



☆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！

## ボランティア団体の活動を見に行こう！！



生駒にはNPO活動をしている団体がたくさんあるってご存知ですか？  
「どんなことをしているの？」 「何か自分にできることがあるのかな？」  
団体の活動を見て、聞いて、興味ある活動を見つけましょう！  
新しい年に、あなたのスタートダッシュを応援します！



## 地域デビューガイダンス

住み慣れた地域で友人を作り、共に喜び合える活動や、生きがいを見つけるきっかけづくりを行います。

日時：平成29年1月15日（日）  
場所：たけまるホール（北新町）  
内容：式典  
宮川花子さんによる講演「宮川花子のいきいきライフ」  
ボランティア団体のブースによる活動紹介、個別相談  
担当：生涯学習課  
※詳細は、広報いこまち12月15日号をご覧ください



## ららポート交流事業 第8回らら♪まつり 「私もできる ボランティア 見つけてみよう」

ららポートに登録しているボランティア・NPOが、一堂に大集合！！  
各団体の活動紹介を行います。

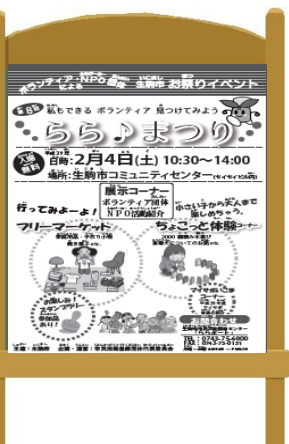


内容は盛りだくさん！！  
皆さん、お誘い合わせの  
うえ、らら♪まつりにお  
越してください！！

日時：平成29年2月4日（土）  
10時30分～14時  
場所：生駒市コミュニティセンター（セイセイビル）  
内容：ららポート登録団体の活動紹介  
♪ちよこっと体験コーナー  
植物を使ったクラフト体験、手話体験など  
♪フリーマーケット  
収益はボランティア活動に使われます  
♪ららラリー（スタンプラリー）  
団体ブースをまわってスタンプを集めよう！  
参加品がもらえるよ！！



**らら♪まつりサポーター募集！！**  
当日、らら♪まつりを一緒に盛り上げてくれるボランティアを募集しています。**4ページを見てね！！**



# たわわ食堂

みぞぐち まさよ

## 溝口 雅代さん(37歳)にお聞きしました

Q: どんな子ども時代でしたか?

ずっと、母親は仕事で帰りが遅かったんです。お寺や駄菓子屋さんで1時間ほど喋ったり、夕方になったら近所のおばちゃんが「ご飯食べていき〜」と一緒に食べさせてもらったりしていました。

Q: 初めてのボランティア経験はなんですか?

アメリカで通った高校生時代に、教会がホームレスの人にご飯を提供する活動をしていて、私もお手伝いしていました。

Q: ボランティアのきっかけは何ですか?

移民が多いアメリカや大学時代に訪れたベトナムやシンガポールで、格差社会を感じました。このような社会では子どもが犠牲となります。子ども達が安心して生活できるように、なんとかしたいと思いました。

Q: 溝口さんの理想は?

《いくつもあります!!》

♪大人って楽しそう〜って思いつつ、いながら、大きくなってほしいな。

♪他人に叱ってもらって経験をしてほしいな。  
♪みんなで食べるって「おいしいね〜!」って感じてほしいな。

♪家ではなかなか子どもがリンゴむいたりできないけれど、たわわ食堂で挑戦して、たくさんの大人に認められて責任感を持って欲しいな。

孤食をなくすために生駒の地域に合った「たわわ食堂」を始めました。

おじいちゃんおばあちゃんも是非来てください! 食事タイムの参加だけでも結構です!

「こんな食堂やってるで〜行ってみようか〜行ってみたら?」と宣伝してね!

3人の子どもたちの名前には、楽しく大きくなって欲しいという気持ちをこめて、全員「楽」の字がついています。

メッセージをどうぞ!

## 飛び込め! ボランティア体験!!

ららポートのボランティアコーディネーターがボランティアを体験し、レポートします。

今回は「たわわ食堂」。月に一度、たけまるホール調理室で、食を通して世代を超えた交流をしています。「たわわ食堂」?? さて、どんな食堂なんでしょう・・・

「はーい、サツマイモ!」と寄付されたサツマイモが到着しました。大きな大きなサツマイモが約20本。するとボランティアが献立に合わせて、さっそく調理を始めました。

タマネギの皮むきやプリンやピザのトッピングなどのお手伝いを楽しむ子ども、ご飯ができるまで布おもちゃのおセロに夢中になる子ども、おもちゃのマニキュアを塗っておしゃれしている子どもなど・・・様々です!

ボランティアや参加者が、手際よく調理して、あっという間に約30人分もの料理ができあがりました。

わいわい食べた後には、ハロウィンのおやつを狙ってゲーム大会! 4時間ほどのプログラムでしたが、誰が誰の子どもかわからないほど、みんなでみんなを見守りながら楽しい時間を過ごしていました。

# たわわ食堂

開催日については、「たわわ食堂」で検索してください

みんなと一緒に食べたらおいしいね!



わたしもできるもん!

溝口さんに会うと、なんだかとても笑顔になる不思議な魔法にかかってしまいます。たくさんの人の知恵を持ち寄って調理をして、みんなが魔法にかかっていました。

取材・インタビュー: 池部 陽子 (ららポート ボランティアコーディネーター)

＜開店時間＞ 13時  
＜お食事タイム＞ 15時  
＜本日の献立＞  
・ピザ・さつまいもサラダ・プリン

メニューは、もらった食材や残っている食材で考えますが、最後は子どもからのリクエストも聞いて、季節のものを取り入れて決めます。他の人がおいしそうに食べる姿を見て、苦手な食材があった子どもも食べてみたりします。



「溝口さんのお人柄にひかれました」「こんな活動したかったの」とボランティアさんが協力



## 【おもちゃ病院】

壊れたおもちゃをおもちゃドクターが修理します。

日・時間/12月15日(木) 平成29年1月19日(木)

10時～14時

場所/ららポート

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)



## 【クリスマス前の婚活イベント

### 結婚前に役立つ講座付き】

Xmasバージョンのプチカップケーキを焼いてアイシングで飾ります。婚活中の独身男女でカップリング。結婚前に知っておくと役立つことの講座もあります。

日・時間/12月8日(木) 19時～21時半

場所/たけまるホール調理室(北新町)

定員/男女各10名 参加費/3000円

申込み・問合せ/いこま婚育プロジェクト

TEL : 090-2066-4084 (長濱さん)

Mail : koniku.ikoma@gmail.com

## 【健康で街づくり

### 少林寺拳法健康プログラム体験コース】

楽しいこと始めませんか? 少林寺拳法のエッセンスから生まれた健康づくり。ゆっくり楽しく気持ちよく、護身の動作を体感しながら自然体を養う軽運動です。

日・時間/12月7,14,21,28日 1月11,18,25日

いづれも水曜日 19時半～21時

場所/南コミュニティセンターせせらぎ

参加費/1回 100円

申込み・問合せ/いこまボディバランスコミュニケーション

TEL : 090-8466-4969 (奥村さん)



## 【ジュニア囲碁体験・おやつパーティ

### -親子参加・途中参加OK-

はじめてでも楽しめる10分入門教室・ミニ碁盤ボン抜きゲーム・おやつと棋士を囲んで…など盛りだくさん!!

日・時間/12月24日(土) 13時～16時

場所/ららポート

定員/先着30名 参加費/おやつ代 300円

申込み・問合せ/囲碁のまち生駒プロジェクト

TEL : 090-9994-7671 (辻内さん)

事前に連絡してください。



## 【いこママまるしえ】

ママが子連れで楽しめるまるしえ。手作りの品や、癒しのブースが並びます。

無料キッズスペースや子ども服無料交換会もあります。

日・時間/12月15日(木) 1月26日(木) 10時～14時

場所/コミュニティセンター

申込み・問合せ/いこママまるしえ実行委員会

TEL : 090-8525-0637 (佐村さん)

Mail : ikomamamarche@gmail.com

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



## 【いこま山のようちえん

### みんなの山は動物たちもくらす森】

ようちえんの活動場所である生駒山。みんなが帰った後、山でどんな生き物が遊んでいるのか見てみましょう。

日・時間/1月28日(土) 10時半～11時半

場所/ららポート

定員/40名 参加費/500円(1家族)

申込み/当日先着順

問合せ/(特活) いこま山の子会

Mail : yamanoyoutien@gmail.com

## 【たわわ食堂】

月に1回 温かい気持ちのおすそわけで、お腹と心を満たし合う、奈良の地域食堂です。

日・時間/12月25日(日) 1月22日(日) 13時～17時

場所/たけまるホール調理室(北新町)

費用/大人300円、子ども100円 or ご相談

定員/先着30名

申込み・問合せ/たわわ食堂

TEL : 080-1450-2788 (溝口さん)



## 【らら♪まつりサポーター募集】

ららポート登録団体が一堂に会する《らら♪まつり》様々なボランティアの形を知るチャンスです! サポーターとして参加してみませんか?

日・時間/2月4日(土) 9時～16時(活動時間帯 要相談)

場所/生駒市コミュニティセンター(セイセイビル)

内容/会場設営・撤収・着ぐるみ・受付・

各コーナーのサポートなど

申込み・問合せ/市民活動推進センターららポート

TEL : 0743-75-6000

Mail : lalaport@city.ikoma.lg.jp



## 編集後記

1年があっという間に過ぎていくと感ずるのは、私だけでしょか? カレンダーもあと1枚になりました。

さて、1月と2月には、いろいろなボランティアを知るイベントがありますよ! いい出会いをららポートは応援しています。(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

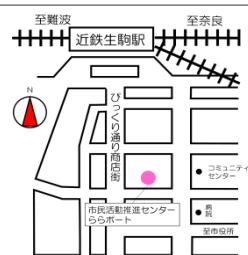
生駒市公式Twitterアカウント : @lkoma\_lalakatsu

開館日時 月曜日～土曜日 9時～19時30分

(但し、17時以降の使用のない場合は17時に閉館します)

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 ※赤ちゃんの駅 ※公共交通機関でお越し下さい



●ららポート登録団体 79団体 (11月25日現在)