

# みんなの手



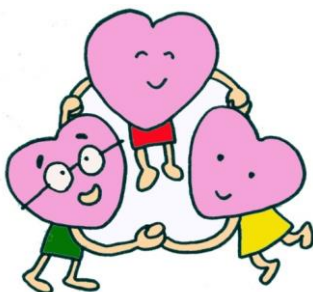
今回の手：浦田伸司さん  
(当センター長)  
『みんながつながれるよう  
がんばります！』

え～!!

認知率 0%!?

## この子たちに 名前をつけて下さい!!

美濃加茂市民数人に聞いたところ…  
この子たちを誰も知りませんでした!!



浦田です

大変です！みのかも市民活動サポートセンターがスタートして15年。マスコットキャラクターのこの子たちの名前がないことに気づきました!!  
びっくり！びっくり！  
ページ下の空欄に名前を書いてセンターへ持ってきてね♪

## 特集

### みのかも市民活動サポートセンターはこんなところ

ボランティア活動・市民活動に興味関心のある人、現在活動している人、これから始めたいと思っている人…みのかも市民活動サポートセンターが、あなたの熱い想い、やる気を応援します!!お気軽にサポートセンターへお立ち寄りください。

#### 1. 情報発信できます!

NEW

##### チラシ斉発送サービス

サポートセンターにチラシを持ってきていただければ、市内の交流センターはじめ市内公共施設など18か所にチラシを配布します。 ※90～400枚目安

#### 2. 印刷ができます!

##### 用紙持ち込みで印刷無料

1原稿につき1000枚まで印刷ができます。  
・普通紙 1枚3円(用紙サイズ共通)  
・用紙持ち込みの場合は、無料です。  
※コピーは1枚10円

#### 3. 気軽に打合せできる場所!

##### スペース利用サービス

ミーティングスペースを使って、打合せができます。(14名まで) ※予約が必要

#### 4. 紹介します!

##### つながりづくり

ボランティアの相談や紹介・活動場所の紹介  
ボランティア団体の活動紹介

#### ☆開館曜日・時間

月曜日～土曜日 (ただし祝日・生涯学習センターの休館日は休み)

午前9時～午後5時 ※月曜日・木曜日は午後9時まで

E-mail : volunteers@mail2.city.minokamo.gifu.jp

URL : <http://www.city.minokamo.gifu.jp/home/sosiki/machi/VOLUN/volun.html>



名前を考えた方に  
心を込めたおいしい  
インスタントコーヒー1杯無料券



# とーも 北村 隆幸です。(せき・まちづくりNPO ふうめらん)



## 市民活動相談会、始まりました！

むかし、野球をやっていた、豆だらけの手でしたが、今はキレイです。  
資金・法人設立・企画など、相談お待ちしております。

## 相談日

毎月第 1,2,3,4 金曜日  
13:00~16:30  
事前予約が必要です。  
TEL:0574-28-1979

3月23日(月)

講師に足立美穂さんをお迎えして、『アロマでわくわくリフレッシュ講座』開催しました。

がんばっている自分へのごほうびとして、今回はアロマオイルハンドマッサージを習いましたので、紹介します。

- ① オイルを手に取り両手に広げ温める
- ② 相手の手のひら・甲を包み込むようにしてオイルをつける
- ③ ゆっくりと肘へ伸ばし広げていく
- ④ 肘など冷たいところは温めてあげると気持ちいい♪
- ⑤ 骨に沿って圧を加えながら押し上げる
- ⑥ 指の一本一本にオイルを塗りながら指圧する  
らせんを描くように、また、人差し指と親指でキュッキュとはさむ
- ⑦ 爪の付け根に気持ちいいポイントあり！爪を横から挟んでもいい
- ⑧ 人差し指と親指の付け根辺りをグーっと押すのも気持ち良い
- ⑨ 手のひら全体(特に手首に近い部分の膨らみ)をモミモミする
- ⑩ 最後にもう一度手を包み込み温かい気持ちを伝えてから  
手から肘までギュッギュッとさすりあげて終わる

★一番大事なことは好きな香りで気持ちがいいこと。温度などに気をつけて気軽に楽しみましょう。



4月からみのかも市民活動サポートセンターでお世話になっている佐藤雅美ですみなさまの活動のお力になれるよう頑張ります。よろしくお願いします！



## 新しく登録した仲間を紹介します(敬称略)

- 団体** ぼちぼちや…7のつく日に7品目・地元産のモロヘイヤやサトイモを使った食品づくり  
ウリウリ …フラダンスで施設訪問  
指談 あい…障がい者家族と交流・支援、勉強会開催  
大八文庫 …大八講座の開催  
加茂地区交通安全協会美濃加茂支部古井分会  
…交通安全活動など住みよい地域社会づくりを図る  
紫会…日舞  
岐阜県社会奉仕事業慈善団体 さくらの会  
…地域清掃・青少年の育成
- 個人** 市原 陵多さん…できることなら何でも  
藤井 路子さん…知って得する冠婚葬祭マナーについて



「ぼちぼちや」行ってきました♪  
五平餅香ばしくておいしかった!!

登録は

**115団体と  
個人63名です**

登録団体は、みのかも市民活動サポートセンターホームページで紹介、また、サポートセンター内に掲示してあります。ぜひ見てみてくださいね。

# 夏休みボランティア体験の受け入れにご協力を！

みのかも市民活動サポートセンターは社会福祉協議会と共同で、今年も7/18～8/30の夏休み期間中、市内小学4年生から中学3年生までを対象に「夏休みボランティア体験」を行います。子どもたちは、「夏休みボランティア体験」を通して、

- ①自分に合った活動を自ら選んでいく力
  - ②ボランティア活動での約束を守り、責任を果たすことの大切さ
  - ③大人と一緒に活動することで地域社会とつながることの大切さ
- などたくさんの『気づき』の体験をします。

**ボランティア・市民活動団体の皆さん！各施設の皆さん！**  
**今年もぜひ、子どもたちの受け入れにご協力をお願いします。**



※「夏休みボランティア体験」は、ボランティア行事用保険に加入します。

## 掲示板

### 助成金情報



- ① 2015年度ニッセイ財団高齢社会助成  
◇地域福祉チャレンジ活動助成  
応募期間：5月31日(日)
- ② ファイザープログラム  
◇心とからだのヘルスケアに関する市民活動・  
市民研究支援  
応募期間：6月8日～6月19日
- ③ Panasonic NPOサポートファンド  
◇客観的な視点を取り入れた組織基盤の強化  
・環境分野      ・子ども分野  
応募期間：7月16日～7月31日

### 地域間・多様な交流グループ 加茂地域の著名人を知ろう



#### 第3回 富加町出身「木村 小舟」

とき 平成27年6月20日(土)  
午後1時～3時まで  
ところ 小松屋(中山道太田宿)  
講師：富加町木村小舟を語る会  
会長 高垣 浩規  
朗読会 富加町 とみか朗読の会

### みんなの座談会 第10回

とき……6月27日(土)  
13:30～15:30



ところ……生涯学習センター203号室  
テーマ……地域で頑張っている人と  
つながろう！！  
内容……地域(まちづくり協議会)で活動して  
いる人と交流し自分たちの活動を広げよう  
講師……北村 隆幸 氏  
(せき・まちづくりNPOぶうめらん)  
申込み……みのかも市民活動サポートセンター  
TEL&FAX 0574-28-1979

### 童謡クラブ 25周年記念コンサート

歌の大好きなお母さんたちの心温まるステージ！  
唱歌からジブリメドレーまで、ぜひお越しください！

とき 平成27年6月21日(日)  
14:30開演(14:00開場)  
ところ 美濃加茂市文化会館 ホール  
《入場無料》  
指揮♪ 内田恵美子  
ピアノ♪ 渡辺典子  
賛助出演♪ 八百津女性合唱団  
出演♪ 童謡クラブ  
問合せ先 0574-26-4970(坂津)



みのかも市民活動サポートセンターでは、  
ボランティアの募集、イベント、講座の開  
催、助成金などの情報を募集しています。  
「みんなの手」・ホームページ・センター  
内での掲示板などでの掲載の依頼も受け付け  
ています。ご利用ください。



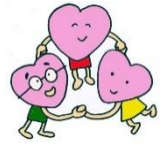


# みんなの声が集まれば

No.70

登録団体紹介

ボランティア活動の内容、なかまのこと、喜びや悩み、皆さんに伝えたいことなど、登録者の声のページです。



## みんなが笑顔になれる社会に！

むくどりの会 代表 田口 京子

障がい者と健常者が互いに手を取り合って歩める社会づくりを目指し支援活動をしている「むくどりの会」です。

この会ができたきっかけは、私の息子“翔大”の存在でした。息子は自閉症の障がいがあり、子育ての中で障がい者を持つ家族の生きづらさを感じていました。しかし、たくさんの方との出会いの中で、息子の持つ心の純粋さを知って欲しい、生き生きと生きられる社会づくりのお役に立ちたいと強く思うようになってきました。



そんなある日、息子のことを思っている時に、ふと私の頭の中に今までの事が詩と曲になり浮かんできました。無垢な心を持つ鳥のように羽ばたく息子から「むくどり」というフレーズが浮かびました。自分でも驚くように歌ができ、その歌をCD化したことをきっかけに同じ思いを持つ仲間が集まり、平成22年の春に「むくどりの会」を発足しました。

むくどりの会の思いに賛同し応援して下さる方が「母と子 絆コンサート」を主催して下さり、障がい者と健常者が理解を深めるイベントも開催されました。現在は、中山道にある夢街道を中心に月1回「むくどりの会」の集会をしています。

障がい者を持つ家族が少しでも明るくほっとできる会報誌を作り、支援学校に配布して頂いています。『飛びだせ市長室』で藤井市長さんを囲み、「むくどりの会」も開催しました。今後も同じ思いを持つ仲間とともに、明るく元気に活動していきたいと思ひます。障がいを持つ方から、私達も元気を頂いています。

### つながるコーナー

#### イベント 母と子絆コンサート

～夢と希望の調べ：星に願いを～  
7月12日（日）14:00 開演  
各務原市産業文化センター1階  
入場2,500円(前売り2,000円)  
小学生以下 1,000円  
夢街道で販売中！！  
「むくどりの会」の思いを音楽で伝えます。「星とうろう」に皆様の願いをこめて“光のしらべステージ”に参加しましょう。



#### 連絡先 夢街道

TEL&FAX:0574-27-1477  
月1回集会しています。  
お気軽にお問合せください。