

つるの福祉

No. 153
秋号

その一声から始めよう!



令和元年10月1日（火）街頭募金運動を実施しました。
皆様ご協力ありがとうございました。

目次

- P 2.....●赤い羽根共同募金運動がはじまりました
- P 3.....●第24回福祉医療健康講座 ●第35回福祉バザー
●第2回ふとん丸洗い事業 ●高齢者作品展
- P 4.....●暮らしに役立つ生活術 ●第18回フードドライブ ●総合相談所カレンダー
- P 5.....●地区社協活動紹介コーナー
- P 6～7...●社会福祉協議会事業紹介
- P 8.....●訪問介護事業 ●配食ボランティア交流会
- P 9.....●暮らしに役立つ生活術 ●善意の銀行への寄附
- P 10・11...●ぼられんだより ●ボランティアセンターつうしん
- P 12.....●高校生災害ボランティアスクール ●絵手紙特集

都留市社協だより 153号

(令和元年11月1日発行)

- 発行 社会福祉法人
都留市社会福祉協議会
- 住所 都留市下谷 2516 番地 1
(いきいきプラザ都留内)
- 電話 46-5115



この広報誌は赤い羽根共同募金配分金などにより発行されています。

赤い羽根共同募金運動がはじまりました!!

赤い羽根共同募金とは… 共同募金は、戦後間もない昭和22年(1947)年に、市民が主体の民間運動として始まりました。

当初、戦後復興の一助として、被災した福祉施設を中心に支援が行われ、その後、法律(現在の「社会福祉法」)に基づき、地域福祉の推進のために活用されてきました。

社会の変化のなか、共同募金は、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな地域福祉の課題解決に取り組む民間団体を応援する「じぶんの町を良くするしくみ」として、取り組まれています。



★令和元年10月1日(火)街頭募金運動を実施しました★

平成30年度 212,394円

実施店舗 市内12店舗

Seria生活良品都留店、オギノ都留店、ツルハドラッグ都留文大前店、ツルハドラッグ赤坂店、オーツル、ダイソー、Jマート都留店、公正屋田野倉店、おかじま食品館、公正屋都留店、ウェルシア都留店、ウェルシア都留田野倉店



令和元年度 138,134円

実施店舗 市内14店舗

Seria生活良品都留店、ツルハドラッグ都留文大前店、ツルハドラッグ赤坂店、クスリのサンロード都留十日市場店、オーツル、ダイソー、綿半ホームエイド都留店、公正屋都留店・田野倉店、おかじま食品館、ウェルシア都留店、ウェルシア都留田野倉店、カインズスーパーセンター都留店・ベイシアフードセンター都留店

昨年度の実績 総額 4,876,954円

集められた募金は、社会福祉施設や地域の高齢者・障がいのある方・児童のための事業、また災害関係の事業等に活用させていただいております。

今年度実施期間

10月1日(火)～令和2年3月31日(火)

今年度も、皆様のご協力をよろしくお願い致します。



共同募金会より義援金募集のお知らせ

台風15号及び台風19号災害の義援金を募集いたします。

お寄せいただいた義援金は各県の共同募金会を通じて、被災された方へお贈りいたします。皆様のご協力をお願いいたします。

詳しいことは、共同募金会都留市支会(都留市社協内)にお問い合わせください。(46-5115)

第24回福祉医療健康講座 ～山梨大学公開講座～すこやかに生きる

「最先端がん医療 ―がん検診で早期発見、最新治療で克服―」

がんは日本人の死因の第1位で、身近な病気です。かつて、不治の病と言われたがんも、国の重点課題として、がん基本法やがん登録制度など様々な施策、そして、昨年、ノーベル賞を受賞された本庶佑先生のがん免疫療法などのめざましい研究成果により、今や、がんは治る病気となり、多くのがん患者が社会復帰をしています。一方で、がん検診や適切な医療を受けないと怖い病気であることに変わりはありません。

今回は、がんを取り上げ、最先端のがん医療について、山梨大学医学部の誇るがん医療の専門家がわかりやすく解説し、がんに打ち勝つ方法を伝授いたします。

日時 令和元年11月17日(日) 午後1時～4時

場所 山梨県立男女共同参画推進センター ぴゅあ富士

市民総参加の福祉活動 第35回福祉バザー

福祉バザーへのご協力をお願い

市民の誰もが参加できる社会福祉活動として、下記日程により福祉バザーを開催します。ご家庭に眠っている遊休品(未使用)の提供をお待ちしております。

なお、遊休品の提供については、地区の自治会長を経由してお願いいたします。

物品搬入日 11月11日(月)～18日(月) 午前8時30分～午後5時
(16日(土)・17日(日)も受け付けております。)

福祉バザー 11月24日(日) 午後1時～3時30分

福祉バザー会場 都留市下谷2516番地1 いきいきプラザ都留内

ご協力よろしく
お願いします!

令和元年度第2回ふとん丸洗い事業

在宅のひとり暮らし高齢者や高齢者世帯の方等で、寝たきりの方、虚弱のためひとりで布団を干すことが困難な方などを対象に、ふとん丸洗い事業を実施します。

ご希望の方は、地域の民生委員・児童委員へ申し込んでください。

詳しくは社会福祉協議会事務局にお問い合わせください。

申込期限 11月20日(水)まで **布団回収日** 12月2日(月)

布団返却日 12月13日(金) **申込先** お近くの民生委員・児童委員までご相談ください。

※回収日・返却日も、多少前後する場合があります。
※なお、布団のリースも可能です。

高齢者作品展のお知らせ

令和2年2月に大月市総合福祉センターを会場に、「東部地域高齢者作品展」が開催されます。

この作品展は、高齢者が日頃の趣味活動の作品を発表することにより、お互いの親睦と、より一層の高齢者福祉と生涯学習の推進を目指すことを目的として開催されます。

また、毎年6月に開催されている「山梨県シルバー作品展」の選考会も兼ねています。

作品展には、作品展開催前1年以内に制作した自作未発表のものであれば、60才以上の方ならどなたでも出品できます。

皆様からの多数の作品の出品をお待ちしております。

開催日 令和2年2月19日(水)～21日(金)

会場 大月市総合福祉センター 6階 多目的ホール

詳細については、都留市老人クラブ連合会事務局まで
お問合せください。(電話 46-5115)



暮らしに役立つ生活術「掃除編」を開催します。

お掃除しながら健康づくり

40歳以上の方を対象に、毎日の暮らしの中で欠かせない掃除を通じ、生活習慣の改善と健康増進、衛生的な住環境の維持を図ると共に、家庭生活における自立支援の推進を目的として掃除教室を開催します。

掃除で体を動かすことは、体力の維持向上や気分転換、ストレス発散になります。自宅に居ながら体を動かして健康を維持する習慣を身に着けませんか。

日時 令和元年11月30日(土) 午前9時～正午
場所 いきいきプラザ都留 2階 機能訓練室
対象 都留市民で40歳以上の方
定員 20名 **持ち物** 雑巾3枚
締切 11月26日(火) ※定員に達した時点で締切となります。

内容 ・掃除と健康・掃除の基本(洗剤の使い方、トイレ・窓・サッシ・換気扇の掃除を学ぶ)
 ・掃除実習(トイレ・窓・サッシ)
問合せ 社会福祉法人都留市社会福祉協議会
 担当 飯島 電話(46)5115

第18回 フードドライブへのご協力をお願いします。

フードバンク山梨では、この冬も「フードバンクこども支援プロジェクト」として、県内の子どもがいる生活困窮世帯への支援を実施いたします。このプロジェクトでは、約650世帯以上への食料支援を予定しており、お届けする食品は、市民参加のフードドライブにより集め、市民の皆様のお気持ちとともにお送りします。

今回も、市民の皆様のご協力をお待ちしております。

◀集荷期間▶ 令和元年12月2日(月)から12月13日(金)

平成30年度は、都留市にお住まいの延べ60世帯に食品をお届けしました。

◀ご寄附頂きたい食品▶

米、缶詰、カップラーメン・インスタントラーメン、パスタ、うどんなどの麺類、レトルト食品、海苔などの乾物、ふりかけ、即席スープ、調味料、お菓子など

◀集荷場所▶ 社会福祉法人都留市社会福祉協議会 (都留市下谷2516番地1いきいきプラザ都留)

◀食品の注意事項▶ ①賞味期限が2020年(令和2年)2月1日以降のもの ②未開封で、破損等で中身が出ていないもの ③お米は2018年(平成30年産)以降のもの

総合相談所カレンダー

ひとりで悩まず、
まずは相談して
みませんか!?

★心配ごと相談(簡裁法律相談)要予約

生活上の困りごとや悩みごと、また、相続・契約・金銭貸借・消費者金融・成年後見・離婚問題ほか法律に関する相談をお受けします。

相談時間：午後1時～4時

相談員：山梨県司法書士会、
司法書士総合相談センター所属司法書士

★一般相談

日常生活での様々な困りごと、悩みごとの相談を社会福祉士・精神保健福祉士がお受けします。電話相談と社協窓口相談を受付けており、匿名での相談も可能です。相談内容は厳守されます。専門的解決を要する内容には、より適切な相談窓口を紹介しています。

心配ごと相談		要予約
日	程	事務所名
11月	1日(金)	高尾直裕 司法書士事務所
	15日(金)	天野 清 司法書士事務所
12月	6日(金)	篠田貴子 司法書士事務所
	20日(金)	高尾直裕 司法書士事務所
1月	10日(金)	天野 清 司法書士事務所
	17日(金)	篠田貴子 司法書士事務所

相談日時：毎週月曜日から金曜日(祝日は除く)午前8時30分～午後5時15分

相談場所：都留市下谷2516番地1 いきいきプラザ都留内

問合せ先：社会福祉法人 都留市社会福祉協議会 電話 46-5115

東桂地区社協活動紹介

東桂地区社会福祉協議会では、7月23日（火）に立川都民防災教育センターにおいて、防災研修会を開催しました。

当日は、東桂地区社会福祉協議会 27 名で教育センターに出向き、地震体験や応急救護訓練を行いました。地震体験では家具の固定の大切さや対応方法を学び、応急救護訓練では、模擬体験を基に AED 利用方法について学ぶことができました。

この研修で、東桂地区の福祉を担う皆さんと親睦を深めることができ、有意義な一日を過ごすことができました。



盛里地区社協活動紹介

9月29日（日）午前10時30分より、旭小学校体育館において、盛里地域ふれあいの集いを開催しました。

当日は「地域の方々が一堂に会して楽しい一日をすごしていただく交流の場」をテーマに午前の部では、大月警察署より講師を招き「安全運転・安全歩行について」と題して高齢者安心安全教室を行いました。

午後の部では、運動指導士による認知症予防として能力アップ体操「言葉と動作を交えた手の運動」、「音楽に合わせた体操」を行い、続いて都留文科大学フラダンスサークルによる踊りと、フラダンスの特徴である手の動きの意味の説明を受け、学生と一緒に手を動かしながら楽しみました。

保育園、小学校児童による演技、ボランティア団体によるマジック、展示スペースでは、いきいきサロンで作成した吊るし雛等、地域の皆さんの手作り作品を展示しました。

幅広い年齢層の皆さまに参加いただき、充実した有意義な一日となりました。



福祉サービス利用援助事業

◎事業内容

都留市内に在宅で生活されている方、又は、介護施設（特別養護施設除く）に入所、あるいは病院に入院されている認知症高齢者や知的・精神障がいのある方等で、判断能力が十分でない方が、地域で安心して日常生活を過ごせるように、福祉サービスの利用手続きの援助や代行、各種支払いなどを行うことによって生活を支援する事業です。

◎援助内容

- ・福祉サービス利用の援助
- ・日常生活に必要な事務手続き援助
- ・預貯金通帳、印鑑等の保管
- ・書類等の保管、確認
- ・一定額の預貯金の出し入れ
- ・日用品等の代金の支払い
- ・医療費の支払い



◎利用方法について

利用を希望される方は当協議会との契約と利用料が必要となります。

詳細については、都留市社会福祉協議会へお問合せください。

※日常生活でお困りの際は、お気軽にお問合せください。

生活支援体制整備事業

平成 29 年 4 月 1 日から都留市社会福祉協議会に生活支援コーディネーターが配置されています！

生活支援コーディネーターの役割

高齢者の生活支援・介護予防サービスの体制整備を推進していくことを目的とし、地域の困りごとの把握や地域活動の紹介、また生活支援の担い手の養成・活動支援、地域のネットワーク作りを行っています。

住み慣れた地域で、いきいきと元気に過ごすことができるように生活支援コーディネーターは、地域づくりのお手伝いをしていきます。お気軽にお問い合わせください。

地域のネットワーク構築

地域に不足するサービスの創出

サービスの担い手の養成

ニーズとサービスのマッチング

元気な高齢者などが活動する場の創出

学童ミニ手話講習会

9月24日(火)、東桂学童保育において、手話サークル千羽会のご協力のもと、小学1年生を対象にミニ手話教室を開催しました。17名の児童が、あいさつや、自分の名前の指文字を学び、子供たちから、「自分で手話で名前を伝えてみたい」と積極的な意見も出て、実際に聴覚障害者に伝える体験をしました。最後は、手話ダンスを教えて頂き、全員で楽しく踊ってみました。

10月には、2年、3年生以上を対象に2回開催する予定です。



介護支援ボランティアに参加しませんか

ポイントを集めながら

生きがいづくり、健康づくり、地域貢献をしよう！

65歳以上の方を対象に、介護施設や高齢者に向けた地域活動や社協が関わるボランティア活動を行うと、ふれあいボランティア手帳にスタンプが付き、集めたスタンプ数に応じて「つるポイント店会」の「わくわくカード」にポイントを貯めることができます。

介護支援ボランティアとして活動することは、ご自身の健康増進や介護予防になり、また地域貢献にも繋がります。

詳しい内容については、お気軽にお問合せください！



介護支援ボランティア養成講座

8月28日（水）に介護支援ボランティア養成講座を開催しました。

今回は、17名の方が参加されました。

講師に介護老人保健施設「つる」の柏木康理学療法士をお招きし、「介護予防とボランティア活動」についての講話や地域・施設でのボランティア活動について、社協職員が説明しました。



【講座内容】

- ・都留市介護支援ボランティア事業の概要
- ・介護予防とボランティア活動
- ・地域におけるボランティア活動
- ・施設におけるボランティア活動
- ・認知症の理解



【参加者からの声】

- ・地域の皆様との交流を通して、ボランティアの意味・意義を感じました。総合的に理解できました。
- ・大変丁寧な説明でよく理解できました。とても大切な時間を頂きありがとうございました。
- ・内容が分かり易かったです。

こんにちは。訪問介護事業所です。

日々の生活の中で、困り事はありませんか？



だんだん寒くなって、
一人での入浴が心配だな。



一緒に料理を作って
もらいたいな。



足が痛くて
買い物がいけないな。

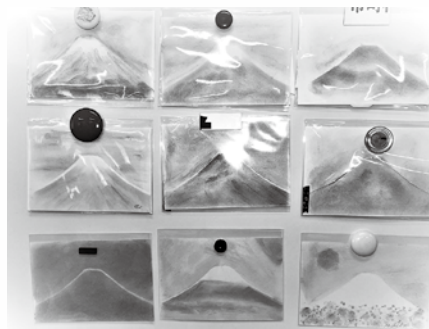
などなど、皆さんの自宅での生活をお手伝いさせていただきます。
同時に、障害福祉サービスの提供も行っております。
まずは、お気軽にご相談ください。

社会福祉法人 都留市社会福祉協議会
訪問介護事業所 電話 45 - 2221

配食ボランティア交流会

9月7日（土）講師に香りと色彩のアトリエ紗泡（SAPO）の、すぎもとかおる氏をお招きし、地域でお弁当の配食をしてくださるボランティア同士の交流や、リフレッシュを目的に配食ボランティア交流会を開催しました。栄養士による「衛生管理について」の講話や調理場見学を行った後、昼食を兼ねた配食弁当の試食会を行いました。昼食後は、グループ毎に「配食ボランティアをしていてうれしかったこと」・「配食事業の改善点」などをテーマに意見交換を行い、グループ発表をしてその内容を共有しました。

その後、ハーブティーを飲みながら、パステルの粉を指につけて筆のようにして富士山を描くパステルアートをご指導頂き、ゆったりとした時間の中で、リフレッシュして頂きました。



【参加者からの声】

- ・大変な衛生管理のもとで作っていることがよく分かった。
- ・皆さんと顔合わせができて良かったです。
- ・初めての人も話ができて、色んな地区の配食をしていることがわかりました。
- ・指で簡単に描ける富士山の絵の体験ができてとても楽しめました。
- ・子供にかえたようで楽しかったです。ハーブティーを美味しく頂きました。ごちそうさまでした。

暮らしに役立つ生活術「料理編」を開催しました。

9月28日(土)に、料理に関心のある40歳以上の方を対象に、暮らしに役立つ生活術「料理編」を開催しました。

今回の講座では料理の「さしすせそ」として、5つの調味料とその投入順や、料理を作る上で重要な味付けを学びました。食事を作る楽しみや喜びを感じていただくきっかけ作りになったこの講座には、料理の基本を学ぼうと29名が参加されました。

参加者からは「みんなで作って楽しかった」、「だしを使って薄味で美味しく作れた」、「味付けの順序を再確認できた」、「緊急時の対応の仕方が学べた」などの感想がありました。

今後も、暮らしに役立つ生活術講座を開催していきますので是非ご参加ください！



作りました！

- ・きのこの炊き込みご飯
- ・肉じゃが
- ・なすの煮おろし
- ・大根のみそ汁

善意

銀行への寄附

令和元年7月～9月の寄付 福祉のために(敬称略)

● ペットボトルキャップ

都留市地域活動支援センターむつみの家、佐藤育子、内川知子、山谷花子、高橋、坂田ひろみ、チャレンジドリーム、山口民士、小林浩太郎、宍戸康人、佐野妙子、都留市ボランティア連絡会、中野忠三、磯村博史、真心の里職員一同、仲町老人クラブ、布施秀子、ツル虎ノ門外科リハビリテーション病院、都倉伸吾、佐藤和徳、いーばしよ与縄、里吉洋、里吉三奈、渡辺慶、法能ペットボトルのキャップの会、たがい立て合い助け合いの会(97kg)、他匿名

● プルタケ

都留文科大付属小学校、坂田ひろみ、内川知子、都倉伸吾、都留市ボランティア連絡会、中野忠三、磯村博史、山谷花子、いーばしよ与縄、里吉洋、里吉三奈、たがい立て合い助け合いの会(6kg)

● 古切手

都留市野球連盟、関口幸恵、四日市場老人クラブ、たがい立て合い助け合いの会、ツル虎ノ門外科リハビリテーション病院

● 牛乳パック

さなえ会、四日市場老人クラブ

● 衣類

さなえ会

● 生地

関口幸恵、他匿名

● 布団生地、掛布団カバー

関口幸恵

● 福祉用具

橋本淳世

● ポーチ6点、手さげバック2点、トートバック2点

山口輝子

● くつ、食器

匿名

● 寄付金

● 100,000円

小俣幸夫

● 10,000円

禾生ゴルフ愛好会

● 東日本大震災義援金(日本赤十字社)

● 10,000円

渡辺富士夫

ぼられんだより

No.46

都留市ボランティア連絡会は、多くの市民が関わり、市民の声を反映する仕組みの一つとしてボランティア活動の特徴（自主性、自発性）を考えた、ゆるやかなネットワークづくりを進めていくためボランティアの輪を広げていきたいと考えています。

沼津市ボランティア連絡協議会視察研修

令和元年7月31日（水）沼津市ボランティア連絡協議会視察研修をいきいきプラザ都留において開催しました。沼津市より41名のボランティア連絡協議会の方が訪れ、都留市ボランティア連絡会員と相互に情報交換を行い、交流を深めました。

沼津市ボランティア連絡協議会会員の皆様から「沼津市にはないボランティアの活動の様子が知れてよかった。」「今後も都留市ボランティア連絡会と交流をしていきたい。」というご感想をいただきました。



親子ミニ手話講習会を開催しました！

8月14日（水）、手話サークル千羽会の協力により「夏休み親子ミニ手話講習会」を開催しました。聴覚障がいについての理解や、手話ソング、クイズを通して基本的な手話を学びました。



ボランティア コーディネーター活動

8月24日（土）、回生堂病院にて地域交流事業の一環として「ふれあいフェスティバル」が開催されました。

当日は地区ボランティアコーディネーターの皆さんが模擬店などに協力して楽しく交流をしました。

敬老の日無料マッサージが 開催されました！

9月18日（水）山梨県視覚障害者協会都留支部の皆様により、都留市まちづくり交流センター1階和室において「敬老の日無料マッサージ」を開催しました。

当日は17名の方が来所され、日ごろの疲れを癒していました。



視覚障がいについての勉強・体験会

7月27日（土）山梨県視覚障害者協会都留支部の皆様により、視覚障がいについての勉強・体験会を開催したところ、夏休みを活用して、14名の皆様に参加していただきました。

視覚に障がいがある方が、日頃、どのような生活をしているのか、実際に盲導犬と触れ合ったり、福祉用具を使用したり、様々なプログラムを学ぶことができました。



「ラブ&ピース」



都留市ボランティアマスコット

ボランティアセンターつうしん

都留市内のボランティア活動の様子を幅広くお伝えする「ボランティアつうしん」をお届けします。自分の生きがいのため、そして地域社会のために身近でできるボランティア活動に参加してみませんか！様々なボランティア情報をどしどしお寄せください！

障害者スポーツ交流会ボランティア募集！

地域で暮らす障がいのある人たちがネットワークをつくり、障がい者同士の交流と地域住民の交流の場としてスポーツ交流会を開催します。地域の皆様も一緒にグラウンドゴルフを通じて楽しく交流をしてみませんか！

交流会のお手伝い（グラウンドゴルフの補助）をしてくださるボランティアを募集します！参加者の方とグラウンドゴルフを一緒にプレーできます！！

11月7日（木）までに
下記問合せ・申込先まで
お申し込みください。

日時：11月9日（土） 午前9時30分～午後2時30分（集合時間9時）
場所：玉川グラウンド（都留市玉川637） ※雨天中止
内容：グラウンドゴルフの補助 参加費：無料

中学生のボランティア体験学習

特集！	7月31日（水） 東柱中学校	8月2日（金） 都留第二中学校	8月5日（月） 都留第一中学校
午前	「ボランティアから学ぶ出会いと成長」、「ボランティア活動の基礎知識」 耕雲院 副住職 河川 智賢 氏をお招きし、ボランティアの大切さ、出会いの大切さを学びました。		
	【感想】 ボランティアの大切さや意味を感じることができました。今日習ったことを今後の生活に活かしていきたいと思いました。	【感想】 今こうして不自由なく生活できているのは、地域の人たちやその地域をより良くしてくれるボランティアの方々がいってくれたからだと思いました。	【感想】 人と人とのつながりがわかって良かった。
午後	「高齢者疑似体験」 高齢になった時の肉体的機能低下や心理的变化を疑似的に体験しました。高齢者の心を感じ取り、介護・介助の手法、バリアフリーの環境づくりを学びました。		「デイサービスいろはの利用者とのふれあい体験」 ビンゴゲームや合唱、フリートークを通して利用者の皆さんと交流しました。
	【感想】 ボランティアとは、どのようなことなのか理解を深めることができた活動だったと思います。身近なお年寄りに寄り添うことができるように、今日学んだことを大切に、これから生活の中でして助けられたらいいなと思いました。ありがとうございました。	【感想】 今回の活動で出会いの大切さや高齢者の生活の不自由さがよくわかりました。特に高齢者の疑似体験はとてわかりやすく、高齢者の体の不自由さの特徴がわかりました。	【感想】 いろいろな人と話ができとても良かった。特にフリートークの時にいろいろな話を聞いたりすることができて、とても勉強になった。

【問合せ・申込先】

社会福祉法人 都留市社会福祉協議会 都留市ボランティアセンター 電話46-5115 FAX46-5103

高校生災害ボランティアスクールを開催しました!

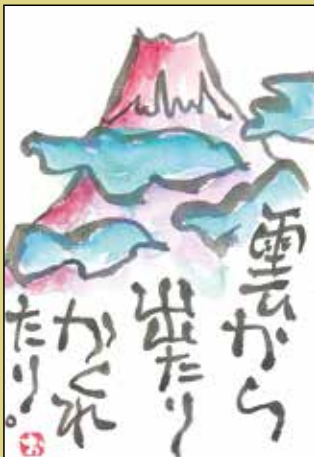
山梨県立都留興譲館高等学校の生徒を対象として、9月6日(金)に「高校生災害ボランティアスクール」を開催しました。

当日は、午前中に1年生を対象として、防災グッズ、聴覚障害者避難誘導訓練、救命講習、高齢者理解、視覚障害者避難誘導訓練、搬送訓練、起震車体験の内、一人が3つの実技訓練を学び、2・3年生医療従事職希望者を対象として普通救命講習会を実施しました。

午後は、「日頃から備えることの大切さ～寸劇から学ぶ災害対策について～」と題し、南アルプス市若草地区災害ボランティアの皆様による寸劇や、南アルプス市社会福祉協議会職員による講演会を行い、自分自身の身を守ることや災害時の備えについて学びました。高校生からは、「普段、災害について考える機会がないので、このボランティアスクールを通して改めて自覚して行動して行きたいと思いました。」などの感想が聞かれました。

この事業を通して、災害ボランティアに関する知識を深め、自分にできることは何かを改めて考え実践に繋げていただきたいと思います。

この事業にご協力いただきました関係者の皆様、ありがとうございました。



小澤国雄 作



小澤国雄 作



小澤国雄 作

「ひまわり会」の皆さんが描いた絵手紙を紹介します!

絵手紙とは、はがきに絵を描き、文字を書いて真心を込めて贈る手紙です。絵が上手いから描くのではなく、下手でもいい、そんな優しい気持ちを伝えるために描きます。飾らない絵と言葉を、身近な家族や友人に送ってみませんか?