



公民館においでよ!

ボランティアを通して

地域を活気づけたい

宮本 恵子さん



▲自治会の取組を紹介するパンフレットが完成しました!

“地域を支える”自治会ボランティア



ミニデイサービスの何気ない楽しいひととき
～会話が弾み笑顔が溢れる～

中原区自治会 ☎892-5303

自治会(公民館)の紹介

中原区は、市の福祉施設が集う地域です。社会福祉センターをはじめ、赤道老人センター、赤道児童センターがあり、また個人運営による佐喜真美術館があり、修学旅行の学生で賑わっています。

公民館には幅広い年齢層の方々が集い、自身の趣味やボランティア活動、講習会、子ども達の育成の場として活用されています。

将来を見据えた活動を

11年後には、中原区でも高齢化率が30%を超え、様々な課題が出てきます。年金だけに生活を頼る“高齢者の貧困”や“生活の困難”など、今から地域全体で予測可能な問題に対処していくことが求められています。

自治会では、同じ地域で暮らしている人達で話し合いながら課題に取り組んでいます。そして、様々なサービスも展開しています。その中で最も大切な活動がボランティア活動で、自治会では、新しく活動を始める方々にとっても動きやすい環境づくりに努めています。

関心のある方は、お気軽にお立ち寄りください。

各自治会の年間行事を市ホームページに掲載しています。 | 次回は、嘉数ハイツ自治会です。

■ボランティアを始めたきっかけは?
6年前よりミニデイサービスのボランティア活動を続けています。当時はそれまで年数回のイベント等のお手伝いが主だったのですが、仲が良かった近所の方からミニデイサービスの活動に誘われ、私自身も「何か地域の役に立てたら」と思っていたので、参加してみました。ボランティアは初めての経験だったため緊張もありましたが、皆が優しく接してくれたので、



宮本 恵子さん
(ミニデイボランティア)

■ボランティアの楽しさとは?
活動を通して色々な方と出会い、今でも新たな学び・刺激があること、ちょっとした相談ができる方がいて、同年代とはまた違った意見やアドバイスをもらえるので、

で、思ったより早く馴染むことができました。
■どのような活動をされていますか?
週に一回、毎週火曜日に開催されるミニデイサービスのボランティアスタッフとして活動しています。ミニデイサービスとは、地域のおじいちゃん・おばあちゃんが「気軽に」「楽しく」参加できる交流の場であり、レクや体操、会食など様々な活動をしています。私は9時から15時まで、公民館で昼食の準備をし12時に一緒に会食、レクのサポートや次回の献立づくりに携わっています。



来週の献立について話し合うボランティアスタッフのみなさん

られ、自分自身の生活にも活かされていることですね。
消防施設の見学やAED講習会、ピクニックなど、自分一人ではなかなか経験できない体験もできることも楽しさの一つです。そして、自治会での出会いが、地域の子ども達や独居高齢者の見守りにも繋がっています。退職世代の方や関心がある方にもぜひ一度足を運んで頂きたいですね。