

10/1 (土) **あなたの魅力を地域で活かそう!**  
～パーソナルブランディングと人前カ～

地域活動やボランティア活動で、あなたが発揮したいご自身の魅力は何ですか?その魅力を上手にまわりに伝え、ステキな仲間と活動するために、パーソナルブランディングの考え方と人前力を身につけましょう!



講師…山本 秀行(パーソナルブランドコンサルタント)  
開催日…令和4年10月1日(土)14:00~16:00  
対象…市民 地域活動をしている方、または興味がある方、  
ちば生涯学習ボランティアセンター登録者  
定員…30人(応募者多数の場合抽選) 費用…無料

【申込方法】  
①講座名②氏名③郵便番号・住所④年齢⑤性別⑥電話/FAX番号  
(FAX申込みの方は必須)⑦～⑩の必要事項を記入の上、往復はがき・メール・FAXのいずれかで下記申込先までお申込みください。  
※生涯学習センターホームページからの申し込みが可能です。  
URL : <https://chiba-gakushu.jp>  
※FAXまたはメールでお申込みの方で、申込み後4日を過ぎても受理の連絡がない場合は、お問合せください。

【申込先】 〒260-0045 千葉市中央区弁天3-7-7  
千葉市生涯学習センター  
E-mail: [manabi.kouza@ccllf.jp](mailto:manabi.kouza@ccllf.jp)  
FAX: 043-207-5817

ちば生涯学習ボランティアセンター登録者研修と生涯学習指導者研修実践研修の合同講座となります。  
この機会にぜひ参加申し込みをお待ちしております。

☆☆☆ 登録ボランティア講師による講座です ☆☆☆

知って得する『生前対策』

講師…小嶋 秀和(ボランティア登録番号K18-018)  
開催日…令和4年9月4日(日)13:30~15:30  
対象…市民 定員…10人 費用…無料  
申込開始日…8/1(月)~先着順受付

【講座の問合せ】※他の講座も開催予定です。  
下記のちば生涯学習ボランティアセンターまでお問合せください。

■■ボランティアの登録は■■

千葉市生涯学習センターでは、さまざまな分野で活動していただけるボランティアを求めています。活動に関心のある方はぜひご登録を!

<お願い>  
ボランティアセンターに登録後、活動状況・連絡先など登録内容に変更があった場合は、円滑な運営のため速やかにセンターにご連絡をお願いします。

■■ボランティア依頼をお考えなら■■

ボランティアセンターでは、グループで活動されている方々にボランティアの講師・人材をご紹介します。お気軽にご連絡ください!

■■問合せ先■■

ちば生涯学習ボランティアセンター  
(千葉市生涯学習センター内)  
TEL 043-207-5815  
FAX 043-207-5817



(K.F)

E-mail: [manabi.volunteer@ccllf.jp](mailto:manabi.volunteer@ccllf.jp)

ボランティアタイムは以下のHPで見られます。 [https://chiba-gakushu.jp/bora/bora\\_06.html](https://chiba-gakushu.jp/bora/bora_06.html)

春からはじめるボランティア!  
～身近な5施設活用術～ 5月28日(土) 開催しました

市内の身近なボランティア5施設(千葉市民活動支援センター、千葉市国際交流協会、千葉市ボランティアセンター、千葉市生涯現役応援センター、ちば生涯学習ボランティアセンター)の特色を生かしたサポート事例を交え説明会を行いました。

ボランティアからは佐藤 迪夫(さとうみちお)さん(K21-009)を講師に迎え、「落語・字あそび」の活動紹介をしていただきました。



参加者の声「ボランティアの参加へのきっかけになりました」「バラエティに富んだ(5つもの)施設があるのにびっくりした。各々の特徴がよくわかった」

「ボランティアフェア2022」  
11月19日(土)～11月27日(日)

今年のボランティアフェアは、登録ボランティアの皆さんの様々な活動紹介展示や体験会コーナーを1階アトリウムにて開催します。また、実演の開催と活動風景を収録したものを紹介映像として、アトリウムで映します。

詳しくは館内配布のチラシやホームページ、または学習支援担当(TEL: 207-5815)までお問合せください。



昨年のボランティアフェアの様子

この紙面を作るための編集会議を、対面からZoomで開催することになり、一年半が過ぎようとしています。初めは戸惑いもありましたが、現在は編集委員全員が意見を出し合える良いツールとなっています。  
長年活動していただいているボランティアさんのお顔を画面越しに拝見すると、「たまにはお会いしたい…」と思います。メンバー全員で紙面作成に携われることに感謝する日々です。

編集後記



展示ケースでボランティア講師を紹介

生涯学習センターと中央図書館の入り口近くに設置している展示ケースをご存じですか?この展示ケースでは、ちば生涯学習ボランティアセンターに登録しているボランティア講師の活動を紹介します。

大ケースでは、ボランティア講師の作品や活動の内容などを展示しています。また、小ケースは千葉市のボランティアに関する施設の情報や本ボランティアセンターへの依頼の仕方、講座の様子などを紹介しています。

◎コロナに負けず 楽しもう  
コロナ禍での生活も長くなりました。感染防止をしながらの日常にも少しずつ慣れてきました。さまざまな活動が思う存分できる日を心待ちにしています。

◎ボランティア活動 展示ケース  
これまでの、ケース展示で紹介したボランティアの方々については、生涯学習センターのホームページにてご覧いただけます。

こちらのQRコードからご覧になれます



ボランティア活動紹介(大ケース展示)

2021年度 \*青字はボランティア登録者番号です

- 4月 G13-003 「WORD でアート」
- 6月 K13-012 「写真展示一瞬を切り撮る私と千葉」
- 8月 K18-007 「書道」
- 10月 K19-009 「生ごみリサイクル」
- 12月 K21-005 「ペーパークラフト」
- 2月 K18-022 「手編みを楽しむ」



2020年度

- 6月 K19-015 「キッズクラフト Fancy」
- 8月 G10-007 「フォーエヴァー落語会」
- 10月 G12-004 「佐倉芸術心理研究所」
- 12月 K15-002 「木の温もりに癒しを求めて」
- 2月 K19-022 「ナチュラルフラワーアレンジ & ペーパークイリング」



「ペーパークラフト」作品を展示



「生ごみリサイクル」活動内容をパネルで紹介

グループ紹介

アロハカーコウ G21-007

ハワイアンで元気を届ける



私たち「アロハカーコウ」は月に2回コミュニティーセンターで活動しているウクレレサークルです。ウクレレを弾きながら歌を歌っています。曲はハワイアンソングがメインですが、昭和の懐かしい曲も練習しています。サークルメンバーは十名ほどで男性女性混合でのグループです。歌のパートを分けて合唱したり、ソロパートがあったりとバリエーション豊かに練習しています。ハワイアンの曲はゆったりとしており、とても癒されますので、ぜひ一度お



聞きいただければと思います。

サークル名のアロハカーコウは「皆さんごきげんよう」という意味です。ボランティアは初めての活動になりますが、皆さんが元気になるような曲もたくさんレパートリーにありますのでお気軽にお声がけいただけると嬉しいです。

# 知的エッセンスあふれる講座、大集合

## ハーブの力でライフスタイルをHAPPYに～ herbライフワーク

natsuhiさん (K21-010)

◆ハーブ学習指導員 ◆メディカルハーブコーディネーター  
◆ハーブ&ライフコーディネーター ◆ハーブライフインストラクター



現代のような医薬品がない時代、ハーブを薬用植物として病気やその予防に活用してきました。そんな植物と人との関わりは現代でも引き継がれています。キッチンハーブで五感を刺激し、クラフトで色と香りの芳香浴を楽しみ、心も身体も満たされ、彩りある豊かなライフスタイルへと導きます。

親子で楽しめるハーブクラフト、植物色素を利用したクラフトアレンジ、精油とハーブを使用したアロマハーブクラフト、メディカルハーブとスパイスハーブの効能と育て方&活用術など、植物好きな方が楽しめる講座になります。各種講座の内容について、お気軽にお問い合わせください。



ハーブオイル



モイストポプリ



リース

## 川柳の作り方・雑学セミナー

増田 信則さん (K05-030)

私はまだ現役の会社員だった頃から、仕事とは別に趣味を生かして世の中のためになることができなかと考えていました。そして定年退職を待たず、53歳の時に千葉市生涯学習センターのボランティアに登録しました。

川柳は俳句と違って季語がいらないので、案外簡単に作ることができます。川柳の楽しさをたくさんの方々に知っていただき、作る楽しさを実際に味わってもらえればと考えています。

雑学は、普段目にしているのに、いざ質問されると答えられないようなことが題材になります。例えば、「マンホールの蓋はなぜ丸い?」「イチゴの『あまおう』の名前の由来は?」「宇宙とは地球からどのくらいの距離か?」大したことではなくても、このような雑学の知識を得ることが脳内活性につながると思っています。

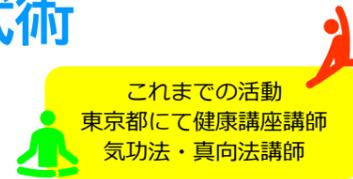


活動のご依頼をお待ちするとともに、「これからボランティアを」とお考えの方には、躊躇しないで早めにトライされることをお勧めいたします。

## まっこうほう 気功・真向法・健康武術

「100歳・元気・現役」を目指して

南出 新治さん (K21-018)



「100歳・元気・現役」を目標に、小学生から高齢者の方々まで、特に高齢者の方を対象に活動しています。年齢とともに元気だった身体も、思うように動かなくなりがちです。できれば生涯、二本足でしっかりと立ち、歩き、夢を実現したいものです。そのため、皆様の健康づくりに少しでもお役に立てればと、今回ボランティアに登録をしました。

内容は、「気功」と「真向法」と「武術」がベースになっています。このエッセンスを取り入れ、手軽にどなたでも実践できる方法を提供いたします。

具体的には、背骨・肩・股関節を中心に身体をゆるめ、ゆったり動かし、土台となる足腰の鍛錬を無理のない形で強化していきます。私たちも、動物つまり動く生き物です。一緒に楽しく身体を動かしましょう。どうぞ気軽に声をかけてください。



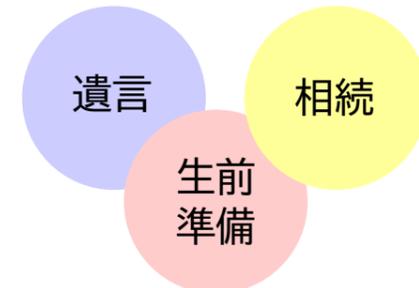
## おひとり様の「終活」

磯貝 博美さん (K21-011)

◆行政書士 ◆宅地建物取引士  
ひとりでも多くの方に知っていただくために、公民館やコミュニティセンター等でお話をさせていただきます。



「おひとり様」がやっておかなければいけないこと…少子化・核家族化が進み、今まで「何とかなる」と思っていたことが「何とかならない」時代であることはお気づきですか? 「終活」という言葉が盛んに聞かれるようになりましたが、ご自身のことはもとよりあなたの周りの人のためのものでもあることをご存じでしょうか。



セミナーをやってきて「今まで知らなかった」「気づかされた」というお声をいただきます。行政の高齢者サービスも紹介しながら、これから先の人生を安心して楽しく生きていくための情報をご提供いたします。

## 科学あそび ~「科学」はじめての一步はあそびから~

科学のおやつさん (K21-015)

これまで公立科学館や教育系民間企業にて、たくさんのお子様たちと科学を楽しんできました。この経験を通し、お子様たちにとって「実際に自分の手を動かして体験すること」が、なにより深い学びにつながることを実感しています。特に失敗した時。悔しがりながら何度も挑戦し、成功した時に「できた〜!」と言いながら見せてくれる、達成感あふれる笑顔は本当に素敵です。

「科学あそび」のワークショップでは、紙コップやペットボトルなど、身近な材料を使用してできる実験や工作を行っています。失敗を恐れず、まずは自分でやってみよう!という気持ちを大切に。お子様たちの中にある「科学の芽」を育てるお手伝いができたら嬉しいです。



くるくるCDコマ



ロケットぼんっ!



ペットボトル空気砲

## フラワーアレンジメント

滝沢 美也子さん (K19-019)

忙しい毎日の中で、リラックスして花と向き合い、笑顔になっていただけたら…。暮らしの中の様々なシーンに合うお花をご紹介します。

私たちのまわりにあるたくさんのお花。  
『普段のお花』暮らしの中で気負うことなく季節のお花を飾る。  
『特別なお花』あるお花を見たり、香ったり、その名を聞いたりと、ふっと、特別な日が思い出されるようなお花。  
『プレゼントのお花』プレゼントされると思わず笑顔になるお花。



花を眺めるだけで、花に触れるだけで、花を香るだけで、少しでも明るく希望をもつていただけるよう心を込めて「花のある暮らし」をお伝えいたします。