

## ボラ登録・保険の更新をお願いします！

提出期日をご確認ください

令和7年度のボランティア登録・保険の更新期間がスタートします。2月中に、登録されている団体宛に書類を送付する予定ですので、届かない場合はご連絡ください。



## 春のボランティア体験はじまります・・・！



春休みを利用して、「春のボランティア」に参加してみませんか？春休みはとて短い期間ですが、いつもと違った春休みを過ごせますよ！

- ★受付期間  
**2月17日～3月17日(平日17:00迄受付)**
- ★問合せ方法:  
お電話でボランティアセンターにご連絡ください。

## ボランティア入門講座「ボランティアはじめの一步」

日時: **3月1日(土) 13:30～15:30**  
 会場: **中津市教育福祉センター 多目的ホール**  
 テーマ: **ボランティアはじめの一步**  
 講師: **夢ころほ 松尾やよいさん**

ボランティアに興味がある人、やってみたい人、やってみたいけど勇気の出ない人、そのようなモヤモヤとした気持ちかスッキリ！します。



参加入力フォームはこちら

## ぼらかふえ情報

偶数月の第4日曜日に、ボランティアがつながく交流の場「ぼらかふえ」を開催しています♪ 男塾の皆さんが淹れる美味しいコーヒーを飲みながら、おしゃべりを楽しみませんか。

次回ぼらかふえは…  
 日時: **2月24日(日) 14時～15時半**  
 会場: **中津市教育福祉センター**  
 テーマ: **給食ボランティア**



## サロンだよ！全員集合！！

今年度の「サロンだよ！全員集合！！」は、フレイル予防がテーマ。通いの場で活躍するボランティアさんの健康は、利用者さんの元気に繋がります。ぜひご参加ください。

日時: **令和7年3月24日(月) 13:30～15:30**  
 会場: **教育福祉センター 多目的ホール**  
 講師: **佐藤 孝臣氏(株式会社イトラック)**  
 ※参加無料です。



## ～ちいきのサロン紹介～ 人とひととが繋がる場

## 【豊田】月曜サロン・ランチ会



毎週火曜日に明照寺で行われる島田元気体操クラブでは、昨年10月から月に1回『月曜サロン・ランチ会』を開催しており、十数名のシニア世代の皆さんが集い、お食事とおしゃべりを楽しまれています。今年12月には、だがりやまほう堂の屋台がやってきて、あつあつの一銭洋食(お好み焼きの元祖)と焼きそばを振る舞いました。1時間半ほどですが、わいわいがやがやと世間話に花が咲き楽しい時間となりました。

(豊田地域支え合い推進員:田波あづさ)



【日時】毎月第2月曜日 12:30～14:00  
 【場所】明照寺(島田361)



◀発行▶ 中津市ボランティア・市民活動センター (中津市教育福祉センター内)  
 〒871-0021 大分県中津市沖代町1-1-11 TEL 0979-23-2095 FAX 0979-24-7682  
 ◀ホームページ▶ <http://www.nakatsu-s.or.jp/> E-MAIL [volunteer01@nakatsu-s.or.jp](mailto:volunteer01@nakatsu-s.or.jp)

## 珈琲の香りで心安らぐひと時を

### 令和6年度「男塾」珈琲講座

12月8日(日)、小楠コミュニティセンターで「男塾」珈琲講座を開催しました。珈琲を通じた男性のボランティア活動の促進を目的として毎年開催しているこの講座も、今年で6回目を迎えます。今回も講師に「喫茶カフェ CRAFT(クラフト)」マスターの奥村哲生氏をお迎えし、前半は珈琲の焙煎具合や挽き具合による違いや、ペーパードリップでの淹れ方などを学びました。

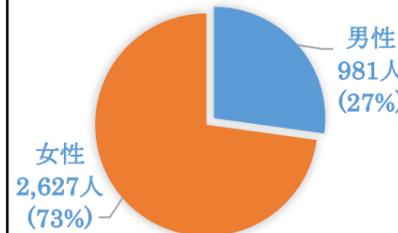
後半では地域の方をお招きし、講座初参加の4名を含む16名の受講生の皆さんが淹れた珈琲をふるまいました。一緒に珈琲を飲み交流を深めながら、「美味しい!」「香りもいいね」という声もたくさんいただき、受講生の自信につながったようでした。



## 珈琲を通じて 男性が地域で活躍するきっかけづくり

「男塾」の企画の背景には、男性のボランティア活動者が少ないという課題がありました。特に定年退職を迎えた方が、それまで一日の時間の大半を仕事に費やす生活サイクルだったために、うまく地域に馴染めないといったケースもあります。そこで、男性の社会参加のきっかけづくりとして始めたのが「男塾」です。

講座開始当時(令和元年)の市内のVo団体登録者延べ数



趣味で珈琲を楽しむ男性も多いことから「その趣味を活かした活動を」と令和元年度から珈琲講座を開催し、これまで56名の方が受講されました。今後も地域の交流の場などでの皆さんの活躍が期待されています。

## 「まんぶくnicoキッチン」で腕前を披露！！

毎年、クリスマスの日の中津市教育福祉センターでカレーをふるまう「まんぶくnicoキッチン」を開催しており、今年は4名の男塾受講生の方に美味しい珈琲を淹れていただきました。ご協力ありがとうございました☆



とても丁寧に淹れていただき、来場者の皆さんにも大変好評でした♪

# 「子ども食堂＝コミュニティ食堂」においでよ！

子ども食堂って、どんなところか知っていますか。

当初は「貧困家庭の子どもや親子に低額で食事を提供する場所」として広がりましたが、現在では**孤食を防ぎ地域の子もから大人まで多世代が交流できる居場所**（＝コミュニティ食堂）の役割も担っています。

中津市内には現在8か所の子ども食堂があります。運営団体はボランティア、NPO、一般社団法人、社会福祉法人など様々で、参加される方も、子どもやその親、一人暮らしの高齢者、ご近所の方など広がっています。

中津市内の子ども食堂

名称(運営)	会場	開催時間	ボラ※
コイ子子ども食堂 (むろや醤油&地域ボランティア)	福沢諭吉旧居隣	第3金曜日 17:30~20:00	
鶴居こいのほい子ども食堂 (ボランティア団体)	鶴居コミュニティセンター	毎月第1土曜日 11:00~12:00頃	
中津子ども食堂`夢` (ボランティア団体)	田尻 307	第2・4金曜日 18:00~	ⓑ
やわらぎダイニング (児童家庭支援センター和)	大貞 383-34	月2回	
こまどぶらす (NPO 法人など)	上宮永 395	年4回	
みんなの広場サンライズレストラン (だかしやまほう堂)	日/出町商店街	第1木曜日 17:00~20:00	ⓑ
こころのはね 子ども食堂 (一般社団法人こころのおと)	植野 1490-2	春・夏・冬休み(主に火曜日) 11:30~	ⓑ
やちふく食堂 (社会福祉法人もみじ会 & 地域ボランティア)	城井公民館 (耶馬溪町)	春・夏休み 12:00~(不定期)	ⓑ

※ ⓑ マークが付いている子ども食堂は、現在ボランティアの受入れOKです。  
※ 参加費(食事代)は、それぞれ異なります。

NEW!!



## みんなの広場 SunRise レストラン

「ご飯だよ！全員集合！みんなの広場 SunRise (サンライズ) レストラン」は、令和6年11月にオープンしました。「自分たちで“地域応援食堂”と名付けた」というこちらの食堂は、地域の方々が食材を持ち寄り、バイキング方式で食事を提供しています。Instagramで活動を知った学生ボランティアも参加し、校区を問わず多くの人が集まり賑わっています。

子ども食堂って  
こんなところ！

<参加希望・ボランティア希望など、お問合せは…>

中津市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉推進係 TEL: 0979-23-2095  
お気軽に、お問合せください♪



## レッツ！冬ボラ！！

昨年度から始まった「冬のボランティア体験」を今年も開催しました。中学生～社会人を対象に、冬休み期間を活用したこの取り組みは、社会経験を積むとともに、「自分にできること」を見つける良いきっかけとなっています。



### 受入れ協力施設

施設名	場所
障がい児通所支援事業所 陽だまり	中津市大貞299番地1
ややま園 (障がい者施設)	大分県中津市大字大貞312-1
特別養護老人ホーム さ萩	中津市大字植野241番地1



今回の冬ボラでは、高校生9名の参加がありました。参加者からは「初めてのことはかきですごく新鮮です！」「自分になにができるかを学ぶことが出来た」といった声が寄せられました。

## わたし×ボランティア

今回は篠笛奏者の宮津政司さんに気になることを聞いてみました！  
宮津さんは、Uターンで広島から、実家のある中津市に帰ってきました。広島でも施設等で演奏をしていたため、中津市でも是非ボランティアとして演奏したいとのことで活動を始めています。

### ☆篠笛を始めたきっかけは？

父が神楽団で笛を吹いていた影響から40代の頃自分でも何か趣味を持ちたく、文化教室で篠笛を始めました。

### ☆ボランティアで大切にしていることは？

笛を聴いている人が喜んで笑顔になるように心をこめて演奏することですね♡



みやづせいじ  
宮津政司さん

### ☆今後の夢は？

一緒に篠笛を吹いてくれる仲間を作りたい(^▽^)/  
1人で吹くよりも二重奏、三重奏と幅も広がります。今から始める人も大歓迎です！  
一緒に楽しみましょう♪

興味のある方は中津市ボランティア・市民活動センターまでお問い合わせください。 ☎23-2095

## 地域の中で体験や交流をみんなで楽しもう！ あるもんで子ども劇場

「あるもんで子ども劇場」はボランティア団体“あるもんで劇場”が主催し、11月より始まった活動です。月1回、耶馬溪町柿坂にある“あるもんでくらぶ”（旧森下食堂）にて人形劇や読み聞かせ、音遊び、おやつ作りを行うなど、豊かな体験の場や交流の機会となっています。

今回は12月22日(日)の様子をお届けします♪



今日の予定を、“きよんさん”とくまの“パー太”がご案内。村上和代さんの読み聞かせは参加型で大盛り上がり！平魚泳さんの演奏でクリスマスソングを歌いました♪



皆で一緒におやつも食べました。この日は、大人と子ども合わせて約25名が参加していました。

次回は、1月19日(日) 13:30からです。(参加費あり)

お問い合わせは「あるもんでくらぶ」  
那須さん ☎090-4357-3588