

みはらふくし情報

ぼらせんだより 4月



募集!

点訳ボランティア養成講座

視覚に障がいのある人たちへ生活に必要な印刷物を点字にする、点訳ボランティアの養成講座を開催します。

この講座は、はじめての方を主な対象として、点字及び点訳に必要な知識と技術を学びます。点訳を通じたボランティア活動に取り組んでみませんか。

期 間：**5月21日(土)～10月8日(土)** (全20回)

※8/13は休講

毎週土曜日 13時30分～15時30分まで

会 場：三原市総合保健福祉センター(三原市城町1丁目2-1)

資料代：1,100円(資料代1,000円と保険料100円)

対 象：点字に関心があり、講座修了後に点訳のボランティア活動ができる方

定 員：10名

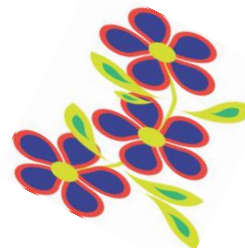
申込締切：5月18日(水)

申込・お問合せは…

三原市ボランティア・市民活動サポートセンター

TEL：0848-67-9339 FAX：0848-63-0599

主 催：三原市社会福祉協議会

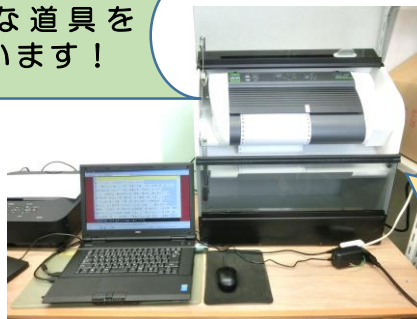


講座の内容

- ① 点字の組み立て
- ② 数字，アルファベット
- ③ 分かち書き，符号の書き方
- ④ 広報の書き方
- ⑤ パソコン点訳 など。

はじめての方を対象にしていますので、講師は、基礎から丁寧に指導します。新しいことをスタートし、新たな自分を発見できるチャンスです(*^_^*)

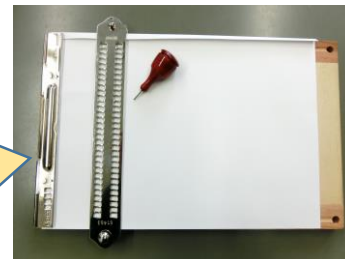
こんな道具を使います!



パソコンを使って、パソコン点訳の仕方も学びます。



手打ち点訳には、点字板と点筆を使います。



報告

いのちを守る防災体験

～わたしにもできる～

3月6日(日)

三原市防災ネットワーク主催で、毎年3月に行われている「防災体験」参加されたことはあるでしょうか？

今年度は雨が降る予報だったため、三原駅前広場ではなく、三原市民ギャラリー（ペアシティー三原西館2階）にて、約200人が参加しました。

まずは、三原市ボランティア市民活動サポートセンターの平野コーディネーターによる、災害ボランティアセンターについての話。

続いて、3班に分かれ「初期消火訓練」「ロープワーク体験」「車いす体験・簡易担架の作成」を体験しました。

最後は、炊き出し（わかめおこわ・山菜おこわ・海鮮おこわ）を食べ防災体験は終了です。

防災体験は、いつ起こるか予測のつかない災害について、改めて考えるきっかけにもなります。参加されたことのない方は、ぜひ来年参加してみてくださいね！

【初期消火訓練】

実際の消火器の重さに驚きました。火から5メートル程離れた所から火元めがけて消火します。火が天井まで到達している場合は避難！



【ロープワーク体験】

ロープをつなぐ方法を教わりました。意外と難しく、繰り返し復習していないと忘れそうです(^_^)

【簡易担架の作成】

毛布で担架を作成し、実際に人を乗せて運ぶ体験。椅子を使って運搬することもできます。

【車いす体験】

車いすを押す時の方法・注意点を学びました。段差を越える時には声掛けをしましょう。



【非常食の炊き出し】

「非常食っておいしいですね♥️」という声が聞こえました。

災害ボランティアセンター

では、被災された方の困りごとを伺い、何をどうお手伝いできるか、一緒に考えます。ボランティアさんに出来る事はつなぎ、専門的なことなどボランティアに難しいことは関係機関へつなぎます。



災害が発生した直後は、安全確保が最優先です。行政や消防により、被害状況の確認や救助活動などが行われますが、いち早く動けるのは、そこにいるひとりひとりで。ご近所での助け合い・地域の中での支え合いが大きな力です。

被災して困ったことを1人で抱えず、周りに伝えてください。概ね3日目以降には、災害ボランティアセンターが開設します。災害ボランティアセンターを訪れるボランティアさんの力が必要な時は、つなぎます。

話の内容を、要約筆記サークル「ひよこ」さんには文字で、手話サークルうきしろさんには手話で、伝えていただきました。

情報の得やすさや移動のしやすさなど、障がいのある方だけでなく皆が得やすいように、移動しやすいように、考えて行うことが大切です。得た情報をたくさんの人と共有できるように伝えてほしいと思います。



ボランティア活動掲示板 **知る 行く 参加する**



突撃取材！！テイコ・フラ・ハラウ



ボランティアで、施設（デイサービス）や公民館、お祭り等でフラダンスの活動をしている「テイコ・フラ・ハラウ」の練習にお邪魔しました。

ハワイアン風の曲に合わせて、新フラの練習をされていました。新フラとは、ソフトな女性らしいフラです。子どもから高齢の方までできるフラです。

曲の物語は手話で表現し、リズムは腰から下でとるそうですよ(*^_^*)

皆さんの明るい元気パワーで、取材しながら自然に体が動き出しました♪



楽しくて、笑顔でフラをするので、元気になれますよ。手も腰も使うので、全身運動ができます。



フラを見て、涙を流して喜んでくださる方もいらっしゃいます。



代表の坂口貞子さん

「日本民謡天翔会」 「トツツ笑顔だいわ」で楽しい時間を作る！

この日、施設を訪問して、日本民謡を歌ったのは、「日本民謡天翔会」。1時間の中で、日本民謡だけではなく、童謡を利用者さんと一緒に歌ったり、楽器を演奏したり、ひょっとこのお面をかぶって踊ったり……。とにかく全員、歌や楽器で楽しませてくださいます。時には、ステージも会場もなく一体となって歌う時間があるのも魅力的。あっという間の1時間でした。



天翔会さんは、末近信賀（せちか・のぶよし：久井羽倉城主）の唄も歌われるそうです。ぜひ、一度お聴きしたいですね。

末近信賀（末近四郎三郎信賀）・・・

末近信賀は小早川隆景の家臣で、久井羽倉城主でした。羽柴秀吉による備中高松城水攻めの際、隆景の軍監として城内にいましたが、本能寺の変が起こり、織田信長が死去。秀吉は明智光秀を討つため、備中高松城主・清水宗治の命を条件に城兵を助命する講和を呼びかけました。これに応じた宗治とともに、天正10年（1582）6月4日に自刃したのが末近信賀です。

末近信賀 辞世『君がため 名を高松にとめおきて 心は皈（かえ）る 古郷の方』
（三原市歴史民俗資料館 蔵出しお宝ニューズー 創刊号 一より抜粋）

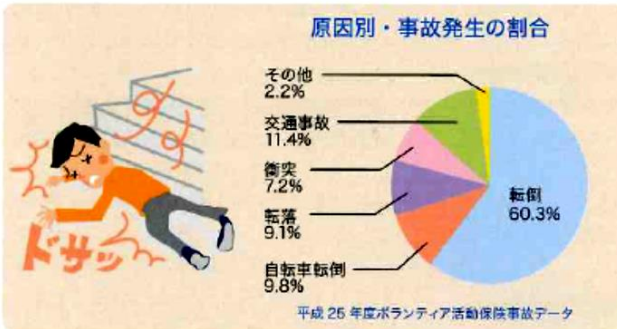


日々のボランティア活動、ありがとうございます(^o^)
 平成 27 年度は、残念ながら事故ゼロとはいきませんでした。
 つまずいての転倒事故が多く発生しています。
 安全なボランティア活動について、今一度考えてみましょう！

ボランティア活動保険では、こんな事故が・・・

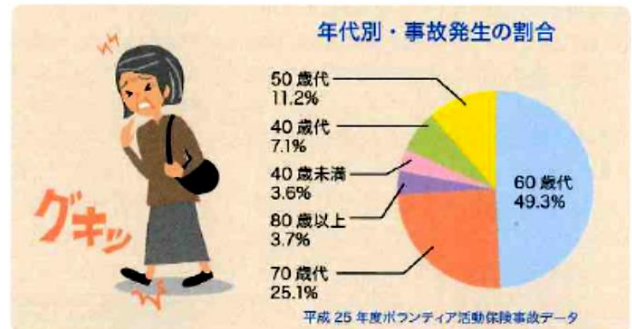
事故発生件数のうち7割以上が転倒事故

ボランティア活動保険の事故を原因別に分析すると転倒事故（自転車転倒を含む）が約7割を占めています。屋内・屋外を問わず、転倒事故につながる危険を取り除き、事故を未然に防ぎましょう。



事故発生件数のうち約8割が60歳以上の方

年代別でみると約8割が60歳以上の方で、若い世代に比べ事故が起きやすいことがわかります。60歳以上の方の場合は後遺障害につながることも多いので、その後の日常生活に大きな影響を与えかねません。



安全なボランティア活動のための10大ポイント

1. 転倒防止のため、日頃から体力づくりに努めましょう。
2. 足元の安全を確認する習慣をつけましょう。
3. 自転車の運転には細心の注意を払いましょう。
4. 活動当日の体調を把握しましょう。
5. 活動内容に適した服装を心がけましょう。
6. 準備運動で身体をほぐしてから活動しましょう。
7. 今の自分にできることか、見えわめながら活動しましょう。
8. 疲れを感じたら、必ず休憩しましょう。
9. 不用意に犬などの動物に近づくのはやめましょう。
10. びりとしたこと、ハッとしたことはMVA-内で共有しましょう。

社会福祉法人全国社会福祉協議会発行 ボランティア情報 6月号より抜粋

小室等&イルカ コンサート

-みんなが地域で生きるため、『障がい者』の自立と連帯の輪を-

日 時：5月13日（金）18時30分開演（18時開場）

会 場：三原市芸術文化センター ポポロ

協力券：3,800円 / 全席自由
 （小中学生及び障がい者の方 2,500円）
 協力券は、ポポロで購入できます。

ひこばえ
 お問い合わせ先：特定非営利活動法人「葉」
 TEL・FAX (0848) 66-4002
 TEL・FAX (0848) 66-5003

※手話・要約筆記が付きます。
 ※補聴器のための磁気誘導ループ席があります。

特定非営利活動法人「^{ひこばえ}葉」は、障がい児の放課後支援および障がい児・者の文化芸術活動の支援をする事業を行い、社会全体の福祉の増進に寄与することと同時に、障がいを持つ人たちとともに生きる社会を築きあげることを目的としています。

●みはら市民協働サイト つなごうねっと ●
 三原のイベントや団体の情報満載！

<http://mihara.genki365.net/>

ボラセンのパソコンでご覧になれます

発行：三原市社会福祉協議会

三原市ボランティア・市民活動サポートセンター
 〒723-0014 三原市城町1丁目2-1

(サン・シープラザ 4階)

電話 (0848) 67-9339

FAX (0848) 63-0599

Mail miharavs-c@m-shakyo.jp