

発行 / 港南区ボランティアセンター 港南区港南4-2-8 そよかぜの家3階 (港南区福祉保健活動拠点内) 電話: 841-0256 FAX: 846-4117  
 ホームページアドレス: <http://www.kounan-shakyo.jp/> Eメールアドレス: [toiawase@kounan-shakyo.jp](mailto:toiawase@kounan-shakyo.jp)

## ボランティア始めてみませんか? Part 2

ボランティアとは…

楽しく!自分ができることから!



ボランティアは、社会に暮らす一員として、お互いに支え合い、学び合いながら、自分にできることを行う活動です。人との交流を通じて、地域の輪を広げることでもあります。

### 活躍中のボランティア団体 ① フレンズ港南

「フレンズ港南」は、平成11年4月から活動を開始し、今年で20周年を迎えます。会の発足のきっかけは、退職者の男性を対象としたボランティア養成講座(セカンドライフ大学校)を卒業した方々が立ち上げたのが始まりです。

**活動内容** 高齢者や障がい者への生活支援、福祉イベントへの参加・手伝い

**活動日時** 不定期 (依頼状況やイベント開催日によって)

**活動場所** 区内の個人宅やイベント会場、公園など

依頼者から「ありがとう」と言っていた時は嬉しいです。また、作業を通して仲間と交流できることがとても楽しいです。



代表: 伊藤さん



被災者宅の支援



フレンズ港南 定例会

### 活躍中のボランティア団体 ② 花のレイ

「花のレイ」は、今年で7年目を迎えます。現在9名のメンバーで活動中です。「花のレイ」は、ウクレレをメインとしながらオカリナやフラダンスを融合させた楽曲を披露しています。面倒見がとてもよく、初めての方にはマンツーマンで教えてくれます。

**活動内容** ウクレレ、フラダンス等の披露

**活動日時** 月3回練習日 + 施設での余興披露 (不定期)

**活動場所** 依頼があった施設で活動 (練習場所は個人宅や学校)

お家で一人で過ごしていたり、精神的に寂しいなと感じている方、ぜひウクレレを始めてみませんか? とっても楽しいですよ!



代表: 大館さん



ウクレレや楽器の演奏



フラダンスを楽しむメンバー

今回インタビューにご協力して下さった「フレンズ港南」と「花のレイ」さんでは一緒に活動して下さる方を募集しています。見学も可能です!ぜひご参加ください!

### ボランティアフェスティバルを開催しました!

令和元年11月17日、ボランティアの発掘と育成を目的に港南中学校にて第20回ボランティアフェスティバルが開催されました。当日は大勢の参加者で賑わいました。また今年で20周年を記念して表彰も行われ、10団体が表彰されました。



◆主催: ボランティアフェスティバル実行委員会

◆後援: 港南区役所、社会福祉法人 横浜市港南区社会福祉協議会

上記以外にもメンバー募集中のボランティア団体がありますので、ボランティアセンターまでお問い合わせください。

第6回

# 港南区フードドライブを行います!

フードドライブとは、ご家庭や職場で余っている食品を募り、食事にお困りの個人の方や、地域の福祉団体・施設へお届けする活動です。

昨年は802点の食品をご寄付いただきました。ご協力ありがとうございました。



今年もご寄付お待ちしております。

1/6 (月) からスタート



## 受付方法

**募集期間** 令和2年1月6日(月)～14日(火) 9時～17時の平日のみ

**受付窓口** 区内全地域ケアプラザ

(港南台・東永谷・下永谷・野庭・日下・港南中央・日野南・芹が谷・日限山)

および港南区社会福祉協議会 ※配送での寄付をご検討の際は、お電話ください。



## ご寄付いただきたい食品

- カップラーメン、レトルトカレー、レトルトご飯などの電子レンジで温めるだけ、お湯を注ぐだけで食べられるもの
- 缶切りなしで開けられ、調理せずに食べられる缶詰
- 野菜ジュース
- ゼリー飲料などの栄養補助食品
- お菓子
- お茶漬の素、ふりかけ
- お米

## ご注意いただきたい点

- ① 賞味期限が明記され、かつ2ヶ月以上あるもの
- ② 常温で保存可能なもの
- ③ 未開封であるもの
- ④ 破損で中身が出ていないもの
- ⑤ お米は常識の範囲で古くないもの
- ⑥ 日本語表記があるもの

区民の皆様のご協力をお待ちしております

▶お問い合わせは、下記連絡先まで

## 「パン」がつなぐ地域の輪

### ～食品ロスを地元で有効活用～

「食品ロスの削減」と「食を通じた地域づくり」を目的に港南台にある「焼きたて食パン専門店 一本堂」と区内複数の福祉施設により、たすけ合いの仕組みが始まりました。この仕組みは、「一本堂」が前日に残った食パンを翌日に福祉施設へ寄付をし月1回行われる食事会に利用したり、居住者のための朝食として毎日活用されています。完売等で数量が確保できなかった場合には施設が不足分を購入するなど、地元商店と福祉施設が協働して取り組む仕組みになっています。

施設職員が受け取りに行くため、これまでお付き合いのなかった両者が、企業・施設という垣根を越えた地域の中で「つながる」きっかけにもなり、相互の理解・関係づくりにも発展しています。



相場店長



いろいろな食パンを作ってます



お問い合わせ

## 港南区ボランティアセンター

TEL : 045-841-0256 FAX : 045-846-4117

〒233-0003 港南区港南4-2-8 そよかぜの家3階(港南区福祉保健活動拠点内)

URL : <http://www.kounan-shakyo.jp/> E-mail : [toiawase@kounan-shakyo.jp](mailto:toiawase@kounan-shakyo.jp)

