

◎樽川ふれあいくらぶ (樽川 3-3)

活動) 傾聴、レクレーション、散歩等のサポート全般  
各曜日 2~3名

日程) 月曜日~金曜日 10:00~11:00

集合) 樽川ふれあいくらぶ 1階 ※交通費なし

★傾聴・レク活動・散歩等のお手伝いをさせていただき活動です♪  
天候により散歩可能な服装にてお願い致します。

◎デイサービス我が家樽川の家(樽川 8-1)

活動) ①将棋の相手 1名  
②傾聴、飲み物の提供 各時間 1~2名

日程) ①火・金曜日 14:00~16:00  
②月~金曜日 9:00~10:00・12:30~14:00

※交通費なし

★興味のある方は一度ご相談ください。



◎社会福祉法人パートナー コミュニティ若葉 (花川北 6-3)

活動) ①お散歩の補助  
②傾聴  
③買い物レクの同行  
④体操ボランティア

日程) ①月・木・土曜日の午後で都合の良い時。  
日時をご相談させていただきます。独歩の利用者さんです。

②10:00~16:00

昼食時間の 12:00~13:00 以外で都合のいい時間。

③毎週木曜日の 13:00~15:00

盲目の方、車イスの利用者さんのお買い物の補助。

④毎日 11:20~12:00

体操のお手伝いをして頂ける方。 ※交通費なし



◎サポートセンターあらいび (花川南 1-6)

活動) 清掃・食器配膳準備・食器洗い 各曜日 1名

日程) 月・火・木 11:00~13:00 昼食あり (弁当)

※交通費なし

★毎週ではなく都合に合わせてのご参加お待ちしております。

◎70代の女性 (緑苑台在住)

活動) イオン前公園の散歩(雪が降る前まで) 1名

日程) 週1回 (月・木以外)

30分~60分程度 ※交通費なし

★花畔・花川北・花川東・緑苑台にお住まいの方希望。

★詳細は、ボランティアセンターまでお問合せください。

# ボランティア愛ランド 北海道2017inさっぽろ ~未来へつなぐ愛ランド~

ボランティア実践者が全道から集うボランティア愛ランド北海道に、8月5日(土)石狩市のボランティア21名で参加してきました。この日は天候にも恵まれ、700名以上が全道各地から参加されていました。

今年度のテーマは「災害に対する意識の持ち方」で、大雨災害や地震・津波について東京大学の片山敏孝氏の講演でした。

昨今、気象予報の想定を超える大雨が、全国各地で発生し、河川の氾濫や土砂災害が頻発しています。昨年は北海道でも甚大な被害をもたらした台風もありました。

講演の中で、海水温の上昇により雨雲が局地的に発生しやすくなっており、短時間で発達するため、予報も追いつかない状況で、ゲリラ豪雨は今後も頻発すると話されていました。

天気予報や警報情報、行政の指示を待つのではなく、地域やご近所で連携を取りあって安全を確保することが重要であり、日頃から意識を高く持つことが大切であると学びました。

これからの季節は、台風も多くなってきます。災害に対する備えを、今一度見直してみましょう!



### (申込先・問い合わせ)

・石狩市ボランティアセンター(石狩市社会福祉協議会内)

石狩市花川北 6条 1丁目 41番地 1りんくる内 ☎72-8341・FAX74-2008

☎http://www.ishikari-shakyo.org ☎vc@ishikari-shakyo.org

・厚田 厚田区厚田 45番地 5 厚田保健センター内

☎78-2521・FAX78-2161

・浜益 浜益区実田 93番地 17 特別養護老人ホームはまます あいどまり内

☎79-5010・FAX79-5008



この情報誌は、石狩市と市社協の計画である新・りんくるプランに基づき発行しております。



# 愉快的仲間



発行: 石狩市ボランティアセンター

☎72-8341

## キッズボランティアが終了しました

夏休み期間中に、市内の小学生たちがりんくるにおいてボランティア体験をしました。デイサービス体験では、利用者さんとお話しをしたり、ゲームのお手伝いをするなど大活躍してくれました。1階喫茶コーナー体験は、来館者や、デイサービスの利用者さんへ注文の飲み物を運んだり、洗い物など積極的に行っていました。ボランティアの経験がこれからの生活に役立ってくれるとうれしいです。



## 安全なボランティア活動のための10大ポイント

1. 転倒防止のため、日頃から体力づくりに努めましょう
2. 足元の安全を確認する習慣をつけましょう
3. 自転車の運転に細心の注意をはらいましょう
4. 活動当日の体調を把握しましょう
5. 活動内容に適した服装を心がけましょう
6. 準備運動で身体をほぐしてから活動しましょう
7. 今の自分にできることか、見きわめながら活動しましょう
8. 疲れを感じたら、必ず休憩しましょう
9. 不用意に犬などの動物に近づくのはやめましょう
10. ヒヤリとしたこと、ハツとしたことはメンバー内で共有しましょう

