

ひめじおん
SINCE2009
May.30.

ひめじNPO・ボランティア通信

2023.11. Vol.175

姫路市 市民活動・ボランティアサポートセンター

▼センター登録団体のご紹介

※ (新) はセンター新規登録団体です。

※お問い合わせは、(ホ) は「市民活動ネットひめじ」の各団体ページを参照。他はセンターまで

団体名	活動の目的	活動内容
子育てサロン「ソライロ」 (新)	子育て中の方が、さまざまな体験を通じて交流	助産師による子育て相談、カイロ師による体のメンテ、アロマ講師によるワークショップ等月1回の子育てサロン開催
若豊会 (新) (ホ)	かっぼれ、民謡、新舞踊で文化行事参加やボランティア	老人ホーム、デイサービスの訪問や、市民文化祭、お城まつり、文化協会のイベントに出演。自主発表会も開催

センター訪問記

おじゃま
します
No120

自然と触れ合い四季を愉しむ公苑づくり

日本の文化を愉しむ会



▲みかんの苗木の植え方を指導する奥さんと熱心に耳を傾ける生徒たち



▲作業する奥さんのそばで虫をついばむニワトリ



▲笑顔で説明してくださる代表の奥さん



▲ビオトープのシンボルツリー「桐の木」

香寺町の「北恒屋わいわい公苑」で年間を通じて、いちご狩り、木工（竹細工）教室、昆虫採集、大根掘りなど自然とふれあい、楽しみながらみんなの居場所を造っているのが「日本の文化を愉しむ会」です。また、茶道に親しめるよう初心者のためのお茶会も開催され、公苑内に手作りのお茶席も建築中です。

おじゃました日はトライやる・ウィークで中学二年生7名を受け入れ、代表の奥さんは指導しながら一緒に作業をされていました。

この日のテーマは「トライやる記念にみかんの苗木を植える！」です。

「この活動を始めたきっかけは、自然と子供が大好きで、大人も一緒に楽しめる場所を造りたかった」と奥さん。公苑の敷地は、2,000㎡と広く、畑や果樹園があります。大きな鶏舎にニワトリを飼っていて毎日卵を産んでくれるそうです。訪問した日は天気も良く、ニワトリたちは外に出て自由に草や虫をついばんでいます。

また、日本蜜蜂の巣箱があり、蜂蜜も採れるそうです。今、奥さんが力を注いでいるのが大きなビオトープ。池の中央に島があり、シンボルツリーの「桐の木」が植えられています。山から引いた水が絶えず流れて池に水を注いでいます。時おり、ししおどしの“コーン”という音があたりに響いていました。

ここはウナギをはじめさまざまな生き物が共生する本格的なビオトープになるそうで、完成が楽しみです。畑にはカボチャやゴーヤ、シソがたくさん実っています。これから秋に向けて大きな栗の木に青いイガ栗がたくさんつき、サツマイモもすくすく育っていました。現代の生活ではなかなか体験できない自然や文化とのふれあいの大切さ。それが経験できる貴重な公苑。そこで生徒たちと共に黙々と作業されている奥さんに感動しました。

「日本の文化を愉しむ会」では自然を満喫しながら、一緒に作業をするボランティアを募集されています。【問い合わせ】代表 奥さん Tel : 090-3825-1324

◆掲載情報は、変更になる場合があります。

「視覚障害者のためのスマホ教室」受講者募集

視覚障害のある方を対象としたスマホ教室を開催します。全7回を通して、スマホの操作方法について学びます。「VoiceOver」を使用しますので、使用できる環境をご確認のうえ、お申し込みください。

【日時】 令和5年11月24日(金)
12月8日(金)・15日(金)
令和6年1月12日(金)・26日(金)
2月9日(金)・16日(金)
各回とも13:30～16:00

【場所】 姫路市総合福祉会館 5階会議室
(姫路市安田3-1)

【内容】 Apple社のiOSに内蔵されている「VoiceOver」を使用し、電源のつけ方や電話のかけ方など基本操作について学びます。また、インターネット閲覧アプリ、印刷物の読み上げアプリの使用方法についても学びます。
※スマホに関するさまざまな疑問にも答えます。



※スマホは各自でご持参ください。

【対象】 姫路市在住・在勤・在学の視覚障害のある方
※身体障害者手帳を所持している方が対象です。

【定員】 5名(応募多数の場合は抽選)

【受講料】 無料

【応募方法】 ①教室名「視覚障害者のためのスマホ教室」
②郵便番号、住所 ③参加者の氏名(ふりがな) ④年齢
⑤連絡先(電話番号・Fax番号・メールアドレス)
⑥市内在勤・在学の方は勤務先・学校名を明記し、メール、Fax、ハガキのいずれかで応募

【応募締切】 11月10日(金)

▶HP



【申込み・問い合わせ】

姫路市障害福祉課管理担当 担当：守能(もりの)
〒670-8501 姫路市安田4-1
Tel：079-221-2454 Fax：079-221-2374
E-mail：syogaif@city.himeji.lg.jp

NPO法人フードバンクはりま「配達・引取・電話受付」ボランティア募集

「フードバンクはりま」は、まだ食べられるのにさまざまな理由で商品として扱えない食品を引き取り、食料を必要とする方々に無償で届け、「食品ロス」と「空腹の人」双方を減らす“環境”と“人”に優しい活動をしています。この活動をしていただけるボランティアを募集します。

【日時】 月曜日～土曜日 9時～16時の間で都合の良い時間(2～3時間程度)

【場所】 NPO法人フードバンクはりま
(姫路市飾東町豊国503)

【内容】 配達・引取・電話受付
配達：支援先に食品を届ける。
引取：寄付される食品の引取り。
電話受付：電話の対応。

【対象】 配達と引取は普通免許要

【応募方法】 Telで応募



食品の寄付にご協力ください。

おわがい

現在、日本のこどもの7人に1人が貧困のために「食べることに」困っています。フードバンクはりまでは、そんな子どもたちにさまざまな食品を届けています。家庭に眠っている「まだ食べられるもの」や「余剰食品」があればぜひ寄付にご協力ください。

・米、賞味期限が1カ月以上ある常温保存可能食品
・缶詰、レトルト食品、インスタント食品、根菜類等
※生鮮食品、手づくり品など受け付けできないものがありますので、まずはお問い合わせください。

▶HP



【申込み・問い合わせ】

NPO法人フードバンクはりま 担当：辻本
Tel：079-227-8304 Fax：079-229-2501
E-mail：info@foodbankharima.org

はりまいのちの電話「うのはつみ 発達障害勉強会」参加者募集 ～母として、アートセラピストとして発達障害と向き合った25年～

入場無料

はりまいのちの電話では、「《らしさ》という生き方」をテーマに、うのはつみさんによる公開講座を開催します。アートで障がい者支援活動を行ううのさんが、自身の体験を基に、発達障害本人や家族の困り感に寄り添うための理解と知識について語ります。

【日時】 令和5年11月12日(日)
14:00～16:00(開場13:30)

【場所】 姫路市総合福祉会館
5階 第1・第2会議室

※事前応募不要



▲はりまいのちの電話



▲うのはつみのfacebook



うのはつみ(鶴野 初美)さん プロフィール

親の会の世話人として発達障害児者やその家族の相談を受ける傍ら、支援者としてまた親としての視点で施設や教育機関などで勉強会・講演会の講師を務める。またアートセラピストとして発達障害児者や不登校児童生徒・ひきこもりの方などを表現を通して支援。

- *日本グラフィックデザイナー協会会員
- *文部科学省所管(財)生涯学習開発財団 認定アートワークセラピスト
- *市民活動グループ「こころのあーと」主宰

【問い合わせ】 社会福祉法人はりまいのちの電話

Tel：079-288-5099 Fax：079-263-7210
E-mail：jimukyoku@harima-inochi.jp

●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。

「認知症サポーター養成講座」のご案内

「認知症サポーター養成講座」は、姫路市が認知症の方や家族が安心して暮らし続けることができる地域づくりを目指して、認知症に関する正しい知識を持ち地域や職場で認知症の方や家族を支援する「認知症サポーター」を養成する講座です。準備していただいた会場に講師を派遣し、講座を開催します。

【日時】 随時 60分～90分程度

【場所】 申し込まれる団体、グループで準備

【内容】 認知症の基礎知識(認知症とは何か、認知症の症状、早期診断、治療の重要性、権利擁護等)や認知症の方への対応、家族の支援、サポーターとしてできること等について学びます。

【応募資格】 市内在住、在勤、在学の方

【定員】 10名程度以上の団体(受講者)

※介護サービス事業所(者)および介護サービス従業者、介護専門職の団体等は対象外

【受講料】 無料(テキスト代が必要な場合があります。)

【応募方法】 「特定非営利活動法人(はりま総合福祉評価センター事務局)」に連絡し、「講師派遣申込書」を提出

【応募締切】 実施予定日の約1カ月前まで

※「認知症サポーター養成講座」を受講すると「認知症サポーター」になれます。「認知症サポーター」はなにか特別なことをするのではなく、認知症の方や家族を温かく見守る応援者として、自分のできる範囲で活動します。
※受講後、認知症サポーターとして登録すると認知症サロンのお手伝い等地域での活動や、ステップアップ研修等の案内をします。



▶HP



【申込み・問い合わせ】

特定非営利活動法人はりま総合福祉評価センター事務局
〒670-0995 姫路市安田3-1姫路市総合福祉会館3階
Tel : 079-287-3000 Fax : 079-287-3200

ワクワクする仲間を創る会「ほめ達で人生を豊かに！」参加者募集

お世辞やおべんちゃらを言うのではなく、心の底から相手の良さを見だし、あらゆるものから価値を発見できるのが「ほめる達人(ほめ達)」。

「ほめる」とは価値を発見して、伝えること。いっしょに学んで「ほめ達」になりませんか。

【日時】 令和5年11月26日(日) 13:30～15:30

【場所】 姫路市立 城の西公民館 2階 第2会議室
姫路市岡町 33 (神姫バス「岡町」停留所すぐ南)

【内容】 「ほめ達」にふさわしい考え方とは

- ①すべての人の可能性と成長を信じる。
- ②つねに学び続ける。
- ③すべての出来事は、必然、必要、ベストである。

【対象】 どなたでも

【定員】 20名(先着順)

【参加料】 無料(お茶付き)



【応募方法】 Telまたはメールにて申込み

【応募締切】 11月19日(日)

講師 安達 実江子さん プロフィール

【一般社団法人日本ほめる達人協会 認定講師】

自分の学んだことを気軽に多くの方に聞いてもらえるセミナーや研修会を開催し、楽しく学び、知ることによって人生が豊かになることを伝えたいと活動中。

1978年 保育士となり、乳児院、保育所、託児所勤務

1992年 尼崎市学童保育の指導員として28年勤務

2012年 「ほめ達」と出会う

【申込み・問い合わせ】

ワクワクする仲間を創る会 担当：宝山(ほうざん)

Tel : 090-6534-6846

E-mail : satoshi171@yahoo.co.jp

令和5年度 孤独・孤立対策活動基盤整備事業 ひょうご7地域連携講座in姫路 「NPO・地域活動の資金調達セミナー」受講者募集

市民活動・NPOの財源に関する考え方とともに、助成金の申請のポイント等を学び、活動を発展させる連続講座を開催します。

活動の財源確保に苦勞している方、事業の発展に助成金を活用したい方、助成金を申請しているが、なかなか採択されない方におススメです。

【日時・内容】

・令和5年11月18日(土) 10:00～12:00 市民活動・NPOの「資金調達」の基本的な考え方を学びます。

・令和5年12月2日(土) 10:00～12:00 助成金申請の実践的な考え方を学びます。

【場所】 姫路市市民会館(姫路市総社本町112)

【講師】 姫路コンベンションサポート 玉田恵美さん

【対象】 法人格を問わず受講可能。

【受講料】 無料

【応募方法】 TelまたはQRコードから応募

※資金調達・財源に関する個別相談を希望する方は申込時にお知らせください。

※講座後、別途ひょうごコミュニティ財団の助成金募集を紹介いたします。こちらもぜひご参加ください。

【申込み・問い合わせ】

地域しごとサポートセンター播磨

〒670-0912 姫路市南町76 城陽ビル2階

Tel : 079-240-8307 Fax : 079-286-9009

▶応募QR





2023
11/3
金・祝

★ ひめじ de ボランティア 2023

ひめボラ市 を開催!

遊びに来てね♪



● 野外ステージ

団体名	タイムスケジュール	実施内容
播州ろう龍姫太鼓集団「鼓鼓呂」	10:00~10:15	聴覚障がい者による和太鼓演奏
ラーフ太鼓「楽鼓舞」		知的障がい者による和太鼓演奏
千鳥会	10:15~10:45	三味線演奏、唄、踊り
姫路歴遊会	10:45~10:50	活動PR
さくら	10:50~11:10	オリジナル銭太鼓、スコップ三味線
カントリーダンス NEWWEST	11:10~11:25	カントリーラインダンス
特定非営利活動法人姫路こころの事業団	11:25~11:40	歌
ハッピーウクレレ高岡	11:40~12:00	ウクレレアンサンブル&歌
(昼休み)	12:00~12:50	
なるみ堂おもてなし隊	12:55~13:15	なるみ堂音楽ステージ
兵庫県立姫路商業高等学校地域創生部	13:15~13:20	命の語り部Projectのポスターセッション
姫路デジタルサポート	13:20~13:35	視覚障がい者のためのスマホサポートの仕方等
姫路冒険倶楽部 (姫路市カヌー協会)	13:35~13:45	水辺の安全活動の案内、レスキューバッグの実演等
文化琴愛好会 和の音	13:45~14:05	文化琴演奏
NPO法人 テンペラーレ	14:05~14:35	道化師によるバルーンパフォーマンス、パントマイム
碧空~ciel~	14:35~14:55	良さ恋
姫路手話サークル虹の会		ステージの手話通訳



● ピオレ本館北側 (交通広場) ~販売 (一部体験)ブース

- ・はまなすの会
- ・兵庫県立姫路商業高等学校地域創生部
- ・特定非営利活動法人姫路こころの事業団
- ・NPO法人くるみ
- ・姫路少年刑務所
- ・NPO法人 テンペラーレ (体験あり)
- ・障がい者支援事業所 菜の花
- ・なるみ堂おもてなし隊 (体験あり)

● キャッスルガーデン~体験ブース

・姫路冒険倶楽部 (姫路市カヌー協会)

● 地下通路~体験・飲食ブース

- ・ためきクラブ
- ・姫路手話サークル虹の会
- ・姫路盲ろう者サポートサークル
- ・パソボラaiaiai
- ・姫路アドラーグループ Nascita
- ・ピンクリボンひめじ
- ・姫路デジタルサポート
- ・日本の文化を愉しむ会
- ・AsMamaひめじ

● 北広場レンガ南付近

- ・地域しごとサポートセンター播磨 (相談)
- ・グリーンバード姫路 (販売・体験)
- ・姫路歴遊会 (体験)

● 北広場レンガ南付近 ~総合案内・本部

- ・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”

▶ イベントの最新情報は、
ホームページ
「市民活動ネットひめじ」を
ご覧ください。



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
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

センターの休館日のお知らせ

令和6年1月までのセンターのお休みは次のとおりです。

11月 6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)
12月 4日(月)・11日(月)・13日(水)・18日(月)・25日(月)・28日(木)~31日(日)
1月 1日(月・祝)~3日(水)・8日(月・祝)・15日(月)・16日(火)・22日(月)・29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。