



# ごー!ごー!!ちいき

目次

- 特集/みやこんじょボランティアフェスティバル2023…P1・P2
- 地域のトレジャー(西岳)、withクック、備えあれば!…P3
- 未来へ届け、サテライト便り(山之口)、寄付について、霞が関からこんにちは…P4

視覚障がい者向けに音声デジ版の「ごー!ごー!!ちいき」も発行しています



特集

## みやこんじょボランティアフェスティバル2023

# ちよこっとボラフェス

### ～みつけよう 未来スイッチ ボランティア～

学生・団体コーナー

### かがやけ!未来ラボ

学生企画・福祉団体の物販

わくわく体験コーナー

### ちよこっとおいでよ!

ものものトレード・社協キャラ幸子の部屋など

# 未来スイッチON!

動画配信コーナー

### 聞いてよ! わたしの未来スイッチ

ボランティア関係者  
インタビューなど

ステージコーナー

### 板の上に集まれ!

学生による生演奏・短歌表彰式など

スタンプラリーで  
景品がもらえます!



イベントの詳細は  
こちら

雨天決行

# 2/5 (日) 10:00~15:00 Mallmall まちなか広場

都城市中心市街地中核施設

都城市中町17街区19号

中面2ページへつづく





## みやこんじょボランティアフェスティバルとは？

新燃岳の噴火で被災した翌年2012年から始まり、今年で11年目。

ボランティアを通じた地域の方との交流を行っていましたが、コロナ禍により、一昨年からオンライン動画配信となりました。しかし、今年度は3年ぶりにミニフェスとして「ちょこっと」開催予定です！

さまざまなボランティア活動に触れて未来を明るく照らすスイッチを見つけようとの想いをこめ、「ちょこっとボラフェス ～みつけよう 未来スイッチ ボランティア～」のスローガンのもと開催します！



### 【かがやけ！未来ラボコーナー】

まちなか広場にて“ちょこっと”だけどボリューム満点のブースを出店します！

- 都城市内の中学・高校・大学による学生主体の参画企画ブース
- 当事者団体による出品・出店ブース

### 【ちょこっとおいでよ！わくわく体験コーナー】

“ちょこっと”体験できるさまざま企画を準備して待っています！

- ものもののトレード (子ども用品の物々交換)
- 障がい者スポーツレクリエーション体験
- 防災体験
- 都城市社協イメージキャラクター「幸子」の部屋 他



### 【板の上に集まれ！ちょこっとステージコーナー】

表彰式や各学校、団体による生演奏が聞けます♪

- 優しさつなぐ福祉の心短歌の表彰式
- 各高校・団体による生演奏 他

### 【聞いてよ！わたしの未来スイッチ】

ボランティアに関するインタビューのほか、ボランティアフェスティバルに関する動画を配信！



今年も、  
やります!!

## みやこんじょボランティアフェスティバル 2023 ◆ものものトレード物品大募集!!◆

着られなくなったけれど誰かに譲れる服、もらったけれど使わなかった子ども用品などを物々交換します。たくさんの物品を募集しており、男の子や新生児のお洋服も大歓迎です。

当日は人数制限を設ける場合がありますので、ご了承ください。

- 事前受付：令和5年1月10日(火)～令和5年1月31日(火)
- 受付場所：都城市社会福祉協議会  
都城市ファミリー・サポート・センター



# 地域のおトレジャー

## 西岳地区

### はるおさんげえ (西岳地区まちづくり協議会・地域づくり部会)

はるおさんげえは、西岳地区高野町で、令和元年11月から西岳地区まちづくり協議会・地域づくり部会のメンバーで行っている空き家活用の取り組みです。

部会のメンバーで地場産品を使った郷土料理を作り、空き家内で地域の皆さんに食べていただき集い繋がるサロン活動として始めました。

コロナ禍の影響で人が集まる事が難しくなった現在は、毎月1回(主に第4日曜日の10時)に「がね」や「ませご飯」などの惣菜を作って家の入口で販売しており、販売する惣菜は毎月開店後20分ほどで完売する人気ぶりです。

今後は、惣菜を販売した益金を活用して、西岳地区11地区に暮らす高齢者のためにお弁当を作り、配布する活動にも取り組めたらと考えています。



はるおさんげえメンバー



サロン活動の様子



惣菜販売の様子



イメージキャラクター幸子を主人公にした4コマ漫画です。

## ～親子で作れる簡単レシピ紹介～



### フライパンで出来る和風もちピザ

谷頭・おおむた・縄瀬  
社協3園レシピ紹介 No.6

谷頭こども園 栄養士/肥田木直美

#### <材料> (1枚分)

- もち(中くらい) …… 3個
  - たまねぎ …… 1/4個
  - しいたけ …… 1枚
  - トマト …… 小1個
  - ピーマン …… 1個
  - ピザ用チーズ …… 50g
  - ごま油 …… 小さじ1
- (みそダレ)混ぜ合わせる
- みそ …… 小さじ1と1/2杯
  - きび砂糖 …… 小さじ1
  - しょう油 …… 適量

#### <作り方>

- 玉ねぎは縦に薄切りにし、しいたけは石突きを落として縦半分に切り薄切にします。
- トマトとピーマンは厚さ5ミリの輪切りにします。
- フライパンを弱めの中火にかけ、ごま油をひきます。その上にもちをのせます。
- ③にみそダレをところどころ塗ります。
- たまねぎ、しいたけ、トマト、ピーマンを全体にのせ、さらにピザ用チーズをかけます。
- フタをして7～8分蒸し焼きにし、野菜に火が通りしっとりしたら火を止めます。器にのせ、食べやすく切ります。



※余ったもちを使用する場合は、固いので水にしぼらくつけてくださいね。  
※野菜はお好みでどうぞ。  
※ケチャップもいいですが、みそダレとチーズの相性がとても合いますよ。ぜひ試してください。

## 防災士が教える! 備えあれば! 都城市の自然災害

日ごろからの備えあれば

今回は、大雨の際の備えについてご紹介します。

大切なペットを飼っていたり、避難所までの距離が遠かったりすると避難を躊躇することがあります。

そんな時、自宅周辺の災害リスクととるべき行動を確認するために内閣府の「避難行動判定フロー」があります。自治体やニュースなどから発信される情報やハザードマップと一緒に確認することが大切ですので、日ごろからチェックしてみてくださいくださいね。



避難行動判定フロー

## 西岳中学校でのボランティア活動について



5月に行われた生徒総会では、たくさんのボランティア活動に取り組み、少しでも世界の手助けをしたいという意見が多くありました。そこで、世界の子どもたちにワクチンや物資を届けるキャンペーンに参加するために、ペットボトルキャップや使わなくなった文房具を集める活動に取り組んでいます。

ペットボトルキャップの回収は、各学年ごとに回収箱を設け、競い合いながら行っています。また、生徒だけでなく、先生方からも協力をいただきながら楽しく活動しています。

そのおかげで、今年度は、11月現在で20kgのキャップを集めることができています。これからも世界中の子どもたちに少しでも私たち西岳中学校の生徒の想いが伝わることを願って、協力していきたいと思っています。



## サテライト 便り




## 「山之口サテライト」

今回は地域住民の方々の作品を展示させていただいている事務所前ホールをご紹介します。当施設は会議室等を利用する際、使用料が必要になりますが、先述したホールにおきましては、無料で利用することができます。施設を利用したお子さんや、地域の方が制作した作品が展示されていますので、是非一度足を運んでいただき、ご覧いただければ幸いです。

【お問合わせ】都城市山之口町花木2667番地2  
☎0986-57-4577

## 皆さまの善意ありがとうございます

社会福祉法人都城市社会福祉協議会では、皆さまからいただいた善意寄付や忌明け寄付を福祉向上のために使わせていただいております。記載事項につきましては、ご本人の承諾を得ております。なお、空欄（寄付内容等）につきましては、寄付者の希望により掲載しておりません。

### ○忌明け寄付（11月受け入れ分）

住所	寄付者	故人	寄付内容
事務局管内			
甲斐元町	土持 つゆ子	純 市	¥30,000
上長飯町	五月女 政子	肝属美江	¥30,000
鷹尾1丁目	正市園 栄子	一 久	¥30,000
太郎坊町	内藤 守清	玲子	¥10,000
中原町	山元 百合子	和 裕	¥30,000
養原町	松原 光洋	久 子	¥30,000
太郎坊町	井上 義文	幸 男	¥100,000
都北町	戸高 サヨ子	登美雄	¥20,000
都北町	下村 貞子	八 巳	¥30,000
郡元町	溝辺 美良	小枝子	¥30,000
鷹尾4丁目	沖野 博	静 重	¥50,000
菖蒲原町	王原 敦朗	敦 美	¥50,000
安久町	横山 利廣	ユ ミ	¥30,000
安久町	山下 洋一	テル子	¥20,000
郡元町	原 幸寛	ハツ子	¥30,000
庄内町	長峰 孝文	ミ チ	¥30,000
太郎坊町	瀬戸山 重行	ミチ子	¥30,000
高城サテライト管内			
桜 木	天神 春子	修	¥30,000
桜 木	出水 恵子	信 子	¥20,000
穂満坊	蔵満 智子	福園マキ	¥20,000
桜 木	野崎 美智子	智 弘	¥50,000
桜 木	園田 孝雄	蕪イツ	¥30,000
桜 木	柚木崎 チサ子	法 光	¥30,000

住所	寄付者	故人	寄付内容
山之口サテライト管内			
中霧島	花岡 良雄	重 利	¥30,000
中 村	松浦 孝則	美千代	¥30,000
池之原	新留 時生	マサ子	¥30,000
高崎サテライト管内			
前 田	伊藤 尚子	文 男	¥15,000
笛 水	谷山 豊二	政 利	¥20,000
江 平	川上 豊文	エツ子	¥30,000
大牟田	中島 チエ子	寅 信	

### ○フードバンク（11月受け入れ分）

住所	寄付者	寄付内容
旭食品株式会社九州中央支店宮崎営業所		
	宮崎県立都城農業高等学校	食料品
国分九州株式会社 宮崎営業所		
		食料品他

### ○善意寄付（11月受け入れ分）

住所	寄付者	寄付内容
前 田 町	護国寺	お米 27kg
長 谷	匿名	お米 80kg
太 郎 坊 町	都城市郡医師会病院ナース会	¥10,000
	匿名	¥10,000
関之尾町	堂園 一秋	¥24,610

みやこじはボランティアフェスティバル 2023

## ちょこっとボラフェス企画

# フードドライブ

（保存食等の持ち寄りボランティア）

たくさんもらったけど、食べきれない食品等を2/5にお持ち寄りください!!  
後日、必要な方へお届けします。

- レトルト食品
- 缶詰
- インスタント食品
- 乾燥食品





2/5(日)  
ボラフェス当日  
物品大募集!



## 電が関かんこにちは

全国社会福祉協議会  
地域福祉部  
派遣 貴島 健太

あけましておめでとうございます。まもなく、東京生活も2年を終えようとしています。この間、さまざまな“価値観”に触れてきました。相手と自分の価値観が結びついたとき（この人と一緒に面白そう!）といった希望が生まれてきます。地域の中で、こうした関係性が広がると、共に活動する仲間が広がるのではないかと考えます。そのためにも、対話を重ね、相手を知ることが重要です。機会があれば、ぜひ地域の方と対話し、お互いのことを知ることで、仲間づくりを進めていただければと思います。

