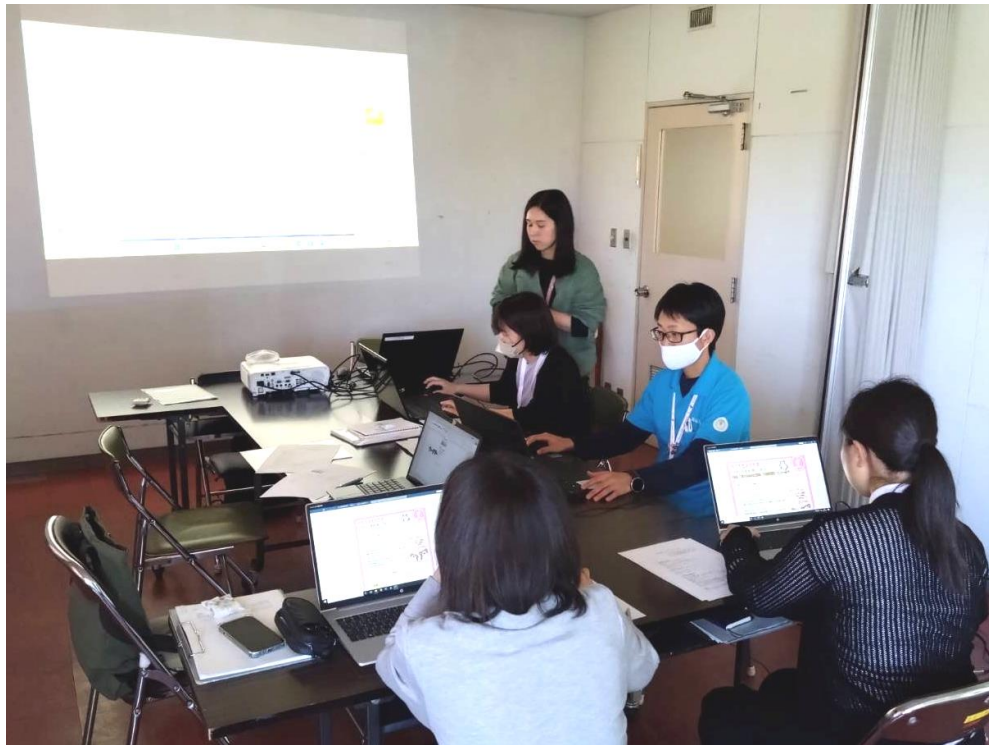


ボランティア・協働情報紙 ～まなびとボランティアをサポートする～

第98号

令和6年6月
発行

まなぼら



Contents

特集

資料作成のお困りごとをちょこっと解決してみませんか？

元気人

えこの里 熊安 悦子さん

防府市生涯学習課のイチオシ

- 『令和6年度版』（出前講座メニュー冊子ほか）発行しました♪

防府市社会福祉協議会のイチオシ

- 音訳ボランティア講習会 始まりました
- ワークキャンプ参加者募集

防府市市民活動支援センターのイチオシ

- 市民活動支援センターで支援していること

資料作成のお困りごとを ちょっと解決してみませんか？

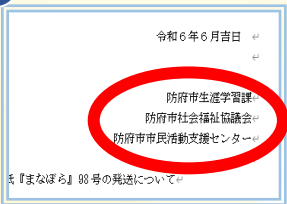
新年度に入り、地域の団体や市民活動団体、ボランティアグループなどで新たに役員を引き受けることになったという方もいらっしゃると思います。役員の数多い仕事の中でも、会議の案内文書や会議資料の作成、補助金等の申請書類の作成については、「パソコンが苦手でハードルが高い」、「億劫だと感じる」という声をよく耳にします。今号では、そのようなお困りごとを抱えてお悩みの方々に、一般的に使われている文書作成ソフト『Word（ワード）』と表計算ソフト『Excel（エクセル）』のちょっと便利な使い方をご紹介します。



～団体インタビューで聞いたお困りごと その1～

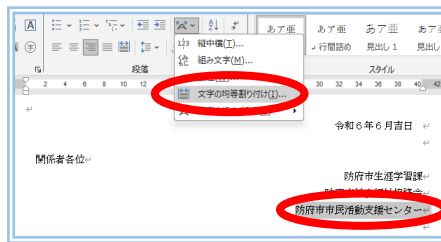
“Word”を使って資料を作成している時に、行によって文字の頭がずれてしまう！

1



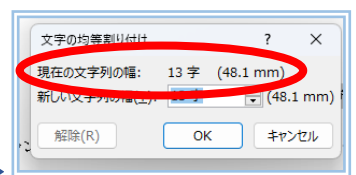
主催者名の左端を揃えたいが揃っていない状態。

2



“防府市市民活動支援センター”の幅にその他のデータを揃えるため、まずは文字列の幅を確認する。
“防府市市民活動支援センター”をドラッグ選択し、“文字の均等割り付け”をクリックする。

3



“現在の文字列の幅”の字数を確認して、OKをクリックする。

～団体インタビューで聞いたお困りごと その2～

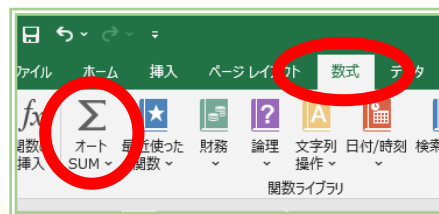
“Excel”で決算書を作る時、電卓を使わず簡単に合計を出したい！

1

3	運営費	予算
4	保険料	100
5	負担金	200
6	通信費	300
7	研修費	400
8	事務費	500
9	消耗品費	600
10	雑費	700
11	交通費	800
12	繰越金	900
13	計	
14		

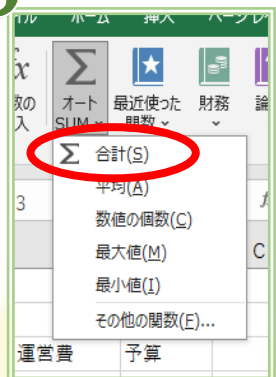
必要なデータを入力して、合計を算出したい箇所を選ぶ。

2



数式のタブから、“オート SUM”を選択し、クリックする。

3



Word

主な使用用途

= 文書などの作成

Word は Excel と比べ、文章を作成したい時に多く使われます。

その代表例として、案内文書・回覧文書・送付文書が挙げられます。

つまり Word は、

文章特化型

と言えます。

Word と Excel の使い分けをするためには、まず双方の特性や何に優れているかを知る必要があります。

この機会に違いを知って、今までより少し資料作成を楽にしてみませんか？

主な使用用途

= 表など情報の整理

Excel は Word と比べ、情報の整理をしたい時に多く使われます。

その代表例として、決算書・予算表があり、関数処理にも長けています。

つまり Excel は、

表特化型

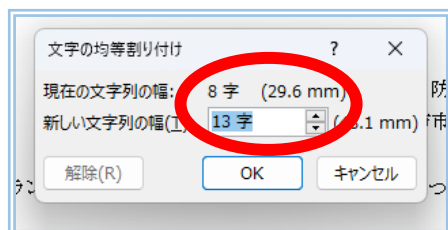
と言えます。

Excel

解決法

文字の均等割り付け機能！！

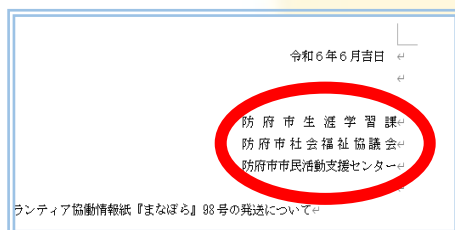
4



次に、“防府市生涯学習課”をドラッグして選択し、文字の均等割り付けをクリックする。

現在の文字列の幅は『8字』になっているため、新しい文字列の幅を『13字』にしてOKをクリックする。

5



すると“防府市地域協働支援センター”と“防府市生涯学習課”の文字列の幅が揃う。

同様に、“防府市社会福祉協議会”の幅も揃えると、3つの文字データが均等に並ぶ。

解決法

SUM機能の活用！！

合計 (Σ) を
クリックする。

4

3	運営費	予算
4	保険料	100
5	負担金	200
6	通信費	300
7	研修費	400
8	事務費	500
9	消耗品費	600
10	雑費	700
11	交通費	800
12	繰越金	900
13	計	=SUM(B4:B12)

すると SUM 関数が入り、自動的に合計を算出したい箇所が選択される。

5

2	運営費	予算
3	保険料	100
4	負担金	200
5	通信費	300
6	研修費	400
7	事務費	500
8	消耗品費	600
9	雑費	700
10	交通費	800
11	繰越金	900
12	計	4500

Enter キーを押すと、“合計”が算出される。

今回ご紹介したのは2つの事例ですが、活動をされる中で「こんなやり方はできるかな」「もっとこんなことができれば楽になるのかな」など、お困りごとがありましたら、各機関へご相談ください。お待ちしております！



熊安悦子 Etuko Kumayasu さん

えこの里

右田の高井地区にある『えこの里』では、毎月1回第1土曜日の朝9時から約2時間、朝市を開催しています。また、マイ畑（※）を1～2年間、無料で貸し出し、借主の方は、自己選択・自己決定でご自分の好きな作物を育てています。『えこの里』のトイレや休憩所は冷暖房も完備され、赤い羽根プロジェクトの居場所作りとしても利用されています。 ※マイ畑→利用者が自分で育てて収穫する畑。

Q 熊安さんはどのような活動をしていますか

『えこの里』での畑作りだけでなく、皆さんでパンやミルク鍋、アイスクリーム、その他農産物などいろいろ販売しています。花苗や野菜苗などもたくさんあり、お値段も格安です。どなたでも楽しめる工夫と五感を刺激する活動を実施しています。

全て無農薬実施が原則で、ラベンダースティック作りやリース作り、自分で育てた白菜を使った白菜漬け作り、芋ほりのほか、おでん大根や藍を広く育てています。写真のシルクの青色スカーフも活動の一つであり、生葉染め（なまばぞめ）で染めたものです。ハーブインストラクターでもありますので、育てたサフランを使ってパエリアを作ったり、ハーブの使い方などの教室も開講したりしています。（初級・中級ハーブ養成指定校）

Q 『えこの里』を始めたきっかけは何ですか

父が以前、メロンやイチゴを作っていた様子を見ていたことや、偶然聴いたラジオ番組で園芸療法を知ったことで、植物のことが気になり園芸に

目覚めました。毎日、土を触り、緑を育てることから、皆さんにも生き生きとしてほしいという思いで始めました。

Q まなぼらの読者の方へ

何か一つを実行すると次は何をしようかとわくわくしてくるため元気になれます。現在、パパイヤを植えたいなとわくわくしているところです。

また、五感を刺激することも元気の秘訣となっています。やりたいことは、年齢関係なく悩まず即実行することです。“これいいかな”と思ったら、最後までとことんやっています。皆さん、『えこの里』のほっとした空間でハーブティーとおやつをご一緒に楽しみませんか。いつでもお問い合わせください。



【問合せ先】

えこの里 熊安 悦子

090-4899-4300

防府市生涯学習課

『令和6年度版』発行しました♪

♡聞いて得するふるさと講座（出前講座）メニュー冊子

♡ほうふ幸せます人材バンク『指導者バンク』利用案内（名簿）



『聞いて得するふるさと講座』は、市民のみなさんが聞きたい内容をメニューから選んでいただき、市職員などが講師になってみなさんのところへお伺いし、市の取組や制度についてお話しするものです。

10名以上のグループで利用できます。（メニュー数：63）

昨年度は、153回の講座が実施されました。

令和5年度の利用が多かった講座です♪

- 1位 地域で予想される災害と対応について（防災マップの見方・活用）
（防災危機管理課）
- 2位 心豊かに生きる（生涯学習課人権学習室）
- 3位 防府市が取り組んでいる防災対策について（防災危機管理課）
- 4位 自主防災組織について（防災危機管理課）
- 5位 心豊かな地域社会を目指して（生涯学習課人権学習室）

この他にも、役立つメニューがたくさんあります。ぜひ、学校、地域、企業での研修などにご利用ください。



『指導者バンク』には、令和6年5月現在、個人100人、団体52、企業9社のさまざまな分野のボランティア講師のみなさんが登録され、市内の学習の場で活躍されています。

昨年度は、全部で225回の学習会が実施されました。

この制度は、市内在住、在勤、在学の5名以上の団体・グループで利用できます。

新しく登録された講師の方々を紹介します♪（順不同）

- ♡兼田 恵美子 さん 家族間の人間関係のとり方など
- ♡梅田 英明 さん しめなわ作り・植物の育て方
- ♡上田 章睦 さん 現代花・いけばな
- ♡奥田 晶織 さん 音楽演奏・
コーラス指導など
- ♡大門 美知江 さん 二胡演奏
- ♡中山 敏江 さん 宮沢賢治とその童話

どうぞよろしく
お願いいたします♪

こちらの冊子は、市役所受付・文化福祉会館・各公民館・図書館などの生涯学習施設にあります。ぜひ手に取っていただければと思います。

また、利用のお申込みやご相談は、文化福祉会館内の生涯学習課生涯学習相談コーナーへお気軽にご連絡ください。お待ちしております♪（問合せ先は7P参照）



音訳ボランティア講習会 始まりました

4月25日(木)、音訳を通じたボランティア活動に興味のある方を対象に音訳ボランティア講習会を開講しました。

こちらの講座は全21回、1年間を通して学びます。少人数のため質問しやすい環境でお休みされても次回復習も行われるので、安心して学べる講座となっています。

第1回目は、『開講式、なぜ読むか』を実施しました。皆さん、レジュメやテキストに興味深く読みながら講習に取り組まれました。

4回目以降でも、音訳ボランティアに興味を持たれた方は、市社会福祉協議会までご連絡ください。



回	月 日(曜日)	内 容
1	4月25日(木)	開講式、なぜ読むか
2	5月9日(木)	なぜ読むか、視覚障害者について
3	5月23日(木)	音訳の方法と実技(1):基礎練習
4	6月6日(木)	
5	6月20日(木)	音訳の方法と実技(2):基礎練習
6	7月11日(木)	
7	7月25日(木)	音訳の方法と実技(3):基礎練習
8	8月22日(木)	
9	9月12日(木)	音訳の方法と実技(4):基礎練習
10	9月26日(木)	
11	10月10日(木)	音訳の方法と実技(5):基礎練習
12	10月24日(木)	
13	11月7日(木)	録音技術:録音図書を作るには
14	11月21日(木)	
15	12月5日(木)	録音図書の校正、録音機を使つての録音実習
16	12月19日(木)	
17	1月16日(木)	音訳の方法と実技(6):聞きとりやすい読み
18	1月30日(木)	
19	2月20日(木)	音訳の方法と実技(7):聞きとりやすい読み
20	3月6日(木)	
21	3月27日(木)	閉講式、今後の活動についての話し合い

ワークキャンプ参加者募集

ワークキャンプとは・・・

市内の中学生及び高校生が、ボランティア体験月間である夏休みにおいて、社会福祉施設でのボランティア活動を通し、思いやり・助け合いの精神を高める気持ちや育むことで、自分たちの地域での役割や協働について考えられる、次世代を担う人材育成を図ることを目的としています。

日 時

障害児入所施設 はなのうら 令和6年7月30日(火)
特別養護老人ホーム 岸津苑 令和6年8月2日(金)
午前10時から午後4時まで

内 容

施設についての説明、利用者さんと交流

定 員

障害児入所施設 はなのうら 2名程度
特別養護老人ホーム 岸津苑 6名程度

対 象

市内の中学生及び高校生

参加費: 無料 **申込方法:** TEL、FAX、E-mail **申込期限:** 7月5日(金)

お問合せ: 防府市社会福祉協議会(7P参照)





市民活動支援センターで支援していること／

防府市市民活動支援センターでは、日頃の活動や団体運営に役立つ講座を随時実施しています。また、ご依頼があれば、団体の活動拠点など、希望の場所にスタッフが出向いて講座をすることができます。登録団体であれば、市民活動支援センターの会議室などを利用して10名程度のミニ講座の開催も可能です。

例えば…

広報

資料作成

IT活用

法人事務

資金調達

の支援ができます！



特集でもお伝えした **WordやExcelの使い方**や、**資料作成で困っていることもピンポイントに教えることもできますよ♪**

Wordの使い方

- 画像や図形の挿入方法
- 表の作成
- 差し込み文書の使い方
- 案内文書の作成
- 総会資料の作成
- チラシの作り方 など



Excelの使い方

- 名簿一覧の作り方
- データの並べ替えの方法
- 数値の合計、平均、最大値、最小値の計算方法
- フィルター機能の使い方
- グラフの作り方
- ヘッダーとフッターの入力方法 など



まなぼら編集部もWord研修を実施しました！



4月からまなぼら編集部もメンバーの入れ替えがあったので、今号発行に向けて、編集に必要なスキルを学ぶ機会を作りました。研修をするにあたっては、事前にまなぼらの編集で使用するWord機能についてのアンケートを行い、各自が使用できる機能の範囲を確認しました。

【まなぼらの編集で使う機能】

- ・ワードアート、画像、図形、表の挿入
- ・ワードアートを使った袋文字の作り方
- ・テキストボックスや図形の枠線の色の変更、塗りつぶしの色の変更
- ・左右中央揃え、上下中央揃えなど、複数の図形等を揃える方法 など

研修を受けての感想

パソコンの操作をどうしたらいいか困っていたので、1から10まで教えていただけてとても勉強になりました。早速袋文字を作ってみようと思います！



▲研修の様子

お困りごとがありましたら
まずはセンターへご相談ください！
(問合せ先は7P参照)

information

時 間 場 所 内 容 対 象 人 定 員 ￥ 参加費 持 持参物 申 申込み 問 問合せ

① 6/16 (日) 市民活動団体基盤強化
①自団体の活動を掘り下げて考えてみよう！

時 14:00～16:00
内 団体活動のターゲット設定、事業内容、巻き込みたい相手の巻き込み方等を掘り下げる。
講師：ふくおか NPO センター
代表 古賀 桃子 さん

両講座ともに
対 市内を拠点に活動している NPO 団体で、①②ともに受講できる人
場 防府市地域協働支援センター 研修室 2
申 6月14日(金)まで
問 市市民活動支援センター

② 7/8 (月) 市民活動団体基盤強化
②活動でかかる費用は何があるの？洗い出してみよう！

時 19:00～21:00
内 活動費用の洗い出しを行うことで、資金規模を知る機会をつくる。
講師：NPO 法人市民活動さぽーとねっと 理事・
㈱FP オフィス緑 代表取締役 中村 久枝 さん
防府市市民活動支援センター
副センター長 山野 悦子

対 市内を拠点に活動している NPO 団体で、①②ともに受講できる人
場 防府市地域協働支援センター 研修室 2
申 6月14日(金)まで
問 市市民活動支援センター

7/8 (月) 防府市文化センター短期講座
7/11(木) 「エクセルの基礎」

時 10:00～12:00
場 防府市地域協働支援センター 研修室 2
内 エクセルの基本操作、表の作り方、関数の使い方を学びます。
講師：藤澤 佐和子 さん

対 2日間参加でき、文字入力ができる方
昨年度受講していない方を優先
人 18名
場 ルルサス文化センター
申 6月15日(土)まで
問 TEL (0835) 28-7006 (火曜日休館)

6/20 (木) 災害ボランティアセンター運営スタッフ養成講座

時 13:30～15:30
場 市文化福祉会館 3 階 4 号大会議室

内 講演・説明 演題「全国の被災地支援について」 講師：山口県社会福祉協議会
演習・受付体験・被災地情報を確認・活動報告の入力体験・事前登録

対 災害ボランティアセンター運営スタッフ登録者
災害ボランティアセンターの運営に関心のある人及び団体・企業
災害時の支援に関心のある人、及び団体・企業等

人 80名(先着順)
申 6月10日(月)まで
場 無料
問 市社会福祉協議会

7/28 (日) 夏季学ぼうやセミナー

時 9:00～15:30
場 ルルサス文化センター・ルルサス防府

内 ものづくりや体験、学べる講座など、防府
幸せます人材バンク「指導者バンク」登録
者によるさまざまな内容の公開講座です。

人 定員のある講座(先着順)もあります。
場 材料費や資料代が必要な講座もあります。
問 市生涯学習課 生涯学習係
TEL (0835) 23-3013

編 集 後 記

『まなぼら』は、3機関が協働で編集している情報紙です。
発行月は6月・9月・12月・3月です。

今年度新入職員として入りました。
市役所に入っていざ働いていると、
お世話になった方とよくお会いしま
す。世の中、いつどこで誰と再会す
るか分からないものですね。(T)

せいろ蒸しにハマっています。野菜
本来の旨味が味わえますし、油を使
わないのでヘルシーです。おすすめ
は、焼きそばです。いつもと違った
食感が楽しめますよ。(N)

今年のGWは、いちご狩りに行ったり自
然の中でのものづくり体験をしたり、家
でBBQをしたりととても楽しめました。
こんなに充実したGWは最近過ぎて
無かったので、とても満足です♪(F)

防府市教育委員会教育部生涯学習課 生涯学習相談コーナー

〒747-0026
防府市緑町1丁目9-2
防府市文化福祉会館内1階10号

(0835)23-3013
(0835)38-8131
shougai@city.hofu.yamaguchi.jp

防府市社会福祉協議会 (ボランティアセンター)

〒747-0026
防府市緑町1丁目9-2
防府市文化福祉会館内1階14号

(0835)22-3907
(0835)25-1388
fureai-net@hofushishakyo.jp

防府市市民活動支援センター

〒747-0035
防府市栄町1丁目5-1
笑顔満開通り ルルサス防府2階

(0835)38-4422
(0835)24-7733
shimin@hofu-saport.org