

# みぶりんだより

お知らせ Vol.8 2015年4月号

壬生町町民活動支援センター 「みぶりん」

■開館時間

火～金 10:00～21:00 月曜日、年末年始

土・日・祝 10:00～17:00

〒321-0214 壬生町大字壬生甲 3843-1 (保健福祉センター内)

TEL:0282-21-8731 FAX:0282-21-8732

Mail:miburin@bz04.plala.or.jp

## センター長就任のごあいさつ

4月1日より「みぶりん」のセンター長となりました鈴木良男です。前任の柳田センター長が骨身を惜しまず基礎を作ってくれた後をお引き受けするのは身の引き締まる思いがいたします。

わたくし、この3月まで壬生町就労支援施設むつみの森で働いておりましたのでご存知の方もいるかと思います。

これまでのまちづくりは、行政が公共サービスを担い、住民はサービスを受ける形で展開してきました。これからは住民と行政が互いの特性をもとに、信頼と適切な役割分担によるパートナーシップに基づく協働のまちづくりが望まれています。

そのような背景の中で、「みぶりん」の役割は、地域づくりのリーダーの養成や地域のために何かをしようという気概のある人の掘り起こし、支援を必要としている人の援助、そしてそれらの団体や個人とのマッチングではないかと考えております。

そういう意味では、様々な場所・手法で「みぶりん」をアピールし、町民全員参加型の「協働のまちづくり」「町民主体のまちづくり」に、寄与していきたいと考えております。そして、町民の皆様による地域での様々な「まちづくり活動」が、より一層活性化するための支援を行い、さらに壬生町が元気になってもらいたいと願っております。そのためには、みなさまのご協力が必要不可欠です。

「みぶりん」の事務所は保健福祉センターの中にあります。近くを通った折にはお立ち寄りください。

寒がりの暑がりの恥ずかしがりの 鈴木良男です



前列：鈴木センター長、後列：左から職員の山川、鈴木、飯島

# 活動紹介

## リフレッシュ健康体操

### ＜活動内容＞

平成27年度で5年目になる自主運動のサークルです。会員45名で月2回(第2・第4水曜日)、保健福祉センター会議室で、講師のもと以下の体操をしています。

- ① 第2水曜日 10時～11時半 軽いリズム運動&ストレッチ
- ② 第4水曜日 14時～15時半 椅子を使って筋力低下予防運動

受講費：半年間,①又は②のみ(年6回)で2,000円、半年間,①②両方で4,000円

(実施日の詳細については、みぶりんにご確認ください)

年齢層は60代から80代迄と幅広いですが、お互いに相手を思いやる気持ちが「和」になり、「和」は「輪」にもなり参加者全員が笑顔で楽しく活動しています。

「リフレッシュ健康体操」は体力作りと「脳」トレの体操です。体を動かすことで若返り、認知症予防、そして体力維持に繋がり元気で健康に過ごせるようになる楽しい体操です。



## いやしの園芸研究会 みなと荘

### ＜活動内容＞

「園芸」を通じての交流や、心身の健康維持・増進を応援しています。現在は町内外からメンバーが集まり、老人福祉施設・みなと荘で活動を行っています。

- ①春…芝人形作り、バケツに田植え、さつま芋の苗植え、枝豆・とうもろこし・朝顔の種まき
- ②夏…じゃがいも・枝豆・とうもろこしの収穫、苔玉作り
- ③秋…大根・さつま芋の収穫、稲刈り、かかし作り、種を使った絵作り
- ④冬…じゃがいもの種まき、ハーブかご作り、門松作り

季節に応じた園芸活動を行い、収穫後は調理をして試食をすることが、他の施設では味わえない素晴らしい体験になっていると思います。ボランティアの立場をわきまえながら入所者さんとコミュニケーションを取り、機能回復のお手伝いをモットーに活動しています。

一緒に活動するメンバーを募集していますので、『みぶりん』までお問い合わせください。



稲刈り



リボンで小花作り



芝人形作り

## ■北っ子児童クラブ、おはなし会

3月20日（金）、壬生北小学校の学童保育・北っ子児童クラブにて、壬生町朗読ボランティアグループひばりによる「おはなし会」が行われました。

簡単な手遊びの後、児童たちは床に寝そべったり、自由なスタイルでお話を聞いていました。布を貼ったパネルに絵を貼り付けながら話を進めるパネルシアターでは、さっきまで騒いでいた子どもたちも静かになって、お話の世界に夢中！カエルやヘビの写真を使った大型絵本は男の子に大人気でした。そして、児童全員に好評だったのが『100 かいだてのいえ』という絵本です。次の展開を言ってしまう子もいましたが、学年に関係なく、皆でお話を楽しめたように感じました。



## 第2回活動発表会で寄せられたご意見・ご感想



### ◎活動発表会について

- ・色々な団体の話が聞けてよかったです
- ・各団体が一生懸命やっている姿に元気をもらつた

- ・時間はもう少し短くてもよい
- ・熱意が伝わってきた

### ◎徳原先生の講演について

- ・ボランティアの運営方法が分かりやすかったです
- ・サイクルを考えて行う活動に共感

- ・内容が良く、出席した甲斐があった
- ・人を育てることの大切さがわかつた

### ◎みぶりんへの要望など

- ・まちづくりに関連する意見を聞く機会が必要
- ・登録団体同士が対話できる交流会があればよい

- ・もっと住民へのPRを
- ・各団体の詳細が知りたい



# おしらせ

## 講演会のご案内

### 「みんなで考える生活困窮者自立支援」

◇日時:6月13日(土)

午後1時30分~3時

◇場所:保健福祉センターボランティア室

◇講師:大友 幸子氏

(生活困窮者自立相談支援員)

◇定員:30名

参加希望の方は

みぶりんまでご連絡ください



☆電気工事のため、5/16の午前9時~午後3時  
まで、センターは停電となります。  
印刷機などのご利用はできませんので、  
ご注意ください。

## みぶりんのホームページリニューアル

◎3/2の「みぶの日」より、みぶりんのホームページが新しくなりました！

URL: <http://www.town.mibu.tochigi.jp/miburin/>

それに伴い、みぶりんのメールアドレスも変更となりましたので、お間違えのないようご確認ください。

新アドレス: [miburin@bz04.plala.or.jp](mailto:miburin@bz04.plala.or.jp)

イベント情報、ボランティア募集などを載せることができますので、センターまでお申し付けください！

## 第23回

### 黄色いハンカチパーティー開催

みんなでいちご狩りを楽しんだあと、屋外の開放的なパーティー会場で素敵な出会いを探してみませんか！

◇日時:平成27年6月7日(日)

◇場所:壬生町嘉陽ヶ丘ふれあい広場

◇参加資格:20歳~45歳までの独身男女

◇定員:男性50名、女性50名予定

◇参加費用:男性¥6,000、女性¥2,000

(壬生在住の方は500円割引、

女性は団体3名で無料)

◇受付:AM10:00~10:30

スケジュール:10:30~いちご狩り

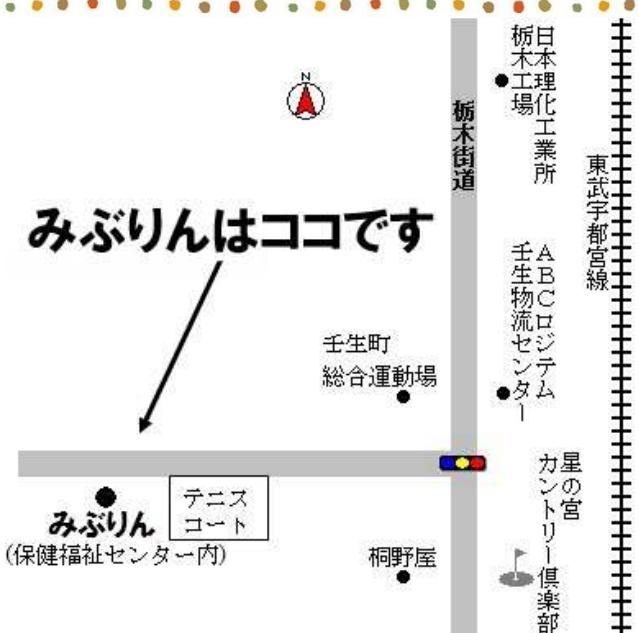
12:00~パーティー開始

~17:00 終了

お問合せ:090-4959-8746

(ファーストクラブ山川)

みぶりんだより は下記の所においてあります  
みぶりん・壬生町役場・各出張所・各コミュニティセンター・各公民館  
生涯学習館・図書館・体育館・各小中学校・壬生高校  
★ボランティアの募集、イベント・講座のお知らせ、  
自団体の活動紹介など、「みぶりんだより」に  
載せて欲しい内容がございましたらお寄せ下さい。



【編集後記】 ■新年度になり、センター長も変わり新しい風も吹いています。今年度も町民の方に親しんで頂ける「みぶりん」になるよう頑張りたいと思います。(鈴木) ■春風を感じに外へお出かけになるのも良いですよ！「たけのこご飯」(^^♪ (飯島) ■暖かくなったので体を動かすのも楽に。一日一時間のストレッチを継続中です(山川)