

伊予市ボラセン
イメージキャラクター ぼかりん

ぼかりん通信



2017. 8

お問い合わせ

伊予市ボランティアセンター
伊予市尾崎3-1
☎089-982-0393

伊予市内で活動しているボランティアグループの紹介や
色々なボランティア情報をお伝えします。



ボランティア連絡協議会グループ紹介

フラダンス『ホア・リノ・アロハ』

『普段身につけないようなキレイな髪飾りをつけたり、衣装を着たりすると心がウキウキして嬉しくなるんです。』と口をそろえて話すのは、平成28年10月に再編成されて発足したフラダンスグループ『ホア・リノ・アロハ』の皆さん。足元は赤いネイルがきれいに塗られています。

メンバーの植木規子さんは『約6年前、前身のアロハグループの代表の方に後継者がいないから一緒に始めませんか、と誘われたのがフラダンスを始めたきっかけです。週に1回、約1時間半のレッスンが楽しいです。』と話してくれました。



◀髪飾り

取材に伺った日は、7月に開催される中四国ハワイアン協会の発表会に向けてのレッスン真っただ中。音楽に合わせて優雅に踊る姿はとても美しいものでした。

『発表会で踊るのも楽しいのですが、高齢者施設などで披露すると、見ている方がみるみる笑顔になるのでそれが私たちの励みになっています。』とのこと。『ご連絡をいただければ少人数ですが伺います。ぜひお声をかけてください。また、一緒に踊る会員も募集中です!』と積極的に話されました。

練習日	先生の指導：毎月第1・3水曜日、19：30～ 自主練習：毎月第2・4火曜日、20：00～
練習場所	みたにふれあい館
会員数	7名
月会費	2,000円
連絡先	『ホア・リノ・アロハ』 植木規子さん
電話番号	090-6286-3836

ぼかりん☆サロン ボランティアスタッフ

視察研修しました

毎月第3金曜日に開催している『ぼかりん☆サロン』のボランティアスタッフの皆さんが、伊予市学校給食センターの視察研修を行いました。

栄養教諭に、調理する際に気をつけていることや献立の立て方など、『ぼかりん☆サロン』に取り入れられるポイントについて熱心に質問をしていました。

季節感を出せるよう考えているカレーを、ぜひ食べにいらしてくださいね。





▲力を抜いて相手に身体をあずけてみる



▲相手の話を聴くトレーニング

傾聴ボランティア養成講座が 始まりました！



初めに身体を あずけてみましょう



6月24日、ひとりでもできるボランティア活動“聴く”について学ぶ『傾聴ボランティア養成講座』が始まりました。

第1回目は「他人に少しずつ近づいてみる」「相手に身体をあずける」「力を抜く」技法について実践。受講者は『人にゆだねるのは気持ちがいい。人と触れ合うのは安心することに気づきました。』と話していました。

今回受講した理由については『歳を重ねるごとに人の話を聴けてないことに気づいた』また、『子育てをしていた時に自分の話をじっくり聞いてもらえたことが嬉しかったので、子育てが落ち着いた今、今度は自分が聴いてあげたいと思い受講しました』などさまざまです。

5回の講座を通して、ひとりでも多くの方の声に耳を傾けることができるように、今後傾聴トレーニングや傾聴ボランティアの心得を習得していきます。

月に一度は
カレーを
食べよう！

ほかりん☆サロン

～ほかりん☆サロンは
毎月オリジナルカレーを提供します!!～



8月は“夏野菜カレー”
(予定)
※イメージ写真

ランチ
☀️ Lunch ☀️ 11:30～13:30

季節のカレーセット ¥300

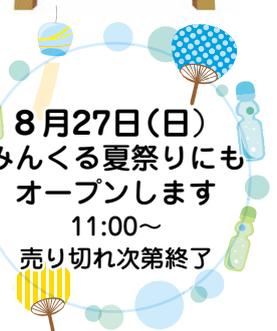
スイーツ
☀️ Sweetsセット ☀️ 10:00～
お楽しみ♪&お飲みもの ¥200

☀️ ほかりんクッキー ☀️
オリジナルクッキー1枚 ¥80

8月18日
(金)

10:00～14:00

伊予市
総合保健福祉
センター2階



8月27日(日)

みんくる夏祭りにも
オープンします

11:00～

売り切れ次第終了

手話サロン



8月21日(月)

13:30～15:00

伊予市総合保健福祉センター
2階

初心者の方のためのサロンで
自由に参加できます。

毎月第3月曜日、10名くらいの
皆さんが楽しく集まってい
ます。

1回だけの参加もOKです！