



☆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！

マイサポいこま

が

あなたの夢を叶えます！

《マイサポいこま》とは・・・

市民が、マイサポいこまにエントリーした市民ボランティア団体のうち、応援したい団体を選んで《届出》するだけで、生駒市からその団体へ支援金が交付される制度です。

お金が欲しい！

ボランティア活動をするのに、自分の財布からたくさんのお金を出していませんか？
新しいことを始めたいのにお金がないから…とあきらめていませんか？

そんなあなたの団体を《マイサポいこま》は資金面でサポートします！！

※事業にかかる費用の1/2の額（上限50万円）を補助

申請書・予算書・報告書
・決算書……書類が書けない、
会計が分からないなど不安がありますか？

・・・大丈夫です！！

書類の書き方、予算の立て方、会計処理の仕方など、ボランティアコーディネーターが、あなたの活動に伴走しながらサポートします。

《マイサポいこま》を足がかりに、

将来的には他の助成金にも

挑戦しましょう！

知って欲しい！

“私達、こんな良い事をしてるんです！”
みんなに知って欲しい。一緒に活動して欲しい。
と思いませんか？

そんなあなたの団体を《マイサポいこま》は広報面でサポートします！！

※団体紹介の冊子・届出用紙は全戸配布。全市民に活動を知ってもらえるチャンスです！また、広報いこま「いこまち」への掲載が可能になります。

どこにチラシを置いてもらえるの？PRの仕方がよくわからない・・・とあきらめていませんか？

・・・大丈夫です！！

広報いこま「いこまち」・生駒市ホームページ
・Twitter・ららだより・・・など、
ボランティアコーディネーターが広報に適した場所・期日や、伝えたいターゲットに合ったメッセージを

一緒に考えます！

**《マイサポいこま》の話を聞きに
ららポートへ行こう！！**

《マイサポいこま》にエントリーするには、一定の要件があります。
4月1日（月）～4月16日（火）がエントリー期間です！！

がんばってます！！ららポート登録団体

市内各所で活動しているららポートの登録団体をボランティアコーディネーターが取材訪問する企画！
今回は傾聴ボランティア活動をしている3団体をご紹介します！
それぞれ傾聴する対象は違いますが、話を聴くことでお互いに幸せになる活動をしています。

傾聴ボランティア ほほえみがえし「生駒」



傾聴ボランティア養成講座（シニアコース）の受講生が立ち上げた団体で、市内の高齢者施設やサロンで定期的に傾聴活動をしています。

《その人らしさにうなづきを》

「話し相手がない」「ひとりぼっちでさみしい」「不安で誰かに話を聞いてもらいたい」そのような人達の気持ちに寄り添い、相手の身になりありのままを受け止めて【聴く】ことに専念する活動をしています。

高齢者施設では、毎回初めて会ったように喜んで同じ話をしてくれる人がいます。いつも新鮮な気持ちで「来てくれてありがとう」と言ってくれるその言葉に力をもらいます。



毎週月曜日 桜ヶ丘の古民家で開催されるサロンに集まってくる皆さんと楽しくお話。次回は編み物をしながら…



《傾聴のスキルを更に磨いて》

民生委員をしている代表の畑野さんは、人の悩み事は奥が深いことをよくご存知です。また【聴く】ことに専念する活動の難しさも感じていますので、対象者が少しでも話しやすくするために、得意なことを生かしたり、一緒に歌ったり、メンバーと共に話を【聴く】工夫を重ねています。また、高齢者だけでなく、ターミナルケア※の一助となる活動が出来るようにと、個々のスキルアップを目指して、講師を招いた研修を計画しています。
※ターミナルケアとは、病気で余命わずかな人や認知症や老衰の人たちが、残りの人生を自分らしく過ごし満足して最後を迎えられるようにすることを目的としたケアです。

子育て傾聴ボランティア 「青い鳥」



傾聴ボランティア養成講座（子育てコース）の受講生が立ち上げた団体で、ユースネットいこま（生駒市子ども・若者相談窓口）や生駒市家庭教育支援チーム向けのこのイベントで、傾聴活動をしています。

《ホッと一息つける場を…》

子育ての悩みを一人でかかえている人が、なかなか周りには話せないことを言葉にすることで、少しでも楽になって欲しい。子どもだけでなく、親のことも色々な年代の人が見守っているということを知って欲しい。という思いで傾聴活動をしています。

「心が軽くなりました」と喜んでもらえると、自分達の心も豊になり、やりがいも感じられます。



《たけのこふれ愛 in ISTA はばたき》の「親サロン」で子育てについての疑問や悩みを気軽に話してもらいます。

《「青い鳥」の活動を知ってください》



「子育て傾聴」のボランティア団体は、県内ではまだ天理・橿原・生駒の3団体しかありません。代表の戸田さんは、団体の認知度を上げるために積極的に色々なところに出向いて「青い鳥」の活動をアピールしています。メンバーだけでなく同じ志を持つ他市の仲間とも定期的に勉強会を重ねて、子育て中の親が悩みを抱え込まないように、生きやすくなるように、とまずは気軽に話せる場所づくりに奮闘しています。

市民憲章実践推進者 表彰

おめでとうございます



市民憲章のつどい 生駒市図書館にて

《話がしたい…はい喜んで！》

一人暮らしや日中家で一人になる方は、お話相手を求めています。主に生駒市地域包括ケア推進課からの連絡で、高齢者施設や、個々のお宅を訪問して【話し相手】をさせていただくという気持ちで活動しています。介護の隙間に隠れてしまいがちなニーズに応える活動です。また、定期的に訪問する高齢者施設では、皆で昔懐かしい歌を歌って楽しい時間を過ごす活動もしています。長年の活動の功績を讃えられ、今年2月13日「市民憲章実践推進者」の表彰を受けられました。

笑みの会

平成元年設立。長きに渡って大勢の人たちのお話し相手をし、高齢者や障がい者の心の支えとなる活動を続けている団体です。

《言葉は皮膚から伝わり心を動かす》

ずっと引継がれてきた活動の中で、メンバーは、脳梗塞で植物状態だった利用者さんのところに【話し相手】として通り、声をかけ続けて回復していく姿を見守ってきたことにより、ただのおしゃべりではない【話し相手】の大切さを実感しています。脳は、皮膚から伝わる言葉を感じて細胞を動かします。細胞が動くとき心が動き、やがて言葉となり自ら発信できるようになるそうです。

メンバーの高齢化で解散を考えた時期もありましたが、利用者さんから「回復できたのは笑みの会のおかげ、やめないで続けて欲しい」の言葉をもらい、細く長く続けていくことにしました。



取材・インタビュー：宮平典子（ボランティアコーディネーター）

於：1月23日～2月13日 ららポート 他

【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/3月14日・4月18日・5月16日

いずれも木曜日 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)



【ちょこっと囲碁～5歳から無料体験】

簡単なルールですぐに対戦ができる。初心者向けのミニ囲碁体験。

日・時間/

第1土曜日 9時30分～11時30分 生駒市図書館

第2第3水曜日 15時～17時 せせらぎ

第4土曜日 12時～14時30分 ららポート

第2第3土曜日 9時30分～11時30分 ISTAはばたき

定員/15名 参加費/無料

申込・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。



まちのぼうさいキッズ賞

日本ユネスコ国内委員会会長賞

ガールスカウト奈良県第22団 おめでとうございます！！

(一社)日本損害保険協会 他 が主催する「小学生のぼうさい探検隊マップコンクール」で、毎年【佳作】に選ばれていたガールスカウト奈良県第22団ジュニア部門。今年度は同部門「メジロパトロール」の作品が、全国566団体2,865作品の中から栄えある【入選作】に選ばれました。



受賞作『災害弱者の避難について考える』

《災害を身近に感じて…》

2011年に発生した東日本大震災をきっかけに、毎年テーマを決めて防災マップづくりに取り組んでいます。

今年度のテーマは「災害弱者の避難について考える」生駒市は山が迫り坂が多いので、高齢者疑似体験をして実際に避難施設まで移動したり、インタビューを通して危険箇所が無いかを調査しました。写真やイラストを入れ、自分たちでマークを考えて取り入れるなど、見て分かりやすい工夫いっぱいのマップができました。

「緊急時は車道を歩道に」や「いこまてんでんこ(※)」を提言しました！

(※)東日本大震災で、釜石市内の小中学生が周りに声をかけ合って避難したという「釜石の奇跡 つなみてんでんこ」の話から、生駒でも声をかけ合って助け合ってすばやく逃げることを災害教訓とする案。



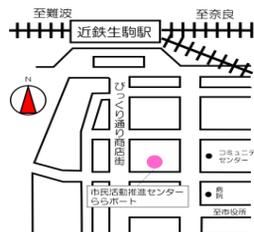
災害が起こってからではなく、普段から自分の家のまわりや通勤・通学路を「避難する」という視点で見直してみたいですね。

編集後記

今回、ららだよりのテーマは《魔法のランプ》ランプからはボランティアする人の夢を叶えるために色々なサポートが出てきます。ボランティアコーディネーターは、そんな《魔法のランプ》になれるようにスキルアップしていきたいと思っています。(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

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)

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・御朱印帳スタンプスポット

※公共交通機関でお越し下さい

●ららポート登録団体92団体 (3月1日現在)