



赤とんぼのボランティアのみなさんへ

長い間、楽しい一時をありがとうございました。そして、お疲れ様でした。

## 音楽ボランティア協会・赤とんぼの解散のお知らせ

赤とんぼさんは、平成14年8月に会長の相澤さんが、仲間に呼び掛けて設立し、17年間活動を続けてきました。施設の慰問の形は、主に一方向で芸を披露することが多い中、赤とんぼさんは利用者さんと一緒に音楽を楽しむ双方向の活動でした。

音楽を愛する人々が一同に集い、福祉施設等を訪問し、施設利用者の方々と一緒に歌を歌ったり、音楽に合わせて体を動かしたりする様子は、笑顔にあふれていました。音楽を楽しみ、日常生活のなかで忘れかけているうらおいを取り戻したり、QOLの向上を目的として活動を続けてきたそうです。（※QOL=クオリティ・オブ・ライフ：生活の質。毎日が充実し心身が満たされた生活。）



### 会の歩みとこれまで歌ってきた曲目

これまでに、延160カ所の施設等を訪問し、歌ってきた曲目は、文部省唱歌（ふるさと、ふじの山、おぼろ月夜）童謡（里の秋、お山の杉の子、月の砂漠など）なつメロ（青い山脈、リンゴの唄、森の水車など）ヒット曲（大きな古時計、世界に一つだけの花など）と、レパートリーが50曲以上もあるそうです。

会員の条件も、音楽が好きで、年齢が原則として高校生以上であれば上限がなく、歌の練習の拘束もなく、現地集合現地解散（自分の都合の良い場所、日時を選んで参加できる）という気軽さが魅力でした。ボランティア支援センターでも、施設等から音楽ボランティアを紹介してほしいと相談されたときや、何かボランティアをしたいと相談にいらした方々に、安心してご紹介することができました。



## 相澤会長さんから届いたお手紙をご紹介します。

「音楽ボランティア協会 赤とんぼ（会員50名）」は、8月25日の総会において17年間にわたる活動に幕を下ろし、解散することを決定しました。主な理由は会員の総体的な高齢化によるものです。「赤とんぼ」は、平成14年8月創立以来、弘前市及びその周辺都市の福祉施設、病院、養護学校等を訪問し、誰もが親しんできた童謡、唱歌、なつメロなどを利用者と会員と一緒に歌う、利用者参加型の音楽ボランティア活動を継続してきました。これまで延べ160カ所の施設等を訪問することができました。各施設等の活動を終えた後、利用者の皆様から「また来てねー。」の温かいお声は忘れることが出来ません。これまでご支援賜りました関係者の皆様に心から感謝申し上げます。

令和元年9月 音楽ボランティア協会 赤とんぼ

会長 相澤保正





## 使用済み切手でボランティア



書留や手紙などの郵便物に必ず付いてくる切手。郵便局では記念切手など季節などに応じて様々な切手が販売されていますね。その使用済み切手を団体に寄付することで、様々な支援ができるボランティア活動があるのをご存知でしょうか。

書類や手紙などについてきた使用済み切手を集めている団体は国内に数多くあります。団体へ送られてきた使用済み切手を世界各地の切手コレクターに販売し、その売上金で世界各地のボランティア活動に役立てられているのです。

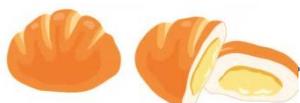
筆者も手紙を書くのが趣味の友人から勧められて、この活動の存在を知りました。その友人にこの活動を始めたきっかけを聞いたところ「自分の好きなことで誰かの役に立つ」という理由が最も大きかったそうです。自分の好きなことで誰かの役に立つことができる。というのは、どちらの立場にとっても素敵なことですね。

切手を集めてみようかな。と思われた方はぜひ集めてみてください。メールや SNS の普及でお手紙をしばらく書いていない方も、これをきっかけに書いてみてはいかがでしょうか。

※切手を切り取る際には消印も併せて切り取る方がいいそうです。

詳しいことはインターネット等で調べてみてね。

ボランティアスタッフ：奥口夏栄



## 朝食パンで教育と福祉の連携

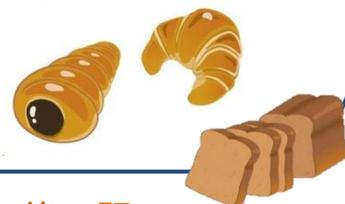
4年前に弘前市立第三大成小学校の運営協議会（当時は評議員会）で校長先生から「朝食を食べてこない児童が増えた。朝食を食べてこない児童は顔色が悪く元気がない。」という声を受けて、当時社会福祉法人抱民舎の理事長と三大小学校の評議員をしていた私は、社会福祉法人も社会貢献が必要な時と職員で話し合っていた矢先であったことから、同法人の就労継続支援B型施設「ゆいまある」で製造したパンのうち形がくずれたりしたパンの無料提供を小学校に提案しました。

保健所の許可を得て、同小技能主事が教育委員会に書類を取りに行く途中に「ゆいまある」でパンを調達してもらい学校で冷凍保管し、同小教諭が、顔色が悪く元気のない児童に声をかけ、朝食を食べてこない児童に温かいパンを提供するようになりました。このことは「ゆいまある」で働く知的障がい者の励みにもなっています。保護者の勤務形態や生活習慣が不規則になっている子どもへの対応のひとつで教育と福祉の連携が実現した一事例です。

子どもたちが直面する困難に立ち向かうには教育の現場だけでは難しい社会になってきています。地域と学校はもちろんですが、福祉との連携など少しでもそれぞれの立ち位置で協力しあい子どもやその家族を支えていくことが求められています。

社会福祉法人抱民舎理事

弘前市立第三大成小学校学校運営協議会委員 田中弘子



## 豆知識

ニンニクの殺菌能力について

『ニンニクを食べすぎるとお腹がこわれる』と言うのはニンニクの殺菌成分により、お腹の善玉菌が死滅してしまうためです。その効果は多くの細菌に効果をもち、古くは古代エジプトで肉の食中毒を抑えるためやペスト、インフルエンザはもちろん0-157から果ては水虫の菌にも効果があるという事もききます。

効果が高いので沢山取りたくなりますが、大人で生だと2片前後、過熱していただく場合その倍が適当とされています。



## 編集後記

ボランティアは、学生の頃や子どもの学校の行事でしか経験ありませんでしたが、主人に誘われて『ふくろう通心』のスタッフ会議に気軽に参加させていただき、ボランティアの活動や団体が多数あり、色々な形でボランティアが出来ることを知りました。

今ではスタッフとして自分の出来る範囲で協力させていただいています。私のように少しでも興味・感心があったらちょっとのぞいてみませんか？

ボランティアスタッフ 藤田（幸）



＜制作＞市民ボランティアスタッフ  
＜制作協力＞弘前市ボランティア支援センター  
〒036-8003 弘前市大字駅前町9番地20 ヒロ口3F 弘前市民参画センター内  
TEL: 38-5595 FAX: 36-1822  
H P: [www.city.hirosaki.aomori.jp/volunteershien/](http://www.city.hirosaki.aomori.jp/volunteershien/)  
情報紙についての意見・感想をお待ちしております。