

### ◇ボランティア交流会 開催予定のお知らせ◇

本年度のボランティア交流会は、2月28日(土)新宿の東京都庁都民ホールにて開催いたします。

ボランティア交流会は、公園の枠を超えた交流の機会を設けるとともに、日頃のボランティア活動へのお礼の気持ちを込めて開催するものです。識者による「東京の公園史」をテーマに公園の持つ歴史とその意義について講演や、公園ボランティア団体による活動報告などの構成で企画中です。

詳細のご案内は、準備が出来次第に各団体代表者の方にご案内いたしますので、皆様の多数のご参加をお待ちしております。

また、他団体との交流の機会に、オリジナリティあふれる名刺の交換をしてみてもいかがでしょうか。



名刺交換で他団体との交流をどうぞ!

### ◇花壇系ボランティアスキルアップ講習のご報告◇

東京都公園協会では、都立公園で活動するボランティアの方を対象に、スキルアップを目的としたテーマ別の講習を実施しています。スキルアップ講習には、全体で行う「定員制」と各公園等へ講師と担当職員が出向いて実施する「出張型」の2種類があります。平成26年度は11月までに、花壇の維持管理について6件(定員制2件、出張型4件)の講習を実施しました。また、来年2月にガイドボランティアの方向けの講習と、自然保護・観察活動ボランティアの方向けの講習の開催を予定しております。

#### ○定員制講習(花壇)

第1回 「公園花壇に向く植物の紹介と利用方法～カラーリーフプランツの使い方～」

日時：平成26年9月9日(火) 10時～15時

第2回 「宿根草を交えた花壇づくり～ローメンテナンスを目指して～」

日時：平成26年10月2日(木) 10時～15時

上記講習は、日比谷公園内の「緑と水の市民カレッジ」にて、ガーデンデザイナーの井上華子氏を講師にお迎えして実施しました。講習には、各回ともに各50名程(20団体)の受講者の方がご参加し、講師の講義に熱心に耳を傾けておられました。



講師による講義や実習の様子

#### ○見学会講習

木場公園 都市緑化植物園とボランティア活動の見学会

日時：平成26年11月15日(土) 10時～15時

「緑と水の市民カレッジ」専任講師 上田 良就氏を講師に迎え、「草花に親しむヒント」について講義をしていただき、木場公園内の都市緑化植物園と、そこで活動しているボランティアの皆さんの作業状況を見学しました。

花壇管理系ボランティアの見学会は初めての試みでしたが、参加者の皆さまから好評でしたので、今後も皆さんの活動に役立つ見学会を計画したいと思います。



見学会の様子

#### ○出張型講習

ボランティア団体の活動公園等に、東京都公園協会の都民協働係職員が現地にお伺いして、ご要望やお悩みをヒアリングし、サービスセンターとボランティア代表者様との打合せを行った後、専門講師を派遣してオーダーメイドの講習を行うものです。

花壇管理ボランティアの方向けに本年6月に受講希望団体の募集を行い、6件のお申込みをいただきました。選考の結果、以下の4団体のお申込みに対して各活動公園で講習を実施しました。

舎人公園 「舎人公園ボランティア みどりと鳥の会」

平成26年9月11日(木)、11月15日(土) 共に10時～15時

講師：香山 三紀氏(グリーンアドバイザー)

講習内容：公園入口のボランティア花壇のリニューアルに向けて、デザイン実習、一般参加者を交えての植え付け実習など



舎人公園実習状況

葛西臨海公園 「葛西臨海公園グリーンボランティア」

平成26年9月13日(土) 10時～15時

講師：井上 華子氏(ガーデンデザイナー)

講習内容：「日本水仙の特徴」、球根の掘り起しと分球の実習、年間作業スケジュールの作成



葛西臨海公園実習状況

戸山公園 「陽だまりぼかぼか他」

平成26年11月13日(木) 10時～12時

講師：香山 三紀氏(グリーンアドバイザー)

講習内容：花壇管理ボランティア活動に必要な知識、花壇診断、宿根草の切り戻し実習

汐入公園 「汐入公園ハーブボランティア他」

平成26年11月26日(水) 10時～15時

講師：大滝 暢子氏(ガーデンデザイナー)

講習内容：「ハーブのガーデニング基礎講座」、土壌 pH 測定実習、ハーブ花壇への植栽アドバイス



汐入公園実習状況



## ◇ボランティアスキルアップ講習予定のお知らせ◇

来年2月5日(木) **植物保護・観察活動**をされるボランティアの方向けの講習として、神代植物園 植物多様性センターにおいて、植生植物の観察視点や絶滅危惧種の保護についての解説や、同センターの役割と施設のご紹介をいたします。

そして、2月20日(金)には、庭園などで**ガイド活動**をされるボランティアの方向けのスキルアップ講習を行います。今回は、両国から水上バスにのり、船内で活動されるリバーガイドボランティアのガイドを見学し、浜離宮恩賜庭園において同庭園で活動される浜離宮庭園ガイドボランティア様によるガイドを見学いたします。

いずれの講習も、別途郵送やサービスセンター経由などでご案内をいたしますので、奮ってお申込みください。

## ◇助成金完了報告ご提出のお願い◇

今年度助成金が交付されたボランティア団体(個人)の代表者様へ、12月2日に「事業完了報告書提出」に関する書類を送付いたしました。助成対象の活動が完了次第、サービスセンター(管理事務所)へ報告書の提出をお願いいたします。提出期限は2月下旬ですが、3月にも助成対象の活動が残っている等、期限に間に合わない場合は必ずサービスセンター(管理事務所)及び、都民協働係までご連絡をお願いいたします。提出方法の詳細については送付書類を参照の上、不明点がございましたら都民協働係までお問合せください。

また、様式のWordファイルの提供希望の方も、同様にお問合せください。

## ◇他組織の助成金制度のご紹介◇

東京都公園協会の助成金制度以外にも、様々な企業や、基金などの組織がボランティア活動を行っている団体に対して行う助成金制度があります。

今回は、現在応募受付中の助成金制度をご紹介します。ただし、都立公園での活動に適用できるかは、助成実施団体にご確認ください。

皆さまの活動内容に合った助成金制度をご検討いただき、皆さまの活動に役立てば幸いです。

### 中央ろうきん「〈2015年〉中央ろうきん助成プログラム」

助成対象：(1)ひとづくり (2)まちづくり (3)くらしづくり の3分野を対象とし、この様な活動しているボランティアグループ

応募期間：2015年1月5日(月)～1月15日(木)

詳細は、ホームページを参照ください。 [http://www.rokin-ikiiki.com/news\\_1/2015.html](http://www.rokin-ikiiki.com/news_1/2015.html)

### 認定NPO法人 イーパーツ 「リユースPC寄贈プログラム」

リユースパソコンの寄贈プログラムです。

寄贈目的：非営利活動団体の情報化支援

応募期間：2014年12月2日(火)～2015年1月10日(土)

詳細は、ホームページを参照ください。

<http://www.eparts-jp.org/program/reuse/index.html>

この他、プリンターなどの寄贈プログラムもあります。



## ボランティアホームページをご利用ください。

東京都公園協会のボランティアのホームページをご覧になったことはありませんか？

このホームページには、皆様からの投稿記事を掲載することも可能です。「イベントのお知らせ」、「メンバー募集」、「活動PR」や、他の公園のボランティアへの告知などにもご活用ください。

投稿記事の原稿をEメールもしくは、郵便にて都民協働係までお送りください。

皆さまのご活用をお待ちしております。

ただし、定期更新日が週に1回ですので、緊急性の高い記事は掲載できませんので、ご了承ください。

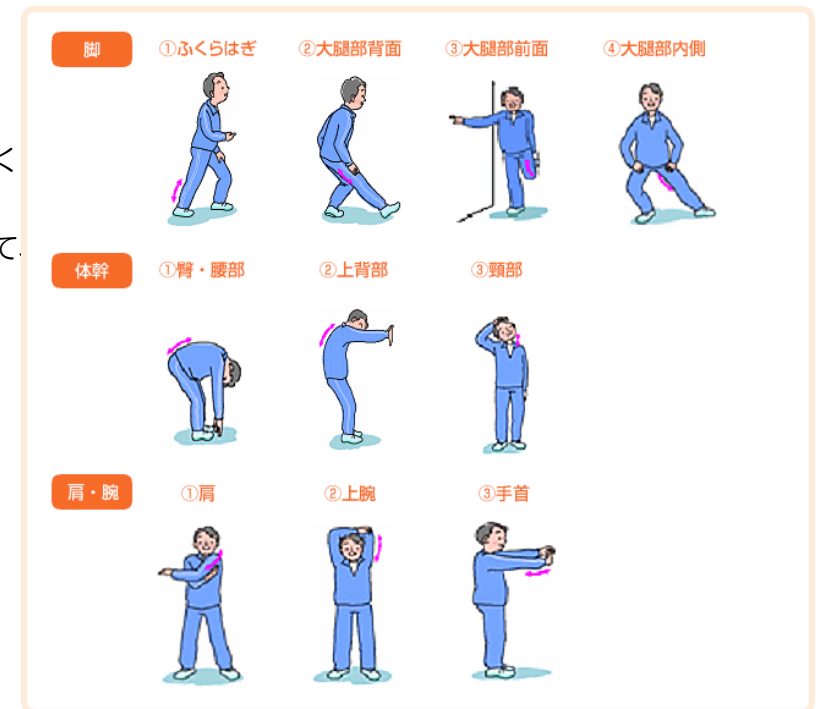


## ◇準備体操のススメ◇

朝夕ひときわ冷え込む季節になりました。寒さによって身体が硬くなると、ケガをしやすくなります。作業の前に、ストレッチなどの準備運動を行って、身体をほぐしましょう。

- ① 呼吸は止めないようにしましょう。
- ② 20～30秒程度、ゆっくり伸ばしましょう。
- ③ 痛いと感じない程度に適度に伸ばしましょう。
- ④ ストレッチングする部位の筋が十分伸びている感覚を意識しましょう。
- ⑤ 反動をつけたり押さえつけたりしないようにしましょう。

(厚生労働省 HP より)



### HPボランティアページをご活用下さい

<http://www.tokyo-park.or.jp/>

公園協会HP「公園へ行こう!」トップ  
→「ボランティア」をクリック または、

東京 公園 ボランティア 検索

★「TOPICS!」では、ボランティア活動に関する最新の情報をご覧頂けます。本誌「緑・JOY 通信」の閲覧・印刷も可能です。

### 編集後記

今年も残すところあとわずかになりました。この冬は寒波の入り込みが強く、寒さが厳しくなりそうな気配です。冬の間の活動においては、十分に体調管理にお気を付け下さい。また、1月、2月になると道路の凍結などもございます。足元にも十分お気を付けいただき、事故の無いようにお願いいたします。また、「緑・JOY 通信」と「ボランティアホームページ」は、皆さまのツールの一つとしてご利用いただけますので、お気軽に都民協働係までお問合せ下さい。

もちろん、寄稿も大歓迎です。どうぞ宜しくお願いいたします。