

ぱとん

地域情報紙「ぱとん」は3ヶ月に1回発行します。
ボランティア活動者の声やメッセージを届けつなぎ(ぱとん)ます。

題字・イラストは地域にお住まいの三井さんをお願いしました。

地域でこんな活動しています

ボランティア活動紹介



ふれあい・いきいきサロンは、地域の皆さんの交流、情報交換の場で
今回は、各地区でサロン活動を支援している皆さんに取材しました。



[若松町地区・いきいきサロンさんぽみち] 活動者の皆さん

■こんな活動しています！

人と人とのつながりを育み、高齢者が楽しくいきいきと過ごせるような工夫を
ちりばめています。楽しみながらできる運動、季節に合わせた制作活動、健康に
役立つ講座を開いたり、多彩な催しがあります。いつも笑顔でお迎えする温か
い雰囲気のサロンです。

■活動者からのメッセージ

サロンでは仲間作りができます。顔見知りも増え、近所で気軽に声を掛けられる
ようになりました。また、サロンに参加し交流の場が広がっていることも実感して
います。「さんぽみち」は、戸山1丁目町会の協力もあり、ボランティアスタッフで
運営しています。地域の若いボランティアの力も募集しています！



[大久保地区・^{よもぎ}蓬ランチの会] 大沢草明さん

■こんな活動しています！

一人暮らし高齢者の「孤食」、一人きりの食事をなくそうとサロンを運営して
います。食養生の考えに基づき、秋は芋煮、春は竹の子など旬の食材で料理を
し、おしゃべりをしながら楽しく一緒にいただきます。

■活動者からのメッセージ

まわりを見渡せば、高齢者に限らず、障害や母子の方など手伝いを必要とし
ている人はたくさんいます。地域に住む人が顔見知りになって互いに助け合い、
若い人、高齢者がそれぞれできることをすると、住んでいる街が良くなると思
います。

[戸塚地区・ブルーミング・ママ] 前田カオリコさん

■こんな活動しています！

公園や児童館などで周りの方と馴染めないママが最近多いと感じ、誰で
も参加できるサロンの場をつくりました。

ブルーミング・ママは自分の意思で参加し、本音で話し合える場です。

■活動者からのメッセージ

サロンの立ち上げを検討した時、社協へ相談することはハードルが高い
と思っていましたが、親身になってサロンの立ち上げについてアドバイスを
くれました。みなさんも是非相談してみてください。



ふれあいいきいきサロンにご興味のある方は、裏面連絡先ボランティア・コーナーにご連絡ください！



区内に68ヶ所（平成28年3月現在）あるサロンのうち、中央地区（若松町・大久保・戸塚）では23ヶ所のサロンが活動しています。「ばとん」では、シリーズで各サロンを紹介しています。今回は、趣味や経験を活かして楽しみながら活動している大久保地区のサロンをご紹介します。

いきいきサロン・こぶし

歌を歌ったり、参加者の手作りのお菓子を頂いたり、情報交換をしたり。ここではかしまらずにお茶を飲みながら、参加者で楽しい時間を共有するサロンです。映画鑑賞やカラオケ、季節の食事会や保健センターの出張講座など、色々な催しと笑いのたえないおしゃべりがある、「いきいきサロン・こぶし」にあなたも参加してみませんか。自然に互いを見守る場となっています。

日 時：毎月1日・6日・15日・20日

13時～15時30分

場 所：都営3丁目アパート4号棟 集会室

<参加費> 1日・15日は100円（手芸と談話の日）

6日・20日は200円（カラオケの日）



第8回 箱根山駅伝大会のお知らせ

今年も、若松地区恒例の箱根山駅伝大会を開催します。走者だけではなく、当日、応援にも、いらしてください。お待ちしております！

【日時】平成29年3月5日（日）※小雨決行
午前8時30分～午後12時30分（予定）

【コース】東戸山小学校及び都立戸山公園箱根山
周回コース（一周約1,200m）

※スタート・ゴールは東戸山小学校（戸山2-34-2）

【主催】若松地区町会連合会・若松地区協議会・
若松地域センター管理運営委員会

【大会の詳細・申込み等】

若松町特別出張所ホームページ・窓口で
配布する募集要項でお知らせします。

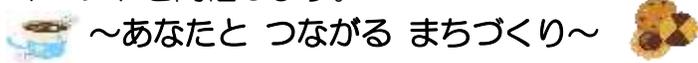
【問合せ先】若松町特別出張所

TEL 03-3202-1361



第5回 とつか地区協フェスタ

戸塚地区協議会のこれまでの活動報告と体験イベントを開催します。

～あなたとつながる まちづくり～ 

【日時】平成29年3月12日（日）
午前10時～午後4時

【会場】戸塚地域センター（高田馬場2-18-1）

【内容】車イス体験、防災食の実演、児童画展、
井戸端トーク（子ども達の居場所づくり、認知症を地域で支える仕組みづくり等）、リユース小型家具や沼田野菜の販売、パンやクッキーの販売、花の種無料配布、地域ねこ相談窓口ほか

【問い合わせ】戸塚地区協議会事務局
（戸塚特別出張所内）

TEL 03-3209-8551



新宿ボランティア・市民活動センター

【場所】新宿区高田馬場1-17-20 新宿区社会福祉協議会内

【開庁時間】月～土曜日（日・祝除く）午前8時30～午後5時

※毎週火曜日 ボランティア・市民活動相談 午後7時まで

【TEL】03-5273-9191

【FAX】03-5273-3082

☆ボランティア活動に関する相談やお問い合わせは、
どうぞお気軽にお寄せください☆

大久保ボランティア・地域活動サポートコーナー

【場所】新宿区大久保2-12-7 大久保特別出張所内

【開庁時間】月～金曜日 午前10時～午後5時

【TEL/FAX】03-3209-8851

若松町ボランティア・地域活動サポートコーナー

【場所】新宿区若松町12-6 若松町特別出張所内

【開庁時間】月～金曜日 午前10時～午後5時

【TEL/FAX】03-6380-2204