

# お知らせ 緋の郷 施設利用を再開しました!

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各部屋の定員数が変更となっています。また、利用者把握のため、利用者名簿や健康状態申告書の提出をお願いしています。  
 なお、今後の状況により施設利用ができない場合もあります。利用される皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

利用者名簿は市ホームページからダウンロードできるよ!

水分を小まめに補給して、熱中症にも気をつけよう!



## 施設利用時のお願い

- 利用者は事前に検温してから来館しよう。  
(体調不良や高熱の場合、来館は控えよう。)
- ソーシャルディスタンスを守ろう。
- マスクを着用しよう。
- 30分を目安に換気しよう。
- 手洗いを小まめにしよう。
- 3密(密閉・密集・密接)を避けよう。

## ひとりひとりの心がけで、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぎましょう!



ソーシャルディスタンスを守って活動しよう!



3密を避けよう!



手洗いは小まめにしよう!

## まちづくりプロジェクトを活用ください!

新型コロナウイルス対策を取りながら、少しずつ活動を再開している団体もあるかと思いますが、そこで活動の様子をまちプロ(ホームページ)を使ってお知らせしてみませんか。

略して  
まちプロ



団体活動の様子を発信したいけど方法がないなどお悩みの団体さんがいましたら是非登録してみませんか。登録は簡単、しかも無料です!  
 登録の流れはまちづくりプロジェクトホームページに掲載されています。何か不明な点がございましたら、市民活動課までご連絡ください。

市民活動課では NPO 法人アイマップネットワークと協働で、「まちづくりプロジェクト」というサイトを運営しています。まちづくりプロジェクトでは、イベント情報、イベント開催、日ごろの活動の様子、ボランティア募集など多くの情報を発信することができます。



スマートフォンからも情報発信できるよ!

アクセスはこちら! ➡



### 伊勢崎市市民部市民活動課 (緋の郷内)

〒372-0014 伊勢崎市昭和町 1712-2  
 TEL 61-6712 / FAX 61-6713  
 メール katudo@city.isesaki.lg.jp

### 社会福祉法人 伊勢崎市社会福祉協議会 伊勢崎市ボランティア・市民活動センター

〒372-0045 伊勢崎市上泉町 151  
 TEL 27-5974 / FAX 27-5975  
 メール volunteer@ise-shakyo.or.jp

# いせさき ボランティア・市民活動通信

## ◆ボランティア・市民活動クイズ◆

お父さんのカエルは「ケロケロ」。  
 お母さんのカエルも「ケロケロ」。  
 では子どもは何と鳴くでしょう。

【ヒント】

ヒントは「子どもはオタマジャクシです」

※答えは見開きのページ下部へ

編集発行：伊勢崎市市民部市民活動課、社会福祉法人伊勢崎市社会福祉協議会 R2.9.1 発行

新型コロナウイルスの影響で活動を制限されている団体も多いと思います。今回は、「STAY HOME」期間中に活動を継続してきた団体にインタビューを行いました。

## 伊勢崎朗読奉仕会

コロナに負けるな!

～ 会長 桑原絹代さんに聴く! ～



朗読及び録音奉仕活動の風景



朗読が録音されたテープ

みなさんこんにちは。私たち伊勢崎朗読奉仕会は、朗読及び録音奉仕活動を通じて、視覚障害のある方の福祉の増進を図ることを目的に活動しています。

具体的には、視覚障害のある方のためにテープ図書を作製し図書館に納めている他、市からの委託を受け広報や市議会だより等をテープに吹き込み、声の広報として登録している全員の方へ郵送しています。

大変な時だけどしっかりと対策をして活動しているんだね!



活動している中で、気をつけていたことはありますか。

普段は録音からダビングまで社会福祉協議会で行うのですが、この期間は個人で持っている録音機を使い自宅で録音し、ダビングを専用の機械がある社会福祉協議会で行っていました。

私たちの作る「声の広報」は、視覚障害のある方の情報収集の一つになっているため、休まずに吹き込み等の活動をしていました。

「STAY HOME」期間中は、活動の制限や自粛が求められましたが、どうされていましたか。

私たちが作る「声の広報」は、視覚障害のある方の情報収集の一つになっているため、休まずに吹き込み等の活動をしていました。



朗読奉仕会活動風景

月2回社会福祉協議会で活動しているの、興味のある方は是非体験に来てください。

読者の方へメッセージをお願いします。

今後取り組んでみたい活動はありますか。

朗音テープを利用している方から、感謝の言葉をいただくことがあります。その時は最高にうれしいです。誰かの役に立っているとやりがいを感じることがあります。

活動している中でやりがいを感じるときはどのようなときですか。

# ～ ボランティア・市民活動センター掲示板 ～

## ～ ボランティア豆知識 ～

コロナ禍でも  
お家でできる  
プチボランティア！

# 収集ボランティア

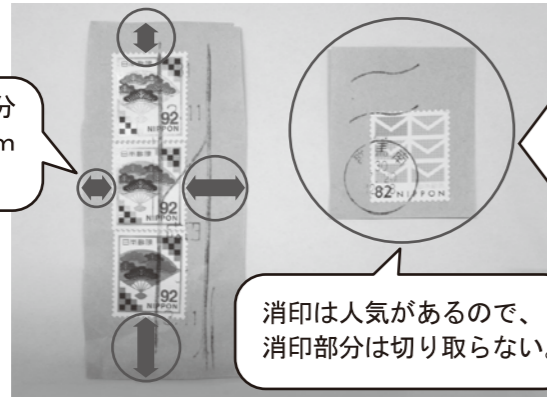
## ～ 使用済み切手編 ～

### 収集ボランティアとは…？

ペットボトルのキャップやプルタブ、使用済み切手等を集めるボランティアです。集めた物を社会福祉協議会などに持参すると、物やお金に換えて地域の福祉のために役立てられています。誰でも簡単にでき、すべての方にお勧めの活動です。

### ● 使用済み切手を集める時の注意点は？

丸で囲ってある部分  
(余白)は、5～10mm  
以上残しておく。



消印は人気があるので、  
消印部分は切り取らない。

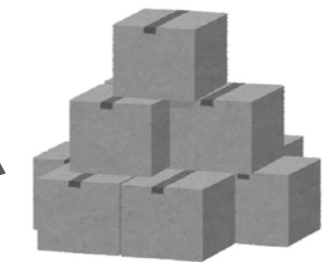
少なくとも大丈夫です。  
ビニール袋等に入れてお  
持ちください。  
一人ひとりの小さなあた  
たかい気持ちが集まれば、  
多くの幸せを増やすこと  
ができます。

### ● 過去の事例では…



皆さんの小さな  
善意が形となり…

例えば…  
段ボール10箱分の切手が  
車いす1台に換えられます。



社会福祉協議会など  
へ持参する。



車いすに換えることができました！  
現在、市内で必要とする人に **無料**  
(1週間以内)で貸出しています。

次回は、プルタブやペットボトルキャップ  
の収集についてご紹介する予定です。  
お楽しみに！

伊勢崎市社会福祉協議会  
ボランティア・市民活動センター  
(伊勢崎市上泉町151)  
TEL: 27-5974

こちらへ  
ご持参ください。

## 通いの場やグループでの集まりへ参加するためのポイント！

「3つの密(密閉、密集、密接)」を避け、  
「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」を心がけましょう

### 感染拡大を防ぐためのポイント

- ◆ 毎日、体温を計測し、体調を確認しましょう
- ◆ 体調の悪い時は休みましょう
- ◆ 症状がなくてもマスクを着用しましょう
- ◆ こまめに、水と石けんで丁寧な手洗いを心がけましょう
- ◆ 1時間に2回以上の換気をしましょう
- ◆ お互いの距離は、お互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空けましょう
- ◆ 会話をする際は、正面に立たないように気を付けましょう



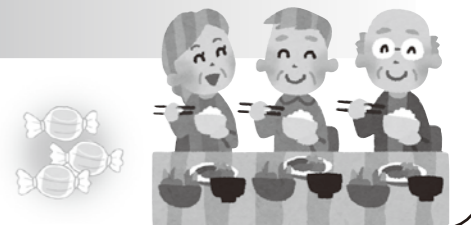
### 体操など体を動かすとき

- ◆ マスクをつけて運動する場合は、無理をせず、早めに休憩を取りましょう
- ◆ 熱中症予防のため、こまめに水分補給や室温を調整しましょう



### 食べたり、飲んだりするとき

- ◆ 座席は、横並びで座るなどの工夫を行いましょう
- ◆ 料理は個々に分けて、茶菓子は個別包装されたものを選びましょう
- ◆ 食器・コップ・箸などは使い捨てにしたり、洗剤で洗いましょう



### 「シニアのための脳と体の健康づくり講座」を開催します！

【日時】11月27日(金) 10:00～15:00  
【場所】市社会福祉会館(伊勢崎市上泉町151)  
【内容】①健康寿命をのばすための生活習慣についての講義  
②日常生活に取り入れやすい簡単な運動  
【対象】概ね50歳以上で県内在住の人  
【定員】30人(応募多数の場合は抽選)  
【参加費】500円(資料代)  
【申込み】11月13日までに  
ボランティア・市民活動センターへ  
お電話ください。(☎27-5974)



※群馬県長寿社会づくり財団との共催で実施します。

### 新設ボランティア団体等へ助成します

地域福祉活動を新たに行う団体に対し、その活動を支援するための助成を行います。  
【募集期間】9月25日(金)まで  
【助成金額】1団体5万円以内  
(2事業程度・単年度助成)  
【申込み・問合せ】ボランティア・市民活動センターへ。(☎27-5974)

クイズの答え

鳴かないです。

