

第12号

市民活動交流広場

ナビコンパス



去る 11 月 8 日（金）ボランティア（市民活動）の育成や資質の向上を目指すボランティア養成講座を市民活動交流広場にて開催しました。当日は天理大学人間学部教授の岡田龍樹氏を講師に招き、「生涯学習とボランティア」というテーマでお話をいただいた後、ボランティア・NPO 法人団体の活動の発表を行いました。

講演会では、生涯学習とリンクしてボランティアの大切さがうたわれていることから、ボランティア活動そのものが自己開発、自己実現につながり、必要な知識・技術習得のための学習として生涯学習があり、その成果を生かし、深める実践としてボランティア活動があると話されました。

また、昨今聞かれる『新しい公共』とは一定のルールとそれぞれの役割を持って、地域の様々な主体（市民・企業など）が当事者として参加して協働する事だと述べた後、「現在ボランティアの高齢化が課題となっています。若年層のボランティアを増やすためにも、今回のような講座をボランティア団体さんと一緒に開催し、交流を深めていってくれたら…」と熱く語られました。

ボランティア・NPO 法人団体の活動発表では、「クラフトの会」「NPO 法人今井まちなみ再生ネットワーク」「檀原市地球温暖化対策地域協議会“エコライフかしはら”」の 3 団体が写真などを使い、これまでの活動の様子や困っている事、良かった事などを発表されました。

講座に参加された方からは、「ボランティアについて、とてもわかりやすい話だった。」「普段、他団体の活動を知る事ができないので聞く事ができて良かった」との感想をいただきました。



ボランティア養成講座

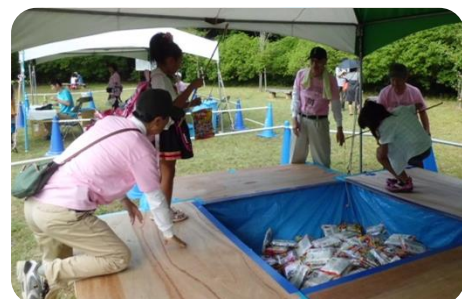


ふれあい・いきいき祭 「健康と社会福祉の祭典」

10 月 13 日かしはら万葉ホールにて健康づくりや社会福祉の推進を行うことを目的に健康づくりや社会福祉に関するイベントや展示を行いました。NPO 法人やボランティア団体などによるバザーも行われました。



ボランティアさんが
活躍しています



檀原神宮森林遊苑の緑いっぱいの中で、「全市民が主体性を持って参画する」という基本理念のもと、毎年開催されています。今年は「つなげよう心を、ひろげよう笑顔」をテーマに 10 月 12～13 日に行われました。

夢の森フェスティバル

出前講座見学日記 その5

出前講座とは、ボランティア・市民活動団体の方や市職員が出向いて専門知識や行政情報を提供するものです。

健康・福祉・環境・音楽・教育・園芸・工芸…など、さまざまなジャンルの講座があり、地域のふれあいサロンや子ども会などで利用されています。



平成25年11月26日に耳成小学校家庭教育学級さんが受講された「真向法体操教室」の出前講座を見学させていただきました。講師の勝田義純さんは真向法体操の他にもニュースポーツや要約筆記など多数のボランティア活動を行っておられます。

講座当日は、「早起きをして体操をしてから来るつもりが寝坊してできなかった～」と冗談を言い、生徒さんの緊張をほぐしてから始まりました。最初に「真向法体操」について、お話がありました。「真向法体操」とは、昔お寺のお坊さんが考え出した体操で「お辞儀体操」とも言うそうです。股関節や筋肉の歪みを整え、活性化させます。人間は腰の形が大切で、腰の位置が前後左右にずれると、血流が悪くなり、生活に支障が出る事があるので、1日1ミリの気持ちで毎日続けることが大切だと話されました。まずは、基本体操を声を出し、息を吐きながら腹式呼吸で行います。

受講者の皆さんは、真剣に説明を聞きながら、楽しそうに体操を行っています。基本体操の次は補導体操（ペアになってお互いの体をゆっくり押ししていきます）です。これは礼に始まり、礼に終わる事が大切だそうです。それぞれの動きに対して手の置き方、押し方があり、相手の人が痛くない様に、無理せず押したり叩いたり。最後にもう一度音楽に合わせて基本体操を行い、終了となりました。1時間30分の講座の中では時間が足りず、内容を少し省いての講座となりました。また当日は講師の勝田さんの74歳の誕生日だということがわかり、最後に受講者の方との記念撮影をして、とてもアットホームな雰囲気で行われました。受講者の方からは、「受講後も家族や友人との補導体操でコミュニケーションをとり、いつまでも姿勢よく、元気に動けたら素敵だと感じます」との感想をいただきました。



「かしはら出前講座」では、ボランティア・市民活動団体の講師は交通費や材料費の実費のみで、**講師料なし**で活動しています。詳細は榎原市ホームページや出前講座メニューをご覧ください。

イベント

ノルディックウォーク体験 2014 春の風薫る大和路を歩く 榎原散策編

内 容 ●ノルディックウォーク体験（榎原界隈を 3km 程度散策します）

●ノルディックウォーク入門講座

日 時 2月1日（土）9：30～11：45

場 所 かしはら万葉ホール4階視聴覚室集合・解散

費 用 300 円（ポールレンタル料、保険料など）

持 ち 物 歩きやすい服装・靴、その他各自必要な物

問 合 せ NPO 法人ポルベニルカシハラスポーツクラブ

TEL&FAX 0744-29-1458(松井氏)

※榎原市市民活動公募事業支援補助金を活用しています

※申込についてはお問い合わせください。

イベント

ノルディックウォーク体験 2014 春の風薫る大和路を歩く 明日香&高取町散策編

内 容 ●ノルディックウォーク体験（明日香村の遺跡などを散策します…ガイド付）→高取町難めぐり会場にて昼食（高取町の難弁当）→昼食終了後解散
※難めぐりを自由にお楽しみください

日 時 3月2日（日）9：00～13：00

場 所 近鉄岡寺駅前に集合・受付

費 用 1300 円（弁当代、ポールレンタル料、保険料など）

持 ち 物 歩きやすい服装・靴、その他各自必要な物

問 合 せ NPO 法人ポルベニルカシハラスポーツクラブ

TEL&FAX 0744-29-1458(松井氏)

※榎原市市民活動公募事業支援補助金を活用しています

※申込についてはお問い合わせください。

イベント 第2回 まほろばチャレンジ・ザ・エコフェスティバル

内 容 小さな子どもからお年寄りまで楽しくふれあい、体力アップや健康づくり、環境学習を行います。レクリエーションスポーツ、ゲームの体験コーナー、環境ゲームと環境クイズのコーナーなど。

日 時 2月2日(日) 10:00~16:00

場 所 橿原市中央体育館

費 用 無料(誰でも自由に参加できます)

持 ち 物 飲み物、タオル、上履き(屋内シューズ)

問 合 せ 「いきがい・あそびの広場」研究会

TEL&FAX 0744-29-5322(諫原氏)

※橿原市公募・子どもゆめ基金助成事業

イベント 早春の東福寺と伏見稻荷 「千本鳥居」から「竹の径」を巡る

内 容 京阪七条駅(3番出口)→三十三間堂→東福寺→(伏見稻荷)→竹の径→稲荷公園→琵琶湖疏水→鴨川→JR京都駅 16km(中間8km)のコースを歩きます

日 時 3月14日(金) 9時45分集合

費 用 一般参加者 500 円

問 合 せ 大和ウォーキング協会(YWA)

TEL&FAX 0742-41-1628

(浅田氏・田島氏・太田氏・原氏)

※集合場所・出発時間・コース・距離は変更することがあります。

※原則として雨天決行です。ただし午前 7 時に該当地区に「気象警報」発令の場合は中止です。

講座

生きがい創造講座 「歴史教室」

内 容 大王陵と渡来文化 継体陵の頃(10 回中 10 回目)

日 時 3月12日(水)

13:30~16:00

場 所 イオンモール橿原 3 階 イオンホール

費 用 800 円

申 込 メール、FAX、往復はがきで申し込み

問 合 せ すこやかおもちゃ病院事業部

〒634-0077

橿原市南八木町 3-3-13

すこやかおもちゃ病院事業部 津川昌三氏

イベント

矢田寺から靈山寺へ 大和十三仏を訪ねる

内 容 JR大和小泉駅→大和郡山市総合公園→矢田寺→矢田自然公園→靈山寺→近鉄富雄駅 14 kmのコースを歩きます

日 時 2月23日(日) 9時30分集合

費 用 一般参加者 500 円

問 合 せ 奈良県ウォーキング協会

TEL 0744-24-3110

(月・火・木の平日 13:00~16:00 祝・休日は休み)

FAX 0744-29-5195

※コース及びキロ数は変更することがあります。

※原則として雨天決行です。該当地区に「気象警報」発令の場合は中止です。

※参加される場合、弁当・水筒・雨具を各自持参ください。

イベント

おもちゃ病院

内 容 こわれたおもちゃを無料(材料費実費)でなおします。

日 時 2月8日(土) 10:00~14:00

3月8日(土) 10:00~14:00

場 所 市民活動交流広場

費 用 材料費実費

問 合 せ 健やか交流塾 おもちゃ病院

TEL 090-7763-1220(津川氏)



イベント

くらし 無料 家族の相談

内 容 成年後見・遺言・相続・離婚など女性相談員を含む行政書士が対応します。

日 時 2月19日(水) 10:00~13:00

3月19日(水) 10:00~13:00

※受付は12:30までとさせていただきます。

場 所 市民活動交流広場

費 用 無料

問 合 せ ほほえ Me

TEL 0744-22-1886

イベント

☆サロン☆

お茶を飲みながら、ボランティア活動についてお話してみませんか？

サロンでは「簡単にできる手芸」等を予定しています。

※内容によって材料費要

内 容 ☆2月10日(月)

サロンと可愛いほっこり座り雛

主 催 檀原市ボランティア連絡協議会

場 所 市民活動交流広場

協 力 檀原市

問 合 せ 檀原市市民活動交流広場
TEL0744-47-2380

毎月
10日

助成金

第15回社会貢献基金助成

締 切 平成26年2月28日(金)

対 象 非営利組織(財団法人、社団法人、社会福祉法人、NPO法人、その他任意団体、市民ボランティアグループも対象となります。)又は大学、研究機関で、今回募集する助成対象事業の趣旨に合致する事業を行おうとしている団体等※対象事業についてはホームページをご覧ください。

助成金額 1件上限200万円、総額1,000万円程度

申 込 必要書類を下記住所へご郵送ください。

送 付 先 〒105-0004

東京都港区新橋1-18-16 日本生命新橋ビル9F

一般社団法人 全日本冠婚葬祭互助協会

社会貢献基金 運営事務局

問 合 せ TEL 03-3596-0061(メールでのお問合せ不可)

ホームページ <http://www.zengokyo.or.jp/social/promotion/O1.html>

イベント

平成 26 年 1 月 16 日 第 12 号

★イベント★

NPO 法人連絡会では毎月第3日曜日に楽しいイベントを企画しております。みなさん遊びに来てください！

内 容 ☆ 2月16日(日)

● 第2回おもしろパソコン教室 資料代要

● 指圧マッサージ講座 参加費無料

主 催 檀原市 NPO 法人連絡会

場 所 市民活動交流広場

協 力 檀原市

問 合 せ 檀原市市民活動交流広場

TEL0744-47-2380

※内容・費用など詳細はナビコンパスのホームページにて

毎月
第3日曜日
開催予定

助成金

第5回 Make a CHANGE Day

締 切 平成26年3月31日(月)

対 象 ボランティアグループ、NPO/NGO、学生サークル、学校、自治会、家族、企業・団体など、2名以上で登録対象期間中にボランティア活動を実施するグループ※対象分野はホームページをご覧ください。

各賞の内容 大賞/賞状、活動資金(10万円)、副賞(盾)
その他の賞についてはホームページをご覧ください。

参加協力金 1活動につき1000円(任意)

参加登録 登録Webフォームにて必要事項を入力して送信

申 込 } Make a CHANGE Day 実行委員会

問 合 せ (事務局：特定非営利活動法人愛・地球博ボランティアセンター)
〒460-0001 名古屋市中区三の丸1丁目7番2号

桜華会館南館1階

TEL 052-218-7350 FAX 052-228-8282

メール mcd@vol-expo2005.jp

ホームページ <http://makeachangeday.com/>

お知らせ

ちょボラ はじめよう！

ちょボラとは「ちょっとしたボランティア」の略で、日常の中で出来るちょっとしたボランティアのことです。

収集ボランティアの収集状況

使用済み切手 使用済みプリペイドカード
9月～11月 729 g 244 枚

ご協力ありがとうございました

市民活動交流広場では使用済み切手やプリペイドカードを収集して「小さな親切」運動に協力しています！！

【発行・問合せ】

檀原市市民活動交流広場(愛称：ナビコンパス)

〒634-0804 檀原市内膳町1丁目6番8号(檀原市観光交流センター5階)

TEL(0744)47-2380 FAX(0744)47-2381 開館時間 9:00～19:00

E-mail navicom@city.kashihara.nara.jp

檀原市ホームページ <http://www.city.kashihara.nara.jp/shiminkyodo/index.html>

かしはらナビプラザホームページ <http://www.kashihara-naviplaza.com/>

