

2023・2024年  
vol.255

12・1月号

VOLUNTEERによる福祉のまちづくり

# ぼらんていあ情報

編集・発行

米子市ボランティア協議会 / 米子市ボランティアセンター

レイアウト

米子ワークホーム

## 助成金情報

### 2023年度下期「とりぎん青い鳥基金」

鳥取銀行の社会貢献事業として2000年に設立され、地域の将来を担う青少年の健全育成と地域文化の振興を目的に助成事業を行なってきました。設立20周年を迎えた2020年4月「とりぎん青い鳥基金」は、地方創生SDGsの実現を目的とした事業となり、公益財団法人とっとり県民活動活性化センターもパートナーとして、鳥取県内で持続可能な地域づくりに取り組む団体を支援しています。

対象団体 県内に住所を有し、かつ県内で持続可能な地域づくりに取り組む団体で次の要件を満たすもの。

- ① 構成人員が2名以上の団体
- ② 助成により購入した物品を直接に継続活用し運営される団体

対象活動

- ① 教育活動 SDGs（持続可能な開発目標）における「目標4・質の高い教育をみんなに」（すべての人々に包摂的かつ公平で質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する）
- ② まちづくり活動 SDGs（持続可能な開発目標）における「目標11・住み続けられるまちづくりを」（都市と人間の居住地を包摂的、安全、レジリエントかつ持続可能にする）

（注意）左記の活動は助成対象となりませんのでご注意ください

- ・ 営利を目的とした活動、営利につながる可能性の大きい活動
- ・ 宗教の布教を目的とした活動
- ・ 物品、機材の貸出しを目的とする間接的な活動
- ・ 啓発活動、啓蒙活動など、助成効果が間接的な活動

助成金額 1団体50万円以内（下期助成金額100万円）

応募方法 当基金所定の「助成金申請書」に必要事項を記入し申込先へ提出  
締切 令和6年1月31日（水）

提出・問い合わせ先

■公益財団法人とっとり県民活動活性化センター

「とりぎん青い鳥基金」事務局

倉吉市山根557番地1 パールタウン2階

TEL0858・24・6460（担当：椿・山田）

E-mail:info@tottori-katsu.net

■鳥取銀行本店

TEL0857・37・0623

E-mail:furusato-sousei@tottoribank.co.jp



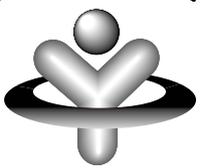
## 高校生ボランティアリレー

私たち米子南高 JRC 部は9月1日（文化祭2日目）に鳥取県赤十字血液センター献血推進課の担当者の方を招いて話をおききました。身近なところでは日吉津に献血センターがあるということで友人と足を運びました。献血センターは設備が整っており、看護師さんに血管の具合を見てもらい、献血ができそうなら血圧などを測り専門の医師と話すという形でした。残念ながら4人中3人は対象外となってしまいました。献血をした1人はとても達成感を感じていました。また機会があれば外部の方に来ていただいて色々な話を聞きたいと思いました。

鳥取県高等学校青少年赤十字（JRC）生徒協議会  
米子南高等学校 JRC 部 長榮



あなたも わたしも「わ」の中へ



# 米子市 ボランティア 協議会だより

## ■第42回「米子市福祉のつどい」

### ご報告

9月24日(日)、「米子市福祉のつどい」わくわくフェスタ」が無事に終了しました。

当日は秋晴れ、絶好のイベント日和でした。イベント開催の制限が緩和されたこともあり、会場となった「どらドラパーク米子市民体育館」の中は、多数の参加者とボランティアの皆さんの笑顔、歓声があふれ、のびのびと楽しむことができました。

伊木米子市長、中村会長の挨拶から始まり、初めての試み「わくわくステージ」ではりっぶる音楽団の「歌と演奏」、地域活動支援センターひまわりの「銭太鼓と朗読」を鑑賞しました。歌と演奏ではリズムに合わせて手拍子して一緒に楽しみ、「外郎売り」の朗読は固唾を飲んで見守り、終わった瞬間に大きな拍手

が起きました。

鳥取県卓球バレー協会の協力をいただいた「卓球バレー体験」では、チーム分けされたコートに集まり、簡単なルール説明の後、それぞれのコートで対戦が繰り広げられました。かまぼこ板大のラケットを手にして戸惑いつつも、練習を重ねるごとに要領をつかんで、各コートで熱戦が繰り広げられたようです。鳥取県卓球バレー協会の方から、サーブでの狙いどころやチームメンバーとパスでつなぐプレイの大切さを教えていただき、それぞれのチームメンバーと試行錯誤しつつも、ポイントを取るたびにあちこちのコートから歓声が上がっていました。



卓球バレー

最後はお楽しみの抽選会、惜しくも選ばれなかった方にももれなくプレゼントという形で帰っていただきました。今回は、参加者もボランティアも一緒に楽しむという趣旨から「全員参加」の形を取らせていただきました。楽しい時間を共に過ごしていただけではない幸いです。

開催までの打ち合わせや前日準備、当日の運営に後片付けと皆さまに協力いただいたおかげで、当日はスムーズに大きな問題もなく開催できたと思います。ありがとうございました。

「ぼらんていあ情報」編集局長 小島知子

## 小さな発見、目々折々(10)

### ～「つるべ落とし」のち「冬至」～

晴れた日の夕方、西の空を赤く染める夕日。眺めながら今日1日を振り返ったり、「明日も晴れるな」と明日を思ったり。1年中見られる光景ですが、秋の夕暮れは「つるべ落とし」の言葉通り、あっという間に暗闇に包まれてしまいます。秋の夕暮れがことさら美しく感じられるのは、夕焼けを眺められる時間が短いからでしょうか。

太陽が顔を出す時間が少なくなる「山陰の冬」への移ろいを感じながら、残り数枚になったカレンダーの購入を考える時期になりました。先日読んだ本の中に、「冬至」の日が一番日の入りが早いように感じるけれど、実際はその数日前が一番早いのだと紹介されていました。何かに追われたかのような時間を過ごしがちですが、穏やかに日常が過ぎていきますように。

(小島知子)

## うごき

9月16日～11月15日

- 9月
- ◆11日…「米子市福祉のつどい」事前説明会 (14団体)
  - 23日…「米子市福祉のつどい」前日準備 (12団体)
  - 24日…「米子市福祉のつどい」 (15団体)
- 10月
- ◆9日…アクアスロン皆生大会 (4団体)
  - ◆17日…「米子市福祉のつどい」報告書入稿 (中村)
- 11月
- ◆10日…第1回役員会 (中村・岩浅・小島・深田・川端・辻・友松)
  - ◆14日…「米子市福祉のつどい」報告書初校 (中村)



## 活動報告

今年5月に新型コロナウイルスが5類に変更されたこともあり、ここ最近、施設やサロン、イベントなどからのボランティア依頼が増えています。依頼内容は様々ですが、ボランティア団体、ボランティア個人登録の方々に快く引き受けていただき、ご活躍いただいています。今回は、2団体をご紹介します。

### 手話サークル手の会

- 身体障がい者福祉大会
- 令和5年11月7日(火)
- 米子コンベンションセンター国際会議室

手話サークルに所属しているので、普段からろうの方とは交流しているのですが、今回初めて、このような大会

ボランティアに参加させていただきました。内容としては、受付、会場案内などで、楽しく活動することができました。『自分出来る事は何だろう』と考えるながら、これからも、色々な方と触れ合いながら参加したいと思いました。

(T・Y)



地区ごとに、弁当仕分け

### ドルチェ

- サロン あじさいの会
- 令和5年11月10日(金)
- 福米西公民館

私達の演奏と共に、一緒に大きなお声で歌われ、時に笑いが起こり、場がどんどん和やかになり楽しいムードになりました。私たちも演奏しながら皆様の歌声や元気なお声掛けに癒され、元気を頂きました。終わった後、「二胡

## ボランティアデータ

9月1日～10月31日

新規個人登録 (登録総数 391人)	2人
新規団体登録 (登録総数 82団体 2,684人)	1団体
依頼(要請・お願い)	10件
相談(助言・情報提供)	61件
コーディネート	34件
(うち活動団体 / 16団体、個人 / 17人)	

※米子市ボランティアセンターを通して行われたデータです。



二胡、琴、キーボードの協演

の音色はなぜか心に響いてくる」「涙が出た」「感動した」などと仰って頂き、とても熱い交流ができました。いつも思います、この演奏を通しての活動は心の交流ができる場だと。

(安岡裕子)

## フレイル予防にギアチェンジ!

(介護支援ボランティアで活躍されている方紹介)



「フレイル」とは、加齢とともに心身の活力が低下し、要介護状態となる危険性が高くなった状態をいいます。健康と要介護の中間に位置し、放っておくと要介護につながる危険が高まります。早めに気づき適切な取組を行うことで、進行を防ぎ、健康寿命を延ばせます。あなたもボランティア活動をしながらか「フレイル予防」をはじめませんか?

### 永江地区 松尾 隆博さん



#### ◆ボランティア活動のきっかけ

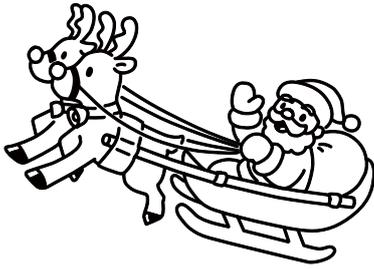
私は元来「出たるべー」の気質。(PTAや自治会 etc) 永江地区がフレイル予防実践のモデル地区になった時、古い友人が関わっており、私も高齢者の一員となる時期でもあったので、ボランティアとして応募しました。

#### ◆ボランティア活動をして良かったこと

永江地区でのボランティア活動から Chukai コムコムスクエア(米子市フレイル対策拠点)に範囲を広げて活動することで、永江地区もリモート会場としてつながりができました。さらに Chukai コムコムスクエアで多くの人との関わりの中で、自分ができることを続け、身近なところから行動することでいろいろな楽しみが増え、ボランティア活動して本当に良かったと思っています。

## まちがい探し

まちがいが3つあるよ。  
探してみてね。



●「ぼらんていあ情報」の置いてあるところ  
公民館・市役所・市立図書館・市児童文化センター・  
市文化ホール・鳥取銀行市内各店・米子信用金庫市内各店・  
日交バスセンター・ふれあいの里等  
◆この情報誌に関するお問合わせ先  
〒683・0811  
米子市錦町1丁目139・3「ふれあいの里」内  
TEL 23・5455 FAX 37・3855  
E-mail/vcyonago@chukai.ne.jp

ボランティアに関する情報を  
お気軽にお寄せください。

### 公式LINE

## 友だち 募集中

お友だち追加方法

- ① ID検索(@276olufu)
- ② QRコード読み取り



# 講座案内

## 令和5年度 ボランティア入門講座

「ボランティアって、どんな活動があるの?」「どんなことに気をつけたいの?」など、ボランティア活動をする前の心構えや市内のボランティア活動をご紹介します。活動されている方の体験談を聞いたり、実際に体験をしてみませんか。

【日時】 令和6年1月26日(金) 10:00～12:00

【内容】 ①ボランティア活動をする前の心構え  
講師:米子市ボランティアセンター職員  
②ボランティア紹介・体験【傾聴】  
講師:よなご傾聴しあわせの会会員

【対象】 市内に在住、在学、在勤の方で興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

【会場】 ふれあいの里2階 【定員】 先着25名 【受講料】 無料

## 令和5年度 レクリエーション講座

地域のサロンで世話役として活動されている方、または、これから活動を始めてみようと思っている方を対象に、簡単にできるレクリエーションをご紹介します。

【日時】 令和6年2月5日(月) 10:00～11:30

【内容】 身近なもので作ってみよう!遊んでみよう!  
講師:おもちゃ工房・とんぼ舎 伊達 孝禮さん

【対象】 市内に在住、在学、在勤の方で地域活動に興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

【会場】 ふれあいの里2階 【定員】 先着20名 【受講料】 無料

### 【申込み・お問合せ先】

氏名・住所・電話番号を下記の申込み先までお電話かFAXにて申込みください。

(手話通訳・要約筆記が必要な方はその旨をお申込み時にお伝えください。)

米子市ボランティアセンター(水曜休館日)

TEL23-5455 FAX37-3855

## 2024 12月 1月 休館日

【12月】 6日、13日、20日、27日、  
29日～31日

【1月】 1日～3日、10日、14日、  
17日、24日、28日、31日

※1/14(日)、1/28(日)は電気  
工事の為、全館休館となります。

※水曜日が祝日の場合は開館し、  
翌日が休館日となります。

開所時間 8:30～17:15

2023年もあっという間に  
年末となりました。考えさせら  
れることや、反省もたくさんあ  
りますが、コロナ禍で我慢して  
いた旅行やイベントにたくさん  
行き、3年分のリフレッシュを  
することが出来ました。やっぱ  
り、楽しみがあると頑張れます  
ね◎  
皆さんのリフレッシュ方法も  
是非教えてください。

(あり)

### 編集後記