

# 第157号 ボランティア通信



## ボランティアスクールのお知らせ

ボランティア活動を始めるきっかけや福祉に関心を持っていただくために、ボランティアスクールを開催します。今年度も様々な分野から講師をお招きし、講座を開催する予定です。

【開催日】 令和5年

8月10日(木) 10時～12時 ・ボランティアについて 能代市社協職員

8月23日(水) 10時～12時 ・コミュニケーションスキルアップ研修  
フリースクール 澤田 敦子 氏

8月30日(水) 10時～12時 ・救護法 心肺蘇生や応急手当等について  
日本赤十字秋田県支部

9月13日(水) 10時～12時 ・和みアート 高橋 みどり 氏

9月中に開催予定 ・子ども食堂について  
社会福祉法人 のしろ汐風会

【定員】 20名程度

【参加費】 無料(※和みアートは材料費として500円いただきます。)

【会場】 能代ふれあいプラザ2階 集会交流室

※8月30日は能代ふれあいプラザ2階 高齢者友愛センター

【募集締め切り】 8月4日(金)



## 熱中症を防ぎましょう!!



熱中症は、気温が高い日だけでなく湿度の高い時もリスクが高まります。熱中症にならないように以下の点に気をつけて夏のボランティア活動に取り組みましょう。

### 室内では



- ・扇風機やエアコンで温度を調節する。
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用する。
- ・室温をこまめに確認する。



### からだの蓄熱を避けるために



- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する。
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす。

### 野外では



- ・日傘や帽子を着用する。
- ・日陰の利用、こまめな休憩をする。
- ・天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える。



### こまめに水分を補給する



- ・のどの渇きを感じる前に、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう。



## 災害ボランティアセンターを開設しました



7月15日から大雨によって被害が発生した能代市では、能代市社会福祉協議会が災害ボランティアセンターを設置しました。能代市の災害ボランティアには、12団体145人、個人78人（7月28日現在）が県内外から駆けつけてくださいました。

連日、猛暑が続く中での活動となりましたが、浸水のあった家の物出しや泥出し、災害廃棄物の運搬など、声を掛け合いながら協力して作業していただきました。



## 災害ボランティアへの参加ありがとうございました



## ボランティア連絡協議会総会

ボランティア連絡協議会は、ボランティアセンターに登録した個人や団体が、相互の交流や啓発、情報交換、親睦などを図ることを目的として組織されています。市民へのボランティアの広がり期待するとともに、ボランティア活動の活性化を目指しています。

総会では、事業報告や事業計画等について協議した後、社会福祉協議会が柳町に新しく設けた、「支え合い、助け合いの拠点 まるっとステーション まちなか」について説明しながらこれからのボランティアの在り方に関するお話をさせていただきました。会員の皆さんには、今後も支え合い助け合いのまちづくりにご協力をお願いいたします。



### 【お願い】

この通信をご覧になってのご意見・ご感想をお寄せください。

### 【連絡先】能代市社会福祉協議会

能代市ボランティアセンター  
TEL : 89-6000 FAX89-6800