

ぼらっと

[第18号]

2011年2月24日



『ぼらっと』とは「ぶらりと」気軽に、
「ボランティア」しましよう!!という造語です。

発行元

〒020-0541 東石町千刈田82-2

東石町総合福祉センター内

東石町社会福祉協議会ボランティア活動センター

電話／692-2230 FAX／692-2140

e-mail／shizukushi-V@shisha.or.jp

<http://www.shisha.or.jp/>

ホームページからもご覧になれます。

平成23年度のボランティア保険加入手続きは3月7日(月)から受け付けます。 ご加入下さい!! ボランティア保険

ラ◆で◆者◆活※
ン保つボえ自動対
テ険くら難発も象
イ上らんい的あと
ア対れテもなりな
活象たイの意まら
動外団ア思すな
と体活なや動
つグ以外の
いいの
るブ目的
ボ的

③②立①
町町案
社社さる
協にた
委届け
嘱け出
された
た活動
活動企
画

する意
日本に
無償りに
ボラ人
のボラ
ンやる
テ自
アに發
活貢的
動獻な

対象となる活動

ア録②①
、さ町町
ボれ社社
ラて協協
ンいボ構
テるラ成
イ個活員
ア人セ・
団ボン会員
ラタなソ・
ビテに
イ登

加入できる方

ま動者しでま事ボ
す保へてはす故ラま
。險、ボ、。もンた
をボラ万ボ年テ、
あランガラタイそ
勧シテ一活増アレ
めティのセ加活に
シニア備ンし動伴
ア活えタて中い
い活動とーいの、

ボランティア活動保険

は★れ★のまる★
一複かご払す場補
口数一加戻。合償
の口口入し中も期
み加とはは途右間
と入なおあ脱記の
なのりーり退の中
り場ま入まに保途
ま合すにせよ险で
す。つんる料加
。も
補
い
ん
す
料
り
れ

保険金の種類	ご加入プラン・補償金額	
	Aタイプ	Bタイプ
死亡	1,400万円	2,000万円
後遺障害	1,400万円（限度額）	2,000万円（限度額）
入院保険金日額	7,000円	11,000円
通院保険金日額	4,100円	6,370円
賠償責任保険金	5億円（限度額）	5億円（限度額）
年間保険料	280円 天災タイプ 490円	420円 720円

*手術保険金の補償もございます。

*22年度と補償額に変更があります。

ボランティア活動中ににおける事故防止の10大ポイント

- ①体調が悪い時は決して無理をしないこと。
- ②事前の安全確認をしておくこと。
- ③活動に適した服装であること。
- ④自宅を出てから帰るまで、焦らず、気を抜かないこと。
- ⑤活動前は必ず準備運動・柔軟体操をすること。
- ⑥責任者等から説明された注意事項を守ること。
- ⑦疲れを感じたら休憩をとること。隨時水分補給をすること。
- ⑧過信禁物。自己分析をし、今の自分にできることをあらかじめ把握しておくこと。
- ⑨特に足元には注意をすること。（段差などによる転倒防止）
- ⑩周囲の人との協力や情報の共有を図ること。

「ボランティア活動における自己分析と事故防止のポイント」より抜粋

下のへ既加出てうし保す入ア①
さ夕加に入く当えて險。申活町
いイ入作者だセ、頂の申込動社
。普者成がさん保き夕込書セ協
→を氏さ多い夕險、イ書がンボ
の明名れい。↓料ごブにごタラ
提記とた場団にを捺を氏ざ↓
出し保名合体ご添印指名いにテ
でて險簿はで提えの定とま加イ



きに保確②も
のよ険認當結構
完了と受ンで
てを加受付タス
なと入領印↓
り申すをが
ま込る押内
す手こ印容
。続としを

年間保険料

ボランティア保険申込手続き

伝言板

「雪石町災害救援ボランティアセンターの会」から研修会のおじらせ

「雪石町災害救援ボランティアセンターの会」は、町内で災害が起きた時、災害ボランティアセンターの立ち上げから運営までのサポートを行っています。今回開催する研修会は「防災体験セミナー」です。災害の知識を深めて、いざという時のために備えませんか?興味のある方はぜひご参加ください。お待ちしております!

日 時
平成23年3月27日(日)
10時~12時まで

内 容

①講義・ビデオ鑑賞

②ロープ結索

③暗闇、煙体験

④地震体験・展示見学

「防災コース」



★開催場所
岩手県立総合防災センター
(福祉センターからバスが出ます)
★問い合わせ先・申込先
雪石町ボランティア活動センター
担当: 澤口・成田
☎ 092-12230

突撃!ふれあいサロン

2月14日(月)、『ふれあいサロン戸沢いきいき』に突撃取材に行ってきました。

◆10時: 本日活動は、保健センターの『健康教室』。まずは血圧を計りました。「ちょっと高いなあ。」



◆10時20分: 御所地区担当の加藤さんが『高血圧』について説明。みなさん真剣に聞いています!減塩メニューと1日30分の運動が大事とのこと。「普段の生活で家の中を歩いていても運動に入りはすか?」「いいえ、それは務員と言いますよ~」ということで、家で出来る簡単な体操をみんなで習いました。



◆11時: 栄養士の原さんから減塩メニューを学び、調理中。この後、みんなで試食(昼食)をして私の取材は終わりました。午後からみんなは『やまびこ会』の紙芝居を見るとのことでした。多謝!!



今回は、「ふれあいサロン戸沢いきいき」の代表、高橋サキさんです。

質問(以下) : 木 ランティアを始めたきっかけは何ですか?

高橋(以下): 「清水沢のサロンが1~2年早く出来て、私もサロンに興味があったので、清水沢の瀬川さんに内容や作り方を聞いてみたら、作るのに難しそうではなかつたので始めました。」
●今年で開始から9年目にに入りましたが、サロン活動を継続して

行うポイントを教えてください。

●「地域の絆が必要。この地区の婦人部がなくなつたけど(サロンのメンバーは元婦人部の方が多いです)、サロンは男女一緒に活動できるしね。あと、5月・10月の田んぼの忙しい時期は活動を休んでいます。無理をしないことも大事。

それと、メンバーやの平均年齢が若いから、裁縫をしたりティッシュボックスを作ったりして楽しんでいます。」



●「戸沢いきいき」とは、みなさんにとつてどんな場所ですか?

●「うん...うん...(しばし考え中)。気兼ねなく語り合える場所なんじゃないかな。」

●最後に今後の課題と抱負を教えてください。

●女性向きの活動内容が多かったので、男性も入れるような中身にしたいですね。それと、年に2回くらい、ここに来られない一人暮らしや二人暮らしの方々に弁当を作つて「元気だがあ?」って話しつぶしながら歩いてまわりたいですね。」

お詫びと訂正

ボラ活セミナーからの
お知らせ

ぽらっと17号『教えて!NPO』のコーナーにおきまして、誤りがありました。正しくは次のとおりです。
【誤】会員は農業や商業を始め
【正】会員は農業や商業を始め
読者の皆様ならびに関係者の皆様には深くお詫びするとともに、ここに訂正させていただきます。