

ひまわりのたね

平成27年11月 No.53

(奇数月発行)

ひまわりのたね
編集部

港区ボランティア・市民活動センター(港区社会福祉協議会内)

〒552-0007

港区弁天2-15-1 TEL 06-6575-1212 FAX 06-6575-1025

ふく かふえ
fuku cafe

夢がふくらむ・新しい風がふく・笑う門にはふく来る

(港区ボランティア・市民活動センター)



楽しいバルーンアート

日時) 12/7 参加費 100円 ※1月は休み

10:30 ~ 11:30

コツさえつかめば簡単!
楽しく一緒に作りましょう♪

第1月曜日



楽しいバルーンアート



エルカフェ

日時) 12/12、1/9

14:00 ~ 16:00

小・中学生のための家でも学校でもない
ホッとできる第3の居場所づくり

第2土曜日



「笑える」「言える」「支える」



cafe de ひまわり

日時) 1/20

10:00 ~ 15:00 飲み物+ミニバンで 100円

地域の方どうし、気軽にコミュニケーションが取れる場所と
してボランティアさんによる喫茶をオープンしています♪

奇数月 第3水曜日



プチブーケづくり

講師: ボランティアの熊本知子さん

時 間 ① 11:00 ~ 5名(先着順)

② 13:30 ~ 5名(先着順)

参加費 500円



おちゃべり

日時) 12/22、1/26

13:00 ~ 15:00

おもちゃ病院の出張所♪

修理承ります。

おもちゃに関するおしゃべり会

第4火曜日



おちゃべり



ボランティアや市民活動に
関わる企画やアイデアがあれば
お気軽にご相談ください!

cafe ナカ企画

防災・減災に女性の視点が ピカリと光る♪

災害時や避難所では、性差や世代の違い、お
かれた状況の違いに応じたきめ細やかな対応が
大切です。

過去の大災害での事例でワークショップをし
ます。女性が抱えやすい困難等を知っておくこ
とでいざという時の心構えや備えに差ができて
きます。

女性の視点から、地域の防災・減災について
一緒に考えてみませんか?

日時: 1月23日(土) 10:00~11:30

場所: 港区ボランティア・市民活動センター
fuku cafe

講師: クレオ大阪から

料金: 無料

定員: 12名(先着順)

男性にも、ぜひ知って
いただきたい内容です

冬の

お手紙わくわくワークショップ 手作り年賀状を作ろう~!!

日 時: 12月8日(火) 9:30~11:30

場 所: 港区ボランティア・市民活動センター
fuku cafe

内 容: 手作り年賀状と消しゴムはんこ

対 象: どなたでも!!

参加者: 10名程度

講 師: 弁天郵便局 池山一夫局長

申し込み不要! 当日お待ちしております♪

ポートネット展示・即売会

期間: 11月24日(火)~28日(土) 10:00~16:00

八幡屋商店街の中にある「ほのぼの休憩所」にて、港区にある障がい者作業所の
メンバーによる、手作り作品の展示・即売会を行います!

心のこもった素敵なグッズがたくさん並びますのでぜひ、お越しください!



第13回 みなとこころの講座

～こころを癒す音楽と、ためになるお話と～

こころの病をくぐりぬけて

100人に1人がかかると言われている統合失調症…
でも、どんな病気なんでしょう？

作家であり全国各地で講演をされている森実恵さんは、子育て中に発病されました。

病気との闘い、回復のきっかけ。闘病の中、築いていった今の生活・仕事。

- ・「越えられないハードルは潜ってしまえばいいんじゃない？」
- ・「温かな無関心♥」



講演
森 実恵

音楽
あまゆうず



オープニングでは、あまゆうずさんによる心地よい音楽をお届けします。
また、障がい者アーティストによる絵画展も同時開催しています。

港区民センター・ホール
平成 27 年 12 月 12 日 (土)

午後1時20分～3時30分 (開場 午後1時～)

申込み・問合せ: 港区社会福祉協議会

Tel: 06-6575-1212

定 員: 150名 (受講料 無料)

締切り: 12月9日(水)



この人に
スポット!

ボランティア・市民活動センターにはさまざまなボランティアさんが登録し、活動しています。
今回は、毎週土曜日ひまわりで活動されている「つくしの会」の内山久子さんです。

Q. 何のボランティアをしていますか？

手編みボランティア (つくしの会)

Q. ボランティアを始めたきっかけは？

友人に誘われて

Q. ボランティアをされていて良かったと思うときは？

- ・作品が完成した時に言いようのない喜びを感じる
- ・仲間と過ごす時間の楽しさ

Q. あなたにとってボランティア活動とは？

生きがい、楽しみ、喜び、感謝



リサイクル回収
しています!



「牛乳パック」「フルーツ」
「ペットボトルキャップ」

を回収

「牛乳パック」は、区内の聴覚障害者施設、「フルーツ」は港区社会福祉協議会の善意銀行、
「ペットボトルキャップ」は NPO 法人へ。

そこから、資源再利用、ボランティア活動推進のため、ポリオワクチン購入など、それぞれ有効に活用されます。

ご協力お願いします。設置場所: 港区弁天 2-15-1 港区社会福祉協議会 ひまわり 1 階

申込み・問合せ: 港区社会福祉協議会

電話 6575-1212・Fax 6575-1025

メール himawari@minatoku-shakyo.com

雑記



11月は霜月。文字通り肌寒さを感じるようになりました。街路樹が紅葉に彩られると
そろそろ冬仕度が始まります。他の季節に比べて短く感じるせいでしょうか、行く秋
を惜しむ気持ちになってしまいますね。寒い冬が来る前にやり残したことをいっぱい
済ませたい私は秋を満喫しつつ冬に「ゆっくり来てください」とお願いして
思う存分今を堪能したいと思います。

(古)