

2024
ぼらめ〜と 8月号

発行

豊橋市社会福祉協議会 ボランティアセンター

〒440-0055 豊橋市前畑町 115 総合福祉センターあいトピア内

TEL (0532) 52-1111 FAX (0532) 52-1112

MAIL info@toyohashi-shakyo.or.jp

HP https://www.toyohashi-shakyo.or.jp/



今月の目次

- ▶ つなげ手ねっと! 今月のボランティアさんは、可児 あゆみさんです
- ▶ ボラセンノート いきいきフェスタ 2024

つなげ手ねっと!
リレーコラム

今年度から、ボランティア活動者個人個人に注目し、ボランティア活動のことはもちろん、プライベートのことも織り交ぜながら Q&A 形式でお送りしていきます。

今月のボランティアさん 可児 あゆみさん



▶ 趣味・好きなことは何ですか?

音楽を聴く♪歌うこと♪♪

▶ 豊橋のここが好き!

個性と魅力に溢れたお店様や作家様との出会いの場がたくさんある♡

▶ どういったボランティア活動をされていますか?

生活・介護支援サポーター／認知症サポーター／ハンドセラピストです。
NPO 法人 ちえるほとととりん に在籍し、福祉施設様にてアロマ（香り）＋温もり（タッチング）＝癒し（リラクゼーション）のお手伝いをさせていただいております♡♡

▶ ボランティア活動をしようと思ったきっかけは?

人の温もり、エッセンシャルオイル（精油）の魅力を体感し、癒しの大切さ笑顔の輪を繋げ広げたいと思い願い続けて10年目、日々感謝です

▶ 毎月どのくらいのペースで活動していますか?

人数や日程により異なりますが
月に2回ほど、ご縁をいただいた福祉施設様への訪問を中心に活動させていただいております。

▶ ボランティア活動をしていて、印象に残ったエピソードはありますか?

手を握った瞬間、ゆっくりと向き合い触れ合うことで見せてくださる表情や感情の変化を近くで感じる事ができた時。

▶ 最後にこれから活動される方や興味のある方にメッセージをお願いします!

NPO 法人 ちえるほとととりんでは 随時、お仲間募集しております◎
オキシトシン＝幸せホルモン する側もされる側も癒される
心身の健康、コミュニケーション始めてみませんか?



ボラセンノート



TITLE: いきいきフェスタ 2024

豊橋市が定める『市民福祉の日』の記念行事として毎年開催している福祉のお祭り「いきいきフェスタ」が、今年もライフポートとよはしで8月25日（日）に開催されます。

今年の夏も猛暑となることが予想されますので、今年度のフェスタは最も暑い午後の時間帯を避けるために開催時間を9時～13時までとし、例年行っていた記念講演や映画の上映会は実施しません。ご参加いただく皆様の安全のため、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

時間を短縮しての実施となりますが、それでも内容は盛りだくさんです。例えば、福祉関係の事業所・団体によるバザーのコーナー、点字・手話等の体験ができる福祉体験コーナー、簡単にできる工作教室など、多数の催しをご用意しています。

これらのコーナーは年齢等に関係なくどなたでも楽しめるものばかりですので、いきいきフェスタで色々な楽しい体験をしていただき、それをきっかけに福祉にご興味を持っていただければ嬉しく思います。

また、当日はボランティアセンターの公式マスコットキャラクター『あいコアラちゃん』も皆様をお待ちしていますので、ぜひ会いに来てくださいね！



・・・編集後記・・・

毎日暑い日が続きますね。暑いと朝ご飯を食べるのも面倒になってしまいがちですが、朝ご飯は寝ている間に汗として出て行った水分や塩分を補うのに欠かせない存在です。特に味噌汁は水分も塩分も一緒に摂ることができるため、熱中症対策に最適だそうです。（インスタでもOK!）朝の一杯の味噌汁で、元気に夏を乗り切りましょう。



あイトピア 2階ライブラリー おすすめピックアップ



ライブラリーでは、利用者登録をすると無料で本を借りることができます。



『不安に負けない気持ちの整理術ハンディ版』
和田 秀樹 著（ディスカヴァー・トゥエンティワン）

今こそ知っておきたい、不安な気持ちを整理して、自分にやさしく生きる方法。30万部ベストセラー「感情的にならない気持ちの整理術」第2弾



豊橋市社協 ボランティアセンター
公式マスコットキャラクター
あいコアラちゃん

ボランティアセンター / 豊橋市社会福祉協議会
公式ホームページ・SNSを随時更新中！

ホームページ



Instagram



LINE



YouTube





☆豊橋市社会福祉協議会ボランティアセンター 公式LINEアカウント☆

お友だち2,000人達成！！皆様のご登録お待ちしております♪

登録方法①LINEを起動する→その他→友だち追加→ID検索

→@toyohashi-shakyo_vを入力

登録方法②LINEを起動する→その他→友だち追加→QRコード

→右のQRコードを読み取る

QRコード



いきいきフェスタ2024 ライフポートとよはし(神野ふ頭町3-22)

8月25日(日) 9:00~13:00

・特集 企画展 パラリンピック

今年開催するパラリンピックにちなんで、
パネル展示やポッチャ体験を実施します

・施設・団体バザー 今年度は室内で実施します

・豊橋市社会福祉大会(10:00~11:30)

・いきいきオンステージ(11:40~12:30)

その他、模擬店、福祉体験コーナー、工作教室など盛りだくさん！



※豊橋駅前⇄ライフポートとよはし間の無料シャトルバスあり(1時間に2便程度)



福祉レクリエーションボランティアセミナー

年齢や障害の有無に関係なく楽しめる福祉レクリエーションを、講義と実技を交えて学びます。ボランティア活動に活かしてみませんか？

日時 9月4日~10月9日の毎週水曜日 全6回 13:30~15:30

場所 総合福祉センターあいトピア(前畑町115)他

※最終回は、市内福祉施設での実習を予定しています。

講師 福祉レクリエーションつくし ほか

定員 20名(申込順) 受講料 1,000円(テキスト代等)

締切 8月26日(月)





「脳の健康教室」学習サポーター

70歳以上を対象とした認知症予防のための教室で、参加者と楽しくコミュニケーションをしながら簡単な読み書きや計算等のお手伝いをしていただくボランティアである『学習サポーター』を募集します。

研修会日時 9月13日（金）13:00～16:45

※活動をはじめには、研修会へのご参加が必須です

研修会会場 総合福祉センターあイトピア（前畑町115）

活動時間 令和6年10月～令和7年2月の週1回

午前の3時間程度（※一部、午後の3時間程度）

場 所 総合福祉センターあイトピア、および八町・

つつじが丘・大清水・牟呂の地域福祉センター

参加費 無料 **締 切** 8月29日（木）



あイトピア ライブラリーのご案内

あイトピア2階のライブラリーでは、主に福祉を題材とした図書やDVD等の貸し出しを行っています。どなたでもご利用いただけますので、お立ち寄りの際はぜひご覧ください。

【貸し出しできる数量と日数】

- ・図書：1回につき3冊、15日間まで
- ・ビデオ・DVD：1回につき5本、8日間まで

【貸出可能日】

火～金曜日 9:00～17:15

※月曜日は休館日のため利用不可。なお、月曜日が祝日の場合は翌平日が休館日です。

【その他】

初回の利用の際は利用者登録が必要となりますので、身分証明書をお持ちください。



ボランティア養成講座の紹介冊子を配布中です

本会主催のボランティア養成講座の内容と年間予定がまるわりの冊子『ハピ+（プラス）』の令和6年度版を窓口で配布しています。どの講座も実際にボランティアとして活動中の方や専門の知識がある方を講師としてお招きしており、ボランティア経験がない方にも分かりやすい内容のため、活動をはじめのきっかけ作りに最適です。

『何かボランティア活動を始めてみたい』、『どんな講座があるのか知りたい』という方はぜひご覧ください！



★最新情報は、随時ホームページにアップしています！

豊橋市社会福祉協議会

検索

講座のお問合せ・お申し込みは

豊橋市社会福祉協議会へ



TEL(0532)52-1111