

# ひめじ NPO・ボランティア通信

## 令和2年7月豪雨に伴う被害に遭われた方々にお見舞い申し上げます

7月初旬から降り続いた豪雨は、九州地方をはじめ各地に大きな被害をもたらしました。被災地の方々には、お見舞いととも、一日も早い復旧・復興をお祈り申し上げます。今回の災害ボランティア活動については、新型コロナウイルスの影響を考慮し、これまでになく慎重な対応が求められています。

情報は、ひょうごボランティアプラザのホームページで随時提供・更新されていますので、ご参照ください。

[https://www.hyogo-vplaza.jp/important\\_news/entry-126445.html](https://www.hyogo-vplaza.jp/important_news/entry-126445.html)



センター訪問記

おじゃま  
します  
No100

### 生涯現役、介護予防のための健康づくりを楽しく実践・普及する

### ガンバルンバ体操ひろめ隊



▼「生涯現役フェスティバル」で、来場者の皆さんと一緒に体操を



<https://www.city.himeji.lg.jp/geneki/0000007140.html>

▲「生涯現役ネットひめじ」では、以下の情報をご覧ください。

※1『令和2年度生涯現役ガンバルンバ体操&サプライズ健康教室』

※2『生涯現役ガンバルンバ体操』の動画

※3『生涯現役ガンバルンバ体操』のDVD、CD、カセットテープなどの無料配布

誰でもどこでも、気軽に健康づくりができると愛好者も多い『生涯現役ガンバルンバ体操』。平成21年に考案されたこの体操の普及のため、翌22年に結成されたのが「ガンバルンバ体操ひろめ隊」です。

市内のイベント出演や地域包括支援センター、自治会、介護施設などからの要請に応じて体操指導を行っていますので、体験された方も多いのでは。

中でも活動の中心となっているのが、月2回、イーグレひめじ地下2階の市民アリーナで開催されている『ガンバルンバ体操&サプライズ健康教室』です。

「毎回、ゲスト講師によるヨガや太極拳などのサプライズのプログラムを用意して、体操と合わせて楽しく体験



▲▼イーグレひめじでの教室風景。7月現在は、新型コロナウイルス対策として定員を減らして実施しています



▶この日のサプライズプログラムはヨガ

していただいています。スタート当初は30人前後だった参加者も、現在では70~80人に増え、広まってきた手応えがありますね」と、代表の濱田静代さん。

参加費無料で事前申し込みも不要という手軽さもあり、口コミなどで人気を呼んでいるとか。

「これからも皆さんに楽しんでいただくために続けていきたいと思っています。教室は定員いっぱいになる場合も多いほどで、それは嬉しいですね。ただ、回数や会場を増やすのは難しいので、現状維持で長く活動できるよう心がけていくつもりです」と濱田さん。

同団体ではメンバーを随時募集しています。見学や体験を希望される方はセンターまでご連絡ください。

## 兵庫県立こどもの館「登録ボランティア」募集！

常時募集

兵庫県立こどもの館では、登録ボランティアを常時募集しています。  
児童のすこやかな成長を推進する活動に興味がある方（個人またはグループ）、ぜひご応募ください。

【活動日時】 通年（毎週火曜日、毎月末、年末年始は休館）

【場所】 兵庫県立こどもの館の「工作館」「実習室」「児童図書室」等

【活動内容】

- ・「工作館」での竹工作、木工作のお手伝い（土・日・祝日、学業休業期間）
- ・「実習室」での紙工作、リサイクル工作等の材料補充
- ・「図書室」での紙芝居、絵本の読み聞かせ、書架整理
- ・イベント補助等

【募集対象】 兵庫県内在住、在勤、在学の方（中学生以上）

【募集人数】 制限なし

※登録用紙はこどもの館ホームページからダウンロードできます。

【問い合わせ】 兵庫県立こどもの館 事業課 担当：坂元

〒671-2233 姫路市太市中915-49 Tel：079-267-4164 Fax：079-266-4632



## 使わなくなった 制服 & 体操服大募集！

常時募集

学校を卒業され、不要になった制服や体操服、また、在学中でもサイズが合わなくなったものをお持ちの方、必要とされている方のもとにお届けしませんか？

居場所連絡会（姫路市社会福祉協議会、生活協同組合コープこうべ第7地区本部、NPO法人生涯学習サポート兵庫、納屋工房）では、地域のなかで必要なものを循環させたいという思いのもと、制服や体操服を常時募集しています。ご提供いただいた制服・体操服は、制服交換会を開いて必要な方に無料でお渡ししています。ぜひご協力ください。

【提供方法】

- ①制服もしくは体操服を、姫路青山コープのつどい場までお持ちください。
- ②コープこうべ協同購入グループの配達時にお渡しいただくことも可能です。
- ③コープ姫路田寺店、姫路砥堀店には回収BOXが設置されています。

※提供シートにご記入いただきます。詳しくは店舗でお尋ねください。

●主に以下の学校の制服や体操服を募集します。

<小学校> 白鳥・青山・太市・峰相・曾左 <中学校> 大白書・書写  
<高校> 姫路市内の公立および私立高校

●ご自宅で洗濯かクリーニングをお願いします。

【募集期間】 常時募集

※一緒に活動してくださるボランティア、ほかのエリアでもやりたい、という方も募集中です。

【姫路青山コープのつどい場】

住所 兵庫県姫路市飾西638-1 ノース青山1階（JR姫新線余部駅すぐ） Tel：079-267-1892

平日10：00～16：00（水曜日は11：00～19：00）

【問い合わせ】 コープこうべ第7地区本部 Tel：079-222-2294



## NPO法人はりま里山研究所「環境学習セミナー」に講師を派遣 & 謝金を補助します！

### ●中播磨地域で環境学習セミナーを開催される団体へのご案内

NPO法人はりま里山研究所では、環境に対する関心を高め、環境を大切にする心を育むため、地域団体等が主催する「環境学習セミナー」に講師を派遣します。

【対象となるセミナー】 中播磨地域で環境学習活動を実施する団体等が主催する、幅広い年齢層を対象とした「環境学習セミナー」。参加対象は青少年および一般。

【派遣対象地域】 中播磨管内（姫路市・福崎町・市川町・神河町）

【募集期間】 令和3年2月末まで 【セミナー実施期間】 令和3年3月20日（土・祝）まで

【募集件数】 4件 ※1団体あたり2万円までの講師謝金を補助します（予算枠内で終了）

【申込み・問い合わせ】 NPO法人はりま里山研究所 担当：熊谷

〒679-2132 姫路市香寺町須加院2-182

Tel：080-6183-4189 Fax：020-4664-1269

E-mail：info@satoyama-lab.org ホームページ：http://www.satoyama-lab.org

◆この事業は中播磨県民センターからの委託を受け、NPO法人はりま里山研究所が実施するものです。



## 令和2年度「災害ボランティア養成講座」受講生募集！

災害ボランティアとして必要な知識を学び、地域での災害ボランティアリーダーを養成するため、3回コースで講座を開催します。

詳しい日時や内容については、事前にお問い合わせください。

### 【日程】

<第1回>【講義・グループワーク】 8月22日(土) 姫路市総合福祉会館

講師：社会福祉法人 姫路市社会福祉協議会 地域福祉課職員

<第2回>【施設研修】 8月27日(木) 人と防災未来センター（神戸市）

<第3回>【講義・ワークショップ】 9月5日(土) 姫路市総合福祉会館

講師：日野ボランティア・ネットワーク 事務局 山下弘彦氏

【対象】 姫路市および周辺市町に在住か在勤で20歳以上の方

※原則、3回とも受講可能な方 ※災害ボランティア登録者の再受講可

【定員】 50名 ※申込み多数の場合抽選（初めて受講される方を優先します）

【受講料】 無料 ※視察研修の際の昼食は、各自実費負担 【応募締切】 8月11日(火)必着

【申込方法】 郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、性別、電話・Fax番号、災害ボランティア活動経験の有無などを記入の上、下記までFaxまたは郵送 ※後日、受講決定通知を郵送します

【申込み・問い合わせ】 姫路市社会福祉協議会 地域福祉課 〒670-0955 姫路市安田3-1 総合福祉会館内

Tel：079-222-4212 Fax：079-222-4256



## 姫路市立動物園「登録ボランティア」募集！

常時募集

姫路市立動物園では、ふれあい広場やイベントなどの補助業務をお手伝いしていただく登録ボランティアを募集しています。

【活動内容】・ふれあい広場業務：ふれあいタイムの動物やふれあい方の説明補助

・イベント業務：動物園が主催するイベント補助業務

・啓発活動業務：市政出前講座における案内、補助業務

【登録資格】・市内に居住する方または市内に通勤し、若しくは通学する方

および市内に活動拠点を有する方で16歳以上の個人

・ボランティア活動に必要な知識の習得などの研修を受講できる方

【登録方法】 申請書に記入の上、持参（受付は9：00～16：30）、郵送、Faxのいずれかで提出してください。

受付は随時行なっています。登録申請書は、姫路市立動物園ホームページからダウンロードしてください。

※研修を受けた後、ボランティアとして登録されます。

※必要に応じて動物園から登録された方に連絡します。お手伝いいただけるときは、動物園にお越しください。

【注意事項】・ボランティア活動に対し、報酬・交通費等のお支払はしません。

・動物園ボランティアの活動および調査について入園料は徴収しません。

・ボランティアスタッフの活動中の事故は、姫路市民活動傷害等見舞金給付制度で賄われる範囲で補償します。

【申込み・問い合わせ】 姫路市立動物園 〒670-0012 姫路市本町68番地 姫路城東側

Tel：079-284-3636 Fax：079-284-3637



## ●総合福祉通園センタールネス花北（市立の障害児・者通園施設）ボランティア募集

【成人部】施設・事業名	内容	活動日時等	募集人数	応募締切	担当・申込み先
障害者支援センター 障害のある成人の多機能事業所	活動プログラム（音楽・創作・散歩等）のお手伝い	毎週(月)～(金) 13：00～15：00	各1～2名	各前日	中川（なかがわ） Tel：282-2384
書写障害者デイサービスセンター 障害のある成人の生活介護事業所	活動プログラム（音楽・創作・ゲーム・散歩等）のお手伝い	毎週(月)～(金) 10：30～12：00 13：30～15：00	各1～2名	各前日	田淵（たぶち） Tel：267-2636
在宅障害者デイ・サービスルーム 地域活動支援センターⅡ	教室プログラム（音楽・ちぎり絵・料理・スポーツ・絵画・パソコン等）のお手伝い	毎週(月)～(金) 10：00～12：00 13：30～15：30	各1～2名	各前日	鷹谷（たかや） Tel：282-2384

【成人部 申込み・問い合わせ】 ルネス花北 成人部 Tel：079-282-2384 Fax：079-224-6751 担当：金谷（かなたに）

★特技ボランティア募集：特技がある方（団体・個人）も募集しています。詳細はお問い合わせください。

●総合福祉通園センター ルネス花北 姫路市増位新町二丁目37 <http://www.city.himeji.lg.jp/s50/renais.html>

## FM-Genkiの姫路市提供番組 「飛び出せ！ まちの元気人」出演者募集！

●毎月第3火曜日

FM-Genkiでは、姫路を中心にさまざまな分野で活躍する方々を紹介する番組「飛び出せ！ まちの元気人」を放送中です。このうち毎月第3火曜日は、センター登録団体・登録個人の皆さんにご活用いただける枠となっています。現在、令和2年12月からの出演者を募集中です。日頃の活動のPRやイベントの告知、メンバー募集など、パーソナリティのリードで気軽にお話ししてみませんか？ 自薦・他薦、どちらもご応募お待ちしております！



【出演日時】 毎月第3火曜日 13:15～13:45

【募集対象】 センター登録団体・登録個人

※「飛び出せ！ まちの元気人」は、月曜日～土曜日の週6日間放送しています。第3火曜日以外をご希望の場合は、ご相談ください。

【申込み・問い合わせ】

市民活動・ボランティアサポートセンター

Tel: 079-281-2660 Fax: 079-281-2662

## ボランティア情報などをメールで受け取りませんか？ 「ひめじボランティアメール」配信中です！

登録無料♪

センターでは、ボランティアやNPO活動などに関する情報をメールでお送りする「ひめじボランティアメール」を配信しています。ボランティア募集や講座、イベントなど、役に立つ情報をお届けします。

ぜひご利用ください！

●パソコンから登録するとき：市民活動ネットひめじにアクセスし、「ひめじボランティアメール」のバナーをクリックしてください。



携帯電話は  
こちらから



スマートフォンは  
こちらから



## 「ひめじNPO・ボランティア通信」では 記事の掲載依頼を受け付けています

この「ひめじNPO・ボランティア通信」では、原稿の掲載依頼を受け付けています。

- ①ボランティアを募集したい
- ②イベントを告知したい
- ③団体のメンバーや見学希望者を募集したい
- ④講座の受講者を募集したい
- ⑤ボランティアの活動を広げるため活動先を募集したい

など、市民活動に関する情報をお寄せください。登録団体・個人の方や、介護・福祉関連施設、その他の団体など、ご相談に応じます。掲載依頼用紙も用意しています。ご希望の方はお問い合わせください。

※内容によっては掲載できない場合もあります。ご了承ください。



## センターにチラシを 設置しませんか

市民活動・ボランティアサポートセンターでは、事務所内の情報コーナーに設置するチラシなどの広報資料を募集しています。

登録団体からのお知らせ、ボランティア募集、その他市民活動やNPOに関連した情報などを、持参または郵送にてお受けします。ご希望の方は一度、センターへお問い合わせください。

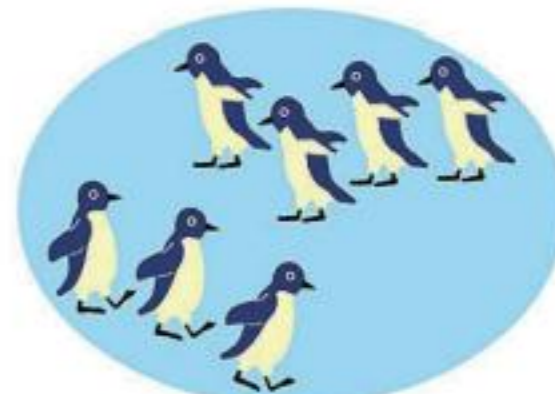
※内容によっては設置できない場合もあります。ご了承ください。



チラシをパネルまたはラック、テーブルなどに設置します

## ●令和2年度センター団体登録更新手続きについて

令和2年度の団体登録の更新手続きがまだお済みでない団体は、登録証の期限が切れています。郵送または持参にて、更新書類と古い登録証をご提出ください。受付後、内容を確認次第、新しい登録証を発行いたします。ご協力よろしくお願い致します。更新申請用紙および旧登録証を紛失された方は、お申し出ください。



発行：姫路市 市民活動・ボランティアサポートセンター“ひめじおん”

〒670-0015 姫路市総社本町112 市民会館3階

Tel: 079-281-2660 Fax: 079-281-2662

お問い合わせ: [https://www.city.himeji.lg.jp/sosiki/query/\\_31811.html](https://www.city.himeji.lg.jp/sosiki/query/_31811.html)

ホームページ: 市民活動ネットひめじ <https://himejion.jp>

姫路市 <https://www.city.himeji.lg.jp/>

フェイスブック: [http://www.city.himeji.lg.jp/s20/2212073/\\_19025/\\_26176.html](http://www.city.himeji.lg.jp/s20/2212073/_19025/_26176.html)



## センターの休館日のお知らせ

令和2年10月までのセンターのお休みは次のとおりです。

8月	3日(月)・10日(月・祝)・17日(月)・20日(木)・24日(月)・31日(月)
9月	7日(月)・14日(月)・15日(火)・21日(月・祝)・28日(月)
10月	5日(月)・12日(月)・15日(木)・19日(月)・26日(月)

月曜日は休館です。下線付が月に一度の施設点検による休館日です。上記以外の日は9:00～19:00まで開館しています。