

## 報告 市民ボランティア体験学習（前期）

ボランティアセンターでは、福祉に関わるボランティア活動の推進を行っています。市民ボランティア体験学習では、ボランティアセンターに登録している団体の活動に参加体験することで、ボランティアへの理解と関心を高めることを目的としています。

### 災害時に役立つ サバイバルクッキング

9月17日（火）総合福祉保健センター3階調理室にて講師・管理栄養士 崎山光江さんによる「災害時に役立つサバイバルクッキング」を開催しました。

「あるもの」をどう食べるか・配給の食料を工夫して食べる・省エネルギーの食事作り・「元気な体でいる為に」をテーマに学びました。協力：友愛ボランティア



#### 調理実習

- A さんま蒲焼の焼き込みごはん
- B 切り干し大根のコチュジャンあえ
- C スナックでスープ
- D クルミ入り葛餅
- E オイルサーティンのリエット風

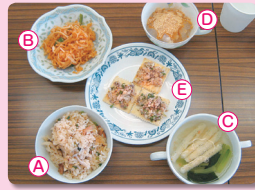
### レシピ紹介 ② 切り干し大根のコチュジャンあえ

#### （材料）

切り干し大根…………… 乾60g  
ピーマン…………… 1個  
さきいか（ソフトタイプ）…… 40g  
A ごま油・コチュジャン・  
砂糖・白すりごま…… 各大さじ1  
粉唐辛子・醤油…………… 各小さじ1  
酢…………… 大さじ2  
ニンニク…………… 少々

#### （作り方）

- ① 切り干し大根は戻し、水気を絞ってイカ・ピーマンとともに食べやすい長さに切る。
- ② Aの材料を混ぜ、①とよく混ぜ合わせる。



【静岡県危機管理局 避難所運営ゲームより】



### 災害時に役立つ 避難所運営ゲーム

9月17日（火）総合福祉保健センター6階大会議室にて、災害救援ボランティアネットワークによる防災講座「避難所運営ゲーム」を開催しました。

模擬体育館の平面図を利用して、災害時の病気の方や障がいのある人への対応、支援物資・配置・情報配信等さまざまな問題点を拾い出し、対処法など話し合いました。

# ボランティアセンター

通信

総合福祉保健センター5F  
問い合わせ TEL(442)2940  
FAX(446)4545

#### 開所時間

月～金曜日：午前9時～午後4時

#### ボランティアまめ知識

秘密・約束を守りましょう

### チャリティーバザーのお礼と報告

#### 友愛ボランティアより

9月29日（日）第36回バザーが開催されました。バザー売上金と寄付金は、770,865円でした。この収益金はひとり暮らしの高齢者へのお弁当作りに役立っています。市民の皆様のご支援ご協力ありがとうございました。



#### 集めています

ボランティアグループや施設で使用します。ご協力をお願いいたします。

- ウエスのカット
- アクリル毛糸
- 使用済み切手・テレホンカード
- 花の苗や種



## 予告

### 平成25年度 市民ボランティア体験学習（後期）

「ボランティアにチャレンジ!!」～この機会に自分の世界をひろげてみませんか？

平成26年2月を予定しています。詳細は市の広報 平成26年1月号でご案内いたします。

# 東部小学校福祉体験授業

ぼくたち、わたしたちにできること ～思いやる心をひろげよう～

誰もが地域の中で安心して暮らしていけるように、生涯や病気について、生徒ひとりひとりが正しく理解していくことを目的に、11月12日（火）、総合的な学習の一環として5年生対象に福祉体験授業を開催しました。

手でタイヤを回すのは大変！段差は不安で怖かった



▲車いす体験

見えないって怖い！勇気を出して声かけをしようと思う



▲アイマスク体験

これからは、お年寄りを気づかおうと思った



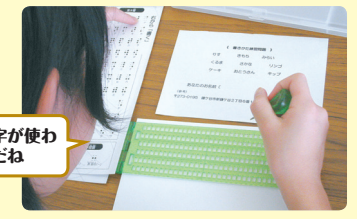
▲高齢者疑似体験

耳の聞こえない人にわたしたちの手話が通じた！



▼点訳

▲手話



身近にも点字が使われているんだね

#### ボランティアセンターより

地域での支えあい活動と心のバリアフリーの推進のため、ボランティア団体が変わり、手づくりの福祉体験が展開されました。“ぼくたち、わたしたちにできること”が市内に広がるよう、今後も福祉体験に協力していきます。