

みはらふくし情報

ぼらせんだより 5月



喫茶コーナーひろばに飾られている兜

各団体へのおねがい

4月から新年度がスタートし、気持ちも新たにそれぞれの活動を頑張っておられることと思います。みなさん、日々のボランティア活動ありがとうございます。

2021年度、代表・事務局・送付先などに変更がある場合は、三原市ボランティア・市民活動サポートセンターへお知らせください。

ボランティアをしてみたいけど、あと一歩が踏み出せていないみなさん、ぜひ一度ボランティアセンターにお越しください！同じ目的を持った人たちが集まり活動する「ボランティア団体」のご紹介や、個人としてボランティア活動をする「個人ボランティア」の募集もしています。また、ボランティアをお願いしたいというご相談もお受けしています。

ボランティア募集中！



点訳ボランティア てんゆう会が



三原高校生に点字を教えました



昨年、広島県立三原高等学校の2年生が取り組んだ「理想の児童館プロジェクト」に、点訳ボランティア てんゆう会が協力をしました。点字の読み方や打ち方だけでなく、点字の歴史や点字ブロックの役割等、視覚に障がいのある人への配慮についても伝えました。「生徒のみなさんは、真面目に話を聞いてくれ、点字の打ち方をすぐに理解して上手に打っていました。若い人にも点字に興味を持ってほしい。」とにっこり。てんゆう会は、視覚に障がいのある人に必要な情報を正しく届けるために、切磋琢磨し活動を続けています。



子どもたちに点字の役割を伝えるために、点字のポスターを作ったそうです。子ども達にもわかりやすいようにシールで点字を表現したり、クイズを取り入れたり興味を持つように工夫されていますね。白杖や盲導犬の説明文は、子どもたちにわかる言葉で書いています。



高校生が作った点字のポスター

相手のことを想い行動できることは素晴らしいことですね。

この点字のポスターは、サン・シープラザ2階にあるラフラフ(三原市児童館)前の掲示板に展示されています。ぜひ高校生の頑張りをみてください！



しろいつえ

- ものにぶつからないようにするやくめ。
- まわりのようすを知るやくめ。
- 目が不自由なことをまわりの人におしえるやくめ。

紹介します！みはらスイミー



4月12日（月）三原リージョンプラザにて、みはらスイミーの水泳活動がありました。毎週月曜日が活動日です。この日は、スイマー10名と、スイムヘルパー（家族・ボランティア・介護者）14名の参加がありました。ハロウィック水泳法10ポイントプログラムに基づいて楽しく活動しているうちにリラクゼーション・バランスコントロール・呼吸コントロールなどの必須要素を身につけるのだそうです。

最初の30分間は、水中歩行などの準備運動を行い、それぞれの泳ぎを練習します。

全員そろったら、基本練習やゲームプログラムを行います。水中でジャンプしたり、もぐって遊具を拾ったり、輪をくぐったりして楽しく体を動かしていましたよ。



英国生まれのハロウィック水泳法は、どんな障害があっても楽しく水中活動を行えるプログラムです。まず水に慣れ親しみ、安全を確保するところから始めます。活動は基本的にスイマーとスイムヘルパーのペアで行います。どちらも泳力は問いません。

監視と道具係の当番は、水に入るのは我慢。使用する道具を丁寧に並べていました。拾う遊具もいろいろな形を用意しています。



「先輩お母さんから助言をもらい、今度は後輩お母さんに助言を引継ぎ、お互いに助け、助けられて歴史がつながっていくのですよ。」という、代表の阿部さんの言葉が印象的でした。前回できなかったことが少しでもできるようになった姿もあり、できたときの笑顔から元気をもらいました。



水の中ではかなりの水流が起きていて、列から離れると元に戻るのが大変なのだそうです。水中でのバランスコントロールを身につけることができます。

【体験会を開催します】
5月31日（月）17時～
 3歳以上の幼児から大人まで
 申込みは阿部さんまで
 TEL：090-4147-6856



水から上がる時には階段をしません。できる限り自分の力で頑張ります。

【使っていないミシンはありませんか？】

布絵本を作製するボランティアグループ「三原コスモス文庫」がミシンを探しています。ミシンを提供してもいいという人は、ボランティアセンターまでご連絡をお願いいたします。



●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/>

ボラセンに閲覧用のパソコンがあります。

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