

ぼらめ〜と

7月号

～今月の目次～

- ・つなげ手ねっと! 今月の書き手は豊橋観光ボランティアガイドの会「ほの国豊橋案内人」 向坂 雅世さんです
- ・ボラセンノート 味覚の不思議



このコーナーは、毎月書き手を変えてボランティアのあんなこと、こんなことを述べていただきます!

タイトル 「ボランティアガイド募集中」

今月の書き手 豊橋観光ボランティアガイドの会「ほの国豊橋案内人」 向坂 雅世

私は、豊橋観光ボランティアガイドの会「ほの国豊橋案内人」で、ガイドをしています。案内する場所として、

- ・豊橋公園と吉田城址
 - ・二川宿・本陣資料館
 - ・東海道吉田宿
 - ・葦毛湿原
- などです。

また、ガイドの仲間たちと企画した「豊橋まちあるき」も根強い人気企画です。老舗めぐり、豊川の散策、酒ぐらめぐりなど吉田・豊橋を巡っています。

今年、吉田城址は市指定史跡に指定されました。池田照政による野面積み石垣、土塁などをガイドするために文化財センター学芸員さんと現地学習会を行うなど私たちも学んでいます。

また、昨年11月には、安城市と岡崎市に出向き、現地ガイドさんたちと交流し、取組などを学びました。

今年6月には、市内の中学3年の生徒さんに、吉田城址のガイドをしました。普段何気なく通っている公園内に歴史的遺構が多く残っていることに驚いていました。

豊橋市の小・中学生のみなさんに、郷土の歴史を伝えていくことは、過去・現在・未来への橋わたしとしてのガイドのやりがいにもなっています。ただ、ガイドの高齢化・なり手の不足という問題に直面し、郷土の歴史を未来へつなぐガイド仲間を探しています。

一緒に豊橋探険しませんか!



ボラセンノート



皆さんは子どものころ苦手だった食べ物が、大人になってから自然と食べることができるようになった経験はありませんか。私は子どものころ、健康に良いからと親に言われて、苦手なレバーを無理して食べていた記憶があります。しかし、大人になってから焼鳥屋でレバーを食べたとき、子どものころが嘘のようにおいしく食べることができました。なぜ大人になると苦手な食べ物が減るのか前々から気になっていましたので、今回調べてみました。皆さんの食べ物の好き嫌いがなくなり、バランスの良い食生活の参考になれば幸いです。

初めに、加齢によって私たちの体に起こる「変化」についてご説明します。私たちの舌には、「味蕾（みらい）」という味を感じるセンサーがついています。味蕾は子ども時代に発達し、その数が多いほど味覚を強く感じることができますが、ある時期を過ぎると減少し、30～40代ごろには子ども時代の約3分の1まで減ってしまいます。つまり子どもの方が大人よりも味覚が敏感であることから、ある意味では子どもに食べ物の好き嫌が多いのは自然なことなのかもしれません。

次に、小学生の食べ物の好き嫌いについて、学研教育総合研究所の「小学生白書30年史」（1989年～2019年）を参考にご紹介します。小学生男女の苦手な食べ物ワースト3はこの30年間でほぼ変わらず、「焼き魚」「さしみ」「サラダ」という結果でした。この結果が意外だと感じた方も多いと思いますが、この3つの食べ物は、大人であればむしろ好きな人が多い食べ物ではないでしょうか。それほど大人と子どもでは味覚に差があるのだと改めて驚かされました。

以上の話をふまえると、子どものころに苦手だった食べ物が大人になった今は問題なく食べることができるようになっているかもしれません。もし、大人になってからも苦手意識があって食わず嫌いになっている食べ物がある方は、一度思い切って挑戦してみたいはいかがでしょうか。自分の味覚の変化に驚くことになるかもしれません。皆さんも体の健康維持のため、バランスの良い食生活を心がけるようにしましょう。

・・・編集後記・・・

今年は早くに梅雨が明けたかと思われ、暑さが長期化してしまうことや農作物への影響が気がりでしたが、7月上旬現在、再び雨降りが続いています。台風や豪雨災害が発生しやすい時期ですので、普段から避難準備を整えておけるようにしましょう。

水分はもちろん、栄養も摂って暑い夏を健康に過ごせるといいですね。旬の夏野菜は体を内側から冷やす効果がありますよ。



あイトピア 2階ライブラリー おすすめピックアップ!

ライブラリーでは、利用者登録をすると無料で本を借りることができます。



『ボランティアってなんだっけ?』

猪瀬 浩平 (岩波書店)

これから始めたい人、続けてきたけど疲れ気味の人、そしてまったく興味がない人にも読んでほしい、ボランティアという営みの奥行きと面白さ。



編集・発行

豊橋市社会福祉協議会 ボランティアセンター

〒440-0055 豊橋市前畑町 115

TEL (0532) 52-1111 FAX (0532) 52-1112

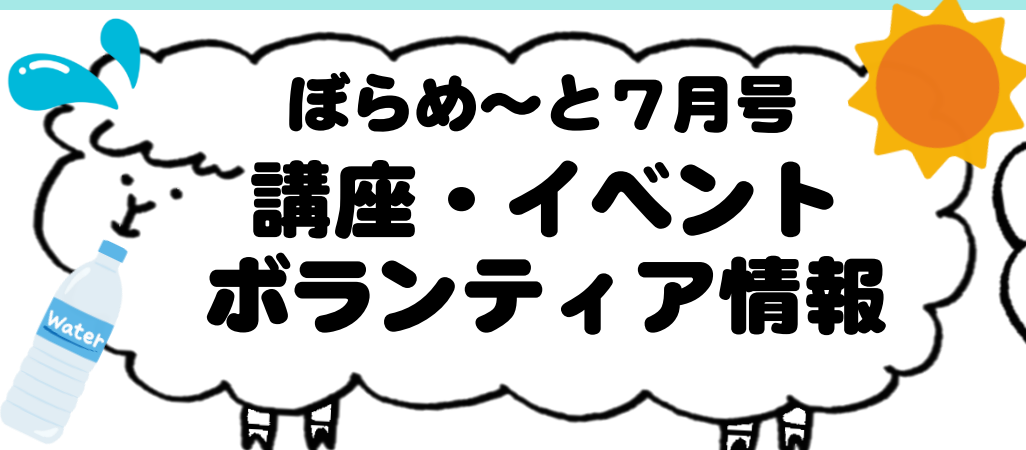
MAIL info@toyohashi-shakyo.or.jp

HP http://www.toyohashi-shakyo.or.jp/

ボランティアセンター
公式 LINE アカウント



@toyohashi-shakyo_v



ぼらめ〜と7月号 講座・イベント ボランティア情報

編集・発行
豊橋市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL (0532) 52-1111
FAX (0532) 52-1112
〒440-0055
豊橋市前畑町 115

☆豊橋市社会福祉協議会ボランティアセンター 公式LINEアカウント☆

お友だち 1,500 人達成！！皆様のご登録お待ちしております♪

登録方法①LINE を起動する→その他→友だち追加→ID 検索

→@toyohashi-shakyo_v を入力

登録方法②LINE を起動する→その他→友だち追加→QR コード

→右の QR コードを読み取る

QRコード



～新型コロナウイルス感染拡大に伴う今後の講座等実施について～

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、現在予定している講座やイベントは状況により開催直前や開講期間中に中止または延期となる場合があります。参加を検討されている皆様には誠に恐縮ではございますが、ご理解の程よろしくお願いいたします。(日程等が変更になった場合、お申込みをされた方には速やかにご連絡いたします。)

いきいきフェスタ2022のイベント関連の中止について

新型コロナウイルス感染症の影響を鑑み、今年度のいきいきフェスタにつきましては記念講演のみを実施し、誠に残念ではございますが屋外・屋内ともイベント関連は中止させていただくことになりました。また、社会福祉大会は定員制限を設け実施を予定しております。ご理解の程よろしくお願い致します。



手話体験講習会～手話ってなあに？～

簡単な手話（あいさつ、自己紹介など）や聴覚障害者の生活などについて、楽しく学べます。手話に興味のある方、初めての方でも大丈夫です。

日 時 ①7月30日（土）午後2時～4時

②7月31日（日）午前10時～正午

場 所 総合福祉センターあいトピア（前畑町 115）

対 象 ①小学生（保護者の同伴可） ②中学生以上

定 員 各20名（申込順）

参加費 無料

締 切 7月21日（木）





「脳の健康教室」学習サポーター

教室で参加者と楽しくコミュニケーションをとりながら、認知症予防のための簡単な読み書き計算のお手伝いと、教室の運営をしていただくボランティアさん「学習サポーター」を募集します。

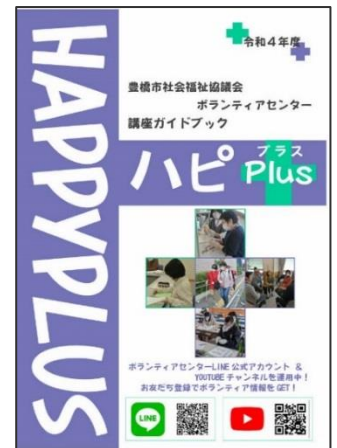
- 研修会日時** 9月9日（金）午後1時～4時45分
※活動には研修会へのご参加が必要です
- 研修会会場** 総合福祉センター あいトピア（前畑町115）
- 活動時間** 令和4年10月～令和5年2月の週1回
午前中の3時間程度（※一部、午後の3時間程度）
- ところ** 総合福祉センターあいトピア、
八町・つつじが丘・大清水・牟呂地域福祉センター
- 参加費** 無料
- 締切** 9月1日（木）



ボランティア養成講座の紹介冊子を配布中です！

本会主催のボランティア養成講座の内容と年間予定がまるわりの冊子『ハピ+（プラス）』の令和4年度版を窓口で配布しています。どの講座も実際にボランティアとして活動中の方や専門の知識がある方を講師としてお招きしており、ボランティア経験がない方にも分かりやすい内容のため、活動を始めるきっかけ作りに最適です。

『何かボランティア活動を始めてみたい』、『どんな講座があるのか知りたい』という方はぜひご覧ください！



令和4年度 ボランティア登録&ボランティア活動保険

の加入申し込みを受付中です！

ボランティアセンターでは、令和4年度のボランティア登録とボランティア活動保険の加入申し込みを随時受け付けています。

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中に起きたご自身のお怪我や、ボランティア活動中に他人に対して損害を与えたことにより損害賠償問題が生じた場合などについて保障される保険で、適用期間は加入手続日の翌日から来年の3月31日までです。これから活動を始めるという方にはお早めの手続きをおすすめします。詳細は豊橋市社会福祉協議会までお問い合わせください。

↓最新情報は、随時ホームページにアップしています！↓

豊橋市社会福祉協議会

