



ひめじNPO・ボランティア通信

2023.6. Vol.170

姫路市 市民活動・ボランティアサポートセンター

登録団体プチ情報

※お問い合わせ、☎は「市民活動ネットひめじ」の各団体ページを参照

はまなすの会 ☎	<メンバー募集> がん患者さんを支援したい方ならどなたでも。活動内容 ①ケア帽子の作成 ②畑仕事 ③食事作り ④ヨガ ⑤ちらし作り ⑥パソコン業務 ⑦定例会への参加準備
特定非営利活動法人 姫路コンベンションサポート ☎	<地域しごと発見セミナー&交流会案内> 活動をPRしていただける個人・団体も募集中！ 開催日時：毎月第4木曜日19:00～20:00 開催方法：オンライン開催 ※詳細はお申込み後 参加費：無料【問い合わせ】地域しごとサポートセンター 播磨 TEL 079-240-8307

センター訪問記
おじゃまします
No116

話せて学べて仲良く助けあうガン患者会

はまなすの会



▲代表の太田さんとケア帽子を作っておられるボランティアの皆さん。

▶たくさんのケア帽子が順番を待っています。



▲とれたての野菜で心にも体にもやさしいお料理を作られています。



◀型紙を使ってケア帽子を作られています。



▲ソフトヨガでストレッチ。
▶リラックスできるスペースもあります。



◀ボランティアの人たちと敷地内の畑で野菜作り。

今回は、がん患者さんを支援する「はまなすの会」さんにおじゃましました。

「はまなすの会」は急性骨髄性白血病の治療を受けられ、つらい抗がん剤治療を乗り越えられた看護師歴30年の太田直美さんが2017年に立ち上げられた会です。

太田さんの看護師の知識と自身の経験を活かして、患者さんの治療についての疑問や退院後の不安、悩み事などさまざまな相談に応じておられます。

活動場所はクラウドファンディングの支援を受けて改築した太子町の実家を使用。敷地内の畑ではボランティアの人たちの協力を得て野菜を育てておられました。

とれたての野菜を使ったお料理は、とても美味しく、心にも体にもやさしいお味。太田さんと利用者さんの会話も楽しく、普段食欲がなく食べられなかった人も知らず知らずお箸がすすむようです。

ほかにも「はまなすの会」の活動は、月1回のペースで開催される医療や介護に関する講習会や4ヶ所でのがんサロン、ケア帽子の作成、ヨガやアロマトリートメント体験などさまざまです。

今回、その中のひとつ「ソフトヨガ」を体験させてい

ただきました。

心地よいリラックスミュージックが流れる中、足のストレッチから始まり、全身をほぐしていきます。「参加者の体調によってヨガのメニューを変えます。自分のペースで楽しむのが一番です！」とヨガ講師の藤原先生。治療のスケジュールや体調を考慮し、開催曜日は固定していないそうです。

また、2階では抗がん剤などで脱毛された方の皮膚にやさしいケア帽子を作られています。

こちらで作る帽子は耳まで隠れるゆったりしたデザインで、縫い目が当たって痛くないよう工夫がほどこされ、ゴムは手がしびれている人でも扱いやすいように滑りにくい平ゴムを使用するなど心配りがされています。ケア帽子は無料(送料着払い)で提供されていますので、希望する方は気楽にご連絡ください。

また、ケア帽子の材料が不足しているため、フェイスタオルや日本てぬぐいなど未使用の布地の寄付をお願いしています。(企業名など広告が入っていないものを希望されています)

【問い合わせ】はまなすの会代表 太田さん 079-277-2764

◆掲載情報は、変更になる場合があります。

姫路歴遊会「7月のふれあいハイキング」参加者募集

姫路の魅力・播磨の魅力を、観光ガイドを通じて発信する姫路歴遊会では、2023年7月の「ふれあいハイキング」の参加者を募集しています。

(1) 姫路空襲一今も残る戦争遺産一

【日時】 令和5年7月2日(日) 9:30~12:40頃

【コース】 播但線京口駅(集合9:30)⇒空爆の碑⇒河合橋⇒播磨国総社⇒魚町通り⇒西二階町通り⇒白鷺橋(解散12:30頃)一(徒歩10分)一JR姫路駅

【参加費】 500円(保険料、ガイド代)

【歩程】 約5km ※当日6:00、姫路地域に気象警報が発表されている場合は中止



(2) 世界遺産姫路城 城下町から姫路城・大天守まで

【日時】 令和5年7月9日(日) 9:30~13:00頃

【コース】 JR姫路駅中央改札口前(集合9:30)⇒飾磨津門跡⇒中ノ門跡⇒家老屋敷跡公園⇒姫路城・大天守⇒姫路城大手門(解散13:00頃)

【参加費】 500円(保険料、ガイド代)

※別途、姫路城入城料(1,000円)は自己負担

【歩程】 約3km ※当日6:00、姫路地域に気象警報が発表されている場合は中止

【申込み・問い合わせ】 姫路歴遊会事務局(城下町ギルド)

Tel: 079-280-1296 Fax: 079-288-2146

(11:00~17:00 水曜休み)

【緊急連絡先】 Tel: 090-7110-9305 担当/木村

市民活動推進課「高校生モニター」募集!

姫路市では、市のアンケートに回答して下さる高校生(高校生世代の方を含む)モニターを募集しています。

スマートフォンやパソコンから気軽に参加してみませんか?

【活動内容】

- ・市の広報紙やホームページ、YouTubeなどに対する意見、感想の提出
- ・姫路市公式アプリ「ひめじプラス」を利用した各種調査への回答 など



【募集人数】 100人程度

【活動期間】 令和6(2024)年3月31日まで

【応募資格】 姫路市内に在住または通学、通勤などで姫路市に滞在する機会のある高校生世代の方

※平成17年4月2日~平成20年4月1日生まれの方

【お礼】 モニター終了後にお礼(図書カード)をお渡しします。

【募集締切】 令和5年6月30日(金)

【応募方法】 以下のQRコードからお申し込みください。

【問い合わせ】 市民活動推進課 庶務・広聴担当

Tel: 079-221-2074

<https://www.city.himeji.lg.jp/bousai/0000021304.html>



公益社団法人姫路青年会議所「SMILE FESTA」を開催します!



公益社団法人姫路青年会議所では「スマイルフェスタ2023~より良くを集め壮大なまちへ~」と題しイベントを開催します。

「地域内経済循環を意識したまちづくり」をテーマに、地元産の食材を使った飲食ブース、市内の企業・団体によるブース出展、ステージ発信を通じ、参画者・来場者の皆さまに姫路が本来持ち合わせている魅力と、新たな魅力を体感していただき、笑顔溢れる事業を展開してまいります。

【日時】 令和5年7月16日(日) 10:30~21:30

令和5年7月17日(月・祝) 10:30~21:30

【場所】 大手前公園

【内容】 ステージ・ブース展示



▲ピアノと花火の共演



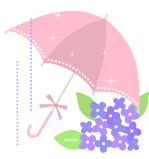
【問い合わせ】

公益社団法人姫路青年会議所地域活力向上委員会

Tel: 090-1140-0883 担当: 三木

E-mail: sankoenka-takatoshi@outlook.jp

総合福祉通園センター「ルネス花北 ボランティア養成講座」受講者募集



姫路市総合福祉通園センター(ルネス花北)では、施設ボランティアの養成講座を開催します。

障害がある方へのボランティア活動に関心のある学生や一般市民の方を対象に、簡単な基礎知識をお伝えするオリエンテーションとボランティア体験ができる機会として開催します。障害児者の福祉現場での実際の体験を通して、障害がある方と交流を図り、理解を深めていただきます。

【内容】・施設の概要説明、ボランティアをするにあたっての基礎知識等・成人児童施設見学・児童施設で幼児の保育のお手伝い・成人施設で作業や活動プログラムのお手伝い

【日時】①オリエンテーション

令和5年7月31日(月) 9:30~11:45

※ボランティアの基礎知識、施設見学



②体験日

令和5年8月1日(火)、2日(水)、3日(木)のうちいずれか1日9:30~16:00

※児童施設および成人施設でのボランティア体験

【場所】姫路市総合福祉通園センター(ルネス花北)

【募集対象】障害児者へのボランティア活動に関心がある学生(高校生、大学生等)、一般市民の方
※①②両日とも参加が可能な方。

【定員】1日あたり6名(学生は1校につき上限5名)

※応募多数の場合は抽選。

【申込期間】令和5年6月20日(火)~7月11日(火)

【参加費】無料

【応募方法】電話・ルネス花北のホームページ入力フォームからお申し込みください。

申込みの際は必ず名前、住所、電話番号、所属先とご希望の日があればお知らせください。



【申込み・問い合わせ】姫路市総合福祉通園センター
姫路市増位新町2-37 担当:大野

Tel: 079-282-2384

「第25回ひめじ国際交流フェスティバル」パフォーマー募集



姫路市やその近隣に住まれている外国人の皆さんと市民の皆さんとの交流を図るため、ひめじ国際交流フェスティバルを開催します。当日は世界各国の料理の実演・販売をはじめ、踊りや音楽の披露、外国語講座や多文化共生ワークショップなど、さまざまな企画が盛りだくさんです。このたび、ステージでパフォーマンスを披露して下さる方を募集します。

フェスティバルに参加して、各国の文化をたくさんの人にアピールしませんか。

【開催日時】令和5年10月29日(日) 10:00~15:00

【開催場所】大手前公園

【部門】①ステージ(舞台上で。屋根があります)

②ふれあい広場(広場で。屋根はありません)

【出演内容】

- ・世界各国(日本を含む)の舞踊や音楽などの紹介
- ・市民交流グループの皆さんによる外国の文化紹介
- ・在住外国人の皆さんによる母国の文化紹介など

【参加条件】

- ・出演に関する費用は、出演者側でご負担ください。
- ・応募状況により、ステージのパフォーマンス時間を制限する場合があります。(1団体あたり15分以内)

【応募方法】FAXか郵送またはホームページ(ひめじ国際交流フェスティバル)から。

【応募締切】令和5年6月30日(金)

※応募されたのち、ひめじ国際交流フェスティバル実行委員会にて選考を行います。選考の結果、出演いただけない場合があります。選考結果は7月下旬頃にお知らせします。

【申込み・問い合わせ】ひめじ国際交流フェスティバル
実行委員会事務局 担当:井上、山口

〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ3階

Tel: 079-287-0820 Fax: 079-287-0824

E-mail: kokusai@city.himeji.lg.jp



お知らせ 2023年「ひめじ夏のボランティア体験」今年も開催!

夏休み期間中に、市内に在住・通学中の大学生・専門学校生・高校生がボランティア活動を実際に体験するイベント「ひめじ夏のボランティア体験」を開催します!!

NPO法人・ボランティア団体で実際に“活動してみる!”ことにより、理解を深め、市民活動やボランティアを始めるきっかけとすることを目的としています。

学生の皆さん!ぜひご参加ください。

詳しくはボランティア通信7月号でお知らせします。

学生
限定!



●掲載情報に関するお申し込み・お問い合わせは、各記事の連絡先まで直接お願いします。



令和5年度★ひめじdeボランティア(ひめボラ)

受入団体募集!



令和5年度から新しくスタートする「ひめじ de ボランティア (略称: ひめボラ)」。
1か月のボランティア体験月間を設け、市民の皆さんに実際にボランティア活動を体験していただくマンスリーイベントです。
活動体験を通して、ボランティア活動への関心と理解を深めるとともに、新たな活動の担い手づくりを目的としています。
この「ひめボラ」の体験先としてご協力いただける受入団体を募集します。
日頃の活動をPRし、メンバーを増やす機会になるとしますので、ぜひ受入団体としてご協力ください!

★ひめボラ概要★

【実施期間】 令和5年11月1日(水)～11月30日(木)までのうち、受入団体が指定した日

【体験対象者】 姫路市または近隣市町に在住、在勤、在学の方(子どもから大人まで)

※小学生以下は保護者同伴

※対象年齢を指定(高校生以上など)する場合は申込書にご記入下さい

【受入団体】 詳しい団体要件は募集要項をご確認ください

・センター登録団体

・上記以外で、市内で活動するNPO法人やボランティア団体

・市内の社会福祉施設など

【募集する活動】 参加者が主体的に関わることができる市民活動やボランティア活動・イベント等

※単純作業(荷物の運搬など)のみの活動ではなく、できるだけ人との交流がある活動

※会員相互の共益、親睦のみの活動は除く

申込受付
6/28 締切

受入団体の決定・通知
7月初旬

体験プログラム作成
7～8月

体験者募集
9～10月初旬

体験マッチング・結果通知
10月初旬～中旬

体験実施
11月中

★受入団体募集について★

【募集期間】 令和5年6月28日(水)

【申込方法】 「募集要項」をご確認のうえ、所定の申込書に必要事項を記入し、下記まで持参または郵送・メール・Faxで送付してください。

募集要項・申込書は「市民活動ネットひめじ (HP)」からダウンロード可能です。



にもご参加ください!

11月3日(金・祝)に姫路駅北にぎわい交流広場で「ひめボラ市」を開催します。

センター登録団体や社会福祉施設、学校などにご協力いただき、物販・体験ブースの出展や野外ステージでの活動発表などを通じて、子どもから大人まで、より多くの人に姫路の市民活動やボランティア活動に触れていただくPRイベントです。

参加団体募集については、詳細が決まり次第、「市民活動ネットひめじ (HP)」などでお知らせします!

【申込み・問い合わせ】

姫路市市民活動・ボランティアサポートセンター

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

E-mail:shimin-support@city.himeji.lg.jp

ホームページの情報更新のお願い

センターのホームページをご利用いただいている登録団体の皆さんへのお願いです。

登録情報に変更があった場合は、ホームページの基本情報も修正してください。

特に団体名や代表者、連絡先などが古い情報になっていると、検索に差し支えが出てきます。どうぞご協力をお願いします。



FM-Genki「飛び出せ! まちの元気人」出演者募集!

毎月、第3火曜日13:15～13:45は、センター登録団体や登録個人ボランティアの皆さんにご出演いただけます。会員募集やイベント情報の告知などにぜひご活用下さい。(先着順にご希望に応じて出演日を決定) 申し込み、問い合わせは市民活動・ボランティアサポートセンターまで

センターの休館日のお知らせ

令和5年8月までのセンターのお休みは次のとおりです。

6月 5日(月)・12日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)

7月 3日(月)・10日(月)・12日(水)・17日(月・祝)・24日(月)・31日(月)

8月 7日(月)・14日(月)・17日(木)・21日(月)・28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。

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

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



▲ホームページ



▲LINE



▲Instagram



▲Facebook