

ぼらめ〜と 2025 5月号

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 総合福祉センターあいトピア内

発行

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

MAIL info@toyohashi-shakyo.or.jp

HP <https://www.toyohashi-shakyo.or.jp/>



今月の目次

- ▶ つなげ手ねっと！ 今月のボランティアさんは、片岸 広さんです
- ▶ ボラセンノート ラジオに耳を傾けて

つなげ手ねっと！ リレーコラム

ボランティア活動者個人個人に注目し、ボランティア活動のことはもちろん、プライベートのことも織り交ぜながら Q&A 形式でお送りしていきます。

▶ 今月のボランティアさん 片岸 広さん



▶ 趣味・好きなことは何ですか？

旅行・野菜作り 忙しいですが毎年数回旅をします。コロナで海外旅行がストップしましたので、毎年2回は海外を考えています。夏野菜これからが本番。野菜歴10年です。(素人です)

▶ 豊橋のここが好き！

温暖な気候で自然災害が少ないところです。市電が走っている 素敵ですね。(駅前大通り)

▶ どういったボランティア活動をされていますか？

主に、カレッジ・ワン 老人啓発活動(勿論私も老人です) その他3団体加入させていただいています。

▶ ボランティア活動をしようと思ったきっかけは何ですか？

学校・会社人生において、自発的なボランティアをした覚えがない。一度経験しようと思い、始めて4年になりました。

▶ 毎月どのくらいのペースで活動していますか？

10日から15日間です。

▶ ボランティア活動をしていて、印象に残ったエピソードはありますか？

グループで活動していて、高齢者が病気になっても前向きに行動されていて最期まで前向きな取り組みに感動しました。

▶ 最後にこれから活動される方や興味のある方にメッセージをお願いします！

特に定年を機に時間が許す限り活動されることを望みます。新たな仲間ができ、老後のライフスタイルが変わり新鮮な体験ができます。TV の番人にならないようにしましょう。ボランティアは強制ではありません。自分に合う行動で良いのです。



TITLE: ラジオに耳を傾けて

2025年は日本でラジオ放送が始まってちょうど100年目の節目の年となります。私も毎朝通勤中の車内で、ラジオを楽しみながら運転してきています。ラジオは決まった時間に決まった番組が流れるため、渋滞の中を走る私にとって、職場までの道のりを順調に進むことができているかの一つの指標にもなっています。そんなラジオですが、脳の活性化にも効果があるという興味深い話を耳にしましたので、調べたことを皆さんにご紹介したいと思います。

脳科学の研究で有名な加藤俊徳医師の研究によると、継続的なラジオの聴取は左脳の言語記憶を刺激し、さらに視覚的な想像力を呼び起こし、右脳の記憶系脳番地と呼ばれる部分を成長させることが明らかになりました。ラジオが脳の活性化につながる理由の一つに、音声だけのメディアであることが関係するようで、ラジオから聞き取る言葉を想像力で補完することで、脳の働きが強化されるそうです。私も今回調べてみて、ラジオにこのような効果があることを初めて知り、今後も継続して聴取したいと思いました。

テレビやスマートフォンが主流になった現在においても、ラジオにはそれらにない魅力がたくさん詰まっていると感じます。何かをしながら聴く場合も脳の活性化に効果があるそうなので、皆さんもぜひラジオに耳を傾けてみてはいかがでしょうか

・・・編集後記・・・

5月に入り、新生活にも少しずつ慣れて落ち着いてきた頃でしょうか。ゴールデンウィークもあり、休日はどこかにおでかけされた方も多いのではないのでしょうか。

少しずつ気温があがり、日中も少し汗ばむ日が増えてきました。

この時期は気温が大きく変動しやすいため、体調を崩しやすく、疲れやだるさを感じやすくなることも。

毎日楽しく過ごすためにもバランスのとれた食事や十分な睡眠をとり、気持ちよく5月を乗り越えましょう。

あいトピア 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。



なぜか人生がうまくいく「明るい人」の科学 和田 秀樹 著 (インプレス)

今よりよくなりたい! という気持ちが 運を引き寄せる。あなたは自分の「性格」について、どう思っていますか? 考え方や見方ひとつで、物ごとの受け止め方を変えることができます。本書では、その具体的な方法を、精神医学や心理学といった「科学」の観点から、わかりやすく、詳しくお伝えします。



豊橋市社協 ボランティアセンター
公式マスコットキャラクター
あいコアラちゃん

ボランティアセンター / 豊橋市社会福祉協議会
公式ホームページ・SNS を随時更新中!

ホームページ



Instagram



LINE



YouTube





ぼらめ〜と5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2, 200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



おもちゃ図書館 ファミリーコンサート

家族と! 友達と! おひとりで! 参加 OK!

小さなお子様から大人までどなたでもお楽しみいただけます。



日時 6月15日(土)【開場】13時【開演】13時30分
出演 鎌田 浩史さん(ピアニスト)
場所 総合福祉センターあいトピア(前畑町115)3階多目的ホール
定員 50名(申込順)
参加料 無料
申込み 6月13日(金)



視覚障害者ガイドヘルプボランティア講習会

日時 7月3日(木)、4日(金) (全2回) 10:00~15:30
場所 総合福祉センター あいトピア(前畑町115)
内容 視覚障害者の外出支援の方法などを、講義と実技を交えて学びます。
講師 山本 英毅さん(視覚障害リハビリテーションワーカー)
定員 20名(申込順)
受講料 500円

※資料代。その他別途昼食代と屋外実習時の市電往復運賃が必要となります。

申込み 6月23日(月)





あいトピア ライブラリーのご案内

あいトピア2階のライブラリーでは、主に福祉を題材とした図書やDVD等の貸し出しを行っています。どなたでもご利用いただけますので、お立ち寄りの際はぜひご覧ください。

【貸し出しできる数量と日数】

・図書：1回につき3冊、15日間まで・ビデオ・DVD：1回につき5本、8日間まで

【貸出可能日】

火～金曜日 9：00～17：15

※月曜日は休館日のため利用不可。

なお、月曜日が祝日の場合は翌平日が休館日です。

【その他】

初回の利用の際は利用者登録が必要となりますので、身分証明書をお持ちください。



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7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7年度 ボランティア活動保険受付中です

ボランティアセンターでは、令和7年度のボランティア活動保険の受付を開始しています。

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、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す。加入手続きをした日の翌日から来年の3月31日までの適用期間となりますので、早めの手続きをおすすめしています。詳細は社会福祉協議会のホームページからパンフレットをご覧ください。



★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

🔍 検索

講座のお問合せ・お申し込みは

豊橋市社会福祉協議会へ



TEL(0532)52-1111