



# ボランティア・市民活動センター通信



7月27日は西瓜の日だということをご存知でした？夏の果物を番付するとスイカは「横綱」です。スイカの縞模様が「綱」のようであることから、「夏(7)の綱(27)」という語呂合わせで決められたとのこと。



## おやじカフェ ボランティア募集！

毎月1回、当センターにて喫茶サロン「おやじカフェ」を開催しています。  
「おやじカフェ」では、コーヒーを淹れたり、接客をするマスターを募集しています。また、裏方を担当して頂けるスタッフも同時に募集しています。  
裏方スタッフは男性・女性両方OKです。  
下記まで、気軽にご連絡ください(^O^)/



### 活動場所の提供を行っています！

当センターでは、ボランティア・市民活動団体への活動場所や機材を無償で提供しております。ミーティングや催しなどにぜひご利用ください。

時間：9：00～17：00（月～土曜日）

場所：ふれあい福祉センター2階

貸出し機材：マイク、CDラジカセ、プロジェクターなど

申込み方法：当センター窓口にて所定の用紙に記入。



## 大正区ボランティア・市民活動センター

〒551-0013 大阪市大正区小林西1-14-3 ふれあい福祉センター内

TEL:6555-7575 FAX:6555-0687 (担当:会田)

# ボランティアグループ活動紹介

## ☆親子で七夕お抹茶体験！（お抹茶サロン）

7月7日（土）、当センター2階で「親子で七夕お抹茶体験！」を開催しました。この催しは、年長から小学高学年の児童と保護者に参加いただきました。はじめに、大正区子ども・子育てプラザの栄さんの指導により、七夕飾りをつくりました。天の川や織姫、彦星を親子で楽しそうにつくっていました。完成した七夕飾りとともに、「お抹茶サロン」来場者の方も短冊に願い事を書いて、笹に飾り付けていました。続いて、お抹茶体験では、



茶道講師の石田先生に指導をしていただき、親子がそれぞれ抹茶を点て合いました。お茶菓子は夏らしくひまわりを模したもので、子どもたちは大喜びで初めて飲むお抹茶を嗜んでいました。最後に、「お抹茶サロン」来場者に、子どもがお抹茶を運び、和やかな雰囲気でお開きとなりました。

## ☆スマイル体操クラブ

7月21日（土）、泉尾北福祉会館横のボランティアビューロー分室で「健康体操」が開催されました。この催しは、大正区社会福祉協議会、大正区北部包活支援センター、いずみの家の共催により行われ、連日続く猛暑の中、地域から総勢38名の方に参加いただきました。「スマイル体操クラブ」は、「健康体操」の普及活動を目的とした



団体で、泉尾北地域で百歳体操の指導を行っています。「健康体操」は、腰・膝が痛い、足元がしっかりしていない、ふらつくなどの症状の方に効果があり、代表の岡田先生の指導のもと、椅子に腰かけながら、骨盤を起こす体操が行われました。後半は、椅子から立ち上がってスクワットや、椅子の背に手を乗せ、片足を上げるなど立位での姿勢づくりを行いました。岡田先生は、参加者のご自宅でも続けて体操できるように、繰返し指導されていました。参加者からは「楽しかった。またあれば参加したい」との言葉をいただきました。