なすしおばら
ボランティアセンター情報誌

令和５年７月２０日号

那須塩原市の地域の力

災害時の合言葉は４つ。**「自助・互助・共助・公助」**「一番大切なことは、（自助）自分が生き延びることが大切。逃げたら戻ってはいけない」

５月２５日（木）、防災士でもある個人ボランティアの小泉信三氏が「防災について」と題し、郡山市のポラリス看護学院３年生（４０名）を対象に、講話を行いました。

はじめに、那須地域における災害の歴史について当時の新聞記事などを参考に話しました。次に栃木県、及び日本のこれから起こりうる災害に備えた防災の大切さを説明しました。

▼「備えあれば憂いなし！」

参加した学生から「今回の講話を聞いたことをきっかけに、東日本大震災で経験した記憶を忘れずに今後の学びにしていきたい」などの感想を聞くことができました。

小泉氏は、「思い出して話し合うことが大切。次世代の子どもたちへの防災マニュアルになる」と話していました。

～那須塩原市ホースガーデン～

５月２５日（木）、青木の「那須塩原市ホースガーデン」（那須トレーニングファーム）が、福島県郡山市の「ポラリス看護学院」の３年生 40 名を受け入れ社会活動を行いました。活動内容は「馬のブラッシング」「馬房掃除」「草取り」です。

馬はキレイ好きなので、自分の部屋が糞や尿で汚れてくるとストレスがたまるため、一日に一回行うそうです。代表の広田さんは、社会活動だけでなく、馬がもたらす様々な効果についても学生に伝えていました。「馬は乗り手の心を映し出す鏡の様なもの。嘘や建前は通用しない。馬との触れ合いがもたらす教育効果は絶大です」と話すと、看護学院生は力強く頷いていました。また、馬を通じてつながる活動に「今後も様々な活動を通して多様な価値観を育んでいきたい」と話していました。

～黒磯地区婦人会～

みなさん、「認知症サポーター」ってご存知ですか。「認知症サポーター」とは・

【認知症を正しく理解し地域に暮らす認知症の人やそのご家族に対してできる範囲で手助けをするひと】のことです。2005年、厚生労働省の呼びかけによってこの制度ははじまりました。

この度、「黒磯地区婦人会」による「ロバ隊長」作りが行われました。

「ロバ隊長」は認知症サポーターキャラバンのマスコットキャラクターです。ロバのように急がず、一歩一歩進んでいこう！という意味が込められているそうです。

令和4年１１月頃～令和5年3月までの間で１８５個の手作りの「ロバ隊長」を作成しました。

きっかけは、高齢者施設で働いていた婦人会のメンバーが、施設の職員に声をかけられたことでした。「では婦人会で作ろう！」と一致団結し作られたそうです。

この「ロバ隊長」は「認知症サポーター養成講座」を受講した方に配布されています。

黒磯地区婦人会のみなさん、ありがとうございました。

※那須塩原市には市内2か所の認知症カフェ（オレンジドアにしなす、笑温カフェ♥くるる）があります。

大原間小学校3年生福祉体験

～手話は見る言葉・音のない世界の体験～

6月20日(火)22日(木)の2日間、那須塩原市聴覚障害者協会の鈴木弘義さん(ろう講師)と鈴木佳子さん(聴講師)が講師を務め大原間小学校の3年生が手話を体験しました。

体験の初めに聴覚障がい者は大きく「ろう者」「難聴者 ※1」「中途失聴者 ※2」に分けられており、ろう者は日本語ではなく手話を母語としている人だということを学びました。その後は画面に映し出されるイラストを見て「イメージ」で手や体を使って表現し、伝える体験をしました。

「手話は見る言葉」「しっかり見て真似っこしよう」という体験前の約束を守り、積極的に手を動かし、耳の聞こえない人とのコミュニケーション、伝える大切さを学ぶ時間となりました。最後に児童からの「好きな食べ物は何ですか」との質問に、鈴木さんは笑顔で「お寿司です」と答えました。

※1　ことばを獲得する幼児期又は幼児期後にすぐ聞こえにくくなった人、または聞こえなくなった人

※2　ことばを十分に獲得した後に聞こえにくくなった人、または聞こえなくなった人

～のびる会　アイマスク体験・声を掛ける勇気～

6月28日(水)、「のびる会 ※3」の皆さんが講師を務め、アイマスク体験が行われました。児童が持参したバンダナなどをアイマスク代わりに使用し2人1組になって教室から廊下、階段の上り下りを体験しました。参加した児童は「いつも歩いている学校を目隠しで歩くととても怖かった。サポートしてくれた友だちが『気を付けて歩こうね。私がいるから大丈夫だよ。』と優しく声をかけてくれたので安心して歩けた」と感想を述べました。代表の松木さんは「きょろきょろしている方がいたら困っているのかもしれない。親切にしてあげてね」と伝えました。サポートされる人を思いやる気持ちの大切さに気付き、声を掛ける勇気についても学ぶ時間となりました。

※3　視覚障がい者へ、市の広報や社協だより、議会だよりなどを音訳し、CD に録音して届ける活動をしているボランティア団体です。

～サポートみらい　車いす体験・相手を思いやる気持ちを感じる

7月5日(水)「サポートみらい※4」が「サポーター養成講座」を受講した新メンバー4名を含む9名で車いす体験の講師を務めました。初めに、車いすの操作方法についての説明を行い、その後、体育館の中に設置された坂道、段差などを想定したコースを体験しました。体験後は「後ろ向きに傾斜を降りる時ジェットコースターのようで怖かった」「動き始める時の声掛けが大切だとわかった」「困っている人がいたら手伝いたい」など活発な意見がでました。メンバーは、「福祉体験により思いやりへの育成に貢献したい」「児童全員が興味をもって体験できたようで良かった」と話していました。

※4　学校や地域での福祉体験(車いす、高齢者疑似体験)をサポートするボランティア団体です。

活動紹介

なすの三線の会　～「三線の集い」～

5月28日(日)、いきいきふれあいセンターで「なすの三線の会」主催の「三線の集い」が行われました。栃木県内外の三線の愛好者三十数名が集い、三線、唄、エイサー(※)を披露しました。三線は、ひとつの音色から、鼓動が高鳴り心に響く癒しの音を奏でます。約3年ぶりに開催された「三線の集い」に、主催者は「たくさんの方が来場し楽しんでもらえた」と感激していました。(※)沖縄県と鹿児島県奄美群島でお盆の時期に踊られる伝統芸能

二胡ハーモニー金の星～「とようら学級」～

6月7日(水)、とようら公民館の「とようら学級」の開講式で「二胡ハーモニー金の星」が演奏活動を行いました。「二胡で楽しむ世界の音楽」と「二胡で歌う日本の歌」を二胡の独特の音色で奏でました。演奏の合間には、聴いたことのある懐かしいメロディーでイントロクイズをし、観客は盛り上がりました。二胡の音を初めて聴いたという参加者は、「優しい音に癒された。参加出来て良かった」と話しました。

塩原のかたりべ～「鍋掛東町生きがいサロン」～

「塩原のかたりべ」が6月9日(金)、鍋掛東町生きがいサロンで民話9話を披露しました。観客は笑ったり、切なくなったり、懐かしんだりしながら、耳を傾け楽しみました。「伝説」「昔話」「世話話」など、全部ひっくるめて「民話」となっているそうです。物語の口調は、塩原の土地言葉で語られました。「たーまげて見てっと」(びっくりして見ていると)など聞きなれた栃木弁が耳に心地よく、「あったか～い」気持ちになりました。観客は「塩原のかたりべ」の世界に引き込まれ、臨場感のある時間を過ごしました。

笑顔あふれる
サウンドテーブルテニスくさのみ大会

６月２１日（水）西那須野地区で活動している音訳ボランティア「くさのみ」の会員とリスナーがボランティアセンターに集まり、サウンドテーブルテニスくさのみ大会を行いました。

サウンドテーブルテニスは、音の鳴るピンポン球をアイマスクをした状態で打ち合い、点数を競うスポーツです。勝負のカギを握るのは、音を聞き分ける集中力。目の見える人も見えない人も一緒に楽しむことができます。

コロナの影響等により開催ができない時期が続いていましたが、この日は５年ぶりの開催となりました。会長のあいさつから始まり、集まった全員が一言ずつあいさつをしました。その後、月組、花組の２チームに分かれて対戦を行いました。くさのみ会員がリスナーの隣に座って対戦の様子を実況して伝えたり、試合のサポートをしました。各対戦とも白熱した真剣勝負で、大いに盛り上がった大会となりました。結果は、月組が勝利し、最後にメダルの贈呈が行われました。

その後、隣の三和住宅にしなすのスポーツプラザに場所を移し、青空の下、シートを広げ、お弁当を食べました。参加した方は、「皆で食べるお弁当は美味しかった」と話していました。

音訳ボランティア養成講座

目の不自由な方のために、市の広報や議会だより、社協だよりなどを音声にして情報を提供する音訳ボランティアを養成するための講座を開催します。

初心者向けの音訳の基礎を学ぶ講座です。この機会にぜひご参加ください。

日　　時：令和５年８月２１日（月）、２８日（月）、９月４日（月）、１１日（月）
　　全４回　午前１０時～正午
会　　場：東那須野公民館　１階　研修室（那須塩原市東小屋４７４－１１）
講　　師：栃木県社会福祉協議会
　　とちぎ視聴覚障害者情報センター　元職員　檜山知子氏
内　　容：音訳ボランティアに関する講義及び演習（初級編）
対　　象：市民
参 加 費：無料
定　　員：２０人（先着）
申込期間：令和５年８月４日（金）～８月１５日（火）
【申し込み・問い合わせ先】
那須塩原市社会福祉協議会　ボランティアセンター本所　℡0287-47-6700

メンバー募集中！

初心者の方大歓迎！
見学のご連絡お待ちしています！

フォークダンス舞夢

フォークダンスとは♪
「シンプルなステップで一体感を感じられる。」
「手と手を取りあうことで友情が生まれる。」
「年齢の違いを超えて、みんなでひとつになれる。」
それがなによりも大きな魅力です。
健康づくりに、仲間づくりに、地域でのコミュニケーションのために、長く続けられる趣味としてフォークダンスを踊ってみませんか♪

■基本活動
毎週木曜日午後1時30分から4時まで活動しています。主な活動場所は稲村公民館です。
子どもから高齢者まで踊れる簡単なレクリエーションダンスを中心に世界のフォークダンスを楽しく踊っています♪

■連絡先
日本フォークダンス連盟公認指導者
瀬尾順子　090-1509-3842
♪イベントや、地域の小学校等より依頼を受けて外部発表も行っています♪

黒磯ハモニカ会

黒磯ハモニカ会は15年を迎えるハーモニカ愛好者が集まる会員10名の音楽好きな仲間の集いです。
童謡、唱歌、昭和の懐メロ、様々な名曲を中心に、美しい音色で正確なリズムを吹けるように練習しています。ハーモニーを合わせた時は達成感があります。練習は週一回行っています。是非、合奏の楽しさを味わいませんか♪

■基本活動
毎週火・木曜日、午後1時から4時まで活動しています。主な活動場所はとようら公民館・那須塩原市まちなか交流センターくるるです。

■連絡先
代表：鈴木吉彦　0287-62-3136
♪現在 11 月のくるるでの自主コンサートに向けて頑張っています。生きがいサロンなどでも活動します♪

講習会情報

ディスコン指導者養成兼指導者フォローアップ講習会

当協会では、市民が気軽にできる生涯スポーツやレクリエーション活動の振興を図るため、ニュースポーツの普及に努め、特にシルバー世代向けにディスコンを普及しています。その普及・審判の指導者養成や指導者の技術向上のため、初心者、有資格者を対象に今年度１回目の講習会を開催します。

≪日程・内容≫ 令和５年８月２０日（日）

◇　９：００～１０：００　講義「ディスコンの沿革、概要、投板・競技方法他」

◇１０：００～１３：００　実技「ディスコンの審判・運営方法他」

※兼ねてディスコン交流大会を開催し、その運営・審判方法を確認、習得します。

※2 回目を８月 20 日（日）高林公民館で、同様な内容で開催予定です。

≪会　場≫ 那須塩原市「高林公民館（高林活力倍増センター）」

住所：那須塩原市箭坪３４７－１

≪受講料≫ １，０００円＋テキスト代７００円

ただし、今までに指導者養成講習会を受講されている方は無料です。

※日本ディスコン協会インストラスター資格取得の一部単位認定をする。

≪対　象≫ 一般市民でディスコンに関心のある方やレクリエーション活動に関心のある方。

≪定　員≫ ２０名（ディスコンインストラスター資格取得希望者を優先）※定員になり次第締め切ります。

≪講　師≫ 那須塩原市レクリエーション兼ディスコン協会の有資格者

≪主　催≫ 那須塩原市レクリエーション協会　≪その他≫　運動のできる服装、体育館シューズ

≪申し込み・問い合わせ先≫　那須塩原市レクリエーション協会　菊地　彰

TEL：０９０－３４７４－１６５９

E-mail：kikuchi1343@basil.ocn.ne.jp

イベント情報

子どもたちに読書の楽しみを！～マルチメディアデイジー体験会～

読み書きや学習に障害のある子どもたちに読書を楽しんでもらおうと作られたマルチメディアデイジー図書（わいわい文庫）をタブレットやパソコンを使って体験してみましょう。

≪開　催　日≫ 7月29日（土）塩原図書館
8月　5日（土）西那須野図書館
8月　6日（日）那須塩原市図書館　みるる

≪参　加　費≫ 無料（予約不要）

≪主　　催≫ アイサポート那須

≪協　　力≫ 那須塩原市の図書館

≪問い合わせ先≫ 那須塩原市社会福祉協議会　ボランティアセンター本所　TEL：0287-47-6700

※時間は全て 10 時～14 時の間いつでも OK！いろいろなタイトルの文庫があるよ！

地域共生社会振興基金寄付者

地域共生社会振興基金とは、地域共生社会の実現のため、那須塩原市社会福祉協議会が設置している基金です。

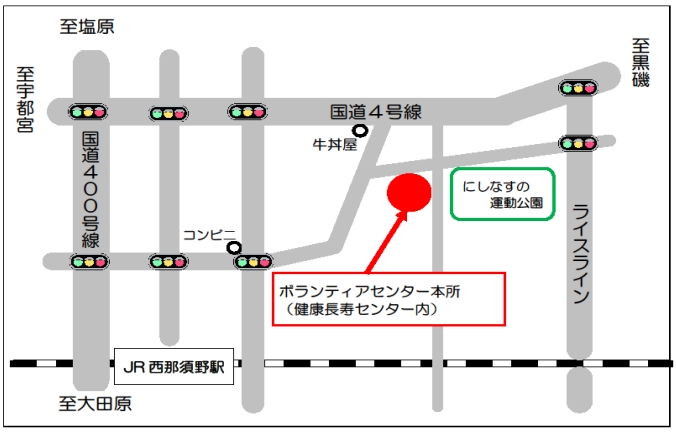
・ふるさとにしなす産直会　・那須野農業協同組合　・有限会社新那須開発　・那須塩原管工事業協同組合
・北関東環境開発株式会社　・塩原温泉観光協会　・湯ったりの宿　松楓楼　松屋
・一般社団法人那須塩原市建設業協会　・有限会社三誠　なすの斎場　・クリーニングおおもり
・那須野ヶ原ライオンズクラブ　・大榮建材株式会社　・株式会社 Shikano　・有限会社白塩舎
・菊池産業株式会社　・株式会社愛・ジャパン　・有限会社小阪製作所

フードバンク県北

とちぎボランティアネットワーク「フードバンク県北」が協力パートナーとなり、那須塩原市・大田原市のファミリーマート１３店舗で、「家庭で使いきれないもったいない食品」を受付し、地域の支援の必要な方に食品をお届けする活動を行っています。各店舗に寄せられた食料品の第一回目の回収を6月２１日(水)に「フードバンク県北」が行いました。その量は約30kgにも及びました。代表の安井氏は「フードバンク活動により「助け合う社会」を作っていきたい」と話していました。

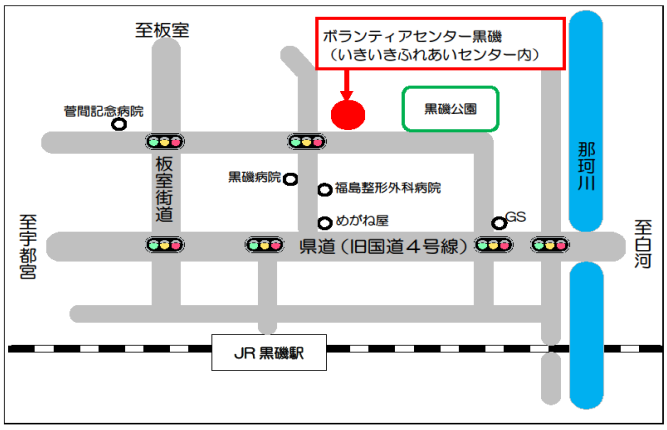
▲フードバンク県北のみなさんとファミリーマート那須塩原豊浦バイパス店の店長さん

【ボランティアセンター本所】



住　所：那須塩原市南郷屋５-１６３
　　健康長寿センター内
電　話：０２８７-４７-６７００
ＦＡＸ：０２８７-４７-６６９０
Ｅメール：v.center@ns-shakyou.jp

【ボランティアセンター黒磯】



住　所：那須塩原市桜町１-５
　　いきいきふれあいセンター内
電　話：０２８７-７３-００７３
ＦＡＸ：０２８７-７３-００７３
Ｅメール：k.vcenter@ns-shakyou.jp

ボランティア活動実績

５月	イベント他	２件	６人	６月	イベント他	６件	２１人
	傾聴	９件	９人		傾聴	１０件	１０人
	福祉体験	０件	０人		福祉体験	６件	１５人
	合計	１１件	１５人		合計	２２件	４６人

ボランティアセンター登録数（６月３０日現在）

団体	個人
１０２団体（非公開含む）	９１人

発行：社会福祉法人那須塩原市社会福祉協議会
ボランティアセンター黒磯　TEL 0287-７３-0073　FAX0287-７３-0073
〒325―００４２　那須塩原市桜町１－５（いきいきふれあいセンター内）
Ｅメールアドレスｋ.vcenter@ns-shakyou.jp
ホームページアドレス http://ns-shakyou.jp/
★メール、FAX、お電話で皆さまの感想や情報をお寄せください。

【QRコード】
▲ボランティアセンター情報誌
▲那須塩原市社協フェイスブック