

# 生涯学習 ボランティア通信

2023年 12月発行 Vol.93

## 講座案内

ハートフルレクチャー

### 紫式部はなぜ『源氏物語』を書いたのか

世界最古の女性文学といわれる『源氏物語』は、千年ものあいだ読み継がれてきました。物語が書かれた時代背景を学び、紫式部の心情に迫ります。

講師	山本 淳子 氏 (京都先端科学大学 人文学部 歴史文化学科 教授)	締切	1月12日(金)【必着】
日時	令和6年1月28日(日) 午後2時～3時30分	受講料	無料
定員	80名(申込多数の場合は抽選)		



市民講師養成講座・公開講演会

### なぜか聴きたくなくなる人の話し方～伝わる会話のレシピ～

あなたの話、聴いている人の負担になっていませんか? 「相手になかなか伝わらない」「緊張して言葉が出てこない」「言葉も自分もなんだかマンネリ」、.. そんな悩みや不安がやわらぐ方法をお伝えします。

講師	秀島 史香 氏 (ラジオDJ、ナレーター)	締切	1月31日(水)【必着】
日時	令和6年2月16日(金) 午後2時～3時30分	受講料	無料
定員	50名(申込多数の場合は抽選)		



ボランティア講座

### コミュニティカフェへの招待状～ほっとできる居場所～

家庭や学校、職場以外の居場所として、「ほどよい距離感で人とつながる場」や「新たな出会いや発見の場」を求める人が増えています。地域の交流の場である“コミュニティカフェ”の役割や取り組みを学び、社会参加やボランティア活動のきっかけにしませんか。

講師	昆布山 良則 氏 ((公社)長寿社会文化協会 理事・コミュニティカフェ事業担当)	締切	2月2日(金)【必着】
日時	令和6年2月17日(土) 午後2時～4時	受講料	無料
定員	30名(申込多数の場合は抽選)		



応募方法：往復はがき または Eメール(1人1通)に、①講座名 ②〒・住所 ③氏名 ④年代  
⑤電話番号 を記入し、各講座の締切日までに下記へお申込みください。

申込み・問合せ先：

〒500-8521 岐阜市橋本町1-10-23 ハートフルスクエア-G  
岐阜市生涯学習センター 生涯学習係  
電話：058-268-1050 /Eメール：hsg\_lecture@ccn.aitai.ne.jp



Eメールでの申込み

# 講座レポート

## ハートフルレクチャー

### そば学大全～もっとそばをたのしむために～

縄文時代に日本に伝来したそばが、江戸時代に急速に全国に広まった背景や、中国・ブータンなどアジアにおけるそば食文化との比較を学びました。

また、これからのそばの栽培方法やアレルギーまで、歴史、農業、食品科学などの学問的な観点で整理・体系化されたそば食文化への理解を深める内容でした。

- 受講者の声**
- ・いろいろな食べ方を知り、食べたくなった。
  - ・世界各地のそば食文化に興味があった。



講師 松島 憲一 氏  
信州大学農学部 教授

## 岐阜市立女子短期大学との連携講座

### 認知症の理解のために 要約筆記導入

2025年、65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると予想されています。誰でも発症する可能性がある認知症の基本的な症状や初期に見られる症状、当事者の心理状態を知り、理解を深めました。また、なりやすい要因と予防に良いといわれていること、対応方法を学びました。

- 受講者の声**
- ・自分や家族に係わることだと認識しました。
  - ・予防のために食生活を見直し、有酸素運動を取り入れたい。



講師 高橋 秀典 氏  
岐阜市立女子短期大学  
健康栄養学科 医学博士

## ハートフルレクチャー

### ぼけますから、よろしくお祈いします。



©2018「ぼけますから、よろしくお祈いします。」製作・配給委員会

日本は、平成29年（2017年）に超高齢社会に突入し、誰もが介護し介護される時代になりました。そして「介護を必要とする人」と「介護をする人」の高齢化が進み、“老老介護”や認知症の人が認知症の人を介護する“認認介護”の世帯も見られるようになりました。

### 上映会 音声ガイド／日本語字幕導入

認知症家族を抱えた家族の内側を描いたドキュメンタリー映画「ぼけますから、よろしくお祈いします。」を上映しました。どの家族にも起こり得る老老介護の現状と課題について学びました。

- 参加者の声**
- ・老老介護の生活を知ることができた。
  - ・数年後の自分の姿と重なって見えた。
  - ・家族だけががんばり過ぎず、福祉サービスの利用を検討したい。

### 講演会 手話通訳／パソコン要約筆記導入

ドキュメンタリー映画「ぼけますから、よろしくお祈いします。」の監督である信友直子さんを講師に招きました。映画の撮影エピソードをはじめ、家族との接し方や周囲とのつながり方について学びました。

- 受講者の声**
- ・笑顔で接し、「ここがあなたの居場所だよ」という思いを届けたい。
  - ・介護サービスを活用し、笑顔が見られる介護に変えたい。
  - ・認知症の家族との接し方に日々苦戦しているので、とても参考になった。



講師 信友 直子 氏  
映画監督

# 市民自主講座 開催レポート

市民自主講座は、市民の皆さんが自ら講師となって講座を開催し、受講者と一緒に創っていく講座です。令和5年度に開催した講座の一部を紹介します。

## パッションフルーツ育てよう！

来年の苗作り 講師：神谷 重毅 氏

芳醇な味と香りが魅力のパッションフルーツ。花も美しく、最近では、グリーンカーテンにも利用されるなど注目されています。

講座では、来年の収穫を目指して挿木苗が配布され、栽培のコツや冬の室内管理法などを学びました。来年の収穫が楽しみです。



## みんなで楽しむ、やさしいウクレレ♪

講師：中村 重之 氏

「何か楽器を始めたい」「好きな曲を演奏してみたい」という方が気楽に始められるのが“ウクレレ”です。楽譜が読めなくても、誰もが楽しく演奏することを目的としています。『スタンド・バイ・ミー』や『旅の宿』などの演奏を目標に、熱心に練習しています。



## これまでに培ってきた学習や経験をいかして、講師としてまちづくりに参加してみませんか

令和6年度（令和6年9月～令和7年2月）に実施する市民自主講座に、講師として参加を希望する人を対象に「開設希望者説明会」を開催します。

### 日時

- ①令和6年3月1日（金） 午後6時30分～8時
  - ②令和6年3月2日（土） 午前10時～11時30分
  - ③令和6年3月2日（土） 午後2時～3時30分
- ※①～③のいずれかに参加

### 会場

ハートフルスクエア-G 2階 中研修室

### 受付

2月1日（木）～2月28日（水）【必着】

電話またはEメール（hsg\_jisyu@ccn.aitai.ne.jp）で①氏名 ②年代 ③電話番号 ④参加日時 をお申込みください。詳細は、広報ぎふ2月1日号をご確認いただくか、生涯学習センターまでお問い合わせください。

# ボランティア 活動レポート

多くのボランティアが秋のイベントで活動しました。

その中から「岐阜市文芸祭 一般の部 表彰式・講評会の運営サポート」の活動を紹介します。

ハートフルスクエア-Gで、第59回岐阜市文芸祭一般の部 表彰式・講評会が開催され、入賞者とその家族、文芸に関心がある人などが参加しました。ボランティアは、来場者の案内や会場・展示作品の片付けをしました。

### 主催者の感想

受賞者を席に案内するとき、丁寧に対応していただけた。

### ボランティアの感想

- ・多くの受賞者と接することができた。
- ・普段できない経験ができて、貴重な機会になった。





# まなバンク登録団体 活動レポート

【活動披露】(ID: 20039)

## 尾崎章の歌声サロン

ピアノやギターを生演奏で、懐かしいメロディーをみなさんと一緒に歌います。笑顔で歌って健康になりましょう。

社会福祉協議会本郷支部で“ひとり暮らし高齢者の集い”が行われました。参加者は、懐かしい昭和の歌と一緒に歌っていました。尾崎さんたちの歌声を聞いて、その時代を思い出し涙ぐむ人もいました。楽しいひと時を過ごし、明るく元気な表情で会場を後にしました。



【団体】社会貢献活動 (ID: 10158)

【活動披露】(ID: 20093)

## ミスタートリック

福祉施設や病院、子ども会でマジックを披露しています。サプライズと笑いで、観客を飽きさせません！

ドリームシアター岐阜のイベント“2023 ドリームフェスタ秋”で、マジックショーが開催されました。「これはどうなると思う?」「手伝ってくれる人はいますか?」など、観客とやりとりをしながら、次々に技が繰り出されました。子どもたちは、だんだん前のめりになって見入っていました。

## ハートフルフェスタ2024を開催します

ハートフルスクエア-Gは1月で開館22周年!“集い・ふれあい・学びあい”をテーマとした楽しいイベントがいっぱいです。ぜひ、この機会にお越しください。

**期間** 令和6年1月15日(月)~28日(日)

まなバンク登録団体による活動発表は、以下の日程で行います。

【ステージ発表】令和6年1月27日(土)、28日(日)

【体験ブース】令和6年1月27日(土)、28日(日)

【展示】令和6年1月22日(月)~28日(日)

詳細はホームページやリーフレットをご確認ください。



## 編集後記 私たちコーディネーターも日々、学んでいます!

今年の秋は、「電話応対技能検定(もしもし検定)」3級にチャレンジしました。発声・抑揚・強弱の付け方など、声の表情について深く学ぶことができました。言葉遣いは心遣い。成果のほどは、みなさんでご確認ください。(清水)

「ボランティアコーディネーション力検定2級」に合格しました!久しぶりの試験でとても緊張しました。無事に終えてホッとしています。よりよいコーディネーターができるよう、検定で学んだことを生かしたいです。(門野)

旅をする度に学びがあります。今回は、伊豆半島を目指し、長距離運転に初挑戦しました。事前に土地の歴史や名所を調べますが、実際に目で見て体験すると、さらに新しい発見をすることができました。(森)

昨年、「ボランティアコーディネーション力検定2級」に合格しました。学んだ成果を日々小さく試しながら、業務に取り入れています。「合格=勉強のゴール」と区切らずに、今後も学び続けたいです。(武藤)

## 問合せ先

岐阜市生涯学習センター  
生涯学習・ボランティア相談コーナー  
〒500-8521 岐阜市橋本町 1-10-23  
ハートフルスクエア-G内  
TEL 058-268-1055 / FAX 058-268-1056  
メール: hsg\_volun@ccn.aitai.ne.jp  
対応時間: 9:30~16:00 (平日)  
※毎月最終火曜日及び、12月29日~1月3日は休館日

市民活動交流センター  
ボランティア相談窓口  
〒500-8076 岐阜市司町 40-5  
みんなの森 ぎふメディアコスモス  
TEL 058-264-0011 / FAX 058-227-7596  
対応時間: 9:30~16:00 (窓口・電話・HPで要確認)  
※毎月最終火曜日及び、12月31日~1月3日は休館日

# ボランティア募集情報

掲載している情報以外にも、ボランティア募集情報があります。詳しくはホームページ又は相談コーナーまでお問合せください。※問合せ先は裏面をご確認ください。

ボランティア活動に参加したい！  
参加できるボランティア活動を知りたい！  
そんな方をお待ちしております。

## 「年越しそばを食べる会」の 受付・運営サポート

★期間限定★  
12月25日まで

- 活動日** 令和5年12月30日(土)
- 時間** 13時～16時30分
- 場所** 岐阜パプテスト教会(岐阜市西駒爪町21)
- 内容**
- ◆会場準備・片付け
  - ◆整理券の配布・受付
  - ◆調理補助・配膳
- 条件**
- ◆募集人数 5名(先着順)
  - ◆希望者にはボランティア活動証明書発行

年齢	不問	食事	なし
駐車場	なし	駐輪場	あり
交通費	なし	謝礼金	なし



依頼元：岐阜・野宿生活者支援の会

## 「ハートフルフェスタ2024」の イベントの運営サポート

★期間限定★  
1月12日まで

- 活動日** 令和6年1月27日(土)・28日(日)
- 時間** 10時～16時
- 場所** ハートフルスクエア-G 2階  
(岐阜市橋本町1-10-23)
- 内容**
- ◆ステージ発表のサポート
  - ◆講座の受付・誘導
- 条件**
- ◆募集人数 各日5名(先着順)
  - ◆希望者にはボランティア活動証明書発行



年齢	不問	食事	あり
駐車場	なし	駐輪場	あり
交通費	なし	謝礼金	なし



依頼元：岐阜市生涯学習センター

## 観光客へのおもてなし

- 活動日** 日曜日・イベント日
- 時間** 10時～15時30分(応相談)
- 場所** 岐阜公園(岐阜市大宮町1丁目)
- 内容** 岐阜城・岐阜公園に来場されたお客様への  
戦国体験を通したおもてなし
- ◆甲冑着付・弓矢体験のサポート
- 条件**
- ◆希望者にはボランティア活動証明書発行
  - ◆「歴史が好き」「外国語で会話ができる」という方も歓迎です！

年齢	不問	食事	あり
駐車場	あり	駐輪場	あり
交通費	なし	謝礼金	なし



依頼元：岐阜市観光宣伝隊  
岐阜信長公おもてなし武将隊 響縁

## 学生献血 PR ボランティア

- 活動日** 第1土曜日 または 都合のよい平日
- 時間** 10時30分～12時、14時～17時  
(応相談)
- 場所** アクティブG2階 周辺
- 内容** ◆献血推進活動  
(看板を用いた献血協力の呼びかけ)
- 条件** ◆希望者にはボランティア活動証明書発行

年齢	不問	食事	なし
駐車場	なし	駐輪場	あり
交通費	なし	謝礼金	なし



依頼元：岐阜県赤十字血液センター岐阜駅出張所

## 「ドリームサポーター」 子どもの遊びや体験活動の支援

- 活動日** 土・日・祝日・長期休暇
- 時間** 9時～17時の中で都合のよい時間
- 場所** ドリームシアター岐阜(岐阜市明徳町6)
- 内容** ◆遊び(皿回し・ジャグリング・ボードゲーム等)やものづくり、イベントやセミナーでの活動補助  
◆子どもや親子を対象にしたミニイベントの企画・運営
- 条件** ◆事前面談あり  
◆ボランティア活動保険への加入



年齢	不問	食事	なし
駐車場	応相談	駐輪場	あり
交通費	なし	謝礼金	なし

依頼元：ドリームシアター岐阜

## 精神保健福祉ボランティア 「ふれあいクラブ」で参加者との交流

- 活動日** ①第2木曜日 ②第4木曜日
- 時間** ①13時～16時 ②12時～15時
- 場所** ①OKB ふれあい会館  
(岐阜市藪田南5-14-53)  
②岐阜県福祉・農業会館  
(岐阜市下奈良2-2-1)
- 内容** ◆こころの病を持つ方への寄り添い  
(一緒にトランプ・ゲームをしながら交流します)



年齢	不問	食事	なし
駐車場	あり	駐輪場	あり
交通費	なし	謝礼金	なし

依頼元：精神保健福祉ボランティア カモミールの会

## 子ども日本語教室 「にぎっこ教室」運営サポート

- 活動日** 毎週 土曜日
- 時間** 14時～16時
- 場所** ハートフルスクエア-G 2階  
(岐阜市橋本町1-10-23)
- 内容** 外国にルーツを持つ子どもへの  
◆日本語での日常会話の練習  
◆学校の勉強のサポート
- 条件** ◆原則 大学生



年齢	制限あり	食事	なし
駐車場	なし	駐輪場	あり
交通費	なし	謝礼金	なし

依頼元：にぎっこ教室

## 高齢者に無償配付する お弁当の調理補助

- 活動日** 毎週 金曜日
- 時間** 9時～12時30分
- 場所** みんなの家(岐阜市芥見大船1-12-2北)
- 内容** 独居・準独居の高齢者に配付するお弁当の調理サポート  
◆調理師の指導のもとで作業  
◆1日30食程度を準備  
◆エプロン・三角巾・使い捨てポリ手袋を着用



- 条件** ◆エプロン・三角巾持参

年齢	不問	食事	あり
駐車場	あり	駐輪場	あり
交通費	100円	謝礼金	なし

依頼元：NPO法人 清雲会エイシンシルバーアカデミー

**岐阜市生涯学習センター**  
生涯学習・ボランティア相談コーナー  
〒500-8521 岐阜市橋本町1-10-23  
ハートフルスクエア-G内  
TEL 058-268-1055 / FAX 058-268-1056  
メール：hsg\_volun@ccn.aitai.ne.jp  
対応時間：9:30～16:00(平日)  
※毎月最終火曜日及び、12月29日～1月3日は休館日

**市民活動交流センター**  
ボランティア相談窓口  
〒500-8076 岐阜市司町40-5  
みんなの森 ぎふメディアコスモス  
TEL 058-264-0011 / FAX 058-227-7596  
対応時間：9:30～16:00(窓口・電話・HPで要確認)  
※毎月最終火曜日及び、12月31日～1月3日は休館日