



## 地球に優しいスポーツ！ スポ GOMI 大会 in 弘前



去る令和 2 年 10 月 10 日 午前 10 時に弘前駅城東口で「ごみ拾いは？」「スポーツだ！」の掛け声で「スポ GOMI 大会 in 弘前」というイベントが開催されました。

スポ GOMI とは「スポ GOMI＝スポーツ×ごみ拾い」・・・チームで力を合わせ、制限時間内に決められたエリア内でごみを拾い、その種類と重さをポイントで競い合う「地球に優しいスポーツ」という、ごみ拾いをスポーツのように楽しもうという環境イベントです。エリア内を制限時間内で移動しながらごみ拾いをし、ゴールに向かいます。そのルールは、「たばこの吸い殻」「かん、びん」「ペットボトル」など、ごみの種類ごとにポイントがあり、ポイント合計を競い合います。

参加者は、当日限定のかわいいイラスト入りのごみ袋とデレキを手にしながらスタート地点の弘前駅城東口からゴールの元寺町の市民中央広場まで約 1 時間ごみ拾いを続けました。沿道の市民の方からは「さっき他のチームが通ったから綺麗になって、もうごみは無いよ！」などたくさん声をかけていただきました。

ボランティアというとちょっと重い感じや近寄りがたいイメージをお持ちになる方もいらっしゃるかもしれませんが、ごみ拾いは地球に優しいスポーツでもあり、立派なボランティアの一つです。



### 令和 3 年 2 月 23 日 第 10 回市民ボランティア交流まつりを開催！

市民参画センターに登録している団体や、弘前市近郊のボランティア団体が自分たちの活動の発表や交流などを行うイベントです。舞台発表、展示、体験、販売をヒロロ 3 階、4 階を会場におこないます。皆様のおいでをお待ちしております。

日時 令和 3 年 2 月 23 日 火曜日（祝日）午前 10 時 30 分から午後 2 時 30 分まで

会場 展示、体験、販売・ヒロロスクエア内（ヒロロ 3 階）

発表・・・市民文化交流館ホール（ヒロロ 4 階）

（同日午後 1 時から 協働♪まちづくり講演会も開催されます。）

今回は、2 月 24 日から 3 月 7 日まで、展示を延長して行います。

当日おいでになれない方も、多くのグループの活動の様子をご覧ください。ぜひご来場ください！



# 参加してみたよ 一日体験ボランティア

スポ GOMI 大会 in 弘前  
ボランティア審判員  
令和2年10月10日(土)  
弘前駅城東口緑地～市民中央広場



図書リサイクルの  
準備のお手伝い  
令和2年11月29日(日)  
弘前図書館

## スポ GOMI 大会 in 弘前ボランティア審判員 参加者感想

- ◎みなさんすごく楽しそうで見ている私も楽しかったです。スポーツ形式にすると楽しみながらも運動になるのでとてもいいと思いました。
- ◎年代が違う方とも楽しく交流しながら、街をきれいにするのができて良かった。街をきれいにしながら運動もできたので良かった。

## 図書リサイクルの準備のお手伝い 参加者感想

- ◎今までしたことなかった経験ができて新鮮だったのと、今後もやってみたいと思えた。
- ◎面白い表紙の本だったり、初めて見る本がたくさんあって、少し本に興味がわきました!! 本当にありがとうございました。



弘前市ボランティア支援センターではボランティアを気軽に体験する機会として、市が用意したプログラムに参加する「一日体験ボランティア」という取り組みを行っています。

表紙に掲載したスポ GOMI 大会では審判員をボランティアとして体験しました。審判の役割はそれぞれのグループで「走らない」とか「グループでまとまって移動する」などのルールどおりにごみ拾いが行われているかをジャッジします。ボランティア審判員も参加者も初めての大会ですが、それぞれのグループが和気あいあいと参加していました。

11月29日には、弘前図書館において令和2年度5回目の一日体験ボランティアが実施されました。内容は図書リサイクルの準備です。図書館のはと笛号で利用された図書を、地域の公民館などで利用するための作業を行いました。普段は入れない書庫の中から本を運び出し、種類ごとに並べる作業です。参加者の皆さんは、重い段ボールを運んだり、机に並べたりの重労働を黙々とやってくれました。参加者のみなさんのおかげで、本も第2の人生の一步を踏み出せました。

作業をしながら、図書館職員の方から人気のある本のことを聞き、普段手に取らないテーマの図書を見て、「読んでみたい!」と思っていた様子でした。

令和3年度も一日体験ボランティアや市の事業にボランティアとして参加してもらいながらボランティアを体験してもらおう取り組みを行う予定です。機会があれば皆様にもぜひご参加いただきたいと思います。



## 身近にできる 環境への取り組み!

弘前城秋の大祭典では、ごみを分別するエコステーションが開設され、高校生ボランティアが活躍しました。空き缶も適切に処理してリサイクルをすれば立派な資源になります。燃やせないごみに混入させれば、埋め立て処分場の寿命が短くなります。ペットボトルも燃やせるごみに混入されれば、リサイクルできません。

2020年に市役所の環境課でモニター事業を行った「ミニ・キエーロ」は生ごみを楽しみながら処理できる「画期的な」エコシステムで、家庭から出る生ごみを削減するものです。家庭から出る生ごみは、燃やせるごみの約4割を占め、生ごみを減らすことで、ごみの焼却量が減少し、市のごみ処理費用減少や二酸化炭素排出量の減少につながるなど様々な環境保全の好循環につながっていきます。一人一人の小さな取り組みが、環境問題の解決につながっていきます。

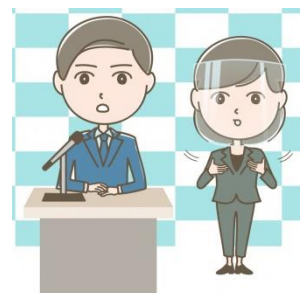
ごみ拾いのボランティアができなくなるくらい、街をきれいにするなど一人一人が気を付けていけばいいですね。





# 何かお手伝いできますか？

相手の立場になってできる支援を考える  
～ 聴覚に障がいを持っている方へは・・・～



最近では、国や県、市町村の記者会見などで、手話通訳を目にする機会が多くなり、関心が高まっていると思います。自分も手話を学べば、何かお手伝いできるかなと考える方も多くなってきたのではないのでしょうか。

でも「どんな場面でどんな風に」お手伝いできるのか、例えば目が不自由な方は白い杖を持っていらっしゃれば「何かお手伝いできますか？」と尋ねたりできますが、聴覚に障がいを持っている方は外見からは判断できません。どうすればお互いにストレスなくコミュニケーションできるのか、弘前市聴覚障害者協会の方に聞いてみました。

## ◆最近困っている場面

コロナ禍により、マスク着用やアクリル板の設置が増えたため「口元を読めないので、言っていることがわからない」「手元が見えづらい」「レジの金額表示が見えづらい」という場面が出ています。※近頃はマスクを外してほしいという願いはしにくいので、マスクを外さないでできる方法があれば助けになります。(例：手話、筆談、イラストを見せる、物を指さして示す、身ぶりや手ぶりで伝える、など)

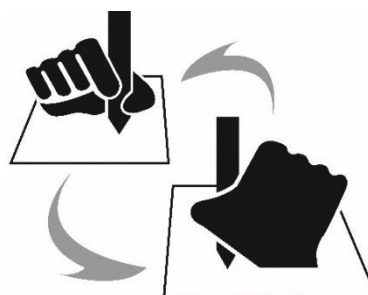
また、病院などで放送や口頭だけで呼び出しを行っている場合、名前を呼ばれているのに気付かないままのことがあります。聞こえていないだけなのに「無視している」「話を聞いていない」などと誤解されやすいことがあります。

聴覚に障がいがあるといっても、聞こえ方や普段のコミュニケーション方法も様々なので、人によりできること・できないこと、困っている事・助かる事も様々です。コミュニケーション方法も、手話ができる人・できない人、筆談が良い人、読話で会話ができるなど人により様々です。

聞こえない人は外見ではそうとわからないので、配慮の仕方もわかりにくい、また誤解を招きやすいということもあります。まず、その人自身がどんな方法で対応してほしいかきちんと確認したうえでコミュニケーションを取ることが重要です。



手話マーク



筆談マーク

## ◆助かる対応



皆さんは「手話マーク」「筆談マーク」をご存知ですか？「手話で対応できますよ」「筆談で対応できますよ」とマークでお知らせする方法です。窓口などの「手話マーク」「筆談マーク」の掲示は、手話や筆談をしますよ、という意思表示です。そのマークがあれば障がいを持つ人から「耳が聞こえません」「筆談してください」「手話ができる人はいますか？」という意思表示がしやすいです。対応してもらえるかどうかわからない人に「筆談で教えてください！」とお願いするより、気持ちは少し軽くなりますよね。

また、筆談をするときは、簡潔に・わかりやすい言葉で書くことも重要です。そして、普段から問い合わせ先には、電話だけでなく、FAX番号やメールアドレスの情報も記載してあると利用できる方法が広がり便利になります。自分の善意の押し付けではなく、お願いしやすい環境づくりを行うことがまず、支援の一步になります。あなたも、始めてみませんか？





弘前市ボランティア支援センターのホームページがリニューアル!



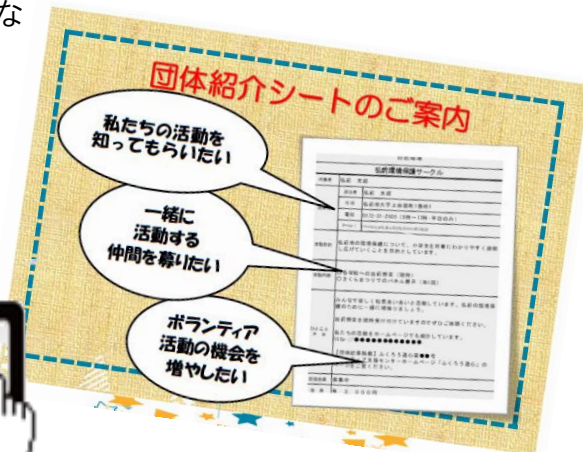
# 自分たちの活動をPRしませんか?

弘前市ボランティア支援センターは市民のボランティア活動の支援と推進のために平成15年に弘前市が開設したものです。ボランティアに関する講座やボランティアの体験活動などを行い、様々な方にボランティアに参加していただくための取り組みを行っています。

「ボランティアしてみたいな」とか「何か人の役に立つことをしてみようかな」と思った時に、弘前市ボランティア支援センターのホームページでボランティアを行っている団体の情報を見ることができるよう、令和2年度内にホームページにボランティア団体さんの情報を掲載する予定です。

「活動するメンバーが減って困っている」「活動の場をもっと広げていきたい」という団体はぜひこの機会にホームページに情報提供してみませんか?

ホームページで新しいメンバーを見つけ、新たな活動を広げてみんなで楽しくボランティアをしましょう!



弘前市ボランティア支援センター

検索

## 豆知識

2020年世界中で新型コロナウイルス感染症が大流行していますが、今回は早くワクチンが普及し、平安な生活に戻ってほしいと思い、薬の神様『少彦名命(スクナヒコナノミコト)』について調べてみました。

### 『少彦名命(スクナヒコナノミコト)』



医薬の神様として古くから知られていて、薬の他にも温泉・酒造の神様として信仰され、いずれにしても健康に関わる霊力が強いそうです。早速、弘前市船水にある少彦名神社を訪ねてみました。

かつては船水村薬師堂(ということは薬関係...)と呼ばれていたところが明治以降改称されたそうで、境内には嘉永二年(1849年)の石燈籠や慶應四年(1868年)の百万遍塔など歴史を感じるものがありました。きっと当時から村人たちの心の拠り所になっていたのではないのでしょうか。

ちなみに『少彦名命』は一寸法師のモデルといわれています。小さな体で鬼退治を成し遂げたお話になぞらえて、現代で猛威をふるっているコロナ鬼が退治されるのももうすぐ...となるといいですね。

『少彦名命』を祀っている神社は、天満宮や高照神社、相馬の淡島神社など身近なところにありました。

今、私達ができること、それはコロナにかかるリスクを避けること。

3密を避けるために散歩を兼ねて神社巡りをし、心も体もリフレッシュしませんか。



## 編集後記

### 『震災』

昨年10月からボランティア支援センターに勤務している千葉と申します。ボランティアを学びながら、人との出会いを楽しみながらお仕事させていただいています。

さて、東日本大震災からまもなく10年。私はあの瞬間、秋田県能代市で外勤中の車内にいて大きな揺れを感じていました。大津波警報を伝えるラジオの声が記憶に残っています。

宮城県に住む私の両親や親戚は幸い無事でしたが、消防団の父親を津波で亡くした職場の先輩がいました。強い使命感があったことと思います。

人それぞれの心にある当時の記憶を思い返しながら、新型コロナウイルスの渦中にありますが、当たり前の日々感謝して前向きに過ごしていきたいですね。

千葉勝博



<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 ヒロロ3F 弘前市民参画センター内  
 TEL:38-5595 FAX:36-1822  
 HP: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。