



青い鳥

第24号

発行:

園部町ボランティア連絡協議会



～会報発行に寄せて～

園部町ボランティア連絡協議会

会長 奥井 清



ボランティアの基本は、「人に言われてするものではない。自分のやれる範囲で無理をしない。自分が楽しむこと。」とされています。

この頃は、良い事も悪い事も SNS という情報通信から入ってくる時代となりました。難しいかもしれませんが、正しい情報のみに耳を傾け各種情報を手に入れるようにしましょう。うまく利用すればとても良い情報源となります。

その中で、自分自身、大きな影響を受けたものもあります。私が手話を習うきっかけとなったのが YouTube で公開されている「僕が君の耳になる」という手話ドラマです。このドラマの中では、ちょっとした気遣い、ちょっとしたアドバイス、ちょっとした行動力が人の心を動かします。ボランティアがしたいという気持ちはこのような所から生まれてくるのかもしれませんが、お時間があれば、そんな所に注目しながらこのドラマを観ていただけたら嬉しいです。



～2026. 2. 10 会員研修会にて～

■事務局:南丹市社会福祉協議会 園部事務所 TEL0771-62-4125

各グループへの入会やボランティアが必要な施設やサロン、敬老会、地域イベントなど…お気軽にご相談ください。



研修・交流会

研修会のテーマは「伸ばそう!健康寿命」

- 開催日:令和8年2月10日
- 会場:アスエルそのべ大研修室

「伸ばそう!健康寿命」をテーマに研修会を開催しました。医師の西岡先生からは、健康長寿のために日常でできる取り組みについてご講演いただきました。パーソナルカラー診断士の前田さんからは、おしゃれと色を使いこなす方法を学びました。



講演①:「健康長寿を目指す園部づくりの秘訣」



- 講師:西岡大輔氏
(南丹市国民健康保険美山林健センター 医師)

- ★いまの健康対策は「社会環境モデル」
- ★一日6千~8千歩、週1回以上歩く。
- ★座りすぎないこと。(9時間以下)
- ★孤立しない、させない地域づくり。
- ★サロン参加者は要介護認定率が低い。
- ★ボランティア参加はまちの健康づくりです。



講演②:「健康で長生きするために、おしゃれと色をつかいこなす方法」

- 講師:前田恵梨氏 (パーソナルカラー診断士)

- ★外見を整えることで心まで整う。
- ★赤・ピンク・オレンジを着て、若々しく、明るく生きる。



研修会のあとの会員交流会

- 京丹波町の料亭にて

ボランティア仲間の余興などで、会場は大変盛り上がりしました。脳トレや体操は、少し戸惑いながらも楽しそうに指や手足を動かされていました。時間は瞬く間に過ぎて行きましたが、同じ志を持つ仲間の笑顔に包まれ、仲間意識が一層高められた楽しい交流会でした。



南丹市 ボラ交流会 令和7年度<第17回> 南丹市ボランティア交流会

～生涯青春 心も身体も健康に～音楽と踊りを楽しむ会

- 開催日:令和7年10月5日
- 参加者:181名
- 会場:アスエルそのべ大ホール

4町それぞれのボラ連代表のグループから発表していただきました。園部ボラ連からは、「ふれあい楽団 Luce」が出演。華やかな演奏で舞台が盛り上がりました。八木町のグループは、社協若手男性職員とのファッションショーを披露され、拍手喝采でした。





Merry Christmas!

ボラ体験

クリスマスボランティア体験



- 開催日：令和7年12月14日
- 会場：アスエルそのべ
- 来場者：89名



毎年楽しみにしてくれている子ども達が元気に来場。今年はバザーを開催したこともあり、大人の方も多く来場してくださいました。ボランティア活動を身近に感じて欲しい、楽しんで欲しいという思いから、各ボランティアグループが趣向をこらして体験ブースでの交流やステージ発表を行いました。



【活動発表】

- ★オカリナ演奏(らべんだ〜ずオカリナアンサンブル)
- ★脳トレゲーム(脳トレ園部)
- ★朗読と人形のおはなし会(そのべ読み語りクラブ)
- ★手話パフォーマンス&サックス演奏(虹音レイン&クレージーモンキーズ)



【体験・展示ブース】

- ◆点字体験(点字サークル楽点)
- ◆脳トレ体験(脳トレ園部)
- ◆クリスマス飾り制作(友遊の輪)
- ◆絵手紙体験(はとポップ)
- ◆音訳体験(音訳ボランティアかわせみ)
- ◆着付け体験(ほほえみの会)
- ◆皿まわし体験(南丹亭百笑)
- ◆ポスター展示(おはなしポケット)



【ゲームコーナー】

- ・大型オセロ・大型ジェンガ
- ・輪投げ・ダーツ・ポールプール他

ご来場の方からいろいろな感想をいただきました。(当日のアンケートより抜粋)

- ♡ 点字で自分の名前が書けて良かった。
- ♡ 久しぶりに家から出て音楽を聞かせてもらって楽しかったです。
- ♡ 皿まわしはコツがつかめるようになって楽しかった。
- ♡ 着物の着付けが楽しかった。
- ♡ ボランティアのことがわかりました。
- ♡ 絵手紙が楽しかったから、またしたいです。
- ♡ 私も目が悪いので、点字が勉強になりました。目の病気のお話が聞けて良かったです。
- ♡ いろいろな遊びができて、楽しかったです。
- ♡ 子どもが楽しんでいました。ありがとうございました。
- ♡ もっといっぱいやりたかった。早く来ればよかった。
- ♡ クリスマスにちなんだコトが楽しかったです。
- ♡ オセロがたのしかったです。
- ♡ 皿まわしができなかったのに、できるようになった。

「バザー」も同時開催

衣類や服飾小物、家庭用品、日用品など、ご家庭からたくさんの品々をご提供いただきました。(売り上げ・23,000円)



総会

園部町ボランティア連絡協議会 定例総会

- 開催日：令和7年6月6日
- 会場：アスエルそのべ 大研修室

1部では令和6年度の会計報告と令和7年度予算案の承認が行われました。2部では、南丹警察署による「詐欺防止」の講演、南丹亭百笑さんによる落語が披露されました。





園部町ボランティア連絡協議会 加盟グループ



★点字サークル^{らくてん}楽点

月3回程度の活動で、点字の読み書き、触読(指で読む)などの勉強をしています。いつでも仲間を募集中です。
活動日:月3回、活動場所:アスエルそのベ

★要約筆記とらいあぐる

難聴者や中途失聴者に、話の内容を要約し、文字で伝える活動。会議や講演会などで、オーバーヘッドカメラやPC、ノートテイクという方法で実施しています。

★船井手話サークル青空

手話の学習、技術習得と手話を通して聴覚障がい者と交流し、支援しています。聴覚障がい者への理解、手話の啓発をすすめています。

★音訳ボランティアかわせみ

「広報なんたん」「社協だより」などをパソコンで録音し、編集後CD作成。それを視覚障がい者の方にお届けしています。
活動日:月2回程度 場所:アスエルそのベ録音室

★と金の詩

日本伝統文化である将棋を後世に継承するとともに、地域活性化を目的として、子供たちに将棋の指導をしています。

★傾聴ボランティアほつと♡ハート

話し相手を希望されている方へ、2人1組で個人宅や施設へ訪問。お話を聴かせていただきながら、楽しい語らいをしています。

★友遊の輪

「皆と今日を楽しく過ごす」ことをモットーとして、楽しいレクリエーション、脳トレゲームなどで活動をしています。道具の貸出しやサロンのお手伝いを致します。

★ふれあい通信ボランティアはとポッポ

高齢や障がいなどの理由で外出しにくい方々に、季節の絵手紙を届け、日々の暮らしに潤いが得られるよう、支援しています。
活動日:第2木10時~11時、場所:アスエルそのベ

★給食ボランティアあじさいの会

月1回ひとり暮らしの高齢者や高齢者世帯の方々に「ふれあい弁当」を、心を込めて作っています。活動日:年9回(7,8,10月を除く)
活動場所:アスエルそのベ

★脳トレ園部

楽しいゲームを通して介護予防・認知症予防に取り組んでいます。月2回木曜日の教室へぜひ体験に来てください!
活動場所:横田公民館 活動日:第2第4木曜日

★女性合唱団チャーミーママ

美しい歌詞を大切に心に響くハーモニーを目指し、楽しく・和やかに練習しています。敬老会・施設訪問等にも積極的に参加しています。

★おはなしポケット

「絵本の読み聞かせ」「紙芝居」「パネルシアター」などを通してお話の世界にふれる楽しさや本に親しむきっかけづくりをしています。

★コンビニ劇団

毎月1~2回試行錯誤の練習を続け地域の皆様に笑いを届けたいと頑張っています。介護施設や地域のサロン等からお声をかけていただき活動しています。

★らべんだ〜オカリナアンサンブル

皆さまにオカリナのきれいな音色をお届けできるように、和気あいあいと練習に励んでいます。演奏のご依頼お待ちしております。
活動場所:アスエルそのベ 活動頻度:月2回

★童謡唱歌ひまわり

消えつつある童謡を無くしてはならないと、大きな声で歌っています。二部合唱もとり入れ、みんなで楽しく練習しています。ご参加をお待ちしています。

★津軽三味線ひびき

月2回の練習日を持って、敬老会、施設イベント等で演奏して喜んでもらっています。一緒に演奏する仲間を募集中です。

★河鹿合唱団

府内で最も古い混声合唱団の一つです。楽しくをモットーに、週1回の練習に励み、コーラスのハーモニーの楽しさを届けます。

★園部吹奏楽団

福祉施設や地域のイベントでの演奏、年1回の定期演奏会、ソロアンサンブルコンサート開催など、広く活動しています。

★クレージーモンキーズ

サクソ(管楽器)好きのサークルです。地域イベントや、高齢者施設などに出向き、懐かしい歌謡曲やJポップスなどを演奏しています。

★ふれあい楽団^{ルーチェ}Luce

西本梅ふれあい楽団から改称。地域行事・施設等で演奏します。楽しんでもらえる楽団を目指し励みます。

★ほほえみの会

和服を楽しんで着る教室をしています。教えたり教えられたり、ワイワイと話しながら集まっています。和装写真も撮っています。活動は月2回。

★手話パフォーマンス^{にじおと}kid虹音レイン

子どもだけの手話パフォーマンスチーム。手話で歌ったり踊ったり手話にふれたいただききっかけづくりをしています。
活動日:月4~5回、活動場所:吉富ノ庄

★メイク・パーソナルカラー診断ボランティア

メイクやカラーが持つ人の心を元気に明るくするパワーを使い、様々な状況におられる方々の人生を輝かせるお手伝いをしています。
活動場所:南丹市、京都市、オンライン等 活動日:随時

★そのべ読み語りクラブ

絵本を通して親子の時間をつむぎ出す一助になればと、絵本手帳「おひぎでえほん」を制作し、乳児検診等で配布。
活動:すこやかセンターのお話会・定例会等

★南丹ねこネットワーク

ノラネコを捕まえ、不妊手術をし、元いた場所に戻す「TNR活動」を主軸に活動しながら保護猫譲渡会もしています。

★サークル絆

NEW

「小さな事をコツコツと」をモットーに互いに教えあいながら編み物や折り紙などの作品作りを楽しんでいるグループです。
活動場所:地域公民館 活動頻度:月1回

★個人ボランティア

○落語○運転ボランティア○学習ボランティアなど、趣味や特技を生かした活動で喜んで頂いています。