2%の削減となりました。引き続き節電対策にご協力をお願いいたします。

今後も、廊下・交流スペース・研修室の蛍光灯の間引き、照明器具の消灯の励行（昼休みの事務室照明の消灯、使っていないスペースの消灯など）により節電に取り組んでまいりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



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）

### 編集後記

道の駅めぐりが好きです。その土地の名物、旬の野菜や果物を買って、屋台の珍しいもの食べながら次の道の駅を目指します。秋はご当地イベントも盛りだくさん！ららポートの登録団体さんもマイサポ団体さんもイベントが目白押し！見つけた♪私の秋！（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 65団体 (9月1日現在)