普段していることや趣味が活かせる

アートフラワー

ボ ラ ン テ ィ ア

ボランティアさんと出かけ**機織り・陶芸体験**へ

募集

私ってどんな人？

39 才女性、障害年金（自閉症スペクトラム・注意欠陥多動症）で一人暮らしをしています。一人時間と集団活動及び集団の中の孤独が苦手なため、ボランティアさんが見つかった場所へ（犬と）車で出向き一緒に時間を過ごしてもらっています。

自分の困り感・お願いしたいこと

収穫とウメジュース

一人だと思いだけが散乱し纏まらず、焦燥感で気持ちだけが高ぶり中々物事を手掛けても持続させることが**出来ません。** 又、「他者と同じ内容をする」、「同じペースで物事を進める」・「活動の場で日常やることが明確に決まっていない、分からないことをすぐに聞けない状況でいると、その間何をして待っていたら良いか分からず落ち着かなくなり、その場に居られなくなって中々「福祉通所サービス」etc 集団活動を継続できないことです。

そこで、個別で「定期的に日時を決めて、人と一緒に過ごせる時間を作っていきたい」と思っているので、少しでも関心をもってくれた方は下記まで連絡下さい

応募の流れ

連絡を頂いた時に、初回の面談日を決め、**活動内容・場所・時間を相談**で決めていきたいと思います。

内容　：　**ベースとなる活動日を固定化**（ご都合が悪い場合はその都度調整）し、おしゃべりをしながらボランティアさんの普段していることや趣味を通じ、又は新たなものとして、やり方を一緒に調べ「本人と共に、体や手先を動かせる余暇の時間を過ごして欲しい」です（**詳細は裏面又は右記参照してください**）。

場所・時間：　ボランティアさんが移動しやすく、内容が出来る公共オープンスペース（ex ボランティアルーム etc）を固定し、現地集合解散で活動場所の開館時間に合わせ土日祝を含む終日（毎週△曜日又は第〇週の△曜日×時～×まで）でお願しています。

費用　：　基本は障害者割引の適用する施設を探しますが、実費（希望時のみ、ボランティア保険・交通費・施設料 etc。創作材料費・調理については、ボランティアさんが自分のものを希望した場合のみ）は**各自自己負担**でお願しています。

※　傾聴のみ、又既存のグループへ自ら参加するは考えてません。（お話しするだけだと頭だけが混乱するし，自分が参加しに行くは「福祉サービスのときと同じ状況になることが想定されるので。）

※　活度内容ありきではなく時間共有をしてくれる方を求めている部分もあるので、一つの活動が終わっても**ボランティアさんの時間が許す限り継続して頂けると嬉しいです。男女年齢は問いません。**

連絡先：　木村　香月　０９０－８１７７－８３８４（ショートメールでも可）

活動紹介・目的

社協職員さんと、**ポスト・楽器・かまどづくり・竹筆**体験に出掛けたこともある

総合目標：　定期的にボラさんと会うことで、日常に「人と会う・一人時間のメリハリ」（生活リズム）を持ち、日々落ち着いた心の安定さを図れる強さ」を培っていきたいです。又、活動は「形として残る物」を選び、他者との繋がりを実感（思い出作り）出来る内容を行っていきたいです。

スポーツ

プール・トレーニングマシーン・バドミントン・卓球・ボール遊び etc

過去、スポーツ施設で作ってもらったメニューなどを参考に、健康の維持を図り目標を持ち達成していきたいです。上記の他、自然散策（トレッキングを含む。写真を撮りながら歩く。ネェチャークラフトの材料拾い（中型犬も同伴で）もしていました。

セメント石畳

ものづくり

タイヤ植木鉢

全般切り絵　編み物　ネェチャークラフト　リサイクル工作　庭造りパーツ　木工　手芸

「計画・制作過程・完成」までの一つ一つを大切にする。そして、途中で投げ出さず振り返り工夫して（失敗しても作品の味として）最後まで作り上げることを目指したいです。材料は、**片付けも含め**家にある物を中心に利用していきたいです。足らないものは、一緒に買い物からお願いしています。作品は自分の生活に使える実用品を作っています。Ex：ボランティアさんの趣味（**編み物**）を通じて一緒に作る（座布団カバー。表ボラさん裏私が編み一つのものにする）。新たに「陶芸」や「かご編み」・「裂き織り」etc など様々なことにも挑戦してみたいです。

生活のこと

薪を使って**家庭料理**を作っていました。自炊を心がけ健康に気をつけていきたいです。掃除が苦手なため、ボ　ランティアさんの提案で活動内容として、一緒に**マイカー掃除**を手伝ってもらっていたこともあります。

大正琴

その他の内容

ヘルマンハープ

現在も一緒に楽器を弾いています。過去は書道もボランティアさんの提案でしていました。他、未だしたことはありませんが、ホームページやブログなどを通じ色んな人と繋がっていきたいので、制作を一緒にしてくれる方も募集しています。

基本マンツーマンを考えていますが、私との関わりの時間として考えてもらえるのであれば、応募者の知り合いも一緒に、地域によりますが社協職員さんが個別面談の一つとして活動してくれたこともあります

これはランティアさんの了解が得られればですが、活動内容をリモートなどで一度見て頂く、又は私と体験してから決めるも可能です。

折り紙や切り絵、その他小物は実用品のパーツに使っていける物を作りたいです。