

5行レシピ<チラシづくり編>

読者の特徴を把握し、対象とする層に対して読みやすい広報物を作成して、目的に応じた方法で情報を伝えましょう。

1. できるだけ大きな文字で作成しましょう
(例：A4の場合で12～14ポイント)
2. 拡大印刷したものを用意しましょう
(例：A4→A3)
3. 外来語や略語の使用は最小限度にして、わかりやすい言葉を使いましょう
4. 色の見え方は一様でないことを常に意識しましょう

5. 色名による情報伝達は、誰にでも適用できるものではないことに注意しましょう
6. 色の組み合わせに注意し、白黒で複写しても情報が読み取れる状態にしましょう



白黒で複写して左側の状態程度であれば、多くの人にわかる色の組み合わせだといえます。

(参考：ユニバーサルデザインに配慮した印刷物作成の手引き<福岡市発行>)

The 志免町まちづくり支援室

2015.12.31

Vol.08

<本号の内容>

- ★【レポート】定年後の暮らし方講座
- ★【インタビュー】劇団きらきら
- ★【募集】協働事業提案制度
- ★【募集】登録団体イベント **ほか**

レポート

定年後の暮らし方について考えました！！

10/24



10月24日(土)、志免町社会福祉協議会・志免町ボランティア連絡協議会とまちづくり支援室の共催で、「定年後も社会とかかわる暮らし方講座～自由な時間をどう過ごすか～」を開催しました。

講座では丸山正博さん(63歳)と門谷功さん(67歳)をお招きして、一般的に定年とされる60歳～65歳を過ぎた方のボランティアのある暮らしについてお話を伺いました。

●自分の時間の中で、無理のないボランティアを楽しんでいます

定年退職後も続けて勤務されている丸山さんは、休日に趣味の囲碁や野菜作り、さらに「年に数回、予定が合うときには、公園活用プロジェクトXの活動で門松づくりや、シーメイトこどもまつりでの竹トンボ作りや竹馬作りを手伝っています」と、無理のない活動を楽しんでいるそうです。

一方、すでに定年を迎えた門谷さんは週3回のシルバー人材センターでの仕事の他、海ノ中道海浜公園フラワーボランティア、マンションの花だんづくり、社協の「地域支えあい事業」のお手伝いなど、自分にできることにチャレンジされているそうです。地域の子供たちが楽しんでくれることや地域の方が喜んでくれることが、活動の大きなよこび。さらに、新しい友達ができたり、人との出会いがあるのもボランティア活動ならではの良さ。

●自由な時間を過ごすコツ

暮らし方のポイントを紹介してくださったのは丸山さん。「まずは無理しないこと、そして体力があるので体づくりが大事、さらにたくさん趣味を持っておくこと！」これを受けて、門谷さんから「お金や気持ちの面から、趣味や遊びは続かないものも多い。その点ボランティアはお金をかけずに続けられる！」というお話に。活動を選ぶときに、自分には何が合っているのかを見極めるのは難しいこと。ボランティアはやるのもやらないのも決めるのは自分。だからこそ責任も伴いますが、「合わなければやめてもいい」と飛び込んでみることも大事です。

●おふたりの話を聞いて

時には「そうそう」と共感し、時には「ふふふ」と笑いながら、和やかに話に聞き入っていた参加者。アンケートでは「一步を踏み出してみることが大事だと思った。今日は夫と二人で参加して良かったです。」「来年夫が退職するので、今日の話を参考にして考えていきたい」などの感想が寄せられました。

【Q】ボランティアをしたいのですが…

【A】ボランティア活動を始めするには、活動している団体に参加する、イベントなどのボランティアに参加する、自分で活動を企画し始める、などのいろいろな方法があります。やりたいこと・できることをイメージして無理なく始めましょう。ボランティアはする・しないを自分の責任で決める必要があります。楽しく続けられる活動と仲間に出会えるといいですね！

【Q】志免町にはどんな団体がありますか？

【A】まちづくり支援室には町内で活動する17の住民団体が登録しています。活動は、福祉、子

◎支援室メンバー紹介

育て、環境、歴史など様々。興味のある団体があれば直接問い合わせても良いでしょう。まちづくり支援室に相談することもできます。

◎この相談に答えた人

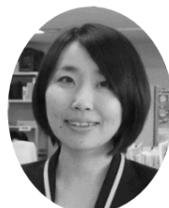
牛嶋麻里子(常勤スタッフ)

◎興味関心

こども食堂、フェアトレード、環境学習

◎町の好きなおとこ

優しくて温かい人が多いこと。うどん屋さんが充実していること。



まちづくり支援室は、住民活動を支援し、志免町と町民の皆さんとで協働したまちづくりをすすめるために設置された施設です。専門のコーディネーターを配置し、NPOやボランティアに関する情報を発信するとともに住民活動に関する相談やアドバイスを行っています。



■支援室からのお知らせ

本年度も団体向けの講座を企画しています。

写真の役割や上手な写真が撮れるポイントを学び実践する「広報講座」。また、2月に募集が開始する平成28年協働事業提案制度の「説明会と応募対策講座」。ぜひ一緒に学び、団体のスキルアップを目指しましょう！

★次号<Vol.09>は2016年3月発行予定です。

- 発行：志免町まちづくり支援室
- 発行日：平成27年(2015年)12月31日
- 編集：NPO法人メディアイド
- 住所：〒811-2244 福岡県糟屋郡志免町志免中央1-3-2 (生涯学習1号館内) TEL：092-936-8626 FAX：092-936-8626 E-mail：collabo@town.shime.lg.jp
- 開館時間：9：00～22：00 (17時以降に利用希望の場合は、必ず事前予約が必要)

